

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SD NEGERI 101231 SIPIROK**



**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Bidang Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*

**Oleh**

**ANGGI ARDIANTI PASARIBU**

NIM. 2020500216

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY**

**PADANGSIDIMPUAN**

**2025.**

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SD NEGERI 101231 SIPIROK**



**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Bidang Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*

**Oleh**

**ANGGI ARDIANTI PASARIBU**

NIM. 2020500216

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY  
PADANGSIDIMPUAN**

**2025**

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
DI SD NEGERI 101231 SIPIROK**



**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai Syarat*

*Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Bidang Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*

**Oleh**

**ANGGI ARDIANTI PASARIBU**

NIM. 2020500216

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH**

**Pembimbing I**

Nursyaidah, M.Pd.

NIP. 19770726 200312 2 001

**Pembimbing II**

Nashran Azizan, M.Pd.

NIPPK. 19941111 202321 2 040

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY**

**PADANGSIDIMPUAN**

2025

## SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING

Hal : Skripsi  
a.n. Anggi Ardianti Pasaribu

Padangsidimpuan, Mei 2025  
Kepada Yth:  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu  
Keguruan UIN Syekh Ali Hasan Ahmad  
Addary Padangsidimpuan  
di-  
Padangsidimpuan

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan sepenuhnya terhadap skripsi a.n. Anggi Ardianti Pasaribu yang berjudul **“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan”** maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang Ilmu Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudari **tersebut** dapat menjalani sidang munaqosyah untuk mempertanggung jawabkan skripsi ini.

Demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

**PEMBIMBING I**

Nursyaidah, M.Pd.  
NIP. 19770726 200312 2 001

**PEMBIMBING II**

Nashran Azizah, M.Pd.  
NIPPPK. 19941111 202321 2 040

## **SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggi Ardianti Pasaribu  
NIM : 2020500216  
Fakultas/Jurusan : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan/ Pendidikan Guru  
Madrasah Ibtidaiyah  
Judul Skripsi : **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar  
(SD) Negeri 101231 Kabupaten Tapanuli Selatan**

Dengan ini menyatakan saya telah menyusun skripsi ini sendiri tanpa meminta bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan Kode Etik Mahasiswa Pasal 14 ayat 12.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Pasal 19 ayat 3 tentang Kode Etik Mahasiswa yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, 14 April 2025

Saya yang Menyatakan,



Anggi Ardianti  
NIM. 2020500216

## **SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anggi Ardianti Pasaribu  
NIM : 2020500216  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan/  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan teknologi dan seni, menyetujui untuk memberikan kepada pihak Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, Hak Bebas Royalti Nonekslusif atas karya ilmiah saya yang berjudul **“Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok kabupaten Tapanuli Selatan”** bersama perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonekslusif ini pihak Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidimpuan

Pada Tanggal : 14 April 2025

Saya yang Menyatakan,



Anggi Ardianti  
NIM. 2020500216



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
Jalan T. Rizal Nurdin Km.4,5 Silitang 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**DEWAN PENGUJI**  
**SIDANG MUNAQASAH SKRIPSI**

Nama : **Anggi Ardianti Pasaribu**  
NIM : **2020500216**  
Program Studi : **Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**  
Fakultas : **Tarbiyah dan Ilmu Keguruan**  
Judul Skripsi : **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok**

Ketua

Nursyaidah, M.Pd

NIP. 19770726 200312 2 001

Sekretaris

Nashran Azizan, M.Pd.

NIPPK. 19941111 202121 2 040

Anggota

Yenni Khairani Lubis, M.Sc.

NIP. 19920815 202203 2 003

Dr. Ahmad Nizar Rangkuti, M.Pd.

NIPPK. 19800413 200604 1 002

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:

Di : Padangsidimpuan  
Hari/Tanggal : Selasa, 03 Juni 2025  
Pukul : 08.00 Wib s/d Selesai  
Hasil /Nilai : 82,75 (A)  
Indeks Prestasi kumulatif (IPK) : 3.58 (Tiga Koma Lima Puluh Delapan)  
Predikat : Pujian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**  
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Silitang Kota Padangsidimpuan 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

---

**PENGESAHAN**

Judul Skripsi : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan  
Nama : Anggi Ardianti Pasaribu  
NIM : 2020500216  
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan/PGMI

Telah dapat diterima untuk memenuhi salah satu tugas dan persyaratan  
dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Padangsidimpuan, 2025  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu keguruan

Dr. Lelya Hilda, M.Si  
NIP. 197209202000032002



## ABSTRAK

**Nama : ANGGI ARDIANTI PASARIBU**  
**NIM : 2020500216**  
**Judul : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahrga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan**

Masalah dalam penelitian ini adalah dalam pendidikan di sekolah sumua menjadi tanggung jawab dan tugas guru dan pendidik. Tugas dan tanggung jawab erat hubungannya dengan kemampuan guru dalam usaha meningkatkan prosess dan hasil belajar. Di sekolah ini, pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah diterapkan. Namun dalam pelaksanaanya yang belum diketahui apakah ssudah sesuai prosedur dan tahahapan pembelajaran yan dipersiapkan sebelumnya, dengan begitu yang terlihat guru memberikan siswa untuk menggunakan waktu pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk bermain bola di lapangan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok. Dan yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok. Penelitian ini dilakukan dalam bentuk kualitatif dekriptif. Penelitian yang dilakukan dengan mengamati keadaan sekitar dan menganalisisnya dengan menggunakan logika ilmiah. Adapun informan dalam penelitian adalah guru olahraga, peserta didik dan kepala sekolah. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini dilaksanakan riset di sekolah dengan menggunakan instrumen pengumpulan data yang terdiri dari wawancara dan observasi. Hasil penelitian menemukan bahwa proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok ini memang sudah sesuai dengan tahapan pembelajaran yang sudah dipersiapkan sebelumnya oleh guru PJOK, namun dalam prosedurnya masih ditemukan kendala terutama dalam minat siswa perempuan yang kurang menyukai pelajaran olahraga dan juga dalam penggunaan waktu dilapangan tidak sesuai dengan yang sudah dipersiapkan sebelumnya, disebabkan siswa mengganti seragam olahraga untuk mengikuti pelajaran pendidikan olahraga jasmani dan kesehatan.

**Kata Kunci : Pelaksanaan Pembelajaran, Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan**

## **ABSTRACT**

<b>Name</b>	<b>: ANGGI ARDIANTI PASARIBU</b>
<b>Reg. Number</b>	<b>: 2020500216</b>
<b>Thesis Title</b>	<b>: Learning Implementation of Physical Education, Sports and Health at Primary School 101231 Sipirok, South Tapanuli Regency</b>

Problem in this study is that in education in schools all are the responsibilities and duties of teachers and educators. Duties and responsibilities are closely related to the teacher's ability to improve learning processes and outcomes. In this school, the process of implementing physical education learning sports and health has been implemented. However, in its implementation, it is not yet known whether it is in accordance with the procedures and stages of learning that are prepared in advance, so what is seen is that the teacher gives students to use physical education and health lesson time to play ball in the field. The formulation of the problem in this study is how the implementation of physical education learning sports and health at SD Negeri 101231 Sipirok. And the purpose of this research is to find out the process of implementing physical education learning sports and health at SD Negeri 101231 Sipirok. This research was conducted in the form of descriptive qualitative. Research conducted by observing the surrounding situation and analysing it using scientific logic. The informants in the study were sports teachers, students and school principals. To collect data in this study, research was carried out at school using data collection instruments consisting of interviews and observations. The results of the study found that the process of implementing sports and health physical education learning at SD Negeri 101231 Sipirok is indeed in accordance with the stages of learning that have been prepared previously by the PJOK teacher, but in the procedure there are still obstacles, especially in the interest of female students who do not like sports lessons and also in the use of time in the field is not in accordance with what has been prepared before, because students change sports uniforms to take part in physical and health sports education lessons.

**Keywords:** Learning Implementation, Physical Education Sport and Health

## ملخص البحث

الاسم :أنجي أرديانتي بساريبو

رقم التسجيل :٢٠٢٠٥٠٠٢١٦

ملخص البحث :تعلم تنفيذ التربية البدنية والرياضة والصحة في المدرسة الابتدائية 101231 سبيروك،  
محافظة جنوب تابانولي

تتمثل خلفية المشكلة في هذه الدراسة في أن في التعليم في المدارس جميع مسؤوليات وواجبات المعلمين والمربين. وترتبط الواجبات والمسؤوليات ارتباطاً وثيقاً بقدرة المعلم على تحسين عمليات التعلم ومحاجاته. في هذه المدرسة، تم تنفيذ عملية تطبيق التربية البدنية تعلم الرياضة والصحة في هذه المدرسة. إلا أنه لم يعرف حتى الآن في تطبيقها ما إذا كانت وفق إجراءات ومراحل التعلم التي يتم إعدادها مسبقاً، فما يلاحظ أن المعلم يعطي الطلاب وقت درس التربية البدنية والصحية لاستغلال وقت درس التربية البدنية والصحية في لعب الكرة في الملعب. إن صياغة المشكلة في هذه الدراسة هي كيفية تنفيذ تعلم التربية البدنية والرياضية والصحية في مدرسة سبيروك الابتدائية 101231 سبيروك. والغرض من هذا البحث هو معرفة عملية تنفيذ تعلم التربية البدنية والرياضة والصحة في مدرسة 101231 سبيروك الابتدائية. تم إجراء هذا البحث في شكل بحث وصفي نوعي. تم إجراء البحث من خلال ملاحظة الوضع المحيط وتحليله باستخدام المنطق العلمي. وكان المخربون في الدراسة هم معلمو الرياضة والطلاب ومديري المدارس. وجمع البيانات في هذه الدراسة، تم إجراء البحث في المدرسة باستخدام أدوات جمع البيانات التي تتكون من المقابلات واللاحظات. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن عملية تنفيذ تعلم التربية البدنية الرياضية والصحية في مدرسة سبيروك الابتدائية 101231 تتفق بالفعل مع مراحل التعلم التي تم إعدادها مسبقاً من قبل معلمة التربية البدنية والصحية ولكن في الإجراء لا تزال هناك عقبات خاصة في مصلحة الطالبات اللاتي لا يحبن دروس الرياضة وأيضاً في استخدام الوقت في الميدان ليس وفق ما تم إعداده من قبل، لأن الطالبات يغيّرن الزي الرياضي للمشاركة في دروس التربية البدنية والصحية الرياضية.

الكلمات المفتاحية عملية تنفيذ التعلم، التربية البدنية والرياضة والصحة

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Syukur Alhamdulillah Senantiasa Peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah senantiasa Memberikan rahmat dan karunia Kepada hamba-nya, karena dengan kehendak-nya lah peneliti Dapat menyelesaikan proposal ini. Sholawat dan Salam kepada Nabi Muhammad SAW yang memberikan rahmatan lilalamin bagi semua alam semesta ini

Penulis Skripsi yang berjudul **Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SD Negeri 101231 Sipirok.** Disusun guna melengkapi tugas-tugas dan persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.pd) pada program Studi Pendidikan guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, UIN Syahada Padangsidimpuan.

Penulisan Proposal ini masih banyak kekurangan, baik dalam penyusunan kata, kalimat maupun sistematika penulisannya. Hal ini disebabkan karena keterbatasan kemampuan dan pengalaman peneliti. Oleh karena itu, Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan dan semoga proposal ini dapat memberi manfaat bagi peneliti dan pembacanya. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Asfiati, S.Ag. M.Pd. selaku pembimbing I dan Nashran Azizan, M.Pd. selaku Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan

Waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun proposal ini dengan sebaik-baiknya.

2. Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang M.Ag. selaku rektor UIN Syahada PadangSidimpuan Dan Bapak Wakil Rektor I, II, dan III.
3. Dr. Lelya Hilda, M. Si., Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Syahada Padangsidimpuan.
4. Nursyaidah M.Pd. selaku ketua Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah UIN Syahada Padangsidimpuan beserta staf yang telah banyak membantu penulis selama kuliah di keguruan UIN Syahada Padangsidimpuan dan Selama penyusunan proposal ini.
5. Teristimewa kepada Ayahanda Tercinta dan Ibunda tercinta Nur Baisah Lubis ,atas doa tanpa henti, atas cinta dan kasih sayang yang begitu dalam tiada bertepi, atas budi dan pengorbanan yang tak terbeli, atas motivasi tanpa pamrih serta dukungan doa dan material yang tiada henti semua demi kesuksesan dan kebahagiaan penulis.
6. Keluarga tercinta Abang Syafrizal Ariansyah, kakak Rahmi Syafitri Pasaribu dan Adek Rinaldy Pasaribu yang senantiasa memberikan motivasi, doa tiada terhingga dan dukungan demi keberhasilan penulis.
7. Sahabat dan teman teman saya tersayang Winda Ayunita Harahap, Siti Mutiah Batubara dan Yusnida Octaliya Siregar yang selalu memberikan semangat, bantuan baik dengan moril maupun materi dukungan doa dan kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Atas segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis, kiranya tiada kata yang paling indah selain berdoa dan berserah diri kepada Allah SWT. Selain dari itu penulis menyadari sepenuhnya bahwa proposal ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan proposal ini.

Akhirnya penulis berharap semoga proposal ini bermanfaat, khususnya bagi penulis dan umumnya bagi para pembaca. Amin

Padang Sidimpuan, November 2024  
Penulis

Anggi Ardianti Pasaribu  
Nim 2020500216

## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

### HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Batasan Masalah .....	8
C. Batasan Istilah .....	8
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian .....	10
F. Manfaat Penelitian .....	11
G. Sistematika Pembahasan.....	11
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
A. Kajian Teori.....	13
1. Identifikasi Pembelajaran .....	13
a. Hakikat Pembelajaran.....	13
2. Pendidikan .....	14
a. Pengertian Pendidikan .....	14
b. Tujuan Pendidikan.....	15
3. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....	16
a. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).....	16
b. Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) .....	18
c. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) .....	19
d. Tahapan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) .....	22
B. Penelitian yang Relevan .....	29
<b>BAB III Metodologi Penelitian .....</b>	<b>32</b>
A. Waktu dan Lokasi Penelitian .....	32
B. Jenis Penelitian.....	32
C. Unit Analisis/Subyek Penelitian .....	33
D. Sumber Data.....	34
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Pengecekan Keabsahan Data.....	38
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	39

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>42</b>
A. Temuan Umum .....	42
B. Temuan Khusus .....	52
C. Analisis Hasil Penelitian .....	76
D. Keterbatasan Penelitian .....	78
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>80</b>
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran.....	81
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Struktur dan Data Guru SD Negeri 101231 Sipirok.....	42
Tabel 4.2 Fasilitas/Sarana Prasarana SD Negeri 101231 Sipirok.....	51

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Siswa Berolahraga di Luar Kelas ..... 22

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran I Lembar observasi kegiatan guru
- Lampiran II Lembar observasi aktivasi siswa
- Lampiran III Daftar wawancara
- Lampiran IV Hasil wawancara dengan kepala sekolah SD Negeri 101231 sapirok
- Lampiran V Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)
- Lampiran VI Dokumentasi

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Dunia Pendidikan sudah tidak asing lagi untuk didengar, baik di daerah perkampungan maupun daerah perkotaan. Pendidikan pada dasarnya merupakan kegiatan yang dilakukan secara sadar atau sengaja yang tidak akan selesai sampai kapan pun sepanjang ada kehidupan manusia dimuka bumi ini. Pendidikan juga memegang peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Hal ini sesuai dengan definisi. Pendidikan yang tercantum dalam UU. No.20 Tahun 2003 yaitu:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan Negara.<sup>1</sup>

Pendidikan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan umat manusia. Pendidikan pada hakikatnya merupakan sarana untuk memperoleh kelangsungan hidup manusia dalam mempersiapkan diri menuju masa depan yang lebih baik.<sup>2</sup> Pendidikan juga merupakan usaha sadar yang terencana dalam mewujudkan suasana belajar dengan proses pembelajaran agar siswa dapat mengembangkan potensi dirinya.

---

<sup>1</sup> Undang-Undang Republik Indonesia. No. 20 Th. 2003 Tentang sidiknas dan Peraturan Pemerintah. Republik Indonesia Th.2010 Tentang Penyelenggaran Pendidikan Dan Wajib Belajar (Bandung: Citra Umbara, 2010), Hlm.6.

<sup>2</sup> Syaukani Titik Temu Dalam Dunia Pendidikan: Tanggung Jawab Pemerintah, Pendidik, Masyarakat dan Keluarga Dalam Membangun Bangsa (Jakarta: Nusa Madani, 2002, hlm.78).

Dalam meningkatkan mutu pendidikan juga penting suatu usaha efektivitas, efisiensi, dan standarisasi pengajaran serta kreativitas para pendidik dalam membimbing peserta didik. Namun di dalam dunia pendidikan ada peraturan pemerintah. Dalam Peraturan Pemerintah nomor 57 tahun 2021 bahwa standar pendidikan nasional digunakan pada pendidikan yang diselenggarakan oleh pemerintah pusat, pemerintah daerah, dan masyarakat. Dalam lingkup standar nasional pendidikan bagian kesatu umum pasal 3 yang mencakup standar kompetensi lulusan, standar isi, standar proses, standar penilaian pendidikan, standar tenaga kependidikan, standar sarana dan prasarana, standar pengelolaan dan standar pembiayaan.<sup>3</sup> Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa usaha yang dilakukan untuk meningkatkan mutu pendidikan itu terkait dari standarisasi yang telah dilakukan.

Dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan yang sudah dilakukan sesuai dengan standar proses yang terdapat di bagian keempat pada peraturan pemerintah sebagaimana standar proses merupakan kriteria minimal proses pembelajaran berdasarkan jalur, jenjang, dan jenis pendidikan untuk mencapai standar kompetensi lulusan. Standar proses sebagaimana yang dimaksud pada ayat (1) meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian proses pembelajaran.<sup>4</sup> Pendidikan juga merupakan proses pemberian bimbingan kepada peserta didik agar memiliki pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang baik sebagai bekal dalam menjalankan aktivitas hidupnya. Salah

---

<sup>3</sup> Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 57 Tahun 2021 Tentang Standar Nasional Pendidikan.

<sup>4</sup> Peraturan Pemerintah No. 57..Th 2021

satu upaya dalam meningkatkan mutu pendidikan yang dilakukan melalui pembelajaran.

Pembelajaran adalah kegiatan seorang anak untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan, dimana pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang terencana untuk mendapatkan perubahan dari hasil pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh seorang anak. Pembelajaran juga merupakan adanya interaksi yang terjadi antara peserta didik dengan pendidik di suatu lingkungan belajar, dengan sumber belajar yang ada.

Pembelajaran berupaya mengubah siswa yang belum terdidik, dari yang tidak tahu menjadi tahu, dan dirancang sedemikian rupa untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.<sup>5</sup> Pembelajaran dapat diartikan sebagai usaha yang telah direncanakan dalam mengelola sumber belajar agar terlaksana kegiatan belajar mengajar pada siswa merupakan fondasi untuk jenjang pendidikan selanjutnya. Mutu pendidikan sekolah sekolah dasar perlu ditingkatkan khususnya mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu aspek yang dibutuhkan oleh peserta didik, untuk membentuk sikap disiplin, jujur, dan kerja sama untuk meningkatkan kesegaran jasmani, kesehatan, dan ketahanan tubuh terhadap penyakit. Pendidikan jasmani juga sebagai usaha penyempurnaan kepribadian, pengembangan sikap, dan perilaku untuk memperbaiki moral. Hal ini dapat diperoleh dari sikap kejujuran, sportivitas, disiplin, kerja sama, dan bertanggung jawab dari anak.

---

<sup>5</sup> Asfiati, Manajemen Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berorientasi Pada Pengembangan Kurikulum 2013 (Bandung: Ciptapustaka Media, 2014), Hlm. 22.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan pendidikan yang dilakukan secara sistematis melalui aktivitas tubuh.<sup>6</sup> Hal ini pembelajaran yang dilakukan dengan memberi kesempatan kepada siswa untuk ikut langsung dalam pengalaman belajarnya dan aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Oleh sebab itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diharapkan disekolah itu bukan hanya meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani saja, tetapi dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap sosial, intelektual, yang menimbulkan perubahan baik kepada anak.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah suatu bidang studi atau mata pelajaran dalam sistem pendidikan yang fokus pada pengembangan fisik, kesehatan, dan keterampilan motorik siswa melalui berbagai kegiatan jasmani, olahraga, dan pemahaman kesehatan. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan yang proses pembelajaran melalui aktivitas gerak.<sup>7</sup> Dengan tujuan meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan

---

<sup>6</sup> Gentha Ainul Qoulbi Nedra, Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di Kelas XII SMA Negeri 1 Batusangkar Dilihat Dari Sudut Perencanaan, Proses, Dan Evaluasi, Dalam Jurnal Patriot, Volume, 2 November 1, Tahun, Hlm. 149.

<sup>7</sup> Asmar, Andi Hasan dan Ahmad Rum Bismar, Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Berbasis Video (Bogor: Guepedia, 2020), Hlm. 16.

bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam mencapai tujuan pendidikan nasional.<sup>8</sup>

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri tergantung kepada perencanaan, pelaksanaan, evaluasi pembelajaran itu sendiri, ditambah dengan motivasi belajar siswa, sarana dan prasarana, sosial ekonomi, dan metode mengajar yang dipakai oleh guru. Dalam hal ini guru dituntut untuk berusaha semaksimal mungkin meningkatkan usaha memotivasi siswa agar tertarik untuk mengikuti pelajaran melalui tiga tahapan pembelajaran (persiapan, proses pelaksanaan, dan evaluasi yang ada.

Dalam kegiatan proses pembelajaran guru seharusnya memberikan contoh melalui gerakan yang akan diberikan, kemudian siswa mengembangkan gerakan tersebut. Siswa diharapkan akan ikut serta aktif dalam mengembangkan gerakan tersebut dengan gerakan yang baik dan benar. Guru diharapkan tetap memantau selama pembelajaran atas aktivitas yang dilakukan siswa. Dari hal itu guru dapat memberikan hasil penilaian terhadap gerakan yang mampu dilakukan oleh siswa melalui proses yang telah dilakukan. Akan tetapi dengan mengutamakan aspek kognitif dan afektif dari siswa.

Pelaksanaan pembelajaran harus sesuai dengan prosedur yang telah dilakukan seperti; perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.<sup>9</sup> Tugas dari seorang pendidik atau guru adalah memberikan pengetahuan secara tuntas kepada

---

<sup>8</sup> Hardiyanto, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMALB kelas X Tuna Rungu (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2015).

<sup>9</sup> Abdul Razak Mursyid, Pembelajaran Daring Dan Masalah Ketuntassn Belajar Mata Pelajaran Bahsa Arab Di Madrasah, Assuthur Journal 2022, hlm. 54.

siswa. Sementara itu, sedangkan tugas dari peserta didik atau siswa adalah memahami apa pelajaran dari guru yang kemudian di aplikasikan atau diterapkan dalam kehidupan sehari hari.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan dengan datang ke lokasi sekolah tersebut untuk melihat pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada tanggal 06 November 2024 Dalam Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sudah diterapkan, namun dalam pelaksanaannya yang belum di ketahui apakah Sudah Sesuai prosedur dan tahapan pembelajaran yang di persiapkan sebelumnya. Dalam pembelajaran guru yang seharusnya memberikan penjelasan, mencontohkan gerakan-gerakan diawal pembelajaran untuk diikuti dan di kembangkan siswa, akan tetapi di sekolah ini guru masih kurang dalam menerapkannya. Masih sering ke arah memberikan siswa untuk menggunakan waktu pelajaran pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk langsung bermain bola di lapangan khususnya laki-laki. Dan untuk murid yang perempuan biasanya mereka bermain bola kasti, sesekali juga diberikan waktu untuk mencatat pelajaran di ruangan kelas. Sehingga dalam menggunakan jam pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disini anak-anak senantiasa seperti menggunakan waktu jam istirahat (tambahan dari waktu istirahat yang sudah ditetapkan).

Pelaksanaan belajar yang diharapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) ini bisa disesuaikan dengan pendekatan saintifik yang ada dalam kurikulum 2013. Yang mana langkah-

langkah pendekatan saintifik ini meliputi menanya, mencoba, mangasosiasi, dan mengkomunikasikan.<sup>10</sup> Dalam hal ini diharapkan siswa diberikan kesempatan bertanya atas penjelasan guru sebelumnya, setelah itu siswa diberikan kesempatan mencoba agar anak dapat mengalami/merasakan langsung hal yang akan dilakukannya sehingga dapat menalar dan memahaminya. Setelah itu siswa diharapkan dapat mengkomunikasikan hasil yang diketahuinya.

Melihat dari fakta yang ada di sekolah dengan capaian yang diharapkan sesuai dengan pendekatan saintifik di dalam kurikulum 2013. Terkait juga dengan kesiapan guru dalam mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Berdasarkan penelitian Nursa Nando Givana.<sup>11</sup> Tahun 2020 kesiapan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) sekolah dasar negeri se kecamatan Depok Kabupaten Slemen dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) berdasarkan Kurikulum 2013 menunjukkan bahwa 80% dengan kategori siap.

Berdasarkan latar belakang yang di uraikan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan”**.

---

<sup>10</sup> Maulana Arafat Lubis, Pembelajaran Tematik Di SD/MI Pengembangan Kurikulum 2013 (Yogyakarta: Samudra Biru 2018), hlm. 25.

<sup>11</sup> Nursa Nando Givana, Kesiapan Guru Pjok Sekolah Dasar Negeri Sekcamatan Depok Kabupaten Slemen Dalam Melaksanakan Pembelajaran Pjok Berdasarkan kurikulum 2013, Skripsi (Yogyakarta : Universitas Negri, 2020).

## B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka batasan masalah penelitian ini adalah bagaimana guru dalam melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

## C. Batasan Istilah

Batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini maka penulis membuat batas istilah sebagai berikut:

### 1. Pelaksanaan

Pelaksanaan adalah sebagai usaha-usaha yang dilakukan untuk melaksanakan semua rencana dan kebijaksanaan yang telah dirumuskan dan ditetapkan dengan melengkapi segala kebutuhan alat-alat yang diperlukan, siapa yang melaksanakan, dimana tempat pelaksanaannya, dan kapan waktu dimulainya.<sup>12</sup> Pelaksanaan juga dapat diartikan Suatu proses rangkaian kegiatan tindak lanjut sekolah program atau kebijaksanaan ditetapkan yang terdiri atas pengambilan keputusan, langkah yang strategis maupun operasional atau kebijakan menjadi kenyataan guna mencapai sasaran dari program yang ditetapkan semula.<sup>13</sup>

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan adalah suatu kegiatan untuk merealisasikan rencana rencana yang telah ditetapkan sebelumnya sehingga tujuan dapat dicapai dengan memperhatikan

---

<sup>12</sup> Syukur Abdullah. 1987, Kumpulan makalah “*Study Implementasi Latar Belakang Konsep Pendekatan Dan Relevansinya Dalam Pembangunan*”. Persadi, Ujung Pandang. Hlm 41.

<sup>13</sup> *Ibid*, Diakses Tanggal 11 Desember 2020 Pukul 20 : 36 Wib

kesesuaian, kepentingan dan kemampuan implementor dan suatu kelompok sasaran.

## 2. Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dengan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan kepada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat berjalan dengan baik.<sup>14</sup>

Dengan pengertian lain Pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.<sup>15</sup>

Dapat disimpulkan bahwa Pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik dan interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar.

## 3. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah suatu proses pendidikan yang didalamnya terdapat aktivitas fisik dan olahraga yang berkesinambungan guna mencapai tujuan dari pendidikan meliputi aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani, dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, peserta didik mampu menguasai keterampilan dan

---

<sup>14</sup> Ending Komara, Belajar Dan Pembelajaran (Bandung PT Repika Aditama 2014) Hlm 29.

<sup>15</sup> Daryanto, Belajar Dan Mengajar (Bandung : Yama Widya, 2012) Hlm 43.

pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai sikap positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.<sup>16</sup> Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan pendidikan yang dilakukan secara sistematis melalui aktivitas tubuh.<sup>17</sup>

Jadi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ini merupakan suatu proses pembelajaran yang dilakukan supaya adanya perubahan bagi peserta didik baik dalam bentuk fisik mental, serta emosional.

#### **D. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

---

<sup>16</sup> Diana Dermawati dkk, leadership guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Smp organ komering ulu timur sumatera selatan, dalam journal of physical education and sport, Volume 6, no.2, Februsri 2017, hlm. 109.

<sup>17</sup> Gentha Ainul Qoulbi Nedra, Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di Kelas XII SMA Negeri 1 Batusangkar Dilihat Dari Sudut Perencanaan, Proses, Dan Evaluasi, Dalam Jurnal Patriot, Volume, 2 November 1, Tahun, Hlm. 149.

## **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagaimana berikut:

### 1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan bukti secara ilmiah tentang pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

### 2. Secara Praktis

- a). Bagi guru sebagai bahan masukan dalam kegiatan belajar mengajar
- b). Bagi peneliti, dapat menambah ilmu dan pengalaman menulis.
- c). Hasil penelitian ini diharapkan bagi penulis lain sebagai bahan perbandingan yang ingin membahas dan meneliti masalah yang berkaitan atau memiliki kesamaan.
- d). Sebagai persyaratan untuk mendapat gelar sarjana pendidikan (S.Pd) dalam fakultas tarbiyah dan ilmu keguruan UIN Syahada Padangsidimpuan.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan penyusunan penelitian ini, maka dibuatlah sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang menguraikan tentang latar belakang masalah, fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan kegunaan penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II adalah tentang tinjauan pustaka yang membahas membahas tentang kajian teori, pengertian pembelajaran, definisi belajar, pengertian

pendidikan, tujuan pendidikan, kajian tentang pendidikan jasmani, hakikat pendidikan jasmani, fungsi pendidikan jasmani, tujuan pendidikan jasmani, tahapan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, tahapan pendahuluan, kegiatan inti, kegiatan penutup, dan penelitian yang relevan.

Bab III adalah metode penelitian yang membahas tentang metodologi penelitian yang terdiri dari tempat dan alokasi waktu penelitian, jenis penelitian, sumber data, instrumen pengumpulan data, teknik pengolahan data, teknik pengolahan dan analisis data, teknik pengecekan dan keabsahan data.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Identifikasi Pembelajaran**

###### **a. Hakikat Pembelajaran**

Suatu hasil belajar dari mencoba dan secara sadar melibatkan serta memaknai pengetahuan yang dipunyai guru profesional ialah defenisi pembelajaran. Pembelajaran adalah suatu mekanisme yang terdapat pada proses belajar siswa dan melibatkan rangkaian siklus pelajaran yang disusun dan dirancang dengan baik yang menjadikan proses belajar berlangsung dalam jiwa dan raga dari siswa yang bersangkutan.

Pelaksanaan pembelajaran yaitu rangkaian perilaku hubungan antartenanga pendidik dan peserta didik disuatu keadaan pendidikan demi tercapai wujud tertentu.<sup>18</sup>

Pembelajaran pada hakikatnya menjadikan seseorang peserta didik ataupun kelompok yang butuh guna didorong serta diberikan suatu kesempatan buat memperoleh serta mencari informasi dari bermacam sumber belajar. Seperti buku, jurnal, dan artikel. Oleh sebab itu dalam pembelajaran diperlukan petunjuk yang dapat digunakan dan dipahami dengan praktis oleh peserta didik tanpa tergantung dengan orang lain

---

<sup>18</sup>Rusman, *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru* (Jakarta : Rajawali Pers, 2018), hlm.58.

dalam pembelajaran. Modul pemembelajaran adalah salah satu yang dengan mudah digunakan sebagai bahan ajar oleh peserta didik.<sup>19</sup>

## 2. Pendidikan

### a. Pengertian Pendidikan

Pendidikan diartikan sebagai usaha yang dijalankan oleh seseorang atau kelompok agar menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup atau penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental.

Pendidikan ialah bimbingan atau bimbingan secara sadar oleh pendidik terhadap perkembangan jasmani dan rohani terdidik menuju terbentuknya kepribadian yang utama.<sup>20</sup>

Pendidikan adalah proses pembentukan kecakapan kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional ke arah alam dan semesta manusia.<sup>21</sup>

Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi perempuan di masa yang akan datang.<sup>22</sup> Berdasarkan pandangan dari para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah suatu usaha yang terencana sejak usia muda. Pendidikan juga merupakan usaha memanusiakan manusia. Pendidikan ini dilakukan dengan

---

<sup>19</sup> Rahmi Ramadhani, dkk, *Belajar dan Pembelajaran Konsep dan Pengembangan* (Medan : Yayasan Kita Menulis 2020), hlm. 18.

<sup>20</sup> Brimanto Setiawan, Dkk, *Dasar-Dasar Pendidikan Kajian Teoritis Untuk mahasiswa PGSD* (Bandung : CV Pena Persada, 2021), hlm. 21.

<sup>21</sup> Sukarman Purba, DKK, *Analisis Kebijakan Pendidikan* (Bandung: Yayasan Kita Menulis, 2021), hlm. 20.

<sup>22</sup> Muhibuddin Syah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 2 Hamdani *Dasar-Dasar Kependidikan* (Bandung : CV Pustaka Setia, 2011), hlm. 68.

rencana yang disusun sebelum melaksanakan prosesnya langsung dalam kegiatan belajar mengajar. Sebagai guru akan memberikan bimbingan ataupun pengajaran kepada peserta didik.

Mendidik dan mengajar adalah proses memanusiakan manusia sehingga harus memerdekan manusia dan segala aspek kehidupan baik secara fisik, mental, jasmani dan rohani.

### **b. Tujuan Pendidikan**

Tujuan pendidikan adalah memuliakan manusia atau memanusiakan manusia sebagai orang yang berpendidikan, artinya orang yang berilmu, yang mengerti dan memahami nilai nilai kemanusian yang hakiki, ilmu pengetahuan yang dimilikinya dapat menjadi bekal untuk meningkatkan keimanan dan keluruhan budi pekertinya, ukuran budi pekerti yang baik adalah yang serasi tuntutan agama, peraturan yang berlaku, dan norma-norma dalam masyarakat.

Dari pandangan tersebut, dapat dipahami bahwa pendidikan dikembangkan demi peningkatan nilai nilai keimanan dan moralitas bangsa yang didukung sepenuhnya oleh pendidikan yang tinggi dan ilmu pengetahuan yang memberikan manfaat pada masa depan kehidupan bangsa dan Negara.

Dengan demikian pendidikan berprinsip pada pendidikan seumur hidup yang didasarkan pada hukumnya yang wajib.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Hamdani Dasar-Dasar Kependidikan (Bandung : CV Pustaka Setia, 2011), hlm. 68.

Dari pandangan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan merupakan usaha yang diperoleh dari hasil memanusiakan manusia yang mengerti akan nilai kemanusiaan yang hakiki. Dengan pendidikan seumur hidup akan memberikan perubahan terhadap tingkah laku dan budi pekerti yang sesuai tuntutan agama dan norma-norma bernegara maupun dimasyarakat lingkungannya bertempat tinggal.

### **3. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)**

#### **a. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)**

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Menurut Depdikbut pendidikan jasmani adalah bagian integral pendidikan keseluruhan yang mampu mengembangkan anak/individu secara utuh yang mencakup aspek-aspek jasmaniah intelektual (kemampuan interpretatif), emosional dan moral spiritual, yang dalam proses pembelajarannya menggunakan aktivitas jasmani dan pembahasan hidup sehat. Pendidikan jasmani termasuk dalam sub pendidikan, dan pendidikan jasmani turut menyumbang besar dalam pertumbuhan anak/individu.<sup>24</sup> Jadi pendidikan jasmani juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik individu atau peserta didik

---

<sup>24</sup> Moh. Renaris Utomo Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berdasarkan Kurikulum 2013 Di Sekolah Menengah Pertama Pengembangan dan Percontohan Se Kabupaten Pati, (Semarang: Universitas Negeri Semarang , 2016). Hlm. 56.

menjadi sehat dan bugar dan didukung dengan perkembangan aspek intelektual emosional dan spiritual peserta didik.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah "proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematik untuk menjadi manusia seutuhnya".<sup>25</sup> Jadi pendidikan jasmani merupakan suatu bagian pendidikan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan mental, sikap dan tindakan untuk hidup sehat dan proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola secara sistematik menuju pertumbuhan fisik yang baik.

Dari beberapa pandangan di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif siswa. Pengalaman belajar dilaksanakan secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri, sebagai pelaku, dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup

---

<sup>25</sup> Albadi Sinulingga dan Tarsyad Nugraha, Penerapan Pendekatan Ilmiah Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan Dan Dampaknya Pada Siswa SMA Negeri 15 Medan, jurnal pedagogik olahraga [p-ISSN 2503-5335| e-ISSN 2580-8877], Volume 03, No. 02, Desember 2017, hlm. 75.

seseorang, sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup yang aktif.

### **b. Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK)**

Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran yang harus diberikan kepada siswa dalam proses pembelajaran di sekolah, tentunya memiliki fungsi untuk memberikan perubahan terhadap aspek-aspek yang terdapat pada diri siswa. Seperti yang dikemukakan oleh Samsudin pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (SD/MI,) Fungsi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meliputi:

#### **1. Aspek Sosial**

Aspek sosial menyesuaikan diri dengan orang lain serta lingkungan berada meningkatkan kemampuan dalam membuat keputusan dalam situasi kelompok, belajar berkomunikasi dengan orang lain, mengembangkan kemampuan bertukar dan mengevaluasi ide dalam kelompok, mengembangkan kepribadian sikap, dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat, mengembangkan sifat-sifat kepribadian positif, belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif dan mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral dengan baik.

#### **2. Aspek Emosional**

Mengembangkan rasa yang sehat terhadap aktivitas jasmani mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton, melepas ketegangan melalui aktifitas yang relevan.

#### **3. Aspek Kognitif**

Mengembangkan kemampuan mengeksplorasi, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan, meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan dan etika, mengembangkan kemampuan etika, mengembangkan pengetahuan strategi yang terlibat dalam aktivitas jasmani, menghargai kinerja tubuh, penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya, dan meningkatkan

pemahaman tentang untuk memecahkan problem problem mengenai gerak.<sup>26</sup>

Dari fungsi pendidikan jasmani tersebut menekankan kepada peserta didik agar senantiasa mampu untuk mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri mereka baik dalam aspek sosialnya dengan lingkungan maupun orang-orang yang di sekitarnya. Juga mampu untuk mengembangkan potensinya dari aspek emosional dan kognitif yang berkaitan dengan aktivitas jasmani yang dilakukannya dalam kemampuan memperoleh pengetahuan hingga tahap pengembangan pengetahuan yang peserta didik dapatkan.

**c. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.**

Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah adalah meningkatkan kompetensi peserta didik, diantarinya kompetensi dasar pada aspek pengembangan sikap, dan keterampilan serta menunjukkan kemauan, kerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dalam bentuk permainan. Namun, tujuan Pendidikan Jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 adalah sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

---

<sup>26</sup> Arif Munawar, "Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMK Negeri Se-Kabupaten Bantul", Skripsi (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2016), hlm. 11.

4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivasi jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.<sup>27</sup>

Dari tujuan pendidikan jasmani di atas dapat disimpulkan bahwa agar dapat belajar sesuai dengan landasan karakter nilai dalam pendidikan jasmani dituntut untuk dapat mengembangkan nilai-nilai sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani. Tujuan dari pendidikan jasmani ini juga agar siswa dapat belajar gerak, siswa akan diberikan kesempatan tugas bergerak yang seluas-luasnya setelah mendapatkan informasi tentang gerak yang harus dilakukannya. Tidak membiarkan siswa terlalu lama diam dan tidak melakukan aktivitas gerakan selama proses pembelajaran. Guru juga harus menghindari memberikan penjelasan yang lama agar siswa tidak berdiam diri dan hanya mendengarkan penjelasan pembelajaran.

Walaupun tujuan pendidikan jasmani sering kali didefinisikan dalam redaksi yang berbeda-beda dari setiap ahli pendidikan, namun semua tujuan tersebut pada dasarnya dapat diklasifikasikan ke dalam empat ujian pendidikan jasmani secara umum deklasifikasi menjadi empat tujuan perkembangan, yaitu:

---

<sup>27</sup> Depdiknas, Permendiknas. No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Jakarta: depdiknas. 2006).

1. Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (physical fitness).
2. Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (skill full).
3. Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya
4. Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Dalam hal ini. Kategori tujuan pendidikan jasmani bertujuan untuk perkembangan dan kemajuan yang akan dicapai peserta didik. Seperti sejauh mana kekuatan fisik yang dimiliki siswa, dan sejauh mana perkembangan gerak yang mampu diperoleh siswa. disertakan juga perkembangan mental dan sosial peserta didik setelah adanya aktivitas yang diberikan.

#### **d. Tahapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu pelajaran yang disukai oleh murid yang ada di sekolah terutama Madrasah Ibtidaiyah/Sekolah dasar, karena mereka bisa melakukan aktivitas fisik yang menyenangkan serta mengedukasi. Sehingga sangat penting bagi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah untuk selalu memahami cara mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang baik dan benar sehingga siswa menjadi lebih aktif sehingga tujuan pendidikan secara umum melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat tercapai.



Gambar 2.1 Siswa Berolahraga di Luar Kelas

Sesuai Permendikbud No. 22 tahun 2016 terkait Standar Proses yaitu pelaksanaan pembelajaran merupakan penerapan dari rencana pelaksanaan pembelajaran yang meliputi:

Sesuai dengan standar kompetensi lulusan dan standar isi maka prinsip pembelajaran yang digunakan;

1. Dari peserta didik diberi tahu menuju peserta didik mencari tahu.
2. Dari guru sebagai satu-satunya sumber belajar menjadi belajar berbasis aneka sumber belajar.
3. Dari pendekatan tekstual menuju proses sebagai penguatan penggunaan pendekatan ilmiah.
4. Dari pembelajaran berbasis konten menuju pembelajaran berbasis kompetensi.
5. Dari pembelajaran persial menuju pembelajaran terpadu.
6. Dari pembelajaran yang menekankan jawaban yang kebenarannya multi dimensi.
7. Dari pembelajaran yang menekankan jawaban tunggal menuju pembelajaran dengan jawaban yang kebenarannya multi dimensi.
8. Peningkatan dan keseimbangan antara keterampilan fisikal (hardskills) dan keterampilan mental (softskills).
9. Pembelajaran yang mengutamakan pembudayaan dan pemberdayaan peserta didik sebagai pembelajar sepanjang hayat.
10. Pembelajaran yang menerapkan nilai-nilai dengan memberi keteladanan (ing ngarso tulodi), membangun kemauan (ing madyo mangan karsozo), dan mengembangkan kreativitas peserta didik dalam proses pembelajaran ( tut wuri handayani).
11. Pembelajaran yang berlangsung di rumah di sekolah, dan di masyarakat.
12. Pembelajaran yang menerapkan prinsip bahwa siapa saja adalah guru, siapa saja adalah peserta didik, dan dimana saja adalah kelas.
13. Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi untuk meningkatkan efisiensi dan efektivitas pembelajaran.
14. Pengakuan atas perbedaan individual dan latar belakang budaya peserta didik. Terkait dengan prinsip di atas, dikembangkan standar proses yang mencakup perencanaan proses pembelajaran, pelaksanaan proses pembelajaran penilaian hasil pembelajaran, dan pengawasan proses pembelajaran.<sup>28</sup>

Dalam tahapan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan selalu berpedoman Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 22 Tahun 2016 yang meliputi tiga komponen (pendahuluan, inti, dan penutup) pembelajaran harus ada

---

<sup>28</sup> Salinan Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar Dan Menengah; Jakarta

pengawasan kegiatan pembelajaran oleh pengajar atau guru pendidik.

Berikut ini wawancara penulis dengan Dosen PJOK dan Guru PJOK sesuai dengan di lapangan.

#### **a. Kegiatan Pendahuluan**

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 22 Tahun 2016 tentang standar proses, guru dalam kegiatan pendahuluan wajib melakukan beberapa kegiatan antara lain;

- 1) Menyiapkan peserta didik secara fisik dan psikis untuk mengikuti proses pembelajaran.
- 2) Memberi motivasi belajar kepada peserta didik secara kontekstual sesuai manfaat dan aplikasi materi ajar dalam kehidupan sehari hari. Dengan memberikan contoh dan perbandingan lokal, nasional dan internasional, serta disesuaikan dengan karakteristik dan jenjang peserta didik.
- 3) Mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang mengaitkan pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari.
- 4) Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai, dan
- 5) Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus.<sup>29</sup>

Dalam setiap proses pembelajaran yang sudah dipersiapkan maka harus ada pendahuluan yang dilakukan, kemudian kegiatan inti, yang mana penyampaian terkait materi pembelajaran dan juga penutup. Dalam hal ini dapat dilakukan dengan mengambil penyimpulan pembelajaran yang dilakukan. Bisa juga pemberian tugas agar peserta didik menggunakan waktunya untuk belajar di luar jam sekolah.

---

<sup>29</sup> Indra Mahdi Ritonga dosen PJOK, wawancara, senin 08 Desember 2023 Jam 14:00 wib

### Peran siswa

- a. Memahami dan mempelajari materi yang diajarkan.
- b. Mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.
- c. Mempelajari kembali materi yang telah diajarkan dan mengerjakan pekerjaan rumah jika ada pekerjaan rumah.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kegiatan pendahuluan ini bertujuan; (1) menyiapkan kondisi jasmani dan rohani siswa ke dalam suasana pembelajaran, (2) menyiapkan fisiologi dan anatomi tubuh siswa sehingga siap untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, kegiatan ini dimaksudkan untuk mengurangi risiko kemungkinan terjadinya cedera yang disebabkan kurang siapnya tubuh siswa menerima beban belajar.

Pendahuluan dalam proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berkaitan dengan pemanasan. Pemanasan hendaknya melibatkan sebagian besar otot tubuh serta dilakukan dengan benar dan sungguh-sungguh, kesiapan fisik yang baik dapat menghindari siswa dari cedera. Panas tubuh akan memadai karena telah terjadi metabolisme di dalam organ-organ tubuh secara langsung yang berkaitan dengan munculnya semangat dan kesiapan melakukan aktivitas fisik yang lebih berat. Alokasi yang digunakan dalam proses pendahuluan kurang lebih 100% dari total waktu pertemuan pembelajaran

**b. Kegiatan inti**

Kegiatan inti dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) menekankan pada: kegiatan inti, sikap, pengetahuan dan keterampilan.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 22 Tahun 2016 sebagai berikut: sikap, maka salah satu alternatif yang dipilih adalah proses afeksi mulai dari menerima, menjalankan, menghargai, menghayati, hingga mengamalkan. Seluruh aktivitas pembelajaran berorientasi pada tahapan kompetensi yang mendorong peserta didik untuk melakukan aktivitas tersebut.

Pengalaman dimiliki melalui aktivitas mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, hingga mencipta. Karakteristik aktivitas belajar dalam domain pengetahuan ini memiliki perbedaan dan kesamaan dengan aktivitas belajar dalam domain pengetahuan ini memiliki perbedaan dan kesamaan dengan aktivitas belajar dalam domain keterampilan. Untuk memperkuat pendekatan saintifik, tematik terpadu, dan tematik sangat disarankan untuk menerapkan belajar berbasis penelitian. Untuk mendorong peserta didik menghasilkan karya kreatif dan kontekstual, baik individual maupun kelompok, disarankan yang menghasilkan karya berbasis pemecahan masalah (project based learning).

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) kegiatan inti sebagai berikut:

1. Materi yang disampaikan harus mengacu pada rencana pembelajaran.
2. Pembelajaran harus diawali pada gerak per bagian dan ke arah gerakan yang lebih kompleks.
3. Frekuensi untuk kerja gerak setiap peserta didik harus disesuaikan dan sebanyak mungkin sehingga memperoleh otomatisasi gerakan.
4. Gunakan alat dan fasilitas olahraga yang tersedia seefektif mungkin.
5. Atur alokasi waktu setiap tahapan kegiatan yang dilakukan.
6. Selama kegiatan pembelajaran guru wajib memberikan koreksi kepada siswa baik secara individual atau kelompok, serta memberikan motivasi dan penguatan kepada peserta didik.
7. Pelaksanaan kegiatan pembelajaran gerak harus dibuat bervariasi untuk menghindari kebosanan siswa. Pertama tahap mempelajari gerakan keterampilan yang masih asing, kedua menguasai koordinasi gerakan sesuai dengan batasan-batasan kemampuannya.

Kegiatan inti dalam pembelajaran ini lebih menekankan kepada kesesuaian materi pelajaran terhadap rencana pembelajaran yang telah dipersiapkan sebelum proses

pelaksanaan pembelajaran dalam kegiatan belajar juga guru diharapkan dapat menggunakan alat bantu untuk dapat memberikan siswa memahami lebih mudah atas materi pelajaran yang diberikan. Selain itu guru juga diharapkan dapat mengatur dan menggunakan waktu seefisien mungkin dengan tetap memberikan koreksi yang maksimal terhadap siswa selama pembelajaran.

**c. Kegiatan Penutup.**

Dalam kegiatan penutup atau pendinginnya, guru bersama peserta didik melakukan gerakan-gerakan perenggangan yang sifatnya ringan serta mengulas kegiatan yang sudah dilakukan, antara lain:

1. Semua aktivitas belajar yang sudah dilakukan selanjutnya secara bersama-sama mencari dan menemukan manfaat dari kegiatan pembelajaran.
2. Memberikan umpan balik (motivasi, dll) terhadap proses dan hasil belajar siswa.
3. Memberikan penanganan tindak lanjut kepada siswa yang berupa tugas, baik secara individual atau kelompok.
4. Memberikan informasi tentang rencana kegiatan pertemuan berikutnya. Pada pembelajaran pjok kegiatan penutup bertujuan: untuk mengembalikan kondisi tubuh peserta didik seperti suhu badan dan aktivitas organ-organ tubuh seperti sebelum

mengikuti pelajaran gerak serta menyiapkan kondisi jasmani dan rohani untuk kegiatan pelajaran berikutnya.

Setelah proses pembelajaran selesai dilaksanakan maka peserta didik dan juga guru dapat memberikan kesimpulan terkait pembelajaran yang baru saja dilakukan. Dalam menarik kesimpulan guru juga boleh mengarahkan siswa menyimpulkan, hal ini dapat juga untuk melihat sejauh mana siswa memahami pelajaran yang sudah diberikan dan dilaksanakan pada hari ini.

Setelah itu guru juga dapat memberikan penanganan tindak lanjut seperti memberikan tugas rumah kepada siswa.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Sebagai pertimbangan dalam penelitian ini dicantumkan studi yang relevan untuk membedakan dari penelitian yang akan dilakukan dengan sebelumnya. Adapun studi yang relevan yang telah dilakukan oleh;

1. Maulana Akbar, NIM. 2319219, Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan 2016, dengan judul “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di MI Salafiyah Kuripan Kidul Kota Pekalongan”. Penelitian ini mendeskripsikan pelaksanaan pendidikan jasmaniolahraga dan kesehatan di MI Salafiyah Kuripan Kidul dikatakan kurang efektif. Hal ini dilihat dari dua segi yaitu pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kondisi fisik sekolah serta sarana dan prasarana pendidikan jasmani.

Guru kelas hanya mempunyai kompetensi dalam perencanaan. Sedangkan kompetensi guru kelas yang lain yaitu dalam pelaksanaan dan evaluasi pendidikan jasmani, tidak sepenuhnya sesuai dengan teori yang ada. Kedua dilihat dari segi sarana dan prasarana, MI Salafiyah Kuripan Kidul masih terbilang kurang lengkap. Hal inimenjadi tantangan tersendiri bagi guru kelas karena harus memodifikasi sarana dan prasarana yang tidak dimiliki oleh MI Salafiyah Kuripan Kidul.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan adalah sama-sama membahas tentang bagaimana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang sudah terlaksana disekolah tersebut.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian terdahulu membahas bagaimana problematika dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu membahas bagaimana guru dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, bagaimana persiapan yang dilakukan guru sebelum dan saat pembelajaran berlangsung.

2. Amasia Bingar Laksita Adi, NIM. 14601244027, Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Negeri Yogyakarta 2019, dengan Judul Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Metode Saintifik di SMP Negeri 3 Pakem. Penelitian ini mendeskripsikan bahwa perencanaan

pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, penilaian pembelajaran sudah berjalan dengan baik. Guru mengalami hambatan dalam perencanaan pembelajaran yaitu materi renang/aktivitas air tidak bisa tersampaikan. Hasil angket respon siswa juga menunjukkan bahwa mereka setuju/senang dengan pembelajaran yang diberikan oleh guru.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama membahas pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada anak SD yang dilakukan oleh guru, serta persiapan program pembelajaran yang dibuat oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan adalah penelitian ini membahas bagaimana pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan metode saintifik, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai persiapan dan bagaimana kesiapan yang dilakukan guru dalam membawakan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan serta bagaimana pengawasan guru terhadap peserta didik saat pembelajaran berlangsung.

## **BAB III**

### **METODEOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tempat dan Waktu penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan. Jadi proses penelitian ini direncanakan untuk mendapatkan data, menganalisis dan mengolahnya. Penelitian ini dimulai dari bulan Oktober sampai Mei 2024.

#### **B. Jenis Penelitian**

Adapun jenis penelitian ini yaitu penelitian kualitatif, yang mana kualitatif ini adalah sebuah prosedur penelitian yang bersifat data dan cenderung menggunakan analisis berupa kata-kata tertulis ataupun lisan dan perilaku yang dapat diamati. Berdasarkan pendekatan atau metode analisis kerja, penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif (qualitative research) adalah suatu penelitian yang ditujuakan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan persepsi, pemikiran orang secara individual, maupun kelompok.

Beberapa deskripsi digunakan untuk menemukan prinsip-prinsip dan penjelasan yang mengarah pada penyimpulan. Penelitian kualitatif bersifat induktif. Peneliti membiarkan permasalahan-permasalahan muncul dari data atau dibiarkan terbuka atau interpretasi. Data dihimpun dengan pengamatan yang seksama mencakup deskripsi dalam konteks yang mendetail disertai catatan-catatan hasil wawancara yang mendalam, serta hasil analisis dokumen

dan catatan-catatan.<sup>30</sup> Pendeskripsian pengamatan yang diperoleh dengan catatan-catatan hasil wawancara.

Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.<sup>31</sup> Penelitian ini bermaksud untuk memahami fenomena yang dialami oleh subyek penelitian. Sedangkan berdasarkan metode pengumpulan data. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang berusaha menggambarkan dan mengimplementasikan objek penelitian apa adanya. Kesimpulan dari beberapa penjelasan di atas yaitu penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berupa mendeskripsikan dengan kata-kata tertulis atau lisan dari hasil yang diamati.

Dengan demikian penelitian ini menggambarkan pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok.

### **C. Unit Analisis/ Subyek Penelitian**

Untuk memahami permasalahan yang akan diteliti sehingga lebih mendalam dan mendetail, maka subyek penelitian sudah ditentukan sebelumnya. Subjek penelitian merupakan sumber tempat mendapat keterangan dalam penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto dalam buku Sayaifuddin subjek penelitian adalah sumber tempat dimana kita mendapatkan

---

<sup>30</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, Metode Penelitian Pendidikan Kedelapan ( Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2017), hlm.60.

<sup>31</sup> Lexy J. Moleong. Metode Penelitian Kualitatif ( Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006), Hlm. 4.

keterangan atau data penelitian.<sup>32</sup> Subjek penelitian merupakan sumber diperbolehkannya informasi mengenai keterangan yang didapat.

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti.

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah Kepala sekolah, guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dan siswa di SD Negeri 101230 Sipirok.

#### **D. Sumber Data**

Dalam penelitian ini ada dua jenis data yang diperlukan, yaitu data primer dan data sekunder Menurut Suharsimi Arikunto, sumber data adalah subjek dari mana data diperoleh.<sup>33</sup> Apabila peneliti menggunakan wawancara dalam pengumpulan datanya.

- a. Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari sumber utamanya atau cerita para pelaku peristiwa itu sendiri, dan saksi nyata yang mengalami atau mengetahui peristiwa tersebut. Dalam penelitian ini sumber data primernya adalah guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (1 orang), dan siswa siswi dari Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

---

<sup>32</sup> Syaifuddin Azwar, Metode Penelitian (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), hlm, 5.

<sup>33</sup> Suharsimi Arikunto, Penelitian Tindakan Kelas (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2006). Hlm.3.

b. Data sekunder adalah pelengkap data yang dibutuhkan dalam penelitian ini dengan data-data yang didapat dari sumber bacaan dan berbagai macam sumber lainnya yang terdiri dari surat-surat pribadi, buku harian, dokumen-dokumen resmi dari berbagai instansi pemerintah. Data lain penelitian ini adalah berupa data profil sekolah, struktur sekolah, perangkat pembelajaran, dan dokumen proses pembelajaran dari guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam rangka mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa :

### 1. Observasi

Observasi yaitu teknik pengumpulannya yang mengharuskan peneliti turun ke lapangan mengamati hal-hal yang berkaitan dengan ruang, tempat, pelaku, kegiatan, waktu, peristiwa, tujuan dan perasaan. Observasi dalam penelitian kualitatif berbeda dengan observasi studi kuantitatif. Perbedaan pertama adalah pengamat dalam penelitian kualitatif tidak berusaha untuk tetap netral atau objektif tentang fenomena yang diamati. Pengamat mungkin melibatkan perasaan didorong oleh hipotesis apriori, pertanyaan atau tujuan. Pada setiap langkah dari proses, pengamat kualitatif bebas untuk mengalihkan perhatian mereka untuk fenomena baru, misalnya muncul pertanyaan-pertanyaan baru. Ketiga adalah fokus dari observasi umumnya jauh lebih luas dalam penelitian kualitatif dibandingkan kuantitatif. Tetapi pengamat melihat perilaku dan kerangka lingkungan dari

segi pandang holistik.<sup>34</sup> Jadi metode observasi merupakan cara pengumpulan data yang dilakukan dengan pengamatan terhadap peristiwa yang berlangsung terjadi. Peneliti mengamati langsung bagaimana pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok dan kemudian peneliti mencatat segala yang peneliti tanggapi dari apa yang peneliti amati.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan ini.<sup>35</sup> Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data, dimana pelaksanaannya dapat dilakukan secara langsung berhadapan langsung dengan subjek peneliti atau responden.

Wawancara adalah proses percakapan dengan maksud untuk mengonstruksi mengenai orang, kejadian, kegiatan, organisasi, motivasi, perasaan dan sebagainya yang dilakukan dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan kepada orang lain yang diwawancarai. Keberhasilan pengumpulan data dengan teknik wawancara bermula dengan hubungan baik antara peneliti dengan subjek (responden). Menurut Soeratno dan Arsyad dalam buku Wahyu Purhantara hubungan baik akan menyebabkan kelancaran di dalam menggali informasi lebih

---

<sup>34</sup> Ahmad Nizar Rangkuti, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, dan Penelitian Pengembangan ( Bandung : cipta Pustaka Media 2014), hlm.120.

<sup>35</sup> Lexi J Melong. Metode Pendidikan Kuantitatif (Jakarta : Pt Raja Grafindo, 1995). Hlm.130.

lanjut.<sup>36</sup> Oleh sebab itu wawancara merupakan suatu kegiatan untuk memperoleh informasi dengan kegiatan yang dilakukan oleh dua belah pihak yaitu pewawancara dan yang terwawancara.

Wawancara merupakan alat pembuktian terhadap informasi atau keterangan yang diperoleh sebelumnya. Teknik wawancara yang dilakukan dalam penelitian kualitatif adalah wawancara mendalam. Wawancara mendalam (in-depth interview) adalah memperoleh untuk tujuan peneliti dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka dengan pewawancara dengan informan atau orang-orang yang diwawancarai. wawancara harus difokuskan pada kandungan isi yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan.<sup>37</sup> Wawancara ini merupakan perolehan informasi langsung dengan yang diwawancarai.

Jadi wawancara dapat disimpulkan bahwa suatu kegiatan yang dilakukan atau suatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan berhadapan langsung dengan subyek peneliti. Wawancara ini juga merupakan percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu, dengan tujuan supaya wawancara dapat dijadikan sebagai alat pembuktian terhadap informasi yang diperoleh sebelumnya.

### 3. Studi Dokumen

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu, dokumen biasanya berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya

---

<sup>36</sup> Purhanta Wahyu, Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis, Cet. Ke-1, Edisi Pertama (Yogyakarta: Graha Ilmu , 2010), hlm 80-81.

<sup>37</sup> Ahmad nizar Rangkuti, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTk, dan Penelitian Pengembangan (Bandung : Cita Pustaka Media, 2016), hlm, 149.

monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain.

Studi dokumen merupakan perlengkapan dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.<sup>38</sup> Dengan begitu dokumentasi ini dilakukan untuk memperoleh data selain dari data yang diperoleh dari kegiatan wawancara. Dokumentasi ini juga bias menjadi data pelengkap atau penguat dari data yang diperoleh dari wawancara. Peneliti mengumpulkan dokumen yang ada di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan.

#### **F. Teknik Penjamin dan Keabsahan Data**

Untuk memeriksa keabsahan datanya, maka peneliti menggunakan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksa keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data ini. Teknik triangulasi yang paling banyak digunakan adalah pemeriksaan melalui sumber lainnya.<sup>39</sup> Triangulasi ini merupakan cara yang paling umum digunakan bagi peningkat anvalidasi data dalam penelitian kualitatif.

Triangulasi menyatukan informasi dari penelitian kuantitatif dan kualitatif menyertakan program data, dan penggunaan pertimbangan pakar. Triangulasi bisa menjawab pertanyaan terhadap kelompok risiko, efektivitas kebijakan dan perencanaan anggaran, dan status epidemik dalam suatu

---

<sup>38</sup> Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (Bandung: Alfabeta,2013), hlm, 137.

<sup>39</sup> Lexi J. Melong, Metode Penelitian Kualitatif,...hlm.330.

lingkungan yang berubah. Metode triangulasi menyatu respons cepat diperlukan, atau ketika menyediakan satu perangkat kuat ketika ada data untuk menjawab satu pernyataan spesifik. Triangulasi mungkin digunakan ketika data baru tidak mungkin untuk menghemat biaya. Teknik triangulasi ada sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan pengguna sumber, metode, penyidik, dan teori.<sup>40</sup> Hal ini dapat dicapai dengan membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.

Dalam keabsahan data ini juga peneliti memperoleh data dari hasil wawancara. Jadi data yang diperoleh dari hasil wawancara di lapangan diperiksa dengan teknik observasi terhadap bukti-bukti yang ditemui di lapangan sekaligus mencek kesesuaian yang diucapkan dengan yang diterapkan. Kemudian menginformasikan hasil temuan peneliti. Hal ini dilakukan supaya data yang diperoleh setelah wawancara dan observasi di lokasi pada penelitian dilakukan rechecking (melalui ulang) terhadap kebenaran data yang ditemui di lapangan.

## **G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data**

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, artinya penelitian ini menceritakan suatu keadaan untuk mengambil suatu kesimpulan, tujuannya yaitu untuk menggambarkan secara sistematik, fakta yang akurat dan karakteristik populasi mengenai bidang tertentu. Data-data yang dikumpulkan tidak bermaksud untuk mencari penjelasan, menguji hipotesis,

---

<sup>40</sup> Ahamd Nizar Rangkuti , Metode Penelitian Pendidikan.,hlm. 161.

membuat prediksi maupun mempelajari implikasi. Jadi, penelitian ini berusaha untuk menggambarkan situasi atau kejadian tertentu.

Dalam mengolah dan menganalisis data yang dikumpulkan, peneliti menggunakan (metode perbandingan tetap) constant comparative method dimaknakan sebagai suatu prosedur komparasi untuk mencermati padu tidaknya data dengan konsep-konsep, data dengan kategori-kategori, teori dengan data yang tersedia dan seluruh temuan penelitian dengan kenyataan lapangan. Jadi metode perbandingan tetap yaitu dalam analisis data secara tetap membandingkan satu data umum dengan data umum yang lain, dan kemudian secara tetap membandingkan kategori dengan kategori lainnya.

Secara umum Proses analisis datanya mencakup 4 Proses, yaitu:

1. Reduksi data. (merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.<sup>41</sup>
2. Kategorisasi (upaya memilah-milah setiap satuan kedalam bagian yang memiliki kesamaan).
3. Sintesisasi (mengaitkan antara satu kategori dengan kategori lain).
4. Menyusun hipotesis kerja. (merumuskan suatu pernyataan yang profesional).

Jadi, dalam menganalisis data yang telah dikumpulkan, peneliti menggambarkan implementasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 101231 Sipirok. Data yang didapat di lapangan

---

<sup>41</sup> Ahmad Nizar Rangkuti, Metode Penelitian Pendidikan ( Bandung: Citapustaka Media, 2016), hlm. 172.

akan dianalisis dengan cara mengklasifikasikan data, yaitu mengelompokkan data primer dan data sekunder dengan topik pembahasan, kemudian data yang diperoleh dirangkai menjadi kalimat yang sesuai dan mengesampingkan data yang tidak dibutuhkan.

Setelah itu, data yang ada dideskripsikan secara sistematis sesuai dengan sistematika pembahasan. Kemudian menarik kesimpulan dengan merangkum pembahasan sesuai dengan rumusan masalah yang ada.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Temuan Umum**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di lokasi penelitian, peneliti memperoleh temuan umum sebagai berikut:

##### 1. Sejarah Singkat Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok

Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok merupakan salah satu satuan pendidikan dengan jenjang sekolah dasar yang terletak di Pangurabaan, kecamatan sapirok, Kabupaten Tapanuli Selatan, Sumatera utara. Dalam menjalankan kegiatannya, Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok didirikan pada tahun 1977 dan izin operasional pada tahun 2016. Sekolah ini menjadi alah satu Sekolah dasar pertama di kecamatan sapirok. Dan pertama kali dipimpin oleh Ibu leli Kasuma, S.Pd dan sekarang dipimpin oleh ibu Riski Utami, S.Pd yang beralamat Pangurabaan, Desa Pangurabaan, Kecamatan sapirok Kabupaten Tapanuli Selatan.<sup>42</sup>

Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok berperan penting dalam pengembangan dasar di Kecamatan Sipirok. Dari awal berdirinya hingga saat ini, sekolah ini telah mengalami beberapa perubahan dalam

---

<sup>42</sup> Riski Utami, Kepala Sekolah SD Negeri 1012311 Sipirok, *Wawancara* Senin, 07 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 wib.

metode pengajaran dan kurikulum, seiring dengan perkembangan kebijakan pendidikan di Indonesia.

Seiring dengan berjalannya waktu Sekolah Dasar (Sd) Negeri 101231 Sipirok telah mencapai berbagai prestasi, baik di tingkat kecamatan maupun Kabupaten. Dan Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok ini memiliki kualitas pendidikan yang baik sesuai dengan standar yang diterapkan oleh pemerintah.

## **2. Visi dan Misi Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231**

Adapun visi dan misi dari sekolah dasar (SD) Negeri 101231 adalah sebagai berikut:

a. Visi

“Unggul dalam bidang akademik dan Unggul dalam keagamaan”

b. Misi

1. Peserta didik beriman dan bertaqwa kepada Tuhan yang maha Esa dan berakhlak mulia.
2. Peserta didik sehat jasmani dan rohani
3. Peserta didik memiliki dasar-dasar pengetahuan, kemampuan, dan keterampilan untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi.
4. Mengenal dan mencintai bangsa, masyarakat dan kebudayaan.

5. Peserta didik kreatif, terampil dan bekerja untuk dapat mengembangkan diri secara terus menerus.<sup>43</sup>

### 3. Struktur dan Data Guru Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok

Adapun struktur dan data guru sekolah dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok ini:

Table 4.1 struktur dan data guru SD Negeri 101231 Sipirok.

	Nama	Nip	Jabatan
	Riski Utami, S.Pd	198811242019032 003	Kepala Sekolah
	Henni Zuraidah, S.Pd	196907071994112 001	Guru Kelas
	Nedrah Bahri, S.Pd	196706042007012 001	Guru Kelas
	Rika Maharani, S.Pd	198511092020122 004	Guru kelas
	Donni Prima Hasibuan, S.Pd	198903232022211 1002	Guru kelas

---

<sup>43</sup> Dokumentasi Administrasi Tata Usaha SD Negeri 101231 Sipirok pada Tanggal 08 Oktober 2024.

	Windi Arnita, S.Pd	198807042022212 014	Guru Kelas
	Rina Sari Hasibuan, S.Pd	198502172024212 014	Guru Bidang Study
	HerlindaSakinah Nasution, S.Pd	199411142024212 045	Guru Bidang Study
	Nurlena Simamora, S.Pd	-	Guru Bidang Study
	Muhammad Yasin	-	OPS

Sumber data: profil SD Negeri 101231 Sipirok 2024.

#### **4. Keadan Siswa dan sistem kerja yang ada di Sekolah dasar (SD)**

##### **Negeri 101231 Sipirok.**

Adapun keadaan siswa di sekolah ini sebagaimana Anak-anak dari sekolah ini banyak sekali yang memberikan prestasi yang bagus, hal ini dapat dibuktikan dengan bukti fisik piagam penghargaan dan juga piala-piala yang sudah diraih dan data ini dapat di lihat pajangan yang ada di perpus sekolah. Jumlah dari siswa ini sebanyak 60 Siswa.

Adapun sistem kerja yang ada di sekolah ini yaitu ada dua, sistem kerja di jam wajib sekolah yang mana pada hari senin sampai hari

sabtu kecuali hari libur dan tanggal merah. Dan juga sistem kerja di luar jam sekolah yang mana pada jam ekstrakulikuler.

Adapun sistem kerja ekstrakulikuler yang ada disekolah ini yaitu:

Sistem kerja pada kegiatan ekstrakulikuler bidang kepramukaan: mengadakan latihan pramuka setiap hari sabtu sore hari.

Setiap hari jumat pagi sebelum masuk melaksanakan solat dhuha, yang di imami anak-anak SD yang telah dipilih oleh guru kelas. Dalam hak menjadi imam solat dhuha di sekolah ini yaitu semenjak si anak tersebut terdaftar di sekolah ini. Untuk kelas VI diadakannya keas tambahan belajar diluar jam sekolah, dengan tujuan supaya anak-anak siap sepenuhnya untuk menjalani ujian nasional.

a) Sistem kerja upacara bendera

Kegiatan upacara bendera dilaksanakan setiap hari senin di Sekolah Dasar (SD)Negeri 101231 Sipirok secara bergantian antara kelas V dan VI. Sistem kerja bagi siswa-siswi yang bertugas melaksanakan kegiatan upacara bendera, harus bertanggung jawab penuh akan keberlangsungan dan kelancaran upacara tersebut. Dalam kegiatan upacara bendera, selain siswa/I yang ikut serta dalam kegiatan tersebut, setiap guru juga berperan aktif dalam mengikuti kegiatan uapacara berlangsung.

b) Sistem kerja piket

Piket adalah tugas yang diamanahkan kepada guru maupun staff secara bergantian. Jadi, setiap guru maupun staff memiliki

kesempatan yang sama untuk menjaga piket. Setiap harinya pasti ada guru yang duduk ditempat meja piket dan bertugas untuk membunyikan bel setiap kali pergantian jam pelajaran, jam istirahat, jam masuk kelas, dan jam pulang sekolah.

Selain itu guru piket juga bertugas untuk merekapitulasi absensi siswa dan absensi guru, jika ada absensi siswa yang belum terdaftar di meja piket, maka guru piket wajib memanggil sekretaris kelas untuk melaporkan absensi mereka ke meja piket pada jam istirahat pertama. Guru piket juga bertugas melayani jika ada orangtua murid atau wali murid yang datang untuk melaporkan bahwa anaknya tidak dapat hadir karena alasan tertentu. Demi terlaksananya piket dengan baik, maka layaknya roster pelajaran, daftar piket disusun sedemikian rupa.

c) Senam

Kegiatan senam dipandu sesuai jadwal piket yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah terlebih dahulu. Pemandu senam hanya ditugaskan kepada kelas tinggi mulai dari kelas IV, V dan VI setiap yang mendapat giliran piket untuk memandu senam waktunya selama seminggu.

d) Pengembangan bakat

Pengembangan bakat ini dilaksanakan setiap hari kamis pagi. Kegiatan ini dilakukan di lapang sekolah. Kegiatan ini berguna untuk melatih dan mengembangkan bakat yang dimiliki siswa.

pada kegiatan ini juga siswa mendapt giliran sesuai dengan yang ditentukan oleh gurunya masing-masing. Bakat-bakat yang telah dikembangkan di sekolah ini yaitu pembacaan surah-surah.

e) Praktek Sholat berjamaah

Praktek solat berjamaah ini dilakukan setiap hari jumat pagi yang diikuti seluruh siswa di SD 101231 Sipirok yang dilaksanakan di lapangan sekolah. Siswa diwajibkan membawa perlengkapan solat seperti sajadah, mukena untuk perempuan dan peci/lobe untuk laki-laki. Kegiatan solat berjamaah ini dipimpin atau yang menjadi imam solatnya yaitu yang ditentukan oleh guru kelas agama yang berasal dari kelas VI. Praktek solat ini dibantu oleh staff guru untuk merapikan barisan para siswa untuk melakukan solat berjamaah.

f) Guru agama

Secara sederhana sistem kerja guru agama di SD 101231 Sipirok ini untuk membantu wali kelas dalam membangun karakter kepada peserta didik untuk menjadi lebih baik, mengetahui dasar-dasar agama, dan mengambil lebih dalam mengenai agama islam yang seluruh murid di sekolah ini beragama islam.

g) Guru olahraga

Secara sederhana sistem kerja guru olahraga di SD 101231 Sirok ini yaitu untuk membantu wali kelas dalam mengajarkan pentingnya untuk olahraga bagi tubuh kita. Dengan pelajaran

olahraga juga dapat membantu merefleksikan pikiran para siswa sejenak dari pelajaran yang telah dilakukannya pada jam pelajaran sebelumnya.<sup>44</sup>

## 5. Tata tertib Sekolah

### **TATA TERTIB SISWA SD NEGERI 101231 SİPIROK**

#### **TAHUN 2023/2024**

1. Setiap siswa harus menjunjung tingginya baik sekolah, norma agama, dan mematuhi tata tertib siswa sebagai berikut.
  - a) Siswa harus hadir di sekolah sebelum bel berbunyi tepat 07.45 wib.
  - b) Siswa harus mengikuti upacara setiap hari senin dan hari yang ditetapkan untuk upacara bendera
  - c) Pada hari biasa siswa berbaris dilapangan untuk melakukan kegiatan seperti: membaca puisi, menghafal perkalian, dan melakukan senam pada hari yang ditentukan dan sholat dhuha pada hari jumat.
  - d) Sebelum siswa terlebih dahulu berbaris di depan kelas masing-masing dan memberi salam kepada guru.
  - e) Sebelum pelajaran dimulai siswa harus berdoa yang telah ditetapkan.

---

<sup>44</sup> Riski Utami, Kepala Sekolah SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin, 07 “Oktober” Pukul 10.00 wib.

f) Setiap siswa bertanggung jawab atas keamanan dan ketertiban, kebersihan, dan keindahan sekolah, serta memungut sampah yang berserakan.

2. Seragam Sekolah ditetapkan sebagai berikut:

- a) Hari senin-selasa memakai seragam merah putih
- b) Hari rabu-kamis memakai seragam batik
- c) Hari jumat memakai pakaian olahraga/pramuka
- d) Hari sabtu memakai pakain Pramuka
- e) Siswa yang terlambat datang kesekolah akan mendapatkan hukuman mengutip sampah.

## **6. Kondisi fisik Sekolah Dasar SD) Negeri 101231 Sipirok**

Kondisi fisik Sekolah dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok secara keseluruhan belum baik. Ruangan kelas ada sebanyak 7 kelas dan ada 1 ruangan yang kurang layak pakai, yaitu ruangan kosong. Semua ruangan berada di lingkungan SD Negeri 101231 Sipirok. Sebagaimana yang telah dicantumkan pada tabel sarana dan prasarana yang ada di SD Negeri 101231 Sipirok secara keseluruhan layak di pakai dan digunakan. Baik dari segi kondisi bangunan sekolah maupun dari segi segala perlengkapan sekolah yang penting dalam pencapaian tujuan pembelajaran.

## 7. Kondisi sarana dan prasarana Srkolah dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok

Adapun sarana dan prasarana yang tersedia di SD Negeri 101231 Sipirok yaitu sebagai berikut:

Table 4.2

Fasilitas/sarana prasarana SD Negeri 101231 Sipirok

Untuk menunjang kegiatan pembelajaran.<sup>45</sup>

No	Nama ruangan	Luas/ Unit	Jlh	Kondisi ruangan			
				Jumlah			
				B	RR	RS	RB
1	Ruang kelas	6x7	7	6			1
2	Ruang perpustakaan	6x7	1	1			
3	Ruang kepala sekolah	15x10	1	1			
4	Kamar mandi	4x8	2	2			
5	Gudang	6x7	1			1	
6	Kantin	7x9	1	1			
7	Ruang penjaga sekolah	7x9	1	1			

Sumber data: Profil Sekolah dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok

Keterangan :

B = Baik

RS = Rusak Sedang

RB = Rusak Berat

RR = Rusak Ringan

<sup>45</sup> Observasi ke SD Negeri 101231 Sipirok, Rabu 10 Oktober 2024, pukul 09.00 Wib.

## **B. Temuan Khusus**

### **1. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan ( PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok.**

#### **a. Kegiatan Pendahuluan**

Sebagai sosok yang mempunyai peran terbesar di kelas, guru sangat berperan penting dalam penentuan kualitas pendidikan bangsa. Akan tetapi guru juga manusia biasa yang tidak terlepas dari kesalahan dan kekurangan. Namun bukan berarti tidak belajar. Sebagai guru layaknya perlu membenahi beberapa hal agar tercipta lingkungan belajar yang kondusif. Seperti layaknya menyiapkan perangkat pembelajaran, membuat metode belajar yang bervariasi, memberikan ransangan materi pelajaran dengan dunia nyata, memberikan perhatian kepada siswa, memberikan pendekatan kepada siswa, memberikan tata tertib, memberikan tindakan evaluasi.

Dalam sebuah pembelajaran juga terdapat perangkat pembelajaran pada kelompok pembelajaran yang mencakup pada standar, kompetensi, kompetensi dasar, materi pelajaran, indikator, penilaian, alokasi waktu, sumber belajar yang dikembangkan oleh setiap satuan pendidikan. Salah satu perangkatnya yaitu silabus. Pembelajaran yang akan di laksanakan di kela maupun di lapangan seharusnya sudah sesuai dengan silabus yang sudah dibuat dan dikembangkan, seperti hasil observasi peneliti yaitu silabus di

sekolah ini sudah disiapkan dan dikembangkan sebelum pembelajaran satu semester dilaksanakan.<sup>46</sup>

Layaknya seperti hasil wawancara dengan guru PJOK terkait kesesuaian cakupan pembelajaran dengan silabus yaitu:

“Silabus merupakan pedoman untuk melakukan RPP dan pembelajaran tapi terkadang tergantung situasi dan kondisi kita dengan tetap menyampaikan materi kepada murid kita”

Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan menyesuaikan pembelajaran yang ada dengan silabus yang sudah di susun sebelumnya itu tergantung situasi dan kondisi dilapangan. Akan tetapi tetap menyampaikan isi materi pelajaran kepada siswa kita.

Terlebih juga dalam sebuah pembelajaran, semuanya dilakukan dengan perencanaan. Setelah adanya perencanaan lalu di realisasikan dalam penerapan. Dalam penerapan pembelajaran ini ada tahapan yang seharusnya di lakukan guru. Hal ini, menjadi eorang guru yang propesional bukanlah hal yang mudah. Seorang guru yang propesional tentunya mampu menciptakan sebuah kegiatan belajar yang menyenangkan. Untuk pengaplikasiannya dapat di temui dalam tahapan pembelajaran yang dilakukan yaitu, kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.

Sehingga dalam kegiatan pendahuluan ini di butuhkan guru yang menyiapkan peserta didiknya secara fisik dan fisikis agar siap

---

<sup>46</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada tanggal 10 “oktober”, Pukul 10.30 Wib.

menerima pembelajaran. Seperti hasil observasi peneliti yaitu persiapan yang dilakukan guru yaitu etelah semua siswa sudah mengganti seragam olahraganya, kemudian memberikan siswa di lapangan. Kemudian mengarahkan dan mencontohkan gerakan-gerakan peregangan terlebih dahulu.<sup>47</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK yaitu:

“Persiapan yang dilakukan sebelum melakukan pembelajarannya yaitu “sebelum melakukan pembelajaran ada baiknya kita menanyakan kabar peserta didik kita, dan kalau kita olahraga jurusan kita bidang studi PJOK pada awal pembelajaran kita harus melakukan pemanasan, jadi jawabnya iya, kita harus melakukan pemanasan memperbaiki fisik mereka dan menanyakan kabar mereka”.<sup>48</sup>

Terkait dengan keterampilan membuka pelajaran ini juga ada baiknya kita menyinggung kembali pelajaran sebelumnya. Hal ini termasuk dalam usaha guru untuk mempersiapkan siswa secara fisik dan juga fisikis. Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu guru menyinggung sedikit materi sebelumnya kepada siswa, seperti menanyakan siapa saja yang masih ingat dan bisa melakukan gerakan dari pelajaran sebelumnya.<sup>49</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK yaitu:

“Untuk pembelajaran begitu kita masuk materi yang baru, kita harus mengingatkan kembali kepada murid kita materi yang sebelumnya, misalnya pelajaran bola kasti, minggu kemaren

---

<sup>47</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Oktober”, Pukul 11.00 Wib.

<sup>48</sup>Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 10123 Sipirok, *Wawancara* Senin, 14 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 WIB.

<sup>49</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 14 “Oktober” 2024, Pukul 10.30 Wib.

mereka sudah belajar melempar, untuk pembelajaran yang baru kita mulai untuk pemukulan ada baiknya kita melakukan pengulangan dimateri melempar supaya mereka lebih ingat dan lebih pas. Jadi memang kita harus melakukan pembelajaran dan mengingatkan kepada siswa pembelajaran sebelumnya, atau wajib mengulang materi sebelumnya”.<sup>50</sup>

Agar siswa yang berkemungkinan sudah lupa dengan pelajaran sebelumnya maka akan ingat kembali dan akan mempermudahnya untuk mengikuti pelajaran yang baru. Kemudian juga guru juga perlu mempersiapkan peserta didik untuk pemanasan. Dari itu dapat disimpulkan bahwa pentingnya menyiapkan peserta didik secara fisik dan fisiki ialah agar perhatian siswa penuh tertuju pada kegiatan pembelajaran. Seperti menanyakan kabar peserta didik, memuji penampilan mereka, dan menanyakan kegiatan belajar mereka.

Dalam kegiatan mengajar ini juga setelah bagian pendahuluan akan di temui tahapan bagian inti dimana kegiatan ini merupakan kegiatan yang membutuhkan cara, strategi, metode, dan juga model yang di terapkan agar peserta didik lebih tertarik dan penasaran dengan pelajaran. Dan juga akan lebih semangat untuk mengikuti pelajaran. Seperti hasil observai peneliti yaitu guru pjok memberikan praktek langsung kepada siswa dan materi pelajaran

---

<sup>50</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Senin, 14 “Oktober” 2024, Pukul 11.00 Wib.*

yang ada. Seperti guru pjok langsung memberikan siswa kelas III memukul bola secara bergantian di lapangan.<sup>51</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK yaitu:

“Model dan Strategi sebenarnya tergantung kelas yang dimasuki dan sesuai siswanya. Sebab terkadang dari siswa kelas rendah, anak-anak lebih suka banyak bermain dari pada serius dalam memahami materi. Dari kelas 1,2,3 mereka sangat sulit untuk memahami materi, jadi pelajaran yang diberikan langsung kepraktek dan bercanda sambil bermain”.<sup>52</sup>

Untuk memberikan variasi belajar yang menarik bagi murid bukanlah dengan satu cara saja atau bukan dengan cara yang itu-itu saja setiap pertemuan pembelajaran. Maka untuk memberikan hasil yang maksimal dari yang diharapkan itu, semestinya memakai cara yang tidak monoton yaitu hanya satu strategi saja. sebab murid yang diajarkan itu sangat berbeda-beda setiap orangnya, ditambah lagi jika dilihat dari jenjang usianya. Dengan begitu guru diharapkan pandai memakai startegi yang cocok untuk di pakai saat pembelajaran dilakukan.

Dalam menyesuaikan pembelajaran yang ada dengan silabus yang sudah dipersiapkan sebelumnya itu tergantung situasi dan kondisi

---

<sup>51</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 15 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 Wib.

<sup>52</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin, 14. “Oktober” 2024, Pukul 11.00 wib.

yang ditemui di lapangan. Akan tetapi tetap menyampaikan isi materi pelajaran kepada siswa. Dengan itu materi pelajaran sudah diketahui langkah yang harus dilakukan juga yaitu dengan menyinggung pelajaran sebelumnya.

Hal ini guru seharusnya berinisiatif untuk mengaitkan materi pelajaran sebelumnya kemateri yang akan di pelajari. Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu materi yang ada disilabus guru PJOK tersebut yang diajarkan kepada siswa dilapangan. Semua matri dalam persemesternya sudah disusun dalam bentuk silabus.<sup>53</sup>

Adapun yang dilakukan guru PJOK, dengan informasi yang didapat melalui wawancara peneliti dengan beliau terkait dengan kesesuaian materi pelajaran yang diajarkan sudah sesuai dengan yang ada di silabus yaitu:

“Materi pelajaran mengacu kepada materi sebelumnya itu memang sudah wajib mengerjakan silabus, RPP, barulah kita tau proses pembelajaran kita dan capaian untuk persiapan persemester dan pertahun kemudian kita wajib mengerjakan silabus dan RPP supaya kita tau dan anak-anak juga tau materi pelajarannya”.<sup>54</sup>

Jadi, tujuan mengaitkan materi sebelumnya dengan kepada materi yang akan di pelajari ini, bertujuan untuk memudahkan untuk mengetahui dan mengingat apa saja materi-materi yang dipelajari untuk persemester dan pertahunannya.

---

<sup>53</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 Wib.

<sup>54</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin, 14. “Oktober” 2024, Pukul 12.00 wib.

### b. Kegiatan Inti

Setelah pendahuluan dalam kegiatan pembelajaran ini sudah tercapai, maka selanjutnya akan masuk ketahapan inti, dimana guru berupaya menyampaikan segala inti materi pelajaran dengan mudah di pahami dan diterima oleh peserta didik, seperti dalam hasil observasi peneliti yaitu guru barisan murid-murid supaya Memiliki keempatan secara bergantian melakukan gerakan permainan yang dipelajari. Bagi siswa yang tidak bisa melakukannya, guru memberikan 3 kali kesempatan agar siswa tersebut sampai bisa melakukan gerakan yang diberikan oleh guru.<sup>55</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK berikut ini :

“ Tergantung kelas anak yang dimasuki, seperti kelas satu, anakanak sulit mengerti dengan gerakan-gerakan sulit. Jadi disesuaikan aja dengan gerakan yang efesien dengan mengurangi gerakan yang rumit untuk mereka. Jadi membuat gerakan tersebut dengan inisiatif dan kreatif guru masing-,asing”<sup>56</sup>

Jadi dapat disimpulkan bahwa mengawali pembelajaran, khususnya bidang olahraga, guru harus melihat jenjang kelasnya terlebih dahulu, sebab bisa di samakan gerakan untuk kelas tinggi dan kelas rendah. Terlebih lagi yang kelasnya dalam kelas rendah maka akan

---

<sup>55</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada tanggal 13 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib.

<sup>56</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Senin, 14. “Oktober” 2024, Pukul 12.00 wib.*

lebih sulit mengerti dan melakukan gerakan-gerakan yang rumit. Dengan itu, guru harusnya memberikan gerakan yang mudah untuk ditiru dan dipahami oleh siswa.

Setelah tahapan afektif diberikan kepada siswa, maka yang selanjutnya yang diberikan adalah tahapan kognitif. Pada tahapan kognitif ini peserta didik mendapatkan masukan informasi sebagai bahan pola gerak dalam memorinya. Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu untuk siswa yang kurang bisa melakukan gerakan-gerakan yang diberikan guru yaitu dengan memberikan setengah dari aturan main yang sudah ditentukan sebelumnya agar siswa yang tidak bisa dapat melakukannya. Mereka tidak sempurna seperti kawan-kawan yang lainnya.<sup>57</sup>

Dari yang dilakukan guru PJOK dalam wawancara peneliti dengan beliau yaitu:

“Masalah gerakan yang diperoleh anak-anak kita, kita tidak biasa mengatakan 100% gerakan mereka sudah sesuai yang kita ajarkan atau dengan kemauan kita, seperti anak tidak semua bisa melakukannya. Maka dengan itu saat pembelajaran kita harus bisa memodifikasi gerakan agar anak bias faham”.<sup>58</sup>

Ferekuensi unjuk kerja gerak setiap peserta didik pada dasarnya melalui alat indra yang dimilikinya. Seperti pengelihatan, penciuman, dan juga sentuhan. Hingga semakin sederhana dan

---

<sup>57</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 Wib.

<sup>58</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu, 16. “Oktober” 2024, Pukul 12.00 wib.*

jelasnya informasi yang diberikan maka akan cepat di terima dan disimpan dalam memory si anak. Dengan begitu, sebagai guru harus bisa memberikan contoh dan informasi agar anak bisa memberikan hasil gerakan seperti yang diharapkan.

Dari itu, untuk pembelajaran dalam memudahkan peserta didik memahami pelajaran, guru perlu menggunakan alat dan media yang mampu membantu mempermudah pemahaman bagi peserta didik. Seperti dalam hasil observasi peneliti yaitu untuk alat dan media disekolah ini sudah ada dan memadai. Sekolah sudah mempunyai peralatan olahraga yang dibutuhkan seperti peralatan untuk permainan bola kasti, permainan untuk bulu tangkis, permainan untuk bola kaki, dan peralatan untuk permainan olahraga lainnya.<sup>59</sup>

Dari hasil wawancara peneliti dengan Guru PJOK bahwa terkait penggunaan alat seefektif mungkin yaitu:

“Alhamdulillah fasilitas yang ada disekolah aman dan sudah ada semua karena memang itu kewajiban untuk olahraga dilapangan harus memakai fasilitas lengkap. Walaupun tidak ada pembelajaran yang tidak ada fasilitasnya seperti kondisi rusak maka dapat dilakukan modifikasi dengan apa yang ada sesuai dengan permainan dilakukan. Untuk kendala yang pernah dialami seperti misalnya bulutangkis. Kendalanya yaitu netnya rusak maka digantikan dengan memakai tali plastik sebagai net”<sup>60</sup>

---

<sup>59</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 14 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 Wib.

<sup>60</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Jumat, 18. “Oktober” 2024, Pukul 12.00 wib.*

Dalam menggunakan alat dan media seefektif mungkin, ini sudah memang merupakan kewajiban. Terutama dalam pelajaran olahraga yang senantiasa menggunakan alat sebagai pendukung pembelajaran. Dan dapat disimpulkan, disekolah ini sudah memiliki fasilitas lengkap namun terkadang ada fasilitas yang sudah rusak dan tak layak lagi untuk digunakan, sehingga guru olahraganya memberikan inisiatif mencari solusi sebagai pengganti fasilitas yang tidak layak pakai lagi.

Layaknya yang sudah dirancang sebelumnya dalam RPP, semua kegiatan pelaksanaan pembelajaran sudah dirancang dalam alokasi waktunya masing-masing setiap tahap. Sehingga bisa digunakan untuk berapa lama waktu yang diperlukan dalam melakukan pendahuluan, kegiatan inti, dan penutupan. Dengan tujuan tujuan pembelajaran, seperti dalam hasil observasi peneliti untuk pengunaan alokasi waktu pelajaran PJOK di sekolah ini tidak sesuai dengan yang ada di RPP, selalu kurang maksimal dalam mencapai tujuan pembelajaran yan dirancang .<sup>61</sup>

Sesuai juga dengan hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK di sekolah terkait dengan kesesuaian alokasi waktu di RPP dengan yang dipakai di lapangan yaitu:

“Alokasi waktu di RPP dan dilapangan tidak sesuai, karenma anak-anak harus mengganti pakaian terlebih dahulu. Dan

---

<sup>61</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 14 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 Wib.

kemudian juga menunggu anak-anak keluar dari kelas, menunggu pelajaran sebelumnya yang belum selesai dari tugasnya. Jadi pada dasarnya dilapangan tidak semua tercapai sesuai dengan yang di RPP”.<sup>62</sup>

Untuk pelajaran olahraga di sekolah ini dapat di simpulkan memang tidak bisa menggunakan kesesuaian waktu yang sudah dipersiapkan sesuai dengan RPP dengan di lapangan. Sebab pada pelajaran olahraga ini harus menggunakan pakaian khusus olahraga terlebih dahulu, yang mana peserta didik masih harus menyita waktu untuk mengganti pakaian dan ditambahlagi anak-anak yang suka bermain. Sehingga dalam menggunakan waktu untuk mengganti kostum saja pasti ada anak yang menyempatkan waktunya untuk bermain dan bersenda gurau dengan temannya.

Untuk pembelajaran, seluruh kegiatan pembelajaran guruy dituntut untuk selalu ada dan jadi fasilitator bagi peserta didik. Selain itu guru juga berperan pengawas bagi murid. Sehingga kendala-kendala yang ditemui murid bisa diselesaikan dengan adanya guru bersama mereka sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu sebagaimana guru memantau dan ada pada saat jam pelajaran berlangsung, akan tetapi terkadang guru tidak selalu ada bersama siswa dikarenakan ada kegiatan lain, sehingga guru hanya memberikan tugas berolahraga kepada murid.<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Sabtu, 19. "Oktober" 2024, Pukul 12.00 wib.*

<sup>63</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 15 "Oktober" 2024, Pukul 09.30 wib.

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK terkait dengan pemantauan siswa saat berlangsungnya pelajaran yaitu:

“Saat pembelajaran berlangsung hal wajib dilakukan guru untuk memperbaiki murid, karena jika tidak diperhatikan akan ada anak yang akan malas untuk berolahraga, ,malas untuk belajar, jika misalnya sianak salah dan tidak diperhatikan, maka yang timbul adalah anak akan malas, jadi itu merupakan hal yang wajib dilakukan”.<sup>64</sup>

Jadi, selama proses belajar mengajar berlangsung, guru-guru senantiasa memperhatikan siswa, kegiatan yang dilakukan siswa, sebab tidak semua siswa bisa fokus untuk belajar, apalagi anak sesuai sekolah Dasar (SD). konsentrasiya mudah untuk berubah-ubah. Mereka lebih suka bermalas-malasan jika dikasi kepada mereka materi pelajaran. Akan tetapi jika mereka dibiarkan maka si anak akan bermain bebas sesuka mereka, terlebih lagi disebabkan usia mereka yang sangat membutuhkan perhatian lebih dari guru. Dengan adanya perhatian dari guru maka mereka akan berlomba-lomba melakukan gerakan yang bagus, mereka akan semangat melakukan dan melaksanakan apa yang diperintahkan oleh guru.

Oleh sebab itu seharusnya terkhusus guru olahraga tidak meninggalkan peserta didik di lapangan bermain bola, dan sejenis permainan lainnya dalam olahraga. Guru sepantasnya tatp mengawasi peserta didik dan mengoreksi seluruh gerakan, seluruh

---

<sup>64</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Sabtu, 19. "Oktober" 2024, Pukul 12.00 wib.*

aktivitas mereka hingga pembelajaran selesai. Agar tujuan pembelajaran yang telah disusun dalam RPP dapat tercapai.

Selain memberikan perhatian kepada murid, guru seharusnya memberikan dorongan dan dukungan kepada siswa agar siswa semakin semangat dalam belajar. Misalnya dengan selalu memberikan motivasi yang membangun yang bisa membantu mengembangkan semangat dan minat siswa dalam belajar. Dari hasil observasi peneliti di sekolah ini yaitu dengan memberikan pujian terhadap setiap anak yang mendapat giliran melakukan olahraga. Seperti dengan mengatakan si pulan nantiya akan menjadi atlet bola, si pulan nantinya akan menjadi atlet lari, begitulah cara guru PJOK memberikan motivasi kepada siswanya.<sup>65</sup>

Seperti, hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK terkait motivasi yang diberikan yaitu :

“Motivasi yang diberikan kepada anak SD yaitu dengan bercanda, tetap diarahkan mereka untuk sering bergerak super aktif. Karena jika tidak melakukan pembicaraan dan bercanda mereka juga akan bosan. Jadi, dengan mengatakan (kita olahraga) saja mereka sudah senang. Motivasi yang diberikan untuk kelas rendah dan kelas tinggi sama, dengan mengatakan kepada mereka (jika kau mau belajar bagus maka kamu akan bisa menjadi atlet). Dengan seperti itu saja mereka sudah bersemangat”.<sup>66</sup>

---

<sup>65</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 15 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 wib.

<sup>66</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Sabtu, 19. “Oktober” 2024, Pukul 12.00 wib.*

Jadi, terkait dengan pemberian motivasi, semua individu layaknya membutuhkan motivasi. Terlebih lagi usia anak SD, yang mereka butuhkan adalah motivasi yang tinggi, sebab mereka sangat membutuhkan pengarahan positif. Anak SD juga pada umumnya sangat suka bermain dan bergerak. Dengan begitu pelajaran olahraga ini merupakan pelajaran yang sangat cocok bagi mereka.

Dengan begitu guru sangat diharapkan untuk memberikan dorongan, untuk memberikan pujian serta motivasi kepada siswa, agar siswa lebih semangat pada saat belajar. Dan jika anak sudah bisa bersemangat saat belajar olahraga maka anak juga akan bersemangat dimata pelajaran lain.

Selain motivasi dari pembelajaran, yang dibutuhkan oleh peserta didik yaitu variasi dalam pembelajaran. Tindakan ini dilakukan supaya adanya pengurangan kebosanan dalam keberlangsungan pembelajaran. Dengan cara yang itu-itu saja yang digunakan oleh guru maka peserta didik akan merasa bosan dan akan menyebabkan rasa malas bagi mereka. Melakukan kegiatan secara terus-menerus bisa menurunkan semangat dalam belajar.

Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu variasi pembelajaran yang diberikan guru itu dengan pembelajaran sebelumnya berbeda dengan pelajaran yang akan dilaksanakan dan juga pembelajaran yang akan datang. Seperti pembelajaran

sebelumnya anak-anak belajar menangkap bola yang dilambungkan oleh guru, maka pelajaran yang akan di mulai siswa belajar menangkap bola yang dilambungkan oleh guru kemudian berganti dengan teman sejawadnya sendiri yang akan melambungkan bola tersebut dan siswa lainnya yang menangkap bola secara bergantian.<sup>67</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK di Sekolah Dasar (SD) Sipirok ini yaitu:

“Melihat usia dan perkembangan anak. Kemudian memodifikasi pembelajaran supaya anak bisa. Misalnya, ada satu anak yang tidak bisa melompat tinggi, tidak apa-apa kita bantu misalnya kita pakai kursi biar sianak bisa merasakan seperti apa yang dilakukan kawankawannya. Bagaimana cara dia memukul juga jika tidak bisa, maka usahakan gerakannya saja yang ia bisa. Yang terpenting modifikasi pembelajaran agar anak bisa ikut belajar, jadi anak bisa di usahakan mengetahui pembelajaran meskipun pencapaian si anak berbedabeda. Tergantung kemampuan masing-masing anak”.<sup>68</sup>

Jadi, bapak ini membuat variasi pembelajarannya terlebih dahulu menyesuaikan kepada jenjang usianya dan perkembangan yang dimiliki si anak. Sebab variasi yang diberikan juga tidak cocok dengan usia mereka sama saja tidak berhasil. Siswa tetap saja akan merasa bosan, kemudian anak yang bosan biasanya cenderung akan mengganggu proses belajar mengajar.

---

<sup>67</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 15 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 wib.

<sup>68</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Sabtu, 19. “Oktober” 2024*, Pukul 12.00 wib.

Setelah menyesuaikan kelas atau usia anak dengan variasi yang akan diberikan ini dapat membuat anak menjadi konsentrasi dan termotivasi, hingga proses belajar mengajar akan berjalan sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Maka seharusnya guru mengetahui tindakan-tindakan apa yang dilakukan ketika membuka, dalam proses inti pembelajaran, dan juga penutup pembelajaran.

### c. Kegiatan Penutup

Kegiatan membuka dan menutup pembelajaran adalah komponen yang sangat penting dalam proses belajar pembelajaran. Proses membuka dan menutup pembelajaran merupakan inti dari kegiatan belajar mengajar. Kesalahan dalam keterampilan membuka dan menutup pembelajaran, akan berakibat langsung kepada hasil pembelajaran. Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu guru menyimpulkan pembelajaran dengan cara menanyakan kepada siswa gerakan apa saja yang telah dilakukan mereka dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran.<sup>69</sup>

Jadi, yang dimaksud dengan menutup pembelajaran yaitu bukanlah mengucapkan salam dan hamdalah atau doa pada setiap selesai pembelajaran, karena kegiatan-kegiatan tersebut memang sudah seharusnya dilakukan setiap mengakhiri suatu kegiatan. Akan tetapi, penutupan pembelajaran yang dimaksud yaitu guru

---

<sup>69</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober” 2024, Pukul 08.00 wib.

mengemukakan kembali pokok-pokok pembelajaran supaya siswa memperoleh gambaran yang utuh tentang pokok materi pelajaran dengan hasil belajar yang sudah dipelajari.

Dalam menutup pembelajaran merupakan pemberian gambaran menyeluruh tentang apa yang telah dipahami dan dipelajari oleh siswa, hal ini dapat dievaluasi dan disimpulkan oleh guru bersama siswa sebagai usaha untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam menyerap pelajaran, dan menentukan titik pangkal untuk pelajaran berikutnya.

Seperti biasanya setelah pembelajaran berhasil dirampungkan maka tidak jarang guru akan memberikan tugas kepada siswanya untuk dikerjakan di luar jam sekolah (PR). Tindakan ini bertujuan supaya siswa mengulang pelajaran yang baru saja dipelajari dan juga agar supaya mengetahui terlebih dahulu pelajaran yang selanjutnya. Sebagaimana hasil observasi peneliti yaitu di akhir jam pelajaran setelah pelajaran disimpulkan guru tidak sering membrikan PR kepada siswanya.<sup>70</sup>

Dari hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK berikut ini yaitu:

“Diakhir pembelajaran pemberian tugas tidak setiap pertemuan, dan memberikan tugas itu saat menjelang ujian dengan memberikan tugas, misalnya saat akan ada ujian MID dan ujian semester, maka kita akan masuk kelas dan akan memberikan materi. Dan juga untuk pelajaran olahraga tidak

---

<sup>70</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober “ 2024, Pukul 09.30 wib.

ada tugas hanya saja misalnya materi bulutangkis, maka kita bisa menyuruh anak untuk sering berlatih di rumah”.<sup>71</sup>

Jadi, penerapan pemberian tugas pada mata pelajaran olahraga disekolah ini yaitu tidak selalu memberikan tugas di akhir pelajaran, sebab pembelajaran olahraga yang dibutuhkan itu anak senantiasa aktif untuk bergerak, supaya kebugaran jasmaninya akan terus ada dan berkembang. Selain itu juga anak hanya perlu mengakui pelajaran dengan teman-temannya diluar jam pelajaran atau dilingkungan rumahnya. Pelajaran olahraga ini pada umumnya kebanyakan terkait kedalam bentuk permainan. Seperti bulu tangkis, bola kasti, dan lain sebagainya. Termasuk dalam permainan yang diminati dan sering dilakukan anak.

Pemberian tugas pada pelajaran olahraga disekolah ini yaitu ketika sedang akan mendekati waktu ujian. Disaat itulah guru memberikan tugas seperti memberikan tugas mencatat materi pelajaran. Hal ini dapat membantu siswa agar bisa menjawab soal berbentuk tulisan pada saat ujian semester di adakan. Dan juga pemberian tugas ini bertujuan memperkuat ingatan dan pengetahuan siswa dari aplikasi yang sudah dilakukannya di lapangan dan diperkuat dengan materi tulisan yang dipelajari.

Setelah semua telah dilaksanakan, dari keterampilan membuka pelajaran, proses pelaksanaan pembelajaran dan juga keterampilan

---

<sup>71</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Selasa, 22. "Oktober" 2024, Pukul 09.00 wib.*

menutup pembelajaran tercapai, maka hal terakhir yang perlu dilakukan guru adalah menginformasikan materi pelajaran selanjutnya kepada peserta didik. Sebagaimana hasil observasi peneliti terhadap penginformasian pembelajaran selanjutnya terhadap siswa disini, guru PJOK tidak lupa untuk mengingatkan kepada siswanya akan materi minggu depan. Dan juga guru PJOK mengingatkan hal apa saja yang perlu dipersiapkan oleh siswa.<sup>72</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK terkait dengan penginformasian pembelajaran sebagai berikut yaitu:

“Kepada pendidik setiap pertemuan pembelajaran memang sebenarnya seperti itu. Pada saat pembelajaran, materi yang sebelumnya harus diterangkan, dan materi yang berlangsung harus kita ajari dan materi yang akan datang harus diberitahu dengan tujuan supaya minggu depannya mereka (pendidik) bisa mempersiapkan diri”.<sup>73</sup>

Jadi, memang seharusnya guru harus menginformasikan materi pelajaran kepada peserta didik. Hal ini bertujuan agar siswa bisa membaca terlebih dahulu materi yang selanjutnya, sehingga ketika pelajaran akan di pelajari maka sudah ada sedikit yang diketahui oleh siswa.

## 2. Hasil wawancara dengan siswa

- a) Terkait dengan pelaksanaan belajar mengajar, sudah memang seharusnya ada feedback antara guru dengan siswa agar pembelajaran semakin bisa mencapai tujuan pembelajaran. Dalam

---

<sup>72</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 wib.

<sup>73</sup> Herlinda Sakinah Nasution, Guru PJOK SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Selasa, 22. “Oktober” 2024, Pukul 09.30 wib*

hal ini bukan saja guru yang selalu memberikan penilaian terhadap siswanya, namun dalam hal ini siswa juga berhak memberikan pendapat terhadap gurunya. Terkait dengan cara guru melakukan pembelajaran olahraga. Seperti guru berhak memberikan pendapat mengenai cara guru dalam mengajarkan pelajaran olahraga. Sebagaimana hasil wawancara dengan Ahmad Fauzi, dia mengatakan bahwa:

“Ibu guru mengajarkan dengan sangat semangat. Kadang marah-marah kalau ada yang ribut. Selalu di suruh berbaris baru berlari-lari keliling lapangan”.<sup>74</sup>

Hasil wawancara dengan Riri Pane, ia mengatakan bahwa:

“Ibu guru kalau mengajar pasti enak, bisa bermain, tapi kadang yang kuatan suara ibu itu kak”<sup>75</sup>

Hasil Wawancara dengan Adelina Putri, ia mengatakan bahwa :

“ibu guru kalau mengajar olahraga semangat, disuruh untuk pemanasan duluan. Lari-lari keliling lapangan, yang ribut dikasi hukuman”.<sup>76</sup>

Hasil observasi peneliti yaitu, bapak guru bidang olahraga mengarahkan siswa untuk berlari-lari keliling lapangan untuk melakukan pemanasan. Disini juga guru memang harus tegas dan memakai nada suara yang agak naik. Karena anak-anak kadang tidak mendengarkan yang diperintahkan oleh guru.<sup>77</sup>

---

<sup>74</sup> Ahmad Fauzi, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib

<sup>75</sup>Ririn Pane, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib

<sup>76</sup>Adelina Putri , Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib.

<sup>77</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 wib.

b) Siswa juga mempunyai pendapat terhadap pilihan mata pelajaran yang diminati dan disukai oleh masing-masing siswa, sebagaimana pendapat pendapat siswa terkait dengan pelajaran olahraga merupakan pelajaran yang mereka sukai atau tidak dapat dilihat dari hasil wawancara dengan Annisa Siregar, ia mengatakan:

“Pelajaran olahraga itu enggak enak, banyak bergerak, capek buk, tambah lagi panas di lapangan”.<sup>78</sup>

Hasil wawancara dengan ikhsan Azwari, ia mengatakan bahwa:

“pelajaran olahraga adalah pelajaran yang menyenangkan, bisa kejar-kejaran sama kawan”.<sup>79</sup>

Hasil wawancara dengan Amira khairani, ia mengatakan bahwa:

“menurut saya pelajaran olahraga itu tidak enak, pelajaran yang paling tidak saya sukai yang kedua dari pelajaran matematika, capek kalau belajar olahraga”.<sup>80</sup>

Hasil observasi peneliti yaitu, pada saat jam pelajaran olahraga, banyak dari siswa perempuan yang malas bergerak, malas untuk mengikuti gerakan yang diberikan guru, bahkan malas untuk mengikuti gerakan yang diberikan guru, bahkan saat menunggu giliran untuk melakukan gerakan tersebut banyak siswa perempuan jongkok ditaras. <sup>81</sup>

c) Terkait dengan jawaban siswa mengenai pelajaran olahraga beserta dengan alasan-alasannya. Sebagaimana hasil wawancara dengan Amelia ,ia mengatakan bahwa:

---

<sup>78</sup> Annisa Siregar, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib.*

<sup>79</sup> Ikhsan azwari Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib*

<sup>80</sup> Amira Khairani, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Senin 21 “Oktober” 2024, Pukul 09,00 Wib*

<sup>81</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 wib.

“Pelajaran olahraga bukan pelajaran yang saya nsukai, karena pelajaran ini capek , banyak bergerak, lari-lari, kesana sini. Apalagi olahraganya nanti lomba lari, main bola kasti, abis itu capek kali lah itu”.<sup>82</sup>

Hasil wawancara dengan Dina Sari, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang tidak saya sukai, karens pelajaran ini haus capek, lari-lari kesana sini. Apalagi olahraganya nanti lomba lari, main bola kasti, abis itu capek kali lah itu”.<sup>83</sup>

Hasil wawancara dengan Azka Mahardi, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu yang paling saya sukai, bisa main bola sama kawan kawan. Bisa kejar-kejaran, dan bisa lobma siapa paling cepat lari”.<sup>84</sup>

Hasil wawancara dengan Naura Siregar, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu, pelajaran yang tidak saya sukai karena aku malas harus lari-lari. Capek kali buk, kalu malam sakitlah itu kaki ku buk”.<sup>85</sup>

Hasil wawancara dengan Putri Hasanah, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang tidak saya sukai, karena banyak bermain-main. Aku paling enak belajar menggambar, karena menggambar itu tidak di panas-panasan”.<sup>86</sup>

Hasil wawancara dengan safrizal, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang paling saya sukai, karena bisa bermain bola”.<sup>87</sup>

---

<sup>82</sup> Amelia, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib

<sup>83</sup> Dina Sari, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib

<sup>84</sup> Azka Mahardi, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib.

<sup>85</sup> Naura Siregar, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib.

<sup>86</sup>Putri Hasanah, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.00 Wib.

<sup>87</sup> Safrizal, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara* Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 Wib

Hasil wawancara dengan Ali Ridwan, ia mengatakan bahwa:

“pelajaran plahraga adalah pelajaran yang tidak pala saya suka. Kerena kadang bisa bermain sama kawan-kwan di luar jam istirahat, terus kadang kalau olahraga yang capekan kalau abis lari-lari sama kawan-kawan”.<sup>88</sup>

Berdasarkan hasil observasi peneliti bahwa dapat di simpulkan dari melihat semangatnya mereka (siswa) pada saat pembelajaran olahraga. Kebanyakan dari siswa perempuan malas untuk memperhatikan dan melakukan gerakan-gerakan yang diberikan. Hal ini menandakan kurangnya minat mereka terhadap pelajaran olahraga. Akantetapi sebagian lagi, kebanyakan dari siswa laki-laki memang suka dengan pelajaran olahraga, karena dengan berolahraha mereka akan bisa bermain bola dan juga ada yang sampai membayangkan dirinya sebagai pemain bola terkenal.<sup>89</sup>

d) Kemudian pendapat siswa terhadap cara yang dipaki guru agar selama pembelajaran itu tidak membosankan seperti hasil wawancara dengan Gustri Nadya, ia mengatakan bahwa:

“Ibu guru sering mengajak belajar di luar kelas, membiarkan kami bermain bola dilapangan”.<sup>90</sup>

Hasil wawancara dengan Andi Halim, ia mengatakan bahwa:

“Ibu guru selalu memberikan pelajaran dilapangan, praktik langsung, memberikan kami bermain sama kawan sekelas”.<sup>91</sup>

Hasil wawancara dengan Raini, ia mengatakan bahwa:

---

<sup>88</sup> Ahmad Ridwan, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.00 Wib.*

<sup>89</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 16 “Oktober” 2024, Pukul 10.30 wib.

<sup>90</sup> Gustri Nadya, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 09.30 Wib*

<sup>91</sup> Andi Halim, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.30 Wib*

“ibu guru tidak menyuruh kami menvatat, sering mengajak olahraga di luar, kadang sering bercanda dengan kawan, (kadang di panggil nama kawan dengan nama yang lawak-lawak”.<sup>92</sup>

Hasil wawancara dengan Ratna Sari, ia mengatakan bahwa:

“Ibu guru kalau mengajar harus dapat giliran semua, misalnya kalau belajar memukul bola kasti, ibu menyuruh kami bergantian, biarpun ada kawan yang tidak pandai”.<sup>93</sup>

Sebagaimana hasil observasi peneliti bahwa Ibu Herlinda selaku guru olahraga di sekolah ini, mengajak siswa melakukan pemanasan sebelum pelajaran. Mengarahkan berbaris terlebih dahulu, kemudian lari-lari tiga kali keliling lapangan. Kemudian mengajak siswa belajar memukul dan melempar bola secara bergantian kemudian selebihnya membiarkan siswa untuk bermain bersama kawan-kawannya.<sup>94</sup>

e) Terkait dengan kelengkapan alat disekolah pada saat pelajaran olahraga sebagaimana hasil wawancara dengan Winda Ariani, ia mengatakan bahwa:

“Peralatan olahraganya ada bola kaki, ada bola kasti, ada raket, dan bola volli”.<sup>95</sup>

Hasil wawancara dengan Sukmawati, ia mengatakan bahwa:

“Perlengkapan olahraga ada semua, ada bola kaki, ada bola volli, ada bulu tangkis, bola kasti pun ada”.<sup>96</sup>

---

<sup>92</sup> Raini, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.30 Wib*

<sup>93</sup>Ratna Sari , Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.30 Wib*

<sup>94</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 23 “Oktober “ 2024, Pukul 10.40wib.

<sup>95</sup> Winda Ariani, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.45 Wib.*

<sup>96</sup> Sukmawati, Siswa SD Negeri 101231 Sipirok, *Wawancara Rabu 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.45 Wib*

Sebagaimana hasil observasi peneliti, untuk perlengkapan olahraga di sekolah ini memang sudah lengkap terkait dengan permainan bola. Saat mereka akan bermain bola besar, seperti bola kaki, bola volli dan juga bola kasti maka siswa tinggal menjemput bola dan peralatan yang mereka butuhkan ke ruang guru.<sup>97</sup>

### C. Analisis Hasil Penelitian

Analisis hasil penelitian yang berjudul pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan dan berdasarkan hasil observasi serta wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah, guru olahraga, dan juga siswa siswi SD Negeri 101231 Sipirok ini dalam pelaksanaan proses pembelajaran yang dilakukan.

Seperti yang diketahui dalam proses belajar mengajar merupakan upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan di sekolah . dalam pendidikan juga yang paling dominan terlibat dalam kegiatan yang di temui sehari-hari adalah peserta didik. Dalam hal ini yang paling di tekakankan sebagai tugas guru yaitu mendidik, mengajar, dan melatih. Guru merupakan salah satu faktor dominan yang sangat menentukan keberhasilah proses belajar mengajar. Sebab ditangan gurulah letak tanggung jawab kegiatan pendidikan.

Seperti halnya yang dituntut kepada guru ialah bukan saja saat dilakukannya pembelajaran di dalam kelas, akan tetapi sebelum melakukan

---

<sup>97</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 23 “Oktober” 2024, Pukul 10.40 wib.

pembelajaran juga guru harus sudah berperan untuk berhasilnya suatu proses pembelajaran. Dalam hal ini mulai dari persiapan sebelum pembelajaran yaitu mempersiapkan RPP, hingga tahapan-tahapan yang ada dalam pembelajaran, dari komponen membuka (membuka), proses pelaksanaan pembelajaran sampai komponen penutup pembelajaran mak guru memang harus selalu aktif, agar tujuan pembelajaran yang diinginkan dapat tercapai dengan maksimal. Dari itu seperti hasil penelitian dari peneliti sebagai berikut:

1. Dalam pembuatan RPP sudah di sesuaikan terlebih dahulu dengan silabus, sebab silabus ini merupakan acuan dan pedoman dalam mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran.
2. Dalam persiapan pembuka pembelajaran, guru memberikan ruang kepada siswa untuk refleksi awal seperti menanyakan kabar siswa, menanyakan kehadiran siswa (mengabsen), atau memberikan kegiatan kecil yang bisa dilakukan bersama-sama oleh siswa, kemudian tidak lupa juga guru seharusnya menyinggung pembelajaran sebelumnya agar peserta didik lebih terarah untuk bisa paham dengan materi yang akan di pelajari.
3. Dalam kegiatan proses pelaksanaan pembelajaran, guru perlu memperhatikan dan menjadi guru yang serba kreatif, aktif, dan inovatif dalam menggunakan model, startegi, metode dan teknik yang seharusnya cocok dengan siswa yang akan diajar. Dalam hal ini juga guru harus pandai memakai pendekatan yang sesuai dengan situasi dan

kondisi siswa saat dalam proses pembelajaran berlangsung. Dengan begitu guru perlu memahami terlebih dahulu siswanya, baik itu siswa yang kelas rendah maupun kelas tinggi, sehingga dalam menggunakan variasi pembelajaran guru lebih mudah untuk memodifikasi pembelajaran hingga mencapai pembelajaran yang bermakna dan menyenangkan.

4. Atas kemampuan dan hasil yang di peroleh siswa guru memberikan reward dan dan motivasi yang bisa memberikan dampak positif terhadap semangat belajar dan prestasi siswa.
5. Dalam kegiatan penutupan pembelajaran, guru memberikan kesimpulan atas pembelajaran yang baru saja di pelajari, dalam hal ini boleh guru langsung yang menyimpulkan, boleh juga di didiskusikan bersama-sama dengan siswa sekaligus guru memberikan penilaian sejauh mana siswa paham dan mengerti atas apa yang baru saja dipelajari. Dan juga dalam penutupan pembelajaran ini guru hendaknya menginformasikan pembelajaran selanjutnya kepada siswa dengan tujuan agar siswa mengetahui dan punya persiapan untuk belajar.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Seluruh rangkaian penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan. Sesuai dengan langkah-langkah yang ditetapkan dalam metodologi penelitian. Hal ini yang dimaksud agar hasil yang diperoleh benar-benar objektif dan

sistematis. Namun demikian untuk mendapatkan hasil yang sempurna dalam penelitian ini sangat sulit, disebabkan berbagai hambatan.

Keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain adalah pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penelitian. Walaupun demikian hasil observasi yang dilakukan peneliti di SD Negeri 101231 Sipirok ini dapat menjawab kejujuran sumber data dan unit analisis data dalam memberikan jawaban dari daftar pertanyaan-pertanyaan yang di berikan peneliti.

Hambatan selalu ada tapi peneliti selalu berusaha sebaik-baiknya agar keterbatasan yang dihadapi tidak mengurangi makna penelitian. Berkat kerja keras dan bantuan semua pihak sekolah maka skripsi dapat di selesaikan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 101231 Sipirok ini yaitu sudah sesuai dengan tahapan pembelajaran yang dipersiapkan sebelumnya oleh guru PJOK, dan disesuaikan dengan RPP yang ada.

Dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK, di sini guru sudah menyiapkan peserta didik secara fisik dan psikis sebelum mengikuti pembelajaran. Mengaitkan Pelajaran sebelumnya agar siswa lebih paham untuk mengikuti Pelajaran sebelumnya agar siswa lebih paham untuk mengikuti Pelajaran yang akan dilaksanakan. Memberikan motivasi yang membangun kepada peserta didik menyesuaikan variasi pembelajaran dengan kelas dan usia peserta didik. Dalam pencapain yang diperoleh siswa saat pembelajaran tidak bisa dikatakan sempurna dari yang diajarkan, sebab kemampuan siswa ada yang tidak sesuai dengan yang kita harapkan. Namun dalam menyesuaikan alokasi waktu selama proses pembelajaran tidak sesuai dengan yang sudah dipersiapkan, sebab kemampuan siswa ada yang tidak sesuai dengan yang kita harapkan. Namun dalam menyesuaikan alokasi waktu selama proses pembelajaran tidak sesuai dengan yang sudah dipersiapkan, dikarenakan siswa harus menggunakan waktu mata Pelajaran PJOK untuk mengganti seragam olahraga. Dalam proses pelaksanaan pembelajaran juga gury memberikan

koreksi terhadap siswa namun banyak dari siswa yang tidak menyukai pelajaran dikarenakan Pelajaran yang aktif bergerak, oleh karena itu siswa banyak yang merasa capek dan bermalas-malasan. Dalam menutup pembelajaran yang sudah tercapai guru menyimpulkan Pelajaran Bersama sama dengan siswa. Untuk pemberian tugas tambahan di rumah guru jarang memberikannya kepada siswa dan di akhir Pelajaran guru selalu menginformasikan materi selanjutnya kepada peserta didik.

## **B. Saran**

Adapun saran-saran yang dapat peneliti berikan yaitu:

### 1. Bagi guru

Sebagai seorang Guru, hendaknya harus menjadi yang profesional dan kreatif. Mampu memberikan motivasi kepada siswa supaya siswa semakin menyukai Pelajaran olahraga, guru lebih bisa memberikan ide-ide yang bisa membangun semangat siswa agar lebih semangat lagi saat Pelajaran olahraga. Supaya siswa tidak ada yang bermalas-malasan bergerak saat pembelajaran berlangsung. Sebab Pelajaran olahraga ini sangat bagus bagi perkembangan dan pertumbuhan anak se usia Sekolah Dasar (SD)

### 2. Bagi siswa

Hendaknya siswa dapat belajar dengan sportif, siswa juga seharusnya harus semangat dalam semua mata Pelajaran khususnya di bidang Pelajaran olahraga. Karena olahraga dapat memberikan kebugaran bagi fisik mereka. Dan juga baik untuk pertumbuhan

mereka. Dan juga siswa seharusnya lebih pandai lagi untuk menggunakan waktu Pelajaran olahraga seefektif mungkin. Bukan digunakan untuk bermain dan bercanda dengan teman sejawatnya atau bisa bermain dan membeli makanan saat Pelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

Adang, Suherman. (2009) Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani Bandung: UPI.

Albadi Sinulingga dan Tarsyad Nugraha, (2017) Penerapan Pendekatan Ilmiah Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan Dan Dampaknya Pada Siswa SMA Negerii 15 Medan, jurnal pedagogik olahraga, Volume 03, No. 02, Desember.

Arif Munawar,(2016) Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMK Negeri Se-Kabupaten Bantul, Skripsi Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Asfiati, (2014) Manajemen Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berorientasi Pada Pengembangan Kurikulum 2013 Bandung: Ciptapustaka Media.

Burhan Bungin, (2003) Analisis Data Penelitian Kualitatif Pemahaman Filosofis Dan Metodologis Kearah Penguasaan Model Aplikasi Jakarta: PT. Grafindo Persada.

Depdiknas, ( 2006) Permendiknas. No.22 Tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, Jakarta: Depdiknas.

Diana Darmawati, Dkk, (2017) Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Ogan Komering Ulu Timur Sumatra Selatan, Dalam JournalOfPhysicalEducationAnd Sports, Volume 6, No. 2, Februari

Dimyati, (2009) Belajar Dan Pembelajaran Jakarta: PT Rineka Cipta.

Ending Komara, (2014) Belajar Dan Pembelajaran Bandung: PT Refika Aditama.

Fakultas Bahasa Dan Seni, Pelaksanaan Pembelajaran Biola Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di SD KanisusDemangan Baru 1 Yogyakarta, Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Fakultas Ilmu Keguruan Dan Tarbiyah, (2016) Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berdasarkan Kurikulum 2013 Di Sekolah Menengah Pertama Pengembangan dan Percontohan Se-Kabupaten Pati, Skripsi Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Fakultas keolahragaan, (2020) Kesiapan Guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Sekcamatan Depok Kabupaten Selamen Dalam Melaksanakan Pembelajaran Pjok Berdasarkan Kurikulum 2013, Skripsi Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Fakultas keolahragaan, (2014) Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 4 Depok Kab, Sleman, Skripsi Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta.

Givana,Nursa Nando. (2020) Kesiapan Guru Pjok Sekolah Dasar Negeri Sekcamatan Depok Kabupaten Selamen Dalam Melaksanakan Pembelajaran Pjok Berdasarkan Kurikulum 2013, Skripsi (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Hamdani, Dasar-Dasar Kependidikan (Bandung: CV Pustaka Setia, 2011.

Ihsan Ansory Dkk, (2017) Pelaksanaan Pembelajaran Tematik Sesuai Kurikulum 2013 di SD Muhammadiyah 03 Wajak, ElementarySchoolEducationJournal, volume 1 No. 1, Januari

Lubis, Maulana Arafat, (2018)Pembelajaran Tematik Di SD/MI Pengembangan Kurikulum 2013 Yogyakarta: Samudra Biru.

Melong, Lexi J, (1995) Metode Pendidikan Kuantitatif Jakarta: PT Raja Grafindo.

Moleong, Lexy J, (2006) Metode Penelitian Kualitatif Bandung: PT. Remaja Rosdakarya,

Muhibuddin Syah, (2003) Psikologi Belajar Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Nedra, Gentha Ainul Qoulbi, (2020) Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di Kelas XII SMA Negeri 1 Batusangkar Dilihat Dari Sudut Perencanaan, Proses, Dan Evaluasi, Dalam Jurnal Patriot, Volume, 2 Nomor 1.

Peraturan pemerintah republik Indonesia nomor 57 tahun 2021 tentang standar nasional pendidikan.

Purhanta Wahyu, (2010) Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis, Cet. Ke-1, Edisi Pertama Yogyakarta: Graha Ilmu,

Rahmat Permana, (2020) Teori Dan Praktik Pendidikan Jasmani Di Perguruan Tinggi Tasikmalaya: Edu Publisher,

Rangkuti ahmad Nizar, (2016) Metode penelitian Pendidikan (Bandung: Citapustaka Media, 2016)

Rangkuti, Ahmad Nizar, (2014) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, Dan Penelitian Pengembangan* Bandung: Cipta Pustaka Media.

Salinan Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar Dan Menengah: Jakarta.

Sudirman dan Rosmini Maru, (2015) *Implementasi Model-Model Dalam Bingkai Penelitian Tindakan Kelas Makasar*: Badan Penerbit Universitas Negeri Makasar.

Sugiono, (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* Bandung: Alfabeta,

Suharsimi Arikunto, (2016) *Penelitian Tindakan Kelas* Jakarta: PT. Bumi Aksara,

Sukardi, (2008) *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya* Jakarta: Bumi Aksara,

Sukmadinata, Nana Syaodih, (2017) *Metode Penelitian pendidikan cetakan Kedelapan* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Syaifuddin Azwar, (2004) *Metode Penelitian* Yogyakarta: Pustaka Pelajar,

Syaifuddin Azwar, (1999) *Metode Penelitian* Yogyakarta: Pustaka Pelajar,

Syaukani, (2002) *Titik Temu Dalam Dunia Pendidikan: Tanggung Jawab Pemerintah, Pendidik, Masyarakat Dan Keluarga Dalam Memangun Bangsa* Jakarta: Nusa Madani, .

Thubani Amas, “Pelaksanaan Pembelajaran Biola Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di Sd Kanisius Demangan Baru 1 Yogyakarta”, Skripsi Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta), Hlm.10 Fakultas Bahasa Dan Seni

UU R.I. No.20 Th. 2003 Tentang Sidiknas Dan Peraturan PP. R.I Th. 2010 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Dan Wajib Belajar Bandung: Citra Umbara, 2010.

## LAMPIRAN I

### Lembar Observasi Kegiatan Guru

Nama Calon Guru :Anggi Ardianti Pasaribu

Nama Sekolah : SDN 101231 Sipirok

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas / Semester :III / 2

Petunjuk hasil : Perhatikan perilaku guru (Peneliti) di dalam kelas. Tulislah

Pengamatan anda dengan memberi tanda (✓) pada kolom ya atau

Tidak menurut hasil pengalaman anda.

No	Aspek Yang Dinilai	Ya	Tidak
1	Membuka pelajaran	✓	
2	Menyampaikan Tujuan Pembelajaran	✓	
3	Pemberian Motivasi	✓	
4	Menggunkan cara yang kreatif dann berbagai kelompok belajar siswa	✓	
5	Menjelaskan Materi Pelajaran	✓	
6	Penyajian dan Penggunaan media	✓	
7	Memberi Latihan kepada siswa	✓	
8	Membantu siswa dalam Penugasan	✓	
9	Memberikan Kesempatan siswa untuk mengamati	✓	
10	Melibatkan Siswa dalam Berbicara memecahkan Masalah		✓
11	Memantau jalannya pembelajaran	✓	

## LAMPIRAN II

## LEMBAR OBSERVASI AKTIVITAS SISWA

## 1. Lembar Pengamatan

- Petunjuk

Berikut Tanda (✓) pada kolom nilai yang sesuai dengan penilaian Bapak / ibu

2= Kadang – Kadang muncul 4 = Selalu muncul

No	Aspek Yang Diamati	Penilaian			
		1	2	3	4
Kegiatan Awal					
1	Menyiapkan peserta didik secara fisik dan psikis untuk mengikuti proses pembelajaran.				
2	Memberi motivasi belajar kepada peserta didik secara konstektual sesuai manfaat dan aplikasi materi ajar dalam kehidupan sehari-hari.				
3	Mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang mengikuti pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari.				
4	Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai, dan				
5	Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus				
Kegiatan Inti					
6	Materi yang disampaikan harus mengacu pada rencana pembelajaran.				
7	Pembelajaran harus diawali pada gerak perbagian dan kearah gerakan yang				

	lebih komplek.				
8	Frekuensi untuk kerja gerak setiap peserta didik harus disesuaikan dan sebanyak mungkin sehingga memperoleh otomatisasi gerakan.				
9	Gunakan alat dan fasilitas olahraga yang tersedia seefektif mungkin.				
10	Atur alokasi waktu setiap tahapan kegiatan yang dilakukan.				
11	Selama kegiatan pembelajaran guru wajib memberikan koreksi kepada siswa baik secara individual atau kelompok, serta memberikan motivasi dan penguatan kepada peserta didik.				
12	Pelaksanaan kegiatan pembelajaran gerak harus dibuat bervariasi untuk menghindari kebosanan siswa.				
Kegiatan Penutup					
13	Semua aktivitas belajar yang sudah dilakukan selanjutnya secara bersama sama mencari dan menemukan manfaat dari kegiatan pembelajaran.				
14	Memberikan uman balik (motivasi, dll) terhadap proses dan hasil belajar siswa.				
15	Memberikan penangan tindak lanjut kepada siswa yang berupa tugas, baik secara individual atau kelompok.				
16	Memberikan informasi tentang rencana kegiatan pertemuan berikutnya.				
	Jumlah				

## LAMPIRAN III

### DAFTAR WAWANCARA

#### A. Wawancara dengan kepala sekolah

1. Bagaimana Ibu menilai pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri 101231?
2. Apa tantangan utama yang dihadapi dalam penyelenggaraan PJOK di sekolah ini?
3. Bagaimana dukungan fasilitas sekolah terhadap pelaksanaan pembelajaran PJOK?
4. Apakah ada program atau inisiatif khusus yang diterapkan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK?
5. Bagaimana keterlibatan orang tua dan masyarakat dalam mendukung pembelajaran PJOK di sekolah?
6. Berapa jumlah murid disekolah ini buk?

#### B. Wawancara dengan guru Olahraga

1. Bagaimana strategi ibu dalam mengajar PJOK di Sd Negeri 101231?
2. Apa saja metode yang ibu gunakan untuk menari minat siswa dalam pembelajaran PJOK?
3. Bagaimana ibu mengatasi kendala yang muncul selama pelaksanaan pembelajaran PJOK?
4. Apakah kurikulum PJOK yang diterapkan sudah sesuai dengan kebutuhan siswa?
5. Bagaimana anda mengevaluasi hasil belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK?

#### C. Wawancara dengan siswa

1. Apa yang ananda sukai dari pelajaran PJOK di sekolah?
2. Apakah kalian merasa pelajaran PJOK membantu kamu dalam menjaga kesehatan dan kebugaran?
3. Apa saja kegiatan yang paling sering kamu lakukan saat pelajaran PJOK?
4. Apakah kalian mengalami kesulitan dalam mengikuti pelajaran PJOK? Jika iya, apa saja?

## LAMPIRAN IV

Hasil Wawancara dengan kepala Sekolah SD Negeri 101231 Sipirok

No	Nama	Item pertanyaan	Jawaban
1.	Riski Utami S.Pd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana strategi Ibu dalam mengajar PJOK Di SD negeri 101231 Sipirok?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggunakan media pembelajaran seperti video sebagai bahan pembelajaran dan contoh gerakan</li> <li>• Menggunakan berbagai model pemebelajaran untuk menciptakan kondisi belajar yang efektif, efisien, dan menyenangkan</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa tantangan utama yang dihadapi dalam penyelenggara an PJOK di sekolah ini?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permasalahan dan tantangan utama dalam proes pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khusunya dalam memberikan materi permainan yaitu bagaimana mengatur semua informasi sehingga guru yakin dapat memenuhi kebutuhan anak.</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana dukungan fasilitas sekolah terhadap pelaksanaan pembelajaran PJOK?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurangnya sarana prasarana yang memadai sehingga pembelajaran PJOK tidak efisien sehingga terhambatnya proses pembelajaran dan menggunakan failitas yang ada saja sesuai</li> </ul>

			kemampuan sekolah
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana keterlibatan orang tua dan masyarakat dalam mendukung pembelajaran PJOK di sekolah?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orang tua dan masyarakat dapat merawat lingkungan belajar anak agar kondusif</li> <li>• Orangtua dapat meningkatkan komunikasi dengan guru</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berapa jumlah murid disekolah ini buk?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jumlah murid disekolah ini 74 orang 44 perempuan 30 laki-laki</li> </ul>
	Herlinda Nasution S.Pd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana strategi ibu dalam mengajar PJOK di Sd Negeri 101231?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bekerjasama dengan orangtua siswa misalnya dengan membimbing anak saat belajar di rumah</li> <li>• Memahami tujuan yang ingin dicapai peserta didik, seperti mengembangkan keterampilan gerak, memahami makna gerak, dan menerapkan pengetahuan terkait gerak manusia.</li> <li>• Menggunakan strategi pembelajaran yang lentur sesuai dengan kebutuhan kelas dan materi yang disampaikan</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa saja metode yang ibu gunakan untuk menari minat siswa dalam pembelajaran PJOK?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memberikan pilihan pada siwa untuk mempelajari topik yang diminatinya, menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, dan menggunakan metode belajar yang interaktif</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana Ibu mengevaluasi hasil belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru dapat menggunakan penilaian sumatif untuk mengetahui hasil belajar siswa selama satu semester</li> <li>• Guru dapat memberikan informasi kepada siswa tentang kemajuan dan status belajarnya</li> <li>• Guru harus memastikan secara sekama dan detail dalam menganalisis kemampuan siswa.</li> </ul>
	Citra Huljannah	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apa yang ananda sukai dari pelajaran PJOK di sekolah?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain bulu tangkis</li> </ul>
	Riri Anni	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah kalian merasa pelajaran PJOK membantu kamu dalam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iya, karna pelajaran PJOK itu dapat meatih daya tahan tubuh</li> </ul>

		menjaga kesehatan dan kebugaran?	
	Widiya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apakah kalian mengalami kesulitan dalam mengikuti pelajaran PJOK? Jika iya, apa saja?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iya, kadang pembelajaran PJOK itu sulit karena panas dan capek kalo sedang berada di lapangan</li> </ul>

## Lampiran V

### DOKUMENTASI



Gambar 1 Nama dan lokasi Sekolah Penelitian



Gambar 2 Observasi ke lapangan Sekolah dengan siswa



Gambar 3 wawancara dengan siswa



Gambar 4 Wawancara dengan Siswa



Gambar 5 Melakukan Latihan Pemanasan



Gambar 6 memberikan hadiah kepada siswa



Gambar 7 Wawancara dengan Guru PJOK



Gambar 8 Wawancara dengan Kepala Sekolah