

**IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA  
PESERTA DIDIK DI KELAS V MIT MUHAMMADIYAH  
SUKARAME BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

Diajukan untuk melengkapi tugas dan memenuhi syarat  
guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**MUHAMMAD SYAMSUL MA'ARIF  
NPM. 1911100347**

**Prodi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1445 H / 2024 M**

**IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA  
PESERTA DIDIK DI KELAS V MIT MUHAMMADIYAH  
SUKARAME BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

Diajukan untuk melengkapi tugas dan memenuhi syarat  
guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :  
**MUHAMMAD SYAMSUL MA'ARIF**  
**NPM. 1911100347**

**Prodi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)**

**Pembimbing I : Dr. Chairul Amriyah, M. Pd**  
**Pembimbing II : Deri Firmansah, M. Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1445 H / 2024**

## ABSTRAK

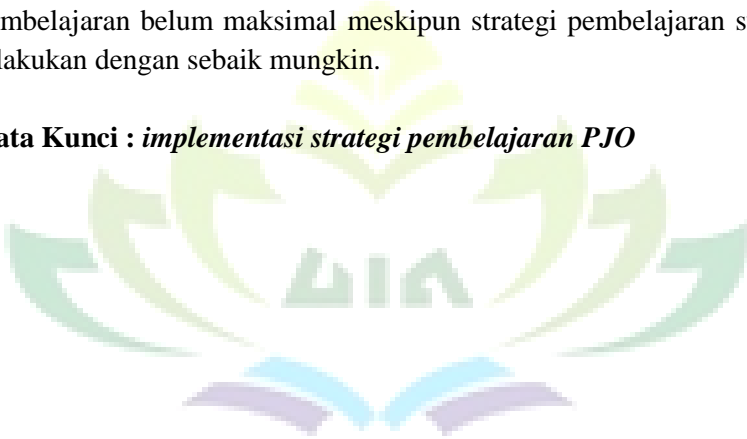
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi pembelajaran apa yang dipakai oleh guru mata pelajaran PJOK kepada para peserta didik kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Subyek dalam penelitian ini adalah guru PJOK kelas V dan peserta didik kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah kualitatif. Metode kualitatif penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah, dimana peneliti adalah instrument kunci, Teknik pengumpulan data, data hasil penelitian dapat diketahui secara jelas dari analisis deskriptif berupa kata-kata secara tertulis atau lisan. Dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Penelitian ini mengau pada implementai strategi pembelajaran PJOK pada peserta didik kelas V MIT Muhmmadiyah Sukarame Bandar Lampung. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa guru mata pelajaran PJOK kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung menggunakan strategi pembelajaran yang baik disesuaikan denngan situasi saat mengajar dilapangan maupun dikelas. Strategi yang digunakan adalah strategi pembelajara langsung dan strategi pembelajaran tidak langsung. Strategi pembelajaran langsung merupakan guru yang menjadi fasilitator dalam kegiatan pembelajaran untuk membantu siswa dalam menemukan innformasi baru terkait materi yang dipelajarinya, namun strategi pembelajaran tersebut disesuaikan dengan kondisi pembelajaran apakah di dalam kelas atau di lapangan. Strategi pembelajaran tidak langsung merupakan strategi pembelajaran dimana guru berubah peran menjadi fasilitator dan memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada siswa untuk berkembang. Strategi pembelajaran tidak langsung bersifat inkuiri, induktif, pemecahan masalah dan penemuan. Dalam standar penilaian terdapat tiga aspek, yakni perencanaan, pelaksanaan dan pelaporan, dalam hasil observasi diketahui bahwa guru sudah melaksanakan standar yang ada. Dan dalam strategi pembeleajaran guru

menggunakan penilaian sebagai acuan pada pembelajaran PJOK untuk mengetahui apakah strategi pembelajarannya yang telah dilakukan telah berhasil atau belum. Untuk penilaian aspek afektif dan psikomotorik guru mengamati pada saat praktik dilakukan peserta didik di lapangan. Dalam penilaian kognitif guru menggunakan tes tertulis, tes lisan dan penugasan. Penilaian pada pembelajaran PJOK kelas V mencakup penilaian afektif, kognitif dan psikomotorik, dimana guru telah memahami penilaian tersebut. Dan kendala pada pembelajaran PJOK di kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung adalah kurangnya sarana dan prasarana dari sekolah, sehingga pada pembelajaran belum maksimal meskipun strategi pembelajaran sudah dilakukan dengan sebaik mungkin.

**Kata Kunci :** *implementasi strategi pembelajaran PJO*



## ABSTRACT

*This study aims to find out what learning strategies are used by PJOK subject teachers to class V students of MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. The subjects in this study were class V PJOK teachers and class V students of MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.*

*The type of research used by researchers in this study is qualitative. Qualitative research methods based on the philosophy of postpositivism, are used to examine the conditions of natural objects, where researchers are key instruments, data collection techniques, research data can be clearly known from descriptive analysis in the form of written or oral words. From the people and behaviors observed. This research focuses on the implementation of PJOK learning strategies for grade V students of MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. The data collection techniques used were observation, interviews and documentation.*

*The results of this study stated that teachers of class V PJOK subjects MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung use learning strategies that are well adapted to the situation when teaching in the field and in class. The strategies used are direct learning strategies and indirect learning strategies. Direct learning strategies are teachers who become facilitators in learning activities to help students find new information related to the material they learn, but the learning strategy is adjusted to learning conditions whether in the classroom or in the field. Indirect learning strategy is a learning strategy where the teacher changes role to become a facilitator and provides the widest possible opportunity for students to develop. Indirect learning strategies are inquiry, inductive, problem-solving and discovery. In the assessment standard, there are three aspects, namely planning, implementation and reporting, in the observation results it is known that the teacher has implemented the existing standards. And in the learning strategy, teachers use assessment as a reference for PJOK learning to find out whether the learning strategy that has been done has been successful or not. For the assessment of affective and psychomotor aspects, teachers observe when practice is carried out by learners in the field. In cognitive*

*assessment, teachers use written tests, oral tests and assignments. Assessment in class V PJOK learning includes affective, cognitive and psychomotor assessments, where the teacher has understood the assessment. And the obstacle to learning PJOK in class V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung is the lack of facilities and infrastructure from schools, so that learning has not been maximized even though the learning strategy has been done as well as possible.*

**Keywords: implementation of PJOK learning strategy**



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Syamsul Ma'arif  
NPM : 1911100347  
Jurusan/Prodi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)  
Fakultas : Tarbiyah Dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA PESERTA DIDIK KELAS V DI MIT MUHAMMADIYAH SUKRAME BANDAR LAMPUNG**" adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun. Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 28 Juli 2023



Muhammad Syamsul Ma'arif  
NPM. 1911100347





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☐(0721) 703260

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : **Implementasi Strategi Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.**  
**Nama** : **Muhammad Syamsul Ma'arif**  
**NPM** : **1911100347**  
**Program Studi** : **Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**  
**Fakultas** : **Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dapat dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Dr. Chairul Amriyah, M.Pd**  
**NIP. 196810201989122003**

**Pembimbing II**

**Deri Firmansah, M.Pd**  
**NIP.199110312019031011**

**Mengetahui,**  
**Ketua Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**

**Dr. Chairul Amriyah, M.Pd**  
**NIP. 196810201989122003**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎(0721) 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul “Implementasi Strategi Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung” yang disusun oleh: **Muhammad Syamsul Ma’arif NPM 1911100347** Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah telah diujikan pada sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di Hari/Tanggal: **Jum’at, 03 November 2023** pukul **09.30-11.00 WIB** bertempat di **Ruang GB.2H**

**TIM PENGUJI**

**Ketua Sidang** : **Sri Latifah, M.Sc.**

  
(.....)

**Sekretaris Sidang** : **Yuli Yanti, M.Pd.I.**

  
(.....)

**Penguji Utama** : **Drs. Yosep Aspat Alamsyah, M.Ag.**

  
(.....)

**Penguji Pendamping I** : **Dr. Chairul Amriyah, M.Pd.**

  
(.....)

**Penguji Pendamping II** : **Deri Firmansah, M.Pd.**

  
(.....)

Terselenggara,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



**Prof. Dr. Hj. Nisya Diana, M.Pd.**  
NIP. 19640528 198803 2 002

## MOTTO

وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ اللَّهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوتَ مَلِكًا قَالُوا  
أَنَّى يَكُونُ لَهُ الْمَلِكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ أَحَقُّ بِالْمَلِكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ  
سَعَةً مِنَ الْمَالِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً  
فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ وَاللَّهُ يُؤْتِي مَلَكَهُ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ

عَلِيمٌ

*Artinya* : Nabi mereka mengatakan kepada mereka: "Sesungguhnya Allah telah mengangkat Thalut menjadi rajamu". Mereka menjawab: "Bagaimana Thalut memerintah kami, padahal kami lebih berhak mengendalikan pemerintahan daripadanya, sedang diapun tidak diberi kekayaan yang cukup banyak?" Nabi (mereka) berkata: "Sesungguhnya Allah telah memilih rajamu dan menganugerahinya ilmu yang luas dan tubuh yang perkasa". Allah memberikan pemerintahan kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan Allah Maha Luas pemberian-Nya lagi Maha Mengetahui. (QS Al-Baqarah Ayat 247)

## PERSEMBAHAN

Dengan kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam, skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Ayah tasyang Slamet Santoso dan Ibuku tercinta Wasingatul Khoiriyah yang telah berjuang dan selalu mendoakan saya untuk bisa dititik ini.
2. Adik-adik saya yang selalu memberikan semangat untuk saya supaya bisa menjadi sarjana
3. Keluarga besar saya yang sudah mendoakan, membaantu, dan memotivasi saya selama ini.
4. Guru-guru dan Dosen-dosen yang telah memberikan ilmu yang berguna untuk masa depan saya.
5. Almamater Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan membimbing saya.
6. Teman-teman seperjuangan reko, iko, herdi, dandi, rifki, gopal yang sudah mendoakan, memberikan motivasi dan selalu mendukung saya.
7. Untuk sahabat dan keluarga yang selalu menanyakan kapan lulus. Terimakasih atas motivasi dan semangat yang kalian berikan serta semua pihak yang telah membantu penulis dan tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga semua bantuan, bimbingan maupun kebaikan baik itu bantuan, kontribusi lainnya yang telah diberikan kepada penulis dibalas oleh Allah SWT serta mendapatkan ridha dan menjadi catatan amal dari Allah SWT. Amiin Ya Robbal'alamin.

## RIWAYAT HIDUP

Penulis Bernama Muhammad Syamsul Ma'arif yang merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, dari pasangan yang berbahagia bapak Slamet Santoso dan ibu Wasingatul Khoiriyah. Penulis lahir pada tanggal 03 desember 2001 di Belintang III, Kabupaten Oku Timur, Provinsi Sumatera Selatan. Peneliti mengawali Pendidikan studi di SD N 1 Trikarya pada tahun 2007 dan selesai pada tahun 2013, lalu melanjutkan pendidikan SMP N Belintang III pada tahun 2013 dan selesai pada tahun 2016, setelah itu peneliti melanjutkan Pendidikan di MAN 1 Oku Timur pada tahun 2016 dan selesai pada tahun 2019.

Pada tahun 2019 peneliti melanjutkan di Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah PGMI. Selama kuliah peneliti pernah mengikuti kuliah kerja nyata/KKN di Desa Marga Cinta Kabupaten Oku Timur, pesertanya berjumlah 11 orang yang dilakukan selama 40 hari, setelah KKN peneliti melanjutkan kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan/PPL yang dilaksanakan selama 40 hari juga yang bertempat di SD Islam Assalam Bandar Lampung.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Puji syukur kehadiran Allah SWT sang pencipta langit dan bumi dan segala isinya yang telah melimpahkan rahmat, taufik hidayah dan inayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini walau didalamnya terdapat banyak kesalahan dan kekurangan, sholawat serta salam kita limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Nabi terakhir dan pemimpin Rosul, yang telah membawa cahaya risalah islam sabagai panutan umat dalam kegelapan.

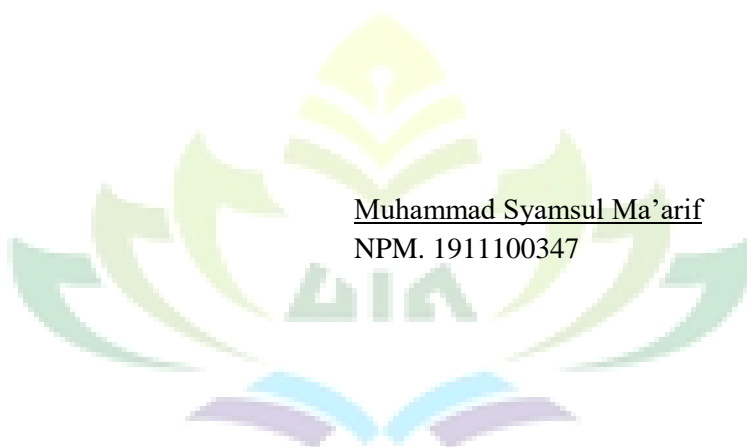
Dalam penelitian skripsi ini penulis mengalami beberapa hambatan maupun kesulitan yang terkadang membuat penulis berada dititik terlemah dirinya. Namun adanya doa dari orang tua yang tak pernah putus menjadikan penulis bersemangat untuk melanjutkan penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "**Implementasi Strategi Pembelajaran PJOK Pada Peserta Didik Kelas V Di MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung**".

Pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Ibunda Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibunda Dr. Chairul Amriyah, M.Pd dan Deri Firmansah, M.Pd selaku ketua dan sekretaris Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibunda Dr. Chairul Amriyah, M.Pd selaku pembimbing I dan bapak Deri Firmansah, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan penuh kesabaran sehingga penulis dapat meyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dan ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

5. Ibu Sari Oktania, S.Pd.I kepala madrasah MI T Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung yang telah menyediakan waktu, tempat dan fasilitas dalam pengumpulan data penelitian.
6. Teman-teman seperjuangan kelas H dipendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah angkatan 2019. terimakasih kebersamaannya dan semangat serta dukungannya yang telah diberikan.

Bandar Lampung, 27 Juli 2023



## DAFTAR ISI

<b>COVER .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINILITAS .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>xi</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>xiii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	4
C. Fokus dan Sub Fokus Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
G. Hasil Penelitian yang Relevan.....	10
H. Metode Penelitian.....	13
1. Jenis Penelitian .....	14
2. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	15
3. Sumber Data.....	15
4. Teknik Pengumpulan Data .....	16
5. Teknik Analisis Data.....	18
6. Uji Keabsahan Data.....	19
I. Sistematika Pembahasan .....	19
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>21</b>
A. Strategi .....	21
1. Pengertian Strategi.....	21
2. Jenis-jenis Strategi .....	37
3. Tujuan Dan Manfaat Strategi Pembelajaran .....	39
4. Komponen-Komponen Belajar Mengajar.....	41



B. Pembelajaran PJOK.....	46
1. Pengertian Pembelajaran PJOK .....	46
2. Tujuan Pembelajaran PJOK.....	55
3. Karakteristik Pembelajaran PJOK .....	59
4. Evaluasi Pembelajaran PJOK .....	60
5. Fungsi dan Tujuan Pembelajaran PJOK .....	62
<b>BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN .....</b>	<b>67</b>
A. Gambaran Objek Penelitian.....	67
B. Penyajian Fakta Dan Penelitian.....	76
<b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN .....</b>	<b>81</b>
A. Analisis Penelitian.....	81
B. Temuan Penelitian.....	84
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>89</b>
A. Kesimpulan .....	89
B. Rekomendasi .....	90
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>91</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>95</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Nama-Nama Kepala Madrasah .....	68
Table 1.2 Letak Geografis .....	69
Table 1.3 Luas Bangunan.....	69
Table 1.4 Profil Guru dan Pegawai .....	70
Table 1.5 Data Peserta Didik.....	73
Table 1.6 fasilitas Sarana Penunjang.....	74
Table 1.7 Sarana Dan Prasarana.....	75



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 kisi-kisi wawancara.....	96
Lampiran 2 kisi-kisi observasi .....	100
Lampiran 3 RPP .....	104
Lampiran 4 silabus .....	107
Lampiran 5 daftar absen .....	143
Lampiran 6 surat penelitian .....	144
Lampiran 7 surat balasan penelitian .....	145
Lampiran 8 dokumentasi penelitian .....	146
Lampiran 9 dokumentasi wawancara .....	146
Lampiran 10 dokumentasi dengan kepala MIT .....	147





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Judul merupakan suatu hal pokok dalam suatu karya ilmiah sebagai cerminan pembahasan yang terdapat di dalamnya, guna menghindari kesalah pahaman sekaligus menghindari kekeliruan dalam memahami pengertian judul skripsi, maka peneliti perlu menjelaskan arti dari istilah-istilah penting yang ada di judul skripsi ini, yaitu "IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA PESERTA DIDIK DI KELAS V MIT MUHAMMADIYAH SUKARAME BANDAR LAMPUNG". Penjelasan yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Adapun pengertian dari istilah tersebut adalah :

1. **Implementasi** ialah, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah pelaksanaan, penerapan. Adapun implementasi menurut para ahli yakni, menurut Usman, mengemukakan pendapatnya tentang Implementasi atau pelaksanaan sebagai berikut "implementasi adalah bermuara pada aktivitas, aksi, tindakan, atau adanya mekanisme suatu sistem. Dapat dikatakan bahwa implementasi adalah bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan dilakukan secara sungguh-sungguh berdasarkan acuan norma tertentu untuk mencapai tujuan kegiatan. Oleh karena itu, implementasi tidak berdiri sendiri tetapi dipengaruhi oleh objek berikutnya<sup>1</sup>.
2. **Strategi** ialah : Strategi berasal dari bahasa Inggris yaitu "strategy" artinya siasat, akal atau ilmu perang. Pada awalnya istilah strategi seringkali digunakan di kalangan militer yang diartikan sebagai seni merencanakan gerakan militer dalam suatu pertempuran atau perang terutama dalam hubungannya dengan gerakan pasukan darat. laut

---

<sup>1</sup> Ali Miftakhu Rosad, 'IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KARAKTER MELALUI MANAGEMEN SEKOLAH', *Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan*, 5.02 (2019), 173 <<https://doi.org/10.32678/tarbawi.v5i02.2074>>.

dan udara ke arah sasaran yang menguntungkan untuk bertempur. Oleh karena itu strategi dapat diartikan sebagai suatu garis besar haluan bertindak untuk mencapai sasaran yang telah ditetapkan. Berdasarkan pengertian di atas, strategi dapat dirumuskan sebagai dasar yang mengacu pada perencanaan dan pengelolaan suatu kegiatan dalam rangka mencapai suatu tujuan.<sup>2</sup>

3. **Pembelajaran** ialah : Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun<sup>3</sup>
4. **PJOK** : pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, intelektual, sosial, emosional, serta spiritual. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral. Dari sudut teori, hampir semua orang tahu bahwa kegiatan olahraga itu dapat meningkatkan kesehatan fisik

---

<sup>2</sup> Cucu Hidayat, Dicky Tri Juniar. *STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI* (GRUP penerbitan CV BUDI UTAMA) 2020. 3

<sup>3</sup> Tri Arifprabowo, M. Musfiqon, 'BELAJAR Dan PEMBELAJARAN', (Grup Penerbitan CV Budi Utama, 2018)

dan juga merupakan hiburan serta relaksasi yang memiliki banyak manfaat bagi manusia tubuh<sup>4</sup>

5. **Peserta didik** : adalah salah satu komponen dalam sistem pendidikan Islam. Peserta didik merupakan raw material bahan mentah di dalam proses transformasi yang disebut pendidikan. Berbeda dengan komponen-komponen lain dalam sistem pendidikan karena kita menerima “materiil” ini sudah setengah jadi, sedangkan komponen-komponen lain dapat dirumuskan dan sesuai dengan keadaan fasilitas dan kebutuhan yang ada. Peserta didik secara formal adalah orang yang sedang berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, maupun psikis, pertumbuhan dan perkembangan merupakan ciri seorang pendidik yang perlu bimbingan dari seorang pendidik. Pertumbuhan menyangkut fisik, perkembangan menyangkut psikis. Menurut pasal 1 ayat 4 Undang-undang republik indonesia No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu.<sup>5</sup>
6. **MI T Muhammadiyah**: Madrasah Ibtidiyah terpadu Muhammadiyah adalah sekolah yang berstatus swasta dengan NSM 111218710054. Pada mulanya Madrasah Ibtidiyah Terpadu Muhammadiyah didirikan pada tahun 2012 karena di Bandar Lampung belum ada Madrasah Ibtidaiyah Terpadu dengan harga yang terjangkau. MIT tersebut dibangun dengan luas tanah 550 m dengan memadukan kurikulum Diknas, Depag, Dan Pesantren. Diharapkan dapat hadir memenuhi harapan masyarakat yang menjadikan putra putrinya cerdas,

---

<sup>4</sup> Wahyudi, Zikrur Rahmat, and Irfandi, ‘Persepsi Orang Tua Peserta Didik Terhadap Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di SD Negeri 2 Neuhun Kabupaten Aceh Besar’, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 1.1 (2020), 1–14.

<sup>5</sup> Dini Fauziyati, ‘Hakikat Pendidik Dan Peserta Didik Dalam Sejarah Islam Dan Al-Quran’, 2018, 1–23 <<https://doi.org/10.31219/osf.io/wpfus>>.



sholeh, berakhlak mulia dan juga mampu menguasai perkembangan ilmu teknologi.<sup>6</sup>

## B. Latar Belakang Masalah

Kebugaran jasmani bagi anak sekolah dasar merupakan aspek utama dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan PJOK di Sekolah Dasar merupakan salah satu mata pelajaran yang memiliki karakteristik pengembangan gerak yang sifatnya individualistik, aktivitas gerak yang membutuhkan dan menuntut kemampuan keluasaan gerak yang komplek, tidak sekedar aktivitas gerak lokomotor, non lokomotor atau gerak manipulatif tapi koordinasi gerak tersebut menyatu dalam kesatuan gerak yang utuh. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani peserta didik sebagai sarana pencapaian tujuan pendidikan. Peningkatan perkembangan individu secara organik, perseptual, neuromaskuler, kognitif, moral, dan emosional dilakukan melalui pendidikan jasmani. Pembelajaran pendidikan jasmani menuntut terjadinya gerak aktif peserta didik."Pendidikan jasmani terdiri dari perubahan dan penyesuaian yang terjadi pada individu bila ia bergerak dan mempelajari gerak."<sup>7</sup>.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan juga merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani diartikan sebagai

---

<sup>6</sup> Dokumentasi MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung

<sup>7</sup> Erwin Setyo Basti, Sikha., Kriswanto, 'Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Wates Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjasorkes Melalui Reinforcement ( Penguatan )', *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10.2 (2019), 8–12.

pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan penjasorkes adalah kelompok pelajaran wajib yang ada dalam kurikulum pembelajaran pada tingkat satuan pendidikan Sekolah Dasar/ sederajat, Sekolah Menengah Pertama/ sederajat dan Sekolah Menengah Atas/ SMK/ sederajat. Mata pelajaran penjasorkes merupakan mata pelajaran yang mempunyai aspek-aspek yang sangat luas, tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik saja, namun penjasorkes berusaha untuk meningkatkan kemampuan sosial dengan mengembangkan kerjasama dengan sesama, meningkatkan pengetahuan, mengembangkan nilai-nilai ataupun sikap<sup>8</sup>.

Strategi belajar mengajar pembelajaran PJOK di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk melakukan pembelajaran melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan secara sistematis. Dan juga pembelajaran penjas diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pembelajaran penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, tindakan moral, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih untuk tercapainya tujuan pendidikan nasional.

Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai karakter sikap-mental-emosional-sportifitas-sosial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik

---

<sup>8</sup> Tono Sugihartono, 'MODEL PROBLEM BASED LEARNING MENINGKATKAN KETERAMPILAN SENAM IRAMA PADA PEMBELAJARAN PENJASORKES', *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8.1 (2019) <<https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8274>>. 16

dan psikis yang seimbang. Kegiatan belajar mengajar penjasorkes dimulai sejak usia dini hingga perguruan tinggi, diantaranya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama. Permainan merupakan suatu aktivitas yang bersifat menyenangkan. Permainan menjadi suatu bentuk hiburan yang disenangi hampir setiap orang. Dalam suatu permainan ada perasaan senang dan permainan juga diperlukan dalam kehidupan manusia. Permainan menjadi penting dalam kehidupan manusia karena dapat membuat seorang individu dapat menjadi bahagia dan seimbang. Permainan secara umum menjadi suatu kebutuhan setiap orang, karena permainan bersifat rekreasi, refreksi, dan pengajaran yang afektif dapat menimbulkan semangat baru motivasi baru bagi setiap orang yang melakukan permainan tersebut. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan penjasorkes pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Proses belajar PJOK di sekolah sesuai dengan tujuan yang diharapkan salah satunya ditujukan pada kualitas seorang guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam pemberian materi pembelajaran. Kemampuan seorang guru dalam melaksanakan pembelajaran penting artinya bagi keberhasilan proses pembelajaran<sup>9</sup>.

Kegiatan fisik pada anak usia sekolah sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental. Sebagai mata pelajaran yang memfokuskan pada kegiatan fisik, PJOK memiliki peran penting dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya kegiatan fisik bagi kesehatan siswa. Dan pembelajaran PJOK juga dapat memperkaya pengalaman siswa, melalui kegiatan fisik dan olahraga, siswa dapat belajar

---

<sup>9</sup> N Nofrialdi and K Firdaus, 'Persepsi Guru Penjasorkes Terhadap Keterampilan Mengajar Guru Praktek Lapangan Penjasorkes Di Seluruh SMPN Kota Bukittinggi', *Jurnal JPDO*, 2.6 (2019), 35-42 <<http://jpdo.pj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/108>>.

membangun tim, bersosialisasi, serta belajar menghadapi tantangan dalam hidup.

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ

تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَءَاخِرِينَ مِنْ

دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ۚ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ

فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوفِّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَظْلَمُونَ ﴿٦﴾

Artinya : “Dan siapkanlah untuk menghadapi mereka kekuatan apa saja yang kamu sanggupi dan dari kuda-kuda yang ditambat untuk berperang (yang dengan persiapan itu) kamu menggentarkan musuh Allah dan musuhmu dan orang-orang selain mereka yang kamu tidak mengetahuinya; sedang Allah mengetahuinya. Apa saja yang kamu nafkahkan pada jalan Allah niscaya akan dibalasi dengan cukup kepadamu dan kamu tidak akan dianiaya (dirugikan)”

Berdasarkan ayat diatas dapat disimpulkan bahwa pentingnya kekuatan fisik itu untuk menjaga diri kita tetap sehat dan menjaga dari segala penyakit dan juga untuk kepentingan agama. Bahkan dalam islam ada beberapa olahraga yang kita sebagai umat muslim di anjurkn untuk menguasainya, yaitu, renang, memanah dan berkuda.

Proses pendidikan yang dapat terlaksana secara sukses tidak terlepas dari strategi yang digunakan oleh pendidik. Pada dasarnya, strategi pembelajaran menjadi hal penting dalam proses belajar mengajar. Strategi pembelajaran memiliki kaitan dengan pemilihan metode pembelajaran untuk siswa. Metode pembelajaran yang efektif dan efisien akan memberikan pengalaman belajar yang baik bagi siswa untuk mencapai standar kompetensi yang ditetapkan. Selain itu,

strategi pembelajaran dapat diartikan juga sebagai suatu cara atau teknik yang dipilih untuk mengubah sikap siswa sehingga menjadi kritis, inovatif, kreatif, dan solutif dalam memecahkan masalah

Strategi pembelajaran merupakan langkah-langkah nyata yang disiapkan dan dilakukan oleh seorang guru atau pendidik dalam mencapai suatu tujuan pendidikan yang utuh Sebagaimana yang tercantum dalam undang-undang bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan Negara Pemerintah Republik Indonesia 2003 Sehingga proses pembelajaran yang baik adalah mampu menciptakan berkepribadian baik, cerdas dan memiliki Keterampilan yang dibutuhkan untuk kur menifikong pembangunan bangsa dan negara<sup>10</sup>.

Oleh karena itu, implementasi strategi belajar mengajar pembelajaran pjok di kelas V SD/MI sangat penting untuk memperkenalkan pentingnya kegiatan fisik, meningkatkan kemampuan motorik siswa, memberikan pembelajaran yang berbasis aktivitas dan memperkaya pengalaman belajar siswa.

### **C. Fokus Dan Sub Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka fokus penelitian dalam penyusunan skripsi ini adalah IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA PESERTA DIDIK DI KELAS V MIT MUHAMMADIYAH SUKARAME BANDAR LAMPUNG. Adapun sub fokus penelitian ini adalah untuk mengungkapkan

---

<sup>10</sup> Irwan Budiana dkk, 'STRATEGI PEMBELAJARAN' , CV Literasi Nusantara Abadi (penerbit tunggal, 2022). 1

bagaimana proses pembelajaran PJOK siswa kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

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

Berdasarkan apa yang telah di uraikan pada identifikasi masalah, maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Implementasi strategi pembelajaran PJOK pada peserta didik di kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung?

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

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Implementasi strategi pembelajaran PJOK pada peserta didik kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung".

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

Dari tujuan penelitian tersebut, di harapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan secara praktis.

1. Manfaat Teoritis
  - a. Peneliti berharap hasil penelitian dapat menjadikan landasan ilmu pengetahuan khususnya pada mata pelajaran PJOK untuk penelitia selanjutnya.
  - b. Peneliti berharap hasil penelitian dapat memberikan sumbangan pemikiran yang cukup signifikan sebagai masukan pengetahuan atau literatur ilmiah yang dapat dijadikan bahan kajian bagi para insan akademik.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Peneliti  
Penelitian ini di harapkan memiliki nilai guna dalam mengembangkan penelitian selanjutnya dan juga sebagai modal utama peneliti sebelum terjun di dunia pendidikan.

b. Bagi Pendidik

Penelitian ini bermanfaat bagi guru dalam proses belajar mengajar dan sebagai sumbangan pemikiran dalam pendidikan agar mereka dapat lebih mengetahui mengenai implementasi pembelajaran PJOK sehingga dapat tercapai tujuan pendidikan di sekolah.

c. Bagi Peserta Didik

Implementasi pembelajaran PJOK diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan kepada peserta didik, sehingga meningkatkan belajar siswa pada pembelajaran PJOK.

d. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif untuk meningkatkan kualitas pendidikan, khususnya kualitas pendidikan di MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

## **G. Hasil Penelitian Yang Relevan**

Tinjauan pustaka dilakukan untuk mengetahui keautentikan suatu karya tulis. Peneliti mengambil tinjauan untuk dijadikan sandaran teori dan perbandingan dalam mengupas berbagai permasalahan yang ada. Penelitian tersebut di antaranya:

1. Menurut agus sumantri da hendri neldi dalam jurnalnya yang berjudul profil pelaksanaan pjok di SD gugus 1 kecamatan bintang timur. Berdasarkan hasil peneltian tentang profil pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Gugus 1 Kecamatan Bintang Timur, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:Tingkat capaian strategi pembelajaran dalam belajar teori pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Gugus 1 Kecamatan Bintang Timur sebesar 54,67%, berada pada klasifikasi “cukup”.Tingkat



capaian strategi pembelajaran dalam belajar praktik pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur sebesar 50.67%, berada pada klasifikasi “cukup” Tingkat capaian kompetensi guru dalam belajar teori saat mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur sebesar 67,81%, berada pada klasifikasi “baik” Tingkat capaian kompetensi guru dalam belajar praktik mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada pertemuan pertama di Sekolah Dasar Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur sebesar 70,10%, berada pada klasifikasi “baik”.<sup>11</sup>

2. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan putu candra budiarta, perdinanto, dan arie rakhman dalam penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa Strategi Pembelajaran Guru PJOK Yang Efektif Disekolah Se-Kecamatan Pulau Laut Timur berada pada kategori “Cukup Efektif”. Dalam Menyusun atau membuat strategi pembelajaran yang efektif seorang guru perlu mengetahui dan memahami betul komponen apa saja yang ada dalam membuat strategi pembelajaran. Adapun komponen penting dalam strategi pembelajaran yaitu (1) Materi Pembelajaran, (2) Tujuan Pembelajaran, (3) waktu Pembelajaran, (4) guru, dan (5) Peserta Didik. Jika seorang guru sudah mengetahui dan memahami tentang komponen strategi pembelajaran yang efektif maka perencanaan atau strategi pembelajaran yang dibuat akan terlaksana dan mendapatkan hasil yang maksimal<sup>12</sup>.

---

<sup>11</sup> Agus Sumantri and Hendri Neldi, ‘Profil Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di SD Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur’, *JPO Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2.1 (2019), 160–64 <jpdo@ppj.unp.ac.id>.

<sup>12</sup> P C Budiarta, P Perdinanto, and A Rakhman, ‘Strategi Pembelajaran Guru Pjok Yang Efektif Diskeolah Se-Kecamatan Pulau Laut Timur’, ... : *Jurnal Pendidikan Jasmani* ..., 3.3 (2022), 72–78 <<http://jtam.ulm.ac.id/index.php/mpj/article/view/1530%0Ahttp://jtam.ulm.ac.id/index.php/mpj/article/download/1530/866>>.

3. Berdasarkan hasil peneitian dan pembahasan dari syafriadi, sapta wijaya kusuma dan rusdina yusuf yang menggunakan media permainan tradisional sebagai strategi untuk meningkatkan tingkat minat belajar PJOK siswa, maka dapat disimpulkan bahwa dengan integrasi permainan tradisional dalam metode pembelajaran praktik dapat meningkatkan minat belajar PJOK siswa kelas VI SDN 4 Selaparang Lombok Timur Tahun Pembelajaran 2020/2021. Hal ini terbukti dari minat belajar siswa yang mengalami peningkatandari siklus I sampai dengan siklus II<sup>13</sup>.
4. Berdasarkan penelitian dari Nicky Anastasia Funay dengan jurnal berjudul MODEL COOPERATIVE LEARNING DENGAN METODE TGT DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR, dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani termasuk materi permainan disekolah, maka kewajiban guru penjas agar mampu dan terampil dalam menentukan model pembelajaran yang paling 72 tepat yang sesuai dengan kondisi lingkungan belajar, sehingga proses belajar mengajar akan tercipta dengan baik dan menunjang pada tercapainya tujuan yang diharapkan. Dengan kata lain bahwa dengan Model pembelajaran Cooperative tipe Team Game Tournament TGT melalui permainan, maka guru dapat memperlihatkan suatu proses atau cara kerja atau urutan berkenaan dengan bahan pembelajaran sehingga siswa terlibat langsung dalam materi bahan ajar dan memperkecil kemungkinan terjadi kejenuhan. Selain itu banyak hal yang dapat diperoleh dengan Model pembelajaran Cooperative tipe Team Game Tournament TGT tersebut, dimana secara psikologis siswa menjadi lebih perhatian atau konsentrasi siswa menjadi terpusat,

---

<sup>13</sup> Syafriadi Syafriadi, Lalu Sapta Wijaya Kusuma, and Rusdiana Yusuf, 'Integrasi Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik Untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK', *Reflection Journal*, 1.1 (2021), 14–21 <<https://doi.org/10.36312/rj.v1i1.487>>.

proses belajar pun akan lebih terarah pada materi yang sedang dipelajari<sup>14</sup>.

5. Bersumber pada hasil penelitian serta pembahasan oleh Denker Sandra Amicetya, Ma'riful Kahri, Herita Warni, Mashud yang telah didapatkan dari analisis data dan uji hipotesis, kemudian bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh dari strategi model pembelajaran cooperative learning terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran PJOK secara signifikan. Kesimpulan ini dibuktikan dengan hasil pengujian one sample Ttest dengan hasil signifikansi sig 2 Tailed  $0,000 < \alpha = 0,05$  sehingga  $H_1$  dapat diterima. Kemudian apabila dilihat dari perbedaan rata-rata antara tes awal dengan skor 132,94 dan tes akhir dengan skor 138,71, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa model pembelajaran cooperative learning menunjukkan peningkatan pada kerjasama peserta didik<sup>15</sup>

## H. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. "*research is the systematic collection and presentation of information*". Penelitian merupakan cara yang sistematis untuk mengumpulkan data dan mempresentasikan hasilnya. Selanjutnya Creswell menyatakan bahwa "*research methods involve the Form of data collection, analysis, an interpretation that research proposes for the studies*". Metode penelitian merupakan proses kegiatan dalam bentuk pengumpulan data, analisis dan memberikan interpretasi yang terkait dengan tujuan penelitian. Dalam hal ini penulis mengemukakan bahwa, secara umum metode penelitian di artikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

---

<sup>14</sup> Nicky Anastasia Funay, 'MODEL COOPERATIVE LEARNING DENGAN METODE TGT DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR Abstrak', 2020, 65–73.

<sup>15</sup> Volume No and D I Sekolah Dasar, 'Jurnal Ilmu Keolahragaan PENGARUH MODEL COOPERATIVE LEARNING TERHADAP Jurnal Ilmu Keolahragaan', 6.1 (2023), 1–15.

Terdapat empat kata kunci yang perlu di perhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan, kegunaan tertentu. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis.<sup>16</sup>

## 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan menggunakan analisis kualitatif deskriptif atau penggambaran temuan lapangan yang naturalistic atau apa adanya sesuai kondisi lapangan. Sebagaimana diutarakan oleh Johnny Saldana, bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti kehidupan social yang natural/alamiah, dalam penelitian ini informasi dapat berupa transkrip hasil wawancara, catatan lapangan, dokumen dan atau bahan-bahan yang bersifat visual seperti foto, video, bahan dari internet dan dokumen-dokumen lain tentang kehidupan manusia secara individual atau kelompok<sup>17</sup>.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis. Proses dan makna (perspektif subjek) lebih ditonjolkan dalam penelitian kualitatif landasan teori dimanfaatkan sebagai pemandu agar fokus meneliti sesuai dengan fakta dilapangan selain itu, landasan teori ini juga bermanfaat untuk memberikan gambaran umum tentang latar penelitian dan sebagai bahan pembahasan hasil penelitian.

Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan penemuan yang tidak dapat dicapai dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau dengan cara kualitatif lainnya. Melalui penelitian kualitatif peneliti dapat mengenali subjek dan merasakan apa yang mereka alami dalam kehidupan sehari hari. Menurut definisi ini penelitian kualitatif menghasilkan

---

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, ed. by Apri Nuryanto, 3rd edn (Bandung: ALFABETA, cv, 2019).hal 02

<sup>17</sup> ibid

data deskriptif sehingga merupakan rinci dari suatu fenomena yang di teliti.<sup>18</sup>

## 2. Tempat dan Waktu Penelitian

### a. Tempat Penelitian

Tempat pelaksanaan penelitian ini yaitu di lingkungan sekolah MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

### b. Waktu Penelitian

Penelitian ini di jalankan pada tahun ajaran 2022/2023, ialah di awali pada bulan february dalam mengarah kalender akademik.

## 3. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian kualitatif adalah darimana data di peroleh. Sumber data ini berupa kata kata atau tindakan yang di peroleh melalui data tertulis yang terdiri dari arsip, dokumen pribadi, dokumen resmi dan wawancara didapat melalui observasi dan sumber data dokumen di dapat dari subjek yang terkait.

### a. Data Primer

Data primer yang di peroleh peneliti adalah pendidik kelas V di MIT Muhammadiyah untuk mengamati bagaimana proses implementasi pembelajaran PJOK di kelas V.

### b. Data Sekunder

Yakni data yang bukan diusahakan sendiri pengumpulannya oleh peneliti tapi data yang telah jadi dituangkan dengan lapangan penelitian contohnya biro statistik, majalah, koran, keterangan atau publikasi lainnya.

#### 1) Data tertulis

---

<sup>18</sup> M askari Zakaria, vivi afriani, *metodologi penelitian*.2020, hal 27

Data tertulis berbentuk dokumentasi sejarah sekolah, kondisi guru, visi dan misi, sarana dan prasarana, prestasi juga non akademik.

2) Foto atau gambar

Foto bermanfaat dalam mendapat data yang tidak bisa ditemukan dengan tertulis juga menjadi pelengkap data bukti guna menguatkan penelitian.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian. Pengumpulan data pada penelitian kualitatif yang utama adalah peneliti berpartisipasi pada obyek yang di teliti, melakukan observasi langsung, wawancara mendalam dan studi dokumentasi.<sup>19</sup>

a. Wawancara

Wawancara adalah percakapan yang memiliki tujuan untuk mendapatkan konstruksi yang terjadi sekarang mengenai: orang, kejadian, aktivitas, organisasi, perasaan, motivasi, pengakuan, keriasaun dan sebagainya. Berdasar- kan kontruksi peneliti mengadakan rekonstruksi keadaan berdasarkan pengalaman masa lalu, setelah itu akhirnya membuat proyeksi keadaan yang diharapkan terjadi pada masa yang akan datang. Dan tindakan yang terakhir adalah mengadakan verivikasi tentang kon- truksi, rekontruksi, dan proyeksi yang telah didapat sebelumnya.<sup>20</sup>

b. Observasi

Observasi partisipasi aktif adalah untuk mengamati, mendengarkan, dan merasakan fenomena yang sedang terjadi untuk kemu- dian

---

<sup>19</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, ed. Apri Nuryanto 3rd edn (Bandung: ALFABETA, cv, 2019). Hal 411

<sup>20</sup>Wayan suwendra, murodi. *Metodologi penelitian kualitatif*, dalam ilmu social, Pendidikan, kebudayaan dan kegamaan, 2020, hal 55

mencatat semua kejadian, detail-detail kejadian, pada jam berapa, dan dilakukan di mana dan oleh siapa, dan untuk apa mereka lakukan, lalu hasil yang dicapai, atau efek yang terjadi dari perbuatan itu, apa, serta ekspresi perasaan mereka seperti apa, semua itu harus tercatat oleh peneliti. Oleh sebab itu, untuk observasi, peneliti harus mempersiapkan apa yang disebut sebagai fieldnote atau catatan lapangan. Jika peneliti bisa memiliki peralatan yang cukup bisa disertai dengan kamera, atau mung-kin smartphone yang juga bisa mengambil gambar, tapi, tidak semua data bisa didigitalisasi dengan kamera. Posisi fieldnote tetap menjadi sangat penting. Dan fieldnote itulah yang kemudian akan dianalisis dalam proses pengolahan data untuk menghasilkan teori, setelah dilengkapi dengan makna-makna fenomena tersebut yang dihasilkan melalui wawancara bersama informan.<sup>21</sup>

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, patung, film, dan lain-lain. Studi dokumen merupakan perlengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dalam hal dokumen Bogdan menyatakan *“in most tradition of qualitative research, the phrase personal document is used broadly to refer to any first person narrative produced by an individual which describes his or her own actions, experience and belief”*. Tetapi perlu di cermati bahwa tidak

---

<sup>21</sup> Dede Rosyada, murodi. Penentuan kualitatif untuk ilmu pendidikan.(jakarta:kencana, 2020) hal 176

semua dokumen memiliki kredibilitas yang tinggi. Sebagai contoh banyak foto yang tidak mencerminkan keadaan aslinya, karena foto di buat untuk kepentingan tertentu. Demikian juga autobiografi yang di tulis untuk dirinya sendiri, sering cenderung subyektif.<sup>22</sup>

## 5. Teknik Analisis Data

Menurut Bogdan, analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.<sup>23</sup>

### a. Reduksi data

Reduksi data adalah upaya menyimpulkan data, kemudian memilah-milah data dalam satuan konsep tertentu, kategori tertentu, dan tema tertentu. Hasil reduksi data diolah sedemikian rupa supaya terlihat sosoknya secara lebih utuh. Ia boleh berbentuk sketsa, sinopsis, matriks, dan bentuk lainnya; itu sangat diperlukan untuk memudahkan pemaparan dan penegasan kesimpulan. Prosesnya, tidak sekali jadi, melainkan berinteraksi secara bolak balik<sup>24</sup>.

### b. Penyajian Data

Setelah melakukan reduksi data, langkah selanjutnya yang dilakukan adalah penyajian data, yang dimana data telah di reduksi kemudian disajikan berdasarkan pada aspek-aspek yang diteliti pada sekolah yang menjadi alokasi penelitian. Penyajian data secara singkat dan jelas dimungkinkan dapat mempermudah memahami gambaran keseluruhan atau bagian dari aspek yang

---

<sup>22</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, ed. by M.T. Dr. Apri Nuryanto, S.Pd., S.T., 3rd edn (Bandung: ALFABETA, cv, 2019). hal 431

<sup>23</sup> ibid

<sup>24</sup> Ahmad Rijali, 'ANALISIS DATA KUALITATIF', *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17.33 (2019), 81 <<https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>>.



telah diteliti. Pelajar Kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung di dapat melalui pengamatan, interview juga dokumentasi lalu peneliti tersajikan data penelitian ini dengan bentuk data deskriptif.

c. Kesimpulan verifikasi

Langkah terakhir yang dilakukan yaitu verifikasi atau penarikan kesimpulan, pada waktu melakukan verifikasi dan kesimpulan bukan dibuat dan sekali jadi. Kesimpulan menuntuk verifikasi oleh orang lain yang ahli dalam bidang yang akan diteliti.

## 6. Uji Keabsahan Data

Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber berbagai cara, dan berbagai waktu. Peneliti menggunakan triangulasi teknik yang digunakan untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan tehnik yang berbeda misalnya data diperoleh dengan wawancara lalu dicek dengan observasi, serta dokumentasi.<sup>25</sup>

## I. Sistematika Pembahasan

### BAB 1 PENDAHULUAN

BAB ini berisi tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub-fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

### BAB II LANDASAN TEORI

Dalam bab ini berisi landasan teori yang digunakan

### BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN

Dalam bab ini berisikan gambaran umum objek, dan penyajian fakta dan data penelitian.

---

<sup>25</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, ed. Apri Nuryanto, 3rd edn (Bandung: ALFABETA, cv, 2019). hal 494

#### BAB IV ANALISIS PENELITIAN

Dalam bab ini berisi deskripsi data serta pembahasan hasil penelitian dan analisis data mengenai implementasi strategi pembelajaran PJOK di kelas V MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

#### BAB V PENUTUP

Dalam bab ini berisi kesimpulan dari hasil pembahasan pada bab sebelumnya dan memuat rekomendasi yang ditujukan untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan topik yang sama atau mengembangkan penelitian yang telah dilakukan agar penelitian selanjutnya dapat lebih baik lagi.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Strategi**

##### **1. Pengertian Strategi**

Strategi berasal dari bahasa Inggris yaitu "strategy" artinya siasat, akal atau ilmu perang. Pada awalnya istilah strategi seringkali digunakan di kalangan militer yang diartikan sebagai seni merencanakan gerakan militer dalam suatu pertempuran atau perang terutama dalam hubungannya dengan gerakan pasukan darat, laut dan udara ke arah sasaran yang menguntungkan untuk bertempur. Oleh karena itu strategi dapat diartikan sebagai suatu garis besar haluan bertindak untuk mencapai sasaran yang telah ditetapkan. Berdasarkan pengertian di atas, strategi dapat dirumuskan sebagai dasar yang mengacu pada perencanaan dan pengelolaan suatu kegiatan dalam rangka mencapai suatu tujuan.

Dalam dunia pendidikan kita perlu mengenal dan memperhatikan berbagai aktivitas pembelajaran dalam tujuannya untuk membelajarkan peserta didik. Perbedaan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik merupakan tantangan yang utama bagi seorang guru atau pendidik dalam hal memilih dan mengelola pembelajaran yang efektif dan efisien. Karena tidak semua peserta didik memiliki tingkat pemahaman dan daya serap yang baik dalam belajar, sehingga dibutuhkan cara-cara atau strategi yang tepat untuk mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan. Beberapa pengertian mengenai strategi pembelajaran menurut beberapa ahli diantaranya adalah menurut Kozma, bahwa strategi pembelajaran adalah setiap kegiatan yang dipilih yaitu dapat memberikan fasilitas atau bantuan kepada peserta didik menuju tercapainya tujuan pembelajaran tertentu.

Konsep paling mendasar sebuah strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani adalah melaksanakan suatu pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna. Tidak


membicarakan gagal atau tidaknya sebuah keterampilan gerak melainkan mampu memunculkan perasaan senang dihargai dan diakui oleh kelompok dan teman-temannya. Oleh karena itu, melaksanakan suatu kegiatan belajar mengajar harus mempertimbangkan strategi yang matang dan bertujuan yang jelas agar hasilnya bisa maksimal terutama bagi peserta didik. Strategi pembelajaran merupakan suatu prosedur memilih, menetapkan dan memadukan kegiatan- kegiatan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran.

Strategi pembelajaran merupakan langkah-langkah nyata yang disiapkan dan dilakukan oleh seorang guru atau pendidik dalam mencapai suatu tujuan pendidikan yang utuh. Sebagaimana yang tercantum dalam undang-undang bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan Negara Pemerintah Republik Indonesia, 2003. Sehingga proses pembelajaran yang baik adalah mampu menciptakan manusia berkepribadian baik, cerdas dan memiliki keterampilan yang dibutuhkan untuk ikut mendukung pembangunan bangsa dan negara.

Aktivitas pendidikan jasmani harus mampu mengakomodir perbedaan kemampuan dan perkembangan gerak peserta didik, mulai dari yang sangat berbakat, kurang berbakat bahkan yang kesulitan dalam belajar gerak. Memilih dan menetapkan aktivitas yang tepat untuk hal tersebut sangat dibutuhkan dalam mencapai tujuan pendidikan, hal ini yang dinamakan strategi pembelajaran. Kegiatan pembelajaran ini harus mendorong siswa mengalami hal- hal sebagai berikut.

1. Perkembangan keterampilan gerak, yakni kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas gerak serta

- bagaimana mengatur gerakan itu secara baik dan benar.
2. Penguasaan gerak yang lebih tinggi melalui latihan yang mendasar untuk mengembangkan potensi keolahragaan.
  3. Perluasan wawasan tentang konsep ruang waktu, dan tenaga yang berkaitan dengan gerak insani dan hubungannya dengan kehidupan sehari-hari.
  4. Perkembangan aspek-aspek kepribadian seperti fair play, tekun, kerja keras, berdisiplin, bertanggung jawab, dan tak mudah putus asa.
  5. Pemantapan nilai-nilai sosial dalam kelompok maupun perorangan melalui kegiatan permainan atau olahraga



Bisa diambil kesimpulan bahwa strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani adalah suatu kegiatan yang dipilih, diputuskan dan dilaksanakan dengan mempertimbangkan materi, prosedur, metode dan media yang digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran melalui aktivitas gerak. Dalam dunia pendidikan sering sekali guru-guru dibuat bingung dalam memahami dan mengimplementasikan konsep antara model, pendekatan, strategi, dan metode pembelajaran. Sehingga pada proses pembelajaran selalu kebingungan dalam mengungkapkan apakah kita sedang menggunakan sebuah model, pendekatan, strategi atau metode.

Model merupakan sebuah pola prosedur yang disusun secara sistematis berdasarkan pengembangan teori-teori yang ada dalam mengorganisasikan pembelajaran untuk mencapai tujuan belajar. Ciri utama sebuah model pembelajaran adalah adanya tahapan-tahapan pembelajaran sintaks. Jadi model pembelajaran merupakan suatu pola atau desain yang dibuat untuk pelaksanaan pembelajaran. Kita ilustrasikan terhadap pembangunan rumah, tujuannya adalah kita menginginkan sebuah rumah impian, maka kita sudah barang tentu

mengawali dengan menentukan sebuah pola atau desain rumah yang diinginkan. Secara umum kita memiliki gambaran rumah yang seperti apa yang kita harapkan.

Pendekatan pembelajaran merupakan sudut pandang seseorang terhadap suatu proses pembelajaran yang masih bersifat umum, di dalamnya menguatkan, mendasari, mawadahi dan menginspirasi metode pembelajaran dengan cakupan teoretis tertentu. Sejalan dengan pengertian yang dijelaskan oleh Sani mengenai pendekatan pembelajaran yaitu sudut pandang seorang guru terhadap proses pembelajaran secara umum berdasarkan teori-teori tertentu, yang mendasari pemilihan suatu strategi dan metode pembelajaran. Dengan kata lain bahwa pendekatan pembelajaran merupakan bagaimana seseorang memperoleh pengetahuan dalam proses pembelajaran tertentu. Kita coba hubungkan dengan rumah impian yang dibahas sebelumnya, dalam mewujudkan rumah impian tersebut saat kita sudah memiliki pola atau desain rumah yang diinginkan, maka dalam upaya mewujudkannya kita akan menggunakan jasa seorang arsitek dari awal hingga akhir atau kita mengelola sendiri dengan mencari tahu informasi-informasi yang dibutuhkan untuk mewujudkan rumah tersebut.

Strategi pembelajaran merupakan gabungan dari urutan kegiatan, materi pelajaran, bahan dan peralatan, serta waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditentukan. Sehingga bila kita hubungkan dengan model pembelajaran yang masih merupakan pola atau desain, dan pendekatan pembelajaran merupakan pandangan dalam memperoleh informasi atau pengetahuan, strategi pembelajaran merupakan siasat dalam mewujudkan pola atau desain tersebut sehingga sesuai harapan dengan mempertimbangkan urutan kegiatannya akan bagaimana, apa materi yang akan diberikan, bahan dan alat apa yang dibutuhkan, serta berapa lama waktu yang dibutuhkan

untuk penyelesaiannya. Mari kita kaitkan dengan rumah impian yang sudah dibahas sebelumnya. Posisi strategi ini merupakan bentuk rencana yang dilakukan mulai dari bahan bangunan, anggaran, waktu penyelesaian, banyaknya pekerja yang dibutuhkan dan cara pembangunannya akan bagaimana sehingga bisa mewujudkan rumah yang diharapkan.

Metode pembelajaran merupakan cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang sudah disusun dalam bentuk kegiatan nyata dan praktis untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pengertian tersebut sependapat dengan Sani bahwa metode pembelajaran merupakan langkah pembelajaran yang dipilih untuk mencapai tujuan pembelajaran. Oleh karena itu metode pembelajaran merupakan implementasi kegiatan yang dilakukan sesuai dengan rencana yang ditentukan. Mari kita hubungkan dengan pembangunan rumah yang menjadi impian tadi, bahwa posisi metode di sini adalah cara yang dilakukan dalam pembangunan rumah sehingga bisa sesuai dengan yang diharapkan. Apakah para pekerja akan masing-masing mengerjakan tugas sesuai keinginannya atau kita bagi dua kelompok yaitu kelompok pertama kita fokuskan dalam pembuatan fondasi dan kelompok kedua dengan tugas membuat dinding yang menghubungkan fondasi-fondasi tersebut<sup>1</sup>.

Di dalam lingkungan belajar mengajar, seorang guru harus memiliki cara untuk menyampaikan materi kepada siswa. Untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan kualitas manusia seutuhnya, adalah misi pendidikan yang menjadi tanggung jawab profesional setiap guru. Guru tidak cukup hanya menyampaikan materi pengetahuan kepada siswa di kelas tetapi dituntut untuk meningkatkan kemampuan guna mendapatkan dan mengelola informasi yang sesuai dengan kebutuhan

---

<sup>1</sup> Sumaryanto, *Pendidikan Jasmani Untuk Perguruan Tinggi, Konsep, Model, dan Strategi*. (PUSTAKA ILMU, 2021) hal, 103-108

profesinya. Mengajar bukan lagi usaha untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, melainkan juga usaha menciptakan sistem lingkungan yang membelajarkan subjek didik agar tujuan pengajaran dapat tercapai secara optimal. Mengajar dalam pemahaman ini memerlukan suatu strategi belajar mengajar yang sesuai. Mutu pengajaran tergantung pada pemilihan strategi yang tepat dalam upaya mengembangkan kreativitas dan sikap inovatif subjek didik. Untuk itu perlu dibina dan dikembangkan kemampuan profesional guru untuk mengelola program pengajaran dengan strategi belajar yang kaya dengan variasi.

Strategi pembelajaran juga dapat diartikan sebagai rencana tindakan atau rangkaian kegiatan yang dalam penggunaan metode dan pemanfaatan akan keseluruhan sumber daya atau kekuatan demi adanya pembelajaran yang disusun untuk mencapai tujuan tertentu. Strategi mengorganisasikan isi pelajaran disebut sebagai struktural strategi, yang mengacu pada cara untuk membuat urutan dan mensistesi fakta, konsep, prosedur dan prinsip yang berkaitan. Strategi Pembelajaran adalah untuk mencapai berbagai tujuan dalam memberi materi pelajaran pada berbagai tingkatan, untuk siswa yang berbeda dalam konteks yang berbeda pula.

Strategi PBM disini bisa diartikan sebagai suatu cara atau metode kegiatan untuk mencapai suatu tujuan pendidikan. Jadi definisi strategi pembelajaran bisa diartikan sebagai sebuah perencanaan yang berisi tentang rangkaian kegiatan yang didesain untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan tertentu. Strategi pembelajaran di dalamnya mencakup pendekatan, model, metode dan teknik pembelajaran secara spesifik. Strategi pembelajaran memiliki beberapa kegunaan dan manfaat di antaranya adalah siswa terlayani kebutuhannya mengenai belajar cara berfikir dan menguasai keterampilan dengan lebih baik. Strategi pembelajaran pada suasana saat ini adalah bagaimana guru agar memiliki kemampuan yang



efektif dan efisien untuk membantu siswa dalam kegiatan belajarnya<sup>2</sup>.

Kata strategi berasal dari bahasa latin *strategio*, yang diartikan sebagai seni penggunaan rencana untuk mencapai tujuan. Dalam KBBI 2018, strategi berarti rencana yang cermat mengenai kegiatan untuk mencapai sasaran khusus.

Belajar adalah suatu aktivitas yang melibatkan pemerolehan dan pemodifikasian pengetahuan, keterampilan, strategi, keyakinan, perbuatan, dan tingkah laku. Mengajar ialah: a way working with students A process of interaction. The teacher does something to student, the students do something in return; sebuah proses hubungan timbal balik antara peserta didik dan guru yang sama-sama aktif melakukan kegiatan. Dengan demikian, strategi belajar mengajar dapat diartikan sebagai sebuah rencana yang dirancang oleh pendidik secara tertulis dalam perangkat pembelajaran untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam kurikulum.

Ada empat strategi dasar dalam belajar mengajar yaitu:

1. Mengidentifikasi serta menetapkan indikator perubahan tingkah laku dan kepribadian peserta didik sebagaimana yang diharapkan
2. Memilih Strategi berdasarkan materi pendekatan belajar mengajar
3. Memilih dan menetapkan prosedur, metode, dan teknik belajar mengajar yang dianggap paling tepat dan efektif sehingga dapat dijadikan pegangan oleh guru dalam melaksanakan kegiatan mengajarnya
4. Menetapkan kriteria belajar minimal KBM sehingga dapat dijadikan pedoman oleh guru dalam melakukan evaluasi hasil kegiatan belajar mengajar yang

---

<sup>2</sup> Stephen Frosh, 'New Normal?', *Jewish Quarterly*, 62.2 (2021), 52–53 <<https://doi.org/10.1080/0449010x.2015.1051708>>.

selanjutnya akan dijadikan umpan balik untuk penyempurnaan perangkat pembelajaran.

Dalam kegiatan proses belajar mengajar, strategi pembelajaran merupakan komponen yang dibutuhkan, hal ini bertujuan untuk lebih meningkatkan kualitas peserta didik menuju terbinanya manusia yang andal dan mampu. Tentunya untuk mencapai tujuan ini maka strategi pembelajaran harus diketahui manfaatnya<sup>3</sup>

Strategi belajar-mengajar adalah cara-cara yang di pilih untuk menyampaikan materi pelajaran dalam lingkungan pengajaran tertentu, yang meliputi sifat, lingkup dan urutan kegiatan yang dapat memberikan pengalaman belajar kepada siswa. Menurut Kemp Pengertian strategi belajar mengajar adalah suatu kegiatan pembelajaran yang harus dikerjakan guru dan siswa agar tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Strategi belajar mengajar merupakan pola umum perbuatan guru-peserta didik di dalam perwujudan kegiatan belajar-mengajar. Sehingga strategi menunjuk kepada karakteristik abstrak rentetan perbuatan guru-peserta didik di dalam peristiwa belajar-mengajar<sup>4</sup>.

Strategi pembelajaran merupakan suatu prosedur memilih, menetapkan, dan memadukan kegiatan- kegiatan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran. Dan Konsep paling mendasar sebuah strategi pembelajaran dalam pendidikan jasmani adalah melaksanakan suatu pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna. Berdasarkan dua pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa strategi pembelajaran pendidikan jasmani adalah suatu prosedur memilih, menetapkan dan memadukan kegiatan-kegiatan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran, penyusunan suatu strategi juga

---

<sup>3</sup> Halim Simatupang, *strategi belajar mengajar abad ke 21*. (CV, Cipta Media Edukasi) 2019

<sup>4</sup> Meningkatkan Motivasi and Belajar Mahasiswa, 'Jurnal Inovasi Penelitian', 1.5 (2020).

merupakan kegiatan awal dari seluruh proses belajar-mengajar.<sup>5</sup>

Memahami strategi pembelajaran ibarat seorang pahlawan atau tentara yang akan terjun ke medan perang, untuk mencapai tujuan kemenangan sehingga perlu diterapkan suatu strategi pembelajaran. Kemampuan menerapkan strategi pembelajaran tidak hanya bisa ditempuh berdasarkan pengalaman yang dialami sehari-hari., atau meniru guru kita yang teramati Ketika bersekolah. Akan tetapi, perlu seperangkat teori dan seni bagaimana menerapkannya. Pengetahuan tentang ilmu dan seni mengajar inilah yang di sebut pedagogi. Pendidik profesional perlu bekal pedagogi yakni bagaimana cara mengajar, salah satu komponen pedagogi adalah strategi pembelajaran. Oleh karena itu, kompetensi pedagogik adalah kompetensi yang diisyrtakan untuk dimiliki oleh pendidik.

Strategi pembelajaran merupakan salah satu cara yang digunakan oleh guru dalam menyampaikan materi pembelajaran. Saat ini dunia telah memasuki era globalisasi yang ditandai dengan adanya perkembangan teknologi informasi dan telekomunikasi. Teknologi yang berkembang secara pesat ini, tentu menuntut semua masyarakat untuk merespon adanya kemajuan tersebut. Salah satu bidang yang mempunyai peluang dalam memanfaatkan teknologi pada proses pembelajaran adalah bidang pendidikan. Hal ini memberikan motivasi bagi guru untuk menyusun strategi pembelajaran ke arah pemanfaatan teknologi informasi dan telekomunikasi<sup>6</sup>.

Guru hadir untuk membelajarkan peserta didik, karena itu guru dituntut untuk memiliki berbagai

---

<sup>5</sup> Riris Melati, Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, (karawang, 2022)

<sup>6</sup> Isatul Hasanah, Siti Rodi'ah, 'Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbantu Media Book Creator Digital Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Pada Tingkat Sekolah Dasar', *Continuous Education: Journal of Science and Research*, 2.2 (2021), 23–35 <<https://doi.org/10.51178/ce.v2i2.225>>.

keterampilan dalam membelajarkan. Paling tidak ada delapan keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh guru dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik, yaitu : keterampilan bertanya, keterampilan memberi penguatan, keterampilan mengadakan variasi, keterampilan menjelaskan, keterampilan membuka dan menutup pelajaran, keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil, keterampilan mengelola kelas, dan keterampilan membelajarkan perorangan. Penjelasan dari berbagai keterampilan tersebut sebagai berikut:

#### 1. Keterampilan bertanya

Dalam proses pembelajaran, keterampilan bertanya memainkan peranan penting, dikarenakan pertanyaan yang tersusun dengan baik akan memberikan dampak positif terhadap aktifitas peserta didik. Secara umum, tujuan bertanya adalah untuk memperoleh informasi. Namun demikian, pertanyaan yang diajukan guru tidak semata-mata bertujuan mendapatkan informasi tentang pengetahuan peserta didik, tetapi yang jauh lebih penting adalah untuk mendorong peserta didik agar bisa berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Menurut Sardiman, pertanyaan yang baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Kalimatnya singkat dan jelas
- b. Tujuan jelas, tidak terlalu umum dan luas
- c. Setiap pertanyaan hanya untuk satu masalah
- d. Mendorong untuk anak berpikir
- e. Jawaban yang diharapkan bukan sekedar ya atau tidak
- f. Bahasa dalam pertanyaan dikenal baik oleh peserta didik
- g. Tidak menimbulkan tafsiran ganda

Selanjutnya sardiman menjelaskan beberapa strategi dalam menyampaikan pertanyaan didepan kelas, yaitu sebagai berikut:

- a. Mula-mula tunjukkan pertanyaan kepada seluruh kelas agar semua peserta didik turut berpikir dan merumuskan jawaban dalam hati masing-masing.
  - b. Berilah kesempatan yang sama kepada setiap peserta didik untuk menjawab, artinya pertanyaan hendaknya merata bagi seluruh kelas
  - c. Berilah waktu yang cukup kepada peserta didik untuk berpikir sebelum menjawab
  - d. Suasana dalam bertanya-menjawab hendaknya jangan tegang
  - e. Apabila peserta didik yang tidak menjawab, alihkan pertanyaan kepada peserta didik yang lain agar peserta didik tersebut tidak menjadi malu dan membuang-buang waktu
  - f. Pertanyaan yang diajukan hendaknya mengenai pokok-pokok yang penting yang harus dimengerti oleh peserta didik sesuai dengan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan sebelumnya
  - g. Untuk menarik perhatian kelas dan melatih disiplin, satu dua pertanyaan dapat ditujukan kepada peserta didik yang tidak memperhatikan.
2. Keterampilan memberi penguatan

Dalam proses pembelajaran, guru diharapkan terampil dalam memberi penguatan. Keterampilan dasar penguatan *reinforcement* merupakan segala bentuk respon yang merupakan bagian dari modifikasi tingkah laku peserta didik, yang bertujuan untuk memberikan informasi atau umpan balik bagi peserta didik atas perbuatan atau resposnya yang diberikan sebagai suatu dorongan atau koreksi Wina Sanjaya. Melalui keterampilan penguatan yang diberikan guru, maka peserta didik akan merasa terdorong selamanya untuk memberikan respons setiap kali muncul stimulus dari guru, atau peserta didik akan berusaha menghindari respons yang dianggap tak bermanfaat. Guru yang mampu memberikan penguatan akan mampu membawa sebagian besar peserta didiknya

untuk menerima interaksi dengan senang dan penuh perhatian.

Ada dua jenis penguatan yang bisa diberikan oleh guru, yaitu penguatan verbal dan nonverbal. Pertama, penguatan verbal. Penguatan verbal adalah penguatan yang diungkapkan dengan kata-kata, baik kata-kata pujian dan penghargaan atau kata-kata koreksi. Melalui kata-kata itu peserta didik akan merasa tersanjung dan berbesar hati sehingga ia akan merasa puas dan terdorong untuk lebih aktif belajar. Misalnya, ketika diajukan sebuah pertanyaan kemudian peserta didik menjawab dengan tepat, maka guru memuji peserta didik tersebut dengan mengatakan: "bagus", "tepat sekali". Wah hebat kamu, dan lain sebagainya. Demikian juga ketika jawaban peserta didik kurang sempurna, guru berkata: "hamper tepat.", dan lain-lain. Apa yang diungkapkan guru menunjukkan bahwa jawaban peserta didik masih perlu penyempurnaan. Kedua, penguatan nonverbal. Penguatan non verbal adalah penguatan yang diungkapkan melalui bahasa isyarat. Misalnya, melalui anggukan kepala tanda setuju, gelengan kepala tanda tidak setuju, mengernyitkan dahi, mengangkat pundak, dan lain sebagainya.


### 3. Keterampilan mengadakan variasi

Variasi sangat diperlukan dalam kegiatan pembelajaran. Peserta didik akan menjadi sangat bosan jika guru selalu membelajarkan dengan cara yang sama alias monoton dari waktu ke waktu. Pupuh Fathurrahman dan M Sobry Sutikno menjelaskan bahwa dalam konteks pembelajaran, variasi diperlukan dengan tujuan:

- a. agar perhatian peserta didik meningkat,
- b. memotivasi peserta didik,
- c. menjaga wibawa guru, dan
- d. mendorong kelengkapan fasilitas pembelajaran.

#### 4. Keterampilan menjelaskan

Tugas guru adalah membelajarkan peserta didik. Guru dituntut untuk membelajarkan peserta didik secara profesional. Pemberian penjelasan merupakan aspek yang sangat penting dari kegiatan guru dalam interaksinya dengan peserta didik di dalam kelas. Mengingat keterampilan menjelaskan dapat mem-pengaruhi peserta didik secara positif dan efektif, maka sudah seharusnya seorang guru agar menguasai keterampilan tersebut Keterampilan menjelaskan harus dikuasi oleh seorang guru agar peserta didik memperoleh pemahaman yang utuh dan jelas tentang materi yang disampaikan Guru. Berkenaan dengan keterampilan menjelaskan ini, Rusman menjelaskan beberapa prinsip yang harus diperhatikan guru, yaitu:

- 
- a. Keterkaitan dengan tujuan. Apapun yang dilakukan guru dalam menjelaskan materi pembelajaran harus bermuara pada pencapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan
  - b. Relevan antara penjelasan dengan materi dan karakteristik peserta didik. Penjelasan guru harus sesuai dengan materi yng diajarkan, hindari improvisasi yang berlebihan sehingga keluar dari konteks materi yang diajarkan. Materi yang dijelaskan oleh guru harus sesuai dengan karakteristik peserta didik, baik itu usia, tugas perkembangan, tingkat kesukaran, dan sebagainya
  - c. Kebermaknaan. Apapun yang dijelaskan oleh guru harus bermakna bagi peserta didik baik untuk masa sekarang maupun masa yang akan datang
  - d. Dinamis. Agar penjelasan lebih menarik, guru dapat memadukanya dengan tanya jawab, atau menggunakan media pembelajaran, agar penjelasan lebih menarik dan sistematis,

penjelasan harus mudah dipahami oleh peserta didik dan tidak verbalisme

- e. Penjelasan dilakukan dalam kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.

#### 5. Keterampilan membuka menutup pelajaran

Keterampilan membuka dan menutup pelajaran sangat diperlukan oleh guru, karena keterampilan tersebut berkaitan langsung dengan ketercapaian tujuan pada saat penyampaian materi pelajaran. Keterampilan membuka pelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memulai pelajaran. Pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk menciptakan kondisi siap mental dan menimbulkan perhatian peserta didik agar terfokus pada hal-hal yang akan dipelajari.

Adapun keterampilan menutup pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan untuk mengakhiri pelajaran. Kegiatan menutup yang bagus dilakukan dengan cara menyimpulkan dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan untuk menguji peserta didik tentang pencapaian tujuan pembelajaran. Jika ada tujuan yang belum tercapai, maka guru sebaiknya menjelaskan kembali secara singkat.

#### 6. Keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil

Guru dituntut memiliki keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil agar peserta didik bisa berdiskusi secara efektif dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran. Diskusi kelompok adalah proses yang teratur yang melibatkan sekelompok peserta didik dalam interaksi tatap muka dengan berbagai informasi, pemecahan masalah dan pengambilan simpulan. Peserta didik berdiskusi dalam kelompok-kelompok kecil untuk berbagi informasi dan pengambilan keputusan dibawah bimbingan guru. Diskusi kelompok kecil yang




dimaksud di sini ialah percakapan dalam kelompok yang memenuhi syarat-syarat tertentu, yaitu:

Melibatkan kelompok yang banyak anggotanya berkisar antara 3-9 orang

- a. Membrikan kesempatan untuk berpartisipasi. Semua anggota kelompok mendapat kesempatan yang sama untuk saling beradu argumen dan saling mendengar serta berkomunikasi antara satu dengan yang lain.
- b. Memiliki tujuan tertentu yang akan dicapai dengan kerjasama antar anggota kelompok
- c. Berlangsung menurut proses yang teratur dan sistematis, menuju suatu simpulan.

#### 7. Keterampilan mengelola kelas




Setiap guru dituntut agar mampu mengelola kelas, yakni menyediakan kondisi yang kondusif untuk berlangsungnya proses pembelajaran. Pengelolaan kelas mengarah pada peran guru untuk menata pembelajaran secara klasikal dengan cara mengelola perbedaan-perbedaan kekuatan individual menjadi sebuah aktivitas belajar bersama. kegiatan mengelola kelas menyangkut "mengatur tata ruang kelas yang memadai untuk pengajaran dan

menciptakan iklim belajar mengajar yang serasi". Mengatur tata ruang kelas maksudnya guru harus dapat mendesain dan mengatur ruang kelas sedemikian rupa sehingga guru dan peserta didik kreatif, kerasan belajar di ruangan tersebut. Misalnya bagaimana mengatur meja dan kursi, menempatkan papan tulis, tempat meja guru, bahkan bagaimana pula harus mengatur hiasan di dalam ruangan kelas. Di samping itu kelas harus selalu dalam keadaan bersih.

Kemudian yang berkaitan dengan menciptakan iklim belajar mengajar yang serasi, maksudnya guru harus mampu menangani dan mengarahkan tingkah laku peserta didik agar tidak

merusak suasana kelas Kalau sekiranya terdapat tingkah laku peserta didik yang kurang serasi, misalnya ramai, mengantuk atau mengganggu teman lain, guru harus dapat mengambil tindakan yang tepat, menghentikan tingkah laku peserta didik tadi, kemudian mengarahkan kepada yang lebih produktif.

Suharsimi Arikunto berpendapat bahwa pengelolaan kelas merupakan suatu usaha yang dilakukan guru untuk membantu menciptakan kondisi belajar yang optimal. Pengertian tersebut menunjukkan adanya beberapa variabel yang perlu dikelola secara sinergik, terpadu dan sistemik oleh guru, yakni

- 
- a) ruang kelas, menunjukkan batasan lingkungan belajar.
  - b) usaha guru, tuntutan adanya dinamika kegiatan guru dalam mensiasati segala kemungkinan yang terjadi dalam lingkungan belajar.
  - c) kondisi belajar, merupakan batasan aktivitas yang harus diwujudkan, dan
  - d) belajar yang optimal, merupakan ukuran kualitas proses yang mendorong mutu sebuah produk belajar.

Operasional, pengelolaan kelas merupakan penyediaan fasilitas bagi bermacam-macam kegiatan belajar peserta didik yang berlangsung pada lingkungan sosial, emosional, dan intelektual anak dalam kelas menjadi sebuah lingkungan belajar yang membelajarkan. Fasilitas yang disediakan itu memungkinkan peserta didik belajar dan bekerja, tercapainya suasana kelas yang memberikan kepuasan, suasana disiplin, nyaman dan penuh semangat sehingga terjadi perkembangan intelektual, emosional dan sikap serta apresiasi pada peserta didik.

Dari beberapa uraian tersebut, dapatlah dipahami bahwa pengelolaan kelas merupakan usaha yang dengan sengaja dilakukan oleh guru agar peserta

didik dapat belajar secara efektif dan efisien guna mencapai tujuan pembelajaran. Adapun teknik pengelolaan kelas dapat digolongkan menjadi dua, yaitu teknik preventif dan teknik kuratif. Teknik preventif merupakan teknik untuk mencegah timbulnya tingkah laku peserta didik yang mengganggu kegiatan pembelajaran. Sedangkan teknik kuratif ialah teknik untuk menanggulangi tingkah laku peserta didik yang mengganggu kegiatan pembelajaran. Guru yang pandai mendesain kegiatan pembelajaran, adalah guru yang mampu memilih kapan saatnya pembelajaran dilakukan di dalam kelas dan kapan pembelajaran dilakukan di luar kelas sehingga diharapkan peserta didik dalam menerima materi pelajaran akan lebih bermakna dalam dunia nyata sehingga proses berpikirnya akan lebih berkembang dan cemerlang.

#### 8. Dan keterampilan membelajarkan perorangan

Membelajarkan secara perseorangan ialah kegiatan guru menghadapi banyak peserta didik yang masing-masing mendapat kesempatan untuk bertatap muka dengan guru serta memperoleh bantuan dan bimbingan guru secara perorangan. Guru dapat membantu peserta didik sesuai dengan kebutuhan, misalnya dengan cara memberi tugas yang sesuai dengan kemampuannya atau menilai kemampuan peserta didik dengan cara yang paling tepat untuk peserta didik tersebut<sup>7</sup>.

## 2. Jenis-Jenis Strategi Pembelajaran

Beberapa strategi pembelajaran yang dapat digunakan pada kegiatan pembelajaran menurut Saskatchewan 2021 sebagai berikut :

---

<sup>7</sup> M. Sobry Sutikno, *strategi pembelajaran*, (CV,ADANU ABIMATA) 2020

**a. Strategi Pembelajaran Langsung**

Strategi pembelajaran langsung lebih banyak bepusat pada guru. Pratama 2022 guru merupakan fasilitator dalam kegiatan pembelajaran untuk membantu siswa dalam menemukan informasi baru terkait materi yang dipelajarinya. Strategi pembelajaran langsung biasanya bersifat deduktif. Kelebihannya mudah direncanakan dan dilaksanakan, sedangkan kelemahannya bersifat monoton, karena lebih banyak berpusat pada guru atau satu arah.

**b. Strategi Pembelajaran Tidak Langsung**

Strategi pembelajaran tidak langsung merupakan strategi pembelajaran dimana guru berubah peran menjadi fasilitator dan memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada siswa untuk berkembang Strategi pembelajaran tidak langsung bersifat inkuiri, induktif, pemecahan masalah dan penemuan.

**c. Strategi Pembelajaran Interaktif**

Strategi pembelajaran interaktif berfokus pada kajian yang meliputi diskusi dan sharing berbagai antar-inter siswa dengan guru dan sesama siswa. Strategi pembelajaran interaktif merupakan salah satu strategi pembelajaran yang didalamnya terdapat kegiatan diskusi dan saling berbagi antar siswa dan sikap kritis siswa Alfianti, 2019

**d. Strategi Pembelajaran Eksperimen**

Strategi pembelajaran eksperimen fokus kajiannya siswa menggunakan logika berpikir untuk menarik kesimpulan dari fakta, data ataupun informasi yang terkumpul melalui serangkaian kegiatan eksperimen. Menurut Mutmainnah 2020, strategi pembelajaran eksperimen yakni aktivitas belajar siswa yang proses pelaksanaannya setiap siswa akan melakukan interaksi dengan siswa lain sehingga mampu menarik kesimpulan dari apa yang telah di diskusi serta mendorong siswa untuk mampu menyimpulkan

kembali informasi tersebut menggunakan bahasanya sendiri dengan logis dan benar.

**e. Strategi Pembelajaran Mandiri**

Strategi pembelajaran mandiri. fokus kajiannya mengatur pembelajaran sehingga setiap siswa secara mandiri, mampu memacu kecepatan belajarnya dengan bimbingan dan arahan guru. Strategi pembelajaran mandiri dikembangkan bertujuan untuk meningkatkan tanggung jawab dan kemandirian siswa dalam kegiatan proses pembelajaran sehingga mampu menumbuhkan motivasi siswa, kedisiplinan siswa, bertanggung jawab, dan lain-lain. Menurut Sanjaya 2013 jenis-jenis strategi pembelajaran meliputi penyampaian penemuan dan strategi pembelajaran induvidu. Strategi pembelajaran penyampaian-penemuan ialah strategi pembelajaran yang menuntut siswa untuk menguasai bahan pembelajaran Siswa memiliki kewajiban untuk menguasai sepenuhnya materi pembelajaran. Sementara guru hanya sebagai fasilitator atau pembimbing saja sifat yang demikian strategi pembelajaran ini sering juga disebut strategi pembelajaran tidak langsung. Strategi pembelajaran induvidu yaitu strategi yang dilakukan oleh siswa secara mandiri. Kecepatan dan keberhasilan pembelajaran ditentukan oleh kemampuan siswa<sup>8</sup>.

**3. Tujuan dan Manfaat Strategi Pembelajaran**

Tujuan dari strategi pembelajaran dapat dikategorikan menjadi beberapa diantaranya sebagai berikut:

- a. Mengoptimalkan Pembelajaran Pada Aspek Afektif  
Afektif berhubungan dengan nilai value yang dalam konteks ini adalah suatu konsep yang berbeda dalam pikiran manusia yang sifatnya tersembunyi, tidak

---

<sup>8</sup> Siti Hermayanti Kaif, Fajrianti, Satriani. *STRATEGI PEMBELAJARAN*, (surabaya: inoffast publishing, 2022)

dalam dunia empiris. Pengoptimalan aspek afektif akan membantu membentuk siswa yang cerdas sekaligus memiliki sikap positif dan secara motorik terampil. Ini yang diharapkan dapat dihasilkan dari penggunaan strategi pembelajaran secara aktif.

b. Mengaktifkan Siswa Dalam Proses Pembelajaran

Dalam proses pembelajaran terkadang siswa bersifat pasif sehingga hanya memperoleh kemampuan intelektual kognitif saja. Idealnya, sebuah proses pembelajaran menghedaki hasil belajar yang seimbang antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ketika berpartisipasi aktif dalam pembelajaran, siswa akan mencari sendiri pengertian dan membentuk pemahamannya sendiri dalam pikiran mereka.

Manfaat strategi pembelajaran dibagi menjadi dua yaitu strategi pembelajaran bagi siswa dan strategi pembelajaran bagi guru :

a. Manfaat strategi bagi siswa :

- 1) Siswa terbiasa belajar dengan perencanaan yang disesuaikan dengan kemampuan sendiri.
- 2) Siswa memiliki pengalaman yang berbeda-beda dengan temannya, meski ada juga pengalaman mereka yang sama.
- 3) Siswa dapat memacu prestasi belajar berdasarkan kecepatan belajarnya sendiri secara optimal.
- 4) Terjadi persaingan yang sehat dalam mencapai hasil belajar yang efektif dan efisien.
- 5) Siswa dapat mencapai kepuasan jika dapat mencapai hasil belajar sesuai dengan target yang telah ditetapkan.
- 6) Siswa dapat mengulang uji kompetensi remidi jika terjadi kegagalan dalam uji kompetensi.

b. Manfaat strategi bagi guru

- 1) Guru dapat mengelola proses pembelajaran untuk mencapai hasil yang efektif dan efisien.

- 2) Guru dapat mengontrol kemampuan siswa secara teratur.
- 3) Guru dapat mengetahui bobot soal yang dipelajari siswa pada saat proses belajar mengajar dimulai
- 4) Guru dapat memberi bimbingan kepada siswa, Ketika siswa mengalami kesulitan, misalnya dengan memberikan teknik belajar yang lain.
- 5) Guru dapat membuat peta kemampuan siswa sehingga dapat dipakai sebagai bahan analisis.
- 6) Guru dapat melaksanakan program belajar akseleratif bagi siswa yang mampu<sup>9</sup>

#### 4. Komponen-Komponen Belajar Mengajar

Strategi belajar mengajar disusun untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dengan demikian, penyusunan langkah- langkah pembelajaran, pemanfaatan berbagai fasilitas dan sumber belajar, semuanya diarahkan dalam upaya pencapaian tujuan. Kegiatan belajar mengajar mengandung sejumlah komponen yang menunjukkan bahwa belajar mengajar adalah suatu sistem. Adapun komponen tersebut adalah: tujuan, bahan pelajaran, kegiatan belajar mengajar, metode, alat dan sumber belajar, serta evaluasi. Penjelasan dari setiap komponen tersebut adalah sebagai berikut menurut Djamarah, dkk :

##### 1. Tujuan

Tujuan adalah suatu yang akan dituju/dituntut ketika kita melakukan sesuatu. Tujuan dalam pembelajaran adalah tercapainya indikator pencapaian kompetensi IPK yang akan dicapai peserta didik setelah dia mengikuti kegiatan proses belajar mengajar. Tujuan adalah komponen yang dapat mempengaruhi komponen pengajaran lainnya seperti bahan pelajaran, kegiatan belajar mengajar, pemilihan metode, alat, sumber, dan alat evaluasi. Semua

---

<sup>9</sup> Mislan, edi irwanto, *buku ajar strategi pembelajaran*. (anggota IKAPI, 2019)

komponen itu harus bersesuaian dan didayagunakan untuk mencapai tujuan seefektif dan seefisien mungkin. Bila salah satu komponen tidak sesuai dengan tujuan, maka pelaksanaan kegiatan belajar mengajar tidak akan dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

## 2. Bahan Pelajaran

Bahan pelajaran adalah sesuatu yang dapat dipakal atau diperlukan untuk tujuan tertentu, seperti untuk pedoman atau pegangan, untuk mengajar, memberi ceramah. Bahan pelajaran menurut Arikunto merupakan unsur inti yang ada di dalam kegiatan belajar mengajar, karena memang bahan pelajaran itulah yang diupayakan untuk dikuasai oleh peserta didik.

Karena itu, guru khususnya atau pengembang kurikulum umumnya, tidak boleh lupa harus memikirkan sejauh mana bahan-bahan yang topiknya tertera dalam silabus berkaitan dengan kebutuhan peserta didik akan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Maslow berkeyakinan bahwa minat seseorang akan muncul bila sesuatu itu terkait dengan kebutuhannya. Jadi, bahan pelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik akan memotivasi peserta didik untuk mengikuti proses nambelajaran dengan baik.

## 3. Kegiatan Belajar Mengajar

Kegiatan belajar mengajar adalah inti kegiatan dalam pengajaran. Segala sesuatu yang telah dirancang akan dilaksanakan dalam proses belajar mengajar. Kegiatan belajar mengajar akan melibatkan semua komponen pengajaran, kegiatan belajar akan menentukan sejauh mana indikator pencapaian kompetensi yang telah ditetapkan dapat dicapai.

Dalam kegiatan belajar mengajar, guru dan peserta didik terlibat dalam sebuah interaksi timbal balik dengan bahan pelajaran sebagai mediumnya.



Dalam interaksi itu peserta didiklah yang lebih aktif, bukan guru. Guru hanya berperan sebagai motivator dan fasilitator. Dalam kegiatan belajar mengajar, guru sebaiknya memperhatikan perbedaan individual peserta didik, yaitu pada aspek biologis, intelektual dan psikologis. Karenanya, guru diharapkan memiliki keterampilan melayani perbedaan individu. Kerangka berpikir demikian dimaksudkan agar guru mudah dalam melakukan pendekatan kepada setiap peserta didik secara individual.

Peserta didik sebagai individu memiliki perbedaan dalam hal sebagaimana disebutkan di atas. Pemahaman terhadap aspek tersebut akan menumbuhkan hubungan harmonis antarguru dengan peserta didik, sehingga memudahkan melakukan pendekatan mastery learning dalam mengajar. Master Learning adalah salah satu strategi belajar mengajar pendekatan individual. Mastery learning adalah kegiatan yang meliputi dua kegiatan, yaitu program penguasaan dan program perbaikan. Dalam kegiatan belajar mengajar, guru akan menemui bahwa peserta didiknya sebagian ada yang dapat menguasai bahan pelajaran secara tuntas dan ada pula peserta didik yang kurang menguasai bahan pelajaran secara tuntas mastery. Kenyataan tersebut merupakan persoalan yang perlu diatasi dengan segera, dan mastery learning lah sebagai jawabannya.

Dengan demikian, kegiatan belajar mengajar yang bagaimana pun, juga ditentukan dari baik atau tidaknya program pengajaran yang telah dilakukan; dan akan berpengaruh terhadap tujuan yang akan dicapai.

#### 4. Metode

Metode adalah cara teratur yang digunakan untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai sesuai dengan yang dikehendaki; cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan suatu

kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan. Dalam kegiatan belajar mengajar, metode diperlukan oleh guru dan penggunaannya bervariasi sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai setelah pengajaran berakhir.

Dalam kegiatan belajar mengajar, guru tidak harus terpaku dengan menggunakan satu metode, tetapi sebaiknya menggunakan metode yang bervariasi agar proses belajar mengajar tidak membosankan. Tujuannya agar peserta didik berminat untuk mengikuti proses belajar mengajar. Akan tetapi, perlu diketahui bahwa penggunaan metode yang bervariasi bisa juga tidak menguntungkan kegiatan belajar mengajar, dalam hal ini bila penggunaannya tidak tepat dan tidak sesuai dengan situasi yang mendukungnya, serta tidak melayani perbedaan individu peserta didik. Oleh karena itu, disinilah kompetensi guru diperlukan dalam pemilihan metode yang tepat.

#### 5. Alat

Alat adalah benda yang dipakai untuk mencapai apa yang dimaksud. Alat pembelajaran adalah setiap peralatan yang dapat menunjang efektivitas dan efisiensi pembelajaran. Sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan dalam mencapai tujuan pengajaran, alat mempunyai fungsi yaitu alat sebagai perlengkapan, alat sebagai pembantu mempermudah usaha mencapai tujuan, dan alat sebagai tujuan. Alat dapat dibagi menjadi dua macam, yaitu alat dan alat bantu pengajaran. Yang dimaksud dengan alat adalah berupa suruhan, perintah, larangan, dan sebagainya. Sedangkan alat bantu pengajaran adalah berupa papan tulis, spidol, gambar, diagram, slide, video, dan sebagainya.

#### 6. Sumber Belajar

Sumber belajar adalah segala sesuatu yang ada di sekitar lingkungan kegiatan belajar yang secara

fungsional dapat digunakan untuk membantu optimalisasi hasil belajar. Optimalisasi di sini tidak hanya berupa hasil belajar namun ditinjau juga dari proses interaksi peserta didik dengan berbagai macam sumber yang dapat merangsang peserta didik untuk belajar dan mempercepat pemahaman dan penguasaan bidang ilmu yang dipelajarinya.

Untuk Mendapatkan apa-apa saja yang termasuk kategori sumber-sumber belajar, berikut dikemukakan pendapat ahli. Roestiyah, N.K. mengatakan bahwa sumber-sumber belajar itu adalah:

- a. Manusia, dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat
- b. Buku/perpustakaan
- c. Masa media, majalah, surat kabar, radio, televisi, dan lain-lain.
- d. Lingkungan
- e. Alat pengajaran, buku pelajaran, peta, gambar, CD, papan tulis, spidol, proyektor dan lain-lain.

## 7. Evaluasi

Istilah evaluasi adalah penilaian. Mengevaluasi adalah memberikan penilaian. Dalam pengertian luas, evaluasi adalah suatu proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif-alternatif keputusan.

Dalam kegiatan evaluasi, diperlukan berbagai informasi atau data yang menyangkut objek yang sedang dievaluasi. Evaluasi pembelajaran adalah proses pengumpulan data riil secara sistematis. Data ini akan digunakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan atau tingkat perubahan peserta didik. Ketika evaluasi dapat memberikan manfaat bagi guru dan peserta didik maka evaluasi mempunyai fungsi sebagai berikut:

- a. Untuk memberikan umpan balik feed back kepada guru sebagai dasar untuk memperbaiki proses belajar mengajar, serta mengadakan perbaikan program bagi peserta didik.
- b. Untuk memberikan angka yang tepat tentang kemajuan atau hasil belajar dari setiap peserta didik. Antara lain digunakan dalam rangka pemberian laporan kemajuan belajar peserta didik kepada orang tua, penentuan kenaikan kelas, serta penentuan lulus tidaknya seorang peserta didik.
- c. Untuk menentukan peserta didik di dalam situasi belajar mengajar yang tepat, sesuai dengan tingkat kemampuan dan karakteristik lainnya yang dimiliki oleh peserta didik.
- d. Untuk mengenal latar belakang psikologis, fisik dan lingkungan murid yang mengalami kesulitan-kesulitan belajar, nantinya dapat dipergunakan sebagai dasar dalam pemecahan kesulitan-kesulitan belajar yang timbul<sup>10</sup>.

## **B. Pembelajaran Pjok**


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

Konsep pembelajaran pada dasarnya adalah suatu proses penyesuaian dan pengorganisasian lingkungan siswa, sehingga dapat mengembangkan dan menciptakan semangat dan motivasi siswa dalam proses pembelajaran. Dalam kegiatan proses pembelajaran, sudah pasti siswa memiliki karakteristik yang berbeda-beda, diantaranya mampu memahami materi, ada pula yang terkesan lambat menerima dan memahami materi yang di berikan. Dari karakteristik yang berbeda tersebut, guru harus mampu mengatur dan mengembangkan strategi pembelajaran yang sesuai dengan keadaan setiap siswa.

---

<sup>10</sup> Halim Simatupang, *strategi belajar mengajar abad ke 21*. (CV, Cipta Media Edukasi) 2019

Pendidikan jasmani sebagaimana pelajaran yang di sekolah, memiliki sasaran yang dikenal dengan aspek kognisi, dan psikomotor . Aspek kognisi berkenaan dengan perolehan pengetahuan dan penerapannya dalam kehidupan sehari – hari. Aspek afeksi meliputi peningkatan nilai-nilai sosial dan pengembangan emosional. Aspek psikomotor meliputi pengembangan keterampilan motorik dan pengembangan kesegaran jasmani. Pendapat Bucher tersebut menunjukkan bahwa program pendidikan jasmani mengarah kepada tercapainya peningkatan kualitas manusia seutuhnya. Dalam kegiatan pendidikan jasmani, anak belajar gerak, belajar tentang gerak, dan belajar melalui gerak. Dari kegiatan ini hasil belajar yang nyata atau langsung dapat diamati dikenal sebagai hasil belajar motorik.



Dengan demikian pendidikan jasmani sebagai salah satu bagian dari pendidikan secara umum menitik beratkan pada pengembangan individu siswa melalui kegiatan yang melibatkan aktifitas fisik untuk mencapai tujuan tersebut. Pendidikan jasmani menuntut siswa menunjukkan sikap yang responsif baik, kreatif, dan bertanggung jawab. Di lapangan menunjukkan bahwa tujuan pembelajaran pendidikan jasmani belum tercapai sebagaimana yang diharapkan. Seringkali guru menemukan siswa tidak berani mengemukakan pendapat maupun bertanya. Dalam bekerja kelompok banyak dari anggota kelompok yang hanya mencantumkan nama saja tanpa ikut berpartisipasi dalam kelompok. Tanggungjawab siswa rendah, baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap kelompok. Proses pendidikan dalam sistem persekolahan kita, umumnya belum menerapkan pembelajaran sampai anak menguasai materi pelajaran secara tuntas, akibatnya banyak siswa yang tidak menguasai materi pelajaran, meskipun sudah dinyatakan tamat dari sekolah tidak heran pula, kalau mutu pendidikan secara nasional masih rendah. Sistem persekolahan

yang tidak memberikan pembelajaran secara tuntas, ini telah menyebabkan pemborosan anggaran pendidikan<sup>11</sup>.

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional<sup>12</sup>.

Penjas adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa<sup>13</sup>.

Metode pembelajaran penjasorkes atau PJOK adalah cara yang dapat di gunakan untuk membelajarkan suatu bahan pelajaran yang dalam realisasinya di perlukan satu atau lebih tehnik. Setiap metode mempunyai kelebihan, kelemahan, dan teknik yang disarankan. Tidak ada satupun metode mengajar yang berlaku untuk semua materi pokok bahasan, baik untuk satu tujuan tertentu, akan tetapi ketika di terapkan pada materi lain belum tentu tepat dan sesuai. Sebagai pendidik penjasorkes atau PJOK kita memerlukan metode pembelajaran agar

---

<sup>11</sup> S Sunarti, 'Peningkatan Aktivitas Dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Strategi Pembelajaran Yang Berorientasi Aktivitas Siswa', *BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani & ...)*, 6.2 (2018), 65–69.

<sup>12</sup> Salasih, Rahmadi, and Trio Irianto, 'Instrumen Penilaian Harian Aspek Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan', *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1.1 (2020), 25–31.

<sup>13</sup> Mashud Mashud, 'ANALISIS MASALAH GURU PJOK DALAM MEWUJUDKAN TUJUAN KEBUGARAN JASMANI', *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17.2 (2019) <<https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5704>>.

mengajar sebagai proses memberi perlakuan kepada peserta didik lebih terarah, teratur dan tidak asal mengajar saja.

Metode pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu cara yang dapat digunakan oleh pendidik dalam menjalankan fungsinya dan merupakan alat yang digunakan dalam mencapai tujuan pembelajaran. Tetapi terlepas dari perihal itu dapat saja pemakaian metode yang bermacam-macam bisa menjadikan aktivitas belajar tidak akan menguntungkan bila dalam pemakaian tata cara variasinya tidak tepat.<sup>14</sup>

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan PJOK merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan. PJOK memiliki kedudukan yang khas dalam pendidikan karena PJOK mengembangkan ranah psikomotor sebagai tujuan utamanya, tetapi tidak mengabaikan pengembangan ranah kognitif dan afektif. Dengan kekhasan tersebut, PJOK dapat dipergunakan sebagai pembentuk landasan yang kokoh bagi anak-anak. Dalam UU No 20 Tahun 2003 tentang sisdiknas, landasan kokoh yang dimaksud adalah; "... berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung"<sup>15</sup>.

Pendidikan jasmani dan olahraga diajarkan pada seluruh jenjang sekolah. Karena memiliki pengaruh penting terhadap keterampilan peserta didik untuk menjaga diri secara mandiri. Penjaskes bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani dan

---

<sup>14</sup> Sumaryanto, Pendidikan Jasmani (jogyakarta, pustaka ilmu, 2021) hal 19-

<sup>15</sup> Mashud.

olahraga yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Hal ini didukung oleh aktivitas belajar peserta didik yang berorientasi pada gerakan tubuh. Di mana proses pendidikan jasmani dan olahraga memanfaatkan aktivitas fisik yang melibatkan otot-otot. Berdasarkan paparan di atas, pendidikan jasmani sangat penting untuk diajarkan pada semua jenjang sekolah. Sehingga, guru perlu menggunakan strategi pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan keterampilan gerakan tubuh atau motorik peserta didik. Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sarana untuk meningkatkan keterampilan motorik. Perkembangan keterampilan motorik merupakan faktor yang sangat penting bagi perkembangan kepribadian anak secara keseluruhan. Terutama perkembangan kepribadian anak yang mengarah pada tujuan pendidikan jasmani dan olahraga yang telah diuraikan di atas. Sehingga, keterampilan motorik peserta didik perlu didorong agar tujuan pendidikan jasmani dan olahraga tercapai secara maksimal.

Salah satu keterampilan motorik yang perlu didorong oleh peserta didik adalah keterampilan motorik kasar. Karena kemampuan motorik kasar sangat berhubungan dengan kerja otot-otot besar yang ada di dalam tubuh manusia. Contohnya adalah berlari dan melompat yang pada umumnya dikenal dalam pendidikan jasmani sebagai keterampilan motorik dasar. Melalui keterampilan motorik yang baik, maka proses bergerak peserta didik ke sekitar pada lingkungannya menjadi lebih otomatis. Hal ini berdampak pada kemudahan peserta didik dalam menjaga diri secara mandiri. Selain itu, peserta didik lebih mudah dalam beraktivitas fisik untuk menjaga kebugaran tubuhnya. Pengembangan keterampilan motorik kasar sangat baik dikembangkan pada peserta didik yang masih berada di jenjang Sekolah Dasar. Pasalnya,



anak usia Sekolah Dasar merupakan anak dengan kategori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis, baik mental maupun fisik Rismayanthi. Keterampilan motorik kasar pada peserta didik sangat berhubungan dengan kerja otot-otot besar. Sehingga masa perubahan yang sangat drastis pada peserta didik di jenjang Sekolah Dasar memberikan dampak pada pengembangan keterampilan motorik kasar yang baik<sup>16</sup>.

Pada perkembangan kognitif, bahwa peserta didik pada jenjang Sekolah Dasar berada pada tahap konkret operasional yang artinya untuk memahami suatu konsep anak harus diberikan kegiatan yang berhubungan dengan kejadian nyata yang dapat diterima akal mereka.

Ada dua konsep utama untuk PJOK yaitu yang pertama bahwa PJOK adalah pendidikan tentang gerak, dan yang kedua bahwa PJOK adalah pendidikan melalui gerak. Hal ini sejalan dengan pendapat Gallahue bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan gerak dan pendidikan melalui gerakan Pendidikan tentang gerak adalah pendidikan yang mengoptimalkan struktur dan fungsi potensi gerak seluruh anggota tubuh keterampilan agar tercapai kebugaran jasmani dan kesehatan yang optimal, sedang pendidikan melalui gerak adalah pendidikan yang mengoptimalkan potensi keterampilan berpikir pengetahuan dan keterampilan moral-social sikap. Dengan demikian, sangat jelas bahwa apa yang menjadi karakteristik dan sekaligus tujuan mata pelajaran PJOK merupakan bagian dari upaya untuk mencapai tujuan pendidikan nasional yakni berkembangnya potensi peserta

---

<sup>16</sup>Siti Rodi'ah, Isatul Hasanah, 'Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbantu Media Book Creator Digital Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Pada Tingkat Sekolah Dasar', *Continuous Education: Journal of Science and Research*, 2.2 (2021), 23–35 <<https://doi.org/10.51178/ce.v2i2.225>>

didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa<sup>17</sup>.

PJOK sangat berbeda tujuannya, meskipun juga memiliki kesamaan dalam pengertian. tujuan olahraga adalah untuk mencapai kebahagiaan, kebugaran, strata pada masyarakat serta demi mendapat prestasi. Sedangkan pendidikan jasmani memiliki maksud guna menghasilkan manusia utuh dengan kapasitas yang penuh dan daya tahan fisik yang baik, keterampilan motorik, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan kepribadian diri. Rosdiani, mengatakan bahwa, pendidikan jasmani merupakan proses belajar yang bertujuan untuk menumbuhkan kemampuan manusia dengan memanfaatkan pelaksanaan aktivitas jasmani olahraga yang teratur, guna tercapainya tujuan pada pendidikan. Dengan pembelajaran tersebut siswa diharapkan dapat memiliki kebugaran jasmani yang baik.

PJOK sebenarnya merupakan bagian dari pembangunan kembali secara menyeluruh sistem pendidikan nasional. Di era globalisasi seperti sekarang, pendidikan dianggap sukses dan sesuai dengan tujuan berdasarkan kualitas negara. Pada era modern saat ini siswa dituntut bisa mengembangkan kegiatan berkreasi dengan berbagai alat bantu agar siswa terlibat pembelajaran keterampilan fisik yang menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kebugaran fisik siswa tersebut dalam menghadapi kegiatan pembelajaran yang lain, sehingga merasa lebih segar di sekolah. Suryanto menyebutkan, komponen untuk menentukan kesehatan ialah makanan bergizi dan berolahraga secara proporsional, karena jika dapat membentuk pola hidup sehat akan juga tercipta gaya hidup yang baik. Kesehatan tubuh tidak lepas dari aktivitas fisik, semakin banyak aktivitas fisik, semakin banyak orang dapat terhindar dari

---

<sup>17</sup> Tri Irianto, 'Implementasi Kurikulum 2013 Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar', *Jurnal Multilateral*, 13.1 (2018), 58–61.

rasa malas bergerak yang berujung pada penurunan fisik, sekaligus memiliki gaya hidup yang amat tidak baik bagi raga kita.

Kebugaran jasmani penting untuk menyelesaikan aktivitas pada kehidupan setia hari serta dapat mengurangi risiko terserang suatu penyakit. Kebugaran yang berkaitan dengan kesehatan tubuh merupakan aspek penting dalam mengembangkan dan menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan dan dapat mengurangi risiko terkena penyakit kardiovaskular. Kebugaran dapat dipahami dari keadaan tubuh seseorang yang berperan penting dalam rutinitas kesehariannya. Aktivitas hidup sehari-hari sangat ditunjang oleh pentingnya kebugaran pada setiap individu. Menurut Kristiyandaru, kesegaran jasmani terdiri dari 2 bagian yang dikategorikan, yaitu :

- 1) Kelompok pertama yaitu yang berkaitan dengan kesehatan *Health Related Physical Fitness* contohnya komposisi tubuh, kemampuan bertahan jantung dan paru-paru dalam jangka waktu yang cukup lama, kelentukan, kekuatan, dan daya tahan otot.
- 2) Kelompok kedua yang berkaitan dengan kemampuan atau keterampilan *skill Related Physical Fitness* yakni kecepatan, kelincahan, keseimbangan, daya ledak, dan koordinasi.

Aktivitas fisik dapat digambarkan sebagai gerakan tubuh oleh otot rangka yang menghasilkan energi. Energi diukur dalam hitungan kalori. Aktivitas fisik yang dilakukan pada kehidupan dapat diartikan pada pekerjaan olahraga , pekerjaan rumah tangga ataupun yang lain. Latihan juga termasuk dalam aktivitas fisik yang terencana , teratur dan berulang sehingga memiliki tujuan akhir yaitu peningkatan kebugaran jasmani seseorang tersebut. Jenis aktivitas fisik menurut Kristiyandaru yaitu :

- 1) Aktivitas fisik ringan : Berjalan santai, duduk bekerja didepan komputer, mengerjakan pekerjaan rumah , latihan peregangan dan pemanasan dengan lambat.

- 2) Aktivitas fisik sedang: Berkebun, memindahkan barang yang ringan, berjalan cepat dengan permukaan datar, bersepeda dalam permukaan datar.
- 3) Aktivitas berat : Mengangkat atau memindahkan beban yang sangat berat, berjalan sangat cepat atau berlari.

Ada beberapa tingkatan aktivitas fisik yaitu sebagai berikut :

- 1) Aktivitas fisik sedenter, kata sedenter berasal dari kata latin "sedere," yang berarti "duduk". aktivitas ini merupakan pekerjaan yang tidak berpindah tempat sama sekali non- transport activities atau bisa disebut pekerjaan yang menetap dalam waktu yang cukup lama. Aktivitas ini sering juga dihubungkan dengan aktivitas yang tidak membutuhkan banyak gerakan seperti duduk, membaca buku, berbaring ataupun tidur, Istilah aktivitas sedenter ini digunakan di beberapa jurnal dengan kategori intensitas aktivitas fisik sangat rendah.
- 2) Aktivitas fisik intensitas rendah atau ringan. Aktivitas ini sebanding dengan latihan aerobik tidak memberi dampak perubahan signifikan pada laju pernapasan. Contoh pada kegiatan ini yaitu berdiri dan berjalan perlahan, ataupun berjalan dengan santai, mengerjakan beberapa pekerjaan rumah, dan bermain dalam waktu sebentar. Waktu aktivitas ini kurang dari 60 menit.
- 3) Aktivitas Fisik Sedang. Aktivitas sedang ini mengarah pada latihan aerobik, tetapi Anda masih bisa berbicara atau tidak terengah-engah. bermain olahraga golf, berenang, berkebun, dan bersepeda dengan kecepatan sedang. Durasi kegiatan ini diantara 30 dan 60 menit, dan dapat dilakukan 12 kali dalam 1 minggu.
- 4) Aktivitas fisik intensitas berat. Aktivitas fisik mingguan yang sangat sering dilakukan atau teratur dilakukan yang berlangsung sekitar 75 menit 5-6 kali antara lain senam aerobik, jalan kaki aktif, naik

tangga, panjat tebing, lari, sepak bola dan lain-lain. Ada aktivitas seperti panjat tebing, Bola voli dan bola basket, turnamen tenis.

Dari berbagai referensi yang telah dikumpulkan diatas dapat ditarik kesimpulannya bahwa aktivitas fisik dapat memberikan dampak kepada kebugaran jasmani, semakin baik kebugaran jasmani maka tingkat aktivitas fisik juga semakin tinggi. Guna mengukur peningkatan aktivitas fisik, diperlukan pengukuran aktivitas fisik yang valid<sup>18</sup>.

## 2. Tujuan Pembelajaran PJOK

Membahas tujuan pendidikan jasmani tentunya banyak pendapat yang mengemukakan bahwa tujuan utama dari pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan taraf kesehatan serta menumbuhkan sikap atau perilaku, seperti kejujuran, toleransi, rasa percaya diri dan kerjasama. Namun demikian, terlepas dari tujuan pendidikan seutuhnya dengan mencakup tiga domain utama, yaitu afektif, kognitif, dan psikomotor.

dalam kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PJOK memiliki tujuan yaitu untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. Salah satu sasaran pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PJOK yang tercantum dalam PP No.19 Tahun 2005 tentang standar kompetensi lulusan adalah kebugaran jasmani. Tujuan mata pelajaran PJOK untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik diamanahkan disemua jenis dan jenjang pendidikan. Setiap kali membicarakan tentang masalah kualitas kejasmanian tidak dapat terlepas dari kebugaran jasmani yang dalam Bahasa internasionalnya disebut dengan physical fitness.

---

<sup>18</sup> Peningkatan Kebugaran and others, 'Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga Volume 5 Nomor 2 , Tahun 2022 DALAM PEMBELAJARAN PJOK Dipublikasikan Oleh: UPT Publikasi Dan Pengelolaan Jurnal Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin', 5 (2022), 39–49.

Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Kesegaran jasmani meliputi keadaan sehat jasmani dan kemampuan kerja secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Adapun seseorang yang bugar dalam kaitannya olahraga dan aktivitas fisik diartikan sebagai orang yang mampu menjalankan kehidupan sehari-hari tanpa melampaui batas daya tahan stress pada tubuh dan memiliki tubuh yang sehat serta tidak beresiko mengalami penyakit yang disebabkan tingkat kebugaran atau kurangnya aktivitas.

Pendidikan Sekolah Dasar khususnya MI pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PJOK jauh dari tujuan kurikulum pembelajarannya untuk meningkatkan kebugaran peserta didik dikarenakan waktu sendiri kalah dengan pembelajaran agama yang di atur oleh Yayasan, sehingga seseorang Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PJOK tidak dapat berbuat apa-apa dalam masalah ini<sup>19</sup>.


Kebugaran jasmani itu merupakan kesanggupan serta kemampuan tubuh guna melaksanakan penyesuaian terhadap pembebasan fisik yang diberikan kepadanya yakni dari kerja yang dilakukan tiap hari tanpa menimbulkan keletihan berlebihan yang berarti. Sedangkan ada teori lain mengatakan kesegaran jasmani merupakan keterampilan seseorang anak guna bekerja dalam waktu lama tanpa hadapi kelelahan yang berarti serta masih mempunyai cadangan tenaga untuk mengenakan waktu luangnya. Baik dia tidak bisa melaksanakan tugasnya dengan baik pula. Dengan

---

<sup>19</sup> Adjie Mas Achmad Nur Aulia Arifaen, Harwanto, and Hari Karyono, 'Pengaruh Waktu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Mi Bahrul Ulum Sukodono Sidoarjo', *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5.2 (2020), 93-96 <<https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.1043>>.

demikian, menurut pendapat beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani bagi siswa yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik, mereka akan sanggup menyelesaikan tugasnya dengan baik pula, yang pastinya akan menciptakan prestasi belajar yang maksimal. Dengan kebugaran jasmani yang segar dan bugar, siswa mampu berfikir secara jernih, penuh kreatifitas serta mempunyai semangat yang besar guna menuntaskan seluruh tugas baik dirumah, disekolah, atau dilingkungan masyarakat, sehingga mendapat hasil yang memuaskan

Kebugaran jasmani mempunyai beberapa komponen-komponen kebugaran jasmani yang meliputi:

- 
- a. Daya tahan Endurance
  - b. Kekuatan Strength
  - c. Keseimbangan Balance
  - d. Kelentukan Fleksibilitas
  - e. Kecepatan Speed
  - f. Reaksi Reaction
  - g. Daya ledak Power
  - h. Kelincahan Agillity
  - i. Ketepatan Acuricy
  - j. Koordinasi Coordination

Kebugaran Jasmani pada anak-anak tingkat sekolah dasar sangat dibutuhkan untuk menunjang aktivitas belajar dan bermain mereka. Karena pada jenjang tersebut, siswa sekolah dasar memiliki aktivitas yang tinggi baik di sekolah ataupun di luar sekolah, seperti belajar dan bermain. Siswa sekolah dasar juga memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang cepat baik perkembangan dari jasmani maupun rohani mereka. Menurut Kusnandar, Siswa sekolah dasar memerlukan kebugaran jasmani yang baik agar dapat belajar secara maksimal, sehingga sanggup menggapai tujuan pembelajaran secara optimal. Adapun menurut Hurlock

menyebutkan bahwa karakteristik anak antara umur 10-12 tahun adalah:

- a. Suka terhadap permainan aktif
- b. Senang mencari perhatian orang dewasa
- c. Kondisi emosionalnya tidak stabil
- d. Rasa bangga terhadap ketrampilan yang dimilikinya
- e. Berminat terhadap olahraga kompetitif
- f. Pemujaan kepahlawanan tinggi
- g. Mulai paham artinya waktu, serta ingin mencapai sesuatu pada waktunya.

Oleh sebab itu peran guru PJOK sangat berpengaruh untuk pembelajaran PJOK terutama guna meningkatkan kebugaran jasmani siswa itu sendiri<sup>20</sup>.

Pendidikan jasmani bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, dan banyak lagi tujuan lainnya. Secara sederhana, pendidikan jasmani 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. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.

---

<sup>20</sup> Kebugaran Jasmani and others, 'Indonesian Journal for Efektivitas Senam Kesegaran Jasmani Indonesia Bersatu 2018 Terhadap Peningkatan', 3.2 (2022), 356–65.



- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.

Menikmati kesenangan dan kerianan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga<sup>21</sup>.

### 3. Karakteristik Pembelajaran PJOK

PJOK bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, emosional, etika moral, dan aspek pola hidup sehat. Oleh karenanya PJOK memiliki kedudukan sangat penting/vital dalam pembangunan sumber daya manusia SDM. Keberadaan PJOK telah diakui oleh pemerintah melalui Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwasannya mata pelajaran PJOK wajib diberikan mulai tingkat SD hingga SMA/SMK dan sederajat. Hakikat penjasorkes sebenarnya tercipta dari sebuah rancangan pembelajaran yang berorientasi pada gerak, permainan, dan olahraga. berpendapat bahwa pendidikan jasmani adalah satu fase dari proses pendidikan keseluruhan yang menggunakan kemampun gerak individu secara sukarela, tetapi bermakna langsung terhadap perkembangan mental, emosional, dan sosial. Urutan pembelajaran PJOK dirancang dengan cermat dan hati-hati untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan, perkembangan, dan perilaku setiap peserta didik. Pembelajaran yang dirancang dalam aktivitas PJOK berorientasi pada tahap perkembangan usia kronologis dan karakteristik keterampilan untuk membentuk perkembangan kemampuan-Kemampuan

---

<sup>21</sup> Abdurrohman Muzakki, Buku Ajar Pembelajaran Penjas Sekolah Dasar, (Bandung, cv. Feknis Muda Sejahtera, 2022) hal 12

yang mengarah pada kecerdasan kognitif, afektif, dan psikomotor<sup>22</sup>.

#### 4. Evaluasi Pembelajaran PJOK

Evaluasi lazim diartikan dengan penaksiran atau penilaian evaluasi dilakukan berkenaan dengan proses kegiatan untuk menentukan nilai sesuatu. Secara umum definisi evaluasi adalah suatu proses dalam mendapatkan informasi secara menyeluruh serta berkesinambungan mengenai proses serta hasil dari sebuah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang, yang nantinya dapat dijadikan sebagai dasar dalam penentuan lebih lanjut. Sedangkan pengertian penilaian adalah suatu proses untuk mengambil keputusan dengan menggunakan informasi yang diperoleh melalui pengukuran hasil belajar, baik yang menggunakan instrument tes proses pembuatan dan non tes. Dalam hal ini pengertian penilaian belajar dan pembelajaran dimaknai sebagai suatu keputusan nilai keberhasilan belajar dan pembelajaran secara kualitatif. Tujuannya adalah untuk memberi nilai tentang kualitas tertentu. Penilaian disini tidak hanya sekedar mencari jawaban terhadap pertanyaan tentang apa, tetapi lebih diarahkan.

kepada menjawab pertanyaan bagaimana atau seberapa jauh suatu proses hasil yang diperoleh seseorang atau program. Salah satu bentuk agar mengetahui proses pendidikan telah berjalan sesuai program, telah mencapai tujuan secara efisien dan efektif, atau proses pendidikan tidak berjalan sesuai program, tidak mencapai tujuan yang diharapkan, maka untuk mengetahuinya diperlukan kegiatan evaluasi. Evaluasi adalah suatu proses menentukan nilai seseorang dengan menggunakan patokan- patokan tertentu untuk mencapai tujuan. Sementara itu evaluasi hasil belajar pembelajaran adalah suatu proses menentukan nilai prestasi belajar peserta

---

<sup>22</sup> I Nyoman Kanca, Menjadi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Abad 21, (*Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga, 2018, ISSN 2622-0156*)

didik dengan menggunakan patokan- patokan tertentu agar mencapai tujuan pengajaran yang telah ditentukan sebelumnya.

Evaluasi sebagai pengumpulan kenyataan secara sistematis untuk menetapkan apakah dalam kenyataannya terjadi perubahan dalam diri peserta didik dan menetapkan sejauh mana tingkat perubahan dalam pribadi peserta didik. Sejalan dengan itu, teori lain, mengatakan bahwa evaluasi merupakan proses menggambarkan, memperoleh, dan menyajikan informasi yang berguna untuk menilai alternatif keputusan. Evelina mendefinisikan penilaian sebagai satu proses dalam mempertimbangkan sesuatu, baik berbentuk barang atau gejala dengan mempergunakan patokan-patokan (baik, tidak baik, memadai, tidak memadai, memenuhi syarat atau tidak memenuhi syarat dan seterusnya). Dalam penilaian pendidikan patokan-patokan yang dipergunakan seharusnya bersumber pada tujuan yang akan dicapai, baik tujuan jangka panjang maupun penjabarannya sehingga patokan-patokan tersebut menjadi konsep-konsep operasional dalam bentuk tujuan-tujuan jangka pendek.

Evaluasi adalah suatu proses untuk merencanakan memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat beberapa alternatif dalam mengambil keputusan. Penilaian hasil belajar adalah segala macam prosedur yang digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai unjuk kerja peserta didik seberapa jauh mereka mencapai tujuan-tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Sesuai dengan pengertian tersebut maka setiap kegiatan evaluasi atau penilaian merupakan suatu proses yang sengaja dilaksanakan untuk memperoleh, menyajikan informasi atau data, berdasarkan data tersebut kemudian dicoba membuat keputusan. Dalam beberapa hal evaluasi lebih luas karena evaluasi juga termasuk penilaian formal dan penilaian intuitif mengenai kemajuan peserta didik. Eval

juga mencakup penilaian tentang apa yang baik dan apa yang diharapkan.

Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani, bertitik tolak dari tujuan pendidikan jasmani itu sendiri. Tujuan pendidikan jasmani bersifat majemuk, mencakup perkembangan yang bersifat menyeluruh meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral. Hal ini sesuai dengan hakekat evaluasi sebagai upaya yang berencana untuk mengetahui seberapa jauh tujuan program berhasil. Karena itu evaluasi dalam pendidikan jasmani, terikat dengan pemahaman terhadap tujuan pendidikan jasmani. Evaluasi pembelajaran adalah suatu proses yang sistematis dan berkelanjutan untuk menentukan kualitas nilai dan arti dari sesuatu, berdasarkan pertimbangan dan criteria tertentu dalam rangka pembuatan keputusan. Evaluasi pembelajaran merupakan proses yang sistematis dan berkelanjutan untuk mengumpulkan, mendeskripsikan, menginterpretasikan, dan menyajikan informasi untuk dapat digunakan sebagai dasar membuat keputusan, menyusun kebijakan maupun menyusun program selanjutnya<sup>23</sup>.

## 5. Fungsi dan Tujuan Evaluasi Pembelajaran PJOK

Penilaian hasil belajar oleh pendidik berfungsi untuk memantau kemajuan belajar, memantau hasil belajar, dan mendeteksi kebutuhan perbaikan hasil belajar peserta didik secara berkesinambungan. Penilaian hasil belajar oleh pendidik dilaksanakan untuk memenuhi fungsi formatif dan sumatif dalam penilaian. Penilaian hasil belajar bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan kompetensi, menetapkan ketuntasan penguasaan kompetensi, menetapkan program perbaikan atau pengayaan berdasarkan tingkat penguasaan kompetensi dan memperbaiki proses pembelajaran. Berdasarkan

---

<sup>23</sup> Sumaryanto, *Pendidikan Jasmani Untuk Perguruan Tinggi, Konsep, Model, dan Strategi*. (PUSTAKA ILMU, 2021)

fungsinya penilaian hasil belajar meliputi; formatif dan sumatif. Fungsi formatif digunakan untuk memperbaiki kekurangan hasil belajar peserta didik dalam sikap, pengetahuan dan keterampilan pada setiap kegiatan penilaian selama proses pembelajaran dalam satu semester sesuai dengan prinsip kurikulum 2013. Hasil dari kajian kekurangan peserta didik digunakan untuk memberikan pembelajaran remedial dan perbaikan RPP serta proses pembelajaran yang dikembangkan pendidik untuk pertemuan berikutnya. Fungsi sumatif digunakan untuk menentukan keberhasilan belajar peserta didik pada kompetensi dasar tertentu, akhir suatu semester, satu tahun pembelajaran atau masa pendidikan di satuan pendidikan.

Penilaian hasil belajar oleh pendidik mencakup aspek sikap, aspek pengetahuan, dan aspek keterampilan.

1. Aspek Sikap: penilaian sikap dilakukan untuk mengetahui tingkat perkembangan sikap spiritual dan sikap sosial peserta didik. Sikap spiritual yang dimaksud meliputi keimanan dan ketakwaan, sikap sosial mencakup kejujuran, kedisiplinan, kesantunan, kepercayaan diri, kepedulian toleransi, kerjasama, dan gotong royong dan rasa tanggungjawab Permendikbud nomor 23 tahun 2016. Penilaian sikap dimaksudkan untuk mengetahui tingkat perolehan nilai-nilai spiritual maupun sosial, apakah pada tahap menerima, menanggapi, menghargai, menghayati mengamalkan nilai-nilai. Peserta didik dikatakan pada tahap atau menerima nilai apabila yang bersangkutan bersedia menerima suatu nilai dan memberikan perhatian terhadap nilai tersebut. Pada tingkat menanggapi apabila peserta didik mau merespon secara positif terhadap suatu nilai dan ada rasa puas dalam membicarakan nilai tersebut. Peserta didik pada tahap menghargai nilai apabila menganggap nilai tersebut baik, menyukai nilai tersebut, dan berkomitmen terhadap nilai tersebut. Pada tahap

mengahayati nilai ketika peserta didik telah memasukkan nilai tersebut sebagai bagian dari sistem nilai dirinya. Pada akhirnya peserta didik dikatakan telah mengamalkan nilai apabila yang bersangkutan telah menjadikan nilai tersebut sebagai ciri dirinya dalam berpikir, berkata, berkomunikasi dan bertindak.

2. Aspek Pengetahuan; Penilaian pengetahuan dilakukan untuk mengetahui tingkat penguasaan kecakapan berpikir peserta didik dalam dimensi pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, maupun metakognitif. Kemampuan berpikir yang dimaksud adalah berturut-turut dari yang sederhana ke yang kompleks yang meliputi mengingat, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi dan mencipta. Proses berpikir mengingat, memahami, dan menerapkan dikategorikan sebagai kecakapan berpikir tingkat rendah *Lower Order Thinking Skills* sementara menganalisis, mengevaluasi, dan mencipta dikategorikan kecakapan berpikir tingkat tinggi *Higher Order Thinking Skills*. Penilaian harus mencakup semua dimensi pengetahuan dengan seluruh tingkatan kecakapan berpikir tersebut sesuai dengan tuntutan indikator pencapaian kompetensi yang telah dengan benar dirumuskan dari kompetensi dasar.
3. Keterampilan Penilaian keterampilan adalah penilaian yang dilakukan untuk menilai kemampuan peserta didik dalam menerapkan pengetahuan dalam melakukan tugas tertentu diberbagai macam konteks sesuai dengan indikator pencapaian kompetensi. Penilaian keterampilan dapat dilakukan dengan berbagai teknik antara lain penilaian praktik, penilaian produk, penilaian proyek dan penilaian portofolio. Teknik penilaian yang dipilih dan digunakan harus sesuai dengan karakteristik kompetensi dasar.

Pendidik ataupun pengelola pengajaran mengadakan penilaian dengan maksud melihat apakah usaha yang dilakukan melalui pengajaran sudah mencapai tujuan. Sebagaimana telah disebutkan di atas, bahwa tujuan evaluasi secara umum adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan pada diri peserta didik yang dialaminya setelah ia mengikuti proses belajar mengajar. Tetapi sebenarnya hal tersebut baru merupakan sebagian dari tujuan evaluasi dalam arti yang sebenarnya. Tujuan evaluasi terhadap peserta didik di antaranya yang penting adalah:

1. Untuk mengetahui sampai sejauh mana potensi peserta didik itu berada.
2. Untuk mengadakan seleksi
3. Untuk mengetahui apa yang telah dicapai peserta didik dalam pelajaran Penjasorkes.
4. Untuk mengetahui letak kelemahan-kelemahan atau kesulitan-kesulitan yang dialami para peserta didik.
5. Untuk memberi bantuan dalam pengelompokan peserta didik untuk tujuan-tujuan tertentu. Misalnya pengelompokan diadakan untuk bermain bola voli, agar kedua tim yang bertanding kira-kira sama kuatnya.
6. Memberi dorongan atau motivasi bagi peserta didik dalam berolahraga.
7. Memberikan bantuan dalam bimbingan ke arah pemilihan yang sesuai dengan bakat dan kemampuan peserta didik.
8. Memberikan data bukti untuk dilaporkan kepada orang tua dan juga kepada masyarakat yaitu pihak-pihak yang memerlukan keterangan tentang seorang peserta didik. Laporan itu dapat berbentuk surat keterangan, sertifikat, rapor, tanda tamat belajar, ijazah dan lain-lain.
9. Memberikan data untuk keperluan penelitian atau riset.

Setelah tahap penilaian sudah dilakukan, maka tahap berikutnya pendidik akan mengevaluasi hasil belajar peserta didik dari 3 aspek penilaian diatas psikomotor, kognitif, dan afektif untuk mengetahui sejauh mana tingkat penguasaan serta pemahaman masing-masing peserta didik terkait dengan materi yang telah diberikan oleh pendidik. Dengan demikian pendidik bisa mengetahui kemampuan masing-masing peserta didik berdasarkan dari video pembelajaran yang mereka telah buat. Selanjutnya pendidik akan mengamati setiap gerakan, pengetahuan dan pemahaman peserta didik sesuai tugas didalam video pembelajaran yang telah dibuat masing-masing kelompok. Sehingga pendidik bisa melihat sejauh mana kemampuan dan pemahaman peserta didik dalam melakukan gerakan dan menjelaskan materi yang sesuai dengan indikator yang telah diberikan oleh pendidik kedalam tugas video pembelajaran.

Evaluasi dan penilaian pembelajaran penjasorkes berbasis video ini diharapkan dapat membantu para guru pendidikan jasmani di sekolah dalam rangka mengevaluasi dan menilai hasil belajar peserta didik dari ke tiga aspek yakni psikomotor, kognitif, afektif dan aspek pengiring lainnya. Model pembelajaran berbasis video ini tidaklah kemudian dapat mengatasi segala keterbatasan yang dialami para guru pendidikan jasmani dalam mengajarkan gerak keterampilan dan permainan olahraga, tetapi paling tidak dapat memberi motivasi kepada guru terutama peserta didik dalam mengembangkan potensi kecerdasannya dalam pembelajaran gerak pendidikan jasmani di sekolah. Sangat dimaklumi bila meodel penilaian ini masih memiliki berbagai aspek kekurangan dalam penerapannya, tetapi harapannya adalah dapat memberikan satu solusi penilaian dan evaluasi dalam keterampilan gerak olahraga dan permainan yang diajarkan<sup>24</sup>.

Oleh karena itu evaluasi sangat penting untuk dilakukan untuk mengetahui apakah pembelajaran berhasil atau tidak.

---

<sup>24</sup> Sumaryanto, *Pendidikan Jasmani Untuk Perguruan Tinggi, Konsep, Model, dan Strategi*. (PUSTAKA ILMU, 2021)



## DAFTAR RUJUKAN

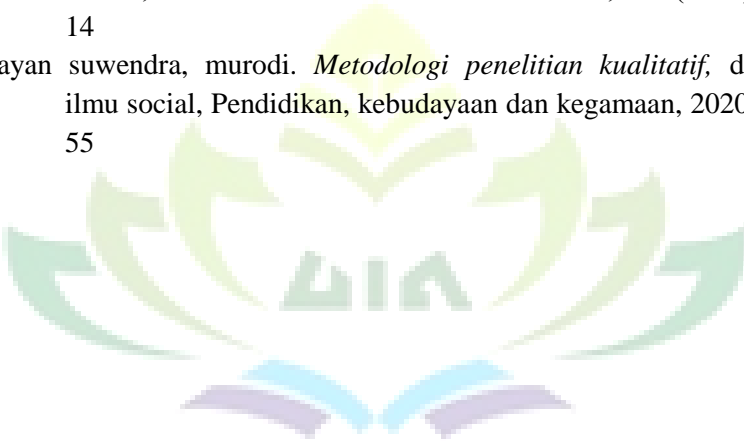
- Adjie Mas Achmad Nur Aulia Arifaen, Harwanto, and Hari Karyono, 'Pengaruh Waktu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Mi Bahrul Ulum Sukodono Sidoarjo', *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5.2 (2020), 93–96 <<https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.1043>>
- Abdurrohman Muzakki, *Buku Ajar Pembelajaran Penjas Sekolah Dasar*, (Bandung, cv. Feknis Muda Sejahtera, 2022) hal 12
- Basti, Sikha., Kriswanto, Erwin Setyo, 'Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Wates Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjasorkes Melalui Reinforcement (Penguatan)', *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10.2
- Budiarta, P C, P Perdinanto, and A Rakhman, 'Strategi Pembelajaran Guru Pjok Yang Efektif Diskeolah Se-Kecamatan Pulau Laut Timur',: *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 3.3 (2022), 72–78 <<http://jtam.ulm.ac.id/index.php/mpj/article/view/1530%0Ahttp://jtam.ulm.ac.id/index.php/mpj/article/download/1530/866>>
- Dede Rosyada, murodi. *Penentuan kualitatif untuk ilmu pendidikan*.(jakarta:kencana, 2020) hal 176
- Frosh, Stephen, 'New Normal?', *Jewish Quarterly*, 62.2, 52–53 <<https://doi.org/10.1080/0449010x.2015.1051708>>
- Funay, Nicky Anastasia, 'MODEL COOPERATIVE LEARNING DENGAN METODE TGT DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SEKOLAH DASAR Abstrak',, 65–73
- Halim Simatupang, *strategi belajar mengajar abad ke 21*. (CV, Cipta Media Edukasi) 2019
- Irianto, Tri, 'Implementasi Kurikulum 2013 Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar', *Jurnal Multilateral*, 13.1 (2018), 58–61
- Irwan Budiana dkk, 'STRATEGI PEMBELAJARAN' , CV Literasi Nusantara Abadi (penerbit tunggal, 2022)
- Deva Amalia Ramadhan, Bambang Priyono, Jasmani, Kebugaran, S D Negeri, Mintaragen Kota, Jurusan Pendidikan, and others, 'Indonesian Journal for Efektivitas Senam Kesegaran Jasmani Indonesia Bersatu 2018 Terhadap Peningkatan', 3.2 (2022),

356–65

- Tahta Krisna, Wira, Kebugaran, Peningkatan, Jasmani Siswa, Melalui Aktivitas, Fisik Ringan,
- Nofrialdi, N, and K Firdaus, 'Persepsi Guru Penjasorkes Terhadap Keterampilan Mengajar Guru Praktek Lapangan Penjasorkes Di Seluruh SMPN Kota Bukittinggi', *Jurnal JPDO*, 2.6 (2019), 35–42  
<<http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/108>>
- Salasiah, Rahmadi, and Trio Irianto, 'Instrumen Penilaian Harian Aspek Kognitif Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan', *Stabilitas: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1.1 (2020), 25–31
- Siti Rodi'ah, Isatul Hasanah, 'Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbantu Media Book Creator Digital Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Siswa Pada Tingkat Sekolah Dasar', *Continuous Education: Journal of Science and Research*, 2.2 (2021), 23–35  
<<https://doi.org/10.51178/ce.v2i2.225>>
- Sugihartono, Tono, 'MODEL PROBLEM BASED LEARNING MENINGKATKAN KETERAMPILAN SENAM IRAMA PADA PEMBELAJARAN PENJASORKES', *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8.1 (2019)  
<<https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8274>>
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, ed. by Apri Nuryanto, 3rd edn (Bandung: ALFABETA, cv, 2019)
- Sumantri, Agus, and Hendri Neldi, 'Profil Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di SD Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur', *JPO Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2.1 (2019), 160–64  
<[jpdo@ppj.unp.ac.id](mailto:jpdo@ppj.unp.ac.id)>
- Sunarti, S, 'Peningkatan Aktivitas Dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Strategi Pembelajaran Yang Berorientasi Aktivitas Siswa', *BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani)*, 6.2 (2018), 65–69
- Syafriadi, Syafriadi, Lalu Sapti Wijaya Kusuma, and Rusdiana Yusuf, 'Integrasi Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik Untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK', *Reflection Journal*, 1.1 (2021), 14–21

<<https://doi.org/10.36312/rj.v1i1.487>>

- Sumaryanto, Pendidikan Jasmani Untuk Perguruan Tinggi, Konsep, Model, dan Strategi. (PUSTAKA ILMU, 2021) hal, 103-108
- Siti Hermayanti Kaif, Fajrianti, Satriani. STRATEGI PEMBELAJARAN, (surabaya: inoffast publishing, 2022)
- Tri Arifprabowo, M. Musfiqon, 'BELAJAR Dan PEMBELAJARAN', (Grup Penerbitan CV Budi Utama, 2018)
- Wahyudi, Zikrur Rahmat, and Irfandi, 'Persepsi Orang Tua Peserta Didik Terhadap Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di SD Negeri 2 Neuhun Kabupaten Aceh Besar', Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan, 1.1 (2020), 1–14
- Wayan suwendra, murodi. *Metodologi penelitian kualitatif*, dalam ilmu social, Pendidikan, kebudayaan dan kegamaan, 2020, hal 55







# LAMPIRAN

## 1. Kisi-Kisi Wawancara

### Instrument Wawancara Dengan Pendidik Kelas V

**Nama** : Ari Fajri Firdaus S.Pd

**Jabatan** : Guru Mata Pelajaran PJOK di kelas V

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa materi penjas di semester 2 yang akan di ajarkan pada peserta didik dikelas V ?	a. Keterampilan senam dengan alat b. Aktivitas gerak berirama c. Renang gaya bebas d. Pemeliharaan diri e. Bahaya merokok, minuman keras, dan napza
2	Metode apa yang di gunakan disaat mengajar penjas ?	Menyesuaikan tempat, saat pembelajaran di kelas maka metode ceramah, disaat di lapangan menggunakan metode demonstrasi.
3	Apakah peserta didik antusias untuk mengikuti pembelajaran penjas ?	Sangat antusias, apalagi saat di lapangan para peserta didik terlihat senang
4	Apakah dalam pembelajaran sesuai dengan RPP ?	Dalam pembelajaran tidak selalu sesuai dengan RPP, di karenakan di sesuaikan dengan situasi dan kondisi saat pembelajaran, jadi saat pembelajaran menyesuaikan situasi dan kondisi tidak selalu sesuai dengan RPP.
5	Apa saja kendala saat pembelajaran penjas dilaksanakan ?	Kendala saat pembelajaran penjas di MIT yaitu salah satunya yang paling berpengaruh adalah sarana dan prasarana yang kurang.
6	Apa saja yang di lakukan di pendahuluan sebelum	Selalu sebelum melakukan pembelajaran di awali dengan

	pembelajaran di mulai?	salam lalu berdoa dan menanyai kabar para peserta didik, serta absen.
7	Apakah pembelajaran selalu di lakukan di lapangan?	Pembelajaran tidak selalu di lakukan di lapangan di karenakan terkendla di sarana dan prasarana, jadi karena lapanganya hanya satu saja, maka dibagilah dengan kelas 6 dimana satu minggu dilapangan dan satu minggu di kelas.
8	Bagaimana cara mengecek kehadiran para siswa?	Yaitu dengan membacaka absen kelas, tapi lebih sering dilakukan di kelas tidak dilapangan, dikarenakan guru jarang membawa absen pada saat pembelajaran dilapangan.
9	Setelah selesai berdoa, dan absen selesai, bagaimana guru akan memulai pembelajaran?	Guru membacakan materi atau memperkenalkan materi yang akan dipelajari di pembelajaran tersebut.
10	Apakah sebelum memulai pembelajaran dilakukan terlebih dahulu pemanasan?	Tentu saja saat pembelajaran dilapangan guru selalu melakukan pemanasan supaya para peserta didik tidak cidera atau terjadi masalah saat pembelajaran dilakukan.
11	Apakah materi pembelajaran selalu di bacakan terlebih dahulu sebelum dimulainya pembelajaran atau langsung di lakukan praktek?	Benar, materi pembelajaran selalu dibacakan terlebih dahulu saat pembelajaran akan dilaksanakan.
12	Berapa menit biasanya pemanasan di lakukan?	Pemanasan dilakukan sekitar 5 menit.
13	Setelah masuk ke kegiatan inti pembelajaran, apakah	Saat pembelajaran dilakukan guru selalu memberikan contoh

	langsung praktek masing-masing siswa atau mengikuti apa yang di lakukan guru?	terdahulu setelah itu baru para peserta didik mulai mempraktikannya.
<b>14</b>	Berapa menit kegiatan inti pembelajaran di lakukan?	Di MIT satu jam pembelajaran adalah 30 menit dan pembelajaran PJOK itu 2 jam menjadi 60 menit, jadi kegiatan inti pembelajaran dilakukan sekitar 45 menit atau bisa 50 menit.
<b>15</b>	Apakah di sela-sela inti pembelajaran ada waktu untuk istirahat?	Tentu setiap pembelajaran penjas selalu diberikan waktu untuk minum sejenak ataupun istirahat.
<b>16</b>	Berapa menit waktu yang di berikan untuk para siswa istirahat di sela-sela inti pembelajaran?	Sekitar 2-3 menit, tidak terlalu banyak dikarenakan materi akan diteruskan.
<b>17</b>	Apa yang dilakukan setelah selesai kegiatan inti pembelajaran?	Para peserta didik diberikan waktu 5-10 menit setelah pembelajaran selesai untuk olahraga bebas.
<b>18</b>	Saat sudah selesai melakukan kegiatan inti pembelajaran apakah dilakukan pendinginan?	Untuk pendinginan jarang sekali dilakukan pendinginan karena sudah diberikan waktu 5-10 menit untuk bebas, bisa untuk olahraga bebas, istirahat ataupun kegiatan lainnya.
<b>19</b>	Apakah di penutup kegiatan belajar mengajar para siswa berdoa kembali?	Jarang sekali dilakukan, kegiatan doa setelah belajar biasa digunakan saat pembelajaran dikelas.
<b>20</b>	Berapa menit waktu yang di butuhkan dalam satu kegiatan belajar mengajar?	Total untuk sekali mengajar pembelajaran PJOK yaitu 2 jam pembelajaran, yaitu 1 jamnya 30 menit, jadi untuk 2 jam pembelajaran adalah 60 menit.



<b>21</b>	Apakah waktu dihabiskan untuk kegiatan belajar mengajar atau di berikan waktu beberapa menit setelah kegiatan belajar mengajar untuk istirahat?	Benar, selalu diberikan waktu 5-10 menit untuk istirahat.
-----------	---	---



## 2. Kisi-Kisi Pedoman Observasi

N O	KEGIATA N	DESKRIPSI KEGIATAN	PENILAIAN				
			S B	B	C	K	S K
1	Pendahuluan	1. Kelas di buka dengan ucapan salam berdoa menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa <b>(RELIGIUS)</b> .					
		2. Guru menjelaskan tentang tujuan manfaat dan aktivitas pembelajaran yang akan di lakukan pembiasaan membaca <b>(LITERASI)</b>					
		3. Siswa di ajak menyanyikan lagu daerah setempat <b>(NASIONALIS )</b>					
2	Kegiatan Inti	<b>1. Mengamati</b> Peserta didik di beri motivasi atau rangsangan untuk					

		memusatkan perhatian pada topik Teknik renang gaya bebas					
		<b>2. Melihat</b> (tanpa atau dengan alat) menayangkan gambar/foto					
		<b>3. Mengamati</b> Lembar kerja pemberian contoh-contoh materi/soal untuk dapat di kembangkan peserta didik dari media interaktif dsb yang berhubungan dengan teknik renang gaya bebas					
		<b>4. Membaca</b> Materi dari buku paket atau buku-buku penunjang lain, dari internet/materi yang berhubungan dengan renang gaya bebas					

		<p><b>5. Mendengar</b> Pemberian materi oleh guru yang berkaitan dengan renang gaya bebas</p>					
		<p><b>6. Menyimak</b> Penjelasan pengantar kegiatan/materi secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai renang gaya bebas. Untuk melatih kesungguhan ketelitian mencari informasi</p>					
		<p><b>7. Menanya</b> Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar</p>					

		yang di sajikan dan akan di jawab melalui kegiatan belajar					
3	Penutup	1. Siswa Bersama guru menyimpulkan pembelajaran dan refleksi					
		2. Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap disiplin					
		3. Siswa melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas					
		4. Kelas di tutup dengan doa Bersama di pimpin salah seorang siswa					

### 3. RPP

(RPP)

Satuan Pendidikan : MIT Muhammadiyah

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas /Semester : V/Ganjil

Tema : Sepak Bola

Tahun Pelajaran : 2022 / 2023

Alokasi Waktu : 8 JP ( 2 Pertemuan)

#### Langkah-langkah Pembelajaran

Media	Alat / bahan	Metode Pembelajaran
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Buku Pegangan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD Kurikulum 2013</li> <li>▪ Buku Pegangan Siswa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD Kurikulum 2013</li> <li>▪ Modul/bahan ajar, Internet, Sumber lain yang relevan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pendekatan Deduktif</li> <li>▪ Model Pembelajaran (langsung)</li> </ul>
<b>TUJUAN PEMBELAJARAN</b>		
<p>Melalui pendalaman cerita, pendalaman cerita kitab suci, diskusi dan mendaraskan mazmur, peserta didik dapat :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan apa itu sepak bola</li> <li>• Memperagakan Menendang bola</li> <li>• Memperagakan Menembak bola</li> </ul>		
<b>PENDAHULUAN (20 MENIT)</b>		
<p>Kelas dibuka dengan ucapan salam, berdo'a, menanyakan kabar, dan mengecek kehadiran siswa. <b>(Religius)</b></p> <p>Guru menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dan aktivitas pembelajaran yang akan dilakukan.</p> <p>Pembiasaan membaca <b>(Literasi)</b></p> <p>Siswa diajak menyanyikan lagu daerah setempat <b>(Nasionalis)</b></p>		
<b>KEGIATAN INTI (100 MENIT)</b>		
<b>Mengamati</b>		

Media	Alat / bahan	Metode Pembelajaran
		<p>Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik <i>Sepak bola</i> dengan cara :</p> <p><b>Melihat</b> (tanpa atau dengan alat) Menayangkan gambar/foto/tabel berikut ini</p> <p><b>Mendengar</b> pemberian materi oleh guru yang berkaitan dengan <i>sepak bola</i></p> <p><b>Menyimak,</b> penjelasan pengantar kegiatan/materi secara garis besar/global tentang materi pelajaran mengenai : <i>sepak bola</i> untuk melatih kesungguhan, ketelitian, mencari informasi.</p> <p><b>Menanya</b> Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin pertanyaan yang berkaitan dengan gambar yang disajikan dan akan dijawab melalui kegiatan belajar, contohnya :</p> <p><b>Mengajukan pertanyaan</b> tentang : <i>sepak bola</i> yang tidak dipahami dari apa yang diamati atau pertanyaan untuk mendapatkan informasi tambahan tentang apa yang diamati (dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik) untuk mengembangkan kreativitas, rasa ingin tahu, kemampuan merumuskan pertanyaan untuk membentuk pikiran kritis yang perlu untuk hidup cerdas dan belajar sepanjang hayat. Misalnya :</p>
<b>PENUTUP (20 MENIT)</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa bersama guru menyimpulkan pembelajaran dan refleksi</li> <li>• Siswa menyimak cerita motivasi tentang pentingnya sikap <i>disiplin</i>.</li> <li>• Kelas ditutup dengan doa bersama dipimpin salah seorang siswa.</li> </ul>

**PENILAIAN**

- Penilaian Sikap: Lembar Observasi
- Penilaian Pengetahuan: Tes
- Penilaian Keterampilan: Unjuk

Mengetahui  
Kepala Madrasah MIT Muhammadiyah

Bandar Lampung, Juli 20  
Guru PJOK

Sari Oktania,S.Pd.I  
NBM.1302789

Ari Fajri Firdaus,S.Pd  
NIP.





#### 4. Silabus

##### **SILABUS PJOK KELAS V**

Satuan Pendidikan	: MIT Muhammadiyah
Kelas	: V
Semester	: 1 (Ganjil)
Tahun Program	: 2022/2023

##### **KOMPETENSI INTI**

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

Mata Pelajaran	Kompetensi Dasar	Indikator	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran	Pendidikan Penguatan Karakter	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
PJOK	3.1 Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan	3.1.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar loko- mot	<b>Sepak bola :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menendang bola</li> <li>• Menggiring bola</li> <li>• Mengoper bola</li> <li>• Mengontrol bola</li> <li>• Menyundul bola</li> <li>• Merebut bola</li> <li>• Menyapu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</li> <li>• Siswa bersama pasangan menerima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Religius</li> <li>• Nasionalis</li> <li>• Mandiri</li> <li>• Gotong Royong</li> <li>• Integritas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik menendang bola</li> <li>• Teknik menggiring Bola</li> <li>• Teknik mengoper bola</li> <li>• Teknik mengontrol bola</li> <li>• Teknik menyundul bola</li> </ul>	26 JP	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku BSE Asyiknya Berolahraga 5 Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan /Tri Minarsi, Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian</li> </ul>

	<p>konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>4.1 Mempraktikkan kombinasi</p>	<p>or, non-lokomotor, dan manipulasi dengan konsep tubuh, ruan</p> <p>g, usaha,</p>	<p>bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola</li> <li>• Melempar bola</li> <li>• Menembak bola</li> <li>• Aturan permainan sepak bola</li> <li>• Pelanggaran dalam sepak bola</li> </ul>	<p>dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulasi permainan sepakbola (menendan</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik merebut bola</li> <li>• Teknik menyapu bola</li> <li>• Teknik menangkap bola</li> <li>• Teknik melempar bola</li> <li>• Teknik menembak bola</li> <li>• Melaksanakan aturan permainan sepak bola</li> </ul>	<p>n Pendidikan Nasional, 2010.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet website dukasi.com</li> <li>• Buku BSE KTSP Kementerian Pendidikan RI</li> <li>• Software Pengajaran kelas 5 SD/MI.</li> <li>• Video/slide sepak bola</li> </ul>
--	---	---	---	---	--	---	--

	<p>si gerak lokomotif, non-lokomomotif, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar</p>	<p>dan keterhubungan dalam permainan sepak bola .</p> <p>4.1.1</p> <p>Mempraktikkan</p>	<p>g, menghentikan, dan menggiring bola).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memahami pelanggaran dalam sepak bola</li> </ul>		
--	---	---	--	---	--	--

	<p>sederhana dan atau tradisional. *</p>	<p>variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan</p>	<p>satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> </ul>				
--	--	---	---	--	--	--	--

		<p>gan kons ep tubu h, ruan g, usah a, dan kete rhub ung an dala m per mai nan sepa k</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba tugas gerak permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Hasil belajar</li> </ul>				
--	--	---	---	--	--	--	--

		bola .		siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.				
		3.1.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar loko	<b>Bola basket</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melempar bola</li> <li>• Menangkap bola</li> <li>• Menggiring bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang kombinasi pola gerak dasar permainan bolabasket (melempar, menangkap</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik melempar bola</li> <li>• Teknik menangkap bola</li> <li>• Teknik menggiring bola</li> </ul>	8 JP	

		<p>motor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha</p>	<p>, dan menggiring bola).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba dan melakukan kombinasi pola gerak dasar permainan bolabasket (melempar, menangkap, dan menggiring bola).</li> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari</li> </ul>				
--	--	---	--	--	--	--	--



		<p>a, dan kete- rhu- bung- an dala- m per- mai- nan bola bask- et .</p> <p>4.1.1</p> <p>Me- mpr- akti- kka- n vari</p>		<p>diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa memperaga- kan hasil belajar gerak permainan bolabasket ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional yang dilandasi nilai-nilai disiplin,</li> </ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		asi pola gera k dasa r loko mot or, non- loko mot or, dan man ipul atif sesu ai den gan		percaya diri, sungguh- sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajar an				
--	--	---	--	--	--	--	--	--

		kons ep tubu h, ruan g, usah a, dan kete rhub ung an dala m per mai nan bola bask et.						
--	--	---	--	--	--	--	--	--

	<p>3.2</p> <p>Menerima prosedur kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhub</p>	<p>3.2.1</p> <p>Menjelaskan konsep gerak variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan</p>	<p><b>Kasti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan bola</li> <li>• Melempar bola</li> <li>• Menangkap bola</li> <li>• Memukul bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan kasti</li> </ul>		<p><b>Sikap :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disiplin</li> <li>• Kerja sama</li> <li>• Sportif</li> <li>• Tanggung jawab</li> </ul> <p><b>Keterampilan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik melambungkan bola</li> <li>• Teknik melempar bola</li> <li>• Teknik menangkap bola</li> </ul>	<p>10 JP</p>	
--	--	---	---	--	--	---	--------------	--

	<p>ungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p> <p>4.2</p> <p>Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomot</p>	<p>manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan ketekaterampilan dala</p>	<p>(melambungkan, melempar, menangkap, dan memukul bola) ke berbagai arah dan dalam posisi diam dan bergerak menggunakan berbagai pegangan bola).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik memukul bola</li> </ul>		
--	---	--	--	---	--	--

	<p>or, dan manipulasi sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional</p>	<p>m permainan bola kasti .</p> <p>4.2.1</p> <p>Mepraktikkan variasi pola gerak dasar</p>		<p>dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru.</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada</li> </ul>				
--	--	---	--	--	--	--	--	--

	al*	r loko mot or, non- loko mot or, dan man ipul atif sesu ai den gan kons ep tubu h, ruan		<p>materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntannya sesuai umpan balik yang diberikan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba tugas gerak permainan kasti ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi</li> </ul>				
--	-----	---	--	---	--	--	--	--

		g, usah a, dan kete rhub ung an dala m per mai nan bola kasti .		nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh- sungguh, dan kerja sama. • Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajar an.				
		3.2.1 Men jelas kan	<b>Rounders:</b> • Melambun gkan bola • Melempar	• Siswa menyimak tujuan pembelajar	•	• Teknik melamb ungkan bola	10 JP	



		<p>kons ep vari asi pola gera k dasa r loko mot or, non- loko mot or, dan man ipul atif sesu</p>	<p>bola</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangka p bola</li> <li>• Memukul bola</li> </ul>	<p>an, dan penjelasan permasalah an yang akan diselesaika n mengenai kombinasi pola gerak dasar permainan rounders (melambun gkan, melempar, menangkap , dan memukul bola).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik melempa r bola</li> <li>• Teknik menangk ap bola</li> <li>• Teknik memuku l bola</li> </ul>		
--	--	--	---	--	--	---	--	--

		ai den gan kons ep tubu h, ruan g, usah a, dan kete rhub ung an dala m per mai nan		langkah- langkah menyelesai kan masalah dalam kombinasi pola gerak dasar permainan rounders. • Siswa mengumpu lkan informasi yang sesuai, mencoba kombinasi pola gerak dasar				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		<p>Rou nder s .</p> <p>4.2.1</p> <p>Me mpr akti kka n vari asi pola gera k dasa r loko mot or,</p>		<p>permainan rounders secara berulang- ulang untuk mendapatk an penjelasan dan pemecahan masalah, serta menerima umpan balik dari guru.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berbagi tugas dengan teman</li> </ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan		dalam merencanakan dan menyiapkan karya sebagai laporan untuk menjawab permasalahan sesuai arahan guru. <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa bersama kelompok memaparkan temuan dan karyanya di depan kelas</li></ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		<p>keterhubungan dalam permainan Rounders.</p>		<p>secara bergantian yang dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerjasama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran</li> </ul>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				berdasarkan kualitas laporan dan dalam mengatasi persoalan.				
	3.3 Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan,	3.3.1 Menjelaskan konsep variasi pola gerak dasar jalan,	<b>Lompat Jauh:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Awalan</li> <li>• Tumpuan</li> <li>• Melayan di udara</li> <li>• Mendarat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</li> <li>• Siswa bersama pasangan menerima</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik awalan</li> <li>• Teknik tumpuan</li> <li>• Teknik melayang di udara</li> <li>• Teknik mendarat</li> </ul>	10 JP	

	<p>an/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.</p> <p>4.3 Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui</p>	<p>lari, lompat, dan lempar melalui olahraga lompat jauh .</p> <p>4.3.1 Mepraktikkan</p>		<p>dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas kombinasi pola gerak dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara, dan mendarat).</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	<p>permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.</p>	<p>n variasi pola gerak dasar r jalan, lari, lompat, dan lempar melonjak alui olahraga lompat</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat”. Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberika</li> </ul>				
--	--	---	--	---	--	--	--	--



		pat jauh .		n masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja). <ul style="list-style-type: none"><li>•</li><li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li><li>• Siswa mencoba tugas kombinasi pola gerak</li></ul>				
--	--	------------------	--	---	--	--	--	--

				<p>dasar lompat jauh ke dalam permainan yang dimodifikasi dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hasil belajar siswa dinilai</li></ul>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				selama proses dan di akhir pembelajaran.				
	3.4 Menerapkan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak	3.4.1 Menjelaskan langkah-langkah gerak kaki pada beladiri silat.	<b>Pencak silat</b> : • Kuda-kuda • Gerak langkah kaki	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</li> <li>• Siswa bersama pasangan menerima</li> </ul>	•	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik kuda-kuda</li> <li>• Teknik gerak langkah kaki</li> </ul>	6 JP	

	<p>dasar seni beladiri. **</p> <p>4.4</p> <p>Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar</p>	<p>4.4.1</p> <p>Mempraktikkan langkah-langkah gerak kaki pada beladiri silat.</p>		<p>dan mempelajari lembar kerja (student work sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi pola gerak dasar kuda-kuda (depan, belakang, samping, dan silang) dan pola gerak langkah</p>				
--	--	---	--	--	--	--	--	--

	seni beladiri. **			(lurus, zig-zag, huruf U, segitiga, segi empat, dan huruf S). • Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi “pelaku” dan siapa yang menjadi “pengamat” secara berulang-ulang.				
--	----------------------	--	--	--	--	--	--	--

				<p>Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa berganti peran setelah</li></ul>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>mendapatk an aba-aba dari guru.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa mencoba tugas gerak beladiri ke dalam permainan yang dimodifika si dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh- sungguh, dan kerja</li></ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>sama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>				
	<p>3.5</p> <p>Memahami prosedur aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (<i>cardio</i></p>	<p>3.5.1</p> <p>Menjelaskan konsep aktivitas latihan daya</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Daya tahan jantung dan paru-paru (<i>cardiorespiratory</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang berbagai latihan aktivitas kebugaran</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik Latihan daya tahan jantung dan paru</li> </ul>	4 JP	



	<p><i>respiratory</i>) untuk pengembangan kebugaran jasmani.</p> <p>4.5</p> <p>Mempraktikkan aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (<i>cardior</i></p>	<p>tahan jantung dan paru (<i>cardiorespiratory</i>) untuk pengembangan kebugaran jasm</p>		<p>jasmani untuk meningkatkan daya tahan jantung dan paru-paru (<i>cardiorespiratory</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba latihan aktivitas kebugaran jasmani untuk meningkatkan daya tahan jantung dan paru-paru</li> </ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

	<p><i>espiratory</i>) untuk pengembangan kebugaran jasmani.</p>	<p>ani. 4.5.1 Mempraktikkan konsep aktivitas latihan daya tahan jantung dan</p>	<p><i>(cardiorespiratory)</i> yang telah diperagakan oleh guru. • Siswa mempraktikkan secara berulang berbagai latihan aktivitas kebugaran jasmani untuk meningkatkan daya tahan jantung dan paru-paru</p>				
--	---	---	--	--	--	--	--

		paru (cardio respiratory) untuk pengembangan keyakinan jasmani.		<p>(<i>cardiorespiratory</i>) sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menerima umpan</li> </ul>				
--	--	---	--	--	--	--	--	--

				<p>balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Mengetahui

Kepala sekolah,

Sari Oktarina, S.Pd.I

NIP. ....

Bandar Lampung, Juli 2022

Guru PJOK Kelas 5

Ari Fajri Firdaus

NIP. ....

### 5. Absen kelas V

<b>NO</b>	<b>DAFTAR ABSEN KELAS V<sup>1</sup></b>	<b>NISN</b>
<b>1</b>	A. H	31216
<b>2</b>	A. L	31108
<b>3</b>	A. N	01148
<b>4</b>	A. F	31291
<b>5</b>	D. R	01134
<b>6</b>	D. F	31246
<b>7</b>	D. A	31124
<b>8</b>	F. S	31116
<b>9</b>	G. S	01277
<b>10</b>	J. K	01134
<b>11</b>	K. A	31290
<b>12</b>	M. A	31276
<b>13</b>	M. R	31279
<b>14</b>	M. D	31155
<b>15</b>	M. F	31217
<b>16</b>	S. A	12373
<b>17</b>	S. G	01249
<b>18</b>	U. S	31213
<b>19</b>	M. R	31179
<b>20</b>	Q. F	01264
<b>21</b>	N. R	12716
<b>22</b>	K. R	12312
<b>23</b>	F. S	1248

---

<sup>1</sup> Dokumentasi MIT Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung

## 6. Surat penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURURAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260

Nomor : B-7900/Un.16/DT/PP.009.7/06/2023  
Sifat : Penting  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Mengadakan Penelitian

Bandar Lampung, Juni 2023

Kepada Yth.

Kepala Sekolah MI T Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung  
di Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah memperhatikan Judul Skripsi dan Out Line yang sudah disetujui oleh dosen Pembimbing Akademik (PA), maka dengan ini Mahasiswa/i Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung :

Nama : **Muhammad Syamsul Maarif**  
NPM : 1911100347  
Semester/T.A : VIII (Delapan)  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Judul Skripsi : Implementasi Strategi Pembelajaran PjOK Pada Peserta Didik Kelas V MI T Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung

Akan mengadakan penelitian di MI T Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Guna mengumpulkan data dan bahan-bahan skripsi yang bersangkutan. Waktu yang diberikan mulai tanggal 26 Juni 2023 sampai dengan selesai.

Demikian, atas perkenan dan bantuannya diucapkan terima kasih.


*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dekan  
  
Prof. Dr. Niva Diana, M.Pd.  
NIP. 19640828 198803 2 002

Tembusan

- 1 Wakil Dekan Bidang Akademik.
- 2 Kajuri/Kaprodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
- 3 Kabag TU FTK.
- 4 Mahasiswa yang bersangkutan

## 7. Surat Balasan



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH**  
**MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU MUHAMMADIYAH ( MITM )**  
**SUKARAME-KOTA BANDAR LAMPUNG**  
 NSM. 111218710054      NPSN.69883378  
**TERAKREDITASI**  
 Alamat: Jl. Pulau Sangiang, Gg. Madrasah RT 007 Lk 1 Kel. Sukarame Kota Bandar Lampung (0721) 5612777

---

No : 078/IV.AU/MIT.M/2023  
 Lampiran : -  
 Hal : Izin Mengadakan Penelitian

Yth.  
 Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung  
 Di  
 Bandar Lampung

*Assalamualaikum, Wr, Wb.*


Berdasarkan surat perihal Izin Melaksanakan Penelitian dengan nomor surat : B-7400 Un. 16/DT/PP.009.7/06/2023 tertanggal 26 Juni 2023, Maka dengan ini Kepala MI Terpadu Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung memberikan izin untuk mengadakan Penelitian kepada :


Nama : Muhammad Syamsul Maarif  
 Perguruan Tinggi : Uin Raden Intan Lampung  
 NPM : 1911100347  
 Semester : VIII (Delapan)  
 Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI)

Demikian surat izin ini kami berikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamualaikum, Wr, Wb.*

Bandar Lampung, 27 Juli 2023

Mengetahui,  
 Kepala Madrasah,  
  
 Sari Oktania, S.Pd.I  
 NPM. 1302789



## 8. Dokumentasi Penelitian



## 9. Dokumentasi wawancara dengan guru PJOK kelas V







## 10. Dokumentasi dengan kepala Madrasah







**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**PUSAT PERPUSTAKAAN**

Jl. Lertkol H. Embro Suratmtn, Sukarame I, Bandar Lampung 35131  
Telp.(0721) 780887-74531 Fax, 780422 Website: [www.radentan.ac.id](http://www.radentan.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: B-2256/ Un.16 / P1 /KT/V11/ 2023

**Assalamu'alaikum Wr.Wb.**

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos.1  
NIP : 197308291998031003  
Jabatan : Kepala Pusat Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung  
Menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan judul

**IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJKO PADA PESERTA DIDIK DI KELAS V  
MIT MUHAMMADIYAH SUKARAME BANDAR LAMPUNG**

Karya

NAMA	NPM	FAKULTAS/PRODI
MUHAMMAD SYAMSUL MA'ARIF	1911100347	FTK/PGMI

Bebas Plagiasi sesuai Cok tingkat kemiripan sebesar 20%. Dan dinyatakan **Lulus** dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**

Bandar Lampung, 26 Sep 2023  
Kepala Pusat Perpustakaan



**Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I**  
NIP. 197308291998031003

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli Pusat Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Skripsi Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan.

## IMPLEMENTASI STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK PADA PESERTA DIDIK DI KELAS V MIT MUHAMMADIYAH SUKARAME BANDAR LAMPUNG

### ORIGINALITY REPORT

<b>20%</b>	<b>18%</b>	<b>19%</b>	<b>18%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>Submitted to Universitas Negeri Jakarta</b> Student Paper	<b>3%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to iGroup</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to UM Surabaya</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Muhammad Labib Syauqi. "Kontekstualisasi Penafsiran Ayat-Ayat Teror dalam Al-Qur'an", MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, 2020</b> Publication	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>Submitted to UIN Maulana Malik Ibrahim Malang</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>Submitted to Unika Soegijapranata</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to IAIN Pontianak</b> Student Paper	<b>1%</b>

8	Sindi Arisona, - Elvira, - Rustamaji. "PENATAAN KAWASAN TEPI SUNGAI DI KOTA SINTANG DARI PERSPEKTIF SENENTANG", Jurnal Teknik Sipil, 2018 Publication	1%
9	Submitted to Kolej Universiti Islam Sultan Azlan Shah Student Paper	1%
10	Submitted to IAIN Bengkulu Student Paper	1%
11	Submitted to Surabaya University Student Paper	1%
12	Submitted to Syiah Kuala University Student Paper	1%
13	Muslih Jauhari. "Peningkatan Hasil Belajar Psikomotorik Siswa Pada Materi Lompat Jauh Gaya Hang Style Berbantuan Media Punching-Pad", Bitnet: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi, 2022 Publication	1%
14	Ali Miftakhu Rosad. "IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KARAKTER MELALUI MANAGEMEN SEKOLAH", Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan, 2019 Publication	1%
15	Submitted to College of the Canyons Student Paper	<1%



- 
- 16 Hamidah Gustianti, Anton Aulawi, E. Nita Prianti. "PERAN KEPALA SEKOLAH DALAM PEMENUHAN STANDAR PROSES PEMBELAJARAN DI SMK PGRI 3 KOTA SERANG", Pro Patria: Jurnal Pendidikan, Kewarganegaraan, Hukum, Sosial, dan Politik, 2023  
Publication <1%
- 
- 17 Agung Widodo, Muhammad Thariq Aziz. "The Effect Of Physical Integrated Educational Teaching Materials Using Ismuba for Muhamadiyah Elementary School Students", JUARA : Jurnal Olahraga, 2019  
Publication <1%
- 
- 18 Submitted to Binus University International  
Student Paper <1%
- 
- 19 Istikomah Istikomah, Erni Puji Astuti, Heru Kurniawan. "Kemampuan Berpikir Aljabar Siswa Climber dalam Menyelesaikan Masalah SPLDV", AlphaMath : Journal of Mathematics Education, 2020  
Publication <1%
- 
- 20 Aba Sandy Prayoga. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, 2017  
Publication <1%
- 
- 21 Submitted to Kumoh National Institute of Technology Graduate School  
Student Paper <1%
-