

**REFLEKSI GURU PADA PEMBELAJARAN ATLETIK DI SMP  
SE-KECAMATAN DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA**

**TESIS**



Ditulis guna memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Magister Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Oleh:**

Chenia Fourgustin  
NIM : 21633251052

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**TAHUN 2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**REFLEKSI GURU PADA PEMBELAJARAN ATLETIK DI SMP  
SE-KECAMATAN DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA**

**TESIS**

**CHENIA FOURGUSTIN  
21633251052**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Hasil Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 26 Januari 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Drs. Amat Komari, M.Si  
NIP. 196204221990011001

Pembimbing



Dr. Muhammad Hamid Anwar, S.Pd., M.Phil  
NIP. 197801022005011001

## **ABSTRAK**

**CHENIA FOURGUSTIN:** Refleksi Guru Pada Pembelajaran Atletik di SMP Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta. **Tesis. Yogyakarta: Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui: refleksi guru pada pembelajaran atletik jenjang SMP Se-kecamatan Depok Sleman Yogyakarta dan juga kendala yang dihadapi saat proses pembelajaran atletik.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan analisis kualitatif. Subjek penelitian ini guru-guru olahraga untuk jenjang SMP Se-Kecamatan Depok Sleman, SMP yang ada di Kecamatan Depok Sleman berjumlah 5 sekolah, masing-masing tiap sekolah diambil 1 guru sebagai responden, sehingga keseluruhan responden ada 5 guru. Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara mendalam guna memperoleh data yang jelas mengenai fokus permasalahan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses pembelajaran penjas khususnya materi atletik di SMP Se-Kecamatan Depok Sleman kurang berjalan dengan maksimal, dikarenakan beberapa faktor seperti peserta didik itu sendiri, sarana prasarana yang kurang memadai, ketertarikan siswa terhadap materi atletik, dan waktu pembelajaran di siang hari yang membuat pembelajaran tidak terlaksana dengan maksimal.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Atletik, Refleksi, Peserta didik

## **ABSTRACT**

**CHENIA FOURGUSTIN:** Teachers' Reflection on the Athletic Learning in the Junior High Schools Located in Depok District, Sleman Yogyakarta. **Thesis. Yogyakarta: Master Program, Universitas Negeri Yogyakarta, 2024.**

The objective of this research is to find out: teachers' reflections on the athletic learning in junior high schools located in Depok District, Sleman Yogyakarta and also the obstacles faced during the athletic learning process.

This research used descriptive research methods with qualitative analysis. The research subjects were the Physical Education teachers in junior high school level in Depok District, Sleman, there were 5 junior high schools in Depok District, Sleman, 1 teacher was taken from each school as a respondent, so that in total there were 5 teachers. The data collection technique used in-depth interviews to obtain clear data regarding the focus of the problem.

The results of this research show that the Physical Education learning process, especially athletic learning material, in junior high schools located in Depok District, Sleman is not running optimally, due to several factors such as the students themselves, inadequate infrastructure, students' interest in athletic learning material, and learning duration during the day. which prevents learning from being carried out optimally.

**Keywords:** Athletic Learning, Reflection, Students

## **PERNYATAAN KEASLIAN KARYA**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chenia Fourgsutin  
Nomor Induk Mahasiswa : 21633251052  
Program Studi : Pendidikan Jasmani – S2  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar Magister di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 26 Januari 2024



Chenia Fourgustin  
NIM. 21633251052

**LEMBARAN PENGESAHAN**

**REFLEKSI GURU PADA PEMBELAJARAN ATLETIK DI SMP  
SE-KECAMATAN DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA**

**TESIS**

**CHENIA FOURGUSTIN  
NIM. 21633251052**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Hasil Tesis  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 26 Januari 2024

**TIM PENGUJI**

| Nama/Jabatan                                   | Tanda Tangan   | Tanggal       |
|--|--|---------------|
| Dr. Ngatman M.Pd<br>Ketua Penguji              |  | 28 Maret 2024 |
| Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.<br>Sekretaris         |  | 26/2 2024     |
| Prof. Caly Setiawan, Ph.D<br>Penguji I         |  | 27-02-2024    |
| Dr. Muhammad Hamid Anwar, M.Phil<br>Penguji II |  | 10-02-2024    |

Yogyakarta, 2024  
Fakultas Ilmu keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



**Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.OR**  
NIP. 198306262008121002 †

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

1. Terimakasih kepada Allah Swt yang selalu memberikan rahmat, nikmat dan karunia yang sangat luar biasa hingga saat ini, dalam sebuah kehidupan yang penuh kebahagiaan dan rasa syukur tiada henti,
2. Terima kasih sebesar besarnya kepada Ayah saya Trimulyadi dan Ibu saya Dra. Nofia Yellina Putri, karena atas didikanmu, kasih sayangmu serta dukunganmu yang tidak dapat terbalas dan selalu mendoakan agar menjadi anak yang sukses dunia akhirat.
3. Terimakasih sebesar besarnya kepada saudari Faiza Oktaviani selaku adik kandung saya yang selalu mendoakann , dan juga Risky Febriyan, S.T yang telah membantu dan memberi semangat peneliti.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-NYA, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan Tesis ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta dengan judul “Refleksi Guru Pada Pembelajaran Atletik di SMP Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta”.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini Penulis menyampaikan terima kasih kepada bapak Dr. Muhammad Hamid Anwar, S.Pd.,M.,Phil selaku Dosen Pembimbing tesis yang telah sabar dan ikhlas membimbing serta memberi masukan positif dalam tesis ini.

Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak mendapatkan pahala yang berlimpah dari Allah SWT. Penulis telah berusaha maksimal dalam menyelesaikan tesis ini, namun apabila masih terdapat banyak kekurangan, maka kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Akhir kata, penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 26 Januari 2024

Penulis

Chenia Fourgustin



## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| LEMBAR PERSETUJUAN.....  | ii   |
| ABSTRAK .....  | iii  |
| ABSTRACT.....  | iv   |
| PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....                                | v    |
| LEMBARAN PENGESAHAN.....                                       | vi   |
| LEMBAR PERSEMBAHAN .....                                       | vii  |
| KATA PENGANTAR .....   | viii |
| DAFTAR ISI.....  | ix   |
| DAFTAR TABEL.....  | xi   |
| BAB I .....  | 1    |
| PENDAHULUAN .....  | 1    |
| A. Latar Belakang .....  | 1    |
| B. Identifikasi Masalah .....                                  | 6    |
| C. Batasan Masalah.....  | 6    |
| D. Rumusan Masalah .....                                       | 7    |
| E. Tujuan Penelitian .....                                     | 7    |
| F. Manfaat Penelitian .....                                    | 7    |
| BAB II.....  | 11   |
| KAJIAN TEORI .....   | 11   |
| A. Deskripsi Teori.....  | 11   |
| 1. Pengertian Refleksi .....                                   | 11   |
| 2. Pengertian Pendidikan Jasmani.....                          | 12   |
| 3. Tujuan Pendidikan Jasmani.....                              | 15   |
| 4. Hakikat Belajar dan Pembelajaran .....                      | 17   |
| 5. Hakikat Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan..... | 19   |
| 6. Hakikat Atletik .....                                       | 22   |
| 7. Sarana dan Prasarana Atletik .....                          | 24   |
| 8. Karakteristik Siswa Usia 13-15 Tahun .....                  | 27   |
| B. Penelitian yang Relevan.....                                | 28   |
| C. Alur Pikir.....   | 32   |

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| D. Pertanyaan Penelitian .....       | 34 |
| BAB III .....                        | 36 |
| METODE PENELITIAN.....               | 36 |
| A. Desain Penelitian.....            | 36 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian ..... | 36 |
| C. Subyek Penelitian.....            | 37 |
| D. Teknik Pengumpulan Data.....      | 38 |
| E. Keabsahan Data.....               | 40 |
| F. Analisis Data .....               | 40 |
| BAB IV .....                         | 44 |
| HASIL DAN PEMBAHASAN.....            | 44 |
| A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....  | 44 |
| B. Hasil Penelitian .....            | 45 |
| C. Pembahasan.....                   | 57 |
| D. Keterbatasan Penelitian .....     | 63 |
| BAB V.....                           | 64 |
| A. Kesimpulan .....                  | 64 |
| B. Saran.....                        | 65 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                 | 67 |

## **DAFTAR TABEL**

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3. 1 Protokol Wawancara.....               | 39 |
| Tabel 4. 1 Nama dan Asal Sekolah Responden ..... | 44 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sekolah merupakan suatu tempat dimana seseorang mendapatkan pendidikan secara formal (Montessori, 2012; Sudarsana, 2016), sekolah memiliki tujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan dengan cara mendidik, membimbing, dan mendewasakan siswa-siswi (Basri, 2018). Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya.

Sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian siswa, baik secara berpikir, bersikap, maupun berperilaku. Sekolah berperan sebagai substitusi keluarga dan guru sebagai substitusi orang tua. Tujuan umum pendidikan jasmani di sekolah menengah atas pada prinsipnya adalah membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktivitas jasmani.

Pembelajaran merupakan salah satu upaya peningkatan mutu pendidikan secara keseluruhan. Upaya peningkatan mutu pendidikan adalah terpadu dari upaya peningkatan kualitas manusia, baik aspek kemampuan, kepribadian, dan tanggung jawab sebagai warga Negara. Sekolah memiliki berbagai macam mata pelajaran untuk membekali meningkatkan pengetahuan agar ilmu yang diberikan berguna untuk jenjang sekolah yang

selanjutnya. Mata pelajaran yang diadakan di sekolah antara lain Pendidikan Agama, Pendidikan Kewarganegaraan, Bahasa, Matematika, IPA, IPS, seni dan budaya, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, keterampilan atau kejuruan, serta muatan lokal.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan siswa sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar (Wibowo, 2017). Hal ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di dalamnya diajarkan macam-macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Cabang olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani salah satunya yaitu atletik. Atletik berasal dari kata Yunani *athlon*, *athlon* yang berarti pertandingan atau perjuangan. Atletik yaitu suatu cabang olahraga mempertandingkan lari, lompat, jalan, dan lempar. Atletik yang terkenal sekarang sudah lain daripada yang dilakukan oleh bangsa Yunani dulu, tetapi walaupun demikian dasarnya tetap sama yaitu berjalan, lari, lompat, dan lempar. Karena mempunyai berbagai unsur inilah atletik dikatakan sebagai ibu dari segala cabang olahraga, mengandung berbagai unsur gerakan sehari-hari (Giri Wiarto, 2013:1)

Atletik merupakan salah satu mata pelajaran Pendidikan Jasmani wajib diberikan kepada para siswa mulai dari tingkat sekolah dasar sampai tingkat sekolah menengah atas. Bahkan di beberapa perguruan tinggi, atletik ditawarkan sebagai salah satu mata kuliah. Selain itu di Sekolah Luar biasa pun mata pelajaran atletik merupakan mata pelajaran yang wajib diberikan kepada para siswanya. Tujuan pembelajaran atletik di sekolah dimaksudkan untuk membantu siswa memperbaiki kualitas kesehatan dan kebugaran jasmani melalui pemahaman, pengembangan sikap positif, serta kemampuan dasar gerak atletik.

Kompetensi dasar atau yang biasa disingkat KD merupakan penjabaran standar kompetensi peserta didik yang cakupan materinya lebih sempit dibanding dengan standar kompetensi peserta didik. Kompetensi dasar merupakan sejumlah kemampuan yang harus dimiliki peserta didik dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi sebagai rujukan untuk menyusun indikator kompetensi.

Berdasarkan (Kompetensi Dasar) diwajibkan cabang olahraga atletik diberikan di sekolah-sekolah dalam mata pembelajaran Pendidikan Jasmani, sudah selayaknya membawa angin segar untuk meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran. salah satu tantangan bagi guru pendidikan jasmani agar pembelajaran atletik merupakan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswanya.

Muncul pertanyaan, mengapa atletik merupakan suatu mata pelajaran yang wajib di sekolah? Jawaban adalah “atletik merupakan ibu dari sebagian besar cabang olahraga”, dimana gerakan-gerakan yang ada dalam atletik seperti : jalan, lari, lompat, dan lempar dimiliki oleh sebagian besar cabang olahraga”. Maksud dan tujuan diajarkan cabang olahraga atletik yaitu untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan siswa dalam kemampuan gerak siswa serta mengenalkan nomor-nomor cabang olahraga atletik (Murdiyanto, 2010). Pembelajaran yang efektif, efisien dan terencana diharapkan dapat menjadikan proses pembelajaran atletik berjalan dengan baik.

Pada kenyataannya proses pembelajaran atletik tidak berjalan dengan maksimal, pertanyaan yang sering ditemukan mengapa olahraga permainan beregu atau berkelompok lebih banyak diminati dibanding atletik yang pada dasarnya pondasi dari setiap olahraga berada pada atletik, gerak dasar seperti lari, lompat, lempar, dan loncat ada di setiap cabang olahraga. Dimana pondasi tersebut seharusnya dibentuk terlebih dahulu untuk bisa lanjut ke cabang yang diinginkan.

Salah satu kendala yang sering ditemui di lapangan antara lain adalah kurang tertariknya siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik, selain itu ketersediaan fasilitas dan perlengkapan untuk mendukung kegiatan atletik yang masih kurang membuat proses pembelajaran atletik tidak berjalan dengan baik. Apalagi dikaitkan jumlah siswa yang ada di

sekolah dan juga pemeliharaan peralatan atletik yang relatif mahal dan sulit dijangkau oleh anggaran sekolah.

Masalah lainnya mungkin pada kemampuan guru pendidikan jasmani dalam menyajikan proses belajar mengajar (PBM) atletik yang kurang menarik, lebih banyak menekankan pada penugasan teknik dan berorientasi pada hasil atau prestasi siswa. Padahal menjadi seorang guru olahraga harus bisa memodifikasi dan mengemas materi dengan menarik, agar siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran. Selain itu jam pelajaran atletik yang sudah terlalu siang membuat siswa menjadi tidak bersemangat dan mudah merasa bosan saat mengikuti pembelajaran. apabila pembelajaran atletik diikuti dengan rasa bosan dan tidak senang maka kebugaran dan kesegaran jasmani siswa akan rendah dan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran menjadi menurun.

Selain itu masih banyak siswa yang hanya sekedar mengikuti pembelajaran atletik tanpa mengetahui manfaat dari olahraga atletik. Merasa pembelajaran atletik tidak penting, hanya berisikan kegiatan jalan, lari, lompat dan lempar. Padahal dengan mengikuti pelajaran ini secara teratur dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan keterampilan gerak dasar siswa. karena tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah bagi siswa adalah untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan siswa serta memperbaiki kemampuan dan kemauan belajar siswa.

Selain itu proses pembelajaran atletik terkendala pada sarana dan prasarana, apalagi sekolah yang terletak di tengah kota dan di kelilingi



rumah warga. Beberapa sekolah yang ingin diteliti terletak di tengah kota dan juga pemukiman warga sehingga tidak memiliki lahan yang luas untuk mendukung proses pembelajaran atletik. Karena tidak memiliki lahan tersebut untuk mendukung pembelajaran atletik membuat gerak siswa terbatas pada saat proses pembelajaran atletik.

Berdasarkan uraian masalah diatas peneliti mencoba untuk mengetahui dan melakukan penelitian tentang “Refleksi Guru Pada Pembelajaran atletik di SMP Se- Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi masalah yang timbul dalam pembelajaran atletik SMP Se-Kecamatan Depok, Sleman Yogyakarta Tahun ajar 2023/2024 :

1. Dalam proses pembelajaran atletik, materi atletik tidak tersampaikan dengan maksimal dikarenakan, minat dan daya tarik siswa yang rendah, jam pelajaran atletik yang terlalu siang, pengemasan materi yang kurang menarik.
2. Ketersediaan sarana dan prasarana yang kurang mendukung proses pembelajaran atletik

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang diuraikan diatas hasil penelitian ini lebih mendalam dan terfokus pada

refleksi guru pada pembelajaran atletik di SMP se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta.

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

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “ Bagaimana refleksi guru pada proses pembelajaran atletik di SMP se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta”

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

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui refleksi guru pada proses pembelajaran atletik di SMP se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta”

#### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, dan tujuan penelitian, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan solusi alternatif terhadap beberapa permasalahan yang timbul dalam pelaksanaan pembelajaran atletik, untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan memberikan kemudahan bagi guru dalam melaksanakan pembelajaran atletik di SMP Se-kecamatan Depok, Sleman, Yogyakarta.

## 2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi sekolah dengan mengembangkan, sarana dan prasarana, pendidik dalam melaksanakan pembelajaran dengan pendekatan yang lebih efektif, inovatif, kreatif, dan menyenangkan.

## 3. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan minat dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran atletik. Serta menambah ketertarikan siswa terhadap pembelajaran atletik.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pengertian Refleksi**

Pengertian refleksi dijelaskan oleh beberapa ahli diantaranya adalah menurut Tahir (2011: 93) mengatakan bahwa refleksi adalah suatu tindakan atau kegiatan untuk mengetahui serta memahami apa yang terjadi sebelumnya, belum terjadi, dihasilkan apa yang belum dihasilkan, atau apa yang belum tuntas dari suatu upaya atau tindakan yang telah dilakukan. Sedangkan pengertian refleksi menurut Asrori (2009: 54) adalah kegiatan mengingat, merenungkan, mencermati, dan menganalisis kembali suatu tindakan yang telah dilakukan dalam observasi merupakan refleksi yang dalam penelitian tindakan kelas akan memahami proses, masalah, persoalan dan kendala yang nyata dalam tindakan yang telah dilakukan selama proses pembelajaran.

Pengertian refleksi menurut Oktaria (2015: 77) mengatakan bahwa refleksi merupakan suatu proses metakognitif yang terjadi sebelum, selama dan sesudah situasi tertentu dengan tujuan untuk mengembangkan pemahaman yang lebih baik mengenai diri sendiri dan situasi yang dihadapi sehingga ketika di masa depan menemui situasi serupa dapat bertindak lebih baik. Refleksi juga sebagai proses atau tindakan untuk melihat kembali ke masa lampau dengan tujuan untuk memproses pengalaman yang didapat sehingga dapat diinterpretasi atau dilakukan analisis.

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa refleksi merupakan suatu proses respon dan tindakan terhadap kegiatan yang sebelumnya sudah dilakukan dengan tujuan untuk mengembangkan pemahaman yang lebih baik mengenai diri sendiri dan situasi yang dihadapi.

## 2. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam fisik, mental serta emosional. Hal ini dapat terjadi karena idealnya pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Mahendra, 2015, hlm. 11).

Karena hasil-hasil pendidikan dari pendidikan jasmani hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, definisi pendidikan jasmani tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dan aktivitas fisik. Kita harus melihat pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran juga tubuh. Pendekatan holistik ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain pendidikan yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

Pendidikan jasmani salah satu bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas individu secara organik, *neuromuscular*, emosional dan intelektual.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik sebagai media utama untuk mencapai tujuan. Aktifitas yang digunakan berbentuk suatu gerak olahraga sehingga kurikulum pendidikan jasmani di sekolah diajarkan menurut cabang-cabang olahraga (Soepartono, 2000:1).

Menurut Depdiknas, 2003:16, pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang menjadi bagian pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental sosial dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang. Pendapat lain yang diungkapkan Barrow (2001; dalam Freeman, 2001) adalah bahwa pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan pendidikan dicapai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk olahraga (*sport*), permainan, senam, dan latihan jasmani (*exercise*). Hasil yang ingin dicapai adalah individu yang terdidik secara fisik. Nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu.

Menurut Mulyanto (2014:34), pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktivitas jasmani, bermain dan olahraga.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang disajikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Akan tetapi jika dicermati lebih jauh, Adang Suherman (2000:17-21) membedakan pendidikan jasmani menjadi dua sudut pandang yaitu:

a. Pandangan internasional

Pandangan pertama atau sering disebut pandangan tradisional, menganggap bahwa manusia itu terdiri dari dua komponen utama yang dipilah-pilah, yaitu jasmani dan rohani. Pandangan ini menganggap bahwa pendidikan hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Dengan kata lain pendidikan jasmani hanya sebagai pelengkap saja.

b. Pandangan modern (*holistic*)

Pandangan modern tentang pendidikan jasmani pada dasarnya sama dengan filsafat modern terhadap pendidikan pada umumnya. Pendidikan jasmani harus memperlakukan siswa secara individu dengan memperhatikan kebutuhan, minat, dan masalah siswa secara individu. Siswa yang memiliki kemampuan lebih akan membutuhkan tugas tambahan dan tingkat kesulitan yang lebih tinggi juga, sebaliknya dengan siswa yang memiliki kemampuan dibawah memerlukan aktivitas belajar yang lebih mudah.

### 3. Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut Rusli Lutan (2000:2-3) dalam bukunya berpendapat bahwa pendidikan jasmani bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- d. Menikmati kesenangan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.
- e. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- f. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

Menurut Adang Suherman (2000) dalam dwi laksono (2011) tujuan pendidikan jasmani sering dituturkan dalam redaksi yang beragam, namun keragaman penuturan tujuan pendidikan jasmani tersebut pada dasarnya



mengarah pada pengertian pendidikan jasmani itu sendiri. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani. Secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan kedalam empat kategori, yaitu:

a. Perkembangan Fisik

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).

b. Perkembangan Gerak

Tujuan berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, dan sempurna (*skillful*)

c. Perkembangan Mental

Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pengetahuan jasmani kedalam lingkungan sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

d. Perkembangan Sosial

Tujuan ini berhubungan berkaitan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada sesuatu kelompok atau masyarakat.

#### 4. Hakikat Belajar dan Pembelajaran

##### a. Pengertian Belajar

Proses pembelajaran dapat terjadi dilingkungan mana saja, seperti keadaan alam, manusia, tumbuhan, hewan dan hal lainnya yang dapat dijadikan sebagai sumber belajar. Menurut Evelin siregar dkk (2010, hlm 3) belajar merupakan sebuah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup. Sedangkan menurut Sumiati dkk (2009, halm. 38) secara umum belajar dapat diartikan sebagai proses perubahan perilaku, akibat interaksi individu dengan lingkungan. Tingkah laku itu mencakup pengetahuan, keterampilan dan sikap, belajar merupakan gejala yang wajar, setiap insan manusia akan belajar. Namun kondisi belajar dapat diatur dan diubah guna mengembangkan bentuk tingkah laku pada seseorang tersebut diakibatkan oleh berlangsungnya apa yang disebut dengan proses belajar.

Menurut Gagne seperti yang dikutip Eveline dan Hartini (2011: 4), mendefinisikan belajar sebagai suatu perubahan perilaku yang relatif menetap yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang direncanakan. Sedangkan Sudirman (2011: 20-21) mendefinisikan belajar dalam dua bagian, yaitu pengertian secara luas dan sempit, belajar dimaksudkan sebagai usaha penguasaan materi ilmu pengetahuan yang merupakan sebagian kegiatan menuju terbentuknya kepribadian seutuhnya.

Melalui pendapat beberapa ahli diatas, yang dimaksud belajar adalah sesuatu proses aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam dalam interaksi aktif dengan lingkungan yang dilakukan baik melalui pengalaman-pengalaman ataupun melalui praktek latihan untuk menghasilkan perubahan tingkah laku yang relatif konstan dan berbekas dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan nilai sikap.

#### b. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran. pembelajaran pada dasarnya upaya perkembangan potensi yang dimiliki anak menjadi suatu yang aktual. Proses belajar dapat berlangsung secara pasif maupun aktif. Belajar pasif terjadi apabila individu sekedar bereaksi terhadap stimulus yang diberikan. Sementara belajar aktif terjadi apabila individu tidak hanya bereaksi ketika ada stimulus, tetapi juga proaktif melakukan sesuatu untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Oemar Hamalik, 2005:57).

Secara umum pengertian pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik. Menurut Max Darsono (2000:25) suatu pembelajaran dapat dikatakan efektif apabila seluruh komponen yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran saling mendukung dalam rangka

mencapai tujuan. Adapun komponen-komponen yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran adalah meliputi siswa, kurikulum, guru, metodologi, lingkungan dan sarana prasarana. Pembelajaran sebagai suatu kegiatan mempunyai ciri-ciri:

- 1) Pembelajaran dilakukan secara sadar dan direncanakan secara sistematis
- 2) Pembelajaran dapat menumbuhkan perhatian dan motivasi siswa dalam belajar
- 3) Pembelajaran dapat menyediakan bahan belajar yang menarik dan menantang bagi siswa
- 4) Pembelajaran dapat menggunakan alat bantu mengajar yang tepat dan menarik
- 5) Pembelajaran dapat membuat siswa siap menerima pelajaran, baik secara fisik maupun psikis.

Pembelajaran akan berlangsung efektif apabila mampu menyebabkan siswa belajar secara efektif pula. Syaiful Sagala (2010: 60) menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif dan bermakna menunjukkan selama pembelajaran berlangsung dapat mewujudkan keterampilan, yaitu peserta didik menguasai kompetensi serta keterampilan yang diharapkan.

#### 5. Hakikat Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan

Guru merupakan sosok yang memiliki kedudukan yang sangat penting bagi pengembangan segenap potensi peserta didik. Guru berperan sebagai perancangan dan penyiapan proses pendidikan dan pembelajaran

kelas, pengendalian siswa maupun penilaian hasil pembelajaran. Proses belajar mengajar secara sederhana dapat diartikan sebagai suatu interaksi antara guru dengan siswa di dalam lingkungan pendidikan (sekolah). Sebagaimana dikemukakan A. M. Sardiman dalam Komarudin (2004: 36) bahwa proses belajar mengajar merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan guru sebagai pemegang peran utama. Guru merupakan suatu profesi dimana profesi tersebut adalah suatu pekerjaan yang memerlukan sebuah keahlian khusus di bidangnya masing-masing. Dengan adanya hal ini maka diharapkan setiap guru memiliki sikap profesional yang mengajar sesuai dengan disiplin ilmunya masing-masing.

Kemudian menurut Suryobroto (2005: 2), menjelaskan bahwa guru merupakan seorang yang menggunakan potensi kognitif, afektif, fisik, dan psikomotornya untuk memenuhi tanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik. Guru pendidikan jasmani adalah seseorang yang mempunyai pekerjaan atau profesi untuk mengajarkan dan mendidik siswa melalui kegiatan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan mengembangkna aspek mental, emosional, serta sosialnya. Selanjutnya agar dalam menjalankan tugasnya dapat berjalan dengan baik, maka guru pendidikan jasmani harus memiliki syarat-syarat sebagaimana yang dikemukakan Sukintaka dalam Komarudin (2004: 36) bahwa guru pendidikan jasmani yang baik harus memiliki syarat-syarat berikut:

- a) Guru pendidikan jasmani harus berjiwa pancasila

- b) Guru pendidikan jasmani sebagai pendukung dan pengemban norma
- c) Guru pendidikan jasmani mempunyai kemampuan- kemampuan antara lain: memahami pengetahuan pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah, memahami karakteristik siswanya, mampu membangkitkan dan memberi kesempatan anak didik untuk aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan menumbuhkembangkan potensi kemampuan motorik dan keterampilan motorik
- d) Mampu memberikan bimbingan dan mengembangkan potensi anak didik dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani
- e) Mampu merencanakan, melaksanakan, mengendalikan dan menilai, serta mengoreksi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.
- f) Memiliki pemahaman dan penguasaan keterampilan motorik
- g) Memiliki pemahaman tentang kondisi jasmani
- h) Memiliki kemampuan untuk menciptakan, mengembangkan dan memanfaatkan lingkungan yang sehat dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani.
- i) Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi potensi peserta didik dalam olahraga.

Menurut pendapat Sukintaka (2001: 7-8) mengemukakan bahwa guru penjasorkes adalah tenaga profesional yang menangani proses kegiatan belajar mengajar antara peserta didik dan lingkungannya yang diatur secara sistematis dengan tujuan untuk membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani. Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bagaimana seorang guru penjasorkes seharusnya melakukan tugasnya dalam pengajarannya. Guru penjasorkes adalah seorang yang memiliki pengetahuan mendalam tentang dasar-dasar pendidikan jasmani dan memiliki keahlian khusus dalam usahanya mendidik dan memberikan materi beberapa cabang olahraga saat proses pembelajaran. Kegiatan guru penjasorkes mengajar kepada peserta didik dimulai dari merencanakan, mengendalikan, dan mengevaluasi kegiatan pembelajaran.

#### 6. Hakikat Atletik

Atletik berasal dari kata "athlon" yang berarti berlomba. Atletik merupakan aktivitas jasmani atau latihan fisik, berisikan gerakan-gerakan alamiah dan wajar sesuai dengan apa yang dilaksanakan pada kehidupan kita sehari-hari. Seperti jalan, lari, lompat, lempar dan loncat (Sukirno, 2011:17). Sedangkan menurut Eddy Purnomo dan Dapan (2011:1) bahwa atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Jadi atletik merupakan salah satu aktivitas fisik yang diperoleh atau dipertandingkan dalam bentuk kegiatan jalan, lari, lempar, dan lompat.

Atletik ini memiliki beberapa bentuk kegiatan yang beragam, maka atletik dapat dijadikan sebagai dasar pembinaan cabang olahraga lainnya. Bahkan, ada yang menyebut atletik sebagai “ibu” dari seluruh olahraga. Sebab, keterampilan dasar olahraga, tercakup di dalamnya. Menurut Gyulai (dalam Sukirno, 2011:1) “cabang olahraga atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki keistimewaan, dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya. Lebih dari lima puluh juta masyarakat di dunia melibatkan diri pada kegiatan atletik dengan memilih lebih dari seratus ribu klub atletik yang terlibat dalam kegiatan kompetisi.

Seiring dengan perkembangan olahraga banyak olahragawan menggunakan gerakan atletik sebagai bentuk gerakan pemanasan. Sesuai dengan tugas gerak yang dilakukan, maka dikenal pula istilah *track and field* yang menunjukkan kepada kegiatan di lintas dan lapangan. Atletik merupakan kegiatan manusia sehari-hari yang dapat dikembangkan menjadi kegiatan bermain atau olahraga yang diperlombakan, dalam bentuk jalan, lari, lompat, dan lempar.

Aktivitas jalan, lari, lempar dan lompat merupakan bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar paling asli dan paling wajar dari manusia, serta merupakan gerakan-gerakan yang amat penting dan tidak ternilai artinya bagi kehidupan manusia (Khomsin, 2011:1). Atletik merupakan gerak dasar dari hampir setiap aktivitas olahraga (fisik/jasmani), seperti bagaimana cara orang berjalan dengan gerakan yang baik dan benar, bagaimana cara berlari dengan baik dan benar, bagaimana cara melakukan gerakan lempar yang



bisa di transfer ke dalam bentuk gerakan yang similar secara baik dan benar, dan bagaimana gerakan dasar lompat yang baik dan benar, sehingga menjadikan setiap gerakan itu menjadi lebih efisien dan efektif. Karena atletik merupakan dasar bagi pembinaan olahraga, maka atletik sangat penting dan perlu diajarkan kepada anak usia dini.

#### 7. Sarana dan Prasarana Atletik

Menurut Wiarto (2013: 22-30) dalam cabang olahraga atletik sarana dan prasarana berbeda-beda antara lari, lompat, dan lempar. Kesemuanya dapat dikumpulkan dalam satu tempat yaitu, lintasan lari, lapangan lompat jauh, dan lompat jangkit, lapangan lompat tinggi, lapangan tinggi galah, dan lapangan lempar lembing. Selain itu lapangan tolak peluru, lapangan lempar cakram, lapangan lontar martil dan lintasan lari steeplechase.

Sarana yang harus ada dalam cabang lari adalah tiang finish, block star, tiang gawang untuk perlombaan lari gawang, tongkat estafet, box nomor lintasan, bangku, starter, pistol star, penghitung keliling, stopwatch, bangku timer, alat pengangkut star block.

Selain itu sarana dan prasarana pembelajaran lompat meliputi :

##### a) Mistar Lompat

Mistar lompat terbuat dari metal atau kayu, yang berbentuk silinder atau segitiga dengan diameter minimum 25mm dan maksimal 35mm, sedangkan Panjang mistar 3,64 meter, dan maksimal 4 meter serta mempunyai berat maksimal 2,2 kg. sedangkan untuk lompat

tinggi galah, Panjang lebih sekitar 3,86 meter sampai dengan 4,52 meter dan berat maksimalnya 2,26 kg.

b) Lintasan awalan dan tempat bertolak

Panjang lintasan awalan tidak terbatas dan mempunyai Panjang minimal 15 meter.

c) Tiang lompat

Semua tiang dapat dipakai untuk lompat tinggi asalkan terbuat dari bahan yang kuat, kokoh, dan cukup tinggi.

d) Tempat pendaratan atau busa lompat

Busa lompatan ini berukuran 4x5 meter dan ditutup oleh alas matras atau karet busa.

e) Scoring board

Berguna untuk menunjukkan nomor atlet dan hasil dari lompatannya

f) Pengukur angin

g) Bendera kuning, merah, dan putih

Bendera ini digunakan dalam perlombaan atletik yang berarti merah untuk memberi tanda bahwa lompatan gagal, putih untuk memberi tanda bahwa lompatan berhasil dan kuning memberi tanda bahwa waktu untuk melompat tinggal 15 detik.

h) Roll meter yang terbuat dari baja

Roll meter ini digunakan untuk mengatur ketinggian mistar lompat

i) Penunjuk waktu

Petunjuk waktu ini digunakan Ketika atlet mulai dipanggil dan memberikan kesempatan bagi atlet untuk memulai lompatan.

Sedangkan untuk lompat jauh dan jangkit, sarana dan prasarana yang diperlukan, lintasan lari, bak lompatan, blok tumpuan, pengukuran kecepatan dan arah angin, bendera merah, kuning dan putih. Selain itu petunjuk waktu, roll meter, scoring board, Perata pasir/cangkul, dan tanda-tanda.

Sarana dan prasarana yang diperlukan dalam lempar lembing meliputi: lintasan untuk awalan, lembing, pengukur angin, scoring board, roll meter, penunjuk waktu, bendera, tempat meletakkan lembing. Sedangkan sarana dan prasarana lempar cakram yaitu, cakram, lapangan lempar cakram, sangkar cakram, scoring board, bendera, roll meteran, tanda-tanda jarak, penunjuk waktu, tempat cakram. Sedangkan sarana tolak peluru adalah: peluru, lapangan tolak peluru, balok penahan tolakan, tempat peluru dan rel nya, scoring board, roll meter baja, tanda-tanda yang diletakan pada garis perpanjang sector, dan bendera.

## 8. Karakteristik Siswa Usia 13-15 Tahun

Secara global masa remaja berlangsung pada usia 12-21 tahun, dengan pembagian antara umur 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, 18-21 tahun masa remaja akhir. Dalam buku-buku Jerman dijelaskan masih ada pembagian yang lain lagi yaitu pembagian dalam prapubertas (masa peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja), pubertas (masa pemasakan seksual), dan adolesensi (masa akhir sebelum memasuki masa dewasa).

Seperti yang diungkapkan oleh Syamsul Yusuf (2012: 193-209) menyatakan bahwa perkembangan yang dialami remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan sosial, perkembangan moral, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama. Perkembangan kognisi pada usia 12 tahun proses pertumbuhan otak telah mencapai kesempurnaan, pada masa ini sistem saraf yang memproses informasi berkembang secara cepat.

Siswa SMP berusia 13-15 tahun, menurut Sukintaka (2004: 45) anak SMP mempunyai ciri-ciri tertentu diantaranya:

### a. Jasmani

1. Laki-laki ataupun perempuan mengalami pemanjangan
2. Membutuhkan pengaturan istirahat yang baik
3. Sering menampilkan kecanggungan dan koordinasi yang kurang baik sering diperhatikan
4. Merasa mempunyai ketahanan dan sumber energi

5. Mudah lelah, tapi tidak dihiraukan
6. Kesepian dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi baik
  - b. Psikis atau mental
    1. Banyak mengeluarkan energi dan fantasi
    2. Ingin menentukan pandangan hidup
  - c. Sosial
    1. Ingin tetap diakui oleh kelompok
    2. Perkawanan yang makin tetap makin berkembang

## **B. Penelitian yang Relevan**

Peneliti memiliki beberapa bagian kesamaan dengan penelitian ini. Beberapa penelitian yang dipandang peneliti relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Yesaya Danar Putra. 2015. *“Studi Kasus Kendala-Kendala yang Dihadapai Guru Penjasorkes Dalam Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar Negeri se- Kecamatan Semarang Timur tahun 2014/2015”*. Skripsi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Universitas Negeri Semarang. Dosen pembimbing Dr.Rumini,S.Pd,M.Pd Latar belakang penelitian ini yaitu, Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Penjasorkes di SDN se-Kecamatan Semarang Timur pada materi ajar atletik masih memiliki berbagai kendala yang dihadapi oleh guru penjasorkes sehingga membuat hasil belajar tidak tercapai. Rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah: apa sajakah kendala-kendala

yang dihadapi guru penjasorkes dalam pembelajaran atletik di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Semarang Timur Tahun 2014/2015. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kendala-kendala yang dihadapi guru penjasorkes dalam pembelajaran atletik di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Semarang Timur Tahun 2014/2015. Pendekatan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Banyak populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berjumlah 10 Guru penjasorkes yang diambil satu guru penjasorkes dari masing-masing Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Semarang Timur. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu: observasi, wawancara, dokumentasi. Keabsahan data diuji dengan teknik triangulasi. Analisis data menggunakan analisis diskriptif. Hasil dari penelitian: Guru-guru Penjasorkes yang ada di SDN se-Kecamatan Semarang Timur masih memiliki kendala-kendala dalam pembelajaran atletik. Adapun kendala-kendala yang dihadapi Guru-guru Penjasorkes di Kecamatan Semarang Timur kota Semarang Tahun 2014/2015 yaitu: 1).kendala sarana lapangan yang sempit dan tidak sebanding dengan jumlah murid yang ada. 2).kendala lingkungan sekitar sekolah yang tidak memiliki lahan kosong sehingga tidak dapat digunakan sebagai sarana alternatif pembelajaran. 3).Kendala prasarana pembelajaran lari, pembelajaran lompat, pembelajaran tolak dan prasarana pembelajaran kid's atletik yang tidak lengkap. 4) kendala buku-buku pembelajaran atletik yang kurang. 5) kendala siswa dalam pembelajaran atletik yang pasif. 6) kendala guru dalam penilaian

pembelajaran atletik. 7) kendala alokasi waktu yang kurang. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa guru penjasorkes dalam pembelajaran penjasorkes cabang atletik di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang Tahun 2014/2015 masih memiliki kendala-kendala yang membuat pembelajaran menjadi tidak maksimal. Saran yang diberikan adalah permasalahan ini seharusnya segera ditanggulangi oleh pihak sekolah dan dinas pendidikan.

- b.** Dinarum Probo Arimukti. NIM 13PSC01560. *Pembelajaran Menulis Pantun (Studi Kasus di Kelas IV SDN Penyangkringan 3, Kecamatan Weleri, Kabupaten Kendal, Tahun Pelajaran 2015/2016)* Tesis: Program Studi Magister Pendidikan Bahasa, Program Pascasarjana Universitas Widya Darma Klaten. 2016. Penelitian ini bertujuan untuk:
- 1) Mengetahui bagaimanakah pelaksanaan pembelajaran menulis pantun di kelas IV SD Negeri 3 Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal.
  - 2) Mengapa pelaksanaan pembelajaran menulis pantun di kelas IV SD Negeri Penyangkringan 3 Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal berlangsung demikian. Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus, metode kualitatif dengan model analisis interaktif Miles & Huberman. Penelitian ini menggunakan langkah-langkah: 1) pemilihan kasus, 2) pengumpulan data yang dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi, 3) analisis data, dilakukan sejak peneliti di lapangan, sewaktu pengumpulan data, dan setelah semua data terkumpul, 4) perbaikan, 5) penulisan laporan.

Model analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif dari Miles & Huberman. Komponennya meliputi reduksi data, sajian data, dan penarikan simpulan/ verifikasi. Ketiganya dilakukan semasa pengumpulan data berlangsung, dan aktivitasnya dalam bentuk interaktif dengan proses pengumpulan data. Setelah data terkumpul, interaksi dilakukan antar komponen, dan analisis dilakukan dalam proses siklus dengan pola dan teknik interaktif. Perencanaan pembelajaran menulis pantun berupa Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), silabus, telah dilaksanakan dengan baik karena berpedoman dengan standar pendidikan yang ada. Begitu juga dengan penggunaan metode pembelajaran yang diterapkan dalam Pembelajaran Menulis Pantun yaitu diskusi kelompok, telah meningkatkan aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran. Media pembelajaran berbantuan tebak kata yang dipilih guru sebagai penunjang sarana belajar siswa sehingga lebih cepat memahami pembelajaran, sehingga pembelajaran menulis pantun yang dilaksanakan guru dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Sehingga hasil pembelajaran menulis pantun yang dilakukan oleh guru dengan model pembelajaran diskusi kelompok berbantuan media kartu data dapat meningkatkan prestasi belajar pada siswa kelas IV SD Negeri 3 Penyangkringan Kecamatan Weleri, Kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2015/2016. Dengan demikian dapat disimpulkan 1) pelaksanaan pembelajaran menulis pantun di kelas IV SD Negeri 3 Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal



dengan media tebak kata dan dengan metode diskusi kelompok dapat meningkatkan aktivitas siswa dengan baik. 2) pelaksanaan hasil pembelajaran menulis pantun berbantuan media tebak kata dan dengan menggunakan metode diskusi kelompok dapat berlangsung dengan baik karena guru telah melaksanakan seperangkat perencanaan pembelajaran dengan baik sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Jadi pembelajaran menulis pantun dengan menggunakan media tebak kata berpengaruh secara efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 3 Penyangkringan Kecamatan Weleri Kabupaten Kendal.

### **C. Alur Pikir**

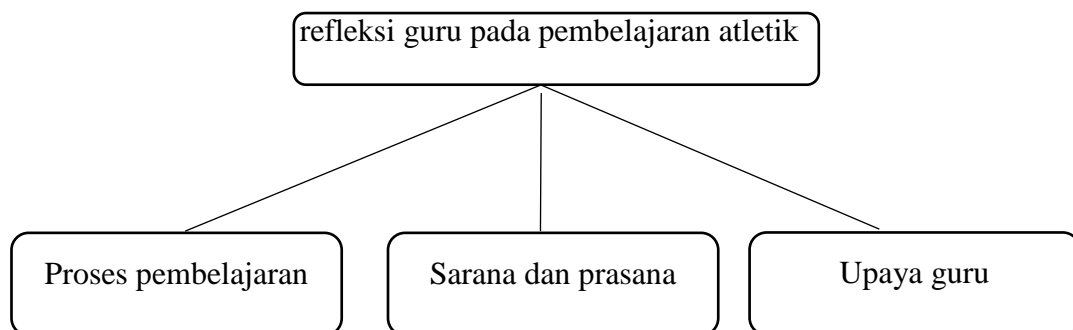
Pengertian refleksi dijelaskan oleh beberapa ahli diantaranya adalah menurut Tahir (2011: 93) mengatakan bahwa refleksi adalah suatu tindakan atau kegiatan untuk mengetahui serta memahami apa yang terjadi sebelumnya, belum terjadi, dihasilkan apa yang belum dihasilkan, atau apa yang belum tuntas dari suatu upaya atau tindakan yang telah dilakukan. Sedangkan pengertian refleksi menurut Asrori (2009: 54) adalah kegiatan mengingat, merenungkan, mencermati, dan menganalisis kembali suatu tindakan yang telah dilakukan dalam observasi merupakan refleksi yang dalam penelitian tindakan kelas akan memahami proses, masalah, persoalan dan kendala yang nyata dalam tindakan yang telah dilakukan selama proses pembelajaran.

Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran pembelajaran pada dasarnya upaya perkembangan potensi yang dimiliki anak menjadi suatu yang aktual. Proses belajar dapat berlangsung secara pasif maupun aktif. Belajar pasif terjadi apabila individu sekedar bereaksi terhadap stimulus yang diberikan. Sementara belajar aktif terjadi apabila individu tidak hanya bereaksi ketika ada stimulus, tetapi juga proaktif melakukan sesuatu untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Oemar Hamalik, 2005:57).

Berhasil atau tidaknya proses pembelajaran dipengaruhi oleh banyak faktor. Beberapa diantaranya adalah sarana dan prasarana yang baik dan memadai agar dapat menunjang proses pembelajaran pendidikan atletik secara efektif dan efisien. Seorang guru membutuhkan sarana dan prasarana yang layak untuk digunakan dalam proses pembelajaran agar materi tersampaikan dengan maksimal. Selain itu ketertarikan dan minat siswa terhadap materi yang ingin disampaikan juga menjadi faktor berhasil tidaknya proses pembelajaran. Menurut Afni dalam Yustinus (2013: 62) bahwa unsur-unsur belajar dibangun dari rasa senang, perhatian, dan kemauan. Jadi minat merupakan suatu kesukaan, ketertarikan kegemaran, atau kesenangan akan sesuatu.

Upaya menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* adalah usaha, alat, ikhtiar (untuk mencapai suatu maksud, memecahkan masalah atau

permasalahan, dan jalan keluar), daya upaya. Uno (2012, h.1) yang dimaksud dengan upaya guru adalah usaha atau cara-cara yang dilakukan oleh guru dalam kesediaannya untuk membantu, membimbing, mendorong, membina, memberikan fasilitas, serta mengarahkan anak didik untuk mencapai tujuan dalam belajar sehingga anak mendapatkan pengetahuan, sikap, kecakapan dan keterampilan yang baik.



#### **D. Pertanyaan Penelitian**

Dari beberapa kajian teori diatas, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian “ Bagaimana Refleksi guru pada pembelajaran atletik di SMP Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta”

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Dalam penelitian kualitatif data yang dihasilkan peneliti yaitu data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari partisipan. Penelitian kualitatif menurut Sugiyono (2016: 15) yaitu penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah dan bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif ini dimaksudkan untuk memperoleh informasi secara detail mengenai refleksi guru pada proses pembelajaran atletik di SMP Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta. Pengambilan data dalam penelitian ini dibantu dengan wawancara kepada partisipan. penelitian ini dibantu dengan protokol wawancara dan alat perekam untuk mempermudah memperoleh deskripsi tentang refleksi guru pada proses pembelajaran atletik SMP Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di SMP Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta dengan partisipan guru penjasorkes yang ada di sekolah tersebut yang berjumlah 5 sekolah yaitu SMP N 1 Depok, SMP N 2 Depok, SMP N 3 Depok, SMP N 4 Depok, SMP N 5 Depok. Lokasi dari beberapa sekolah berada di tengah kota dan juga pemukiman warga. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023 sampai dengan Januari 2024.

### C. Subyek Penelitian

Menurut Sugiyono (2015: 215) menjelaskan dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan istilah populasi, tetapi oleh Spradley dinamakan “*social action*” atau situasi sosial yang terdiri dari tiga elemen yaitu: tempat (*place*), pelaku (*actor*), aktivitas (*activity*) yang berinteraksi secara sinergis. Situasi sosial tersebut dapat dinyatakan sebagai objek penelitian yang ingin diketahui “apa yang terjadi” didalamnya. Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan populasi, karena penelitian kualitatif berangkat dari kasus tertentu yang ada pada situasi sosial tertentu dan hasil kajinya tidak akan diberlakukan ke populasi, tetapi ditransferkan ke tempat lain pada situasi sosial yang memiliki kesamaan dengan situasi sosial pada kasus yang dipelajari.

Sampel dalam penelitian kualitatif bukan dinamakan responden, tetapi sebagai narasumber, atau partisipan, informan, teman dan guru dalam penelitian penentuan sampel dalam penelitian kualitatif tidak didasarkan perhitungan statistik, sampel dipilih berfungsi untuk mendapatkan informasi yang maksimum bukan untuk digeneralisasikan (Sugiyono, 2015: 219). Dalam penelitian ini untuk mendapatkan data yang tepat maka diperlukan informan yang memiliki kompetensi dan sesuai dengan kebutuhan data (*purposive*).

Peneliti kemudian mencari partisipan guru penjasorkes yang mengajar di SMP Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta.

Penentuan yang peneliti pilih untuk kemudian diambil informasinya adalah berdasarkan telah lama menjadi guru penjasorkes minimal 5 tahun dan sudah merasakan pengalaman mengajar penjas. Dari kriteria tersebut kemudian peneliti mengambil 5 guru penjasorkes sebagai partisipan untuk kemudian dialbil daranya. Jumlah partisipan yang peneliti ambil merupakan partisipan yang dianggap paling tahu mengenai apa yang peneliti harapkan. Pengambilan data akan dihentikan jika sudah dianggap cukup. Mengingat penelitian yang peneliti lakukan merupakan penelitian kualitatif ini jumlahnya tidak dibatasi, tidak seperti penelitian kuantitatif harus ada kaidah responden dan sampling.

#### **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Menurut Sugiyono (2015: 225), menyatakan bahwa teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah wawancara. Menurut Esterber dalam Sugiyono (2015: 231) mengungkapkan bahwa wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topic tertentu. Wawancara digunakan

sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang mendalam. Dalam melakukan wawancara, selain harus membawa instrument sebagai protokol untuk wawancara, maka pengumpul data juga dapat menggunakan alat bantu seperti perekam suara, kamera, dan buku catatan yang dapat membantu pelaksanaan wawancara menjadi lancar. Peneliti tetap menyiapkan protokol wawancara sebagai acuan bagi peneliti untuk bertanya dan melakukan wawancara. Peneliti membuat protokol wawancara yang ditujukan kepada guru penjasorkes, berisikan sejumlah pertanyaan yang diminta untuk dijawab atau direspon oleh partisipan. Protokol wawancara dalam penelitian ini disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Protokol Wawancara

| <b>No</b> | <b>Pertanyaan</b>   |
|-----------|---|
| 1.        | Sejak tahun berapa bapak mengajar penjas?   |
| 2.        | Untuk lulusan pendidikan terakhir bapak?  |
| 3.        | Menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas itu?                                 |
| 4.        | Apa saja kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas?                            |
| 5.        | Untuk materi penjas itu sendiri bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah? |
| 6.        | untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak apa bisa terlaksana dengan baik bapak? |
| 7.        | Untuk kendala dalam mengajar atletik bapak bagaimana bapak?                             |
| 8.        | Bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?                    |
| 9.        | Bagaimana untuk sarana prasarana pendukung pembelajaran atletik bapak di sekolah?       |

|     |  |
|-----|--|
| 10. | Bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran atletik ? |
|-----|--|

### **E. Keabsahan Data**

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Menurut Lexy J. Moleong (2019) Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Tujuan dari triangulasi bukan untuk mencari kebenaran tentang beberapa fenomena, tetapi lebih pada peningkatan pemahaman peneliti terhadap apa yang telah ditemukan (Sugiyono, 2021: 330). Dengan triangulasi peneliti mencoba menggabungkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk meyakini kebenaran data yang telah ditemukan dan menambah pemahaman bagi peneliti tentang data yang diperoleh.

### **F. Analisis Data**

Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang digunakan oleh data. Teknik analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam proses penelitian karena disinilah hasil penelitian akan tampak. Pengumpulan data biasanya menghasilkan catatan tertulis yang sangat baik, hasil wawancara yang sudah diketik, foto, dan audio, video tentang percakapan yang berisi penggalan data yang jamak yang nantinya dipilah-pilah dan dianalisis. Bogdan dan Blikken menyatakan



analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistesisikannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain (Moleong,2010:248). Adapun untuk menganalisa data dalam penelitian ini dalam bentuk data deskriptif. Mile dan Huberman (1984), mengungkapkan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh, aktivitas dalam analisis data berupa data *reduction*, data *display*, dan *conclusion* (Sugiyono, 2012: 337). Analisis data secara kualitatif dilakukan dengan tahap-tahap sebagai berikut:

#### 1. Reduksi Data

Menurut Sugiyono (2010:338) dalam reduksi data maka akan diperoleh data dari lapangan yang jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Seperti telah dikemukakan, makin lama peneliti kelapangan, maka jumlah data akan makin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila

diperlukan. Oleh karena itu dalam penelitian ini akan dilakukan reduksi data dengan proses pemilihan pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data “kasar” yang muncul dari catatan tertulis di lapangan.

## 2. Penyajian Data

Penyajian data adalah menyusun sekumpulan informasi yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah difahami. Selanjutnya disarankan dalam melakukan display data, selain dengan teks yang naratif, juga dapat berupa, grafik, matrik dan chart.

## 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah kegiatan mencari arti, mencatat keteraturan, pola-pola penjelasan, alur sebab-akibat dan proposisi, kesimpulan juga diverifikasikan selama penelitian berlangsung. Verifikasi adalah berupa penarikan kembali yang melintas dalam pemikiran penganalisis selama penyimpulan, suatu tinjauan ulang pada catatan-catatan lapangan, dan meminta responden yang telah di jaring datanya untuk

membaca kesimpulan yang telah disimpulkan oleh peneliti. Maka makna-makna yang muncul sebagai kesimpulan dan teruji kebenarannya, kekokohnya dan kecocokannya. Proses penyimpulan bisa dilakukan secara bertahap, misalnya tahap pertama diberikan suatu kesimpulan, tahap kedua juga dilakukan suatu kesimpulan, demikian pula tahap ketiga dan akhirnya secara keseluruhan disimpulkan dengan menggunakan hukum-hukum logika, yaitu induktif aposteriori (Moleong,2002:71)

Reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/verifikasi adalah sebagai suatu yang jalin menjalin pada sebelumnya, selama, dan sesudah pengumpulan data. Tiga alur analisis data tersebut merupakan proses siklus yang integratif.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa lokasi, yaitu SMP N 1 Depok, SMP N 2 Depok, SMP N 3 Depok, SMP N 4 Depok, SMP N 5 Depok. Lima lokasi tersebut menjadi tempat pengambilannya data dan informasi dengan teknik observasi, wawancara, maupun dokumentasi. Pemilihan lokasi penelitian dikarenakan rata-rata sekolah tersebut terletak di tengah-tengah kota dan hampir semua sekolah terkendala dalam lokasi pembelajaran penjas khususnya atletik. Subyek penelitian ini yaitu guru olahraga untuk masing-masing sekolah dengan total 5 guru olahraga.

Tabel 4. 1 lokasi Penelitian

| <b>NO.</b> | <b>Sekolah</b> | <b>Alamat Sekolah</b>  |
|------------|----------------|--|
| 1          | SMP N 1 Depok  | Jl. Sonokeling Gejayan. Dusun : Gejayan, Kelurahan Condong Catur, Kecamatan Depok. |
| 2.         | SMP N 2 Depok  | Jl. Dahlia Perumnas Condongcatur Depok Sleman, Condong Catur, Kec Depok            |
| 3.         | SMP N 3 Depok  | Sopalan, Maguwoharjo, Kec. Depok, Kab. Sleman                                      |
| 4.         | SMP N 4 Depok  | Babarsari, Catur Tunggal, Kec Depok  |
| 5.         | SMP N 5 Depok  | Jl. Weling Raya, Karanggayam, Catur Tunggal, Kec. Depok                            |

Profil guru penjasorkes di SMP N se- Kecamatan Depok, Sleman bisa dikatakan baik. Dari segi pedagogik juga dapat dikatakan baik. Semua

guru penjasorkes di SMP N se-Kecamatan Depok, Sleman minimal berijazah sarjana dan ada juga yang berijazah magister dan berasal dari universitas negeri yang berfokus pada pendidikan olahraga.

## **B. Hasil Penelitian**

Penelitian refleksi pembelajaran atletik se-kecamatan Depok, Sleman bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana proses pembelajaran atletik di sekolah khususnya di SMPN se-Kecamatan Depok, Sleman. Peneliti berkoordinasi dengan guru olahraga yang mengajar di setiap sekolah. Hasil dari observasi tersebut kemudian dikonfirmasi dengan melakukan wawancara kepada setiap guru olahraga sekolah. Data wawancara, observasi, dan dokumentasi mengenai penelitian refleksi guru pada pembelajaran atletik di SMPN se-kecamatan Depok, Sleman diuraikan dengan menggunakan nama-nama yang bukan sebenarnya. sebagai berikut untuk memenuhi etika penelitian :

### **1. Pembelajaran Atletik**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organic, neuromuscular, intelektual dan emosional, pendapat ini dipertegas oleh Bapak Budi yang mengatakan pentingnya pembelajaran jasmani:

“menurut saya penjas di sekolahan itu bukan suatu hal yang utama tapi saya kira suatu hal yang penting juga karna berkaitan dengan saya sebagai selaku guru olahraga sendiri harus mengetahui tumbuh

kembang anak, terutama dalam pendidikan jasmani tidak hanya aktivitas jasmaninya atau kecabangannya saja yang perlu anak tahu tapi lebih dari itu seperti berkaitan dengan prakteknya terutama kegiatan lapangannya, yaitu anak harus tau cara mengetahui bagaimana kesehatan anak sendiri, kesehatan pribadi anak kemudian supaya melaksanakan kegiatan jasmani itu dengan aman persiapannya harus seperti apa, misalnya mereka harus pemanasan, harus mengetahui denyut nadi masing-masing karna setiap anak memiliki kemampuan atau kondisi kesehatan atau kondisi fisik yang berbeda. Jadi bagi saya penjas itu lebih dari sekedar aktivitas olahraga kecabangan tapi lebih dari itu masih ada lagi hal-hal yang harus diketahui anak-anak yang harus kita ajarkan ke anak-anak mba.”

Selain itu Pendidikan jasmani juga sebagai pengekspresian peserta didik selama berada disekolah, seperti yang dikatakan Bapak Andi:

“menurut saya olahraga penting sekali ngeh, disinikan anak-anak itu membutuhkan salah satu pelajaran yang sifatnya itu yang bisa seperti mengekspresikan kegembiraannya ya, terutama mereka kan udah pusing, padet dikelas kemudian mereka butuh bergerak, menyalurkan energy mereka yang berlebihan itu tadi, dan pendidikan olahraga juga membantu dalam meningkatkan kesehatan siswa sehingga di pelajaran yang lain pun anak-anak cukup bisa membantu pelajaran.”

Pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi dalam sekolah memiliki beberapa materi yang harus dipelajari terdapat dalam buku paket yang telah disediakan. Terdapat rangkuman materi penjas seperti permainan bola kecil, permainan bola besar, atletik, beladiri, renang, dan banyak lagi yang harus diajarkan kepada peserta didik. Kompetensi dasar

atau yang sering disingkat KD merupakan penjabaran standar yang harus dikuasai peserta didik oleh karena itu untuk menunjang kemampuan dasar tersebut peran guru penjas harus menyampaikan semua materi tersebut, seperti yang diungkapkan oleh Bapak Anton: “materi sangat bisa dilaksanakan....“, tetapi kenyataannya di beberapa sekolah lainnya terkendala untuk menyampaikan semua materi, seperti yang dikatakan Bapak Andi:

“kalo di sekitar depok sini memang kami tidak bisa full memberikan materi sesuai dengan yang ada di kurikulum ngeh, misalnya sepak bola kami kan mengajarkan di lapangan yang tidak rumput.... “

Diperkuat oleh perkataan Bapak Yanto: “kalo dari seluruh materi yang ada, ada beberapa yang tidak bisa dilaksanakan praktek, karena keterbatasan alat ....”.

Termasuk untuk proses pembelajaran khususnya atletik itu sendiri juga mengalami kendala, pada saat proses pembelajaran atletik sering kali guru terkendala untuk menyampaikan materi ke peserta didik seperti yang diungkapkan Bapak Andi:

”Bahkan dalam pembelajaran atletik saya tidak bisa memberikan pelajaran sesuai dengan alat yang digunakan sesungguhnya”.

Tetapi di beberapa sekolah materi atletik itu sendiri masih bisa dilaksanakan, menurut Bapak Yanto:

“Atletik bisa dilaksanakan disini, kemudian selain disini saya menggunakan lapangan klebengan untuk lari estafet, jalan cepat,

lempar lembing, tolak peluru, lempar cakram, itu bisa dilaksanakan ataupun lari jarak pendek, lari jarak jauh, menengah bisa dilakukan untuk atletik sendiri”

Berdasarkan beberapa pengakuan guru olahraga mengenai proses pembelajaran khususnya materi atletik daya tarik atau minat siswa mempengaruhi proses pembelajaran tersebut, seperti yang dikatakan Bapak Andi:

“disini untuk atletik itu memang kami sangat apa ya.... Minatnya anak-anak itu kurang ya... mungkin di tempat lain mungkin sama karna sekarang itu anak-anak itu bukan dituntut di olahraga, kalo ada ketertarikan mungkin di beladiri dan permainan”

Hal serupa juga disampaikan oleh Bapak Yanto terkait kurangnya ketertarikan siswa pada saat proses pembelajaran khususnya materi atletik, beliau menyampaikan:

“Materi atletik ini anak kalo minatnya kurang kita harus bisa mengemas, atletik itu apa sih, oh ini... disini seperti ini, misalnya lempar cakram... cuma gitu aja lempar gini aja bisa pak. Kita memberikan gambaran-gambaran atau kita praktekan sendiri seperti apa, jika tidak diberi tau, mereka tidak mau tau dan tidak ingin tau karna menganggap atletik itu apa sih”.

Kemudian pendapat tersebut dipertegas oleh Bapak Budi yang mengatakan materi permainan lebih disukai dibanding dengan materi atletik, beliau menyampaikan:

“Hmm memang sih mba anak itu rata-rata suka olahraga yang konteksnya permainan ya, artinya permainan invasi mba, atletik ini



kegiatannya yang berkelompok yang tidak saling ketemu atau individu yang tidak saling ketemu, tapi saya mengantisipasinya dengan pemanasan saya bikin mode bermain yang mungkin dengan bola, mungkin dengan atau tanpa alat yang penting ada aktivitas... ya tergantung materinya, saat itu lompat jauh kita banyakin gerakkan lompat, saat itu aktivitasnya lari estafet ya kita banyakin permainan atau pemanasan yang banyak larinya”

Sama seperti di atas Bapak Anton mengatakan: “anak itu sendiri, ketika anak-anak tidak menyukai materi tertentu, anak-anak tidak tertarik untuk mengikutinya, selain itu juga olahraga di siang hari”

Materi permainan sejauh ini masih menguasai minat dari peserta didik yang menjadikan peserta didik kurang tertarik dengan materi penjas lainnya seperti atletik karena sejatinya atletik itu sendiri melawan diri sendiri berbeda dengan materi atau olahraga permainan yang bisa mengandalkan teman satu tim atau kelompok.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran atletik di SMPN se-Kecamatan Depok dipengaruhi oleh minat atau daya tarik siswa terhadap materi itu sendiri, dari beberapa sekolah yang ditemui beberapa guru olahraga mengungkapkan peserta didik itu lebih menyukai materi permainan dari pada materi atletik itu sendiri.

Selain daya tarik peserta didik, cara guru mengemas materi yang akan disampaikan kepada peserta didik juga mempengaruhi daya tangkap peserta didik terhadap materi itu, diungkap oleh salah satu guru olahraga SMPN 5 Depok mengatakan bahwa guru olahraga harus bisa mengemas

materi atletik tersebut agar terlihat menarik dan juga bisa memberikan gambaran-gambaran yang nantinya peserta didik mampu mencerna dan menganggap materi tersebut penting untuk dipelajari. Selain itu juga olahraga di siang hari termasuk mempengaruhi proses pembelajaran.

## 2. Sarana Prasarana Pembelajaran Atletik

Selain daya tarik dan penyampaian materi kepada peserta didik yang mempengaruhi proses pembelajaran, tentunya sarana prasarana materi tersebut juga menjadi penunjang terlaksananya proses pembelajaran khususnya materi atletik itu sendiri, sebagaimana yang kita tahu atletik itu memerlukan sarana prasarana yang cukup kompleks, dimana mempunyai lapangan yang setidaknya memadai dan aman untuk melakukan materi itu sendiri, serta alat-alat penunjang lainnya seperti peluru untuk materi tolak peluru, cakram untuk materi lempar cakram dan bak lompat untuk lompat jauh dan alat lainnya untuk materi seterusnya, dalam temuan penelitian ini, di beberapa sekolah ternyata masih terkendala dengan sarana prasarana itu sendiri, seperti penjelasan oleh Bapak Andi:

“Karna kita kurang sarana dan prasarana, kita hanya punya lapangan basket, volly, dan lompat jauh. Ada lapangan bulutangkis di aula tapi kalo siang hari dipakai untuk sholat jadi kami sangat terbatas, bahkan dalam pembelajaran atletik saya tidak bisa memberikan pelajaran sesuai dengan alat yang sesungguhnya, saya menggunakan alat seperti bola kecil atau kertas yang dibuat seperti bola untuk materi tolak peluru misalnya, lempar lembing menggunakan tongkat pramuka, lompat tinggi tidak punya sarana dan prasarana”.

Sama seperti sekolah sebelumnya Bapak Budi selaku guru olahraga mengatakan kendala dalam mengajar atletik itu adalah sarana prasarana, beliau menyampaikan bahwa:

“kendala saya mengajar atletik yang terutama yang saya bilang tadi pertama sarana prasarana, misalnya untuk lari 100 meter atau 50 meter pun saya kesusahan mba saya di sekolahan ini, karna saya mohon maaf sekolah ini tidak punya lahan sepanjang itu, ya 50 meter sih ada tapi ya mentok 50 meter mbak, ya jadi untuk gerakan finish atau lanjutannya itu gak ada mentok langsung dengan tembok”

Seperti pernyataan di atas beberapa sekolah yang masih terkendala khususnya sarana prasarana untuk pembelajaran atletik, dengan demikian dengan segala keterbatasan guru tetap harus menyampaikan materi tersebut, seperti yang dikatakan Bapak Anton: “tetap diajarkan dengan dimodifikasi, dan kita ganti dengan bola tenis atau bola kasti”

Sama seperti sekolah sebelumnya , kendala sarana prasarana juga dirasakan oleh SMPN 5 Depok. Seperti pernyataan Bapak Yanto selaku guru olahraga :

“Ya cukup, namun ada beberapa yang dimodifikasi seperti tolak peluru kita belum punya, Cuma ada 2 dan untuk latihan supaya tidak terlalu banyak anak yang menunggu, kita memberikan contoh membuat yang dimodifikasi, kemudian siswa tersebut membuat secara mandiri, nanti untuk praktek di pertemuan berikutnya. Kemudiannya untuk estafet, kita juga punya alatnya namun untuk menambah jumlah supaya bisa melaksanakan semuanya, potong

paralon atau tongkat pramuka yang tidak tercapai dipotong panjangnya disesuaikan dan nanti digunakan untuk estafet”

Selain pernyataan diatas ada beberapa sekolah yang memiliki sarana prasarana walaupun harus dimaksimalkan sedemikian mungkin, seperti pernyataan Bapak Budi:

“alatnya ada semua mba lompat tinggi, lari yang pakai galah itu gak ada mba, lembing ada, cakram ada, starblok ada, kemudian bak lompat jauh juga ada cuman lintasannya hanya 15m sih mba awalnya”

Sama seperti di atas SMP N 1 Depok juga terkendala dalam sarana prasarana sehingga tidak dapat maksimal dalam proses pembelajaran, dibuktikan dengan pernyataan Bapak Roni:

“Bisa saya katakan hampir lengkap, hanya untuk yang saya katakana ya lapangan, misalnya kita cari lapangan yang *space* tanah kan gak bisa, tolak peluru, lembing, cakram, kita cari tanah-tanah khas desa yang memang lapang, tapi gak bisa memaksimal karna gak bisa luas”

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa sarana prasarana pembelajaran atletik mempengaruhi proses pembelajaran atletik, *space* tanah dan lapangan yang kurang luas membuat proses pembelajaran atletik kurang maksimal, serta kelengkapan alat penunjang lainnya seperti peluru, cakram dan lembing, bak lompat jauh yang sesungguhnya masih menjadi kendala saat memberikan materi atletik.

Oleh karena itu sarana dan prasarana dalam pembelajaran olahraga khususnya atletik sangat penting dan sangat menunjang pembelajaran yang efektif, karena adanya sarana dan prasarana akan memudahkan dan memperlancar tercapainya tujuannya pembelajaran.

### 3. Upaya Guru

Segala tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan sebagai segala tindakan yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan disebut dengan upaya. Biasanya upaya ini dapat berupa usaha, aktivitas, atau pekerjaan yang intensif. Dalam proses pembelajaran atletik tentu saja tidak semua peserta didik menyukai pembelajaran atletik, dan kenyataannya masih banyak peserta didik yang lebih menyukai materi permainan. Dengan demikian sebagai seorang guru tentunya harus mampu membuat peserta didik tertarik untuk mengikuti materi atletik yang disampaikan dengan menarik. Kenyataan tersebut diperjelas oleh Bapak Roni:

“ya dibikin menariklah, dibikin games, di apa istilahnya, supaya anak terpacu termotivasi kita kasih istilahnya reward, bisa hadiah, hadiah itu apa saja bisa materi bisa nilai yang tinggi”

Selain memaparkan materi dengan menarik, guru tentu saja harus bisa memaksimalkan peralatan yang ada agar pembelajaran atletik khususnya berjalan dengan baik. Kenyataan di lapangan sarana dan prasarana untuk pembelajaran atletik masih kurang mendukung dalam melakukan proses pembelajaran atletik, maka dari itu sebagai seorang guru

dituntut mampu dalam memodifikasi alat yang ada, seperti yang diungkapkan Bapak Yanto:

“.... kita memberikan contoh membuat yang modifikasi kemudian siswa tersebut membuat secara mandiri nanti untuk praktek di pertemuan selanjutnya. Kemudian untuk estafet, kita juga punya alatnya namun untuk menambah jumlah supaya bisa melaksanakan semuanya, potong paralon atau tongkat pramuka yang tidak terpakai, panjangnya disesuaikan dan nanti digunakan untuk estafet”

Temuan lain dalam penelitian ini pada saat proses pembelajaran atletik guru juga melibatkan peserta didik yang memiliki kemampuan yang lebih di bidang atletik untuk menjadi contoh bagi teman-temannya, pendapat ini diperjelas oleh Bapak Budi:

“.... karna setiap angkatan yang saya temui kelas tujuh, delapan, Sembilan, selalu saya dapat anak yang ahli dibidang atletik seperti misalnya lompat jauh dan sprint seperti itu mba, jadi saya mau ngajar pun hal yang lebih yang diketahui anak tersebut, anak tersebut bisa membantu saya mengajarkan untuk teman-temannya juga, jadi saya juga dibantu oleh anak tersebut yang mungkin secara jam terbang jam latihannya mereka tahu lebih banyak daripada saya tetapi saya tau lebih dulu dari pada anak-anak kan mba”

Pada saat ini kurikulum yang digunakan pada tingkat sekolah menengah pertama yaitu kurikulum merdeka, setiap sekolah bisa memilih materi atau kompetensi dasar apa yang akan diberikan agar bisa terlaksana dengan maksimal selain itu juga dapat menjadi solusi salah satu solusi karna keterbatasan sarana prasarana, seperti yang dijelaskan Bapak Yanto guru olahraga:

“kalo dari seluruh materi yang ada, ada beberapa yang tidak bisa dilaksanakan praktek, karna keterbatasan alat seperti renang, kemudian materi di kurikulum merdeka ini, kita bisa menentukan materi apa yang ingin diajarkan di sekolah kita sesuai dengan kondisi serta sarana dan prasarana yang ada di sekolah kita, jadi kita memaksimalkan apa yang ada di sekolah kita”

Selain guru dapat memilih materi atau kompetensi dasar yang akan diajarkan, upaya guru meningkatkan motivasi dan daya tarik siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik melibatkan media visual dalam menyampaikan materi atletik. Hal tersebut disampaikan guru olahraga Bapak Andi :

“kami biasanya memutar video kalo lompat jangkit itu diputar video, lempar lembing lari kami hanya bisa pembelajaran itu lewat video, misalnya perlombaan–perlombaan atletik atau kejuaraan kejuaraan dunia, pon, porkap, kami Cuma bisa menggunakan video di kelas”

Pernyataan di atas diperkuat oleh bapak Yanto guru olahraga:

“untuk meningkatkan motivasinya kita memberikan gambaran-gambaran terkait kejuaraan atletik, juara tingkat ini tingkat itu mendapatkan prestasi kita berikan contoh ke atlet nasional maupun internasional, ketika juara mereka mendapatkan apa, ternyata begitu ya pak ya, juara atlet bisa dapat ini, dan mereka ini termotivasi untuk belajar , memutar video dan mereka merasa tertantang, kok itu bisa seperti itu ya pak... tak coba, nah itu dengan media –media yang sekarang di era digital kita memang menayangkan menggunakan video”

Selain dengan menyajikan materi menggunakan video membuat daya tarik siswa menjadi lebih besar dalam mengikuti pembelajaran atletik, pembelajaran yang menarik juga membuat siswa tertarik mengikuti pembelajaran atletik. Hal tersebut disampaikan Bapak Anton guru olahraga:

“untuk atletik kita biasanya menayangkan video materi tertentu baru kita praktekan, kemudian nanti pembelajarannya dibuat yang menyenangkan istilahnya”

Pendapat serupa dikemukakan oleh Bapak Budi guru olahraga:

“tapi saya mengatasinya dengan pemanasan saya bikin model bermain yang mungkin dengan bola, mungkin dengan atau tanpa alat yang penting ada aktivitas ya, tergantung materinya saat itu apa lompat jauh kita banyakin gerakan lompat, saat itu aktivitasnya lari estafet ya kita banyakin permainan atau pemanasan itu yang banyak larinya”

Selain itu beberapa siswa yang memiliki kemampuan atau bakat atletik pada saat proses pembelajaran atletik, guru mengarahkan siswa tersebut untuk mengembangkan bakatnya seperti yang diungkapkan Bapak Budi guru olahraga:

“yang punya bakat atau yang sudah punya ciri secara anatomis misalnya dia punya tungkai atas sama tungkai bawah dengan badannya itu proporsional dan saya arahkan ke lompat jauh, pernah saya dapat siswa dia sampai nasional mba atletnya, saya lihat dari anatominya dulu kemudian prakteknya hasilnya seperti apa jadi saya memotivasi anak lebih dari pembelajaran di sekolah selain itu kamu bisa menambah pengalaman mengembangkan bakat minat ke bidang atletik kamu bisa ikut club yang ada selalu saya arahkan



supaya anak itu ketika dia punya postur yang lebih dari temen-temennya atau lebih dari saya anak-anak saya arahkan mencari prestasi di bidang non akademik”

Dari data di atas, dapat diketahui upaya guru dalam meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik adalah dengan memodifikasi materi atletik dengan menggunakan mode permainan pada saat pemanasan, selain itu menggunakan media berupa video pada saat menyampaikan materi dan memberi penghargaan atau *reward* kepada siswa pada saat mengikuti pembelajaran atletik.

### **C. Pembahasan**

Pembahasan ini akan membahas secara sistematis mengenai pembelajaran atletik di SMP N se-Kecamatan Depok. Temuan dalam penelitian ini berbicara tentang proses pembelajaran atletik, daya tarik siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik, sampai dengan kendala sarana prasarana dan upaya guru dalam meningkatkan daya tarik dan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik.

#### **1. Pembelajaran atletik**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual dan emosional. Temuan penelitian ini menjelaskan sebagai guru olahraga sendiri harus mengetahui tumbuh kembang anak, terutama dalam pendidikan jasmani tidak hanya aktivitas jasmaninya atau kecabangannya saja yang perlu anak tau tapi lebih

dari itu seperti berkaitan dengan praktek terutama kegiatan lapangannya, yaitu anak harus tahu cara mengetahui bagaimana kesehatan anak sendiri, kesehatan pribadi anak. Temuan ini selaras dengan teori Rosdian (2013, hlm. 23) mengemukakan Pendidikan jasmani itu proses Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam rangka *system* pendidikan nasional.

Dalam pembelajaran penjas itu sendiri memiliki beberapa kompetensi dasar yang harus dimiliki oleh peserta didik terdiri dari permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik, beladiri, renang, senam dan kompetensi lainnya. Pembelajaran atletik memiliki beberapa kompetensi dasar seperti jalan, lari, lompat, dan lempar. Dimana gerakan jalan, lari, lompat dan lempar adalah gerakan yang dilakukan sehari-hari dan menjadi dasar gerak bagi cabang olahraga lainnya, penjelasan tersebut selaras dengan teori Sukirno (2011: 17) Atletik merupakan aktivitas jasmani atau latihan fisik, berisikan gerakan-gerakan alamiah dan wajar sesuai dengan apa yang dilaksanakan pada kehidupan kita sehari-hari. Seperti jalan, lari, lompat, lempar dan loncat. Diperkuat oleh pernyataan Khomsin (2011: 1) aktivitas jalan, lari, lempar dan lompat merupakan bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar paling asli dan paling wajar dari manusia, serta merupakan gerakan-gerakan yang amat penting dan tidak ternilai artinya bagi kehidupan manusia.

Dalam proses pembelajaran atletik ketertarikan atau minat siswa pada materi salah satu penunjang agar proses pembelajaran terlaksananya dengan baik, dalam temuan penelitian ini masih banyak siswa yang kurang tertarik dan kurang berminat pada materi atletik. Beberapa guru olahraga di SMPN se-Kecamatan Depok mengungkapkan bahwa anak-anak lebih menyukai olahraga permainan dan beladiri sehingga dalam prakteknya siswa kurang antusias dan pembelajaran kurang maksimal. Temuan penelitian tersebut selaras dengan teori Winkel, W. S. dalam Wahyu (2015: 85) minat yaitu kecenderungan subjek yang menetap untuk merasa tertarik pada bidang studi atau pokok bahasan tertentu dan merasa senang mempelajari materi itu. Teori tersebut diperkuat oleh Sardiman dalam Aina (2013: 318) mengemukakan bahwa minat merupakan suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat sesuatu ciri atau arti yang memiliki hubungan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhannya sendiri. Minat diartikan sebagai kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu, gairah, keinginan. Sedangkan berminat diartikan mempunyai atau menaruh minat, kecenderungan hati kepada, ingin atau akan (Depdiknas, 2012: 1152). Sedangkan menurut Mahfudz Shalahuddin adalah perhatian yang mengandung unsur-unsur perasaan, kesediaan jiwa yang sifatnya aktif untuk menerima sesuatu dari luar (Poerbakawatja dan Harahap, 2012: 214). The Liang Gie (2014: 28) memberikan pengertian yang paling mendasar tentang minat, minat artinya sibuk, tertarik, atau terlibat dengan sesuatu kegiatan karena menyadari pentingnya kegiatan itu. Selain itu Agus Sujanto (2013:

92) memberikan pengertian minat adalah sesuatu pemusatan perhatian yang tidak disengaja yang terlahir dengan kemauannya dan tergantung dari bakat dan lingkungannya. Diperkuat dengan teori Santrock (2012: 135) minat adalah proses yang memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya perilaku yang memiliki motivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah, dan bertahan lama. Dalam kegiatan belajar, maka motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri peserta didik yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek tercapai.

Beberapa teori tersebut selaras dengan hasil temuan hasil penelitian untuk minat dan daya tarik siswa dalam pembelajaran atletik masih kurang, dari temuan di SMP N se-Kecamatan Depok ditemukan bahwa siswa kurang tertarik dengan materi atletik siswa lebih tertarik pada materi permainan, selain itu beberapa siswa juga masih menganggap kurang penting materi atletik tersebut karna hanya berisikan kegiatan lari, lompat, dan lempar yang tidak dikemas dengan menarik dan keterbatasan sarana sehingga siswa kurang tertarik terhadap materi atletik.

## 2. Sarana Prasarana Atletik

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani apabila didukung dengan sarana yang baik dan mencukupi, maka anak didik atau siswa bahkan guru akan dapat menggunakan sarana tersebut dengan baik dan

maksimal. Sarana dan prasarana pendidikan jasmani diperlukan dalam pembelajaran jasmani di sekolah, karena tanpa ada sarana dan prasarana menjadikan pembelajaran tidak berjalan dengan baik (Purnama & Siliwangi, 2017). Dengan memiliki sarana yang memenuhi standar maka anak atau siswa dapat mengembangkan keinginannya untuk terus mencoba olahraga yang disenanginya.

Menurut Saryono dan Hutomo (2016) Sarana dan Prasarana merupakan salah satu unsur penunjang keberhasilan pendidikan jasmani, mengingat mata pelajaran tersebut membutuhkan banyak sarana dan prasarana yang digunakan untuk menunjang tercapainya pembelajaran yang efektif. Menurut (Fatmawati, Nur. Andi Mappincara, 2019) sarana dan prasarana Pendidikan yaitu segala perlengkapan/ fasilitas yang digunakan dalam proses pembelajaran baik yang bergerak maupun tidak bergerak seperti kursi, meja, ruang kelas, dan lain-lain dalam rangka pencapaian tujuan Pendidikan.

Sarana atau alat adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran Pendidikan jasmani. Sarana Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, dapat dibawa kemana-mana atau dipindahkan dari satu tempat ke tempat lain, contohnya: bola, raket, tongkat, balok, raket tenis meja, dll. Sarana atau alat sangat penting dalam meningkatkan motivasi peserta didik untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktivitas dengan sungguh-sungguh dan akhirnya tujuan aktivitas tercapai (Agus S. Suryobroto, 2004:

4). Alat-alat olahraga dalam hal ini diartikan pemenuhan kebutuhan alat-alat berupa bola kasti atau bola rounders, bola volley, kayu pemukul kasti dan kayu pemukul rounders, bola basket dan lain-lainnya.

Prasarana atau perkakas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindah (bisa semi permanen) tetapi berat atau sulit. Contoh: matras, peti lompat, kuda-kuda, palang tunggal, palang sejajar, palang bertingkat, meja tenis meja, trampolin dan lain-lain. Perkakas ini idealnya tidak dipindah-pindah, agar tidak mudah rusak, kecuali kalau memang tempatnya terbatas sehingga harus selalu bongkar pasang (Agus S. Suryobroto, 2004: 4). Beberapa teori di atas selaras dengan temuan hasil penelitian untuk sarana dan prasarana atletik yang ada di SMPN se-Kecamatan Depok, beberapa sekolah memiliki kendala pada sarana dan prasarana, sehingga proses pembelajaran atletik tidak berjalan dengan maksimal.

Sehingga pada saat proses pembelajaran atletik guru harus mampu memodifikasi sarana dan prasarana agar materi tersampaikan dengan baik dan dapat dipahami siswa. Pemanfaatan barang barang bekas seperti kertas bekas yang dijadikan bola dan tongkat pramuka yang tidak terpakai dijadikan alat untuk materi lembing pada pembelajaran atletik.

### 3. Upaya Guru

Menurut Poerwadarminta (1991: 574), upaya adalah usaha untuk menyampaikan maksud, akal dan ikhtisar. Upaya merupakan segala sesuatu

yang bersifat mengusahakan terhadap sesuatu hal supaya dapat lebih berdaya guna dan berhasil guna sesuai dengan maksud, tujuan dan fungsi serta manfaat suatu hal tersebut dilaksanakan. Menurut Kamus Bahasa Indonesia Edisi III tahun 2003 yang dimaksud dengan upaya adalah usaha, ikhtiar ( untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar), daya upaya.

Upaya sangat berkaitan erat dengan penggunaan sarana dan prasarana dalam menunjang kegiatan tersebut, agar berhasil maka digunakanlah suatu cara, metode dan alat penunjang yang lain. Dari beberapa pengertian di atas selaras dengan temuan pada penelitian di SMP Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman, untuk upaya yang guru lakukan untuk meningkatkan daya tarik dan minat siswa agar proses pembelajaran atletik berjalan dengan baik, guru melakukan modifikasi sarana dan prasarana yang bisa dilakukan untuk mendukung proses pembelajaran atletik agar materi atletik tersampaikan dengan maksimal, selain itu juga guru membuat dan mengemas pembelajaran atletik menjadi lebih menarik dengan cara memasukan games dalam pemanasan sebelum memberikan materi, selain itu juga memutarakan video sesuai materi yang ingin disampaikan sebelum melakukan praktek di lapangan.

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

Penelitian ini diusahakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya

keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari diantaranya adalah : adanya keterbatasan peneliti dalam analisis, sehingga proses analisis hanya sampai pada tahap deskripsi tekstual tidak sampai tahap deskripsi struktural dan esensi dari pemaknaan.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan untuk mendeskripsikan pembelajaran atletik di SMPN se-Kecamatan Depok, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

##### 1) Pembelajaran Atletik

Materi atletik memiliki kompetensi yang harus dipelajari seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Dalam proses pembelajaran atletik ketertarikan atau minat siswa pada materi salah satu penunjang agar proses pembelajaran terlaksana dengan baik, dalam temuan penelitian ini masih banyak siswa yang kurang tertarik dan kurang berminat pada materi atletik. Selain itu cara guru memodifikasi dan mengemas materi atletik pada saat proses pembelajaran agar terlihat menarik dan dapat dipahami siswa dengan mudah.

##### 2) Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana pendidikan jasmani diperlukan dalam pembelajaran jasmani di sekolah, karena tanpa ada sarana dan prasarana menjadikan pembelajaran tidak berjalan dengan baik. Begitu juga dengan sarana dan prasarana pembelajaran atletik diperlukan agar proses pembelajaran berjalan dengan baik. Pada penelitian ini sarana dan prasarana atletik masih terkendala di SMPN se-Kecamatan Depok menyebabkan di

beberapa sekolah kompetensi dasar materi atletik tidak tersampaikan dengan maksimal.

### 3) Minat dan Daya Tarik Siswa

Dalam penelitian ini ditemukan minat dan daya tarik siswa dalam pembelajaran atletik masih kurang, dari temuan di SMP N se-Kecamatan Depok ditemukan bahwa siswa kurang tertarik dengan materi atletik siswa lebih tertarik pada materi permainan, selain itu beberapa siswa juga masih menganggap kurang penting materi atletik tersebut karena hanya berisikan kegiatan lari, lompat, dan lempar yang kurang dikemas dengan menarik dan keterbatasan sarana sehingga siswa kurang tertarik terhadap materi atletik.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka penulis merekomendasikan berupa saran-saran sebagai berikut:

- 1) Untuk memaksimalkan kegiatan pembelajaran atletik pentingnya bagi guru mampu memodifikasi materi atletik yang akan diberikan dan pemanfaatan media belajar seperti video, animasi, poster belajar untuk meningkatkan daya tarik siswa terhadap materi atletik. Selain itu melibatkan siswa dalam pembelajaran untuk berbicara, memberikan masukan, dan berdiskusi pada saat proses pembelajaran atletik. Selain itu pemilihan waktu olahraga yang tepat juga mempengaruhi ketertarikan dan minat siswa pada saat proses pembelajaran dan juga

suasana pembelajaran yang menyenangkan membuat siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran atletik.

- 2) Untuk sarana dan prasarana pembelajaran atletik agar menyediakan atau memperbarui sarana dan prasarana olahraga, khususnya atletik sehingga siswa dapat menggunakan fasilitas olahraga serta guru dapat menggunakan metode pembelajaran yang bervariasi dengan adanya prasarana yang lengkap. Selain itu memodifikasi peralatan yang ada juga membantu pada saat proses pembelajaran atletik agar siswa tidak menunggu terlalu lama pada saat proses pembelajaran berlangsung.
- 3) Bagi penelitian berikutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan lebih memfokuskan solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi kendala-kendala yang dihadapi pada saat pembelajaran atletik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus S. Suryobroto. 2004. *Diklat Matakuliah Teknologi Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Aina, M. dkk. 2013. Hubungan antara Presepsi, Minat, dan Sikap Siswa dengan Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran PKn. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. Vol : 9, No : 2, Hal : 315-330.
- Asrori, Mohammad. 2009. *Psikologi Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima.
- Basri, J. (2018). Mutu dan kesejahteraan guru di Indonesi. *Jurnal Pendidikan Islam Rabbani*, 2(1).
- Darsono, Max. Dkk. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang: IKIP Semarang
- Departemen Pendidikan Nasional (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004 SMA, Pedoman khusus pengembangan silabus dan penilaian, mata pelajaran pendidikan jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Menengah Umum.
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004, standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani, Sekolah Menengah Atas dan Madrasah Aliyah*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Eddy Purnomo & Dapan. (2011). *Dasar-dasar gerak atletik*. Yogyakarta. Alfabedia.
- Fatmawati, Nur. Andi Mappincara, S. H. (2019). Pemanfaatan dan Pemeliharaan Sarana dan Prasarana Pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Keguruan, Dan Pembelajaran*, 3(2), 115-121.
- Freeman, H & Brown, B., (2001). Primary attachment to parent and peers during adolescence: Differences by attachment style. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 653.

- Gie, The Liang (2014), *Cara Belajar yang efektif*, Cet. I; Yogyakarta PUBIB.
- Gie, The Liang (2014), *Cara Belajar yang Efisien*, Cet. I; Yogyakarta: Liberty.
- Husdarta dan Yudah M.Saputra (2000: 2-7). *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta : UNS Press.
- Khomsin. 2011. *Atletik I*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Montessori, M. (2012). *Pendidikan antikorupsi sebagai pendidikan karakter di sekolah*. Jurnal Demokrasi,
- Mulyanto, Respaty. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: UPI
- Murdiyanto, A. S. (2010). *Penerapan pendekatan bermain untuk meningkatkan hasil belajar lompat jangkit pada siswa kelas xii ipa 3 SMA Negeri 4 Surakarta tahun pelajaran 2010/2011* (Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret).
- Poerbakawatja, Soeganda dan Harahap (2012). *Ensiklopedia Pendidikan*, Cet. III; Jakarta: Gunung Agung
- Purnama, S., & Siliwangi, U. (2017). Pengaruh Manajemen Fasilitas Olahraga dan Layanan Guru terhadap Efektivitas Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Tasikmalaya). *Jurnal Sport Area*, 105-114.
- Rahardjo, Susilo & Gudnanto. (2011). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Kudus: Nora Media Enterprise.
- Santrock, John W. (2012), *Life Span Development*, Ahli Bahasa: Ahmad Chusairi, Perkembangan Masa Hidup, Edisi Kelima, Jilid 1-2, Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Siregar, E. & Nara, H. (2010). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta
- Suherman, A., & Mahendra, A. (2000). *Dasar-dasar pendidikan jasmani dan kesehatan*. Depertemne Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sujanto, Agus (2013), *Psikologi Umum*, Cet. VII; Jakarta: Aksara Baru.
- Sukintaka. (2004). *Permainan dan Metodik I*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukirno. 2012. *Dasar-dasar Atletik dan Latihan Fisik*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Tahir, M. (2011). *Pengantar Metodologi Penelitian pendidikan makassar* : Universitas Muhammadiyah Makassar
- Wahyu, K. dkk. (2015). Korelasi Antara Minat Belajar dan Fasilitas Belajar Dengan prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas IX IPS SMA Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal Pendidikan Matematika*. Volume 3 No 1, Hal: 83-90.
- Wibowo, M. G. A. (2017). *Keadaan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar se-Gugus Sumberagung Kecamatan Moyudan Kabupaten Sleman*. PGSD Penjaskes, (3).
- Yustinus, S. L, dkk. Hubungan Minat Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa dalam Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Menggunakan Komik. *Jurnal Edukasi Matematika dan Sain*. Volume 1 No 2, Hal: 60-64.
- Yusuf. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya

# LAMPIRAN





## Lampiran Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 DEPOK  
Babarsari, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta, 55281  
Telepon (0274) 485542, Faksimile (0274) 485542  
Laman: smpn4deh.id, Surel: [smnempatdepok@yahoo.com](mailto:smnempatdepok@yahoo.com)

### SURAT KETERANGAN

Nomor: 074/27/I/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SUDARYANTO, M.Pd  
NIP : 19700417 199802 1 001  
Pangkat / Gol : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit kerja : SMP Negeri 4 Depok

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Chenia Fourgustin  
NIM : 21633251052  
Program Studi : Pendidikan Jasmani – S2  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk Penulisan Tesis  
Judul Tugas Akhir : Refleksi Pembelajaran Atletik di SMP se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta  
Waktu Penelitian : 13 – 23 November 2023

Menerangkan bahwa nama yang tertulis di atas benar-benar telah melakukan Uji Empiris Instrumen Penelitian di SMP N 4 Depok Babarsari Sleman.

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sesungguhnya, untuk dapat di penggunaan sebagaimana mestinya.



## Lampiran Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN KABUPATEN SLEMAN  
**SMP NEGERI 3 DEPOK**

Sopelan, Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta 55282  
Telepon ( 0274 ) 885864, Faksimile ( 0274 ) 885864

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 420/447

Sehubungan dengan dengan Surat dari Fakultas Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, Nomor B/359/UN34.16/PT.01.04/2023, hal ijin mengadakan Penelitian tertanggal 21 November 2023, maka Kepala SMP Negeri 3 Depok , dengan ini menerangkan mahasiswa di bawah ini :

Nama : Chenia Fourgustin  
NIM : 21633251052  
Program Studi : Pendidikan Jasmani – S2  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Jenjang : S2

Benar telah mengadakan penelitian di SMP Negeri 3 Depok pada Hari Selasa, 21 November 2023 guna melengkapi data pada penyusunan Tesis yang berjudul : \*  
**Refleksi Pembelajaran Atletik di SMP se – Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta**  
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Depok, 21 November 2023

Kepala Sekolah  
  
DARTO, S.Pd  
NIP. 19701215 199702 1 001

Lampiran Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 2 DEPOK**

Widhiyatama  
Jalan Dahlia Perumnas Condongcatur, Depok, Sleman Yogyakarta 55283  
Telepon : (0274) 882171  
Laman : <http://www.smp2depok.sch.id> Surel : [info@smp2depok.sch.id](mailto:info@smp2depok.sch.id)



**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 423.4/344/XI/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 2 Depok Sleman menerangkan bahwa :

N a m a : **CHENIA FOURGUSTIN**  
Nomor Induk Mahasiswa : 21633251052  
Program Studi/Jurusan : S2 Pendidikan Jasmani  
Instansi / Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat Instansi : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta 55281

memberikan izin penelitian dengan judul :

**Refleksi Pembelajaran Atletik di SMP Se-Kecamatan Depok Sleman Yogyakarta**

Yang dilaksanakan pada tanggal 13 - 23 November 2023.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dipergunakan sebagaimana mestinya.



20 November 2023

Kepala SMP N 2 Depok

YANA, S.Pd., M.Pd.I

Pembina, IV/a

NIP. 19690324 199103 1 004

## Lampiran Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
DINAS PENDIDIKAN  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 5 DEPOK  
ꦱꦼꦏꦺꦭꦩꦺꦤꦺꦁꦩꦺꦤꦒꦩꦺꦤꦒꦺꦤꦏꦺꦥꦸꦥꦠꦺꦤ꧀ꦱꦭꦺꦩꦤ꧀ꦠꦺꦤ꧀ꦩꦩꦠ  
Jalan Weling, Karanggayam, Caturtunggal, Depok, Sleman, D.I.Yogyakarta, 55281  
Telepon (0274) 585134, Email : smp5depokslemanyk@gmail.com  
Website : www.smp5depok.sch.id

### SURAT KETERANGAN

No. 421 / 534 / 21

Yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : Dra. Caecilia Winarti, M.Pd  
NIP. : 19681117 199702 2 001  
Pangkat/Golongan : Pembina, IVa  
Jabatan : Kepala SMP Negeri 5 Depok  
Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman

mencerangkan bahwa :

N a m a : Chenia Fourgustin  
NIM : 21633251052  
Program Studi : Pendidikan Jasmani - S2, UNY  
Judul Tugas Akhir : Refleksi Pembelajaran Atletik di  
SMP se-Kecamatan Depok, Sleman, Yogyakarta

mahasiswa tersebut diatas benar-benar telah selesai melaksanakan tugas di SMP Negeri 5 Depok Sleman, pada tahun pelajaran 2023/2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Depok, 21 November 2023  
Kepala Sekolah  
  
Dinas Pendidikan  
Dra. Caecilia Winarti, M.Pd  
19681117 199702 2 001

Lampiran Protokol Wawancara

| <b>No</b> | <b>Pertanyaan</b>   |
|-----------|---|
| 1.        | Sejak tahun berapa bapak mengajar penjas?   |
| 2.        | Untuk lulusan pendidikan terakhir bapak?  |
| 3.        | Menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas itu?                                     |
| 4.        | Apa saja kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas?                                |
| 5.        | Untuk materi penjas itu sendiri bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?     |
| 6.        | untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak apa bisa terlaksana dengan baik bapak?     |
| 7.        | Untuk kendala dalam mengajar atletik bapak bagaimana bapak?                                 |
| 8.        | Bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?                        |
| 9.        | Bagaimana untuk sarana prasarana pendukung pembelajaran atletik bapak disekolah?            |
| 10.       | <b>Bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran atletik ?</b> |

## Lampiran Hasil Transkrip Wawancara Narasumber 1

Nama Petugas Wawancara : Chenia Fourgutin  
Subjek Wawancara : Bapak Roni  
Lokasi : SMP N 1 Depok Sleman

---

### TRANSKRIP HASIL WAWANCARA

| Kalimat Wawancara  | Ide Pokok                                |
|--|--|
| PW : dari tahun berapa bapak mengajar penjas ?   |  |
| SW : mulai mengajarkan dari honor gtt itu dari 1998 itu gtt ny pns nya 2003  |  |
| PW : dari lulusan apa bapak menyelesaikan studi terakhir?  |  |
| SW : saya dari IKIP Yogyakarta   |  |
| PW : menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas ?  |  |
| SW : sangat penting, karna pendidikan kalo bisa jasmani rohani, tidak hanya rohaninya, jasmaninnya harus sehat karna ada pepatah yang menciptakan kan  |  |
| PW : menurut bapak bagaimana hasil belajar pendidikan jasmani ?  |  |
| SW : <b>penjas itu, memang tidak semuanya ya, mayoritas pelajaran yang sangat dinanti-nanti oleh anak</b> , jadi kalo kita gak masuk pasti kita diomel-omeli   | Proses pembelajaran                      |
| PW : untuk kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas ?  |  |
| SW : pasti hampir setiap sekolah pasti kendalanya sama ya, <b>apalagi sekolah negeri masalah sarpras, sarpras itu pasti terbatas, untuk sekolah-sekolah perkotaan.</b>   | Sarana prasarana                         |
| PW : untuk materi penjas bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?   |  |
| SW : <b>tidak semua terlaksana</b> , karena misalnya <b>pelajaran yang membutuhkan speace tanah kan kita gak ada</b> jadi kita <b>terpaksa cari space tanah misalnya atletik ya</b> , nomer nomer lempar, kan sekolah kita ini cor semua, kita cari kebun kebun tetangga orang yang ada tanahnya | Proses pembelajaran,<br>Sarana prasarana |
| PW : untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak?   |  |
| SW : olahraga atletik itukan olahraga tertua paling tua sampai dikatakan ibu dari seluruh cabang olahraga ya sangat penting  |  |

PW : bagaimana untuk ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?

SW : memang lebih mengasikan permainan, karna atletik melawan diri sendiri, apalagi kalo gak ada latihan ya ,kecuali kalo ada motivasi mau pertandingan, tpi kalo istilahnya pertandingan gak ada ya motivasi itu susah, karna cari sparing partner itu juga susah

Proses  
pembelajaran  
(daya Tarik  
siswa)

PW : bagaimana untuk sarana prasarana untuk pembelajaran atletik bapak?

SW : bisa saya katakan hampir lengkap ya, hanya saja untuk yang saya katakana ya lapangan misalnya kita cari lapangan yang space tanah kan gak bisa, tolak peluru, lembing, cakram, kita cari tanah tanah khas desa yang memang lapang, tapi tidak bisa memaksimalkan karna gak bisa luas.

Sarana  
prasarana

PW : bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelaaran atletik ?

SW : ya dibikin menariklah, dibikin games, di apa istilahnya, supaya anak terpacu termotivasi kita kasih istilahnya reward, bisa hadiah, hadiah itu apa saja bisa materi bisa nilai yang tinggi

Upaya  
memotivasi

## Lampiran Hasil Transkrip Wawancara Narasumber 2

Nama Petugas Wawancara : Chenia Fourgutin  
Subjek Wawancara : Bapak Andi  
Lokasi : SMP N 2 Depok Sleman

---

### TRANSKRIP HASIL WAWANCARA

| Kalimat wawancara  | Ide pokok           |
|--|---------------------|
| PW : dari tahun berapa bapak mengajar penjas ?   |                     |
| SW : saya mengajar di SMP 2 Depok mulai tahun 1992, pada waktu pertama saya mengajar 1986 itu di gunung kidul kemudian pindah disini 1992  |                     |
| PW : dari lulusan apa bapak menyelesaikan studi terakhir?  |                     |
| SW : nggeh dari uny juga dari pendidikan olahraga dan kesehatan  |                     |
| PW : menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas ?  |                     |
| SW : menurut saya olahraga penting sekali ngeh, disinikan anak-anak itu membutuhkan salah satu pelajaran yang sifatnya itu yang bisa seperti mengekspresikan kegembiraannya ya, terutama mereka kan udah pusing, padet dikelas kemudian mereka butuh bergerak, menyalurkan energy mereka yang berlebihan itu tadi, dan pendidikan olahraga juga membantu dalam meningkatkan kesehatan siswa sehingga di pelajaran yang lain pun anak-anak cukup bisa membantu pelajaran. |                     |
| PW : menurut bapak bagaimana hasil belajar pendidikan jasmani ?  |                     |
| SW : kalo hasil belajar kita jujur anak-anak itu lebih menyukai permainan khusus atletik itu hanya beberapa orang yang berminat, e mereka dipertandingan kalo melihat prestasi anak-anak cukup membanggakan yang ditahun tahun yang lalu.  | Daya tarik          |
| PW : untuk kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas ?  |                     |
| SW : kendalanya yang pertama tentunya siswa itu sendiri, kadang-kadang kami menerima siswa yang tidak begitu suka dalam olahraga kemudian anak-anak hampir disemua sekolah ituakan dituntut untuk 4 bidang studi, sehingga untuk olahraga dan bidang studi lain itu porsi nya cukup kecil  | Proses pembelajaran |



PW : untuk materi penjas bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?

SW : kalo di sekitar depok sini memang kami tidak bisa full memberkan materi sesuai dengan dengan yang ada di kurikulum ngeh, mislnya sepak bola kamikan mengajarkan dilapangan yang tidak rumput, kemudia termasuk atletik kan kami kurang keterbatasan lingkungan sekolah ini, jadi tidak punya fasilitas yang memadai untuk pelajaran pelajaran olahraga.

Sarana prasarana

PW : untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak?

SW : karena kita kurang sarana dan prasarana kita hanya punya lapangan basket, volly, dan lompat jauh kemudian ada lapangan bulutangkis itu di aula sedangkan kalo lapangan bulutangkis siang diaula siang hari dipakai untuk sholat jadi kami sangat terbatas bahkan dalam pembelajaran atletik saya tidak bisa memberikan pelajaran sesuai dengan alat yang digunakan sesungguhnya, sayan menggunakan alat yang dimodifikasi misalnya tolak peluru menggunakan bola kecil atau kertas yang dibuat seperti bola, lempar lembing menggunakan tongkat pramuka, lompat tinggi tidak punya sarana dan prasarana.

Sarana prasarana

Upaya/modifikasi

PW : bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?

SW : disini untuk atletik itu memang kami apa ya minatnya anak-anak itu kurang ya mungkin di tempat lain juga sama karna sekarang itu anak-anak itu bukan dituntut diolahraga kalo ada mungkin ke olahraga permainan atau beladiri.

Daya tarik

PW : bagaimana untuk sarana prasarana untuk pembelajaran atletik bapak?

SW : sarana prasarananya karna kami tidak ada tempat yan lapang sedikit pun tidak ada

Sarana prasarana

PW : bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelaaran atletik ?

SW : kami biasanya memutarakan video kalo lompat jangkit itu diputarkan video, lempar lembing lari kami hanya bisa pembelajaran itu lewat video, misalnya perlombaan –perlimbaan atletik atau kejuaraan kejuaraan dunia, pon, porkap, kami Cuma bisa menggunakan video dikelas.

Upaya/motivasi

### Lampiran Hasil Transkrip Wawancara Narasumber 3

Nama Petugas Wawancara : Chenia Fourgutin  
Subjek Wawancara : Bapak Budi  
Lokasi : SMP N 3 Depok Sleman

---

#### **TRANSKRIP HASIL WAWANCARA**

##### Kalimat Wawancara

##### Ide Pokok

PW : dari tahun berapa bapak mengajar penjas ?

SW : saya ngajar penjas dari tahun 2014 tapi dulu di SD sampe tahun 2016, kemudian dari 2016 ke sini saya mengajar di SMP

PW : dari lulusan apa bapak menyelesaikan studi terakhir?

SW : saya dai lulusannya POR mba dari Pascasarjana UNY menyelesaikan studi terakhir saya 2017

PW : menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas ?

SW : menurut saya penjas disekolahan itu bukan suatu hal yang utama tapi saya kira suatu hal yang penting juga karna berkaitan dnegan saya sebagai selaku guru olahraga sendiri harus mengetahui tumbuh kembang anak, terutama dalam pendidikan jasmani tidakhanya aktivitas jasmaninya atau kecabangannya saja yang perlu anak tau tapi lebih dari itu seperti berkaitan dengan prakteknya terutama kegiatan lapangannya, yaitu anak harus tau cara mengetahui bagaimana kesehatan anak sendiri, kesehatan pribadi anak kemudian supaya melaksanakan kegiatan jasmani itu dengan aman persiapannya harus seperti apa, misalnya mereka harus pemanasan, harus mengetahui denyut nadi masing-masing karna setiap anak memiliki kemampuan atau kondisi kesehatan atau kondisi fisik yang berbeda. Jadi bagi saya penjas itu lebih dari sekedar aktivitas olahraga kecabangan tapi lebih dari itu masih ada lagi hal-hal yang harus diketahui anak-anak yang harus kita ajarkan ke anak-anak mba..

PW : untuk hasil belajar penjas itu sendiri bapak ?

SW : hasil belajar penjas untuk anak-anak selama saya mengajar di SMP ya mba, saya kira hasil pembelajarannya terutama pada semester satu, terutama pada anak yang baru masuk sekolahan tersebut atau siswa baru mereka kesulitan mengadaptasi dari masanya dia SD pindah ke SMP, dimana dulu SD mungkin untuk cewek hanya main kasti, rondes atau apa yang cowok main sepak bola sama gurunya. Tapi kalo guru di SMP han hampir semua cabang diajarkan, jadi anak-anak masih kesulitan banyak yang mengeluh terhadap materi yang diberikan guru olahraga yang ada di SMP, kalo gurunya tidak seperti guru yang di SD dulunya mba, itu mba jadi saya kira kesulitannya anak itu saat belajar di SMP itu hanya waktu mereka kelas tujuh sih semester satu saja selebihnya mereka sudah bisa adaptasi dengan materi yang ada di SMP sedapatnya di pengalaman saya lo ya..

Proses  
pembelajaran

PW : untuk kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas ?

SW : kalo kendala sih karna saya mengajarnya di daerah kota ya mba, jadi disini itu yang susah itu adalah a prasarananya lapangnya itu kita gak punya lapangan yang harusnya mungkin kaya lapangan sepak bola sebenarnya dengan panjang 100m dengan lebar 60 m samapi 70 m disini gak ada tapi kita ada dua lapangan mini seperti lapangan volly ada dua, lapangan futsal dan lapangan basket cuma yaitu lapangnya kecil-kecil, sempitlah.

Sarana  
prasarana

PW : untuk materi penjas bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?

SW : hmmm kalo materi pembelajaran penjas yang ada di SMP 3 Depok ini mba tidak saya ajarkan semua yang disediakan KD dari dinas itu seperti yang pertama pencaksilat karna kenapa pencaksilat itu tidak diajarkan karna saya gak bisa, saya gak menguasai yang kedua aquatik, renang dan sebagainya karna kita juga tidak ada sarana prasarananya jadi saya hilangkan, itu saja sih selebihnya hampir semua saya ajarkan. .

Proses  
pembelajaran

PW : untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak?

SW : materi atletik alhamdulillah selama ini saya mengajar atletik itu bisa diterima anak dengan baik sih mba, karna setiap angkatan yang saya temnui kelas tujuh, delapan, Sembilan, selalu saya dapat anak yang ahli dibidang

Proses  
pembelajaran  
upaya

atletik seperti misalnya lompat jauh dan sprint seperti itu mba, jadi saya mau ngajar pun hal yang lebih yang diketahui anak tersebut, anak tersebut bisa membantu saya mengajarkan untuk teman-temennya juga, jadi saya juga dibantu oleh anak tersebut yang mungkin secara jam terbang jam latihannya mereka tahu lebih banyak dari pada saya tetapi saya tau lebih dulu dari pada anak-anak kan mba.....

PW : untuk kendala dalam mengajar atletik bapak?

SW : kendala saya mengajar atletik yang terutama yang saya bilang tadi pertama sarana prasarana sama yang ini misalnya untuk lari 100m atau 50m pun saya kesusahan mba saya disekolah ini karan saya mohon maaf sekolah SMP 3 Depok tidak punya lahan sepanjang itu, ya 50 m sih ada tapi ya mentok 50m mba ya jadi untuk gerakan apa finish atau lanjutannya itu gak ada mentok langsung tembok.

Sarana  
prasarana

PW : bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?

SW : hmm memang sih mba rata-rata anak-anak itu suka olahraga yang konteksnya bermain ya, artinya permainan invasi, antara ketemu dengan lawannya tapi saya ya ini mba atletik ini kegiatannya adalah kegiatan yang tidak berkelompok yang tidak saling ketemu tapi saya mengatasinya dengan pemanasan saya bikin model bermain yang mungkin dengan bola, mungkin dengan atau tanpa alat yang penting ada aktivitas ya, tergantung materinya saat itu apa lompat jauh kita banyakin gerakan lompat, saat itu aktivitasnya lari estafet ya kita banyakin permainan atau pemanasan itu yang banya larinya

Proses  
pembelajaran  
(Daya Tarik)

Upaya  
(modifikasi)

PW : bagaimana untuk sarana prasarana untuk pembelajaran atletik bapak?

SW : alatnya ada semua mba lompat tinggi, lari yang pakai galah itu gak ada, lembing ada, cakram ada, starblok ada, kemudian bak lompat jauh juga ada cuma lintasannya hanya 15m sih mba awalnya begitu mba.

Sarana  
prasarana

PW : bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran atletik ?

SW : yang punya bakat atau yang sudah punya ciri secara anatomis misalnya dia punya tungkai atas sama tungkai bawah dengan badannya itu proposional dan saya arahkan ke lompat jauh, pernah saya dapat siswa dia sampai nasional

upaya

mba atletnya, saya lihat dari anatomynys dulu kemudian prkateknya hasilnya seperti apa jadi saya memotivasi anak lebih dari pembelajaran di sekolahan selain itu kamu bisa menambah pengalaman mengembangkan bakat minat ke bidang atletik kamu bisa ikut club yang ada selalu saya arahkan supaya anak itu ketika dia punya postur yang lebih dari temen-temen nya atau lebih dari saya anak-anak saya arahkan mencari prestasi di bidang non akademik

## Lampiran Hasil Transkrip Wawancara Narasumber 4

Nama Petugas Wawancara : Chenia Fourgutin  
Subjek Wawancara : Bapak Anton  
Lokasi : SMP N 4 Depok Sleman

---

### TRANSKRIP HASIL WAWANCARA

| Kalimat wawancara  | Ide pokok                      |
|--|--------------------------------|
| PW : dari tahun berapa bapak mengajar penjas ?   |                                |
| SW : baik mengajar penjas dari tahun 2005 cuma bukan di SMP 4 Depok dulunya di SMP Muhammadiyah  |                                |
| PW : dari lulusan apa bapak menyelesaikan studi terakhir?  |                                |
| SW : lulusan uny fakultas ilmu keolahragaan tahun 2009 lulusnya  |                                |
| PW : menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas ?  |                                |
| SW : sangat penting sekali, banyak anak-anak disini kurang berolahraga   |                                |
| PW : menurut bapak bagaimana hasil belajar pendidikan jasmani ?  |                                |
| SW : memang disini untuk pelajaran penjas, anak kurang begitu tertarik, kita sebagai guru berkreasi, lebih kreatif untuk anak tergugah untuk melakukan olahraga anak akan antusias ketika kita modifikasi                | Daya Tarik<br>Upaya/modifikasi |
| PW : untuk kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas ?  |                                |
| SW : sarana prasana yang pertama dan kedua anak itu sendiri, ketika anak-anak tidak menyukai materi tertentu anak-anak tidak tertarik untuk mengikutinya selain itu olahraga di siang hari, jelas sangat menjadi kendala | Sarana<br>prasarana            |
| PW : untuk materi penjas bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?   |                                |
| SW : materi sangat bisa dilaksanakan, disini ada beberapa sarprasnya memenuhi dan ada yang tidak, cuman kita modifikasi, ketika kita terkendala kita modifikasi.   | Sarana<br>prasarana            |
| PW : untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak?   |                                |
| SW : anak-anak akan fun ketika kita dimateri lari anak-anak akan kita kasih materi yang menyenangkan cuman nanti ketika atletik tolak peluru, lempar, lompat itu terus terang tidak ada tempat lagi untuk melakukan itu  | Sarana<br>prasarana            |

PW : bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?

SW : lebih dominan ke materi lari ya karna lari yang fleksibel tidak menggunakan alat kalo yang menggunakan alat kan itu mislanya tolak peluru, kita tidak ada tempat lagi kalo mau kelempar kita sudah corblok. Tapi tetap kami ajarkan dengan modifikasi, dan kita ganti denan bola tenis atau bola kasti.

Daya Tarik

Sarana

prasarana

PW : bagaimana untuk sarana prasarana untuk pembelajaran atletik bapak?

SW : untuk sarana prasarana kita modifikasi dan kita ganti dengan bola tenis atau bola kasti

Sarana

prasarana

PW : bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelajaran atletik ?

SW : untuk atletik kita biasanya menayangkan video materi tertentu baru kita praktekan, kemudian nanti pembelajarannya dibuat yang menyenangkan istilahnya.

Upaya motivasi

## Lampiran Hasil Transkrip Wawancara Narasumber 5

Nama Petugas Wawancara : Chenia Fourgutin  
Subjek Wawancara : Bapak Yanto  
Lokasi : SMP N 5 Depok Sleman

---

### TRANSKRIP HASIL WAWANCARA

PW : dari tahun berapa bapak mengajar penjas ?

SW : saya mengajara penjas dari tahun 2012 dan saya disini sudah dari tahun 2014, jadi sudah sekitar Sembilan tahun saya disini

PW : dari lulusan apa bapak menyelesaikan studi terakhir?

SW : iya saya dari PJKR UNY tahun 2008, jadi lulus 2012 langsung ngajar dulu manggang di sekolah

PW : menurut bapak seberapa penting pembelajaran penjas ?

SW : menurut saya penjas adalah pelajaran yang sangat penting diluar penjas itu pelajaran kebanyakan suasananya dikelas tori, menghitung, menghafalkan, dan penjas ini sekarang sangat kompleks, ada literasi dan numerasi penjas, jadi selain praktek anak-anak juga, dilatih untuk memahami teks, memahami soal cerita terkait numerasi menghitung atau menentukan angka, jadi sampai saat ini penjas menjadi sangat penting karna sangat kompleks sekali

PW : untuk kendala yang bapak temui dalam pembelajaran penjas ?

SW : kalo disekolah ini sarana prasarana, yang kendalanya yang kedua motivasi siswa mengikuti pembelajaran penjas namun beberapa saja sih yang motivasinya kurang selebihnya baik

Sarana prasarana

Daya tarik

PW : untuk materi penjas bapak apakah bisa terlaksanakan semua bapak di sekolah?

SW : kalo dari seluruh materi yang ada, ada beberapa yang tidak bisa dilaksanakan praktek, karna keterbatasan alat seperti renang, kemudian materi di kurikulum merdeka ini, kita bisa menentukan materi apa yang ingin diajarkan di sekolah kita sesuai dengan kondisi serta sarana dan

Proses

pembelajaran

Sarana prasarana

Upaya/modifikasi



prasarana yang ada disekolah kita, jadi kita memaksimalkan apa yang ada disekolah kita.

PW : untuk materi atletik itu sendiri bagaimana bapak?

SW : atletik bisa dilaksanakan disini, kemudian selain disini saya menggunakan lapangan klebengan untuk lari estafet, jalan cepat, lempar lebing,tolak peluru, lempar cakram, itu bisa dilaksanakan ataupun lari jarak pendek, lari jarak menengah bisa di lakukan untuk atletik sendiri.

Sarana prasarana

PW : untuk kendala dalam mengajar atletik bapak?

SW : anak-anak selalu ingin dalam bentuk permainan karena atletik itu misalnya lari kalo lari itu tidak kita kemas dalam bentuk permainan anak-anak tersebut motivasinya kurang minantnya kurang apa ya Cuma lari-lari gini aja ngapain, kita buat permainan lari kejar-kejaran atau apa nanti endingnya di materi

Daya tarik

PW : bagaimana ketertarikan siswa dalam materi atletik itu sendiri bapak?

SW : materi atletik itu anak kalo minatnya kurang kita harus bisa mengemas, atletik itu apa sih, oh ini disini, seperti ini, misalnya lempar cakram Cuma gini aja lempar gini aja bisak pak. Kita memberikan gambaran-gambaran dari video,dai gambar atau kita praktekan sendiri, o seperti ini gambarannya, dilapangannya seperti apa. jika tidak diberi tahu mereka tidak mau tau dan tidak ingin tau karna menganggap atletik itu apasi, tapi ketika kita memberikan o ternyata begini to pak, o ternyata ada yang gini gitu, ha baru terbuka. Jadi guru itu untuk atletik harus pinter pinter dalam menyampaikan materinya.

Daya Tarik

Proses

pembelajaran

Upaya/modifikasi

PW : bagaimana untuk sarana prasarana untuk pembelajaran atletik bapak?

SW : ya cukup, namun ada beberapa yang dimodifikasi seperti tolak peluru, kita belum punya, Cuma ada 2 dan untuk latihan supaya tidak terlalu banyak anak yang menunggu, kita memberikan contoh membuat yang modifikasi kemudian siswa tersebut membuat secara mandiri nanti untuk praktek di pertemuan selanjutnya. Kemudian untuk estafet, kita juga punya alatnya namun untuk menambah jumlah supaya bisa melaksanakan

Sarana prasarana

Upaya/modifikasi

semuanya, potong paralon atau tongkat pramuka yang tidak terpakai, panjangnya disesuaikan dan nanti digunakan untuk estafet.

PW : bagaimana upaya bapak dalam meningkatkan motivasi siswa dalam pembelaaran atletik ?

SW : untuk meningkatkan motivasinya kita memberikan gambaran-gambaran terkait kejuaraan atletik, juara tingkat ini tingkat itu mendapatkan prestasi kita berikan contoh ke atlit nasional maupun internasional, ketika juara mereka mendapatkan apa, ternyata begitu ya pak ya, juara atlit bisa dapat ini, dan mereka ini termotivasi untuk belajar , memutar video dan mereka merasa tertantang, kok itu bisa seperti itu ya pak... tak coba, nah itu dengan media –media yang sekarang di era digital kita memang menyangkan menggunakan video.

Upaya/memotivasi

Lampiran Peta konsep hasil



Lampiran Dokumentasi





