



**PROSES PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN (PJOK)  
DI SD NEGERI 200311 PUDUN JAE  
KOTA PADANGSIDIMPUAN**

**SKRIPSI**

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**HALIMA SANTRI SIREGAR**

NIM. 1620500109

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PADANGSIDIMPUAN**

**2021**



**PROSES PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN (PJOK)  
DI SD NEGERI 200311 PUDUN JAE  
KOTA PADANGSIDIMPUAN**

**SKRIPSI**

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh  
**HALIMA SANTRI SIREGAR**  
NIM. 1620500109



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH**

PEMBIMBING I

Ali Asrin Lubis, S.Ag., M.Pd  
NIP. 197104241999031004

PEMBIMBING II

Nursyaidah, M. Pd  
NIP. 197707262003122001

**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PADANGSIDIMPUAN**

2021

## SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING

Hal: Skripsi  
A.n. HALIMA SANTRI SIREGAR

Padangsidimpuan, 26 Desember 2021  
Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu  
Keguruan IAIN Padangsidimpuan  
di-

Padangsidimpuan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n. HALIMA SANTRI SIREGAR yang berjudul: ***"PROSES PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) DI SD NEGERI 200311 PUDUN JAE KOTA PADANGSIDIMPUAN"***, maka kami menyatakan bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang Ilmu Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Padangsidimpuan.

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

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

Wassalamualaikum Wr. WB

PEMBIMBING I



Ali Asrun Lubis, S.Ag., M.Pd

NIP. 197104241999031004

PEMBIMBING II



Nursyaidah, M. Pd

NIP. 197707262003122001

## SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Dengan ini Saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis Saya, skripsi dengan judul "Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan" adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di IAIN Padangsidempuan maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan Saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan naskah Saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini. Saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah Saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 26 Desember 2021

Pembuat Pernyataan,



**HALIMA SANTRI SIREGAR**  
**NIM. 16 205 00109**

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : HALIMA SANTRI SIREGAR  
NIM : 16 205 00109  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Program Studi : S1-Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan teknologi dan seni, menyetujui untuk memberikan kepada pihak Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul "Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan", beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini pihak Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Padangsidempuan, 26 Desember 2021

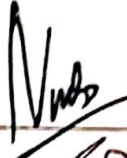
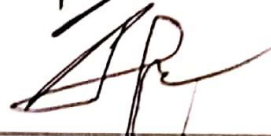
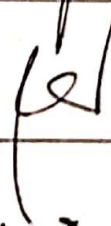

Pembuat Pernyataan



**HALIMA SANTRI SIREGAR**  
**NIM. 16 205 00109**

**DEWAN PENGUJI  
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI**

**NAMA** : HALIMA SANTRI SIREGAR  
**NIM** : 16 205 00109  
**JUDUL SKRIPSI** : PROSES PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHIRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) DI SD  
NEGERI 200311 PUDUN JAE KOTA PADANGSIDIMPUAN

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Nursyaidah, M. Pd.</u> (Ketua/Penguji Bidang Isi dan Bahasa)	 _____
2.	<u>Ade Suhendra, S. Pd.I., M. Pd.I</u> (Sekretaris/Penguji Bidang PGMI)	 _____
3.	<u>Dr. Ahmad Nizar Rangkuti, S. Si., M. Pd</u> (Anggota/Penguji Bidang Metodologi)	 _____
4.	<u>Dr. Mariam Nasution, M. Pd</u> (Anggota/Penguji Bidang Umum)	 _____

**Pelaksanaan Sidang Munaqasyah**

Di : Padangsidimpuan  
Tanggal : 24 Desember 2021  
Pukul : 14.00 WIB s/d Selesai  
Hasil/ Nilai : 76/B  
Indeks Pretasi Kumulatif : 3.60  
Predikat : Pujian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN  
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733 Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022  
Website: <http://www.iainpadangsidempuan.ac.id> E-mail: [iaipad@iainpadangsidempuan.ac.id](mailto:iaipad@iainpadangsidempuan.ac.id)

## PENGESAHAN

Judul Skripsi : Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SD Negeri 200311 Pudun  
Jae Kota Padangsidempuan  
Nama : Halima Santri Siregar  
NIM : 16 205 00109  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan/PGMI

Telah diterima untuk memenuhi salah satu tugas  
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar  
**Sarjana Pendidikan (S.Pd)**  
dalam bidang Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah



Padangsidempuan, Januari 2022  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dr. Laila Hilda, M.Si.  
NIP. 19720920 200003 2 002

## **ABSTRAK**

**Nama** : Halima Santri Siregar  
**NIM** : 16 205 00109  
**Judul Skripsi** : **Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidimpuan**  
**Tahun** : 2021

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah dalam pendidikan di sekolah semua menjadi tanggung jawab dan tugas guru dan Pendidik. Tugas dan tanggung jawab erat hubungannya dengan kemampuan guru dalam usaha meningkatkan proses dan hasil belajar. Di Sekolah ini, proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sudah diterapkan. Namun dalam pelaksanaannya yang belum diketahui apakah Sudah Sesuai prosedur dan tahapan pembelajaran yang 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 200311 Pudun Jae Kota Padangsidimpuan. Dan yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidimpuan.

Penelitian ini dilakukan dalam bentuk kualitatif deskriptif. 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 200311 Pudun Jae 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 masih kurang disiplin dalam menggunakan waktu Seefektif mungkin mengganti seragam olahraga untuk mengikuti pelajaran pendidikan olahraga jasmani olahraga dan kesehatan.

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



## KATA PENGANTAR



Assalamua'laikum Wr.Wb

Syukur Alhamdulillah senantiasa peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah senantiasa memberikan rahmat dan karunia kepada hamba-Nya, karena dengan kehendak-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang memberikan *rahmatan lil'alam* bagi semua alam semesta ini.

Penulisan skripsi yang berjudul: **“Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan ”**. 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, IAIN Padangsidempuan.

Penulisan skripsi 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 skripsi ini dapat memberi manfaat bagi peneliti dan pembacanya. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Ali Asrun Lubis, S. Ag., M. Pd., selaku Pembimbing I dan ibu Nursyaidah, M.Pd., selaku Pembimbing II, yang telah bersedia meluangkan waktu, untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi ini dengan sebaik-baiknya.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, M.CL., selaku Rektor IAIN Padangsidempuan dan Bapak Wakil Rektor I, II, dan III.
3. Ibu Dr. Lelya Hilda, M. Si., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Padangsidempuan,
4. Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh Civitas Akademik IAIN Padangsidempuan.
5. Ibu Nursyaidah M. Pd., selaku Ketua Program studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah IAIN Padangsidempuan beserta stafnya yang telah banyak membantu penulis selama kuliah di keguruan institut agama islam negeri padangsidempuan dan selama penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Kepala Perpustakaan dan seluruh pegawai/staf yang telah membantu memfasilitasi peneliti dalam hal pengadaan buku-buku yang berkenaan dengan penelitian ini.
7. Ibu Dr. Lelya Hilda, M. Si., selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan saran yang bermanfaat bagi peneliti.
8. Bapak dan ibu dosen jurusan pendidikan guru madrasah ibtidaiyah fakultas tarbiyah dan ilmu keguruan yang telah membimbing dan memberikan ilmu dengan sabar selama penulis studi.

9. Bapak Indra Mahdi ritonga M.Pd selaku guru sekaligus dosen PJOK yang telah memberikan arahan, bimbingan dan masukan kepada penulis selama dalam penyusunan skripsi ini.
10. Pak Irwan Pulungan, S.Pd., selaku Kepala SD Negeri 200311 Pudun Jae dan ibu bapak guru khususnya bapak Azwar Arisndy Harahap, S.Pd selaku Guru olahraga (PJOK) yang telah memberi izin dan membantu peneliti dalam pengumpulan data yang diperlukan dalam penyelesaian skripsi ini. Serta siswa-siswi yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.
11. Teristimewa untuk ayahanda dan ibunda tercinta (Hasanuddin Siregar dan Nur Baiti Hasibuan) yang senantiasa mendo'akan, menyemangati dan memberikan pengorbanan baik moril maupun materil yang tiada tara, sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan.
12. Kepada kakanda (Khoirul Saleh Siregar, Nur Kholilah Siregar, Dan Diana Roslan Siregar), (Halimah Hasibuan Dan Arwan Pohan) yang selalu memberikan semangat dalam menyusun skripsi ini.
13. Rekan-rekan PGMI angkatan 16 dan khususnya dari PGMI-4, Rekan-rekan juang dari dewan eksekutif mahasiswa fakultas (DEMA F Tarbiyah) priode 2018/2019 dan priode 2019/2020. Yang sudah memberikan dukungan menyelesaikan skripsi ini.
14. Abang senior dari UKM silat Abdul Muiz Pane S.Pd, Kakak Wardah Mutiah Nasution S.Pd, selaku alumni sekaligus rekan juang musyrifah makhad al-jamiah IAIN padangsidimpuan pada masanya, sahabat saya

Gusti Salmi Harahap, Rana Sopiah Siregar, Rini Sopiah Siregar, Nugrahayu Sania Putri, Riza Lindu Ahmady, dan tak lupa teman-teman saya Nurainun Siregar, Anita Sari, Serta adek-adek mahasantriah yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu dalam skripsi ini. Yang telah mendukung dan memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

15. buat para rekan-rekan kost, (Nadia Elena Siregar, Adelina, Anggi Kartika Lubis, Dan Suci Nan Indah Sari Situmeang), dan juga kepada Ahmad Dahlan Harahap S.Ag, Desi Rahmadani Nasution, Aida Wardani Nasution, yang telah membantu dan memberikan motivasi kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga kebaikan dan kemurahan hati Bapak/ Ibu/ Sdr/ i mendapat balasan dari Allah SWT atas segala bantuan dan bimbingan yang peneliti terima, sekali lagi peneliti ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan para pembaca pada umumnya.

Wassalamu'alikum Wr, Wb

Padangsidempuan,      Des 2021  
Peneliti,

Halima Santri Siregar  
NIM. 16 205 00109

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>COVER</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING</b>	
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b>	
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b>	
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>Kata Pengantar.....</b>	<b>ii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Masalah.....	7
C. Batasan Istilah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan Penelitian.....	12
F. Kegunaan Penelitian.....	12
G. Sistematika Pembahasan .....	13
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>15</b>
A. Kajian Teori.....	15
1. Pengertian Pembelajaran .....	15
a. Defenisi Belajar .....	15
2. Pendidikan .....	17
a. Pengertian Pendidikan .....	17
b. Tujuan Pendidikan.....	18
3. Kajian Tentang Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan	19
a. Hakekat Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.....	19
b. Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan .....	21
c. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.....	22
4. Tahapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani , Olahraga Dan Kesehatan .....	24
a. Kegiatan Pendahuluan .....	26
b. Kegiatan Inti .....	28
c. Kegiatan Penutup .....	30
B. Penelitian Yang Relevan .....	31
<b>Bab III Metodologi Penelitian .....</b>	<b>34</b>
A. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	34
B. Jenis Dan Metode Penelitian .....	34
C. Unit Dan Analisis/Subjek Penelitian .....	35
D. Sumber Data .....	36
E. Teknik Pengumpulan Data .....	37
F. Teknik Penjamin Keabsahan Data .....	40
G. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data.....	42

<b>Bab IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan.....</b>	<b>44</b>
A. Temuan Umum .....	44
1. Sejarah Singkat SD Negeri 20311 Pudun Jae.....	44
2. Struktur Data SD Negeri 200311 Pudun Jae .....	46
3. Keadaan Siswa Dan Sistem Kerja Yang Ada Di SD Negeri 200311 Pudun Jae .....	47
4. Tata Tertib Siswa.....	51
5. Kondisi Fisik SD Negeri 200311 Pudun Jae .....	52
6. Kondisi Dan Sarana Dan Prasarana SD Negeri 200311 Pudun Jae .....	52
B. Temuan Khusus .....	54
1. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SD Negeri 200311 Pudun Jae.....	54
a. Kegiatan Pendahuluan .....	54
b. Kegiatan Inti .....	59
c. Kegiatan penutup.....	67
2. Hasil Wawancara Dengan Siswa.....	71
C. Analisis Hasil Penelitian.....	77
D. Keterbatasan Penelitian .....	79
 <b>Bab V Kesimpulan.....</b>	 <b>81</b>
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran .....	82
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>.....</b>
<b>Lampian .....</b>	<b>.....</b>

## DAFTAR TABEL

Halaman

1. Tabel 1.2 Struktur Dan Data Guru SD Negeri 200311 Pudun Jae ..... 46
2. Tabel 1.3 Fasilitas Dan Sarana Prasarana SD Negeri 200311  
Pudun Jae ..... 52

## DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Gambar 1.1 Siswa Berolahraga Di Luar Kelas ..... 25
2. Gambar 1.2 Integrasi Ranah Pendekatan Saintifik..... 28



## DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Lampiran I <i>Time Schedule Penelitian</i> .....	87
2. Lampiran II pedoman observasi .....	88
3. Lampiran III Daftar Wawancara .....	88
4. Lampiran IV Hasilwawancara Dengan Kepala Sekolah SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan.....	90
5. LampiranV Dokumentasi .....	92

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dunia pendidikan sudah tidak asing lagi untuk didengarkan, baik di daerah perkampungan maupun daerah perkotaan. Pendidikan pada dasarnya merupakan kegiatan yang dilakukan secara sadar atau sengaja yang tidak akan selesai sampai kapanpun sepanjang ada kehidupan manusia dimuka bumi ini. Pendidikan juga memegang peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Hal ini sesuai dengan defenisi 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 kehidupan manusia dalam mempersiapkan diri menuju masa depan yang lebih baik.<sup>2</sup> Jadi pendidikan juga merupakan usaha sadar yang terencana dalam

---

<sup>1</sup>Undang-Undang Republik Indonesia. No.20 Th. 2003 Tentang Sidiknas Dan Peraturan Pemerintah. Republik Indonesia Th.2010 Tentang Penyelenggaraan 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 Memangung Bangsa* (Jakarta: Nusa Madani, 2002, hlm 78.

mewujudkan suasana belajar dengan proses pembelajaran agar siswa dapat mengembangkan potensi dirinya.

Dalam meningkatkan mutu pendidikan juga penting suatu usaha efektivitas, efisiensi, dan standarisasi pengajaran serta kreatifitas para pendidik dalam membimbing peserta didik. Namun di dalam dunia pendidikan ada peraturan yang sudah ditetapkan dalam pelaksanaan pembelajaran seperti dalam 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 diatas dapat disimpulkan bahwa usaha yang dilakukan untuk meningkatkan mutu pendidikan itu terkait hasil dari standarisasi yang telah dilakukan.

Dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan yang sudah dilakukan sesuai dengan standar proses yang terdapat dibagian keempat pada peraturan pemerintah sebagaimana standar proses merupakan kriteria minimal proses pembelajaran berdasarkan jalur, jenjang, dan jenis pendidikan untuk mencapai standar kompetensi lulusan. Standar

---

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

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 satu upaya dalam meningkatkan mutu pendidikan yaitu dilakukan melalui pembelajaran.

Pembelajaran adalah kegiatan seorang anak untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan. Dimana pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang terencana untuk mendapatkan 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 disuatu lingkungan belajar, dengan sumber belajar yang ada.

Dimana pembelajaran berupaya mengubah siswa yang belum terdidik, dari yang tidak tahu menjadi tau, dan dirancang sedemikian rupa untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.<sup>5</sup> Maka pembelajaran dapat diartikan sebagai usaha yang telah direncanakan dalam mengelola sumber belajar agar terlaksana kegiatan belajar-mengajar pada siswa.

Maka segala sesuatu yang terlibat dalam proses pembelajaran secara langsung menentukan hasil akhir dari pembelajaran itu sendiri.

Mutu pendidikan tersebut dimulai dari pendidikan dasar yang

---

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

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

mempunyai peranan penting dalam meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. Karena pendidikan dasar merupakan pondasi untuk jenjang pendidikan selanjutnya. Oleh sebab itu, 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 kebugaran 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, sportifitas, disiplin, kerja sama, dan bertanggung jawab dari anak.

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

---

<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 Nomor 1, Tahun 2020, Hlm. 149.

baik terhadap sosial, intelektual, yang menimbulkan perubahan baik kepada anak.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan 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. Hal ini siswa diharapkan akan ikut serta aktif dalam mengembangkan gerakan tersebut dengan gerakan yang baik dan benar. Oleh sebab itu 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.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti dengan datang kelokasi sekolah tersebut di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan untuk melihat pembelajaran PJOK di sekolah tersebut

24 Juli 2020 Dalam proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan sudah diterapkan, namun dalam pelaksanaannya yang belum di ketahui apakah Sudah Sesuai prosedur dan tahapan pembelajaran yang di persiapan sebelumnya. Dalam pembelajaran guru yang seharusnya memberikikan penjelasan, mencontohkan gerakan-gerakan diawal pembelajaran untuk diikuti dan di kembangkan siswa, akan tetapi di sekolah ini guru masih kurang dalam menerapkannya. Masih sering kearah 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 PJOK ini bisa disesuaikan dengan pendekatan saintifik yang ada dalam kurikulum 2013. Yang mana langkah-langkah pendekatan saintifik ini meliputi menanya, mencoba, mengasosiasi, dan mengkomunikasikan.<sup>7</sup>. Dalam halini diharapkan siswa diberikan kesempatan bertanya atas penjelasan guru sebelumnya, setelah itu siswa diberikan kesempatan

---

<sup>7</sup>Maulana Arafat Lubis, *Pembelajaran Tematik Di SD/MI Pengembangan Kurikulum 2013* (Yogyakarta: Samudra Biru 2018), Hlm. 25.

mencoba agar anak dapat mengalami/merasakan langsung hal yang akan dilakukannya sehingga siswa dapat menalar dan memahaminya. Setelah itu siswa diharapkan dapat mengkomunikasikan hasil yang di ketahuinya.

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 Nisa Nando Givana<sup>8</sup> Tahun 2020 “kesiapan guru PJOK sekolah dasar negeri se Kecamatan Depok Kabupaten Sleman dalam melaksanakan pembelajaran PJOK berdasarkan kurikulum 2013 menunjukkan bahwa 80% dengan kategori siap.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan”**

## **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 di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan.

---

<sup>8</sup>Nursa Nando Givana, “Kesiapan Guru Pjok Sekolah Dasar Negeri Sekcamatan Depok Kabupaten Selamen Dalam Melaksanakan Pembelajaran Pjok Berdasarkan Kurikulum 2013”, *Skripsi (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2020)*.



### C. Batasan Istilah

Adapun batasan istilah yang digunakan dalam penelitian ini maka penulis membuat batasan istilah sebagai berikut:

#### 1. Proses Pelaksanaan Pembelajaran

Proses pelaksanaan pembelajaran merupakan hal yang dialami oleh guru dan murid dalam kegiatan belajar mengajar. Proses pelaksanaan pembelajaran juga merupakan tindak lanjut terhadap segala komponen pembelajaran yang telah disiapkan oleh guru. Proses pembelajaran menurut Dimiyati dan Mudjiono dalam skripsi merupakan relasi dari tujuan pembelajaran dengan memperhatikan komponen-komponen yang telah ditetapkan (materi pembelajaran, metode pembelajaran, media pembelajaran dan evaluasi pembelajaran).<sup>9</sup> Jadi proses pelaksanaan pembelajaran ini merupakan suatu aksi kegiatan yang dilakukan guru dengan murid dari bagian komponen pembelajaran yang ada, dengan maksud agar tujuan pembelajaran tercapai.

Proses pelaksanaan atau tindakan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara matang dan terperinci. Pembelajaran dilakukan setelah adanya perencanaan yang sempurna, proses pembelajaran ini bisa diterapkan jika telah siap dirancang dan didesain untuk dijalankan sepenuhnya.

---

<sup>9</sup>Thubani Amas, "Pelaksanaan Pembelajaran Biola Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di SD Kanisus Demangan Baru 1 Yogyakarta", *Skripsi* (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta), Hlm.10 Fakultas Bahasa Dan Seni. hlm.

Dalam proses pembelajaran tugas guru yang utama adalah mengkondisikan lingkungan belajar agar menunjang terjadinya perubahan perilaku bagi peserta didik. Sehingga dibutuhkan seorang guru dalam melaksanakan pembelajaran. Proses pembelajaran dapat diorganisasikan dalam kegiatan pembuka, inti, dan penutup. Proses pembelajaran harus meliputi 3 komponen tersebut.

a) Pembelajaran

Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan oleh guru ataupun tenaga pendidik supaya dapat memberikan efek positif bagi peserta didik. Dengan tujuan agar peserta didik dapat memperoleh ilmu dan pengetahuan, kebiasaan, serta sikap dan kepercayaan. Dalam kegiatan pembelajaran juga terdapat suatu peristiwa yang dirancang sedemikian rupa untuk mengaktifkan serta mendukung proses belajar mengajar.

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>10</sup> Jadi dari penjelasan di atas pembelajaran adalah proses atau cara yang dilakukan dengan perbuatan agar peserta didik dapat membiasakan dan mengembangkan pengetahuan serta tingkah laku.

Dalam konteks pendidikan, guru mengajar agar peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai suatu objek yang ditentukan pengajar (aspek kognitif), juga dapat mempengaruhi sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotorik) seorang peserta didik, namun proses pengajaran ini memberikan kesan hanya sebagai pekerjaan disatu pihak, yaitu pekerjaan pengajar saja. Sedangkan pembelajaran menyiratkan adanya interaksi antara pengajar dan peserta didik.

b) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pendidikan yang didalamnya terdapat aktifitas 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

---

<sup>10</sup>Ending Komara, *Belajar Dan Pembelajaran* ( Bandung: PT Refika Aditama 2014), hlm 29.

keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai sikap positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.<sup>11</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.

Pembelajaran pendidikan jasmani ini juga bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani baik dalam aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan penalaran, keterampilan sosial. Mengembangkan aspek emosional, tindakan moral, dan aspek pola hidup sehat serta pengenalan lingkungan yang dilakukan melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga ini.

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

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan?

---

<sup>11</sup> Diana darmawati dkk, "leadership guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP ogan komering ulu timur Sumatra selatan," dalam journal of physical education and sports, volume 6, no. 2, februari 2017, hlm. 109

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri 200311 Pudun Jae Padangsidempuan, dan juga mengetahui pelaksanaan proses pembelajaran dilakukan sesuai dengan standard proses pendidikan.

### **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 pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri200311 Pudun Jae Padangsidempuan.

#### 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 berguna bagi penulis lain sebagai bahan perbandingan yang ingin membahas dan meneliti masalah yang berkaitan atau memiliki kesamaan.

- d) Sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S.Pd) dalam fakultas tarbiyah dan ilmu keguruan IAIN Padang sidimpuan.

## **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, defenisi belajar, pengertian pendidikan, tujuan pendidikan, kajian tentang pendidikan jasmani, hakekat 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, instrument pengumpulan data, teknik pengolahan data, teknik pengolahan dan analisis data, teknik pengecekan dan keabsahan data.

Bab IV adalah membahas tentang hasil penelitian yang terdiri dari temuan umum, temuan khusus, analisis hasil penelitian, dan keterbatasan penelitian.

Bab V adalah penutup yang membahas tentang penutup yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. KAJIAN TEORI**

##### **1. Pengertian Pembelajaran**

###### **a. Definisi Belajar**

Menurut Drs, Slameto dalam buku Dimiyanti belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>12</sup> Dari pendapat ahli tersebut dapat dipahami bahwa belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan melibatkan dua unsur, yaitu jiwa dan raga. Gerak raga yang ditujukan harus sejalan dengan proses jiwa untuk perubahan.

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan. Ini berarti, bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan itu amat bergantung pada proses belajar yang dialami siswa baik ketika berada disekolah maupun dilingkungan rumah ataupun keluarganya sendiri.

Menurut Trianto dalam buku Sudiman dan Rosmini Maru mengemukakan bahwa pembelajaran merupakan aspek kegiatan

---

<sup>12</sup>Dimiyati, *Belajar Dan Pembelajaran* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009), hlm. 13.



manusia yang lebih kompleks, yang pada hakikatnya adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan siswanya (mengarahkan interaksi siswa dengan sumber belajar lainnya untuk mencapai tujuan yang diharapkan).<sup>13</sup> Berdasarkan pandangan tersebut bermakna bahwa pada konteks ini terjadi interaksi dua arah antara guru dan siswa yang terjadi secara intens dan terarah untuk mencapai suatu tujuan yang sudah ditargetkan.

Berdasarkan dari beberapa pandangan tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu kegiatan atau usaha untuk meningkatkan perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik. Dengan belajar yang sudah ditargetkan dengan pembelajaran sebelumnya diharapkan ada perubahan tingkah laku, pengetahuan sesuai dengan capaian tujuan pembelajaran. Supaya tujuan dan target dapat terarah dan berkesinambungan maka diperlukan suatu acuan pembelajaran yang disebut sebagai kurikulum yang berisi tentang pengetahuan apa yang diinginkan peserta didik dan bagaimana cara yang efektif untuk memperolehnya.

---

<sup>13</sup>Sudirman dan Rosmini Maru, *Implementasi Model-Model Dalam Bingkai Penelitian Tindakan Kelas* (Makasar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makasar 2015), hlm. 8

## 2. Pendidikan

### a. Pengertian Pendidikan

Pendidikan diartikan sebagai usaha yang dijalankan oleh seseorang atau kelompok orang agar menjadi dewasa atau mencapai tingkat hidup atau penghidupan yang lebih tinggi dalam arti mental. Berikut pengertian pendidikan yang diberikan oleh para ahli.

#### 1) Ahmad D. Marimba

Pendidikan ialah bimbingan atau bimbingan secara sadar oleh pendidik terhadap perkembangan jasmani dan rohani terdidik menuju terbentuknya kepribadian yang utama.<sup>14</sup>

#### 2) Jhon dewey

Pendidikan adalah proses pembentukan kecakapan-kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional kearah alam dan semesta manusia.<sup>15</sup>

#### 3) Menurut Ki Hajar Dewantara.

Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang.<sup>16</sup>

Berdasarkan pandangan dari para ahli di atas dapat

---

<sup>14</sup>Bramianto Setiawan, Dkk, *Dasar-Dasar Pendidikan Kajian Teoritis Untuk mahasiswa PGSD* (Bandung: CV Pena Persada, 2021), hlm. 21.

<sup>15</sup>Sukarman Purba, Dkk, *Analisis Kebijakan Pendidikan* (Bandung: Yayasan Kita Menulis, 2021), hlm.20

<sup>16</sup>Muhibuddin Syah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 2

disimpulkan bahwa pendidikan adalah suatu usaha yang terencana sejak usia muda. Pendidikan juga merupakan usaha memanusiakan manusia. Pendidikan ini dilakukan dengan rencana yang disusun sebelum melaksanakan prosesnya langsung dalam kegiatan belajar mengajar. Sebagai guru akan memberikan bimbingan ataupun pengajaran kepada peserta didik.

#### **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 kemanusiaan yang hakiki, ilmu pengetahuan yang dimilikinya dapat menjadi bekal untuk meningkatkan keimanan dan kelurusan 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 dikebangkan 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>17</sup>

---

<sup>17</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. Kajian tentang pendidikan jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

#### **a. Hakekat Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Menurut Depdikbud pendidikan jasmani adalah bagian integral pendidikan keseluruhan yang mampu mengembangkan anak/individu secara utuh yang mencakup aspek-aspek jasmaniah intelektual (kemampuan interperatif), 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>18</sup> Jadi,

---

<sup>18</sup>Moh. Ranaris Utomo, "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, 2016), hlm. 56.

pendidikan jasmani juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik individu atau peserta didik menjadi sehat dan bugar dan didukung dengan perkembangan aspek intelektual emosional dan spiritual pesertadidik.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah “proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktifitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menjadi manusia seutuhnya”.<sup>19</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 sistematis 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

---

<sup>19</sup>Albadi Sinulingga dan Tarsyad Nugraha, “Penerapan Pendekatan Ilmiah Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan Dan Dampaknya Pada Siswa SMA Negerii 15 Medan,” *jurnal pedagogik olahraga* [p-ISSN 2503-5335| e-ISSN 2580-8877], Volume 03, No. 02, Desember 2017, hlm. 75.

bagi diri sendiri, sebagai pelaku, dan menghargai manfaat aktivitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup seseorang, sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup yang aktif.

#### **b. Fungsi Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

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

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 respon yang sehat terhadap aktifitas 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 aktifitas dan dirinya, dan meningkatkan pemahaman tentang untuk memecahkan problem-problem mengenai gerak.<sup>20</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 disekitarnya. 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, diantaranya kompetensi dasar pada aspek pengembangan sikap, dan keterampilan serta menunjukkan kemauann, 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.

---

<sup>20</sup>Arif Munawar, "Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMK Negeri Se-Kabupaten Bantul", Skripsi (Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2016), hlm. 11

2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, 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 aktivitas 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>21</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 seringkali didefinisikan dalam redaksi yang berbeda-beda dari setiap ahli pendidikan,

---

<sup>21</sup>Depdiknas, *Permendiknas.No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* (Jakarta: Depdiknas. 2006).



namun semua tujuan tersebut pada dasarnya dapat diklasifikasikan kedalam empat tujuan pendidikan jasmani secara umum deklasifikasi menjadi empat tujuan perkembangan, yaitu:

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 berfikir 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.<sup>22</sup>

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 sejauhmana perkembangan gerak yang mampu diperoleh siswa. disertakan juga perkembangan mental dan sosial peserta didik setelah adanya aktivitas yang diberikan.

#### **4. 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

---

<sup>22</sup>Adang, Suherman. *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani* (Bandung: UPI. 2009), hlm. 24.

bagi guru PJOK di Sekolah untuk selalu memahami cara mengajar PJOK yang baik dan benar sehingga siswa menjadi lebih aktif sehingga tujuan pendidikan secara umum melalui mata pelajaran PJOK dapat tercapai.



Gambar: 1.1 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 parsial menuju pembelajaran terpadu.
6. Dari pembelajaran yang menekankan jawaban tunggal menuju pembelajaran dengan jawaban yang kebenarannya multi dimensi.
7. Dari pembelajaran verbalisme menuju keterampilan aplikatif.
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 sung tulodo*), membangun kemauan (*ing madyo mangun karso*), 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 di mana saja adalah kelas.
13. Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi untuk meningkatkan efisiensi dan efektivitas pembelajaran, dan
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>23</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 pengawasan kegiatan pembelajaran oleh pengajar atau guru pendidik. Berikut ini wawancara penulis dengan Dosen PJOK dan Guru PJOK sesuai dengan dilapangan .

#### **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.

---

<sup>23</sup>Salinan Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar Dan Menengah: Jakarta.

- 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>24</sup>

Jadi, 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. Bias juga pemberian tugas agar peserta didik menggunakan waktunya untuk belajar di luar jam sekolah.

Pembelajaran PJOK kegiatan pendahuluan ini bertujuan: (1) menyiapkan kondisi jasmani dan rohani siswa kedalam suasana pembelajaran, (2) menyiapkan *fisiologi* dan *anatomi* tubuh siswa sehingga siap untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, kegiatan ini dimaksudkan untuk mengurangi resiko kemungkinan terjadinya cedera yang disebabkan kurang siapnya tubuh siswa menerima beban belajar.

Pendahuluan dalam proses belajar mengajar PJOK berkaitan dengan pemanasan. Pemanasan hendaknya melibatkan sebagian

---

<sup>24</sup>Indra Mahdi Ritonga, dosen PJOK, Wawancara, Senin 18 “Januari” 2021 Jam 14.20 wib.

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 didalam 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 10% dari total waktu pertemuan pembelajaran.

#### b. Kegiatan Inti

Kegiatan inti dalam proses pembelajaran Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan menekankan pada:



Gambar: 1.2 Integrasi Tiga Ranah Pendekatan Saintifik

Sumber: Permendikbud No, 22 Tahun 2016<sup>25</sup>

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

<sup>25</sup>Salinan peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan nomor 22 tahun 2016: jakarta

menerima, menjalankan, menghargai, menghayati, hingga mengamalkan. Seluruh aktivitas pembelajaran berorientasi pada tahapan kompetensi yang mendorong peserta didik untuk melakukan aktivitas tersebut.

Pengetahuan 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 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*).

Keterampilan diperoleh melalui kegiatan mengamati, menanya, mencoba, menalar, menyaji, dan mencipta. Seluruh isi materi (topik dan sub topik) mata pelajaran yang diturunkan dari keterampilan harus mendorong peserta didik untuk melakukan proses pengamatan hingga penciptaan. Untuk mewujudkan keterampilan tersebut perlu melakukan pembelajaran yang menerapkan modus belajar berbasis penelitian dan pembelajaran yang menghasilkan karya berbasis pemecahan masalah (*project based learning*).

Dalam pembelajaran PJOK kegiatan inti sebagai berikut:

1. Materi pelajaran yang disampaikan harus mengacu pada rencana pembelajaran.
2. Pembelajaran harus diawali pada gerak perbagian dan kearah gerakan yang lebih komplek.
3. *Frekuensi* unjuk 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. Dalam tahapan ini kegiatan dibagi menjadi dua, pertama tahap mempelajari gerakan keterampilan yang masih asing, kedua menguasai koordinasi gerakan sesuai dengan batasan-batasan kemampuannya.<sup>26</sup>

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 pendinginan, guru bersama peserta didik melakukan gerakan-gerakan peregangan yang sifatnya ringan serta mengulas kegiatan yang sudah dilakukan, antara lain:

---

<sup>26</sup>Indra Mahdi Ritonga, dosen PJOK, Wawancara, Senin 18 “Januari” 2021 Jam 14.20 wib.

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 aktifitas organ-organ tubuh seperti sebelum mengikuti pelajaran gerak serta menyiapkan kondisi jasmani dan rohani untuk kegiatan pelajaran berikutnya.<sup>27</sup>

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. Fadli Robi Mumtaza, Nim 11604221028, jurusan pendidikan olahraga di Universitas Negeri Yogyakarta 2016, dengan judul keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di madrasah

---

<sup>27</sup>Indra Mahdi Ritonga, dosen PJOK, Wawancara, Senin 18 “Januari” 2021 Jam 14.20 wib.



ibtidaiyah Al Islam Tonoboyo Kecamatan Bandongan Kabupaten Magelang. Penelitian ini mendeskripsikan keterlaksanaan pembelajaran PJOK di MI Al Islam Tonoboyo dari segi persiapan pembelajaran sudah cukup baik. Sedangkan dari tahap pelaksanaan dan evaluasi masih tergolong kurang baik. Selain itu peran guru kelas juga belum mampu bertugas sebagai guru PJOK dengan baik dalam pelaksanaannya.

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 hanya fokus kepada membahas guru yang professional dalam bidang olahraga sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu membahas bagaimana guru dalam melaksanakan pembelajaran PJOK, bagaimana persiapan yang dilakukan guru sebelum dan saat pembelajaran berlangsung.

2. Teguh Priyono, Nim 12604224047, Jurusan Pendidikan Olahraga Di Universitas Negeri Yogyakarta 2017, dengan judul pelaksanaan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani aditif anak tuna grahita di SD Negeri Bangunrejo 2 Yogyakarta. Penelitian ini mendeskripsikan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani aditif anak tuna grahita berlangsung bersama siswa regular dengan materi yang sama seperti

siswa reguler dalam pembelajaran, perlakuan guru penjas untuk anak tuna grahita disamakan sama seperti anak reguler, namun ada modifikasi materi disederhanakan sendiri bagi anak tunagrahita agar bias mengikuti pembelajaran dengan materi yang sama seperti siswa reguler.

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

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan adalah penelitian ini membahas pelaksanaan pembelajaran PJOK yang dilakukan guru saat proses pembelajaran, akan tetapi dalam penelitian ini, fokus penelitian kepada upaya yang dipersiapkan guru untuk mendesain pembelajaran kepada anak yang berkebutuhan khusus agar bisa sama-sama belajar satu waktu dengan anak yang normal. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai persiapan dan bagaimana kesiapan yang dilakukan guru dalam membawakan pembelajaran PJOK serta bagaimana pengawasan guru terhadap peserta didik saat pembelajaran berlangsung.

### **BAB III**

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

##### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 200311 Pudun Jae. Proses penelitian ini direncanakan untuk mendapatkan data, menganalisis dan mengolahnya. Penelitian ini dimulai dari bulan Juni sampai Agustus 2021.

##### **B. Jenis dan Metode Penelitian**

Adapun jenis penelitian ini yaitu penelitian kualitatif, yang mana kualitatif 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 ditujukan 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>28</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>29</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.<sup>30</sup> 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 SD Negeri 20311 Pudun Jae.

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

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

---

<sup>28</sup>Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian pendidikancetakan Kedelapan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2017), hlm. 60.

<sup>29</sup>Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006), hlm, 4.

<sup>30</sup> Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hlm, 158.

Syaifuddin subjek penelitian adalah sumber tempat dimana kita mendapatkan keterangan atau data penelitian.<sup>31</sup> Subyek penelitian merupakan sumber diperolehnya informasi mengenai keterangan yang didapat.

Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah kepala sekolah, guru PJOK, dan siswa di Sekolah Dasar Negeri 200311 Pudun Jae.

#### **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 darimana data diperoleh.<sup>32</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 PJOK (1 orang), dan siswa siswi dari SD Negeri 200311 Pudun Jae.
- 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

---

<sup>31</sup>Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), hlm, 5.

<sup>32</sup>Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006), hlm.3.

sekolah, stuktur sekolah, perangkat pembelajaran, dan dokumen proses pembelajaran dari guru PJOK.

#### **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>33</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 200311 Pudun Jae 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>34</sup> Wawancara merupakan salah satu tehnik pengumpulan data, dimana pelaksanaannya dapat dilakukan secara langsung berhadapan langsung dengan subjek peneliti atau responden.

Wawancara adalah proses percakapan dengan maksud untuk mengontruksi 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 tehnik wawancara bermula dengan hubungan baik antara

---

<sup>33</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, Dan Penelitian Pengembangan* ( Bandung: Cipta Pustaka Media 2014), hlm. 120.

<sup>34</sup>Lexi J. Melong, *Metode Pendidikan Kuantitatif* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 1995), hlm.130.

peneliti dengan subjek (responden). Menurut Soeratno dan Arsyad dalam buku Wahyu Purhantara “hubungan baik akan menyebabkan kelancaran didalam menggali informasi lebih lanjut”.<sup>35</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 pada kandungan isi yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan.<sup>36</sup> Wawancara ini merupakan perolehan informasi langsung dengan yang diwawancarai.

Jadi wawancara dapat disimpulkan bahwa suatu kegiatan yang dilakukan atau suatu tehnik pengumpulan data yang dilakukan dengan berhadapan langsung dengan subyek peneliti. Wawancara ini juga merupakan percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu,

---

<sup>35</sup>Purhanta Wahyu, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Bisnis*, Cet. Ke-1, Edisi Pertama (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010), hlm 80-81.

<sup>36</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Ptk, Dan Penelitian Pengembangan* (Bandung: Cita Pustaka Media, 2016), hlm, 149.



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 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>37</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 SD Negeri 200311 Pudun Jae.

### **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

---

<sup>37</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm, 137.

lainnya.<sup>38</sup> Triangulasi ini merupakan cara yang paling umum digunakan bagi peningkatan 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 resiko, efektifitas kebijakan dan perencanaan anggaran, dan status epidemik dalam suatu lingkungan yang berubah. Metode triangulasi menyatu resfon 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 pemerisaan yang memanfaatkan pengguna sumber, metode, penyidik, dan teori.<sup>39</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 dilapangan.

---

<sup>38</sup>lexi J. Melong, *Metode Penelitian Kualitatif*, ...hlm. 330.

<sup>39</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, "Metode Penelitian Pendidikan...", hlm. 161.

## 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 sistematis, fakta yang akurat dan karakteristik populasi mengenai bidang tertentu. Data-data yang dikumpulkan tidak bermaksud untuk mencari penjelasan, menguji hipotesis, membuat prediksi maupun mempelajari implikasi.<sup>40</sup> 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.<sup>41</sup> 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:

---

<sup>40</sup>Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm, 7

<sup>41</sup>Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif Pemahaman Filosofis Dan Metodologis Kearah Penguasaan Model Aplikasi* (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2003), hlm. 71.

1. Reduksi data. (merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.<sup>42</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 professional).

Jadi, dalam menganalisis data yang telah dikumpulkan, peneliti menggambarkan implementasi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae. Data yang didapat dilapangan akan dianalisis dengan cara mengklasifikasikan data, yaitu mengelompokkan data primer dan data skunder 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.

---

<sup>42</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Citapustaka Media, 2016), hlm. 172.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Temuan Umum

##### 1. Sejarah Singkat SD Negeri 200311 Pudun Jae

Sekitar tahun 90-an, Sekolah Dasar ada di daerah Padangsidimpuan selatan hanya ada di Padangmatinggi. Dengan begitu, di Desa Pudun belum ada Sekolah Dasar. Oleh sebab itu, semua anak-anak yang bersekolah harus ke Padangmatinggi tersebut. Namun begitu jarak dari pudun ke Padangmatinggi ini bukanlah yang dekat akan tetapi dengan jarak yang cukup jauh. Ditambah lagi anak-anak ini harus berjalan kaki dari rumah mereka (daerah sekitaran pudun) menuju sekolah. Dampak yang terjadi dari penomenan ini yaitu banyak anak-anak yang malas bersekolah bahkan sampai tidak mau. Sehingga pada akhirnya banyak yang buta huruf. Dengan begitu masyarakat desa Pudun meminta kepada pemerintah supaya mendirikan gedung sekolah tepatnya di desa Pudun Jae ini dengan lahan yang disediakan oleh masyarakat di desa pudun tersebut.

Kemudian SD Negeri 2000311 Pudun Jae yang berdiri pada tahun 2007 dibawah pimpinan ibu HJ. Roslina Hasibuan, S.Pd.I dan kemudian berganti pimpinan pada tahun 2015 yaitu yang dipimpin oleh bapak Irwan Pulungan S.Pd.<sup>43</sup>

##### a) Letak Geografis SD Negeri 200311 Pudun Jae

---

<sup>43</sup>Irwan Pulungan, Kepala Sekolah SD Negeri 200311 Pudun Jae, *wawancara* Kamis, 08 “Juli” 2021, Pukul 09.30 Wib.

SD Negeri 200311 pudun jae terletak di desa pudun jae kecamatan Padangsidempuan Batunadua kota Padangsidempuan Provinsi Sumatera utara. Sekolah ini merupakan salah satu SD Negeri yang terdapat di kota padangsidempuan. Sekolah ini berdiri di atas tanah berukuran 3.200 m<sup>2</sup>, luas bangunannya 504 m<sup>2</sup>. Tanah dan bangunan yang ada sekarang merupakan milik SD Negeri 200311 pudun jae, bukan menyewa atau menumpang.

Adapun letak geografis dari SD Negeri 200311 pudun jae ini adalah:

1. Sebelah timur berbatasan dengan perkampungan desa pudun jae.
2. Sebelah barat berbatasan dengan perumahan.
3. Sebelah utara berbatasan dengan sawah.
4. Sebelah selatan berbatasan dengan perkampungan hutaimbaru.

b) Adapun yang menjadi visi dan misi SD Negeri 200311 pudun jae ini yaitu:

1. Visi sekolah

“unggul dalam prestasi, budi pekerti luhur, berkepribadian mantap dan mandiri serta beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa”.

2. Misi sekolah

- 1) Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif.
- 2) Menumbuhkan semangat keunggulan serta intensif kepada seluruh warga sekolah.

- 3) Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya, sehingga dapat dikembangkan secara optimal.
- 4) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran yang diikuti dan juga budaya bangsa sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.
- 5) Meningkatkan mutu layanan kepada pelanggan sekolah.

Menerapkan manajemen partisipatif melibatkan seluruh warga sekolah dan komite sekolah.<sup>44</sup>

## 2. Struktur Dan Data Guru SD Negeri 200311 pudun jae

Adapun struktur dan data guru SD Negeri 200311 pudun jae ini:

Table 1.2 struktur dan data guru SD Negeri 200311 pudun jae.

No	Nama	NIP	Jabatan
1	Irwan Pulungan S.Pd	196212311996121002	Kepsek
2	Linceria Sitinjak S.Pd SD	195806271982012002	Guru Kelas
3	Sariani S.Pd. SD	196405131986042004	Guru Kelas
4	Rosmedi Pakpahan S.Pd	195906091982012001	Guru Kelas
5	Seri Hannum S.Pd	197002201991052003	Guru Kelas
6	Aslamiah S.Pd	196912311991032019	Guru Kelas
7	Nurjanah Dlm S.Pd	196810101994012001	Guru Ag. Islam
8	Fatmawati Pasaribu S.Ag	197307052005042013	Guru Kelas
9	Tikholijah S.Pd	198105082005022001	Guru Kelas

<sup>44</sup>Profil data SD Negeri 200311 Pudun Jae

10	Meridawat Sh.S.Pd.SD	196711192000052005	Guru Kelas
11	Edi Musafri S.Pd	197710202010011010	Guru Kelas
12	Risnawidiyanti	198208292011012005	Guru Orkes
13	Sofyan	197907052005021004	Guru Ag.Islam
14	Yusraini	198810814200502200	Guru Kelas
15	Syandra Novida	198550102209032007	Guru Kelas
16	Rudi Hermawan Syaputra	198601192014061001	Administrasi
17	Siti Kholija	Honorer	Guru Kelas
18	Mei Linda Yanti Syafitri	Honorer	Guru Kelas
19	Irma Yunita Siregar	Honorer	Guru Kelas
20	Robiyah Hasna	Honorer	Guru Btg
21	Azwar Arsandy Harahap	Honorer	Guru Pjok
22	Ayu Rahayu Harahap	Honorer	Guru Bhs.Ingg
23	Erwin Bastian	Honorer	Administrasi
24	Ari Sanjaya	Honorer	Penjaga Sekolah

Sumber data: profil SD Negeri 200311 Pudun Jae 2021.

### **3. Keadaan siswa dan sistem kerja yang ada di SD Negeri 200311 Pudun Jae.**

Adapun keadaan siswa di sekolah ini sebagaimana Anak-anak dari sekolah ini banyak sekali yang memberikan prestasi prestasi yang bagus, hal ini dapat di buktikan dengan bukti fisik piagam penghargaan dan juga piala-piala yang sudah diraih dan data ini dapat di lihat pajangan yang



ada di perpustakaan sekolah. Jumlah dari siswa disekolah ini sebanyak 348 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 ekstrakurikuler.

Adapun sistem kerja ekstrakurikuler yang ada disekolah ini yaitu: sistem kerja pada kegiatan ekstrakurikuler bidang agama: mengadakan sekolah mengaji pada sore hari, sebelum pandemi dari hari senin-jumat. Adapun biaya yang digunakan, diambil dari dana BOS, dan juga guru-guru yang mengajar yaitu dari alumni-alumni IAIN.

Setiap hari jumat pagi sebelum masuk melaksanakan solat duha, yang di Imami anak-anak SD yang telah dipilih oleh guru kelas. Dalam hak menjadi imam solat duha di sekolah ini yaitu semenjak si anak tersebut terdaftar di sekolah ini. Untuk kelas VI diadakannya kelas 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 SD Negeri 200311 Pudun Jae secara bergantian antara kelas V dan VI. Sistem kerja bagi siswa/I 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 upacara 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 VI yang terdiri dari tiga bagian kelas (A,B,C). setiap yang mendapat giliran piket untuk memandu senam waktunya selama seminggu.

d) Pengembangan bakat

Pengembangan bakat ini dilaksanakan setiap hari jumat pagi. Kegiatan ini dilakukan di lapang sekolah. Kegiatan ini berguna untuk melatih dan mengembangkan bakat yang dimiliki siswa. pada kegiatan ini juga siswa mendapat giliran sesuai dengan yang ditentukan oleh gurunya masing-masing. Bakat-bakat yang telah dikembangkan di sekolah ini yaitu pembacaan surah-surah.

e) Praktek solat berjamaah

Praktek solat berjamaah ini dilakukan setiap hari jumat pagi yang diikuti seluruh siswa di SD 200311 Pudun Jae 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 200311 Pudun Jae 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 200311 Pudun Jae 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>45</sup>

#### 4. Tata Tertib Siswa

TATA TERTIB SISWA SD NEGERII 200311 PUDUN JAE

TAHUN 2020/2021

1. setiap siswa harus menjunjung tinggi nama baik sekolah, norma agama, dan mematuhi tata tertib siswa sebagai berikut:
  - a) siswa harus hadir di sekolah sebelum bel berbunyi tepat 07.30-12.30 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, menyanyikan lagu wajib nasional, membaca sumpah pemuda, dan melakukan senam pada hari kamis dan jumat.
  - d) Sebelum siswa terlebih dahulu berbaris di depan kelas masing-masing dan memberi salam kepada guru.

---

<sup>45</sup>Irwan Pulungan, Kepala Sekolah SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara Sabtu*, 10 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

- e) Sebelum pelajaran dimulai siswa harus berdoa yang telah ditetapkan.
  - 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
  - d) Hari sabtu memakai pakaian pramuka
  - e) Siswa yang terlambat datang kesekolah akan mendapatkan hukuman mengutip sampah.

#### **5. Kondisi fisik SD Negeri 200311 Pudun Jae**

Kondisi fisik SD Negeri 200311 Pudun Jae secara keseluruhan belum baik. Ruangan kelas yang ada sebanyak 14 kelas dan ada 2 ruangan yang kurang layak untuk di pakai, yaitu kelas II A dan II B. semua ruangan berada di lingkungan SD Negeri 200311 Pudung Jae. Sebagaimana yang telah dicantumkan Pada tabel sarana dan prasarana yang ada di SD Negeri 200311 Pudun Jae 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.

#### **6. Kondisi sarana dan prasarana SD Negeri 200311 Pudun Jae**

Adapun sarana dan prasarana yang tersedia di SD Negeri 200311 Pudun Jae ini yaitu sebagai berikut.

Table 1.3

Fasilitas/sarana prasarana SD Negeri200311 Pudun Jae  
untuk menunjang kegiatan pembelajaran.<sup>46</sup>

No	Nama ruangan	Luas/unit	Jlh	Kondisi ruangan			
				Jumlah			
				B	RR	RS	RB
1	Ruang kelas	6x7	14	12			2
2	Ruang perpustakaan	6x7	1	1			
3	Ruang kepala sekolah	15x10	1	1			
4	Ruang guru	15x8	1	1			
5	Ruang tata usaha	12x8	1	1			
6	Tempat beribadah	12x8	1	1			
7	Kamar mandi	4x8	1	1			
8	Gudang	6x8	1	1			
9	Ruang koperasi	6x8	1			1	
10	Kantin	7x9	1			1	
11	Tempat paker	4x6	1			1	
12	Ruang penjaga sekolah	3x5	1			1	
13	Tempat bermain/ber Olahraga	7x9	1	1			

sumber data: profil sekolah SD Negeri 200311 Pudun Jae

<sup>46</sup>Observasike SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan, Kamis, 08 Juli 2021.Pikul 09.30 Wib.

**Keterangan:**

B	= Baik	RS	= Rusak sedang
RB	= Rusak Berat	RR	= Rusak ringan

**B. TEMUAN KHUSUS****1. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pjok) di SD Negeri 200311 Pudun Jae.****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 di kembangkan oleh setiap satuan pendidikan. Salah satu perangkatnya yaitu silabus. Pembelajaran yang akan di laksanakan di kelas maupun di lapangan seharusnya sudah sesuai dengan silabus

yang sudah di buat dan di kembangkan, seperti hasil observasi peneliti yaitu silabus di sekolah ini sudah dipersiapkan dan dikembangkan sebelum pembelajaran satu semester dilaksanakan.<sup>47</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”.<sup>48</sup>

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 seorang guru yang profesional bukanlah hal yang mudah. Seorang guru yang professional 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 menerima

---

<sup>47</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 10 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>48</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.



pembelajaran. Seperti hasil observasi peneliti yaitu persiapan yang dilakukan guru yaitu setelah semua siswa sudah mengganti seragam olahraganya, kemudian membariskan siswa di lapangan. Kemudian mengarahkan dan mencontohkan gerakan-gerakan peregangan terlebih dahulu.<sup>49</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK yaitu:

“Persiapan yang dilakukannya sebelum melakukan pembelajaran 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 jawabannya iya, kita harus melakukan pemanasan memperbaiki fisik mereka dan menanyakan kabar mereka”.<sup>50</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>51</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 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

---

<sup>49</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib

<sup>50</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>51</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib

memang kita harus melakukan pembelajaran dan mengingatkan kepada siswa pembelajaran sebelumnya, atau wajib mengulang materi sebelumnya”<sup>52</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 fisikis 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 observasi peneliti yaitu guru PJOK memberikan praktek langsung kepada siswa dari materi pelajaran yang ada. Seperti guru PJOK langsung memmberikan siswa kelas III memukul bola secara bergantian di lapangan.<sup>53</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK yaitu:

“Model dan strategi sebenarnya tergantung kelas yang dimasuki dan sesuai usia siswanya. Sebab terkadang dari siswa kelas rendah, anak-anak lebih suka banyak bermain dari pada serius dalam

---

<sup>52</sup>Azwar Arisandi Harahap, guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>53</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib

memahami materi. Dari kelas 1,2,3 mereka masih sangat sulit untuk memahami materi, jadi pelajaran yang diberikan langsung kepraktek dan bercanda sambil bermain”<sup>54</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 strategi yang cocok untuk di pakai saat pembelajaran dilakukan.

Dalam menyesuaikan pembelajaran yang ada dengan silabus yang sudah dipersiapkan sebelumnya itu tergantung situasi dan kondisi yang ditemui di lapangan. Akan tetapi tetap menyampaikan isi materi pelajaran kepada siswa. Dengan itu materi pelajaran sudah diketahui langkah yang harus dilakkan 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>55</sup>

---

<sup>54</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 14 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.

<sup>55</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib

Adapun yang di lakukan oleh 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>56</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 persemesternya dan pertahunannya.

#### **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>57</sup>

---

<sup>56</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 14 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.

<sup>57</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 12 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK berikut ini:

“Tergantung kelas anak yang dimasuki, seperti kelas satu, anak-anak sulit mengerti dengan gerakan-gerakan sulit. Jadi disesuaikan aja dengan gerakan yang efisien dengan mengurangi gerakan yang rumit untuk mereka. Jadi membuat gerakan tersebut dengan inisiatif dan kreatif guru masing-masing”.<sup>58</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 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>59</sup>

---

<sup>58</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 14 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.

<sup>59</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 14“Juli” 2021, Pukul 90.00 Wib

Dari yang dikatakan 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>60</sup>

Ferekuensi unjuk kerja gerak setiap peserta didik pada dasarnya melalui alat indra yang dimiikinya. Seperti pengelihatnan, penciuman, dan juga sentuhan. Hingga semakin sederhana dan 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>61</sup>

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

---

<sup>60</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara Sabtu*, 17 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.

<sup>61</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 17 “Juli” 2021, Pukul 90.00 Wib

“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>62</sup>

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 penggunaan alokasi waktu pelajaran PJOK di sekolah ini tidak sesuai dengan yang ada di RPP, selalu kurang maksimal dalam mencapai tujuan pembelajaran yan dirancang .<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Sabtu, 17 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.

<sup>63</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 17 “Juli” 2021, Pukul 90.30 Wib

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 RRP dan dilapangan tidak sesuai, karena anak-anak harus mengganti pakaian terlebih dahulu. Dan 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>64</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 ditambah lagi anak-anak yang suka bermain, sehingga dalam menggunakan waktu untuk mengganti kostum saja pasti ada anak yang menyempatkan waktunya untuk bermain dan besenda gurau dengan temannya.

Untuk pembelajaran, seluruh kegiatan pembelajaran guru 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 da nada pada saat jam pelajaran berlangsung, akan tetapi terkadang guru

---

<sup>64</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara Sabtu*, 17 “Juli” 2021, Pukul 10.30 Wib.



tidak selalu ada bersama siswa dikarenakan ada kegiatan lain, sehingga guru hanya memberikan tugas berolahraga kepada murid.<sup>65</sup>

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>66</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 sesusia SD. Konsentrasinya mudah untuk berubah-ubah. Mereka lebih suka bermalas-malasan jika yang dikasi kepada mereka itu 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 sepatasnya tetap mengawasi

---

<sup>65</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 21 “Juli” 2021, Pukul 90.30 Wib

<sup>66</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 19 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

peserta didik dan mengoreksi seluruh gerakan, seluruh 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 atleh lari, begitulah cara guru PJOK memberikan motivasi kepada siswanya.<sup>67</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>68</sup>

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

---

<sup>67</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 23 “Juli” 2021, Pukul 90.30 Wib

<sup>68</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Jumat, 23 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

membutuhkan pengarahannya. 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>69</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK di SD Pudun Jae 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 si anak bisa merasakan seperti apa yang dilakukan kawan-kawannya. 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 berbeda-beda. Tergantung kemampuan masing-masing anak”.<sup>70</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.

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.

<sup>69</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 26 “Juli” 2021, Pukul 90.40 Wib

<sup>70</sup>Azwar Arisandi Harahap, guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 28 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

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>71</sup>

Sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan guru PJOK berikut ini terkait dengan penutupan pembelajaran yang biasanya dilakukan yaitu:

“Setiap penutupan kita selalu mendiskusikan dengan murid kita apa yang sudah kita pelajari, dibandingkan kembali kepada murid-murid apa yang sudah dipelajari, bagaimana yang belum mereka pahami. Untuk penutupan kita lakukan koreksi, jadi semua murid yang belum faham di penutupanlah kita Tanya, apakah mereka tau pembelajaran tersebut. Sehingga disitu kita tau siapa yang serius atau tidak ketika pembelajaran”.<sup>72</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 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,

---

<sup>71</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 28 “Juli” 2021, Pukul 90.45 Wib

<sup>72</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 28 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

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>73</sup>

Dari hasil wawancara peneliti dengna 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 ada tugas hanya saja misalnya materi bulutangkis, maka kita bisa menyuruh anak untuk sering berlatih di rumah”.<sup>74</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 sennatiasa 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

---

<sup>73</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 26 “Juli” 2021, Pukul 90.50 Wib

<sup>74</sup>Azwar Arisandy Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

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 menutup pembelajaran tercapai, maka hal terakhir yang perlu di lakukan guru adalah menginformasikan materi pelajaran selanjutnya kepada peserta didik. Sebagaimana hasil observasi peneliti terhadap penginformasian pembelajaran selanjudnya 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>75</sup>

---

<sup>75</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 29 “Juli” 2021, Pukul 90.50 Wib

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>76</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 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 Rifai, dia mengatakan bahwa:

---

<sup>76</sup>Azwar Arisandi Harahap, Guru PJOK SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.



“Pak guru mengajarkan dengan sangat semangat. Kadang marah-marah kalau ada yang ribut. Selalu di suruh berbaris baru berlari-lari keliling lapangan”.<sup>77</sup>

Hasil wawancara dengan Ainun Mardiah, ia mengatakan bahwa:

“Pak guru kalau mengajar pasti enak, bisa bermain, tapi kadang yang kuat suara bapak itu buk”.<sup>78</sup>

Hasil wawancara dengan Akmal Naufal, ia mengatakan bahwa:

“Pak guru kalau menajar olahraga semangat, disuruh untuk pemanasan duluan, lari-lari keliling lapangan, yang rebut dikasi hukuman”.<sup>79</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>80</sup>

- b) Dan juga siswa mempunyai pendapat terhadap pilihan mata pelajaran yang diminati dan disukai ioleh msing-masing siswa, sebagaimana pendapat pendapat siswa terkait dengan pelajaran olahraga merupakan pelajaran yang mereka sukai atau tidak dapat dilihat dari hasil wawancara dengan Anisa Dinda, ia mengatakan:

---

<sup>77</sup>Ahmad Rifai, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 26 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>78</sup>Azwainun Mardiah, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu , 28 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>79</sup>Akmal Naufal, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>80</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 26 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

“Pelajaran olahraga itu enggak enak, banyak bergerak, capek buk, tambah lagi panas di lapangan”.<sup>81</sup>

Hasil wawancara dengan Arby Syaputra, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu paling kuskai bu, dibandingin pelajaran matematika yang buat sakit kepala. Kalau pelajaran olahraga bisa main bola buk sama kawan-kawan”.<sup>82</sup>

Hasil wawancara dengan Chandra Hiadayat, ia mengatakan bahwa:

Pelajaran olahraga adalah pelajaran yang menyenangkan, bisa kejar-kejaran sama kawan”

Hasil wawancara dengan Azura Zahairah, 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>83</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 saat menunggu giliran untuk melakukan gerakan tersebut banyak siswa perempuan jngkok dibarisan.<sup>84</sup>

- c) Terkait dengan jawaban siswa mengenai pelajaran olahraga beserta dengan alasan-alasannya, sebagaimana hasil wawancara dengan Derlina Yulinarti, ia mengatakan bahwa:

---

<sup>81</sup>Anisa Dinda, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>82</sup>Arby Syaputra, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>83</sup>Azura Zahairah, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>84</sup> Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 06 “Agustus” 2021, Pukul 10.00 Wib.

“Pelajaran olahraga bukan pelajaran yang saya sukai, karena pelajaran ini capek, banyak bergerak, lari-lari, panas-panasan, pokoknya capek kali lah buk pelajaran olahraga”.<sup>85</sup>

Hasil wawancara dengan Dina Sari, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang tidak saya sukai, karena pelajaran ini harus capek-capek lari-lari kesana sini. Apalagi olahraganya nanti lomba lari, main bola kasti, abis itu capek kali lah itu”.<sup>86</sup>

Hasil wawancara dengan Yogi Pratama, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu yang paling saya sukai, bisa main bola sama kawan-kawan. Bisa kejar-kejaran, dan bisa lomba siapa paling cepat lari”.<sup>87</sup>

Hasil wawancara dengan Fitri Amanda, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu, pelajaran yang tidak saya sukai, karena aku malas harus lari-lari. Capek kali buk, kalau malam sakitlah itu kaki ku buk”.<sup>88</sup>

Hasil wawancara dengan M. Ikhsan, ia mengatakan bahwa:

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang tidak saya sukai, karena banyak bermain-main. Aku paling enak belajar menggambar, karena menggambar it tidak di panas-panasan”.<sup>89</sup>

Hasil wawancara dengan Mulky Reyland, ia mengatakan bahwa”

---

<sup>85</sup>Derlina Yulinarti, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Jumat, 23 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>86</sup>Dina Sari, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>87</sup>Yogi Pratama, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 07 “Agustus” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>88</sup>Fitri Amanda, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 26 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>89</sup>M. Ikhsan, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

“Pelajaran olahraga itu pelajaran yang paling saya sukai, karena bisa bermain bola, nanti aku juga seperti pemain bola terkenal jadi L. messi”.<sup>90</sup>

Hasil wawancara dengan Siska Alisa, ia mengatakan bahwa:

“pelajaran olahraga adalah pelajaran yang tidak pala saya sukai,, karena kadang bisa bermain sama kawan-kawan di luar jam istirahat, terus kadang kalau olahraga yang capekan kalau abis lari-lari sama kawan-kawan”.<sup>91</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 dar siswa laki-laki memang suka dengan pelajaran olahraga, karena dengan berolahraga mereka akan bisa bermain bola dan juga ada yang sampai membayangkan dirinya sebagai pemain bola terkenal.<sup>92</sup>

d) Kemudia pendapat siswa terhadap cara yang dipakai guru agar selama pembelajaran itu tidak membosankan seperti hasil wawancara dengan Nadia Syafitri, ia mengatakan bahwa:

“Bapak guru sering mengajak belajar di luar kelas, membiarkan kami bermain bola dilapangan”.<sup>93</sup>

Hasil wawancara dengan Hadi Wijaya, ia mengatakan bahwa”

---

<sup>90</sup>Mulky Reyland, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Senin, 26 “Juli” 2021, Pukul 10.00 Wib.

<sup>91</sup>Siska Alisa, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 28 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>92</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 23 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>93</sup>Nadya Syafitri, siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Jumat, 23 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

“Pak guru selalalu memberikan pelajaran dilapangan, praktek langsung, memberikan kami bermain sama kawan sekelas”.<sup>94</sup>

Hasil wawancara dengan Nazwa Aulia, ia mengatakan bahwa:

“Pak guru tidak menyuruh kami mencatat, sering mengajak olahraga di luar, kadang sering bercanda dengan kawan, (kadang di panggil nama kawan dengan nama yang lawak-lawak”.<sup>95</sup>

Hasil wawancara dengan Raina Sari, ia mengatakan bahwa:

“Pak guru kalau mengajar harus dapat giliran semua, misalnya kalau belajar memukul bola kasti, bapak menyuruh kami bergantian, biarpun ada kawan yang tidak pandai”.<sup>96</sup>

Sebagaimana hasil observasi peneliti bahwa pak Azwar 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 kemudia selebihnya membiarkan siswa untuk bermain bersama kawan-kawannya.<sup>97</sup>

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

“Peralatan olahraganya ada bola kaki, ada bola kasti, ada raket, dan bola volli”.<sup>98</sup>

Hasil wawancara dengan Tukma Wanita, ia mengatakan bahwa:

---

<sup>94</sup>Hadi Wijaya, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 29 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>95</sup>Nazwa Aulia, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Kamis, 29 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>96</sup>Raina Sari, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 28 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>97</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 23 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>98</sup>Wanda Hadi, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Rabu, 28 “Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

“Perlengkapan olahraga ada semua. Ada bola kaki, ada bola voli, ada bulu tangkis, bola kasti pun ada”.<sup>99</sup>

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 voli dan juga bola kasti maka siswa tinggal menjeemput boal dan peralatan yang mereka butuhkan ke ruang guru.<sup>100</sup>

### **C. Analisis Hasil Penelitian**

Analisis hasil penelitian yang berjudul proses pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidimpuan dan berdasarkan hasil observasi serta wawancara yang peneliti lakukan dengan kepala sekolah, guru olahraga, dan juga siswa siswi SD Negeri 200311 Pudun Jae 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 tekankan sebagai tugas guru yaitu mendidik, mengajar, dan melatih. Guru merupakan salah satu faktor dominan yang sangat menentukan keberhasilan proses belajar mengajar. Sebab ditangan gurulah letak tanggung jawab kegiatan pendidikan.

---

<sup>99</sup>Tukma Wanita, Siswa SD Negeri 200311 Pudun Jae, *Wawancara* Sabtu, 07 “Agustus” 2021, Pukul 09.00 Wib.

<sup>100</sup>Hasil Observasi Peneliti, Pada Tanggal 28“Juli” 2021, Pukul 09.00 Wib.

Seperti halnya yang dituntut kepada guru ialah bukan saja saat di lakukannya pembelajaran di dalam kelas, akan tetapi sebelum melakukan 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 maka 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 boeh 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 siwa mengetahui dan punya persiapan untuk belajar.

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

Seluruh rangkaian penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan. 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 200311 Pudun Jae ini dapat menjawab kejujuran sumber data dan unit analisis data dalam memberikan jawaban dari daftar pertanyaan-pertanyaan yang diberikan 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 pat di selesaikan.

## **BAB V**

### **PENUTUPAN**

#### **A. Kesimpulan**

Proses pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padang Sidempuan ini yaitu sudah sesuai dengan tahapan pembelajaran yang dipersiapkan sebelumnya oleh guru PJOK, dan disesuaikan dengan silabus yang ada.

1. 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 yang akan dilaksanakan. Memberikan motivasi yang membangun kepada peserta didik menyesuaikan variasi pembelajaran dengan kelas dan usia peserta didik. Dalam pencapaian 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, dikarenakan siswa harus menggunakan waktu mata pelajaran pjok untuk mengganti seragam olahraga. Dalam proses pelaksanaan pembelajaran juga guru 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 juga 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 professional dan Kreatif. Mampu memberikan motivasi kepada Siswa supaya siswa semakin menyukai pelajaran olahraga, guru lebih bisa memberikn ide-ide yang bisa membangun semangat siswa agar lebih semangat lagi saat peajaran olahraga. Supaya siswa tidak ada yang bermalas-malasan bergerak saat pembelajaran berlangsung. Sebab pelajaran olahraga ini sangat bagus bagi perkembangan dan pertumbuhan anak sesusia 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 pertumbuahn mereka. Dan juga siswa seharusnya lebih pandai lagi untuk menggunakan waktu pelajaran olah gara seefektif mungkin. Bukan di

gunakan untuk bermain dan bercanda dengan teman sejawatnya atau bisa bermain dan membeli maanan saat pelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adang, Suherman. *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani* Bandung: UPI. 2009.
- Albadi Sinulingga dan Tarsyad Nugraha, “Penerapan Pendekatan Ilmiah Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga Dan Kesehatan Dan Dampaknya Pada Siswa SMA Negerii 15 Medan,” *jurnal pedagogik olahraga* |p-ISSN 2503-5335| e-ISSN 2580-8877|, Volume 03, No. 02, Desember 2017.
- Arif Munawar, “Tingkat Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMK Negeri Se-Kabupaten Bantul”, *Skripsi* Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2016.
- Asfiati, *Manajemen Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berorientasi Pada Pengembangan Kurikulum 2013* Bandung: Ciptapustaka Media, 2014.
- Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif Pemahaman Filosofis Dan Metodologis Kearah Penguasaan Model Aplikasi* Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2003.
- Depdiknas, *Permendiknas. No.22 Tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Jakarta: Depdiknas. 2006.
- Diana Darmawati, Dkk, “Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di SMP Ogan Komerling Ulu Timur Sumatra Selatan,” Dalam *Journal Of Physical Education And Sports*, Volume 6, No. 2, Februari 2017.
- Dimiyati, *Belajar Dan Pembelajaran* Jakarta: PT Rineka Cipta, 2009.
- Ending Komara, *Belajar Dan Pembelajaran* Bandung: PT Refika Aditama 2014.
- Fakultas Bahasa Dan Seni, Pelaksanaan Pembelajaran Biola Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di SD Kanisus Demangan Baru 1 Yogyakarta, *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fakultas Ilmu Keguruan Dan Tarbiyah, Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Berdasarkan Kurikulum 2013 Di Sekolah Menengah Pertama Pengembangan dan Percontohan Se-Kabupaten Pati, *Skripsi* Semarang: Universitas Negri Semarang, 2016.
- Fakultas keolahragaan, “Kesiapan Guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Sekcamatan Depok Kabupaten Selamen Dalam Melaksanakan

Pembelajaran Pjok Berdasarkan Kurikulum 2013”, *Skripsi Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta*, 2020.

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

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

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

Ihcsan Ansory Dkk, “Pelaksanaan Pembelajaran Tematik Sesuai Kurikulum 2013 di SD Muhammadiyah 03 Wajak”, *Elementary School Education Journal*, volume 1 No. 1, Januari 2017.

Indra Mahdi Ritonga, dosen PJOK, Wawancara Via Whatsapp, Senin 18 Januari 2021.

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

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

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

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

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

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

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

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

- Rangkuti Ahmad Nizar, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Citapustaka Media, 2016).
- Rangkuti, Ahmad Nizar, *Kuantitatif, Kualitatif, Ptk, Dan Penelitian Pengembangan* Bandung: Cita Pustaka Media, 2016.
- Rangkuti, Ahmad Nizar, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, Dan Penelitian Pengembangan* Bandung: Cipta Pustaka Media 2014.
- Salinan Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Pendidikan Dasar Dan Menengah: Jakarta.
- Sudirman dan Rosmini Maru, *Implementasi Model-Model Dalam Bingkai Penelitian Tindakan Kelas* Makasar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makasar 2015.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* Bandung: Alfabeta, 2013.
- Suharsimi Arikunto, *Penelitian Tindakan Kelas* Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006.
- Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya* Jakarta: Bumi Aksara, 2008.
- Sukmadinata, Nana Syaodih, *Metode Penelitian pendidikancetakan Kedelapan* Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2017.
- Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.
- Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999.
- Syaukani, *Titik Temu Dalam Dunia Pendidikan: Tanggung Jawab Pemerintah, Pendidik, Masyarakat Dan Keluarga Dalam Memangun Bangsa* Jakarta: Nusa Madani, 2002.
- Thubani Amas, “Pelaksanaan Pembelajaran Biola Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Di Sd Kanisus 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.

**DAFTAR  
RIWAYAT HIDUP**



**A. IDENTITAS PRIBADI**

Nama : Halima Santri Siregar  
 NIM : 1620500109  
 Tempat/Tanggal Lahir : Marenu, 01 Maret 1998  
 Alamat : Marenu, Kec. Aek Nabara Barumun  
 e-mail : [halimahsantri1998@gmail.com](mailto:halimahsantri1998@gmail.com)  
 No. Hp : 082288049542  
 Jenis Kelamin : Perempuan

**B. RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. Tahun 2010, tamat dari Sekolah Dasar Negeri (SD) Pirnak Barumun.
2. Tahun 2013, tamat dari Madrasah Tsanawiyah Negeri Marenu (MTsN Marenu).
3. Tahun 2016, tamat dari Madrasah Aliyah Negeri Marenu (MAN Marenu).
4. Tahun 2021, tamat dari Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidempuan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)

**C. IDENTITAS ORANG TUA**

NamaAyah : Hasanuddin Siregar  
 NamaIbu : Nur Baiti Hasibuan  
 Pekerjaan : Petani  
 Alamat : Marenu, Kec. Aek Nabara Barumun



## Lampiran 1

*TIME SCHEDULE PENELITIAN*

NO	Kegiatan	WAKTU
1.	Pengesahan judul	Mei 2020
2.	Penulisan proposal	Juli 2020
3.	Bimbingan proposal dengan pembimbing ke II	September 2020
4.	Bimbingan proposal dengan pembimbing ke I	November 2020
5.	Seminar proposal	April 2021
6.	Revisi proposal	Juni 2021
7.	Riset	Juli 2021
8.	Penelitian di lapangan	Juli- Agustus 2021
9.	Pengolahan data	Agustus-Oktober 2021
10.	Penulisan hasil penelitian	Agustus -Oktober 2021
11.	Bimbingan skripsi dengan pembimbing II	Oktober 2021
12.	Bimbingan skripsi dengan pembimbing I	Oktober -November 2021
13.	Seminar hasil	November 2021
14.	Revisi seminar hasil	November-desember 2021
15.	Sidang munaqosyah	Desember 2021
16.	Revisi sidang munaqosyah	Desember 2021

Padangsidempuan, Oktober 2021

Peneliti

Halima Santri Siregar

1620500109

## Lampiran II

### PEDOMAN OBSERVASI

Dalam rangka pengumpulan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini yang berjudul “Proses pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padang Sidempuan” maka penulis menyusun pedoman observasi sebagai berikut:

1. Mengobservasi langsung di lokasi penelitian SD Negeri 200311 Pudun Jae.
2. Mengamati pelaksanaan pembelajaran olahraga yang dilakukan oleh guru PJOK di SD Negeri 200311 Pudun Jae.
3. Mengamati respon siswa terhadap pelajaran yang diberikan oleh guru PJOK di SD Negeri Pudun Jae ini.

## Lampiran III

## DAFTAR WAWANCARA

## A. Wawancara dengan kepala sekolah

1. Bagaimana sejarah singkat berdirinya Sekolah Dasar Negeri 200311 Pudun Jae?
2. Berapa jumlah murid disekolah ini?
3. Bagaimana keadaan siswa di SD Negeri 200311 Pudun Jae ini?
4. Apa saja sistem kerja yang ada di sekolah ini pak?
5. Bagaimana system kerja yang ada di sekolah ini pak?

## B. Wawancara dengan guru olahraga

1. Apakah bapak sebelum melakukan proses pembelajaran menyiapkan peserta didik secara fisik dan fisikis untuk mengikuti proses pembelajaran?
2. Apakah bapak mengaitkan pembelajan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari?
3. Bagaimana model, dan strategi pembelajaran yang bapak gunakan?
4. Apakah cakupan materi pembelajaran yang bapak sampaikan kepada peserta didik sesuai dengan uraian kegiatan pembelajaran yang ada disilabus?
5. Apakah materi pembelajaran yang disampaikan sudah mengacu pada rencana pembelajaran yang sudah dipersiapkan sebelumnya?
6. Apakah bapak mengawali pembelajaran dengan melakukan gerak perbandingan kearah gerak yang komplek?

7. Apakah frekuensi unjuk kerja gerak peserta didik sudah sesuai untuk menghasilkan otomatisasi gerakan?
8. Apakah bapak menggunakan alat dan fasilitas yang ada seefektif mungkin, dan jika memang fasilitas yang ada kurang memadai hal apa yang bias bapak lakukan?
9. Apakah alokasi waktu yang bapak persiapan di rencana pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan pengaplikasian di lapangan pada saat pembelajaran berlangsung?
10. Apakah saat pembelajaran berlangsung bapak selalu memperhatikan dan memberikan koreksi kepada kegiatan yang dilakukan siswa baik secara individu maupun kelompok?
11. Seperti apa motivasi yang bapak berikan kepada siswa?
12. Seperti apa variasi pembelajaran yang bapak berikan kepada siswa pada saat pembelajaran gerak keterampilan asing dan gerakan sesuai dengan batasan kemampuan yang dimiliki siswa?
13. Apakah diakhir pembelajaran bapak selalu memberikan tugas sebagai tindak lanjut atas pembelajaran yang sudah dilakukan?
14. Bagaimana model penutup pembelajaran yang bapak lakukan dalam menyimpulkan dan mencari manfaat aktivitas pembelajaran yang sudah dilakukan?
15. Apakah bapak menginformasikan rencana pembelajaran selanjutnya kepada peserta didik?

C. Wawancara dengan siswa

1. Bagaimana menurutmu cara guru dalam mengajarkan PJOK?
2. Apakah pelajaran PJOK merupakan pelajaran yang menyenangkan?
3. Apakah pelajaran PJOK merupakan pelajaran yang kamu sukai? Apa alasannya?
4. Bagaimana cara guru PJOK mengajar agar tidak membosankan?
5. Apasajakah kelengkapan alat belajar PJOK yang digunakan di Sekolah Dasar Negeri 200311 Pudun Jae?

## Lampiran IV

Hasil wawancara dengan kepala sekolah SD Negeri 200311 Pudun Jae kota padangsidimpuan

No.	Nama	Item pertanyaan	Jawaban
1.	Irwan pulungan S.Pd	1. Bagaimana sejarah singkat berdirinya SD Negeri 200311 Pudun Jae ini?	<p>Sekitar tahun 90-an, sekolah dasar di sekitar daerah daerah padangsidimpua hanya ada di padangmatinggi. Dengan begitu, di desa Pudun belum ada sekolah dasar. Oleh sebab itu, semua anak anak yang bersekolah harus ke padangmatinggi tersebut. Namun begitu jarak dari pudun ke padangmatinggi ini bukanlah yang dekat akan tetapi dengan jara yang cukup jauh. Ditambah anak-anak ini harus berjalan kaki dari rumah mereka (daerah sekitaran pudun) menuju sekolah. Dampak yang terjadi dari penomenan ini yaitu banyak anak-anak yang malas bersekolah bahkan sampai tidak mau. Pada akhirnya banyak yang buta huruf. Dengan begitu masyarakat desa pudun meminta kepada pemerintah supaya mendirikan gedung sekoalah tepatnya di desa pudun jae ini dengan lahan yang disediakan oleh masyarakat di desa pudun tersebut.</p> <p>Kemudian SD Negeri 2000311 pudun jae yang berdiri pada tahun 2007 dibawah pinpinan ibu HJ. Roslina Hasibuan, S.Pd.I dan kemudian berganti pinpinan pada tahun 2015 yaitu yang dipinpin oleh bapak Irwan Pulunga S.Pd.</p>
		2. Berapa jumlah siswa di sekoalh ini?	348 siswa
		3 .Bagaimana keadaan siswa di SD Negeri	Anak-anak dari sekolah ini banyak sekali yang memberikan prestasi prestasi yang bagus, hal ini dapat di buktikan dengan bukti fisik piagam

		200311 Pudun Jae ini?	penghargaan dan juga piala-piala yang sudah diraih dan data ini dapat di lihat pajangan yang ada di perpustakaan sekolah.
		4. Apa saja sistem kerja yang ada di sekolah ini pak?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sistem kerja pada jam wajib sekolah dari senin-sabtu kecuali hari libur.</li> <li>2. sistem kerja pada jam ekstrakurikuler.</li> </ol>
		5. Bagaimana sistem kerja yang ada di sekolah ini pak?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. sistem kerja pada kegiatan ekstrakurikuler bidang agama: mengadakan sekolah mengaji pada sore hari, sebelum pandemi dari hari senin-jumat. Adapun biaya yang digunakan, diambil dari dana BOS, dan juga guru-guru yang mengajar yaitu dari alumni-alumni IAIN.</li> <li>2. Setiap hari jumat pagi sebelum masuk melaksanakan solat duha, yang di Imami anak-anak SD yang telah dipilih oleh guru kelas. Dalam hak menjadi imam solat duha di sekolah ini yaitu semenjak si anak tersebut terdaftar di sekolah ini.</li> <li>3. untuk kelas VI diadakannya kelas tambahan belajar diluar jam sekolah, dengan tujuan supaya anak-anak siap sepenuhnya untuk menjalani ujian nasional.</li> </ol>

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SDN.....

Kelas / Semester : IV / 2

Tema / Sub Tema : Indahnya Negeriku (6)  
: Indahnya Peninggalan Sejarah (3)

Pembelajaran : 2 (dua)

### A . Kompetensi Inti

- 1 . Menerima , menjalankan dan menghargai ajaran yang dianutnya
- 2 . Menunjukkan perilaku jujur , disiplin , tanggung jawab , santun , peduli , dan percaya diri  
dalam berinteraksi dengan keluarga , teman , guru , dan tetangganya
- 3 . Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan  
rasa ingin tahu tentang dirinya , makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya dan benda-  
bendayang dijumpainya di rumah , di sekolah dan tempat bermain
- 4 . Menyajikan pengetahuan factual dalam bahasa yang jelas , sistematis dan logis dalam  
karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan  
mencerminkan perilaku anak beriman dan berahlak mulia

### B . Kompetensi Dasar

#### PJOK

- 3.2 Memahami konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerakan dasar atletik jalan cepat dan lari melalui permainan dan atau tradisional



#### 4.2 Mempraktikan kombinasi gerak dasar untuk membentuk gerakan dasar atletik

Jalan dan lari yang dilandasi konsep gerak melalui permainan dan atau tradisional

#### Indikator

3.21 Mengenal konsep variasi dan kombinasi pola gerak dasar jalan cepat dan lari

estafet secara berkelompok

4.21 Melakukan lomba lari berkelompok dengan mengambil bola secara estafet

#### C . Tujuan Pembelajaran

- Setelah mendengarkan penjelasan dan instruksi dari guru siswa mampu mempraktikan keterampilan dasar atletik jalan dan lari melalui permainan yang dilakukan secara berkelompok
- Setelah melakukan permainan , siswa mampu menceritakan tentang mamfaat dan nilai-nilai yang mereka pelajari dari permainan

#### D . Materi Pembelajaran

- Mempraktikan keterampilan dasar jalan
- Mempraktikan keterampilan dasar lari
- Mamfaat dan nilai-nilai yang mereka pelajari dari permainan

#### E . Metode dan Pendekatan pembelajaran

- Ceramah , demonstrasi , penugasan , tanya jawab
- Saintifik

#### F . Media , Alat , dan Sumber Pembelajaran

- Lapangan
- Kapur , Pluit dan stopwatch
- Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 Tema 6

## G . Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru member salam</li> <li>- Absensi dan menanyakan keadaan siswa</li> <li>- Berdoa</li> <li>- Appersipsi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> <li>- Pemanasan : Lari kecil mengilingi lapangan Lari keliling lapangan Lari bolak balik Lari berbelok belok Streching</li> </ul>	10 Menit
Inti	<p>A . Lari berkelompok dengan mengambil bola secara estafet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang sama banyak</li> <li>- Guru menyiapkan lintasan lari dari garis start sampai finish dengan jarak 8 – 10 meter</li> <li>- Digaris finish guru menyiapkan bola yang sama banyaknya untuk setiap kelompok</li> <li>- Setelah ada aba-aba barisan kelompok yang paling depan berlari menuju garis finish dan mengambil bola , kemudian kembali lagi ke garis start dan dilanjutkan anggota kelompok berikutnya</li> <li>- Setiap kelompok berlomba mengambil bola sebanyak mungkin dalam waktu yang sudah ditentukan</li> <li>- Begitu seterusnya sampai waktu ditentukan habis</li> </ul> <p>B . Lomba lari dengan dengan mengambil bola secara Estafet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa melakukan secara individu</li> <li>- Guru menyiapkan lintasan lari dari garis start sampai garis finish dengan jarak 10 meter</li> <li>- Digaris finish guru menyiapkan bola sama banyaknya setiap siswa yang akan</li> </ul>	120 Menit

Penutup	<p>melakukan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Setelah ada aba-aba siswa berlari menuju garis finish dan mengambil satu bola kemudian kembali lagi ke garis start untuk menaruh bola tersebut</li> <li>- Setiap siswa berlomba mengambil bola sebanyak mungkin dalam kurun waktu yang sudah ditentukan</li> <li>- Begitu seterusnya sampai waktu yang ditentukan habis</li>   <li>- Guru menanyakan kepada siswa tentang materi sudah dipelajari . Dengan arahan guru siswa melakukan refleksi dari kegiatan yang sudah dilakukan</li> <li>- Melakukan gerakan pendinginan</li> <li>- Pesan moral</li> <li>- Berdoa dan siswa dibubarkan</li> <li>- gerak melalui permainan dan atau tradisional</li> <li>-</li> </ul>	10 Menit
---------	---	----------

#### H . Penilaian

PJOK dinilai dengan rubik

Teknik pengambilan nilai adalah lomba lari dengan mengambil bola secara estafet

Kriteria	Bagus Sekali ( 4 )	Bagus ( 3 )	Cukup ( 2 )
Melakukan gerak dasar lari	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaki melangkah lebar dan secepat mungkin</li> <li>- Lengan diayunkan secara bergantian dan konsisten</li> </ul>	Jika siswa mampu melakukan dua kriteria dengan benar	Jika siswa mampu melakukan satu kriteria dengan benar
Kecepatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sikap posisi badan agak condong ke depan</li> <li>- Dalam waktu 30 detik siswa mampu mengumpulkan</li> </ul>	Dalam waktu 30 detik siswa mampu mengumpulkan bola sebanyak 4-6 bola	Dalam waktu 30 detik siswa mampu mengumpulkan bola sebanyak 0-3 bola

	bola sebanyak 7 bola atau lebih		
--	------------------------------------	--	--

1 . Nilai untuk teknik gerak dasar lari

Nilai : Skor yang diperoleh x 100 : skor maksimal =.....

2 . Nilai kecepatan yang diperoleh

Nilai : Skor yang diperoleh x 100 : skor maksimal =.....

3 . Nilai lari jarak pendek

Nilai : Nilai teknik gerak dasar lari + nilai kecepatan lari yang diperoleh : 2  
=.....

Penilaian keterampilan

NO	Nama	Teknik gerak dasar lari	Kecepatan	Lari jarak pendek	Jumlah
1					
2					
3					
4					
5					
6					
dst					

Mengetahui

.....

Kepala SDN.....

Guru

Bidang Studi PJOK

.....

.....

NIP :

NIP :

## **Biodata guru PJOK di SD Negeri Pudun Jae Kota Padangsidimpuan**

Nama : AZWAR ARISANDY HARAHAHAP S.Pd

Jenis Kelamin : LAKI-LAKI

Tempat Tanggal Lahir : Padangsidimpuan, 18 November 1991

Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO)

Fakultas : Ilmu Keolahragaan / FIK Universitas Negeri  
Medan

Pendidikan Terakhir : S1-PKO Spesialisasi olahraga, Sepak bola Stambuk  
2010-Lulus 2015

Bidang Study Yang Diampu : guru PJOK.

Tempat Tugas : Mengajar di SD Negeri 200311 dan di YP.Nurul  
ilmi (SMP)

Alamat Sekolah : PUDUN JAE DAN SILANDIT KOTA  
PADANGSIDIMPUAN.

## Lampiran V

## HASIL DOKUMENTASI



Gambar 1.3: Nama Dan Lokasi Sekolah Penelitian



Gambar 1.4: Observasi Ke Sekolah Dengan Kepala Sekolah



Gambar 1.5: Wawancara Dengan Kepala Sekolah



Gambar 1.6: Dokumentasi Atas Prestasi Yang Diraih Siswa Siswi SD Negeri  
200311 Pudun Jae





Gambar 1.8: Wawancara Dengan Guru PJOK



Gambar 1.9: Observasi Pelaksanaan Pembelajaran Ke Sekolah



Gambar 1.10: Wawancara Dengan Siswa





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUNAN**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang 22733 Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022  
 Website: <http://www.iainpadangsidimpuan.ac.id> E-mail: [iaipad@iainpadangsidimpuan.ac.id](mailto:iaipad@iainpadangsidimpuan.ac.id)

Nomor : B2792/In.14/E.1/PP.009/12/2021  
 Lamp : -  
 Perihal : Pengesahan Judul dan Penunjukan  
 Pembimbing Skripsi

13 Desember 2021

Kepada Yth:

1. Ali Asrun Lubis, S.Ag.,M.Pd
2. Nursyaidah, M. Pd

(Pembimbing I)

(Pembimbing II)

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, melalui surat ini kami sampaikan kepada Bapak/Ibu Dosen bahwa berdasarkan usulan dosen Penaschat Akademik, telah ditetapkan Judul Skripsi Mahasiswa dibawah ini sebagai berikut:

Nama	: Halima Santri Siregar
NIM	: 1620500109
Program Studi	: Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Judul Skripsi	: Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Dkesehatan Di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidimpuan.

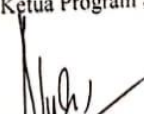
Berdasarkan hal tersebut, sesuai dengan Keputusan Rektor Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan Nomor 400 Tahun 2021 tentang Pengangkatan Dosen Pembimbing Skripsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam, Tadris/Pendidikan Matematika, Tadris/Pendidikan Bahasa Inggris, Pendidikan Bahasa Arab Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, dan Pendidikan Islam Anak Usia Dini, dengan ini kami menunjuk Bapak/Ibu Dosen sebagaimana nama tersebut diatas menjadi Pembimbing I dan Pembimbing II penelitian skripsi Mahasiswa yang dimaksud.

Demikian disampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu Dosen diucapkan terima kasih.

Mengetahui  
 an. Dekan  
 Wakil dekan bidang akademik

Ketua Program Studi PGMI

  
Dr. Ahmad Nizar Rangkuti, S. Si, M.Pd  
 NIP 19800413 200604 1 002

  
Nursyaidah, M.Pd  
 NIP 19770726 200312 2 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihatang 22733  
 Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Nomor : B - *866* /In.14/E/TL.00/07/2021  
 Hal : **Izin Penelitian**  
**Penyelesaian Skripsi.**

Yth. Kepala SD Negeri 200311 Pudun Jae  
 Kota Padangsidempuan

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa :

Nama : Halima Santri Siregar  
 NIM : 1620500109  
 Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
 Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
 Alamat : Padangmatinggi Lestari

adalah Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan judul "**Proses Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae Kota Padangsidempuan.**"

Sehubungan dengan itu, kami mohon bantuan Ibu untuk memberikan izin penelitian sesuai dengan maksud judul di atas.

Demikian disampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Padangsidempuan, *6* Juli 2021  
 Dekan



Dr. Lelya Hilda, M.Si.  
 NIP. 19720920200003 2 002 *h*



**PEMERINTAH KOTA PADANGSIDIMPUAN  
DINAS PENDIDIKAN KOTA PADANGSIDIMPUAN  
SD NEGERI 200311 PADANGSIDIMPUAN**

KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN BATUNADUA

Jl. Jend. Besar A. Haris Nasution Desa Pudun Jae

Kode Pos : 22731

SURAT KETERANGAN

nomor : 422.1 / 65 / SD / 2021

tanda tangan di bawah ini:

nama : IRWAN PULUNGAN, S.Pd  
 nomor : 19621231 199612 1 002  
 jabatan : Kepala Sekolah  
 tempat kerja : SD Negeri 200311 Pudun Jae

yang Ini Menyatakan Bahwa:

nama : Halima Santri Siregar  
 nomor : 1620500109  
 program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
 universitas : Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan  
 institusi : Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan (IAIN)

Telah melakukan penelitian di SD Negeri 200311 pudun jae pada tanggal 06 Juli s/d 04 Agustus 2021 dalam rangka pengumpulan data untuk penulisan skripsi dengan judul "proses pelaksanaan pembeajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (PJOK) di SD Negeri 200311 Pudun Jae kota padangsidempuan"

Demikianlah surat keterangan dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidempuan, Agustus 2021

  
 IRWAN PULUNGAN, S.Pd  
 NIP: 19621231 199612 1 002