

Penggunaan Media Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin Kabupaten Gunungkidul

Aditya Pandhu Wicaksono¹, Muhammad Sofian Hadi²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

adityapandhu14@gmail.com

Abstrak. Jasmani dalam sebutan bahasa Inggris ialah *physical*, dalam ilmu faal, jasmani didefinisikan sebagai struktur biologik pada manusia. Belajar dalam idealisme memiliki makna yaitu kegiatan psiko-fisik sosio menuju perkembangan pribadi seutuhnya. Pada zaman sekarang, teknologi selalu berkembang dan mengalami kemajuan yang pesat sehingga menjadi semakin canggih dan juga pintar. Penggunaan media sangat dianjurkan untuk meningkatkan kualitas pengajaran sehingga tujuan dari pembelajaran tersebut dapat tercapai. Tujuan penelitian ini adalah sebagai upaya peningkatan mutu pendidikan melalui media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan instrumen menggunakan angket. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 10.2%, tinggi sebesar 19.1%, sedang sebesar 41.9%, rendah sebesar 23.7%, dan sangat rendah 5.1%.

Kata kunci : Media Pembelajaran, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Sekolah Menengah Pertama

1. Pendahuluan

Jasmani dalam sebutan bahasa Inggris ialah *physical*, dalam ilmu faal, jasmani didefinisikan sebagai struktur biologik pada manusia. Secara umum dipahami bahwa jasmani atau jasadiah memiliki arti yaitu tubuh manusia. Tujuan akhir pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terletak dalam peranannya sebagai wadah yang unik, penyempurnaan watak, dan sebagai wahana untuk memiliki dan membentuk kepribadian yang kuat, watak yang baik dan juga sifat yang mulia. (Pahliwandari, 2019). Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang harus ditempuh bagi siswa yang berada pada pendidikan dasar maupun menengah. Pendidikan jasmani pada dasarnya mendidik siswa melalui aktivitas fisik ataupun gerak untuk mencapai tujuan kompetensi pembelajaran.

Dalam pendidikan jasmani memiliki tiga tujuan yang perlu ditingkatkan dan dikembangkan untuk siswa, antara lain: aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan. Untuk membentuk manusia yang baik, hasil dari pembelajaran pendidikan jasmani harus mempunyai sikap yang luhur yaitu: sportif, kerja sama, tanggung jawab, dan juga percaya diri. Kompetensi yang dihasilkan dari segi pengetahuan antara lain seperti berpikir kritis, mampu berkomunikasi dengan baik, memiliki inovasi dan kreativitas. (Mustafa, 2022). Mata pelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah mulai dari sekolah dasar sampai dengan sekolah lanjutan tingkat atas, merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang mempunyaiciri berbeda dibandingkan dengan mata pelajaran lain, seperti matematika, ekonomi, geografi atau mata

pelajaran lain yang lebih banyak menitik beratkan pada aspek kognitif. Perbedaan tersebut meliputi perbedaan tujuan, dan media yang dimanfaatkan. (Winarno, 2006)

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada hakikatnya adalah bagian rekonstruksi dari sistem pendidikan nasional secara menyeluruh. Dalam hal ini tingkat kemajuan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di satuan pendidikan memiliki peran yang sangat penting untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan berjalan dengan baik. (Junaedi, 2016). Belajar dalam idealisme memiliki makna yaitu kegiatan psiko-fisik sosio menuju perkembangan pribadi seutuhnya. Namun, realitas yang dipahami oleh sebagian besar masyarakat tidaklah seperti itu. Belajar sebagai konsep mendapatkan pengetahuan dalam prakteknya banyak dipercaya.

Pelajar yaitu salah satu sasaran pendidikan yang dituntut mempunyai respon atau tanggapan terhadap mata pelajaran, dalam hal ini yang dimaksud adalah pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). Dalam proses belajar, pastinya ada penyebab kesulitan belajar siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya gerak dasar yang belum dapat dilaksanakan dengan baik oleh siswa saat pembelajaran PJOK. Kesulitan diatas termasuk faktor intern atau yang berasal dari dalam diri siswa. Sedangkan faktor yang berasal dari luar atau ekstern diantaranya dipengaruhi oleh guru, kondisi lingkungan sekolah, cuaca, sarana prasarana dan lain-lain. (Ani Daniyati et al., 2023)

Hasil belajar bisa didefinisikan sebagai hasil maksimum yang telah dicapai oleh seseorang siswa setelah mengalami proses belajar mengajar dalam mempelajari materi pelajaran tertentu. Hasil belajar tidak mutlak berupa nilai saja, akan tetapi bisa berupa perubahan, penalaran, kedisiplinan, keterampilan dan lain sebagainya yang mengarah pada perubahan positif. (Turrohmah, 2017). Pada zaman sekarang, teknologi selalu berkembang dan mengalami kemajuan yang pesat sehingga menjadi semakin canggih dan juga pintar. Oleh karena itu, semua masyarakat dapat menikmati dan mengakses internet kapan saja dan di mana saja tanpa adanya batasan. Masyarakat juga dapat mengetahui berita dan semua informasi dari berbagai daerah, bahkan dari luar negeri juga. (Tyas & Arsanti, 2022)

IPTEK adalah singkatan dari Ilmu Pengetahuan dan Teknologi. Seiring dengan perkembangan zaman, ilmu pengetahuan dan teknologi semakin canggih dan mendukung terciptanya teknologi-teknologi yang akan mendatang. Perkembangan IPTEK sekarang, masyarakat bahkan guru pun dituntut untuk lebih meningkatkan kemampuan dan kompetensinya, sehingga manusia bisa menyeimbangkan dirinya di zaman modern ini. IPTEK adalah awal dari kesuksesan bangsa, karena bisa menciptakan sesuatu hal yang baru yang sebelumnya tidak bisa terjadi sehingga dapat terjadi. (Mulyani & Haliza, 2021).

Sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) maka dunia pendidikan juga digarapkan untuk selalu mengikuti perkembangan tersebut. Perubahan dalam bidang IPTEK ini adalah fakta dalam kehidupan, sehingga pengembangan kemampuan siswa maupun guru dalam bidang sains menjadi salah satu kunci keberhasilan peningkatan kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan dan juga memasuki dunia teknologi informasi. (Belakang, 2003)

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi semakin mendorong usaha-usaha pembaharuan dalam pemanfaatan hasil-hasil teknologi dalam proses belajar mengajar. Para guru khususnya guru PJOK (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) diharapkan menguasai TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi) dalam pembelajaran agar mampu

memanfaatkan alat-alat atau media pembelajaran yang dapat disediakan oleh sekolah, dan tidak menutup kemungkinan bahwa alat-alat tersebut sesuai dengan perkembangan dan tuntutan jaman. Guru dapat menggunakan alat yang terjangkau dan bermanfaat, tetapi merupakan kewajiban dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran PJOK yang diharapkan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 1 Februari – 26 Maret 2024 di 10 siswa SMP Muhammadiyah Al Mujahidin menyatakan bahwa dalam pembelajaran menggunakan media memang sangat bermanfaat dalam belajar mengajar, dan memberikan dampak positif bagi siswa tetapi guru belum maksimal dalam memanfaatkannya. Media yang paling familiar dan hampir semua sekolah menggunakannya adalah media cetak (buku). Kemudian, banyak juga sekolah yang telah memanfaatkan jenis media lain seperti gambar, audio, video, model dan *overhead* proyektor (OHP) dan obyek-obyek nyata. Media lain seperti VCD, slide (film bingkai) dan internet masih jarang dimanfaatkan meskipun sebenarnya sudah tidak asing lagi bagi sebagian besar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penggunaan media pembelajaran mampu memudahkan guru dalam penyampaian materi pembelajaran kepada siswa sehingga pembelajaran dapat berlangsung efisien dan efektif.

Penggunaan media sangat dianjurkan untuk meningkatkan kualitas pengajaran sehingga tujuan dari pembelajaran tersebut dapat tercapai. Pengetahuan guru tentang media pembelajaran juga memberikan dampak pada proses pembelajaran menggunakan media. Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan, penggunaan media pembelajaran masih kurang untuk diperhatikan. Padahal, untuk menunjang kelancaran pembelajaran di sekolah dasar khususnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sekolah sudah menyediakan media walaupun belum semua terpenuhi. Guru dituntut untuk dapat menggunakan media pembelajaran yang akan dimanfaatkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Besarnya tuntutan terhadap guru pendidikan jasmani agar dapat memikirkan, merancang dan juga menggunakan media pembelajaran dalam proses pemberian materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang “Penggunaan Media Pembelajaran Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin” sebagai upaya peningkatan mutu pendidikan melalui media dalam pembelajaran PJOK.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif tentang penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin. Artinya dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui seberapa baik penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan instrumen menggunakan angket. Subjek dari penelitian ini yaitu guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ada di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin sebanyak 10 orang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMP Muhammadiyah Al Mujahidin.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah survei, pengumpulan data didapatkan dengan cara membagikan soal kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin yang akan digunakan untuk penelitian, peneliti mendatangi sekolah masing-masing yang berada di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin, setelah itu memberikan angket pernyataan yang sudah disiapkan untuk diisi oleh

guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini memanfaatkan analisis deskriptif dengan data statistik deskriptif yang merupakan statistik yang dimanfaatkan untuk menganalisis data.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin, pada tanggal 5 Maret sampai 9 Maret 2024. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang ada di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin yang berjumlah sebanyak 10 orang. Deskripsi data hasil penelitian ini diungkapkan dengan 35 butir soal, dengan faktor dalam penelitian ini adalah (1). Media berbasis visual, (2). Media berbasis audio, (3). Media berbasis audio visual serta (4) Media berbasis jaringan komputer. Setelah data penelitian terkumpul, dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan bantuan komputer berupa program SPSS 18 for windows.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 10.2%, tinggi sebesar 19.1%, sedang sebesar 41.9%, rendah sebesar 23.7%, dan sangat rendah 5.1%. Dari hasil observasi wawancara yang dilakukan oleh peneliti di beberapa SMP Muhammadiyah Al Mujahidin, dapat disimpulkan bahwa untuk ketersediaan media pembelajaran sudah terpenuhi, walaupun jumlahnya masih terbatas. Sedangkan dalam kaitannya dengan penggunaan media pembelajaran, kebanyakan guru penjasorkes lebih setuju menggunakan media visual dibandingkan media lain dikarenakan penggunaannya yang lebih mudah. Sedangkan untuk media audio, video, komputer dan jaringan internet saat pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan hanya sebagian.

Media merupakan segala sesuatu yang bisa mengantarkan pesan ataupun informasi belajar dari guru kepada siswa, yang mampu menarik minat belajar siswa. Upaya guru PJOK dengan memanfaatkan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan sangat membantu kelancaran pembelajaran dan bisa meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Gambar harus jelas dan memiliki kedalaman (resolusi) minimal 300 dpi. Gambar ditulis rata kiri diberi penomoran. Judul gambar ditulis miring dan huruf besar di setiap awal kata.. Gambar disisipkan dalam satu baris pada naskah (*in line with text*).

Gambar 1.

Pemanasan Sebelum Memulai Pelajaran



Gambar 2.

Penggunaan Media Pembelajaran Saat Jam Pelajaran



4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisa dan juga pembahasan yang sudah dikemukakan pada bagian sebelumnya, maka bisa diambil kesimpulan bahwa pendapat guru penjas terhadap penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin dapat diperoleh hasil kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 10.2%, tinggi sebesar 19.1%, sedang sebesar 41.9%, rendah sebesar 23.7%, dan sangat rendah 5.1%. Dengan demikian pendapat guru terhadap penggunaan media dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin berada dalam kategori sedang.

Sarannya adalah kepada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya di SMP Muhammadiyah Al Mujahidin agar lebih meningkatkan kreatifitas dalam menggunakan media pembelajaran, juga memberikan saran kepada Kepala Sekolah agar lebih memperhatikan lagi bagaimana guru menggunakan media sebagai alat bantu pembelajaran dengan tujuan supaya siswa mampu meraih hasil belajar yang lebih baik untuk kedepannya.

5. Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta yang memberikan fasilitas dalam melakukan ini. Demikian pula kami menyampaikan terima kasih kepada pihak mitra yaitu SMP Muhammadiyah Al Mujahidin yang memberikan izin melakukan penelitian, Bapak Agus Suroyo, S.Pd.I., M.Pd.I selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah Al Mujahidin, Dr. Muhammad Sofian Hadi, M. Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam penyusunan tugas KKN-PLP ini, Isa Khusnawan, S.Pd. selaku guru pamong yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam penyusunan tugas KKN-PLP ini.

Daftar Pustaka

- Ani Daniyati, Ismy Bulqis Saputri, Ricken Wijaya, Siti Aqila Septiyani, & Usep Setiawan. (2023). Konsep Dasar Media Pembelajaran. *Journal of Student Research*, 1(1), 282–294. <https://doi.org/10.55606/jsr.v1i1.993>
- Belakang, A. L. (2003). *Sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) maka dunia pendidikan juga dituntut untuk selalu mengikuti perkembangan menyatakan bahwa portofolio dapat disandingkan dengan penilaian dan juga dengan pembelajaran . Sebagai suatu inovasi , pembelajaran dengan memanfaatkan portofolio dilandasi oleh beberapa pandangan antara lain pemikiran sebagai.*
- Junaedi, A. (2016). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sma, Smk, Dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(3), 834–842.
- Mulyani, F., & Haliza, N. (2021). Analisis Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Iptek) Dalam Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 3(1), 101–109. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v3i1.1432>
- Mustafa, P. S. (2022). Harapan dan Tantangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada Era Metaverse. *Teknologi Metaverse Dalam Ilmu Keolahragaan*, September, 67–74. <https://doi.org/10.31219/osf.io/z6meq>
- Pahliwandari, r. (2019). Perbandingan Sistem Penjas Dan Olahraga: Indonesia Dan Australia. In *Indonesian Education, Management ...* [https://lms.syam-ok.unm.ac.id/pluginfile.php/254400/mod_resource/content/1/188611893 %281%29.pdf](https://lms.syam-ok.unm.ac.id/pluginfile.php/254400/mod_resource/content/1/188611893%281%29.pdf)
- Turrohmah, M. (2017). Hubungan Kompetensi Profesional Guru Qur'an Hadist dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa di MA Nurul Ulum Tulungagung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu. *Skripsi*, 1, 10. <https://www.zonareferensi.com/pengertian-hasil-belajar/>
- Tyas, I. R. W., & Arsanti, M. (2022). Aktualisasi pendidikan karakter di sekolah dengan mengimplementasikan profil pelajar pancasila. *Prosiding Seminar Nasional Sultan Agung*, 4(November), 134–138. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/sendiksa/article/view/27287>
- Winarno. (2006). *Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. <http://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/buku-4.pdf#page=7>