

Dr. Sri Winarni, M.Pd.
Mia Kusumawati, M.Pd.

PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI



PENERBIT
CAKRAWALA CENDEKIA

PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Dr. Sri Winarni, M.Pd.
Mia Kusumawati, M.Pd.

Editor:
Myti Sandri

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
Dilarang keras memperbanyak, memfotokopi sebagian
atau seluruh isi buku ini, serta memperjual belikannya
tanpa mendapat izin tertulis dari Penerbit.

ISBN: 978-602-51763-7-1

Cetakan 1, Juli 2020
viii + 199
17 x 24 cm

PENERBIT CAKRAWALA CENDEKIA

📍 Nirvana Bulak Kapal Blok A5 Jalan Mawar Putih
RT. 04 RW. 01 Aren Jaya, Bekasi Timur, Kota Bekasi 17111
☎ 0858 1102 3105
✉ cakrawalacendekia17@gmail.com

Anggota IKAPI (316/JBA/2018)

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 19 TAHUN 2002
TENTANG HAK CIPTA PASAL 72 KETENTUAN PIDANA
SANKSI PELANGGARAN

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberikan izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp 1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dipidana dengan pidana penjara.

KATA PENGANTAR

Buku dengan judul “Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani” adalah wujud konsistensi penulis pada bidang kompetensi yang selama ini dikembangkan yaitu Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Ucapan syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah Swt., Tuhan Yang Maha Esa, atas ridho dan rahmat-Nya akhirnya buku ini dapat diselesaikan.

Buku ini tersusun berawal dari beberapa tulisan (artikel) penulis tentang penyusunan rencana pembelajaran, pengintegrasian pendidikan karakter dalam pendidikan jasmani, dan pendidikan karakter dan olahraga yang disajikan dalam jurnal serta berbagai kesempatan dalam seminar dan lokakarya. Penulis sangat terusik oleh kelemahan guru-guru juga dosen dalam membuat perencanaan pembelajaran yang sering terinspirasi dari teori pembelajaran umum namun kurang disesuaikan dengan sifat dan karakter pembelajaran pendidikan jasmani. Meskipun demikian untuk mewujudkan buku ini cukup memerlukan waktu lama untuk melengkapi seluruh isi sehingga dianggap patut dijadikan bahan bacaan secara umum dalam perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani.

Dengan berbagai sumber (referensi) mengenai perencanaan pembelajaran dan buku-buku perencanaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, penulis mencoba menguraikan beberapa konsep, mulai dari posisi pendidikan jasmani dalam pendidikan secara umum yang berisi pentingnya pembelajaran pendidikan jasmani bagi ketercapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan, konsep perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang berisi langkah-langkah secara strategis dalam menyiapkan pembelajaran pendidikan jasmani, pendekatan integrasi dalam pendidikan jasmani yang berisi konsep pendekatan integrasi dalam mengemas pendidikan jasmani yang dintegrasikan dengan mata pelajaran lain maupun karakter atau nilai-nilai, perencanaan pendidikan jasmani yang mengintegrasikan

pendidikan karakter yang secara lengkap dikupas langkah-langkah bagaimana menyusun silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dalam pendidikan jasmani, dan beberapa contoh RPP yang mengintegrasikan pendidikan karakter.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa buku ini belum sempurna dan masih memiliki banyak kekurangan mungkin dalam konsep-konsepnya, isi materinya, atau mungkin dalam kesalahan dalam pengutipan dan pengetikan. Hal ini tentu dikarenakan kelemahan penulis yang masih harus banyak belajar dalam menyusun buku yang lebih bermutu. Semua kesalahan dalam buku ini tentu menjadi tanggungjawab penulis sepenuhnya.

Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada teman-teman sejawat yang sering berdiskusi sehingga menghasilkan gagasan penulisan, pada keluarga tercinta yang selalu mendukung penulis untuk terus berkarya. Akhirnya penulis berharap kehadiran buku ini dapat melengkapi khasanah buku referensi bagi dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani dan olahraga. Semoga sekecil apapun ada manfaatnya bagi pembaca pada umumnya dan khususnya bagi penulis sendiri. Aamiiin...

Yogyakarta, Juli 2020
Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB 1 POSISI PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENDIDIKAN	1
A. Hakekat Pendidikan Jasmani	1
B. Tujuan Pendidikan Jasmani	9
C. Pendidikan Jasmani sebagai Media Pendidikan Karakter	12
D. Hubungan Karakter dengan Aktivitas Jasmani	18
E. Pendidikan Jasmani dan Perkembangan Kognitif	22
BAB 2 PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN	
JASMANI	27
A. Pengertian Perencanaan Pembelajaran	29
B. Model-model Perencanaan Pembelajaran	31
C. Strategi Perencanaan Pembelajaran	39
D. Perencanaan Pembelajaran dengan Pendekatan Sistem .	40
BAB 3 PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN	
JASMANI DENGAN PENDEKATAN INTEGRATIF	77
A. Definisi Pembelajaran Integratif/Interdisiplin	77
B. Pembelajaran Integratif/Interdisiplin dan Kualitas Pendidikan Jasmani	78
C. Pendidikan Jasmani Intregatif (Terpadu)	79
D. Keuntungan Integrasi	80
E. Beberapa Pertimbangan Penting	83
F. Proses Pengajaran Menggunakan Pembelajaran Integratif/Interdisiplin	84
G. Perencanaan Pembelajaran Integratif	116
H. Pelaksanaan Pembelajaran	123

I. Pendekatan Pembelajaran	126
BAB 4 PERENCANAAN PEMBELAJARAN KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI	130
A. Pendekatan <i>Social Learning</i> dalam Pengembangan Karakter dan Nilai-nilai Olahrgafa	131
B. Strategi Untuk Meningkatkan Pengembangan Karakter Pendidikan Jasmani	135
C. Pengintegrasian Pendidikan Karakter Dalam Pembelajaran	142
D. Langkah-Langkah Penyusunan RPP	153
E. Bahan Ajar	160
F. Media Pembelajaran	162
G. Implementasi di Kelas	163
H. Penilaian	163
I. Monitoring dan Evaluasi	165
BAB 5 APLIKASI PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI YANG MENGINTEGRASIKAN PENDIDIKAN KARAKTER	167
A. RPP Kurikulum 2006	167
B. RPP Kurikulum 2013	175
DAFTAR PUSTAKA	194
RIWAYAT PENULIS	198

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1.	Indikator Nilai dalam Praktek, Olahraga, dan Kehidupan	14
Tabel 3.1.	Daftar Tema Kelas I, II, dan III	103
Tabel 3.2.	Daftar Tema Kelas IV, V, dan VI	104
Tabel 3.3.	Format Pemetaan Kompetensi Dasar dalam Tema ...	118
Tabel 4.1.	Komponen-komponen Teori Belajar Sosial	131
Tabel 4.2.	Program Ciri-ciri Olahragawan Sejati Olahraga Usia Dini	135
Tabel 4.3.	Teknik dan Bentuk Instrumen Penilaian	164

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Faktor-faktor dalam Memilih dan Menerapkan Strategi Pembelajaran	41
Gambar 2.2. Analisis Pembelajaran Hipotesis	52
Gambar 3.1. Peluang Pembelajaran: Standar Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Amerika Serikat	79
Gambar 3.2. Contoh Dua Arah Integrasi antara Pendidikan Jasmani dan Science	81
Gambar 3.3. Contoh Integrasi Isi/Materi Mata Pelajaran dalam Tema Keterampilan Dribbling	85
Gambar 3.4. Contoh Penguatan Konsep Matematika Melalui Tema Keterampilan dan Konsep Gerak	86
Gambar 3.5. Contoh Pengalaman Pembelajaran Integrasi Berbagi	88
Gambar 3.6. Jaringan Indikator Sub Tema	118
Gambar 4.1. Pengintegrasian Pendidikan Karakter dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia dengan Metode Komunikatif	142

BAB 1

POSISI PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENDIDIKAN

A. Hakekat Pendidikan Jasmani

Pendidikan adalah upaya meningkatkan kualitas manusia sehingga menjadi insan yang bermanfaat bagi diri dan lingkungannya. Kualitas manusia inilah yang akan menjadi sasaran dalam sektor pendidikan, baik pendidikan melalui jalur formal (sekolah), informal (keluarga), maupun non formal (masyarakat). Masing-masing jalur pendidikan memiliki cara spesifik dalam mengantar manusia menjadi lebih berkualitas, dan hal inilah yang membedakan pendidikan formal, pendidikan non formal, dan pendidikan in formal.

Jalur pendidikan apapun memerlukan langkah perencanaan sebagai langkah pertama dalam melaksanakan pendidikan. Sekolah sebagai jalur pendidikan formal memiliki ciri adanya kurikulum yang terus berkembang mengikuti perubahan jaman. Pendidikan mengembangkan kualitas manusia secara utuh, baik ranah kognitif yaitu manusia memiliki intelektual yang mendukung hidupnya, ranah afektif yaitu manusia yang memiliki perilaku spritual dan sosial yang baik, serta ranah psikomotor yaitu manusia yang memiliki tubuh sehat jiwa dan raganya sehingga mampu mendukung dirinya menjadi terampil dalam berpikir, berperilaku, dan bertindak.

Perubahan kurikulum menjadi keharusan dalam upaya menyediakan pendidikan yang dapat mewujudkan kualitas manusia seutuhnya yaitu manusia yang mampu menghadapi kehidupan pada jamannya dan kehidupan mendatang. Namun yang pasti pendidikan akan tetap pada tujuannya yaitu membentuk manusia seutuhnya yang berkualitas, tidak hanya kualitas intelektualnya saja, akan tetapi juga membutuhkan tubuh dengan raga yang sehat dan jiwa yang kuat sehingga dapat berperilaku bijak. Oleh sebab itu, mata pelajaran dalam kurikulum pendidikan di sekolah seharusnya memenuhi azas

keseimbangan, yaitu materi kognitif untuk memenuhi kualitas intelektual dan materi psikomotor memenuhi kualitas fisik dan materi afektif untuk memenuhi sikap/perilaku.

Peningkatan mutu pendidikan jasmani akan menyumbang kepada mutu pendidikan secara keseluruhan. Dengan perkataan lain peningkatan sumber daya manusia Indonesia melalui peningkatan mutu pendidikan, tidak terlepas dari peningkatan efektivitas pendidikan jasmani. Bahkan ada pendapat yang menyatakan tanpa pendidikan jasmani pendidikan itu tidak lengkap. Koichiro Matsuura dalam Gerber dan Puhse (2005), menyebutkan *quality education—a key education for all goals that underpins all the others—and the achievement of the overall harmonious development of the individual are nothing without physical education*. Argumentasi ini berangkat dari pentingnya pencapaian perkembangan individu secara menyeluruh yang harmonis, dan pendidikan jasmani mampu memberikan sumbangan yang dimaksud.

Pernyataan tersebut, tentu sepaham dengan pandangan tentang hakikat pendidikan jasmani sebagai bagian dari pendidikan keseluruhan (*total education*). Bila ditelusuri perkembangannya, konsep pendidikan jasmani sebagai pendidikan menyeluruh, tidak berubah dan bahkan tetap relevan hingga sekarang ini, misalnya pokok pikiran Bookwalter (1964) yang menegaskan pendidikan jasmani sebagai *integral and indispensable of education*. Maksudnya, pendidikan jasmani itu merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan.

Wuest dan Bucher (1995) menyatakan *physical education is an education process*. Rumusan lainnya dengan substansi tetap serupa, dikemukakan oleh *American Association of Health Physical Education and Recreation* (AAHPER) dalam Harisson and Blackmore (1989), yakni pendidikan jasmani itu adalah *integral part of total education* atau pendidikan jasmani disebut sebagai bagian tak terpisahkan dari pendidikan menyeluruh, hal itu karena pendidikan jasmani

berpengaruh terhadap perkembangan individu unik menuju pengembangan potensi, sekaligus pembentukan manusia seutuhnya.

Konsep pendidikan yang bersifat menyeluruh tersebut terungkap pula dalam rumusan tujuan pendidikan jasmani yang bersifat multi-dimensi seperti digagas oleh Hetherington (1910), perintis pendidikan jasmani di Amerika Serikat, yang juga diakui sebagai bapak pendidikan jasmani di Amerika Serikat. Menjelang akhir abad ke-20, dalam publikasi yang lebih mutakhir misalnya Siedentop (1994) mengklasifikasi tujuan sekaligus sebagai proses pendidikan, meliputi *organic education, psychomotor education, character education, and intellectual education*. Di Indonesia sendiri seperti dirumuskan oleh Pusat Kurikulum DEPDIKNAS (2004), konsep pendidikan yang menyeluruh pada dasarnya tidak berubah. Pusat Kurikulum Dinas Pendidikan Nasional (2004) mempertegas posisi pendidikan jasmani dalam sistem pendidikan nasional sebagai “proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara *organic, neuromuscular, perceptual*, dan *emotional* dalam kerangka sistem pendidikan nasional.”

Berdasarkan pokok pikiran di atas yang diajukan adalah bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari sistem pendidikan. Prosesnya berlangsung dengan memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai tindak melatih untuk mengembangkan seluruh aspek potensi manusia. Proses pembelajaran dirancang dan diorganisasikan sehingga membangkitkan proses ajar, yang merangsang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Karena itu, potensi pendidikan jasmani perlu disadap dan dimanfaatkan agar berkontribusi bagi pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

Tentu, pendidikan jasmani tidak hanya menyebabkan seseorang terdidik fisiknya, tetapi juga semua aspek yang terkait dengan kesejahteraan total manusia, seperti yang dimaksud dengan konsep “kebugaran jasmani sepanjang hayat”. Seperti diketahui, dimensi hubungan tubuh dan pikiran menekankan pada tiga domain

pendidikan, yaitu: psikomotor, afektif, dan kognitif. Beberapa ahli dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, Syer & Connolly (1984); Clancy (2006); Begley (2007), menyebutkan hal senada bahwa "tubuh adalah tempat bersemayamnya pikiran". Ada unsur kesatuan pemahaman antara tubuh dengan pikiran.

Salah satu masalah besar, untuk selama bertahun-tahun lamanya seolah tidak akan pernah tuntas, adalah perdebatan antara intelektual dan jasmani. Kepercayaan banyak orang bahwa tubuh terpisah dari pikiran, yang kemudian memunculkan pemahaman "dualisme" dan cenderung mengarah pada pikiran adalah sesuatu yang diutamakan, sementara tubuh adalah sesuatu yang inferior. Sebagai contoh, sering didapatkan pada rohaniawan yang mengutamakan pada kesempurnaan pikiran daripada kesejahteraan fisiknya. Bahkan sampai pada keyakinan bahwa pikiran berada di atas unsur tubuh, dan mengendalikan semua sistem tubuh yang ada.

Sebaliknya, ada juga filosofi yang menyebutkan bahwa tubuh dan pikiran bersatu, yang kemudian dikenal sebagai aliran pemahaman *holism*, suatu kesatuan antara tubuh dan pikiran. Keyakinan ini dapat dengan mudah dikenali, seperti yang sering didengar sebuah semboyan *Oradum est ute sit men sana in corpore sano* atau seperti: *a sound mind in a sound body* (Krethmar, 2005). Moto seperti ini, sering dijadikan rujukan dalam setiap pelaksanaan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani memanfaatkan aktivitas jasmani untuk mengembangkan aspek tubuh dan pikiran, dan bahkan aspek spiritual. Hal ini pun menjadi fokus orientasi utama dalam pengembangan aktivitas jasmani sebagai upaya pengembangan utuh-manusia.

Pertanyaan utama yang patut dimunculkan adalah apakah benar keyakinan terhadap kesatuan tubuh dan pikiran? Pada kenyataannya di masyarakat sering ditemukan keyakinan bahwa tubuh dan pikiran berada pada sifat *dualisme*. Sesungguhnya, pendidikan jasmani mencoba membuktikan dan meyakinkan setiap

orang bahwa tubuh dan pikiran berpadu menjadi satu-kesatuan dalam konsep *holism*, meskipun pikiran berada di atas kedudukan tubuh. Inilah bukti bahwa perdebatan itu akan senantiasa muncul sebagai akibat adanya dinamika dalam pemikiran. Pendapat yang bijak dapat dimunculkan ketika mencoba memposisikan diri pada pemikiran "netral", bijak dalam memposisikan masing-masing pendapat, pikiran mengendalikan tubuh, tetapi tubuh pun dapat memberikan informasi dan mempengaruhi pikiran. Pembeneran akan dapat diterima ketika apa yang terjadi sesuai dengan landasan teoritisnya. Tetapi, teori dapat diterima ketika sejalan dengan apa yang terjadi.

Memperhatikan pendapat di atas, /Om maka Pendidikan jasmani dilihat dari sudut pandangnya terbagi 2 yaitu dikhotomi dan holistik. Dikhotomi memandang bahwa manusia terbagi 2 komponen yaitu jasmani dan rohani. Pandangan ini memandang bahwa pendidikan jasmani hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang, atau penyelaras pendidikan rohani manusia. Pandangan ini menimbulkan salah kaprah dalam merumuskan tujuan, program pelaksana, dan penilaian pendidikan jasmani. Sedangkan pada kenyataannya pelaksanaan pendidikan jasmani cenderung mengarah hanya kepada upaya memperkuat badan, memperhebat keterampilan fisik, atau kemampuan jasmaniah, malah sampai mengabaikan kepentingan jasmani itu sendiri. Sedangkan pandangan kedua bersifat holistik yang menyebutkan bahwa manusia merupakan satu kesatuan tidak dipilah-pilah.

Jawatan pendidikan jasmani di Amerika (1960) mengartikan "Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan, dan karya yang di beri bentuk , isi, dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai dengan cita-cita kemanusiaan". Kemudian Dauer (1992) menyebutkan "*Physical education is a part of the general educational program that contributes, primarily through movement experiences, to the total growth and development of all children. Physical education is defined*

as education of and through movement, and must be conducted in a manner that merit this meaning”.

Siedentop (1990) seorang pakar pendidikan jasmani dari Amerika Serikat, juga mendukung pandangan ini. Dia mengungkapkan “*Modern physical education with its emphasis upon education through the physical is based upon the biologic unity of mind and body. This view see life as a totality*”. Selanjutnya Siedentop (1991), mengatakan bahwa pendidikan jasmani dapat diterima secara luas sebagai model “pendidikan melalui aktivitas jasmani”, yang berkembang sebagai akibat dari merebaknya telaahan pendidikan gerak pada akhir abad ke-20 ini dan menekankan pada kebugaran jasmani, penguasaan keterampilan, pengetahuan, dan perkembangan sosial. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa: "pendidikan jasmani adalah pendidikan dari, tentang, dan melalui aktivitas jasmani".

Wall dan Murray (1994) mengemukakan hal serupa dari objek yang lebih spesifik, “*Children are complex being whose thoughts, feelings, and actions are constantly in a state of flux. Because of the dynamic nature of children as they grow and mature, change in one element often affects the other. Thus, it is a ‘whole’ child whom we must educate, not merely the physical or bodily aspect of the child.*”

Menurut Jesse Feiring Williams (1999; dalam Freeman, 2001), pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Pengertian ini didukung oleh adanya pemahaman bahwa:

“Ketika pikiran (mental) dan tubuh disebut sebagai dua unsur yang terpisah, pendidikan jasmani yang menekankan pendidikan fisik... melalui pemahaman sisi kealamiahannya fitrah manusia ketika sisi keutuhan individu adalah suatu fakta yang tidak dapat dipungkiri, pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui fisik. Pemahaman ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani juga terkait dengan

respon emosional, hubungan personal, perilaku kelompok, pembelajaran mental, intelektual, emosional, dan estetika.”

Pendidikan melalui fisik maksudnya adalah pendidikan melalui aktivitas fisik (aktivitas jasmani), tujuannya mencakup semua aspek perkembangan kependidikan, termasuk pertumbuhan mental, sosial peserta didik. Ketika tubuh sedang ditingkatkan secara fisik, pikiran (mental) harus dibelajarkan dan dikembangkan, dan selain itu perlu pula berdampak pada perkembangan sosial, seperti belajar bekerjasama dengan peserta didik lain. Rink (1985) juga mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai "pendidikan melalui fisik", seperti:

“Kontribusi unik pendidikan jasmani terhadap pendidikan secara umum adalah perkembangan tubuh yang menyeluruh melalui aktivitas jasmani. Ketika aktivitas jasmani ini dipandu oleh para guru yang kompeten, maka hasil berupa perkembangan utuh insani menyertai perkembangannya. Hal ini hanya dapat dicapai ketika aktivitas jasmani menjadi budaya dan kebiasaan jasmani atau pelatihan jasmani.”

Pendapat lain namun dalam ungkapan yang senada, seperti diungkapkan Barrow dalam Freeman (2001) adalah bahwa pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan kependidikan dicapai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk: olahraga (*sport*), permainan, senam, dan latihan (*exercise*). Hasil yang ingin dicapai individu yang terdidik secara fisik. Nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu.

Dalam menempatkan posisi pendidikan jasmani, diyakini pula bahwa kontribusi pendidikan jasmani hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman gerak dalam pendidikan jasmani berhubungan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh di masyarakat. Ketika pengalaman dalam pendidikan jasmani tidak

memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmaninya.

James A. Baley dan David A. Field dalam Freeman (2001) menekankan bahwa pendidikan fisik yang dimaksud adalah aktivitas jasmani yang membutuhkan upaya yang sungguh-sungguh. Lebih lanjut kedua ahli ini menyebutkan bahwa:

“Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani.”

Aktivitas jasmani yang dipilih disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dan kapabilitas peserta didik. Aktivitas fisik yang dipilih ditekankan pada berbagai aktivitas jasmani yang wajar, aktivitas jasmani yang membutuhkan sedikit usaha sebagai aktivitas rekreasi dan atau aktivitas jasmani yang sangat membutuhkan upaya keras seperti untuk kegiatan olahraga kepelatihan atau prestasi.

Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar (gross motorik), memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia.

Dengan demikian, Freeman (2001) menyatakan pendidikan jasmani dapat dikategorikan ke dalam tiga kelompok bagian, yaitu:

1. Pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik, yaitu: beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh.
2. Aktivitas jasmani meskipun tidak selalu, tetapi secara umum mencakup berbagai aktivitas gross motorik dan keterampilan yang tidak selalu harus didapat perbedaan yang mencolok.
3. Meskipun para peserta didik mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisik ini, tetapi keuntungan bagi peserta didik tidak selalu harus berupa fisik, non-fisik pun bisa diraih seperti:

perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif.

Secara utuh, pemahaman yang harus ditangkap adalah: pendidikan jasmani menggunakan media fisik untuk mengembangkan kesejahteraan total setiap orang. Karakteristik pendidikan jasmani seperti ini tidak terdapat pada matapelajaran lain, karena hasil kependidikan dari pengalaman belajar fisik tidak terbatas hanya pada perkembangan tubuh saja. Konteks melalui aktivitas jasmani yang dimaksud adalah konteks yang utuh menyangkut semua dimensi tentang manusia, seperti halnya hubungan tubuh dan pikiran.

B. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pada dasarnya tujuan pendidikan jasmani didefinisikan oleh para ahli sering berbeda-beda tapi pada dasarnya dapat diklasifikasikan menjadi 4 bagian (Bucher,1996) : yaitu perkembangan fisik, gerak, mental, dan sosial. Pada akhirnya kegiatan yang diberikan dalam suatu program pendidikan jasmani adalah aktivitas lokomotor, mengontrol obyek, kesegaran jasmani, aktifitas sosial, "*body management*", permainan, dan keterampilan olahraga. Siedentop (1990) "*The activities themselves are not as important as is what they are used to accomplish. This is why this model has always been referred to as education through the physical*"

Beberapa aspek perkembangan yang bersifat menyeluruh menurut Harrison dan Blakemore (1989) meliputi (1) perkembangan keterampilan fisik; (2) perkembangan kebugaran jasmani; (3) perkembangan pengetahuan dan pemahaman; (4) perkembangan keterampilan sosial; dan (5) perkembangan sikap dan apresiasi. Dalam ungkapan berbeda tetapi substansinya sama, Wuest dan Bucher (1995), menyatakan tujuan pendidikan jasmani terbagi dalam empat kategori (1) tujuan perkembangan kebugaran jasmani; (2) tujuan perkembangan gerak; (3) tujuan perkembangan kognitif; (4) tujuan perkembangan afektif.

Ditinjau dari perspektif tahap dan tingkatan pencapaian tujuan, pada era tahun 1960-an, Bookwalter (1964), membagi tujuan pendidikan jasmani menjadi empat kategori, sekaligus sebagai jenjang pencapaian tujuan, yakni tujuan yang bersifat (1) filosofis; (2) sosiologis; (3) biologis; (4) pedagogis. Tujuan bersifat pedagogis dicapai manakala perubahan relatif terbentuk langsung (*immediate*) berupa hasil yang dicapai segera, terkait dengan kesegaran jasmani, keterampilan psikomotor, pengetahuan/pengertian (kognitif) dan sportivitas (afektif).

Rumusan klasik tujuan pendidikan jasmani ini tidak banyak berubah bahkan ditegaskan kembali oleh Crumm (2004), yang menjelaskan proses belajar mengajar pendidikan jasmani tertuju pada pengembangan kompetensi meliputi (1) afektif; (2) sosio-motor; (3) tekno-motor; dan (4) kognitif-reflektif. Kompetensi kognitif reflektif khususnya, yang terkait dengan kemampuan kognisi peserta didik dalam merefleksi proses dan hasil pembelajaran pada sistem kehidupan nyata peserta didik, perlu dikembangkan agar peserta didik memiliki kualitas hidup yang lebih baik di masa kini dan di masa mendatang. Lebih lanjut, Crum juga menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani perlu mengarah pada *moving to learn* daripada *learning to move*, sehingga menimbulkan “proses ajar” yang bermakna.

Materi pendidikan sikap/perilaku dapat diintegrasikan dengan semua mata pelajaran, akan tetapi materi yang berkaitan dengan psikomotor untuk memenuhi kualitas fisik/tubuh yang sehat hanya dapat diperoleh melalui mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Tentu saja diperlukan perencanaan yang baik agar pendidikan jasmani dapat memenuhi tuntutan membentuk manusia seutuhnya.

Bukti pendidikan jasmani sebagai pendidikan menyeluruh dapat dipertegas ketika pendidikan jasmani banyak memberikan muatan nilai pendidikan budi pekerti, pendidikan karakter, atau pendidikan nilai ketika dengan sengaja proses ajar dalam pendidikan jasmani

dirancang dan diorganisasikan untuk mengembangkan seluruh kompetensi peserta didik. Pendidikan jasmani merupakan “wahana-sumber daya penting”, bagi pendidikan. Inilah bukti dari adanya posisi dan eksistensi “keunggulan pendidikan jasmani”. Salah satu keunggulan dalam totalitas keuntungan pelaksanaan pendidikan jasmani yang terencana dan terorganisir adalah pemanfaatan nilai-nilai dari aktivitas jasmani untuk mengembangkan nilai-nilai moral yang menjadi karakter bangsa Indonesia.

Pembentukan karakter bukanlah suatu proses menemukan berbagai macam peraturan dan sifat-sifat baik, melainkan suatu proses yang membutuhkan perubahan struktur kognitif dan rangsangan dari lingkungan sosial (Martens, 2004; Lickona, 1991). Lebih lanjut perkembangan dan terbentuknya karakter seseorang dipengaruhi oleh kemampuan kognisi dan daya tangkapnya dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial budaya. Hasil ini juga sejalan dengan pernyataan bahwa karakter seseorang terbentuk bukan saja karena menirukan melalui pengamatan, tetapi juga dapat diajarkan melalui situasi olahraga, latihan, dan aktivitas fisik (Weinberg & Gould, 2002). Dengan demikian, berpartisipasi dalam kegiatan olahraga tidak dengan sendirinya membentuk nilai individu sebagaimana pandangan teori internalisasi, tetapi apa yang dianggap sebagai nilai-nilai karakter tersebut harus diorganisasi, dikonstruksi, dan ditransformasikan ke dalam struktur dasar penalaran individu yang berpartisipasi di dalamnya (Stornes & Ommundsen, 2004; Stuntz & Weiss, 2003).

Telama (dalam Auweele, 1999) juga menyatakan meskipun belum banyak hasil penelitian yang menunjukkan pengaruh pendidikan jasmani terhadap perkembangan moral peserta didik, tetapi dapat dinyatakan dari sejumlah studi bahwa pendidikan jasmani berpengaruh pada perkembangan moral peserta didik. Efek pada perkembangan moral ini sangat bergantung pada gaya dan metode guru pendidikan jasmani mengajar para peserta didiknya. Pada bagian lain juga dinyatakan bahwa moralitas seseorang memiliki tiga komponen, yaitu: komponen afektif, komponen kognitif, dan

komponen behavioral. Orientasi perkembangan moral peserta didik dicapai melalui hubungan interaksi antara peserta didik dengan peserta didik lainnya. Inti prosesnya adalah guru pendidikan jasmani merancang dan mengorganisir proses ajar sehingga menumbuhkan interaksi sosial dan menambahkan keterlibatan diskusi, negoisasi, dan pencarian konsensus. Pengetahuan tentang moral diperoleh melalui interaksi baik secara afektif maupun kognitif dalam bentuk diskusi kelompok sebelum, di sela-sela pembelajaran, maupun di akhir pembelajaran. Keutamaan pendidikan jasmani dibuktikan oleh sumbangannya yang unik terhadap pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.

Thomas, Lee dan Thomas (1988) menyatakan bahwa pendidikan jasmani menyumbangkan dua tujuan yang khas, yaitu 1) mengembangkan dan memelihara tingkat kebugaran jasmani yang sesuai untuk kesehatan dan mengajarkan mengapa kebugaran merupakan sesuatu yang penting serta bagaimana kebugaran dipengaruhi oleh latihan, dan 2) mengembangkan keterampilan gerak yang layak, diawali oleh keterampilan gerak dasar, kemudian menuju ke keterampilan olahraga tertentu, dan akhirnya menekankan pada berolahraga sepanjang hayat.

Walaupun tujuan utama pendidikan jasmani adalah mengembangkan keterampilan gerak dan kebugaran jasmani (ranah jasmani dan psikomotor), tetapi pengembangan ranah kognitif dan afektif tidak pula dinomorduakan. Hal ini akan terlaksana, bila perencanaannya dikerjakan secara cermat dan hati-hati. Kedudukan Pendidikan jasmani yang demikian strategis menuntutnya harus memiliki program yang terencana dan terukur.

C. Pendidikan Jasmani sebagai Media Pendidikan Karakter

Kebanyakan dari kita sepertinya meyakini bahwa berpartisipasi dalam program aktivitas jasmani mengembangkan karakter secara otomatis, meningkatkan alasan-moral, dan mengajarkan nilai dari ciri-ciri olahragawan sejati, tetapi sedikit bukti bahwa itu semua membangun

karakter Hodge (1989; dalam Gould, 2003). Partisipasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga tidak secara otomatis menghasilkan orang yang baik atau jahat. Karakter tidak datang dengan sendirinya, tetapi diajarkan dalam program pendidikan jasmani dan olahraga. Dan pengajaran alasan-moral dan nilai-nilai olahraga itu melibatkan penggunaan strategi tertentu yang sistematis.

Telah menjadi keyakinan umum bahwa aktivitas olahraga syarat dengan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kepemimpinan. Karakter merupakan sebuah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), integritas (*integrity*) (Weinberg & Gould, 2003). Semua nilai-nilai tersebut ditanamkan melalui ketaatan atau kepatuhan seseorang dalam berkompetisi sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku pada cabang olahraga yang digelutinya. Di dalam peraturan permainan melekat semangat keadilan dan tuntutan kejujuran para pelaku olahraga saat menjalankan pertandingan.

Bahkan ada ungkapan yang sudah menjadi keyakinan sejarah dari waktu ke waktu: *Sport build character* (Maksum, 2005). Kofi Anan, mantan Sekjen PBB pernah mengatakan: *Sport teaches life skill - sport remains the best school of life* (United Nation, 2003). *United Nations* melalui *Task force on Sport for Development and Peace* menyatakan bahwa olahraga merupakan instrumen yang efektif untuk mendidik kaum muda, terutama dalam hal nilai-nilai (lihat tabel 1). Sejak tahun 2000, *United Nations* mengembangkan program yang disebut *Young Education through Sport*, sebuah model program olahraga dan pendidikan bagi kaum muda. Sebagai *pilot project*, program ini telah dilakukan di Zimbabwe, mencakup 10 propinsi dengan 25 ribu partisipan (United Nations, 2003).

Tabel 1.1.
Indikator nilai dalam praktek olahraga dan kehidupan

Nilai Moral	Praktek dalam Olahraga	Praktek dalam Kehidupan
Respek	Hormat pada aturan main dan tradisi, hormat pada lawan dan official, hormat pada kemenangan dan kekalahan	Hormat pada orang lain, hormat pada hak milik orang lain, hormat pada lingkungan dan dirinya
Tanggung jawab	Kesiapan diri melakukan sesuatu, disiplin dalam latihan dan bertanding, kooperatif dengan sesama pemain	Memenuhi kewajiban, dapat dipercaya, pengendalian diri
Peduli	Membantu teman agar bermain baik, membantu teman yang bermasalah, murah pujian, kikir kritik, bermain untuk tim, bukan diri sendiri	Menaruh empati, pemaaf, mendahulukan kepentingan yang lebih besar
Jujur	Patuh pada aturan main, loyal pada tim, mengakui kesalahan	Memiliki integritas, terpercaya, melakukan sesuatu dengan baik
Fair	Adil pada semua pemain termasuk yang berbeda, memberikan kesempatan kepada pemain lain	Mengikuti aturan, toleran pada orang lain, kesediaan berbagi, tidak mengambil keuntungan dari kesulitan orang lain
Beradap	Menjadi contoh/model, mendorong perilaku baik, berusaha meraih keunggulan	Mematuhi hukum dan aturan, terdidik, bermanfaat bagi orang lain

Secara sederhana, keenam nilai tersebut dapat didefinisikan sebagai berikut.

1. Respek adalah suatu sikap yang menaruh perhatian kepada orang lain dan memperlakukannya secara hormat. Sikap respek antara lain dicirikan dengan memperlakukan orang lain sebagaimana ia ingin diperlakukan; berbicara dengan sopan kepada siapa pun; menghormati aturan yang ada dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat.
2. Tanggung jawab adalah kemampuan untuk memberikan respons, tanggapan, atau reaksi secara cakap. Tanggung jawab dicirikan antara lain dengan melakukan apa yang telah disepakati dengan sungguh-sungguh; mengakui kesalahan yang dilakukan tanpa alasan; memberikan yang terbaik atas apa yang dilakukan.
3. Peduli adalah kesediaan untuk memberikan perhatian dan kasih sayang kepada sesama. Peduli antara lain ditandai dengan memperlakukan orang lain, diri, dan sesuatu dengan kasih sayang; memperhatikan dan mendengarkan orang lain secara seksama; menangani sesuatu dengan hati-hati.
4. Jujur adalah suatu sikap terbuka, dapat dipercaya, dan apa adanya. Sikap jujur antara lain ditandai dengan mengatakan apa adanya; menepati janji; mengakui kesalahan; menolak berbohong, menipu, dan mencuri.
5. *Fair* adalah bersikap adil dalam melakukan dan memperlakukan sesuatu. Sikap fair antara lain ditandai dengan menegakkan hak sesama termasuk dirinya; mau menerima kesalahan dan menanggung resikonya; menolak berprasangka.
6. Beradap adalah sikap dasar yang diperlukan dalam bermasyarakat yang berintikan pada kesopanan, keteraturan, dan kebaikan. Beradap antara lain dicirikan dengan menempatkan sesuatu pada tempatnya; mengapresiasi terhadap keteraturan.

Pada dasarnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Menurut Sukintaka (2004) penjasorkes adalah proses

interaksi antara peserta didik dan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya. Penjasorkes mengandung dua makna, (1) pendidikan untuk jasmani, (2) pendidikan melalui aktivitas jasmani (Wuest and Bucher, 1995). Pendidikan untuk jasmani lebih fokus pada pengembangan fisik dan keterampilan peserta didik, dengan memakai sarana cabang-cabang olahraga untuk mencapai tujuan penjasorkes. Fungsi olahraga sebagai salah satu sarana yang dipakai untuk melaksanakan proses penjasorkes. Selain itu, olahraga berfungsi sebagai sarana untuk (1) penyaluran emosi, (2) penguatan identitas, (3) kontrol sosial, (4) sosialisasi, (5) agen perubahan, (6) penyaluran kata hati, dan (7) mencapai keberhasilan (Wuest and Bucher, 1995). Dengan demikian penjasorkes merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan secara umum.

Selanjutnya, pendidikan melalui aktivitas jasmani bermakna bahwa dalam mencapai tujuan pendidikan sarana yang dipakai adalah aktivitas jasmani. Secara konsisten penjasorkes memberikan efek yang menguntungkan terhadap kesehatan jasmani dan rohani pelakunya (Kirk, Macdonald, O'Sullivan, 2006). Hasil penelitian Vlachopoulos dan Biddle (1997) bahwa aktivitas jasmani secara personal dapat mengontrol, meningkatkan sifat emosional yang positif, dan meminimalkan dampak yang negatif bagi pelakunya. Selanjutnya, penjasorkes merupakan salah satu proses pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja dan mengembangkan kemampuan peserta didik melalui aktivitas jasmani yang dipilihnya (Wuest and Bucher, 1995). Artinya, fokus penjasorkes adalah pada pencapaian tujuan pendidikan secara umum, yaitu untuk membentuk karakter, sikap, kepribadian, perilaku sosial, dan intelektual peserta didik melalui aktivitas jasmani. Diharapkan melalui aktivitas jasmani dapat meningkatkan dan memperhalus keterampilan gerak, meningkatkan kebugaran jasmani dan memelihara kesehatan, memiliki pengetahuan tentang aktivitas fisik dan latihan, menanamkan karakter sikap,

kepribadian yang positif bahwa aktivitas jasmani dapat meningkatkan karakter dan kinerja peserta didik. Untuk itu, penjasores sebagai bagian dari proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani harus direncanakan secara sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan karakter individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Depdiknas, 2003).

Tujuan penjasorkes di sekolah untuk meletakkan dan mengembangkan (1) landasan karakter melalui internalisasi nilai, (2) landasan kepribadian (cinta damai, sosial, toleransi dalam kemajemukan budaya etnis dan agama), (3) berpikir kritis, (4) sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis, (5) keterampilan gerak, teknik, strategi berbagai permainan dan olahraga, senam, aktivitas ritmik, akuatik dan pendidikan luar kelas, (6) keterampilan pengelolaan diri, pemeliharaan kebugaran jasmani dan pola hidup sehat, (7) keterampilan menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, (8) konsep aktivitas jasmani untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat, serta (9) mengisi waktu luang yang bersifat rekreatif (Depdiknas, 2003).

Penjasorkes memberikan kontribusi yang baik bagi kehidupan manusia, menurut Kretchmar (1994) kontribusinya terhadap organ biologik, psikomotorik, afektif, dan kognitif pelakunya. Selain itu, penjasorkes mampu mengembangkan pola hidup yang sehat dan aman, serta memiliki peran penting dalam mempengaruhi pola aktivitas dan kesehatan individu maupun masyarakat (Whitehead, 2001: 8). Sejalan itu, fungsi penjasorkes di sekolah untuk meningkatkan aspek (1) organik, (2) neuromuskuler, (3) perseptual, (4) kognitif, (5) sosial, dan (6) emosional peserta didik (Depdiknas, 2003). Sebagai bagian integral dari proses pendidikan, penjasorkes dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Dari

pengalaman belajar tersebut akan membina dan membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat, yang akhirnya melalui penjasorkes peserta didik akan memiliki pemahaman tentang (1) dirinya dan orang lain untuk terus mengembangkan diri dan berhubungan dengan orang lain, (2) nilai-nilai sosial dan keterampilan agar efektif dalam partisipasi, (3) budaya dan mampu menilai, (4) peran dan terampil berkomunikasi, (5) dunia sekitar dan cara beradaptasi, serta (6) peran keindahan dalam kehidupan dan mampu mengekspresikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Wuest and Bucher, 1995). Untuk itu, secara kurikulum pembelajaran penjasorkes di sekolah melalui perumusan Standar Kompetensi yang tepat mampu membentuk karakter peserta didik, baik karakter pokok maupun karakter utama.

D. Hubungan Karakter dengan Aktivitas Jasmani

1. Olahraga Remaja sebagai Pencuci Perilaku Negatif

Bukan hanya guru pendidikan jasmani yang menyatakan bahwa berpartisipasi dalam aktivitas jasmani meningkatkan perkembangan karakter dan perilaku positif. Administratur olahraga, para pelatih, dan tokoh olahraga di masyarakat juga sering mengklaim bahwa berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bagi kaum generasi muda mencegah kenakalan di jalanan, jauh dari masalah sosial, dan terhindar dari perilaku *gang* (*seperti: gang motor*). Eric Larson (2000; dalam Gould, 2003), seorang ahli di bidang perkembangan remaja, memberikan contoh, kegiatan ekstrakurikuler olahraga sangat potensial untuk mengarahkan anak memiliki perilaku positif, dalam beberapa alasan. Pertama, olahraga secara intrinsik memotivasi remaja. Kedua, melibatkan upaya yang terus-menerus untuk berpartisipasi ke arah tujuan yang diinginkan. Ketiga, olahraga membutuhkan seperangkat pengalaman-pengalaman, membuat penyesuaian, dan belajar untuk mengatasi masalah.

Potensi olahraga sebagai media positif bagi perkembangan remaja telah banyak ditelaah oleh para ahli psikologi dan sosiologi,

untuk bisa menjawab dua pertanyaan, yaitu: apakah berpartisipasi dalam kegiatan olahraga mencegah kejahatan ringan/penyimpangan sosial? Dan apakah berpartisipasi dalam olahraga juga mampu menekan perilaku kekerasan *gang* (seperti: *gang* motor)?

2. Berpartisipasi dalam Olahraga dan Kejahatan Ringan/ Penyimpangan sosial

Penelitian telah menunjukkan bahwa partisipasi remaja dalam kegiatan olahraga mengurangi perilaku kejahatan daripada para remaja yang tidak berpartisipasi dalam kegiatan olahraga (Seefeldt & Ewing, 1977; Shields & Bredemeier, 1995; dalam Gould, 2003). Lebih lanjut dinyatakan, hubungan negatif antara partisipasi berolahraga dengan kejahatan ringan/penyimpangan sosial nampak lebih menguat pada remaja yang berada dalam komunitas miskin. Namun demikian, hal yang belum nampak jelas adalah mengapa hubungan ini bisa muncul ? Untuk keperluan itu, beberapa hal yang perlu mendapat penjelasan adalah **kesenjangan sosial, ikatan sosial, pelabelan sosial, dan pembedaan ekonomi.**

Hubungan negatif antara berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dengan penyimpangan sosial berupa **kesejangan sosial**, ketika para atlet tidak sering, dan tidak intens berinteraksi dengan penyimpangan sosial. Dengan perkataan lain, berpartisipasi dalam kegiatan olahraga menjaga remaja jauh dari kegiatan di jalanan dan jauh dari masalah-masalah sosial.

Ikatan sosial dicirikan oleh remaja yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga mengembangkan rasa pengakuan terhadap orang lain, terutama pada orang yang dominan, pro-nilai-nilai sosial. Seorang atlet muda mengidentifikasi dirinya dengan pelatihnya dan regunya dan karena itu mereka belajar nilai-nilai kerjasama, kerja keras, dan berprestasi.

Pelabelan sosial dicirikan oleh tumbuh kembangnya pengakuan nilai-nilai sosial seiring dengan makin meningkatnya partisipasi remaja dalam kegiatan sosial. Para atlet remaja sering mendapatkan

pengakuan sosial, sehingga pada saat yang bersamaan menumbuhkan kebanggaan sosial. Karena itu, berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bagi kalangan remaja menumbuhkan pengakuan sosial, yang pada gilirannya akan mencirikan label nama sosial dan nilai-nilai sosial yang ada dalam struktur masyarakat.

Pembedaan ekonomi yang dimaksud dicirikan oleh banyaknya atlet yang berasal dari kalangan status ekonomi rendah-menengah yang ingin memperbaiki tingkat ekonomi kehidupannya dengan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga untuk kenikmatan dan perbaikan status ekonomi. Berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bagi kalangan remaja untuk meningkatkan prestise dan status, sehingga pada gilirannya akan mengurangi jurang pembedaan ekonomi, dan mengantarkan atlet hidup lebih baik, serta memberikan keyakinan untuk dapat meraih tujuan yang diinginkannya.

Meskipun penjelasan ini dapat membantu memberikan pemahaman yang lebih baik mengapa berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dapat menekan penyimpangan sosial tidak seutuhnya memberikan kesimpulan yang jelas. Tetapi, paling tidak hubungan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dengan penyimpangan sosial dapat dijelaskan oleh pandangan-pandangan seperti di atas, meski dalam beberapa hal diperlukan penelitian lebih lanjut.

3. Partisipasi Berolahraga dan Perilaku (Kelompok) “Gang”

Gang dan perilaku negatif berkaitan satu sama lain (misal: kejahatan, perkelahian, atau pembunuhan). Di kota-kota besar dan daerah urban serta berbagai daerah kontemporer perilaku gang ini sering muncul. Berpartisipasi dalam olahraga diarahkan sebagai suatu alternatif untuk menekan perilaku gang dalam beberapa alasan. Pertama, beberapa alasan mengapa remaja membentuk *gang* adalah sebagai bentuk kelompok “aliansi” tandingan keluarga, rendahnya self-esteem, dan rendahnya model peran positif. Kedua, anak-anak remaja terpelihara menjadi anggota *gang* karena mereka merasa terpenuhi segala kebutuhannya dalam berbagai cara. Seakan-akan *gang* memberikan

identitas dan pengakuan sebagaimana fungsinya dalam sebuah keluarga.

Namun demikian, telah banyak disarankan, bahwa berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dapat berfungsi sebagai pengganti layanan yang diberikan dalam sebuah gang. Terutama, ketika anak-anak remaja berpartisipasi dalam kegiatan olahraga (karena lemahnya pengawasan orang tua, atau karena tekanan ekonomi) difasilitasi untuk mengembangkan self-esteemnya, memberikan rasa identitas penting, memberikan dukungan sosial, dan memberikan peran model positif. Dengan demikian, telah sering terbukti bahwa berpartisipasi dalam kegiatan olahraga adalah alternatif untuk menekan terbentuknya *gang* di kalangan generasi muda.

Hasil penelitian Sri Winarni (2012) menunjukkan bahwa guru pendidikan jasmani harus pandai dan trampil dalam merancang, mengorganisasikan, mengaktualisasikan, dan sekaligus mengevaluasi proses ajar aktivitas jasmani secara bermakna, tidak perlu menekankan pada penguatan dan pemerolehan keterampilan teknik dasar kecabangan olahraga. Tetapi lebih menekankan pada penanaman pola kebiasaan dan kebutuhan gerak serta pemanfaatan aktivitas jasmani untuk pengembangan olah pikir, olah rasa, olah hati dan olah raga, diri peserta didik sebagai landasan untuk mencapai kualitas hidup sejahtera melalui proses belajar aktivitas jasmani. Dengan perkataan lain, peserta didik menjadi biasa dan memang dibiasakan bergerak hidup aktif sepanjang hayat. Pelaksanaan pendidikan jasmani di setiap jenjang pendidikan perlu diarahkan pada orientasi pencapaian kualitas berpikir moral, berperasaan moral, dan berperilaku moral melalui jalur kegiatan aktivitas jasmani. Karena itu, pemahaman penting kebutuhan gerak atau aktivitas jasmani menjadi landasan utama, sehingga manakala peserta didik telah selesai menuntaskan studi pada jenjang pendidikannya akan senantiasa memelihara kebiasaan kebutuhan gerak itu di saat waktu luangnya dan kenyataan hidup dalam kesehariannya.

E. Pendidikan Jasmani dan Perkembangan Kognitif

Untuk mempertegas peranan pendidikan jasmani sebagai bagian dari sistem pendidikan, yang bermuatan pendidikan intelektual, temuan studi Donally (1999; dalam *Journal of Teaching in Physical Education* 18/2), menunjukkan bahwa rangsangan melalui aktivitas fisik seperti olahraga atau bermain memperkuat persambungan sinap dalam *erebral cortex*. Penelitian ini merupakan indikasi yang kuat bahwa pendidikan jasmani dengan program dan pengelolaannya yang baik, berpengaruh positif terhadap kemampuan kognitif peserta didik.

Fakta sejenis lainnya menunjukkan kaitan antara aktivitas jasmani dan fungsi kognitif, yakni aktivitas jasmani memicu pembelajaran. Dienstbier (:dalam Jensen, 1996) menjelaskan bahwa *aerobic axercise can improve thinking and learning*. Latihan aerobik dapat meningkatkan proses berpikir dan belajar. Hasil penelitiannya mengungkap pengaruh latihan aktivitas jasmani untuk mempercepat respon adrenalin dan non-adrenalin serta pemulihan. Respon hormon ini sangat penting dalam mengatasi segala tantangan, berfungsi sebagai pemicu atau *energizer* untuk meningkatkan perhatian, minat dan sirkulasi darah ke otak.

Dustman (Jensen, 1996) meneliti tiga kelompok peserta didik yang memperoleh latihan beragam aerobik, latihan erobik non-moderat, dan kelompok peserta didik yang tidak latihan sama sekali. Hasilnya menunjukkan bahwa latihan erobik berpengaruh terhadap peningkatan memori jangka pendek, dan peserta didik memiliki waktu reaksi lebih cepat dan lebih kreatif daripada kelompok peserta didik yang tidak latihan erobik. Studi Kushner (;dalam Jensen, 1996) melakukan penelitian pada tiga kelompok yang sama seperti di atas, dan ketika responden diuji dalam hal memori, logika nalar, dan waktu reaksi menunjukkan bahwa kelompok yang melakukan latihan erobik memiliki skor signifikan lebih baik dalam uji memori, logika-nalar, dan waktu reaksi. Dengan demikian dapat disimpulkan meningkatnya aliran darah ke otak membantu berpikir lebih baik dan lebih cerdas.

Para peneliti tentang *brain* telah memberikan bukti keterkaitan bahwa aktivitas jasmani memberikan kontribusi pada fungsi otak secara optimal. Jensen (2000; dalam Graham, 2004) melaporkan (1) berbagai latihan aktivitas jasmani sehari-hari dapat menimbulkan pertumbuhan sel otak yang baru; (2) latihan dan pengkondisian erobik dapat membantu meningkatkan memori dan memperkuat area lain pada otak; (3) waktu jeda, seperti: istirahat sangat penting bagi peserta didik untuk belajar. Hal ini juga menyebabkan penguatan hubungan sinaptik pada otak yang memperkuat peristiwa belajar; (4) latihan dalam durasi jangka panjang menimbulkan picuan kognitif. Karena itu, penting bagi guru pendidikan jasmani untuk memperhatikan hubungan aktivitas jasmani dengan fungsi kognitif.

Ketika guru pendidikan jasmani mengajarkan keterampilan gerak kepada peserta didik yang dia lakukan pada tahapan kognitif mengidentifikasi informasi yang harus disampaikan secara jelas. Pada tahapan ini tugas pokok guru adalah menyampaikan informasi penting berkenaan dengan cara melaksanakan tugas gerak serta urutan-urutan secara rinci. Meskipun demikian, tidak selalu kepada peserta didik pemula disampaikan berikut petunjuk singkat gambaran keterampilan secara keseluruhan, karena ia dapat berlatih secara bagian demi bagian. Peragaan diberikan guru secara jelas, misalnya bagaimana menggunakan raket tenis kepada peserta didik yang baru belajar gerakan *forehand groundstroke*.

Pentingnya kemampuan kognitif tersebut, yang terentang dari tingkatan sederhana hanya dapat menangkap informasi hingga dapat memahami, membandingkan, bahkan analisis sampai evaluasi dibutuhkan pada momen yang amat cepat sebelum melaksanakan tugas gerak dan atau sesudah, dalam bentuk refleksi singkat terhadap hasil yang dicapai. Proses ini sangat kentara dalam corak permainan agonal yang melibatkan aksi menyerang dan bertahan, seperti dalam olahraga permainan tenis lapangan atau teknik keterampilan dasar sepakbola atau futsal.

Keterampilan berpikir yang *reasonable* dan *defensible* dibutuhkan dalam setiap tampilan gerak, sehingga perlu dipupuk dalam pendidikan jasmani yang diharapkan memberikan nilai alihan dalam kehidupan sehari-hari. Namun observasi sepintas dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani menunjukkan keadaan sebaliknya karena fokus proses belajar mengajar terperangkap dalam dimensi-dimensi fisik, dalam keadaan tingkat pencapaian hasilnya pun relatif amat rendah, lebih-lebih karena volume kegiatan hanya 2 x 45 menit dan 1 kali per minggu. Rendahnya efektivitas pendidikan jasmani merupakan akumulasi dari beberapa faktor yang saling terkait, tetapi proses belajar mengajar merupakan akar permasalahan yang utama.

Penyelenggaraan pendidikan jasmani mengarah pada pendidikan keterampilan olahraga, untuk melestarikan kecabangan olahraga, tetapi dilaksanakan secara tidak utuh. Bahkan jauh dari memadai dalam memenuhi konsep pendidikan olahraga yang dikembangkan Siedentop (1994), dengan idenya berupa model *sport education* yang didalamnya membekali pengalaman cukup lengkap, seperti mengorganisasikan pertandingan, menjadi wasit, dan pembinaan, sebagaimana lazimnya olahraga di kalangan orang dewasa, atau bahkan kalangan guru matapelajaran lainnya di luar pendidikan jasmani berkembang kesalah-pahaman yang menganggap pendidikan jasmani dan olahraga cenderung menghambat peningkatan prestasi belajar. Banyak pula kasus yang mengungkap keprihatinan, seperti kepala sekolah atau pun guru kelas melarang peserta didiknya bermain pada waktu isitirahat. Lebih serius lagi, pendidikan jasmani dianggap memperendah prestasi belajar, dan bahkan berkembang *stereotype* yaitu pendidikan jasmani menghambat perkembangan kecerdasan anak-anak. Karena itu, berkembang kepercayaan di kalangan orang tua dan guru non-pendidikan jasmani bahwa pendidikan jasmani dan olahraga tidak berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan kognitif, atau sebaliknya menyebabkan para peserta didik tidak cerdas.

Nichols (1994) menyatakan bahwa setiap tujuan pendidikan jasmani memiliki potensi untuk berpikir kritis. Dalam pengembangan tentang studi gerak insani, peserta didik diharuskan berpikir tentang bagaimana tubuh harus bergerak, bagaimana meningkatkan efisiensi gerak, dan bagaimana bergerak dalam ruang dan waktu yang dimiliki. Selain itu peserta didik diajak untuk berpikir bagaimana pengetahuan tentang gerak ini diterapkan dalam permainan, olahraga kecabangan, dan kegiatan-kegiatan fisik olahraga individual maupun dual.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah memerlukan sentuhan baru. Tentu yang tertuju pada pengembangan keterampilan berpikir kritis. Pendidikan jasmani perlu dikembalikan pada hakikat pengembangan secara unik meliputi fisik, "*neuro-muscular*" kognitif, sosial-emosional, dan bahkan moral secara sekaligus.

Meskipun demikian, pembelajaran keterampilan berpikir kritis pada mata pelajaran pendidikan jasmani perlu memperdalam perhatian yang lebih besar agar terwujud pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari pendidikan. Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang memanfaatkan media aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Sumbangan pendidikan jasmani terhadap pendidikan ini perlu dipertegas dan ditunjukkan oleh para guru pendidikan jasmani. Kurikulum 2013 melalui pendekatan saintifik dalam pembelajarannya justru memberikan kesempatan seluas-luasnya bagi peserta didik dan juga guru untuk berpikir kritis, para guru pendidikan jasmani disadarkan kembali bahwa terdapat muatan pendidikan kognisi dari pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah.

Berpikir kritis sangat diperlukan selain untuk mencapai tingkatan berpikir secara efektif, tetapi juga diharapkan dapat menunjang pada pencapaian peningkatan kualitas pendidikan. Berpikir kritis juga diperlukan untuk menghasilkan generasi-generasi yang berkualitas, mampu bersaing dalam tataran regional maupun global. Daya saing bangsa Indonesia, dewasa ini sangat ditentukan oleh kemampuan berpikir kritis dari setiap penduduknya, sehingga pada gilirannya akan menunjang pada kemampuan warga yang berpikir kreatif. Untuk itu,

pendidikan jasmani perlu didorong untuk memberikan kontribusi pada keterampilan berpikir kritis.

Proses berpikir kritis peserta didik perlu terjadi dalam pendidikan jasmani, karena itu pula proses berpikir kritis harus membentuk pengetahuan pada diri peserta didik. Proses berpikir kritis inilah yang perlu menjadi perhatian guru, untuk menunjukkan bahwa secara sengaja guru pendidikan jasmani dapat mengembangkan keterampilan berpikir kritis peserta didik melalui desain pembelajaran kognitif-nya.

BAB 2

PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Ada hal yang menarik dari sebuah perumpamaan dari mengajar bahwa guru adalah seorang komposer atau konduktor dalam simponi. Mereka menyusun dan menggabungkan macam-macam instrumen dalam orkestra dengan berbagai cara. Selanjutnya menggabungkan bunyi alat yang berbeda-beda tersebut sehingga terdengar lebih harmonis, menarik dan menyenangkan. Terciptanya efektifitas mengajar ditandai oleh gurunya yang selalu aktif dan peserta didik secara konsisten aktif belajar. Jalannya aktivitas belajar begitu aktif, sibuk, dan menantang bagi peserta didik akan tetapi tetap masih berada di antara tingkat perkembangan dan kemampuan peserta didik.

Perencanaan pembelajaran yang dianalogkan dengan tugas komposer, pada perencanaan ini pun komposer membuat catatan notasi musik, tanpa catatan notasi musik maka bunyi yang dihasilkan akan gaduh dan tidak enak didengar harmonisasi suaranya. Perencanaan di buat ada yang berdasarkan secara periodik, tahunan, dan harian/pertemuan. Perencanaan yang spesifik pada dasarnya mengacu kepada perencanaan yang lebih luas sehingga bisa menggambarkan semua gambaran secara keseluruhan. Beberapa komponen perencanaan pembelajaran diantaranya: format identitas yang memuat tujuan, hari atau tanggal, kelas, dan topik sub topik, selanjutnya diikuti oleh kegiatan pembelajaran yang meliputi pendahuluan, inti, penutup. Secara umum pembuatan perencanaan pembelajaran bertujuan untuk membuat suatu rencana yang jelas dan realistis, dengan mempertimbangkan waktu, dan aktivitas belajar dengan memanfaatkan sarana dan prasarana yang secara optimal, dan sebagai bahan evaluasi yang relevan.

Perencanaan merupakan bagian integral dari pembelajaran yang efektif dan membantu meyakinkan bagaimana suatu pembelajaran

diimplementasikan secara kreatif dan berurutan. Perencanaan teratur membantu guru mempertahankan kreativitas karena kegiatan perencanaan membuat mereka larut dalam ide-ide atau gagasan saat ini, terutama jika mereka rajin membaca jurnal dan buku teks yang terbaru. Sejumlah faktor harus dipertimbangkan ketika merancang sebuah presentasi atau pembelajaran yang efektif. Memahami dan menggabungkan elemen-elemen penting dari pembelajaran membantu memaksimalkan seluruh peserta didik dalam belajar selama pembelajaran berlangsung.

Keputusan *preinstructional* atau pra pembelajaran harus dipertimbangkan untuk menjamin bagaimana materi yang akan disajikan. Contoh keputusan pra pembelajaran adalah memilih gaya mengajar, menggunakan waktu yang diberikan dan ruang pembelajaran secara efektif, dan mengatur peserta didik dalam formasi pembelajaran. Selanjutnya mengikuti desain pembelajaran dan pelaksanaan rencana pembelajaran, menggunakan format yang fleksibel dan bermakna bagi guru. Sebuah studi telah menunjukkan bahwa dalam pembelajaran guru membuat hingga 200 keputusan per menit saat mengajar. Kompleksitas mengajar tersebut dapat disederhanakan dan dapat dilakukan sebelum presentasi pembelajaran yang sebenarnya.

Prinsip-prinsip yang harus dipertimbangkan dalam rangka meningkatkan kualitas pembelajaran sudah cukup banyak yang dirancang untuk guru kelas, namun khusus yang dirancang untuk pembelajaran pendidikan jasmani masih sangat kurang, meskipun pada prinsipnya adalah menerapkan konsep pendidikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Guru penjas seringkali mengeluh bahwa berbagai bahan yang dirancang untuk guru kelas, tidak berlaku sama atau tidak tepat untuk pendidikan jasmani. Guru penjas harus memodifikasi materi sehingga ide-ide konsep pendidikan umum dapat diterapkan untuk pendidikan jasmani.

Bab ini akan membahas pengertian perencanaan pembelajaran, model-model perencanaan pembelajaran secara umum, sifat strategi

pembelajaran dan perannya dalam proses pembelajaran. Berbagai komponen dari strategi termasuk kegiatan pembelajaran, ruang lingkup, urutan, dan presentasi akan disajikan secara rinci.

A. Pengertian Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran sering juga disebut dengan desain instruksional adalah salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru yaitu merencanakan aktivitas dan pengalaman belajar dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran secara efisien dan efektif. Beberapa ahli telah menuliskan definisi perencanaan pembelajaran itu sendiri berdasarkan kajian teori;

Merrill, M. D (1996) mengartikan desain instruksional adalah teknologi untuk pengembangan pengalaman belajar dan lingkungan yang mempromosikan perolehan pengetahuan dan keterampilan khusus oleh siswa. Lebih lanjut dijelaskan bahwa desain instruksional adalah teknologi yang menggabungkan strategi pembelajaran yang diketahui dan diverifikasi ke dalam pengalaman instruksional yang menjadikan perolehan pengetahuan dan keterampilan lebih efisien, efektif, dan menarik. Realitas: Desain Instruksional dapat dimulai pada titik mana pun dalam proses desain. Seringkali secercah ide dikembangkan untuk memberikan inti dari situasi pengajaran. Pada saat seluruh proses dilakukan, perancang melihat ke belakang dan dia memeriksa untuk melihat bahwa semua bagian dari "sains" telah diperhitungkan. Kemudian seluruh proses ditulis seolah-olah terjadi secara sistematis.

Siemens, G. (2002) menjelaskan desain Instruksional sebagai seni dan ilmu untuk menciptakan lingkungan dan bahan ajar yang akan membawa pelajar dari keadaan tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas tertentu ke keadaan mampu menyelesaikan tugas-tugas itu. Desain Pembelajaran didasarkan pada penelitian teoritis dan praktis di bidang kognisi, psikologi pendidikan, dan pemecahan masalah. Berikut ini beberapa definisi perencanaan pembelajaran atau desain instruksional.

1. Smith, P. L., & Ragan, T. J. (2005) mengartikan perencanaan pembelajaran sebagai proses sistematis menerjemahkan rencana pengajaran ke dalam serangkaian kegiatan, bahan, informasi dan/atau prosedur penilaian.
2. Reiser, R.A., Dempsey, J.V. (2007) desain instruksional adalah proses sistematis yang digunakan untuk mengembangkan program pendidikan dan pelatihan secara konsisten dan andal.
3. Smith, P. L., & Ragan, T. J. (1999) menjelaskan istilah desain pembelajaran mengacu pada proses sistematis dan reflektif dalam menerjemahkan prinsip-prinsip pembelajaran dan instruksi ke dalam rencana untuk bahan ajar, kegiatan, sumber daya informasi, dan evaluasi.
4. Miner, K. R. (2005) menjelaskan bahwa proses desain instruksional menggabungkan pertimbangan teoritis yang disajikan di atas ke dalam kerangka kerja berbasis praktik yang menjembatani kesenjangan antara kebutuhan pelajar, tujuan pembelajaran, penyampaian instruksi, dan evaluasi.
5. Mustaro, P. N.(2007) (A) mengartikan desain intruksional adalah proses sistematis, berdasarkan pada teori pendidikan, pada pengembangan strategi pembelajaran, dan spesifikasi untuk mempromosikan pengalaman belajar yang berkualitas.
6. M.E.Gredler (2001) menjelaskan bahwa desain intruksional adalah pengembangan pengajaran untuk tujuan dan sasaran tertentu di mana (1) pemilihan komponen secara berurutan dibuat berdasarkan informasi, data, dan prinsip-prinsip teoritis pada setiap tahap dan (2) produk diuji dalam situasi dunia nyata baik selama pengembangan dan pada akhir proses pengembangan.
7. Branch, R. M., & Merrill, M. D. (2012) mengartikan *Instructional Design* (ID) adalah sistem prosedur untuk mengembangkan kurikulum pendidikan dan pelatihan secara konsisten dan andal.
8. Gustafson, K. L., & Branch, R. M. (2002) menjelaskan bahwa desain instruksional adalah proses kompleks yang kreatif, aktif dan berulang.

9. Sara McNeil mendefinisikan desain instruksional sebagai:
- a. **Proses:** Desain Instruksional adalah pengembangan sistematis dari spesifikasi instruksional menggunakan pembelajaran dan teori instruksional untuk memastikan kualitas pengajaran. Ini adalah keseluruhan proses analisis kebutuhan dan tujuan pembelajaran serta pengembangan sistem penyampaian untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Ini termasuk pengembangan bahan dan kegiatan pembelajaran; dan uji coba dan evaluasi semua instruksi dan kegiatan pelajar.
 - b. **Disiplin:** Desain Instruksional adalah cabang ilmu yang berkaitan dengan penelitian dan teori tentang strategi pembelajaran dan proses untuk mengembangkan dan menerapkan strategi tersebut.
 - c. **Sains:** Desain Instruksional adalah ilmu untuk menciptakan spesifikasi terperinci untuk pengembangan, implementasi, evaluasi, dan pemeliharaan situasi yang memfasilitasi pembelajaran baik satuan materi pelajaran besar maupun kecil di semua tingkat kompleksitas.

B. Model-model Perencanaan Pembelajaran

1. Model Dick and Carrey

Salah satu model desain pembelajaran adalah model Dick and Carey (1985). Model ini termasuk ke dalam model prosedural. Langkah-langkah Desain Pembelajaran menurut Dick and Carey adalah:

- a. Mengidentifikasi tujuan umum pembelajaran.
- b. Melaksanakan analisis pembelajaran
- c. Mengidentifikasi tingkah laku masukan dan karakteristik siswa
- d. Merumuskan tujuan performansi
- e. Mengembangkan butir-butir tes acuan patokan
- f. Mengembangkan strategi pembelajaran
- g. Mengembangkan dan memilih materi pembelajaran
- h. Mendesain dan melaksanakan evaluasi formatif
- i. Merevisi bahan pembelajaran
- j. Mendesain dan melaksanakan evaluasi sumatif.

Model Dick and Carey terdiri dari 10 langkah. Setiap langkah sangat jelas maksud dan tujuannya sehingga bagi perencana pemula sangat cocok sebagai dasar untuk mempelajari model desain yang lain. Kesepuluh langkah pada model Dick and Carey menunjukkan hubungan yang sangat jelas, dan tidak terputus antara langkah yang satu dengan yang lainnya. Dengan kata lain, system yang terdapat pada Dick and Carey sangat ringkas, namun isinya padat dan jelas dari satu urutan ke urutan berikutnya.

Langkah awal pada model Dick and Carey adalah mengidentifikasi tujuan pembelajaran. Langkah ini sangat sesuai dengan kurikulum perguruan tinggi maupun sekolah menengah dan sekolah dasar, khususnya dalam mata pelajaran tertentu di mana tujuan pembelajaran pada kurikulum agar dapat melahirkan suatu rancangan pembangunan.

Penggunaan model Dick and Carey dalam pengembangan suatu mata pelajaran dimaksudkan agar (1) pada awal proses pembelajaran anak didik atau siswa dapat mengetahui dan mampu melakukan hal-hal yang berkaitan dengan materi pada akhir pembelajaran, (2) adanya pertautan antara tiap komponen khususnya strategi pembelajaran dan hasil pembelajaran yang dikehendaki, (3) menerangkan langkah-langkah yang perlu dilakukan dalam melakukan perencanaan desain pembelajaran.

2. Model Kemp

Model Kemp termasuk ke dalam contoh model melingkar jika ditunjukkan dalam sebuah diagram. Secara singkat, menurut model ini terdapat beberapa langkah dalam penyusunan sebuah bahan ajar, yaitu:

- a. Menentukan tujuan dan daftar topik, menetapkan tujuan umum untuk pembelajaran tiap topiknya; Menganalisis karakteristik pelajar, untuk siapa pembelajaran tersebut didesain;
- b. Menetapkan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dengan syarat dampaknya dapat dijadikan tolak ukur perilaku pelajar;
- c. Menentukan isi materi pelajaran yang dapat mendukung tiap tujuan;

- d. Pengembangan prapenilaian/ penilaian awal untuk menentukan latar belakang pelajar dan pemberian level pengetahuan terhadap suatu topik;
- e. Memilih aktivitas pembelajaran dan sumber pembelajaran yang menyenangkan atau menentukan strategi belajar-mengajar, jadi siswa siswa akan mudah menyelesaikan tujuan yang diharapkan;
- f. Mengkoordinasi dukungan pelayanan atau sarana penunjang yang meliputi personalia, fasilitas-fasilitas, perlengkapan, dan jadwal untuk melaksanakan rencana pembelajaran;
- g. Mengevaluasi pembelajaran siswa dengan syarat mereka menyelesaikan pembelajaran serta melihat kesalahan-kesalahan dan peninjauan kembali beberapa fase dari perencanaan yang membutuhkan perbaikan yang terus menerus, evaluasi yang dilakukan berupa evaluasi formatif dan evaluasi sumatif

3. Model ASSURE

Model ASSURE merupakan sebuah formulasi untuk Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) atau disebut juga model berorientasi kelas. Menurut Heinich et al (2005) model ini terdiri atas enam langkah kegiatan yaitu: *(1) Analyze Learners, (2) States Objectives, (3) Select Methods, Media, and Material, (4) Utilize Media and materials, (5) Require Learner Participation, dan (6) Evaluate and Revise.*

a. Analisis Pelajar

Menurut Heinich et al (2005) jika sebuah media pembelajaran akan digunakan secara baik dan disesuaikan dengan ciri-ciri Pelajar, isi dari pelajaran yang akan dibuatkan medianya, media dan bahan pelajaran itu sendiri. Lebih lanjut Heinich (2005) menyatakan sukar untuk menganalisis semua ciri pelajar yang ada, namun ada tiga hal penting dapat dilakukan untuk mengenal pelajar sesuai berdasarkan ciri-ciri umum, keterampilan awal khusus dan gaya belajar.

b. Menyatakan Tujuan

Menyatakan tujuan adalah tahapan ketika menentukan tujuan pembelajaran baik berdasarkan buku atau kurikulum. Tujuan pembelajaran akan menginformasikan apakah yang sudah dipelajari anak dari pengajaran yang dijalankan. Menyatakan tujuan harus difokuskan kepada pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang baru untuk dipelajari.

c. Pemilihan Metode, media dan bahan

Heinich et al. (2005) menyatakan ada tiga hal penting dalam pemilihan metode, bahan dan media yaitu menentukan metode yang sesuai dengan tugas pembelajaran, dilanjutkan dengan memilih media yang sesuai untuk melaksanakan media yang dipilih, dan langkah terakhir adalah memilih dan atau mendesain media yang telah ditentukan.

d. Penggunaan Media dan bahan

Menurut Heinich et al (2005) terdapat lima langkah bagi penggunaan media yang baik yaitu, preview bahan, sediabahan, sedikan persekitaran, pelajar dan pengalaman pembelajaran.

e. Partisipasi Pelajar di dalam kelas

Sebelum pelajar dinilai secara formal, pelajar perlu dilibatkan dalam aktivitas pembelajaran seperti memecahkan masalah, simulasi, kuis atau presentasi.

f. Penilaian dan Revisi

Sebuah media pembelajaran yang telah siap perlu dinilai untuk menguji keberkesanan dan impak pembelajaran. Penilaian yang dimaksud melibatkan beberapa aspek diantaranya menilai pencapaian pelajar, pembelajaran yang dihasilkan, memilih metode dan media, kualitas media, penggunaan guru dan penggunaan pelajar.

4. Model ADDIE

Ada satu model desain pembelajaran yang lebih sifatnya lebih generik yaitu model ADDIE (*Analysis-Design-Develop-Implement-Evaluate*). ADDIE muncul pada tahun 1990-an yang dikembangkan oleh Reiser dan Mollenda. Salah satu fungsinya ADIDE yaitu menjadi pedoman dalam membangun perangkat dan infrastruktur program pelatihan yang efektif, dinamis dan mendukung kinerja pelatihan itu sendiri.

Model ini menggunakan 5 tahap pengembangan yakni : (a) *Analysis* (analisa), (b) *Design* (disain/perancangan), (c) *Development* (pengembangan), (d) *Implementation* (implementasi/eksekusi), dan (e) *Evaluation* (evaluasi/ umpan balik). Berikut ini penjelasan langkah-langkah pengembangannya:

a. Langkah 1: Analisis

Tahap analisis merupakan suatu proses mendefinisikan apa yang akan dipelajari oleh peserta belajar, yaitu melakukan needs assessment (analisis kebutuhan), mengidentifikasi masalah (kebutuhan), dan melakukan analisis tugas (*task analysis*). Oleh karena itu, output yang akan kita hasilkan adalah berupa karakteristik atau profile calon peserta belajar, identifikasi kesenjangan, identifikasi kebutuhan dan analisis tugas yang rinci didasarkan atas kebutuhan.

b. Langkah 2: Desain

Tahap ini dikenal juga dengan istilah membuat rancangan (*blueprint*). Ibarat bangunan, maka sebelum dibangun gambar rancang bangun (*blue-print*) diatas kertas harus ada terlebih dahulu. Apa yang kita lakukan dalam tahap desain ini? Pertama merumuskan tujuan pembelajaran yang SMAR (*Spesifik, Measurable, Applicable, dan Realistic*). Selanjutnya menyusun tes, dimana tes tersebut harus didasarkan pada tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan tadi. Kemudian tentukanlah strategi pembelajaran yang tepat harusnya seperti apa untuk mencapai tujuan tersebut. Dalam hal ini ada banyak pilihan kombinasi metode dan media yang dapat kita pilih dan tentukan yang paling relevan. Disamping itu, pertimbangkan pula

sumber-sumber pendukung lain, semisal sumber belajar yang relevan, lingkungan belajar yang seperti apa seharusnya, dan lainlain. Semua itu tertuang dalam sautu dokumen bernama blue-print yang jelas dan rinci.

c. Langkah 3: Pengembangan

Pengembangan adalah proses mewujudkan *blue-print* alias desain tadi menjadi kenyataan. Artinya, jika dalam desain diperlukan suatu software berupa multimedia pembelajaran, maka multimedia tersebut harus dikembangkan. Atau diperlukan modul cetak, maka modul tersebut perlu dikembangkan. Begitu pula halnya dengan lingkungan belajar lain yang akan mendukung proses pembelajaran semuanya harus disiapkan dalam tahap ini. Satu langkah penting dalam tahap pengembangan adalah uji coba sebelum diimplementasikan. Tahap uji coba ini memang merupakan bagian dari salah satu langkah ADDIE, yaitu evaluasi. Lebih tepatnya evaluasi formatif, karena hasilnya digunakan untuk memperbaiki sistem pembelajaran yang sedang dikembangkan.

d. Langkah 4: Implementasi

Implementasi adalah langkah nyata untuk menerapkan sistem pembelajaran yang sedang kita buat. Artinya, pada tahap ini semua yang telah dikembangkan diinstal atau diset sedemikian rupa sesuai dengan peran atau fungsinya agar bisa diimplementasikan. Misal, jika memerlukan software tertentu maka software tersebut harus sudah diinstal. Jika penataan lingkungan harus tertentu, maka lingkungan atau seting tertentu tersebut juga harus ditata. Barulah diimplementasikan sesuai skenario atau desain awal.

e. Langkah 5: Evaluasi

Evaluasi adalah proses untuk melihat apakah sistem pembelajaran yang sedang dibangun berhasil, sesuai dengan harapan awal atau tidak. Sebenarnya tahap evaluasi bisa terjadi pada setiap empat tahap di atas. Evaluasi yang terjadi pada setiap empat tahap diatas itu dinamakan

evaluasi formatif, karena tujuannya untuk kebutuhan revisi. Misal, pada tahap rancangan, mungkin kita memerlukan salah satu bentuk evaluasi formatif misalnya review ahli untuk memberikan input terhadap rancangan yang sedang kita buat. Pada tahap pengembangan, mungkin perlu uji coba dari produk yang kita kembangkan atau mungkin perlu evaluasi kelompok kecil dan lain-lain.

5. Model Hannafin And Peck

Model Hannafin dan Peck ialah model desain pengajaran yang terdiri daripada tiga fase yaitu fase Analisis keperluan, fase desain, dan fase pengembangan dan implementasi (Hannafin & Peck, 1988). Dalam model ini, penilaian dan pengulangan perlu dijalankan dalam setiap fase. Model ini adalah model desain pembelajaran berorientasi produk.

Fase pertama adalah analisis kebutuhan. Fase ini diperlukan untuk mengidentifikasi kebutuhan dalam mengembangkan suatu media pembelajaran termasuklah di dalamnya tujuan dan objektif media pembelajaran yang dibuat, pengetahuan dan kemahiran yang diperlukan oleh kelompok sasaran, peralatan dan keperluan media pembelajaran. Setelah semua keperluan diidentifikasi Hannafin dan Peck (1988) menekankan untuk menjalankan penilaian terhadap hasil tersebut sebelum meneruskan pembangunan ke fase desain.

Fase yang kedua desain. Di dalam fase ini informasi dari fase analisis dipindahkan ke dalam bentuk dokumen yang akan menjadi tujuan pembuatan media pembelajaran. Fase desain bertujuan untuk mengidentifikasikan dan mendokumenkan kaedah yang paling baik untuk mencapai tujuan pembuatan media tersebut. Salah satu dokumen yang dihasilkan dalam fase ini ialah dokumen *story board* yang mengikut urutan aktivitas pengajaran berdasarkan keperluan pelajaran dan objektif media pembelajaran seperti yang diperoleh dalam fase analisis keperluan. Seperti halnya pada fase pertama, penilaian perlu dijalankan dalam fase ini sebelum dilanjutkan ke fase pengembangan dan implementasi.

Fase ketiga adalah fase pengembangan dan implementasi. Aktivitas yang dilakukan pada fase ini ialah menghasilkan diagram alur, pengujian, serta penilaian formatif dan penilaian sumatif. Dokumen *story board* akan dijadikan landasan bagi pembuatan diagram alir yang dapat membantu proses pembuatan media pembelajaran. Untuk menilai kelancaran media yang dihasilkan seperti kesinambungan link, penilaian dan pengujian dilaksanakan pada fase ini. Hasil dari proses penilaian dan pengujian ini akan digunakan dalam proses pengubahsuaian untuk mencapai kualitas media yang dikehendaki. Proses penilaian dan pengulangan harus mengikutsertakan proses-proses pengujian dan penilaian media pembelajaran yang melibatkan ketiga fase secara berkesinambungan. Lebih lanjut Hannafin dan Peck (1988) menyebutkan dua jenis penilaian yaitu penilaian formatif dan penilaian sumatif. Penilaian formatif ialah penilaian yang dilakukan sepanjang proses pengembangan media sedangkan penilaian sumatif dilakukan setelah media telah selesai dikembangkan.

Belajar bisa sangat kompleks, sehingga tidak ada satu ukuran yang cocok untuk semua metodologi. Inilah sebabnya mengapa desainer instruksional perlu membiasakan diri dengan berbagai teori dan konsep pembelajaran sehingga mereka dapat merujuk kembali kepada mereka ketika mereka mengalami masalah desain baru dan/atau kompleks.

Perbedaan Antara Desain Instruksional dan Desain Sistem Instruksional Model Desain Instruksional (ID) berbeda dari model Desain Sistem Instruksional (ISD) di mana model ISD memiliki ruang lingkup yang luas dan biasanya membagi proses desain instruksi ke dalam lima fase analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi yang sering disebut dengan sebagai ADDIE (van Merriënboer, 1997). Reigeluth (1983) menyatakan hal yang sama ketika ia mencatat bahwa model ID jauh lebih detail daripada ISD, meskipun detail memiliki fokus yang lebih sempit.

Selain itu, model ISD menggunakan evaluasi formatif di semua fase dan evaluasi sumatif di akhir proses. Contoh model ISD adalah ADDIE dan model Dick and Carey. Di sisi lain, model ID sifatnya kurang luas

dan sebagian besar fokus pada analisis dan desain, sehingga biasanya lebih rinci, terutama pada tahap desain. Model ID biasanya digunakan bersama dengan model ISD (van Merriënboer, 1997). Proses ISD membuat seluruh pelatihan, pengembangan, atau proyek pendidikan di jalur yang benar untuk mencapai tujuan pembelajaran, sementara satu atau lebih model ID digunakan bersama yang paling mendukung proses pembelajaran yang dirancang.

C. Strategi Perencanaan Pembelajaran

Ada tiga jenis strategi pembelajaran dalam mendesain instruksional organisasi, pengiriman, dan manajemen (Reigeluth, 1983):

1. Organisasi

Strategi organisasi dipecah pada tingkat mikro atau makro sehingga pelajaran dapat diatur dan diurutkan dengan benar. Untuk dapat melakukan perencanaan berdasar organisasi, harus dapat menganalisis pembelajaran dari sisi Urutan dan Penataan.

Implikasinya dalam perencanaan terdapat beberapa jenis perencanaan pembelajaran dari sisi waktu: perencanaan jangka panjang (contoh: program tahunan), perencanaan jangka menengah (contoh: program semester), dan perencanaan jangka pendek (contoh: program harian/rencana pelaksanaan pembelajaran-RPP).

2. Penyampaian

Strategi penyampaian berkaitan dengan keputusan yang mempengaruhi cara informasi ditransfer ke peserta didik. Penyampaian adalah cara berkomunikasi dan mentransfer proses belajar kepada peserta didik. Misalnya, Anda dapat menyampaikan pelajaran di kelas atau melalui elearning. Ini sangat mirip dengan konsep media. Beberapa metode pengiriman adalah pembelajaran sosial dan media sosial, pembelajaran di kelas, *eLearning*, *mLearning*, Video.

3. Manajemen

Strategi manajemen melibatkan keputusan dan proses yang memungkinkan peserta didik untuk berinteraksi dengan kegiatan pembelajaran agar mereka dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka. Beberapa strategi adalah Belajar Aksi, Boot Camp, Fishbowls, Lockstep, Sistem Instruksi yang Dipersonalisasi Pembelajaran terprogram.

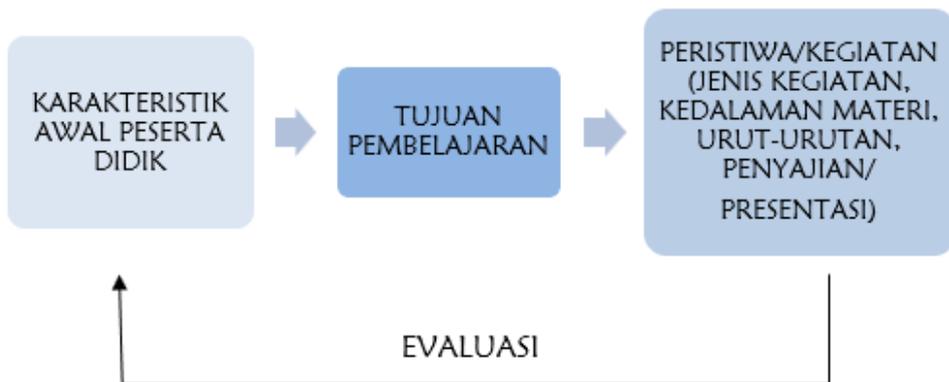
Pemahaman mengenai strategi manajemen dapat dibaca dengan mengunjungi laman http://www.nwlink.com/~donclark/hrd/media/action_learning.html.

D. Perencanaan Pembelajaran dengan Pendekatan Sistem

Dalam merancang kegiatan pembelajaran, mempertimbangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kegiatan pembelajaran. Jika kita menafsirkan suatu pembelajaran adalah kegiatan yang distimulus, maka akan ada beberapa pertanyaan muncul. Apa jenis kegiatan yang diperlukan agar diperoleh kemajuan belajar yang efektif? Berapa banyak kegiatan yang diperlukan untuk memastikan peserta didik belajar? Materi apa yang harus diperbanyak dan bagaimana menghubungkan antar materi satu sama lain? Bagaimana seharusnya kegiatan atau pengalaman belajar tersebut diatur dan kapan waktunya? Dalam bentuk apa materi tersebut harus disajikan?

Pembelajaran sebenarnya adalah kontrol eksternal (kepada peserta didik) berupa kegiatan oleh guru atau media (buku, kaset video, film, dan sejenisnya). Karena guru bukan satu-satunya sumber informasi, maka tanggung jawab untuk membuat keputusan yang tepat mengenai tujuan dan strategi pembelajaran ditentukan oleh guru. Seperti Gambar 2.1 menunjukkan, guru harus terlebih dahulu menilai perilaku awal peserta didik dan karakteristik relevan dengan tugas-tugas belajar, dan kemudian tujuan pembelajaran yang jelas sesuai kurikulum yang berlaku. Kedua prosedur ini secara langsung mempengaruhi pemilihan isi atau materi pembelajaran dan perumusan strategi

pembelajaran. Yang pada akhirnya, strategi harus dievaluasi untuk menentukan efektivitasnya.



Gambar 2.1.

Faktor-faktor dalam memilih dan menerapkan strategi pembelajaran

Mari kita lihat contoh sederhana dari strategi pembelajaran yang digunakan. Asumsikan bahwa Guru mengajar dalam kompetensi gerak senam, dan bahwa salah satu tujuannya adalah "melakukan rangkaian gerak dasar senam lantai". Pertama, Guru harus mempertimbangkan karakteristik awal peserta didik: Untuk apa peserta didik menguasai keterampilan rangkaian gerak dasar senam lantai? Bagaimana status perkembangan kelompok? Apakah peserta didik merasa kegiatan ini relatif mudah atau sulit?

Begitu Guru telah menentukan karakteristik awal, Guru harus memutuskan isi dan pengantar: Apa keterampilan yang harus peserta didik kuasai sebelum mereka mulai mempraktik/melatihkan kegiatan yang sebenarnya? Berapa banyak waktu yang mereka perlukan untuk mempraktik/melatihkan keterampilan tersebut, substansi, atau prosedur pembelajaran? Dalam rangka apa harus menguasai keterampilan terkait atau bagaimana prosedur pembelajaran yang akan disajikan?

Merumuskan strategi dengan tujuan yang telah ditentukan, adalah syarat mendesain atau perencanaan pembelajaran tersistem. Istilah umum lainnya adalah proses pembelajaran dan metodologi mengajar,

yang perlu diingat bahwa tidak ada satu strategi yang dapat digunakan untuk semua tugas. Tentu saja, pembatasan lingkungan dan sumber daya terkait dapat menentukan strategi tertentu yang akan digunakan. Guru harus menyiapkan alternatif lain, pada saat strategi dirancang.

Begitu banyak jenis tujuan yang mungkin ditetapkan menuntut strategi yang kompleks dan rinci. Misalnya, peningkatan keterampilan, kesadaran gerak, pengembangan organik, interaksi sosial, dan perkembangan intelektual. Menentukan sebuah strategi tidak sederhana, tetapi pasti akan lebih mudah ketika tujuan terbatas dalam lingkup dan nomor tertentu. Ini tidak berarti bahwa guru harus membatasi tujuan, namun, ia harus menyadari bahwa seluruh proses pembelajaran lebih sulit ketika tujuan terlalu banyak dan kompleks. Jadilah idealis tapi praktis.

Strategi adalah rencana aksi. Hal ini menggambarkan apa yang akan dilakukan pada keadaan tertentu. Strategi pembelajaran seperti resep yang menggambarkan kegiatan yang harus terjadi, urutannya, cara-cara yang mereka mengambil tempat, dan ukuran keberhasilan. Komponen utama dari setiap strategi pembelajaran adalah kegiatan pembelajaran khusus. Yaitu faktor yang bersifat eksternal untuk peserta didik, yang dimanipulasi oleh guru dalam rangka untuk membawa peserta didik belajar. Kegiatan ini termasuk hal-hal seperti memotivasi peserta didik, memberikan latihan, dan memperkaya pengalaman dengan berbagai kegiatan.

Ketika mempersiapkan perencanaan pembelajaran, dalam bentuk tertulis, Guru memerlukan beberapa langkah pembelajaran sebagaimana dijelaskan oleh Gagne (1977), ke dalam lima kelompok:

1. Kegiatan pra pembelajaran (motivasi, tujuan, prasyarat pertimbangan, pencegahan)
2. Menyajikan informasi (lingkup dan urutan, presentasi, ekspektasi kinerja)
3. Partisipasi peserta didik (latihan, umpan balik)
4. Pengujian/evaluasi (tes perilaku awal, pretest, penilaian proses dalam pembelajaran, posttest)

5. Kegiatan tindak lanjut (perbaikan, retensi, transfer)

Pada masing-masing bagian berikut, akan dijelaskan secara singkat fungsi dari komponen utama. Deskripsi diikuti oleh diskusi mendalam dari berbagai aspek masing-masing acara pembelajaran. Kegiatan ini disajikan seolah-olah setiap kegiatan yang diperlukan untuk setiap situasi pembelajaran.

a. Kegiatan Pra Pembelajaran

Sebelum guru mulai mengajar, maka perlu untuk mempersiapkan peserta didik untuk suatu pembelajaran. Langkah pertama adalah untuk **memotivasi** peserta didik: mereka harus mau hadir untuk mengikuti pembelajaran dan menerapkannya pada diri untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Langkah kedua, yang berkaitan dengan yang pertama, adalah untuk **menginformasikan** peserta didik tentang apa yang mereka akan dapat lakukan ketika mereka telah menyelesaikan kegiatan belajar (memberitahu mereka tentang tujuan pembelajaran). Akhirnya, guru harus membantu peserta didik untuk mengingat keterampilan prasyarat atau pengetahuan yang berhubungan dengan keterampilan baru atau pengetahuan yang akan mereka pelajari.

Hartley dan Davies (1976) telah meninjau literatur tentang efektivitas berbagai kegiatan pra pembelajaran, atau sering disebut "strategi". Hasilnya bervariasi, tergantung pada jenis belajar dan situasi belajar tertentu. Berikut temuan yang berkaitan dengan setiap jenis kegiatan pra pembelajaran.

Motivasi. Hal ini tidak selalu diperlukan bagi guru untuk menggunakan cara-cara khusus untuk mengarahkan perhatian peserta didik terhadap perilaku yang harus dipelajari. Terutama berlaku bagi yang berpengalaman, peserta didik dewasa. Namun, jika peserta didik adalah usia sekolah dasar atau sekolah menengah pertama dan belum berpengalaman, guru biasanya harus pro aktif dengan menyiapkan suatu kondisi yang menguntungkan peserta didik untuk mempertahankan perhatian mereka.

Perhatian menyiratkan minat dan motivasi, serta kemampuan untuk membedakan antara isyarat yang tersedia dan memilih yang

mana respon yang diharapkan. Ketika peserta didik diajarkan untuk memukul bola softball, mereka harus mengalihkan perhatian mereka sadar untuk tugas itu, baik melalui usaha mereka sendiri atau dengan arahan guru. Tingkat konsentrasi tinggi penting selama semua tahap belajar, tetapi terutama ketika pertama kali peserta didik diperkenalkan pada tugas. Salah satu kondisi prasyarat untuk belajar adalah bahwa peserta didik siap, waspada, dan penuh perhatian. Penerimaan dapat diterjemahkan ke dalam perilaku yang efektif. Strategi apapun yang dipilih, setelah peserta didik penuh perhatian, mereka lebih cenderung mudah mengikuti pembelajaran.

Terkait erat dengan faktor eksternal (untuk peserta didik) kondisi pembelajaran adalah satu kondisi perhatian yang mendahului kegiatan belajar itu sendiri. Kondisi ini menunjukkan keadaan kesiapan untuk belajar. Meskipun itu adalah kondisi internal, kondisi perhatian dapat dikelola dan diarahkan oleh agen eksternal, seperti guru.

Setiap pertimbangan bagian persiapan harus mencakup tingkat motivasi peserta didik. Peserta didik melakukan dengan mudah dan terampil ketika mereka termotivasi penuh. Motivasi dapat dipengaruhi oleh banyak variabel, dan, pada gilirannya, dapat mempengaruhi pembelajaran dan kinerja dari berbagai kegiatan.

Ketika peserta didik diaktifkan menuju beberapa tujuan, mereka mencoba untuk mengurangi drive dengan mencapai itu. Dengan demikian, motivasi berlaku sampai tujuan tercapai atau sampai tidak lagi dianggap penting. Bagaimana guru mendorong peserta didik untuk ingin menunjukkan beberapa perilaku? Dan kemudian, bagaimana guru membuat mereka tetap termotivasi?

Kadang-kadang situasi belajar sendiri menawarkan tantangan yang cukup, kepuasan, dan penghargaan untuk merangsang peserta didik. Anak-anak tidak harus dipaksa untuk bermain, mereka memiliki kecenderungan alami untuk mengekspresikan diri mereka melalui perilaku psikomotor. Bahkan, menurut guru pendidikan jasmani minat dan motivasi peserta didik bukanlah suatu hambatan. Guru harus bekerja keras untuk menghentikan minat dan motivasi mereka untuk

bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani, untuk segera mengikuti mata pelajaran berikutnya.

Tapi untuk beberapa alasan, banyak anak kehilangan sikap yang menguntungkan mereka terhadap aktivitas jasmani saat mereka tumbuh dewasa. Keadaan ini dapat disebabkan oleh sejumlah faktor. Setiap kali pendidikan jasmani sebagai sebuah keharusan bukan pilihan, seperti umumnya dengan peserta didik yang lebih dewasa, motivasi menjadi masalah. Juga, meskipun benar bahwa peserta didik mengikuti pembelajaran dengan kondisi motivasi tingkat internal, namun bahwa guru secara langsung atau tidak langsung dapat mempengaruhi tingkat motivasi tersebut dalam situasi pembelajaran.

Peserta didik dapat termotivasi secara intrinsik atau ekstrinsik, atau keduanya. Pendidik dan psikolog, percaya bahwa peserta didik lebih termotivasi untuk menyelesaikan tugas jika hal itu akan membawa mereka kebahagiaan atau kepuasan pribadi. Meskipun insentif ekstrinsik (hadiah, penghargaan, nilai) dapat efektif mengubah perilaku, dengan praktik/latihan dan pengalaman, peserta didik harus belajar untuk tidak bergantung pada motivasi eksternal dan lebih pada pengarahannya sendiri.

Pembelajaran keterampilan, sikap, dan pengetahuan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya sebagai berikut:

1. Hirarki tujuan, masing-masing yang dapat dicapai setelah pengalaman yang wajar.
2. Tujuan dan alasan-alasan.
3. Imbalan, penguatan, dan umpan balik.

Guru harus menggunakan teknik motivasi yang tepat untuk kelas secara keseluruhan, serta masing-masing peserta didik. Jika peserta didik menunjukkan tingkat motivasi yang ideal saat mereka memasuki kelas pendidikan jasmani, maka masalah guru adalah bagaimana mempertahankan tingkat motivasi ideal. Tentu saja, sebuah pembelajaran yang menguntungkan situasi yang mengarah pada pencapaian dan kepuasan akan membantu untuk mempertahankan motivasi. Tapi, jika peserta didik mulai menunjukkan sikap buruk

terhadap pendidikan jasmani, guru harus menggunakan pendekatan yang berbeda.

Apa sajakah pendekatan yang berbeda? Guru dapat meningkatkan motivasi dengan menyatakan tujuan kelas sebagai dasar pemikiran bagi mereka. Peserta didik yang lebih dewasa, khususnya, ingin tahu mengapa perilaku tertentu diharapkan dari mereka, mereka ingin memahami situasi belajar. Pendekatan lain adalah untuk mengatur pengalaman belajar pada tingkat kemampuan peserta didik. Ketika peserta didik berhasil, mereka menjadi tertarik dalam kinerja mereka. Tapi, ketika peserta didik terus-terusan gagal, frustrasi mereka dapat kehilangan motivasi. Terakhir ini terutama mempengaruhi partisipasi. Orang-orang suka melakukan hal-hal yang bisa mereka lakukan cukup baik, terutama di hadapan orang lain. Peserta didik dalam satu kelas tidak belajar dan melakukan secara mandiri, mereka dipengaruhi oleh guru dan peserta didik lain. Secara umum, ini berarti bahwa peserta didik yang kurang mampu harus termotivasi bahkan lebih daripada yang lain.

Penelitian menunjukkan bahwa dalam hal belajar peserta didik tidak sama termotivasi oleh insentif yang sama. Dan, apa yang guru merasa sebagai sumber motivasi tidak dapat dirasakan dengan cara yang sama oleh peserta didik. Misalnya, jika Guru menawarkan uang Rp 5.000,00 bagi peserta didik yang berhasil memasukkan bola basket dengan skor tertinggi, peserta didik yang kaya mungkin tidak akan merespon begitu antusias karena mereka tidak memerlukan uang tersebut. Situasi kelas dapat merangsang beberapa peserta didik dan namun gagal untuk beberapa peserta didik lainnya. Dengan demikian, guru harus memilih dengan bijak insentif untuk kelompok secara keseluruhan, membuat pengecualian untuk individu jika diperlukan.

Juga, tidak ada satu motivasi terbaik untuk semua peserta didik supaya mau mempelajari semua keterampilan. Bagaimanapun, tingkat yang ideal untuk setiap peserta didik dan setiap kegiatan bisa jadi berbeda. Pendapat "Semakin banyak motivasi, semakin baik kinerja yang dihasilkan" tidak selalu benar, perilaku terlalu rumit untuk

pengamatan sederhana. Guru harus mempertimbangkan: (1) karakteristik emosional (tingkat kecemasan, ketahanan stres) dari masing-masing peserta didik, (2) kesulitan dan kompleksitas kegiatan, dan kemudian (3) apakah motivasi ekstrinsik diperlukan dan, jika diperlukan, berapa banyak.

Seorang peserta didik dapat menjadi cemas, bisa marah oleh motivasi eksternal berupa materi, terutama jika tugas cukup sulit. Pertimbangkan seorang peserta didik yang memiliki postur tubuh gemuk cenderung *overweight*, jika untuk memotivasinya agar mau melakukan lari jarak jauh, guru hanya dengan nilai atau bintang, mungkin tidak akan memberi efek mau melakukan. Peserta didik ini harus rileks terlebih dahulu, nyaman dengan kegiatan atau aktivitas yang diciptakan guru, kemudian bisa diperbaiki keterampilan berlari jarak jauhnya. Guru harus selalu menganalisis sifat perilaku yang harus diperbaiki untuk menentukan potensi kesulitan mereka. Pengamatan pada setiap peserta didik dalam situasi pembelajaran diperlukan untuk menentukan perlu tidaknya teknik motivasi harus diterapkan. Perlu diingat, saat Guru mempersiapkan strategi pembelajaran, untuk menggambarkan tingkat pembelajaran yang optimal maka kegiatan motivasi serta teknik yang akan Guru gunakan untuk membawa peserta didik ke tingkat itu harus ditentukan. Diperlukan cara untuk menumbuhkan rasa harga diri dan prestasi semua peserta didik.

Tujuan. Kita tahu bahwa anak-anak sering belajar dengan pemodelan perilaku orang dewasa dan anak-anak lainnya. Guru dapat menginformasikan pada peserta didik tentang apa yang diharapkan dari mereka dengan cara teknik observasi-demonstrasi. Ada berbagai cara untuk mengarahkan tujuan peserta didik, termasuk penggunaan materi tertulis, film, ilustrasi, deskripsi verbal, dan observasi.

Apapun cara yang digunakan, para peserta didik dapat berorientasi pada tujuan hanya jika mereka memahami tujuan. Mereka harus membuat gambaran sendiri dari respon yang diinginkan. Bagaimana guru mengharapkan pengalaman belajar untuk mempengaruhi perilaku tertentu atau kecenderungan untuk

berperilaku? Pemilihan strategi sebgaiian besar tergantung pada apa yang sedang ingin dicapai oleh guru. Harapan atau tujuan terhadap keahlian khusus membutuhkan penjelasan spesifik. Jika sejumlah perilaku yang diberikan dapat diterima, maka arah tujuan tidak perlu terlalu eksplisit. Jika strategi pembelajaran seperti pemecahan masalah yang digunakan, yang memimpin peserta didik ke dalam tindakan penemuan, tujuan tidak perlu selalu ditentukan.

Apapun tujuan kita dalam mengubah perilaku psikomotor, kognitif, afektif, maupun sosial, kita harus memberikan orientasi tujuan dengan tingkat yang wajar pada peserta didik. Sifat dan tingkat orientasi tergantung pada perilaku tertentu untuk disesuaikan serta sumber-sumber yang tersedia dan sumber daya.

Berdasarkan hasil penelaahan literatur, Hartley dan Davies (1976) menyimpulkan bahwa pernyataan tujuan paling baik menggunakan kemampuan peserta didik tingkat menengah untuk mempersiapkan mereka pada kegiatan pembelajaran yang panjang. Pada titik ini, penting bagi peserta didik untuk tahu persis apa yang harus dapat mereka lakukan pada akhir pembelajaran. Tampaknya tujuan yang lebih umum tidak untuk memfasilitasi belajar.

Tidak hanya perlu untuk menginformasikan pada peserta didik mengenai apa yang mereka pelajari, tetapi juga mereka harus diberitahu tentang keterampilan dan pengetahuan yang sudah mereka miliki dan yang berkaitan langsung dengan kegiatan belajar yang baru. Ausubel, Novak, dan Hanesian menganjurkan penggunaan tujuan. Mereka menulis: "Prinsip penulisan tujuan adalah untuk menjembatani kesenjangan antara apa yang peserta didik sudah tahu dan apa yang dia perlu ketahui sebelum dia dapat mempelajari tugas berikutnya secara bermakna." (1978, hlm 171-172). Apersepsi dan materi pengantar dimaksudkan untuk meningkatkan adaptasi (penyesuaian) dan untuk membuat satu kondisi bermakna untuk belajar. Apersepsi, tidak seperti materi baru, tidak spesifik. Apersepsi, gambaran abstrak dari materi pembelajaran yang akan datang.

Ada dua alasan penting untuk menginformasikan pada peserta didik tentang keterampilan dan pengetahuan yang terkait. Yang pertama berhubungan dengan motivasi: Jika peserta didik mengetahui bahwa aktivitas baru dibangun langsung pada sesuatu yang sudah mereka lakukan dengan baik dan mereka menikmatinya, mereka lebih cenderung termotivasi untuk mempelajarinya. Alasan kedua berkaitan dengan prasyarat: Dengan mengetahui apa prasyarat, peserta didik dapat mengukur kemampuan mereka sendiri dan mencari cara perbaikan, jika diperlukan. Sebagai contoh, jika Guru akan mengajarkan guling lenting (*roolkeep*) untuk peserta didik di jenjang SMA, Guru mungkin akan berasumsi bahwa mereka sudah bisa melakukan guling ke depan (*forward-roll*) dan kayang. Ini adalah keterampilan yang merupakan prasyarat untuk mempelajari guling lenting. Jika seorang peserta didik tidak bisa melakukan guling depan dan kayang, peserta didik akan meminta perbaikan pada keterampilan guling depan dan kayang atau bahkan menjadi tugas pembelajaran sebelum materi inti.

Bagaimana guru menentukan prasyarat untuk kegiatan pembelajaran tertentu? Sumber pertama adalah grafik analisis pembelajaran. Hal ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi keterampilan sebelumnya yang disertakan dalam pembelajaran dan materi atau keterampilan yang dianggap sebagai perilaku/kemampuan awal (prasyarat). Grafik harus mengidentifikasi jenis yang sangat spesifik untuk perilaku prasyarat. Sumber kedua adalah logika umum. Kebanyakan guru menyadari bahwa ada karakteristik umum bahwa, meskipun mereka tidak penting untuk belajar keterampilan tertentu, tampaknya penting bagi keberhasilan dalam setiap kegiatan pembelajaran. Karakteristik ini biasanya dalam domain afektif atau sosial. Selain itu, keterampilan psikomotor umum dapat memfasilitasi pembelajaran baru (misalnya menggunakan ayunan yang sama) atau misalnya mengembangkan gerakan tangan baru.

Seperti yang akan kita bahas nanti, mungkin penting tidak hanya untuk menginformasikan pada peserta didik perilaku awal yang

dibutuhkan tetapi perlu juga mengujinya. Namun, Hartley dan Davies (1976) dalam Singer & Dick (1980), menunjukkan bahwa pretest yang paling berharga dalam situasi belajar yang relatif singkat, di mana peserta didik harus memperhatikan terhadap kurangnya keterampilan atau pengetahuan. Mereka juga harus menyadari ketergantungan langsung dari perintah pada perilaku awal tertentu serta hubungannya dengan pembelajaran sebelumnya.

Analisis karakteristik khusus dari peserta didik berkaitan dengan keterampilan yang akan dipelajari bukan satu-satunya prasyarat. Sangat penting menjelaskan prasyarat lainnya yaitu status kebugaran jasmani. Apa atribut kebugaran jasmani yang harus peserta didik miliki untuk mempelajari keterampilan baru? Meskipun pertanyaan ini hampir tidak pernah terjadi yang berkaitan dengan tugas-tugas kognitif, namun menjadi penting untuk keberhasilan dalam mengajar tugas psikomotor.

Komponen keempat kegiatan pra pembelajaran adalah tindakan pencegahan faktor keselamatan. Sebelum kegiatan pembelajaran dimulai, guru harus secara jelas menjelaskan semua tindakan pencegahan khusus yang harus diikuti dalam rangka untuk menjamin keselamatan. Misalnya, Guru akan menggambarkan dimana peserta didik harus berdiri selama demonstrasi lempar lembing, atau bagaimana peraturan menjaga keselamatan diri saat berada di kolam renang. Pikirkan seorang peserta didik yang memiliki sedikit atau tanpa pengetahuan mengenai apa yang akan diajarkan. Bagaimana jika peserta didik ada yang terluka? Kemudian, tentukan semua langkah yang mungkin untuk mencegah cedera yang terjadi.

Singkatnya, strategi pembelajaran untuk kegiatan pra pembelajaran harus menjelaskan hal-hal berikut:

1. Tingkat motivasi yang diperlukan dan teknik untuk mencapainya
2. Tujuan dan sasaran pembelajaran
3. Prasyarat, termasuk kesiapan jasmani
4. Semua tindakan pencegahan keamanan yang diperlukan

b. Menyajikan Informasi

Setelah kegiatan pra pembelajaran, guru harus menunjukkan apa yang akan peserta didik pelajari dan memberikan contoh-contoh kegiatan atau keterampilan tersebut. **Komponen kedua dari strategi pembelajaran adalah menyajikan informasi.** Pada bagian ini, kita akan meninjau faktor-faktor yang mempengaruhi presentasi awal pembelajaran. Catatan: apakah ada perbedaan yang jelas antara penyajian informasi dan partisipasi peserta didik dalam kegiatan?.

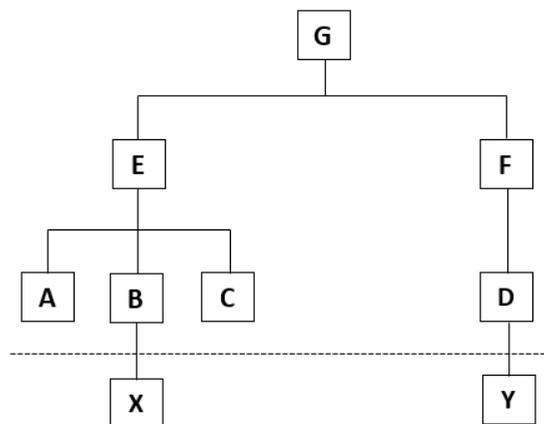
Untuk memulai penyajian informasi, perlu untuk menentukan ruang lingkup dan urutan pembelajaran. Kemudian, guru dapat melihat keputusan pembelajaran tertentu yang harus dibuat dalam presentasi. Bagaimana kita memutuskan berapa banyak informasi akan disajikan dan urutan presentasi tersebut? Jawabannya terletak pada analisis pembelajaran, yang dikembangkan sebelumnya dalam proses pembelajaran. Analisis ini cukup untuk menunjukkan jumlah total informasi yang harus disampaikan, dan ini menunjukkan urutan yang harus disajikan. Perlu diingat, analisis pembelajaran bukanlah urutan pembelajaran tetapi hanya ada urutan secara vertikal penyajian materi.

Jika analisis pembelajaran telah dilakukan dengan benar, maka semua keterampilan yang harus disertakan dalam pembelajaran diidentifikasi di dalamnya. Guru sering tergoda untuk memasukkan materi yang tidak muncul dalam analisis pembelajaran. Sadarilah bahwa materi tersebut adalah pelengkap tugas utama, dan bahwa hal itu mungkin, pada kenyataannya, mengganggu pembelajaran materi utama.

Analisis pembelajaran juga menyediakan skema yang memudahkan untuk menentukan urutan pembelajaran. Karena proses yang kita gunakan untuk mengidentifikasi berbagai keterampilan dalam hirarki, hubungan yang dihasilkan menunjukkan urutan di mana keterampilan harus diajarkan. Misalnya, lihat Gambar 2.2. Keterampilan X dan Y adalah perilaku awal penting untuk keterampilan A dan D masing-masing, mereka tidak akan diajarkan. Instruksi bisa dimulai dengan baik keterampilan A, B, C, atau D, karena tidak satupun

dari mereka memiliki keterampilan bawahan. Namun, sebelum keterampilan E dapat diajarkan, perlu terlebih dahulu mengajarkan keterampilan A, B, dan C. Demikian pula, sebelum mengajar F, D harus diajarkan. Perhatikan bahwa A, B, C, dan D horizontal terkait: Keempatnya bisa diajarkan dalam urutan apapun.

Angka tersebut juga menunjukkan dua urutan keseluruhan: Guru bisa mulai dengan keterampilan A, B, C, dan D, kemudian pindah ke tingkat yang lebih tinggi keterampilan E dan F, dan akhirnya ke G. Atau, guru bisa mulai dengan A, B, C, dan E, kemudian pindah ke D dan F, dan kemudian mengajarkan G. Urutan kedua ini sering mempertahankan urutan logis dari instruksi.



Gambar. 2.2.
Analisis Pembelajaran Hipotesis

Guru dapat mengklaster, atau memotong, keterampilan bersama-sama, baik untuk menyajikan kepada peserta didik dan memberikan contoh serta umpan balik. Menggunakan Gambar 2.2, keterampilan A, B, C, dan E dapat dikelompokkan ke dalam satu segmen presentasi. Segmen lain mungkin keterampilan D dan F. Presentasi akhir, maka, yang akan menjadi akhir Tujuan adalah G. Sejauh mana keterampilan ini dikelompokkan ditentukan oleh waktu yang dibutuhkan untuk mengajar materi tersebut dan kompleksitas keterampilan yang harus diajarkan.

Perhatikan hubungan antara hirarki dan seluruh tahap pembelajaran. Apa yang berfungsi sebagai perilaku akhir untuk satu unit kecil pembelajaran mungkin akan menjadi perilaku awal untuk perilaku selanjutnya. Juga, perhatikan bahwa pembahasan berikutnya telah berpusat pada substansi pembelajaran, bukan pada bagaimana disajikan. Metode presentasi harus ditentukan untuk strategi pembelajaran secara keseluruhan, bukan hanya satu komponen.

Singkatnya, kita dapat melihat bahwa analisis pembelajaran sangat berharga dalam menentukan ruang lingkup dan urutan pembelajaran yang akan disajikan. Keterampilan utama dan hubungan saling tergantung antar materi ditandai dengan hirarki. *Dengan demikian, urutan paling efisien pembelajaran yang disarankan oleh analisis, adalah keterampilan dengan hubungan vertikal satu sama lain harus diajarkan dalam urutan itu; yang urutan keterampilan horizontal terkait pada kebijaksanaan guru.*

Cara Presentasi. Setelah ruang lingkup dan urutan kejadian telah diputuskan, modus presentasi harus ditentukan. Teknologi pembelajaran biasanya mengacu pada cara penyajian/presentasi sebagai media sarana yang ada sesuatu yang disampaikan. Dengan demikian, setiap lingkungan belajar dikembangkan seperti menjadi media. Media presentasi bisa kuliah, atau bisa alat bantu pembelajaran lainnya.

Cara presentasi pembelajaran didasarkan (a) pada analisis situasi, (b) sumber daya yang tersedia, dan (c) pada bukti kelayakan pembelajaran dilaksanakan dengan cara tertentu (diperkenalkan sebagai sistem operasional). Menggunakan media tertentu, seperti rekaman video yang dipilih dalam pembelajaran, akan meningkatkan efektifitas pembelajaran. Namun jika hanya dengan rekaman video tidak menjamin keberhasilan pembelajaran.

Meskipun banyak pendekatan presentasi, namun dapat dikelompokkan dalam empat kategori. Empat jenis kegiatan belajar, atau presentasi pembelajaran: **eksposisi, partisipasi, interaksi, dan evaluasi.** Masing-masing kegiatan memiliki kekuatan dan kelemahan,

dan masing-masing mungkin lebih efektif daripada yang lain sebagai tujuan yang memungkinkan untuk mencapai tujuan akhir (terminal) pembelajaran tertentu.

1. **Exposition.** Pameran atau pertunjukan, peserta didik dihadapkan pada pengalaman belajar. Mereka biasanya tidak aktif terlibat di dalamnya, melainkan, mereka menerima/mengamati (melihat, mendengar, merasakan) dan proses penyampaian informasi. Contoh jenis kegiatan pembelajaran mendengarkan ceramah, membaca, melihat atau mendengarkan media, dan sejenisnya.
2. **Participation.** Peserta didik diwajibkan untuk melakukan dalam beberapa cara. Misalnya, mereka mungkin akan diminta untuk membuat laporan lisan atau tertulis, untuk menyelesaikan teks terprogram, untuk melaksanakan pukulan di bulutangkis, untuk menjalankan percobaan/latihan, untuk memecahkan masalah, atau untuk berenang sepanjang kolam.
3. **Interaction** (Interaksi). Peserta didik dan guru berkomunikasi. Mereka menanggapi ide-ide dan perasaan masing-masing dalam memberi dan menerima suasana. Kegiatan interaksional akan mencakup seminar, diskusi, konferensi, kelompok ketertarikan (*interest group*), dan permainan simulasi.
4. **Evaluation** (Evaluasi). Peserta didik dan guru menentukan kualitas hasil pendidikan. Kegiatan penilaian: formulasi, aplikasi, atau keduanya bisa menjadi pengalaman belajar dalam diri mereka.

Untuk tujuan apapun, pendekatan ini dapat digunakan secara tunggal atau kombinasi. Beberapa faktor dapat mempengaruhi keputusan Guru. Misalnya, mengajar keterampilan voli mungkin melibatkan eksposisi, partisipasi, interaksi, dan evaluasi, atau mungkin hanya melibatkan eksposisi dan partisipasi. Guru harus memutuskan berapa banyak waktu dialokasikan untuk kegiatan pembelajaran tersebut.

Kita tidak bisa mendaftar semua teknik presentasi untuk semua kegiatan. Untuk beberapa kejadian, mungkin hanya satu teknik yang benar-benar mungkin, pada kegiatan tertentu tehnik presentasi dapat

dilakukan secara kombinasi, sejumlah pendekatan mungkin sama efektif.

Dalam beberapa kasus, salah satu teknik presentasi mungkin tidak seefektif penggunaan simultan atau berurutan dari sejumlah teknik. Sebagai contoh, seorang guru renang akan mengajar gaya dada. Dia bisa melakukan teknik renang dan menunjukkan pada peserta didik seperti apa. Atau, guru dapat meminta para peserta didik yang tahu bagaimana melakukan gaya dada untuk menunjukkan atau mendemonstrasikan. Atau, memutar film pelaksanaan yang benar dari gaya dada. Atau, peserta didik dapat membaca dan melihat gambar-gambar tentang gaya dada. Atau, guru dapat menjelaskan pada peserta didik tentang gaya dada. Setiap alternatif ini adalah kemungkinan, dan guru dapat memilih salah satu atau lebih dari alternatif tersebut. Pilihan biasanya akan didasarkan pada pengalaman-pribadi dan preferensi, meskipun akan lebih masuk akal untuk mendasarkan pada penelitian dan ketersediaan media pembelajaran yang diinginkan.

Beberapa variasi dalam pembelajaran misalnya menggunakan: penjelasan materi secara lisan dari guru (sering disamakan dengan ceramah), bantuan timbal balik oleh peserta didik, gerakan anggota badan peserta didik pasif, hanya bergerak menunggu perintah guru (komando), film, media gambar.

Sejauh ini telah dibahas pembelajaran yang berkaitan dengan pengetahuan dan keterampilan psikomotorik. Selanjutnya mari kita pertimbangkan domain afektif yang juga bisa berlaku untuk kelas pendidikan jasmani.

1. *Tujuan*: Peserta didik akan menunjukkan peningkatan minat dalam berenang, dengan sukarela berenang selama waktu luang mereka.
2. *Kegiatan/aktivitas*: Banyak dari mereka sudah dinyatakan cukup dapat diterima.
3. *Presentasi*: Ada beberapa kemungkinan, di antaranya film atau demonstrasi yang dipimpin guru.

Sekarang, mari kita lihat aktivitas untuk membimbing dan mengarahkan peserta didik dan memeriksa beberapa alternatif lain.

Untuk tujuan ini, dimulai dengan memberi penjelasan kepada peserta didik tentang tujuan, dapat dijelaskan pula mereka boleh bermain-main ketika kolam terbuka tidak terlalu ramai. Atau, Guru bisa memotivasi mereka untuk berenang dengan mengatakan bahwa waktu di kelas tidak memadai untuk latihan. Tentu saja pengalaman yang baik (menyenangkan, tidak ada kecelakaan, pembelajaran yang teliti, dan hubungan guru-peserta didik yang hangat) positif akan mempengaruhi sikap dan minat mereka untuk berenang.

Peserta didik tidak otomatis mengembangkan sikap positif, beberapa bahkan mungkin menjadi negatif selama pembelajaran. Jadi, jika salah satu tujuan Guru adalah untuk mengembangkan sikap yang lebih baik terhadap renang, dan salah satu kriteria untuk mengevaluasi tujuan ini adalah waktu yang dihabiskan di kolam dengan gembira, maka situasi kelas dan strategi harus dikembangkan untuk memastikan realisasi tujuan tersebut. Hal yang penting untuk diingat adalah bahwa tujuan pembelajaran tertentu mendorong penggunaan strategi tertentu yaitu, urutan tertentu kegiatan/aktivitas dan teknik presentasi.

Harapan-harapan Kinerja. Imitasi atau meniru adalah teknik yang populer di bidang pendidikan jasmani. Para peserta didik mencoba untuk meniru perilaku atau kinerja model (guru, peserta didik ahli, seseorang dalam sebuah film). Psikolog Albert Bandura telah meneliti secara ekstensif pemodelan perilaku: dia menunjukkan bagaimana perilaku yang diperoleh dan dimodifikasi sebagai konsekuensi dari proses ini. Istilah pemodelan, menyalin, meniru, dan mengamati digunakan secara bergantian. Dalam Prinsip Modifikasi Perilaku (1969), Bandura membuat pernyataan tentang efek mengamati perilaku orang lain:

Dapat memperoleh pola respon yang rumit hanya dengan mengamati kinerja model yang sesuai, respon emosional dapat dikondisikan secara observasional dengan menyaksikan reaksi afektif orang lain yang mengalami pengalaman menyakitkan atau menyenangkan; perilaku takut dan trauma bisa dipadamkan melalui pengamatan perilaku pendekatan dimodelkan terhadap orang yang

ditakuti benda tanpa konsekuensi yang merugikan yang terjadi pada pelaku, hambatan dapat diinduksi dengan menyaksikan perilaku orang lain dihukum, dan, akhirnya, ekspresi tanggapan yang dipelajari dapat ditingkatkan dan diatur secara sosial melalui tindakan model.

Dari demonstrasi suatu keterampilan oleh guru atau peserta didik lain, para peserta didik biasanya dapat mempelajari cara untuk melakukan itu. Namun, seperti Donna Landers (1978) memperingatkan, "bahwa dengan hanya mengamati demonstrasi guru belaka tidak menjamin bahwa anak atau peserta didik yang lebih besar nantinya akan mampu mereproduksi menunjukkan tindakan tertentu". Banyak faktor yang harus dipertimbangkan. Ringkasan penelitian Landers dalam Singer & Dick (1980) menyarankan pedoman berikut, bagi guru yang ingin menggunakan teknik demonstrasi:

1. Ruang demonstrasi selama periode latihan.
2. Gunakan demonstrasi yang benar oleh pemain yang sangat terampil.
3. Gunakan film dan video secara bebas. Sebagai model hidup yang efektif, dan film atau video memastikan demonstrasi yang benar dan nyaman.
4. Gunakan isyarat/tanda untuk memusatkan perhatian pada aspek yang relevan dari penampilan.
5. Tampilkan gerakan lambat dan *close-up*.
6. Gunakan sudut pandang terbaik untuk jenis keterampilan yang diajarkan.
7. Sertakan isyarat verbal dan tabel tugas latihan, untuk meningkatkan pembelajaran.

Pemecahan masalah dan pembelajaran dipandu (*problem solving & guided learning*). Ini adalah dua pendekatan pembelajaran utama yang bertentangan. Untuk beberapa waktu, pendidik telah mengakui spektrum yang luas dari kemungkinan pendekatan pembelajaran yang berkisar dari penekanan pada penemuan, atau pemecahan masalah, metode pembelajaran untuk teknik berat/sulit dapat digunakan pembelajaran yang dipandu dan terstruktur. Belajar dengan penemuan adalah pendekatan individual. Para peserta didik mengambil bagian

aktif dalam proses pembelajaran karena mereka mengeksplorasi alternatif untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pembelajaran dipandu, atau diarahkan, pendekatan dikontrol ketat pada peserta didik melalui menggunakan perintah, petunjuk, atau isyarat. Ada sedikit kesempatan untuk mengeksplorasi dan belajar alternatif melalui prosedur koreksi kesalahan.

Guru pendidik jasmani, seperti guru-guru lain, akan lebih memilih satu pendekatan di atas atau pun yang lain. Pendekatan tersebut juga dapat dikombinasikan. Robert Singer (1977) menyimpulkan:

1. Jika tujuan pembelajaran keterampilan hanya untuk tingkat kinerja tertinggi dalam keterampilan itu, maka metode yang dipandu dan mendorong pembelajaran tampaknya akan menjadi pilihan yang tepat, terutama jika ada kekhawatiran dalam faktor biaya.
2. Jika tujuan dari situasi belajar adalah untuk mengarahkan pada penerapan apa yang telah dipelajari untuk transfer keterampilan terkait situasi lainnya, akan terlihat bahwa beberapa bentuk penemuan, pemecahan masalah, atau strategi *trial-and-error* harus digunakan.
3. *Self-paced* (diukur sendiri), tugas loop tertutup (keterampilan tertutup) harus dipelajari terutama melalui teknik dipandu, untuk konsistensi respon.
4. *External paced* (diukur dari luar), tugas loop terbuka (keterampilan terbuka) harus dipelajari terutama melalui teknik penemuan untuk keakraban dengan situasi yang beragam dan adaptasi respon.
5. Situasi belajar nantinya harus dipertimbangkan dan akan menentukan apa metode pembelajarannya, jika pengalaman berikutnya akan terjadi dengan ketersediaan petunjuk dan panduannya, maka akan tampak membuang-buang waktu dan usaha untuk melakukan pengalaman belajar awal di bawah metode penemuan.

c. Partisipasi Peserta Didik

Partisipasi peserta didik, termasuk latihan dan umpan balik, mungkin lebih penting dalam kurikulum pendidikan jasmani dari pada mata pelajaran lainnya. Meskipun latihan mental telah terbukti agak efektif, peserta didik harus mencoba keterampilan baru dan menerima umpan balik, tidak hanya dari guru tetapi dari tubuh mereka sendiri juga.

Tugas berat seorang guru adalah bagaimana mengaktifkan semua peserta didik yang memiliki tingkat keterampilan yang bervariasi. Ada 3 kunci untuk memotivasi peserta didik yaitu berorientasi pada keberhasilan, memotivasi secara intrinsik, dan sesuai dengan tingkat perkembangannya. Sedangkan untuk memotivasi peserta didik tersebut dibutuhkan teknik atau model yang harus diterapkan diantaranya dengan : *teaching by invitation* (peserta didik yang menentukan memilih aktivitas yang sesuai dengan kemampuannya), *intratask variation* (guru memodifikasi aktivitas yang sesuai dengan kemampuan peserta didik), *task sheets* (peserta didik memilih sendiri jenis aktivitas belajar yang akan dilakukan berdasarkan pada aktivitas belajar yang telah ditetapkan oleh guru), *stations* atau *learning centers (circuit training)*, *child designed activities* (peserta didik yang membuat aktivitas belajar sendiri sesuai dengan minat dan levelnya), dan *videotaping* (memperlihatkan dan diharapkan menganalisis terhadap gerak yang telah dilakukan peserta didik lewat rekaman video).

Banyak penelitian telah dilakukan tentang bagaimana peserta didik harus berlatih berbagai kegiatan. Pada bagian yang berikut, kita akan melihat variabel utama yang mempengaruhi efektivitas praktik/latihan dan umpan balik. Praktik/latihan bukanlah aspek yang paling penting dari partisipasi peserta didik; berlatih dengan umpan balik.

Banyaknya Latihan. Aspek kognitif lebih sulit dan perilaku psikomotor memerlukan lebih banyak waktu dan kondisi yang ideal untuk latihan. Ketika tugas lebih mudah, tingkat kinerja-harapan yang lebih rendah, dan ada kekhawatiran minimal untuk retensi jangka panjang. Namun yang diperlukan jika belajar atau potensi perilaku

yang akan direalisasikan sampai batas tertentu. Keterampilan psikomotor harus dipraktikkan/dilatihkan secara teratur jika peserta didik ingin berhasil.

Perilaku dalam domain afektif dan sosial biasanya lebih menantang untuk dibentuk. Domain afektif tidak dilakukan dengan cara yang sama dengan keterampilan yang lain, dan, karena sulit untuk mengukur dengan tepat, perilaku (domain afektif) tidak mudah dievaluasi.

Praktik/latihan atau pengalaman berkualitas tinggi merupakan prasyarat untuk mewujudkan setiap tujuan, apapun domainnya. Demikian juga kondisi pembelajaran, kegiatan/aktivitas, dan strategi yang berhubungan dengan mengajarkan semua perilaku, meskipun demikian perilaku tertentu dapat memiliki persyaratan sendiri yang spesifik. Guru Pendidikan jasmani sering berkata, "Practice makes perfect." Ini hanya sebagian benar. Mereka harus mengatakan, "Praktik/latihan yang baik mengarah ke kesempurnaan." Jika lingkungan belajar yang kondusif untuk menghasilkan perilaku positif, para peserta didik akan mencapai tujuan.

Jumlah latihan diperlukan untuk keterampilan tertentu yang secara langsung berkaitan dengan (a) kesulitan tugas, (b) jumlah retensi yang diinginkan, dan (c) tingkat keterampilan yang harus dicapai. Secara umum, semakin besar atau semua faktor ini, semakin besar jumlah latihan yang dibutuhkan.

Penguatan dan Pemberian Umpan balik. Mengapa kita bertahan dalam beberapa perilaku dan meninggalkan orang lain? Tindakan kita menghasilkan penguatan positif atau negatif. Penguatan positif meningkatkan kemungkinan penguatan tindakan, atau setidaknya beberapa tindakan serupa, akan terulang. Hukuman digunakan untuk menghilangkan tanggapan yang tidak diinginkan. Masing-masing dapat mengambil berbagai bentuk, kegiatan/aktivitas, dan kondisi. Di kelas pendidikan jasmani, bentuk penguatan positif menggunakan nilai tinggi, hadiah, dan yang paling sering digunakan adalah pujian, semua bentuk tersebut berpotensi memberi penguatan positif. Guru

menginformasikan kepada peserta didik bahwa ia sedang menunjukkan perilaku yang sesuai. Sedangkan Hukuman dapat berupa nilai rendah dan kritikan digunakan untuk menghentikan perilaku tertentu.

BF Skinner telah menunjukkan nilai penguatan dalam psikologi perilaku. Sikap, pengetahuan, dan keterampilan semua bisa dipengaruhi oleh penguatan yang tepat. Guru harus memperkuat tindakan ke arah yang diinginkan sehingga peserta didik akan semakin menunjukkan perilaku yang mengarah ke tujuan dan akhirnya, tujuan itu sendiri. Keterampilan dan kebugaran jasmani dapat berangsur-angsur membaik, perilaku kognitif dapat terus meningkat, sikap dapat berubah perlahan-lahan, dan interaksi social dan komunikasi proses dapat dikembangkan oleh guru sebagai arsitektur yang dapat mengkondisikan pengalaman peserta didik.

Pengaruh penguatan pada pembelajaran sulit untuk dinilai, meskipun John Dickinson (1976) dalam Singer & Dick (1980) membuat kasus yang sangat baik untuk digunakan dalam olahraga. Penguatan dapat digunakan untuk menghargai dan memotivasi peserta didik, untuk menginformasikan mereka tentang kesesuaian tanggapan mereka, dan membimbing mereka ke arah tujuan tertentu.

Untuk merencanakan teknik penguatan (Singer & Dick, 1980), guru harus mempertimbangkan hal-hal berikut:

1. Adanya penguatan internal dan umpan balik yang memadai untuk belajar. Apakah ada penguatan yang dibutuhkan? Jika peserta didik dapat mengevaluasi diri dan memberikan penguatan untuk mereka sendiri, penguatan eksternal yang lebih sedikit diperlukan. Situasi ini cenderung timbul lebih sering dengan atlet dibandingkan dengan kelas pendidikan jasmani awal.
2. Jika penguatan eksternal diperlukan, apa jenis yang paling efektif? Dari siapa penguatan itu diberikan? Tentu saja, guru tidak perlu menjadi satu-satunya sumber penguatan eksternal, peserta didik lain dan berbagai bentuk media juga dapat dijadikan sumber penguatan eksternal. Ada banyak jenis penguatan, baik positif maupun negatif. Jenis yang dipilih akan tergantung pada keadaan dan akan

membutuhkan pemahaman tentang reaksi para peserta didik terhadap satu atau jenis lainnya.

3. Seberapa sering penguatan digunakan? Penguatan dapat terjadi secara teratur (setelah setiap tindakan), pada interval per set, atau secara acak. Jadwal akan tergantung pada ukuran kelas. Tentu saja, keteraturan hampir mustahil kecuali teknik pembelajaran individual yang digunakan, misalnya, teks diprogram atau pembelajaran dengan bantuan komputer, yang memiliki sistem penguat otomatis.
4. Bagaimana para peserta didik dapat melihat penguatan? Tidak semua peserta didik menafsirkan penguatan dengan cara yang sama, pada tingkat yang sama, atau dengan nilai yang sama. Guru harus peka terhadap perbedaan individu dalam rangka pemanfaatan teknik individu, meskipun sebagian besar peserta didik dalam setiap kelompok cenderung untuk merespon dalam arah yang diprediksi guru.

Brent Rushall dan Daryl Siedentop (1972) dalam Singer & Dick (1980) merupakan sumber yang sangat baik. Digambarkan bagaimana penguatan dapat digunakan untuk mengembangkan, mengubah, dan mempertahankan perilaku dalam pendidikan jasmani.

Para ahli modifikasi perilaku umumnya mengakui pentingnya penghargaan untuk memperkuat dan membentuk perilaku. Namun, ada kontroversi pada subjek: Kapan sebaiknya *reward* digunakan? Bagaimana *reward* harus digunakan? Dan haruskah kita menggunakannya? Perkembangan teori yang muncul bahwa penggunaan hadiah dapat merusak motivasi intrinsik, dengan asumsi. Idealnya, anak-anak harus termotivasi karena mereka terlibat dalam kegiatan jasmani sehingga termotivasi untuk belajar, untuk mencapai, merasakan, dan menikmati. Ada dua alternatif untuk dipikirkan. Yang pertama adalah penggunaan penguatan tradisional, yang telah terbukti, dalam berbagai situasi, untuk meningkatkan motivasi dan pada gilirannya, untuk meningkatkan kinerja. *Penguatan positif* (penghargaan, pujian, dan sejenisnya) pasti bisa membantu anak-anak

untuk memilih satu kegiatan di atas yang lain dan untuk bertahan pada kegiatan dari waktu ke waktu.

Alternatif kedua belum menerima banyak perhatian. Menekankan *motivasi intrinsik*, lebih dari sumber motivasi eksternal. Jika kita menerima bahwa motivasi intrinsik adalah yang terbaik, maka kita harus memikirkan cara untuk berkembangnya perasaan diinternalisasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan pada anak. Ini mungkin menuntut lebih awal.

Sebuah contoh menarik datang dari Jepang (Pronko, 1969). Di sana, seorang guru biola master bernama Suzuki memiliki banyak murid muda dan berbakat. Guru mungkin bertanya bagaimana ini terjadi, karena biola bukan asli budaya Jepang. Ketika Suzuki ditanya bagaimana dia melakukannya, bagaimana ia mampu memotivasi begitu banyak anak muda ingin berlatih biola, ia menjawab dengan cara sebagai berikut: Pertama, ia menunjukkan bahwa orang tua tidak memaksa anak-anak mereka harus bermain biola. Kedua, ia menyarankan bahwa orang tua memberikan lingkungan yang baik untuk musik. Jika orang tua atau saudara yang lebih tua mungkin pemain biola, cepat atau lambat, anak akan ingin bermain biola. Memberitahu anak bahwa mungkin suatu saat nanti ia akan bisa bermain biola dan dapat digunakan untuk memperoleh keuntungan (pekerjaan, ketenaran dan uang). Pada titik ini, anak mungkin akan meminta untuk diberi kesempatan bermain. Kemudian, dalam cara yang bijaksana dan terkendali, orang tua dapat memungkinkan anak untuk bermain biola.

Perhatikan apa yang telah terjadi di sini: Orang-orang dewasa telah menguasai lingkungan anak, memanipulasi situasi untuk membuat anak percaya bahwa bermain biola adalah sesuatu yang dia ingin lakukan, bukan sesuatu yang orang tua inginkan.

Ada cara lain juga, untuk mempengaruhi motivasi intrinsik, di antaranya menjelaskan dan memahami. Dalam industri, misalnya, ada program pelatihan motivasi yang menekankan kerjasama pekerja dan pengusaha. Bersama-sama, mereka membantu tujuan yang ditetapkan,

dan, karena mereka memiliki suara ditingkat kinerja yang diharapkan, para pekerja merasa secara pribadi bertanggung jawab untuk mencapai tujuan tersebut. Memahami dapat meningkatkan motivasi.

Kecakapan intelektual bisa sulit bagi anak-anak. Tapi mereka juga bisa mengembangkan sikap yang menguntungkan terhadap partisipasi dalam kegiatan. Beri mereka lingkungan yang menyenangkan dan model yang baik dari perilaku, jika hanya dengan perintah dan permintaan, anak-anak tidak akan melakukannya.

Guru dapat memutuskan untuk menggunakan alternatif: penguatan atau motivasi intrinsik. Entah akan membantu untuk meningkatkan motivasi dan pada gilirannya, meningkatkan pembelajaran dan kinerja (hasil belajar). Tapi tujuan utama Guru harus membantu peserta didik untuk mengembangkan motivasi dan sikap terhadap kegiatan, yang akan mencakup perasaan realisasi diri dan pemenuhan diri yang tepat.

Praktik/latihan. Apakah lebih baik untuk memberikan praktik/latihan singkat selama jangka waktu yang lama, atau sesi (frekuensi) sedikit tapi lama selama periode waktu yang lebih singkat? Guru (atau pelatih) tidak hanya harus menyediakan waktu yang cukup panjang untuk pencapaian perilaku ditentukan, tetapi juga harus membagi waktu sehingga akan menghasilkan hasil terbaik langsung di masa depan. Jelas, guru mengontrol jumlah relatif waktu yang dihabiskan di kelas untuk berlatih keterampilan, beristirahat, atau bekerja pada perilaku lain.

Praktik/latihan sekaligus adalah tugas latihan berulang, dengan sedikit atau tanpa istirahat; **praktik/latihan didistribusikan** adalah latihan selama periode yang lebih lama dan diselingi dengan waktu istirahat atau jenis lain dari pembelajaran. Sebagai contoh, peserta didik bisa berlatih hanya memukul selama periode 45 menit, atau, guru mungkin memutuskan untuk membagikan beberapa waktu untuk memukul, beberapa keterampilan lainnya (pengetahuan, sikap), dan beberapa waktu untuk beristirahat.

Literatur menunjukkan bahwa praktik/latihan yang didistribusikan (dalam hal tugas itu sendiri serta jadwal praktik/latihan) bekerja lebih baik daripada praktik/latihan sekaligus. Hal ini dimungkinkan, karena variasi mengurangi kelelahan dan kebosanan, dan dengan demikian menghasilkan kinerja terbaik. Meskipun penelitian secara konsisten berpeluang keluar dari teori ini ketika hasil dianalisis segera setelah latihan, efek jangka panjang tidak dapat disimpulkan. Artinya, jika peserta didik yang telah diajarkan dengan praktik/latihan di bawah jadwal praktik/latihan baik sekaligus atau didistribusikan berhenti berlatih selama seminggu, sebulan, atau setahun, mereka mungkin akan tampil di tingkat yang sama ketika mereka melanjutkan hasil latihan. Logika menunjukkan bahwa kompleksitas kegiatan, waktu dan keterbatasan ruang, usia peserta didik, tingkat kematangan dan keterampilan, dan bahaya yang terlibat dalam kegiatan ini, semua jadwal praktik/latihan berpengaruh dalam periode kelas. Ketika tugas tidak terlalu sulit atau berbahaya, atau bila kurang waktu yang tersedia, atau saat peserta didik lebih matang, termotivasi, dan terampil, maka pengalaman sekaligus tentu harus membuktikan tidak lebih buruk dari pengalaman didistribusikan. Secara teori, praktik/latihan dengan periode lebih pendek, dengan waktu istirahat pendek, diperpanjang selama jangka waktu yang lama, adalah yang paling menguntungkan.

Alternatif utama lainnya adalah praktik/latihan keseluruhan (*whole method*) dibandingkan praktik/latihan bagian (*part method*), latihan mental dibandingkan latihan jasmani, kecepatan vs praktik/latihan akurasi, praktik/latihan perorangan melawan praktik/latihan tim, dan simulasi dibandingkan praktik/latihan sesungguhnya. Keputusan-keputusan penggunaan salah satu alternatif di atas tidak perlu dibuat untuk setiap jenis perilaku, dan lain-lain yang mungkin untuk perilaku tertentu. Namun, alternatif tersebut adalah contoh yang baik dari tingkat yang paling sederhana dari strategi dua arah, yang salah satu harus dipilih. Tentu saja, Guru dapat menggabungkan strategi setiap saat.

Metode Keseluruhan Versus Bagian. Haruskah tugas dipraktikkan/dilatihkan secara keseluruhan? Atau, apakah itu lebih efektif untuk memecah tugas? Untuk mengajarkan ayunan memukul bola softball, misalnya, Guru bisa melanjutkan pada salah satu dari dua alternatif (meskipun modifikasi dan kombinasi juga mungkin):

Metode keseluruhan: Para peserta didik berlatih ayunan pukulan softball dari awal sampai akhir.

Metode Bagian: Para peserta didik pertama berlatih pegangan, kemudian berlatih ayunan ke bagian belakang, kemudian sisa ayunan kembali, dilanjutkan berlatih ayunan ke depan untuk eksekusi, dan, akhirnya, berlatih tindak lanjut.

Teknik keseluruhan atau bagian yang akan Guru pakai? Kenapa? Sebenarnya, para ahli mungkin tidak setuju pada jawaban untuk yang satu ini. Kebanyakan orang mungkin akan setuju bahwa keterampilan sederhana harus diajarkan dengan metode keseluruhan, dan bahwa keterampilan lebih kompleks harus diajarkan dengan metode bagian. Dengan kata lain, jangan memecah tugas kecuali jika diperlukan. Apakah perlu untuk ayunan golf? Sulit untuk mengatakan. Sebelum kita bisa memutuskan, kita harus menganalisis organisasi dan kompleksitas tugas.

Tugas organisasi mengacu pada keterkaitan komponen tugas itu, kompleksitas tugas, dan kesulitan belajar peserta didik. Untuk menentukan kompleksitas tugas, kita harus mempertimbangkan urutan tindakan dan apa yang terjadi dalam setiap bagian dari keterampilan. Dalam gaya punggung dasar, misalnya, lengan bergerak bersama dalam gerakan identik seperti halnya kaki. Sementara itu pada gaya dada, hampir tak bergerak. Ini adalah tugas yang relatif sederhana dengan organisasi yang tinggi, dan seluruh metode akan tampak sesuai untuk mengajarkannya. Pada gaya dada, tendangan mengipas harus melakukan sinkronisasi dengan kayuhan lengan dan teknik pernapasan yang tepat. Karena tugas ini cukup kompleks dengan organisasi rendah, metode bagian akan digunakan. Kerangka konseptual untuk suatu tugas, adalah sebagai berikut:

1. Metode Keseluruhan: organisasi tinggi dan kompleksitas rendah
2. Metode Bagian: organisasi rendah dan kompleksitas tinggi

Jika kedua komponen tugas yang tinggi atau rendah, tugas mungkin bisa diajarkan dengan pendekatan keduanya. Dalam hal ini, analisis tugas akan menyarankan strategi yang tepat.

Latihan Mental. Pertimbangan lain adalah berapa banyak waktu peserta didik harus menghabiskan waktu untuk latihan keterampilan mental yang disengaja atau praktik/latihan fisik. Ini mungkin tampak tidak menjadi masalah, kita sebagai guru pendidikan jasmani akan mengatakan bahwa praktik/latihan aktivitas jasmani yang lebih baik. Namun, atlet-atlet berprestasi sering berlatih mental, atau konsep, suatu tindakan sebelum dan sesudah pertandingan mereka benar-benar melaksanakannya. Mereka mempersiapkan dan menganalisa aktivitas, berharap untuk meningkatkan kinerja mereka.

Kita tahu bahwa belajar keterampilan atletik melibatkan interaksi psikomotorik, kognitif, afektif dan perilaku, meskipun peserta didik mungkin tidak menyadari interaksi ini. Bahkan, penelitian secara konsisten menunjukkan bahwa tugas motorik dapat dipelajari, tanpa kinerja aktual, dengan cara latihan mental yang disengaja (Richardson, 1967a,b dalam Singer & Dick, 1980). Ketika peralatan terbatas dan jadwal padat menjadi masalah, karena itu sesi latihan mental dapat menjadi strategi alternatif untuk duduk dan tetap melakukan latihan. Kadang-kadang, latihan mental singkat sebelum latihan keterampilan sebenarnya dapat meningkatkan proses pembelajaran. Peserta didik yang belum terampil akan kurang mendapat manfaat dari latihan mental daripada yang lebih terampil, sebagian karena ketidakmampuan merespon konsep yang diinginkan dengan benar.

Kecepatan dan Akurasi. Guru percaya bahwa keterampilan harus dilatih perlahan-lahan. Mereka berpendapat bahwa lebih baik untuk mengajarkan gerakan yang benar terlebih dahulu dan kemudian menerapkan kecepatan. Bukti menunjukkan bahwa keterampilan harus dipelajari dengan cara yang mereka lakukan. Jika tugas menuntut kecepatan dan akurasi, maka praktik/latihan harus mencerminkan

tuntutan tersebut. Jika tugas berorientasi pada kecepatan maka dipraktikkan/dilatihkan dengan cepat, sedangkan tugas berorientasi akurasi, lebih lambat. Pertanyaannya, dalam pembelajaran awal haruskah diajarkan kecepatan atau akurasi.

Individu Versus Kelompok. Masalah lainnya adalah apakah praktik/latihan menggunakan pembelajaran individu atau pembelajaran kelompok. Sebagai contoh, peserta didik bisa berlatih teknik berenang sendiri, atau, mereka bisa berpasangan untuk membantu satu sama lain. Ketika peserta didik memiliki pengetahuan, matang, dan mampu berkomunikasi, berpasangan dapat meningkatkan motivasi dan memberikan penguatan dan umpan balik. Untuk memutuskan apakah individu atau kelompok yang akan lebih efektif, guru harus mengevaluasi situasi pembelajaran sosial sesuai dengan tujuan kelas, teori, dan penelitian belajar.

Simulasi Versus Kondisi Nyata. Masalah lainnya adalah kelayakan menggunakan kondisi simulasi untuk berlatih keterampilan baru. Sebuah kondisi simulasi memiliki banyak karakteristik yang asli. Ini adalah sarana untuk mendapatkan wawasan yang lebih cepat ke dalam sifat dari tugas yang harus dilakukan dalam kondisi nyata, sarana berlatih ketika tampil disituasi yang sebenarnya tidak mungkin, atau sarana berkonsentrasi dan menanggulangi kesalahan tehnik dalam suatu keterampilan. Simulasi mobil atau pesawat adalah contoh yang tepat pada kasus ini. Dalam tenis, bola-melempar mesin mensimulasikan pemain lawan dan memungkinkan masing-masing peserta didik untuk berkonsentrasi pada stroke/pukulan, dalam bisbol, mereka mensimulasikan pitcher dan memungkinkan masing-masing untuk berkonsentrasi pada ayunan mereka.

Kegiatan Remidi. Peserta didik harus memiliki waktu yang cukup untuk latihan dan menambah pengalaman, baik di dalam maupun di luar kelas, jika mereka ingin meningkatkan penampilan mereka dan potensi perilaku. Sifat tujuan tertentu menentukan sejauh mana praktik/latihan atau pengalaman yang diperlukan untuk merealisasikannya. Praktik/latihan ekstensif diperlukan dalam belajar

keterampilan yang sangat spesifik: Sebuah servis tenis yang sempurna, kemampuan untuk melakukan sit-up, dan pemahaman tentang permainan dan aturan hanya bisa dicapai melalui pengulangan. Tapi, sikap (terhadap sportivitas, partisipasi, hubungan sosial) atau konsep (taktik atau strategi, prinsip gerakan) dapat diperoleh atau dimodifikasi sebagai hasil dari pembelajaran tunggal. Praktik/latihan Tugas yang spesifik menyebabkan kemampuan hanya dalam melakukan tugas itu. Perilaku yang lebih umum (dalam bentuk apapun), yang dipicu oleh situasi umum, tidak perlu dipelajari dengan pengulangan. Bahkan, pengalaman dalam berbagai situasi cenderung membuat peserta didik lebih fleksibel. Sikap, perilaku sosial, strategi, konsep, dan pola pergerakan umum mungkin dapat secara efektif diajarkan dalam berbagai situasi. Yang terpenting adalah kualitas pengalaman belajar yaitu dalam kaitannya dengan waktu yang dihabiskan belajar.

d. Penilaian

Pengujian merupakan komponen penting dari strategi pembelajaran. Kita belajar bagaimana mengembangkan kriteria-direferensikan penilaian. Perhatian utama dalam strategi pembelajaran bukan hanya bagaimana mengembangkan tes melainkan ketika tes harus diberikan dan bagaimana hasilnya harus digunakan atau dimanfaatkan.

Sebagai bagian dari strategi pembelajaran, empat tes umumnya dikembangkan: tes perilaku awal, pretest, tes dalam pembelajaran (tes outentik/proses), dan posttest. Memperhatikan istilah jenis tes tersebut, jelas menunjukkan bahwa secara umum tes ini diberikan sebelum, selama, dan setelah instruksi.

Tes Perilaku Awal. Tes ini harus menilai perilaku keterampilan awal bahwa peserta didik harus sudah memiliki, dan yang sangat penting untuk keberhasilan dalam kegiatan pembelajaran. Item untuk tes ini berasal dari dua sumber: analisis pembelajaran dan peserta didik itu sendiri. Menggunakan analisis pembelajaran, guru dapat menguji salah satu dari keterampilan "di bawah rata-rata" terutama jika ada pertanyaan apakah keterampilan dapat dilakukan oleh semua peserta

didik. Guru juga dapat menilai kesiapan jasmani masing-masing peserta didik untuk kegiatan belajar. Ini juga merupakan bagian dari tes perilaku awal.

Pretest. *Pretest* harus menguji apa yang akan diajarkan. Tujuan dari pretest adalah untuk menentukan apakah peserta didik siap untuk memulai pembelajaran, jika tidak, maka mereka akan menerima beberapa kegiatan perbaikan. Hasil *pretest* menunjukkan sejauh mana peserta didik sudah bisa melakukan apa yang akan diajarkan. Hasil dapat menunjukkan bahwa pembelajaran akan diubah (menentukan keterampilan tertentu bahwa peserta didik sudah menguasai) atau bahwa peserta didik dikelompokkan (berdasarkan nilai mereka) untuk membuat pembelajaran lebih efisien.

Embedded Test. Tes tertanam harus dibedakan secara jelas dari kegiatan praktik/latihan dan umpan balik. Tes ini adalah bentuk praktik/latihan tanpa umpan balik. Mereka benar-benar dimasukkan ke dalam pembelajaran di berbagai titik, seringkali setelah latihan praktik, untuk menentukan apakah peserta didik telah menguasai satu keterampilan atau lebih pada titik dalam pembelajaran.

Lihat kembali Gambar 2.2. Guru dapat menggunakan tes tertanam mengikuti instruksi pada keahlian dan ketrampilan E F. Dia mungkin juga menggunakan tes tertanam mengikuti tujuan akhir, G, sebelum posttest. Data dari jenis uji tertanam tidak ternilai ketika kesulitan muncul pada posttest. Kinerja tes tertanam menunjukkan apakah peserta didik telah belajar keterampilan pada saat berada di titik tersebut dan kemudian lupa, atau apakah mereka tidak pernah belajar sama sekali.

Posttest. Apa pentingnya *posttest*. Karena dirancang untuk mengikuti sebagian besar pembelajaran, maka *posttest* menunjukkan sejauh mana pembelajaran telah efektif. Meskipun *posttest* ini sering digunakan untuk menentukan nilai, juga tak ternilai bagi guru sebagai indikator tujuan tersebut yang telah dicapai dan yang belum.

e. Kegiatan Tindak Lanjut

Komponen kelima dan terakhir dari strategi pembelajaran adalah kegiatan tindak lanjut, yang terdiri dari remediasi, retensi dan aktivitas pemindahan. Aspek-aspek strategi pembelajaran belum menerima banyak pertimbangan, karena begitu banyak waktu pembelajaran telah dikhususkan untuk kegiatan praktik/latihan dan umpan balik. Namun, penting untuk mempertimbangkan alternatif bagi peserta didik yang tidak meningkat dengan latihannya, dan untuk mempertimbangkan kegiatan yang akan memfasilitasi retensi dan transfer keterampilan yang sedang dipelajari.

Strategi perbaikan bisa tepat jika peserta didik mengalami kesulitan dalam mempertahankan beberapa aspek tugas. Misalnya, jika peserta didik tidak mampu menguasai guling lenting, mereka bisa berlatih lebih lambat dengan mengulang latihan kayang dan lenting. Tapi, ingat, jika peserta didik praktik/latihan dengan cara yang menyimpang dari struktur kinerja yang benar, mereka masih harus belajar keterampilan akhir yang tepat. *Readjustments* (proses penyesuaian kembali/modifikasi) akan diperlukan, dan proses pembelajaran bisa lebih lama. Jangan biarkan hal yang memungkinkan peserta didik menjadi terlalu tergantung pada modifikasi situasional, hal ini akan menjadi batu loncatan dalam belajar, dalam kenyataannya, mereka adalah alat bantu. Alat bantu adalah obat jangka pendek yang efektif, tetapi, jika digunakan terlalu lama, mungkin akan sulit untuk menyingkirkannya. Sebagai contoh penggunaan pelampung dalam belajar renang.

Pada tahapan pembelajaran apa remediasi harus dipertimbangkan? Jawabannya adalah dalam setiap tahap! Menyediakannya bagi peserta didik yang mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan, tetapi dengan mudah dapat diajarkan, perilaku awal yang diperlukan. Selama pembelajaran, menggunakan informasi dari tes tertanam untuk membantu peserta didik yang mengalami kesulitan. Dan, setelah pembelajaran, hati-hati menganalisis kinerja peserta didik pada tujuan akhir. Pada tahap ini, memberikan

peserta didik umpan balik yang sangat spesifik pada kinerja yang tidak memadai. Ini akan jauh lebih bermanfaat daripada hanya menyuruhnya berlatih kembali.

Proses dan kondisi yang sesuai untuk akuisisi dan modifikasi perilaku belajar. Cara-cara untuk mempromosikan retensi dari apa yang telah dipelajari. Seringkali, peserta didik diwajibkan untuk menunjukkan apa yang mereka ketahui setelah periode waktu yang telah berlalu sejak awal mereka praktik/latihan atau pengalaman. Ketika mereka diuji pada materi dalam latihan, seberapa banyak poin penting yang mereka ingat? Berapa banyak yang mereka lupa? Akankah keterampilan motorik mereka akan ditampilkan pada satu tes direplikasi berikutnya? Atau, sebagian besar malah akan dilupakan?

Hasil belajar akan menunjukkan perubahan yang relatif permanen dalam perilaku. Dengan implikasi, sesuatu yang lebih baik setelah dipelajari, semakin efektif dan masih dipertahankan. Ketika guru mengembangkan isi untuk kelas, ia harus menyadari bahwa kualitas waktu yang dihabiskan pada setiap fase pembelajaran, serta strategi yang digunakan, akan sangat mempengaruhi kemungkinan retensi. Tentu saja, lamanya waktu antara periode terakhir dari latihan dan uji coba juga mempengaruhi retensi, seperti halnya apa yang terjadi selama ini waktu berlalu.

Teori lupa terbagi ke dalam dua kategori: tidak digunakan, dan tanggapan bersaing. Para pendukung konsep tidak digunakan berpendapat bahwa lupa terjadi ketika kegiatan tidak dilakukan dan diulang, penurunan kinerja dengan berlalunya waktu. Teori tanggapan bersaing menunjukkan bahwa sifat dan kuantitas acara yang berlangsung dari waktu ke waktu mempengaruhi retensi materi sekali dipelajari. Teori ini mencakup konsep transfer negatif: kegiatan/pengalaman saat terakhir dapat mengganggu retensi yang sebelumnya belajar (kondisi yang dikenal sebagai inhibisi retroaktif). Sebagai contoh, diasumsikan Guru mengajarkan sudah bermain golf tahun lalu. Selama tahun lalu, bisbol telah mengisi sebagian besar waktu Guru, sehingga Guru tidak memiliki kesempatan untuk keluar di

lapangan golf. Hal ini tentu dapat dibayangkan bahwa beberapa keterampilan golf Guru telah melemah melalui proses interferensi.

Ada penjelasan lain, yang cukup berbeda, tentang konsep lupa. Beberapa ahli percaya bahwa sekali sesuatu dipelajari, tidak pernah benar-benar akan dilupakan, konsep represi Freud menunjukkan bahwa seseorang tidak benar-benar melupakan pengalaman yang tidak menyenangkan, melainkan menolak mengingat mereka. Pekerjaan dalam biokimia telah menunjukkan pentingnya asam ribonukleat (RNA) dalam memori. Terbukti, belajar menghasilkan materi kimia dalam otak yang membantu menjelaskan mengapa dan bagaimana hal tersebut diingat. Teori Reorganisasi mengatakan bahwa memori adalah fungsi dari kemampuan untuk menggeneralisasi dari masa lalu untuk pengalaman masa kini. Ketidakmampuan untuk mereorganisasi proses menghambat kinerja dan menunjukkan retensi yang rendah. Memori jangka pendek dan jangka panjang telah dipelajari dengan sangat rinci dalam beberapa tahun terakhir. Data yang dihasilkan mendukung teori bahwa organisme manusia dapat memproses begitu banyak informasi pada satu waktu. Situasi stimulus harus dari durasi yang cukup, tanpa overload pada sistem pengolahan, sehingga informasi bisa lewat dari memori jangka pendek ke tahap retensi jangka panjang. Penyimpanan dan pengambilan, dengan demikian, diperlukan fungsi waktu paparan, serta strategi organisasi yang tepat.

Bagaimana guru dapat memfasilitasi retensi? Kondisi apa harus diidentifikasi dan dimanipulasi? Perhatikan hal-hal berikut ini:

1. *Overlearning*. Praktik/latihan atau pengalaman yang luas (asosiasi stimulus-respon) cenderung untuk memperkuat ikatan dan mendorong retensi. Pembelajaran terlampau meluas menghambat tanggapan dalam mempengaruhi kinerja.
2. Penyajian Informasi. Keterbatasan kapasitas manusia untuk memproses informasi menunjukkan bahwa hanya isyarat yang paling penting harus disajikan dan dihadirkan pada suatu waktu tertentu.

Informasi yang berlebihan akan kontra produktif dengan kinerja dan pembelajaran.

3. **Proses Organisasi Pribadi.** Mendorong penggunaan proses organisasi dan waktu yang tepat untuk mengirimkan informasi dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang. Proses ini meliputi citra, latihan, *coding*, dan strategi *chunking*.
4. **Kebermaknaan.** Kebermaknaan materi akan dipertahankan lebih baik. Peserta didik harus menyadari relevansi dari tugas yang harus dipelajari. Jika mereka menikmati dan menghargai tugas yang dipelajari, kemungkinan mereka akan mengingat materi tersebut lebih lama dari pada materi yang kurang bermakna.
5. **Serial Orde.** Urutan di mana materi (terutama materi lisan) disajikan kepada peserta didik untuk mempengaruhi retensi. Materi awal dan akhir biasanya akan diingat sangat baik, yang menengah, setidaknya baik. Pertimbangkan pengaturan sekuensial atau urutan materi. Keuntungan dari latihan per bagian atau latihan secara keseluruhan juga harus dipertimbangkan di sini. Latihan bagian yang disengaja pada aspek yang berbeda dari tugas mungkin dapat meminimalkan efek urutan serial praktik/latihan keseluruhan. Hal ini terutama berlaku dengan daftar ekstensif atau materi verbal lainnya.
6. **Kegiatan Intervensi.** Mengontrol sifat dan tingkat materi baru yang mengikuti pembelajaran sebenarnya dan diingat nanti. Tugas sebenarnya dan tugas baru diperkenalkan mungkin dipraktik/latihankan secara bergantian. Atau, jenis tugas selanjutnya dipelajari dipilih dengan hati-hati untuk meminimalkan inhibisi retroaktif. Waktu latihan mungkin juga dapat dikendalikan.

Transfer of learning. Bahwa manusia sejak usia dini tidak pernah benar-benar belajar sesuatu yang baru. Pengalaman masa kecil merupakan dasar untuk semua yang kita alami selama sisa hidup kita. Selama bertahun-tahun, orang-orang lebih beruntung akan menemukan pengalaman yang lebih bervariasi dan diperkaya. Sifat dan tingkat pengalaman mereka sebelumnya akan memberi kemudahan pada pembelajaran baru.

Istilah transfer biasanya digunakan untuk menunjukkan hubungan pengalaman sebelumnya dengan yang baru. Sesuatu yang “baru” adalah tugas yang tidak pernah secara langsung dipraktik/latihankan sebelumnya. Dalam konteks pembelajaran membuat tugas baru hanyalah penataan ulang dan restrukturisasi pengalaman belajar sebelumnya. Mungkin setiap tugas atau situasi baru dapat disederhanakan dengan mengidentifikasi komponen-komponen dasar yang merupakan bagian dari daftar perilaku peserta didik yang ada sekarang.

Dengan demikian, sifat hubungan antara tugas yang sebelumnya dipelajari dengan yang baru akan menunjukkan perpindahan positif atau negatif. Dengan kata lain, pembelajaran akan ditingkatkan atau dihambat sebagai akibat dari pengalaman sebelumnya. Dalam situasi percobaan, tahap transfer nol juga digunakan, yaitu, tidak ada hubungan antara situasi yang telah lama ada, jadi, akibatnya, pembelajaran baru tidak terpengaruh dengan cara apapun. Hal ini lebih mudah untuk merancang situasi seperti dengan tugas buatan di laboratorium dalam kondisi yang terkendali daripada untuk menemukan contoh-contoh serupa dalam kehidupan nyata. Kita mungkin memutuskan bahwa tidak ada hubungan antara tugas sehari-hari yang sama sekali berbeda. Tapi penilaian dari interaksi dinamis dari semua pengalaman individu sebelumnya mungkin akan mengindikasikan diharapkan dampak umumnya positif atau negatif pada tugas baru.

Tugas baru dapat menggunakan keterampilan yang dipelajari sebelumnya, tetapi dilakukan dalam kompleksitas yang lebih besar, dengan diubah polanya sementara dan urut-urutannya, dan dalam konteks lingkungan yang berbeda. Tingkat dimana pemindahan positif atau negatif terjadi antar tugas ditentukan oleh sejumlah faktor, antara lain yang paling penting adalah kesamaan antara komponen stimulus dan respon. Transfer positif cukup kuat dan dipertahankan, sementara transfer negatif cukup sementara. Hal ini cukup menguntungkan.

Pikirkan tentang dua aktivitas dan mencoba untuk memprediksi efek transfer. Misalnya, jika seseorang telah bermain tenis di masa lalu dan mempelajari bulutangkis, apa transfer yang Guru harapkan? Kenapa? Guru mungkin bisa mengharapkan sedikit efek positif. Keduanya adalah olahraga yang melibatkan gerakan, taktik, dan strategi agak mirip, keduanya olahraga lapangan, membutuhkan alat dan proyektil (dilemparkan ke udara). Dengan cara ini, pengalaman tenis tentu akan menguntungkan dalam belajar keterampilan bulutangkis. Di sisi lain, teknik memukul berbeda, proyektil memerlukan sentuhan yang unik saat perkenaan, dan perbedaan dalam dimensi lapangan serta diubah tuntutan perilaku bermain. Efek pemindahan keduanya positif dan negatif, meskipun, lebih banyak menguntungkan.

Dalam bab ini, telah dijelaskan secara rinci apa strategi pembelajaran dan bagaimana digunakan oleh guru untuk mengembangkan gambaran dan pendekatan untuk merencanakan kegiatan pembelajaran. Lima komponen utama dari strategi pembelajaran adalah kegiatan pra pembelajaran, penyajian informasi, partisipasi peserta didik, pengujian, dan kegiatan tindak lanjut.

BAB 3

PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DENGAN PENDEKATAN INTEGRATIF

A. Definisi Pembelajaran Integratif/Interdisiplin

Kurikulum 2006 menekankan pembelajaran tematik di tingkat sekolah dasar, dan dilanjutkan pada Kurikulum 2013 penekanan pembelajaran tematik di sekolah dasar, sedangkan di sekolah lanjutan pertama dengan menekankan pada pembelajaran integratif. Pembelajaran Integratif sering dikenal dengan pembelajaran interdisipliner atau juga pembelajaran terpadu.

Pembelajaran terpadu merupakan suatu pendekatan dalam pembelajaran yang secara sengaja mengaitkan beberapa aspek baik dalam intra mata pelajaran maupun antar mata pelajaran. Dengan adanya pemaduan itu siswa akan memperoleh pengetahuan dan keterampilan secara utuh sehingga pembelajaran menjadi bermakna bagi siswa. Bermakna di sini memberikan arti bahwa pada pembelajaran terpadu siswa akan dapat memahami konsep-konsep yang mereka pelajari melalui pengalaman langsung dan nyata yang menghubungkan antar konsep dalam intra mata pelajaran maupun antar mata pelajaran.

Suatu keyakinan utama dalam pengembangan kurikulum di sekolah sekarang ini adalah mengintegrasikan isi/materi matapelajaran dalam kurikulum (Wood, 2001; dalam Graham, 2004). Pembelajaran interdisiplin adalah suatu proses kependidikan manakala dua atau lebih bidang matapelajaran diintegrasikan dengan tujuan mempercepat peningkatan belajar dalam setiap bidang matapelajaran yang diintegrasikan itu (Cone, et.al., 1998; dalam Graham, 2004). Integrasi membantu siswa merasakan apa yang mereka ketahui sebagai upaya menghadirkan mereka dalam dunia mereka. Istilah interdisiplin dan

integrasi biasanya bersinonim dan dapat digunakan secara bergantian dalam kajian ini. Pembelajaran yang diintegrasikan akan meningkatkan belajar melalui:

1. Memperkuat isi kurikulum dalam berbagai perangkat kependidikan.
2. Menggugah siswa untuk melakukan transfer apa yang dipelajari dalam satu perangkat atau situasi terhadap situasi atau perangkat baru, menambah makna terhadap apa yang sedang dipelajari.
3. Memberi siswa kesempatan untuk berlatih konsep dan keterampilan tertentu.
4. Menggugah siswa untuk lebih memahami dan melihat keterkaitan tentang apa yang mereka sedang pelajari dengan bagaimana hubungannya menurut cara mereka sendiri.

B. Pembelajaran Integratif/Interdisiplin dan Kualitas Pendidikan Jasmani

Organisasi pendidikan jasmani dan olahraga Amerika (NASPE: *National Association for Sport and Physical Education*) bekerjasama dengan Lembaga Pendidikan Jasmani untuk Anak-Anak (COPEC: *Council of Physical Education for Children*) telah mengembangkan suatu dokumen tentang kriteria suatu sekolah di Amerika untuk ikut menjamin kualitas lingkungan pembelajaran bagi siswa dalam kelas Pendidikan Jasmani. Dokumen itu disebut: *Opportunity to Learn: Standards for Elementary Physical Education*, yang telah ditulis menjadi *National Content Standards in Physical Education*, dan hal ini dimaksudkan untuk menunjukkan pentingnya pengalaman pembelajaran interdisiplin. Kriteria untuk menunjukkan lingkungan pembelajaran yang tepat ditunjukkan dalam tulisan di Gambar 3.1. Kriteria itu itu membuktikan suatu kombinasi antara guru pendidikan jasmani dan guru kelas untuk menimbulkan kesempatan aktivitas jasmani dalam keseluruhan proses pembelajaran di sekolah dan mempercepat perkembangan kognitif melalui pengalaman gerak.

1. Upaya guru pendidikan jasmani dibantu oleh guru kelas yang memiliki kesempatan unik untuk membuat aktivitas jasmani sebagai bagian dari kehidupan siswa sehari-hari.
2. Karena ini penting bagi program pengembangan dan kerja interdisiplin, waktu perencanaan diberikan kepada guru pendidikan jasmani untuk bertemu dengan guru kelas atau ahli disiplin ilmu (mata pelajaran) yang lain.
3. Kurikulum mengintegrasikan pengalaman kinestetik yang memperkuat konsep matematika, seni-bahasa, ilmu sosial, *science*, dan kesehatan.
4. Para siswa harus memiliki kesempatan untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis.

Source: Council on Physical Education for Children (2000) Opportunity to learn: Standards for Elementary Physical Education A position statement of the National Association for Sport and Physical Education. Reston, VA: National Association for Sport and Physical Education.

Gambar 3.1.

Peluang Pembelajaran: Standar Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Amerika Serikat

C. Pendidikan Jasmani Integratif (Terpadu)

Pendidikan jasmani integratif dalam suatu kurikulum sekolah bekerja dalam dua arah yaitu mengintegrasikan isi/materi matapelajaran lain ke dalam kurikulum pendidikan jasmani dan mengintegrasikan konsep dan keterampilan dalam pendidikan jasmani ke dalam bidang area kurikulum matapelajaran yang lain. Berbagai tipe kurikulum integratif sepertinya akan menggugah sifat penghargaan baru dan meningkatkan minat antara guru dan tentang bidang kajian masing-masing. Seorang guru pendidikan jasmani yang mengintegrasikan satu unit pelajaran pendidikan jasmani dengan kurikulum matematika dan science di sekolah dasar mengatakan dia merasakan penghargaan dari guru-guru yang lain di sekolah yang melihat kontribusi yang lebih signifikan terhadap keutuhan kurikulum sekolah (Placek, 1992; dalam Graham, 2004).

Dengan cara menghubungkan antara domain pembelajaran dan antara informasi spesifik-matapelajaran sehingga menimbulkan integrasi, siswa sering melihat pengetahuan yang diperolehnya lebih penting dalam konteks kehidupan nyata mereka sehari-hari. Sebagai contoh: para siswa yang secara normal antusias tentang pendidikan jasmani mungkin dimotivasi oleh kegiatan integratif yang memungkinkan mereka berhasil baik dalam hal domain kognitif maupun psikomotor, seperti: belajar berenang sambil mempelajari “air” dari sisi matapelajaran science. Dengan cara yang sama, siswa yang luar biasa dalam hal aktivitas jasmani tetapi lemah dalam matapelajaran lainnya, mungkin dapat dicari keterkaitannya sehingga memotivasi siswa untuk belajar matapelajaran yang lemah tadi. Sebagai contoh: bagi siswa yang mengalami kesulitan dalam membaca dapat dipicu semangat membacanya ketika diminta untuk membaca sejarah perjuangan atlet terkenal Bulutangkis ketika senang bermain bulutangkis dalam kelas pendidikan jasmani. Dengan kata lain, pendekatan integratif meningkatkan potensi dan memotivasi siswa untuk belajar.

D. Keuntungan Integrasi

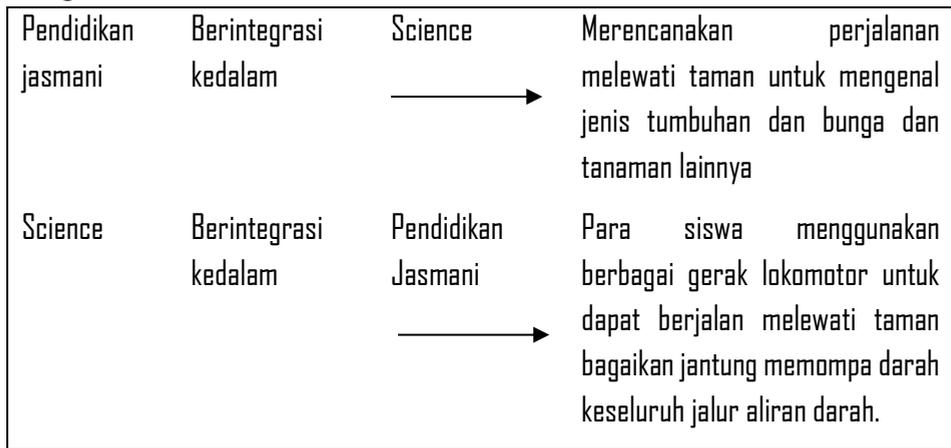
Penting untuk dipahami mengapa mengintegrasikan pokok bahasan matapelajaran lain menjadi bermakna dan mencerminkan keuntungan, baik bagi pendidikan jasmani maupun bagi pokok bahasan matapelajaran lain. Berikut beberapa keuntungan keterampilan dalam pendidikan jasmani dengan pokok bahasan matapelajaran lainnya baik dari perspektif pendidikan jasmani maupun perspektif kelas.

Keuntungan Mengintegrasikan Konsep/Keterampilan Mata pelajaran Lain ke dalam Kelas Pendidikan Jasmani.

1. Siswa belajar dengan cara melihat hubungan apa yang sedang mereka pelajari, Pendidikan Jasmani bagi kebanyakan siswa adalah menyenangkan. Suatu program pendidikan jasmani yang berkualitas membantu mereka untuk menjadi lebih mudah menguasai keterampilan dan mengantarkan mereka terbiasa hidup aktif pada berbagai kesempatan yang ada. Belajar kinestetik dan isi/materi

matapelajaran lain sering membantu siswa menguasai konsep dalam seni bahasa, science, dan matematika yang mungkin perlu kesungguhan dalam lingkungan kelas yang lebih meyakinkan, namun jika dalam lingkungan pembelajaran pendidikan jasmani suasana lebih menyenangkan.

2. Para siswa yang merasa kurang dalam keterampilan gerak tetapi luar biasa dalam sistem akademik akan menemukan hubungan antara bidang kajian akademik dan keterampilan gerak supaya lebih memotivasi dan menyenangkan.
3. Manakala lingkungan pendidikan jasmani digunakan untuk memperkuat keterampilan dan konsep akademik lain, pendidikan jasmani perlu tampil untuk menunjukkan pentingnya pendidikan jasmani di sekolah. Namun demikian, pentingnya tujuan program pendidikan jasmani harus dikenal di sekolah, manakala guru bekerjasama untuk membantu siswa berhasil mencapai standar yang diinginkan.



Gambar 3.2.

Contoh Dua Arah Integrasi antara Pendidikan Jasmani dan Science

Berikut ini keuntungan mengintegrasikan konsep/keterampilan Pendidikan Jasmani ke dalam Kelas Reguler.

1. Disarankan para siswa aktif secara fisik paling tidak selama 60 menit setiap hari (IOM; dalam Graham, 2004:667). Dalam beberapa hal saran ini dapat diterapkan di sekolah. Dengan perkataan lain bagi pendidikan jasmani, guru kelas dapat memfasilitasi untuk terjadinya aktivitas jasmani di sepanjang hari. Dengan mengintegrasikan keterampilan dan konsep pendidikan jasmani dengan konsep pada matapelajaran lain, siswa mampu secara simultan berlatih gerak, sementara itu juga mendapat keuntungan untuk menjadi aktif secara fisik. Aktivitas jasmani yang terbagi menjadi 20 sampai 30 menit membantu siswa untuk lebih konsentrasi dan siap untuk belajar.
2. Siswa harus bergerak! Bagi siswa bergerak adalah media kritis dari upaya komunikasi, ekspresi, dan belajar. Keterlibatan menjadi “aktif” daripada “pasif” dalam belajar gerak mengantarkan siswa lebih termotivasi dan lebih bangga untuk belajar (lihat Gambar 3.3)

Menurut Teori Howard Gardner (1994) tentang intelegensi majemuk, ada tujuh tipe intelegensi-linguistic, logical-mathematical, spatial, bodily kinesthetic, musical, interpersonal, dan intrapersonal. Premis dia adalah bahwa manusia memiliki semua tipe intelegensi dalam berbagai tingkatan, tetapi manusia diberikan bakat lebih dari makhluk lain. Kita belajar dengan cara terbaik ketika kesempatan diberikan untuk berinteraksi dan bekerja memecahkan masalah dalam suatu perangkat yang naturalistik.

Gardner (1994) memandang intelegensi *men-support* pendekatan interdisciplinary untuk menimbulkan peristiwa ajar. Dia menggugah guru untuk melihat berbagai gaya belajar siswa, dan membantu menghubungkan belajar ketika sedang memfokuskan pada intelegensi tertentu yang terjadi pada saat penampilan individu. Banyak siswa belajar adalah pembelajar kinestetik, mereka belajar secara baik melalui gerak, namun demikian mereka juga sering duduk pasif berjam-jam di kursi kelas. Guru kelas harus memfokuskan pada tujuh tipe intelegensi, termasuk bodily kinesthetic intelligence, sementara guru pendidikan

jasmani dapat mengambil kesempatan membantu siswa memperluas seluas-luasnya melalui pengalaman belajar terintegrasi dalam pendidikan jasmani.

E. Beberapa Pertimbangan Penting

Sebelum memutuskan untuk menggunakan pendekatan integratif/interdisiplin dalam program, ada beberapa pertimbangan penting yang harus dilakukan. Demi keberhasilan integrasi, guru harus memiliki pengetahuan dan apresiasi tentang isi/materi matapelajaran lain, persiapkan untuk lebih banyak melakukan upaya, dan selalu menguasai tujuan dalam benak pikiran.

1. Respek Timbal Balik untuk Isi Mata pelajaran.

Mengintegrasikan pendidikan jasmani dan isi/materi matapelajaran lain tidak selalu mudah. Guru pendidikan jasmani harus selalu memilih cara penerapan pendidikan jasmani. Dia harus lebih mengenali perkembangan isi yang sesuai dalam kaitan dengan matapelajaran lain dalam upaya untuk menimbulkan kegiatan belajar secara nyata. Guru kelas dan administratur harus melihat aktivitas jasmani dan keterampilan pendidikan jasmani sebagai salah satu komponen penting dari pendidikan anak, dan melihat guru pendidikan jasmani sebagai kontributor bagi keutuhan pendidikan anak.

2. Upaya Ekstra.

Mengembangkan pengalaman belajar interdisiplin secara efektif, sebagaimana dengan berbagai inovasi kurikulum, membutuhkan upaya dan waktu. Guru perlu mengatur-ulang urutan dari pengajaran agar sesuai dengan konsep pembelajaran atau tema bahwa guru kelas bertugas mengajar, dan sebaliknya. Beberapa mungkin bisa berhasil sementara yang lain tidak. Persiapkan untuk merefleksi pengalaman belajar, membuat perubahan, dan mencoba berulang-ulang.

3. Tujuan Pembelajaran.

Satu tantangan dari pengajaran interdisiplin adalah bukan untuk melihat maksud dan tujuan yang ingin dicapai sebagaimana rencana aktivitas integrasi dengan bidang kajian matapelajaran lain. Selalu

menilai keuntungan potensial dari aktivitas integrasi yang diajukan dan jika maksud serta tujuan tidak tercapai, maka janganlah beranggapan negatif. Ingat, justru melalui program pendidikan jasmani bahwa siswa belajar untuk menampilkan gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif secara benar dan akurat, yang akan meningkatkan belajar interdisiplin siswa.

F. Proses Pengajaran Menggunakan Pembelajaran Integratif/ Interdisiplin

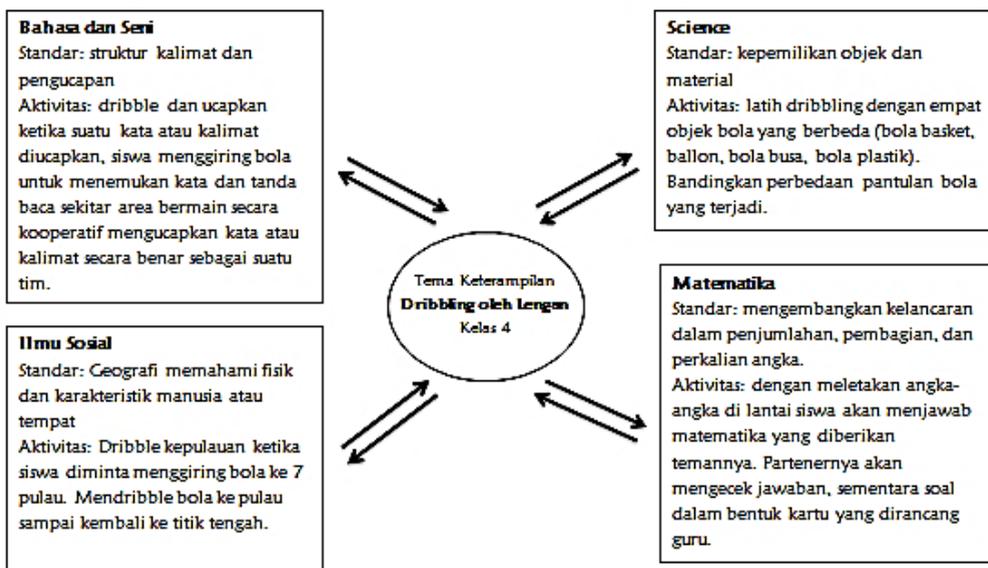
Ada berbagai model interdisiplin yang telah diperkenalkan oleh beberapa peneliti sport pedagogy selama bertahun-tahun. Dalam pembelajaran integratif, dapat dikembangkan nama model sendiri sebagai panduannya. Dalam pemahaman Graham (2004) dikemukakan ada tiga pendekatan untuk dapat memahami pembelajaran integratif, yaitu: keterkaitan isi, keterkaitan-berbagi, dan unit tematik. Semua kombinasi pengajaran konsep dan keterampilan dari paling tidak dua bidang matapelajaran. Pendekatan keterkaitan isi dapat diterapkan oleh satu orang guru secara independen, sementara pendekatan keterkaitan-berbagi dan unit tematik, keduanya membutuhkan upaya kolaboratif antara paling tidak dua orang guru dari berbagai bidang matapelajaran dalam kurikulum sekolah.

1. Pendekatan Keterkaitan--Isi

Pendekatan keterkaitan-isi diterapkan oleh satu orang guru untuk menghubungkan isi dari paling tidak dua bidang matapelajaran. Satu isi mata pelajaran dapat dijadikan fokus pembelajaran, sementara keterampilan dan konsep dari matapelajaran lain memperkuat atau meningkatkan pengalaman belajar dan memberikan kesempatan praktik belajar keterampilan dan konsep dalam matapelajaran lainnya. Guru pendidikan jasmani dapat menemukan cara untuk memperkuat isi pembelajaran tanpa melupakan fokus utama tema keterampilan, konsep gerak, konsep kebugaran dengan menggunakan pendekatan keterkaitan isi. Sebagai contoh: guru pendidikan jasmani di taman kanak-kanak atau kelas bawah dapat memperkuat konsep berhitung

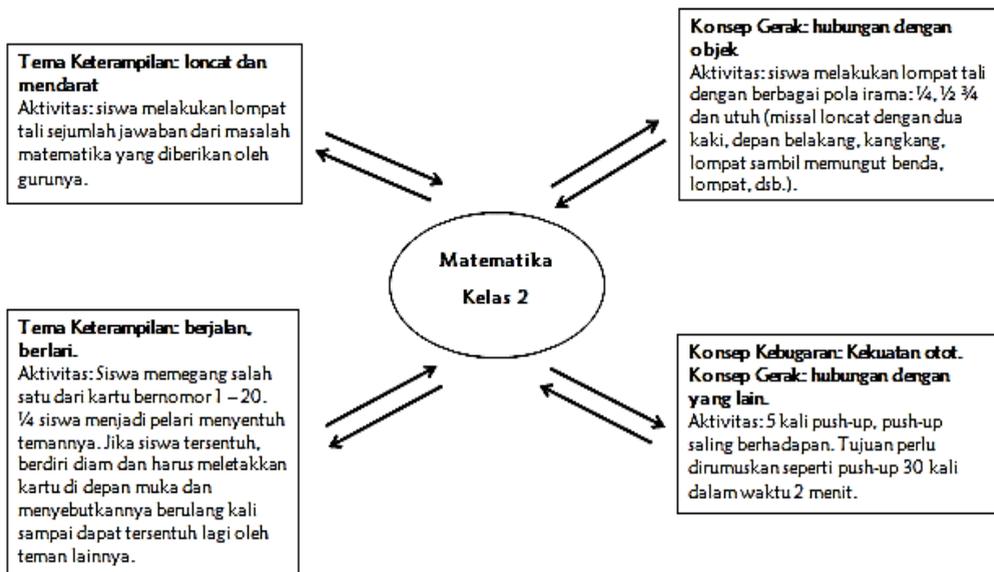
dalam matematika dari angka 1 sampai 30 ketika terjadi fokus belajar memungut peralatan senam atau melompati lingkaran kecil yang digandengkan di ruangan gymnasium.

Contoh lain dilukiskan melalui Gambar 3.3 yang menunjukkan bagaimana isi keterampilan tertentu bagi siswa kelas empat sekolah dasar dapat diintegrasikan dalam kurikulum pendidikan jasmani sementara juga memfokuskan pada praktik tema keterampilan dribbling dengan lengan. Seperti hal di atas, guru kelas dapat menggunakan gerak untuk mengajarkan konsep khusus dalam satu bidang matapelajaran dari kurikulum. Sebagai contoh: guru kelas yang sedang mengajar bahasa dapat melakukan gerak keterampilan lempar-tangkap bola sambil menyebutkan kata/frase topik bahasa. Contoh lengkap dilukiskan pada gambar 3.4 yang melukiskan bagaimana isi pembelajaran matematika untuk kelas dua diajarkan melalui gerak dan penguatan dari konsep pendidikan jasmani.



Gambar 3.3.

Contoh Integrasi isi/materi Matapelajaran dalam Tema Keterampilan *Dribbling*



Gambar 3.4.
Contoh Penguatan Konsep Matematika Melalui Tema Keterampilan dan Konsep Gerak

2. Pendekatan Keterkaitan—Berbagi

Strategi lain untuk menghubungkan lebih dari satu matapelajaran adalah model “keterkaitan—berbagi”. Pada pendekatan ini, dua orang guru bekerja bersama memberikan pelajaran atau beberapa pelajaran sebagai fokus konsep berbagi dari dua matapelajaran yang berbeda. Perbedaan antara pendekatan keterkaitan—berbagi dengan pendekatan keterkaitan—isi, lihat lihat gambar 3.1 kedua tipe integrasi pembelajaran ini dapat digunakan baik di ruangan kelas dan dalam kelas pendidikan jasmani untuk memperkuat konsep dan keterampilan. Ketika guru bekerjasama untuk mengajar dan memperkuat keterampilan terkait dari dua atau lebih matapelajaran, membantu integrasi domain pembelajaran kognitif, afektif dan psikomotor.

Sebagai contoh pendekatan keterkaitan berbagi dapat dilihat pada aktivitas kotak 3.5 yang membicarakan “Perjalanan mengelilingi kepulauan di Indonesia” untuk siswa kelas 6 SD. Aktivitasnya

memperkuat tiga tujuan pendidikan jasmani yaitu:1) pentingnya aktivitas jasmani, 2) aktivitas lebih mempromosikan gerak dan karena itu lebih bertahap, dan 3) jumlah aktivitas jasmani yang diperlukan untuk mencapai seperangkat tujuan dalam setiap harinya. Dengan perkataan lain pengalaman belajar itu memperkuat konsep studi sosial dari geografi lokasi, jarak, dan fakta tentang suatu provinsi suatu negara. Dapat pula digunakan untuk berlatih keterampilan matematika untuk mengestimasi dan membandingkan. Pembelajaran ini membutuhkan baik guru pendidikan jasmani maupun guru kelas untuk bekerjasama memperkuat konsep yang sama. Hal-hal yang penting diperhatikan dalam melakukan perencanaan pembelajaran dengan Keterkaitan Berbagi adalah sebagai berikut:

a. Mengembangkan Pengalaman Belajar Integrasi/Terpadu

Manakala guru telah memilih suatu kelas dan guru tersebut akan melakukan pembelajaran integrasi yang menggunakan pendekatan keterkaitan isi, pertama guru perlu mengkaji ruang lingkup isi, urutan, dan standar kompetensi untuk mengintegrasikan matapelajaran dan membandingkannya dengan isi/materi matapelajarannya sendiri. Kemudian, memilih keterampilan/konsep bagi setiap matapelajaran yang akan diintegrasikan, dan merancang pengalaman pembelajaran yang akurat dan tepat yang memfokuskan pada konsep yang telah dipilih (gunakan contoh pada gambar 3.3 sebagai pedoman). Sebelum mengimplementasikan pembelajaran, berbagi pendapat dengan guru-guru matapelajaran lainnya untuk bukti kepedulian dan umpan balik. Setelah mengajarkan pembelajaran, lakukan penilaian untuk mengukur keberhasilan dari pengalaman belajar itu.

Untuk pendekatan keterkaitan berbagi, kedua guru harus berbagi program ruang lingkup dan urutan, serta standar, diskusikan pengalaman integrasi yang memungkinkan. Bersama-sama menulis pengalaman belajar yang akurat dan tepat dari setiap matapelajaran yang akan diintegrasikan. Putuskan implementasi pelaksanaan sehingga pembelajaran dapat disesuaikan jika diperlukan.

b. Kriteria Pengembangan Pembelajaran Integrasi/Terpadu

Manakala mempersiapkan dan mengimplementasikan pengalaman belajar baik yang menggunakan pendekatan keterkaitan isi maupun pendekatan keterkaitan berbagi, ajukan pertanyaan kepada diri sendiri.

Apakah pengajaran integrasi itu:

- Memberikan tugas yang akurat secara instruksional dan berkembang bagi siswa?
- Memfokuskan pada suatu tema keterampilan, konsep gerak, dan/atau konsep kebugaran yang konsisten dengan urutan dan ruang lingkup?
- Memperkokoh standar isi yang khusus dalam satu atau lebih matapelajaran dan apakah konsisten dengan urutan dan ruang lingkup program pada tingkatan kelas yang dimaksud?
- Masukan strategi penilaian untuk menilai efektivitas kedua matapelajaran?

Perjalan mengelilingi Kepulauan di Indonesia
Kelas : 4 – 5
Fokus keterampilan/konsep Penjas: Konsep kebugaran.
Standar isi Penjas: menunjukkan gaya hidup aktif secara fisik.
Fokus keterampilan/konsep Ilmu Sosial: Geografi – Kepulauan di Indonesia.
Standar isi Ilmu Sosial: memahami fisik dan karakteristik tempat manusia.
Fokus keterampilan/konsep matematika: mengibaratkan satu langkah adalah satu mil, memperkirakan, perbandingan, menambahkan.
Standar isi matematika: menghitung secara lancar dan membuat perkiraan-perkiraan yang beralasan.
Peralatan yang diperlukan: “Pedometer” bagi setiap siswa, bendera, nama pulau, dsb.
Deskripsi Aktivitas: siswa diberi alat “pedometer” oleh guru pendidikan jasmani, pada awal kelas untuk kemudian dikumpulkan kembali setelah kelas berakhir. Guru kelas sebaiknya menyarankan siswa untuk memiliki peta. Siswa mengkonversi 20 langkah adalah 1 mil. Total mil yang dikumpulkan setiap hari, kelas bergerak sesuai dengan peta lokasi, ketika sampai ke ibukota Provinsi, segera tandai dengan bendera. Demikian selanjutnya dilakukan dengan cara yang sama.
Catatan: Guru pendidikan jasmani sebaiknya menginstruksikan kepada siswa untuk membuat seperangkat tujuan, untuk mengendali aktivitas gerak paling mempromosikan gerak jasmani dengan cara memonitor langkah setelah aktivitas tertentu, dan untuk berpartisipasi dalam aktivitas jasmani di luar lingkungan sekolah.

Gambar 3.5

Contoh Pengalaman Pembelajaran Integrasi Berbagi

3. Pendekatan Unit Tematik

Pendekatan ketiga kearah integrasi isi adalah pendekatan unit tematik, guru memadukan isi kurikulum melalui seperangkat periode, ketika memfokuskan pada satu tema. Beberapa guru meyakini bahwa mengintegrasikan beberapa matapelajaran seperti pendidikan jasmani, seni, dan musik dengan inti pembelajaran matematika, science, ilmu sosial, dan bahasa dengan menggunakan pendekatan tematik perlu dipertimbangkan dalam aplikasi kurikulum (Roberts & Kellough, 2000; Wood, 2001; dalam Graham 2004).

Pada pendekatan tematik dalam pendidikan jasmani disarankan oleh Evaul (1980; dalam Graham, 2004) dan beberapa ahli pendidikan jasmani beberapa tahun yang lalu dengan menyarankan bahwa pengembangan tema seperti: kerjasama, keberanian, kebebasan, dan tanggungjawab digunakan sebagai tema ketika pengorganisasian kurikulum pendidikan jasmani. Pendekatan tematik sudah cukup lama dikembangkan di berbagai kurikulum sekolah dasar di Amerika Serikat untuk membantu hubungan belajar siswa pada sejumlah matapelajaran, termasuk pendidikan jasmani, sejak Kurikulum 2006 pendekatan tematik juga sudah disarankan dalam pembelajaran kelas bawah sekolah dasar. Unit tematik dapat direncanakan dan diimplementasikan oleh guru dan siswa, termasuk area matapelajaran dalam kurikulum, guru bekerja sebagai tim untuk merencanakan dan mengimplementasikan pengalaman belajar terpusat pada tema atau topik pada periode tertentu. Suatu unit tematik mungkin berjalan selama satu minggu pembelajaran yang mungkin digunakan untuk menghubungkan isi matapelajaran yang berbeda di sekolah taman kanak-kanak sebagai contoh “Hutan”. Anak-anak lebih mudah tertarik pada binatang. Tema ini menghubungkan kegiatan dengan binatang-binatang di hutan, termasuk berbagai karakteristik tipe binatang yang berbeda, habitat hutan, konsep matematika, seperti pengukuran dan perbandingan (misal: kaki gajah dengan kaki manusia), dan berbagai konsep gerak (kesadaran ruang, keterhubungan, dan upaya).

a. Panduan Pengembangan Integratif/Interdisiplin Unit Tematik

- 1) Memilih satu tema, bersama dengan siswa, yang memotivasi mereka dan dapat dihubungkan konsep/keterampilan dari berbagai bidang matapelajaran. Jika anda bekerjasama dengan guru yang lain, libatkan mereka dalam pemilihan tema.
- 2) Informasikan ke administratur sekolah dan guru lainnya tentang pembelajaran yang akan dilakukan dan mintakan bantuan serta dukungannya. (Tim Pengajaran mungkin membutuhkan perencanaan waktu tertentu, kunjungan lapangan, dsb.)
- 3) Bentuk tim pengajar dari guru-guru yang terkait dari berbagai bidang matapelajaran. Tim akan:
 - Berbagi isi/material dan “brainstorming” gagasan untuk satu unit.
 - Mengembangkan suatu pandangan unit, tujuan, dan tujuan instruksional.
 - Mengembangkan tema berbasis pengalaman belajar yang memadukan standar isi materi pengajaran dengan tema-tema uni matapelajaran lain, termasuk peristiwa akhir, strategi penilaian, dan waktu yang tersedia.
- 4) Informasikan kepada orang tua dan coba libatkan peran orang tua. Sebagai contoh: orang tua yang diminta untuk membantu siswa dengan proyek khusus, mengundang ahli untuk datang di kelas, bekerjasama dengan siswa pada satu peristiwa tertentu, dan berbincang-bincang dengan tokoh lokal atlet untuk berbicara tentang presentasi siswa tertentu, dan sebagainya.
- 5) Sumber belajar terkait dengan unit/pokok bahasan, termasuk sumberdaya komunitas. Sebagai contoh: jika merencanakan untuk pembelajaran satu unit terkait “kesehatan jantung”, mungkin membutuhkan dokter ahli bedah jantung
- 6) Implementasikan unit tematik dan nilai keberhasilan dari unit itu (belajar siswa).

b. Landasan Teoritik dan Empirik Pembelajaran Tematik

Pembelajaran tematik integratif dikembangkan berdasarkan pada 3 (tiga) landasan yaitu landasan filosofi, landasan psikologis dan landasan yuridis. Berikut ini penjelasannya dalam Trianto (2012).

1) Landasan Filosofis

Pembelajaran tematik berlandaskan pada filsafat pendidikan progresivisme, sedangkan progresivisme bersandar pada filsafat naturalisme, realisme dan pragmatisme. Disamping itu pembelajarab tematik juga bersandar pada filsafat pendidikan konstruktivisme dan humanisme. Secara filosofis bahwa peserta didik mempunyai kemampuan untuk melakukan perubahan secara signifikan dalam kehidupannya walaupun bersifat evolusionis, karena lingkungan hidup peserta didik merupakan dunia yang terus berproses.

2) Landasan Psikologis

Secara teoritik maupun praktik pembelajaran tematik berlandaskan pada psikologi perkembangan dan psikologi belajar. Psikologi perkembangan diperlukan terutama dalam menentukan isi/ materi pembelajaran tematik yang diberikan kepada anak didik agar tingkat keluasan dan kedalamannya sesuai dengan tahap perkembangan peserta didik. Psikologi belajar memberikan kontribusi dalam hal bagaimana isi/ materi pembelajaran tematik tersebut disampaikan kepada anak didik dan bagaimana pula anak didik harus mempelajarinya.

Pembelajaran tematik dilakukan pada kelas awal ketika usia anak didik mencapai usia sekitar 6-9 tahun. Anak didik dalam rentangan usia ini demikian biasanya secara fisik berkembang sedemikian rupa dan sudah dianggap matang untuk belajar di sekolah formal. Ia dapat melakukan sesuatu secara mandiri, seperti makan, minum, mandi berpakaian, dan sebagainya. Secara psikis mereka telah dianggap matang dalam membedakan satu benda dengan benda lainnya dan kemampuan bahasa sudah cukup untuk menterjemahkan isi pikirannya. Sedangkan secara emosional ia telah dapat mengontrol emosinya.

Untuk perkembangan kecerdasannya ditunjukkan dengan kemampuannya mengelompokkan objek, berminat terhadap angka dan tulisan, meningkatkan pembendaharaan katanya, senang berbicara dan sebagainya.

Menurut Susan, Marilyn, dan Tony (1995) dalam Triyanto (2012) bahwa dari sisi psikologis belajar anak: (a) memiliki kognitif, tidak diperoleh secara pasif, tetapi peserta didik secara aktif mengkonstruksi struktur kognitifnya (b) belajar mempertimbangkan seoptimal mungkin proses keterlibatan peserta didik (c) pengetahuan mengenai sesuatu dikonstruksi secara personal (d) pembelajaran perlu melibatkan pengaturan situasi kelas (e) kurikulum semestinya adalah seperangkat materi dan sumber pembelajaran. Oleh karena itu pembelajaran tematik didorong untuk mendapatkan pengetahuan langsung dari pengalaman yang hanya dapat diperoleh dari lingkungan anak. Dalam interaksi peserta didik dengan lingkungan (lingkungan social maupun material), peserta didik memperoleh penemuan.

3) Landasan Yuridis

Payung hukum pembelajaran tematik sebagai legalitas penyelenggaraan pembelajaran sehingga dianggap sah. Berkaitan dengan berbagai peraturan atau kebijakan yang mendukung pelaksanaan pembelajaran tematik di sekolah dasar adalah: UUD 1945 pasal 31 menyatakan bahwa setiap warga Negara berhak mendapatkan pendidikan yang layak, UU Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, pasal 9 menyatakan bahwa setiap anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai minat dan bakatnya; UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Bab V pasal 1b menyatakan bahwa setiap peserta didik pada setiap satuan pendidikan berhak mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya.

Peserta didik sekolah dasar kelas awal yaitu kelas I, II, dan III berada pada rentang usia dini merupakan masa yang pendek, tetapi

sangat penting bagi kehidupan seseorang, kerana pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong sehingga akan berkembang secara optimal. Pada usia dini tersebut, berbagai kecerdasannya seperti IQ, EQ, dan SQ tumbuh dan berkembang sangat pesat, dan tingkat perkembangannya masih melihat segala sesuatu sebagai satu keutuhan (*holistic*), serta memahami hubungan antar konsep secara sedarhana, proses pembelajaran masih bergantung pada objek konkrit dan pengalaman langsung.

c. Teori Belajar yang melandasi Pembelajaran Tematik Integratif

1) Konsep Dasar Pembelajaran Lewat Pengamatan (Bandura)

Bandura (1962) dalam Crain (2007) berpendapat bahwa di dalam situasi-situasi sosial, manusia seringkali belajar jauh lebih cepat hanya dengan mengamati tingkah laku orang. Sebagai contoh, ketika anak-anak belajar lagu-lagu baru atau rumah-rumahan meniru sikap orang tua, maka mereka sering kali mereproduksi secara instan urutan panjang tingkah laku baru. Anak-anak bisa memperoleh sebagian besar segmen tingkah laku tersebut sekaligus hanya melalui pengamatan.

Belajar melalui pengamatan biasanya bersifat kognitif (Skinner), akan tetapi Bandura lebih menyebutnya sebagai proses vicarious reinforcement (penguatan lewat pengamatan yang empatik, merasa seolah-olah kita yang melakukannya). Penguatan seperti ini termasuk didalam proses kognitif, merumuskan ekspektasi terhadap hasil dari tingkah laku tanpa bertindak langsung dari diri sendiri. Dengan demikian pengamatan mengajarkan sejumlah konsekuensi yang memungkinkan dari sebuah tingkah laku baru dengan memperhatikan apa yang akan terjadi saat orang lain mencobanya (Crain, 2007). Selanjutnya Bandura (Crain, 2007) membagi proses pembelajaran lewat pengamatan menjadi empat komponen sebagai berikut:

a) Proses Perhatian. Sebuah model tidak dapat diimitasi kecuali dengan memberikan perhatian yang cukup kepada model tersebut. Model-model sering kali menarik perhatian karena berbeda atau karena memiliki pemikat berupa keberhasilan, prestise, kekuasaan, atau

kualitas lainnya. Lebih lanjut dijelaskan Bandura bahwa perhatian juga diatur oleh karakter psikologis pengamatnya, seperti kebutuhan dan minat.

- b) Proses Retensi. Proses mengimitasi sebuah model biasanya terjadi setelah beberapa saat mengamatinya, karena itu harus sanggup mengingat tindakan-tindakan dalam bentuk simbolik. Beberapa caranya dengan stimulus yang bersifat visual, kode-kode verbal, atau pengulangan verbal.
- c) Proses Reproduksi Motorik. Untuk mereproduksi tingkah laku secara akurat, harus memiliki kemampuan motorik yang dibutuhkan.
- d) Proses Penguatan dan Motivasi. Teori belajar kognitif membedakan antara perolehan (acquisition) dan pelaksanaan (performance) respon-respon baru. Dengan mengamati sebuah model mungkin seseorang memperoleh pengetahuan baru, namun belum sanggup mempraktikkan respon-respon tersebut. Sedangkan pelaksanaan respons dipengaruhi oleh penguatan dan variabel motivasi lainnya. Proses pengimitasian dipengaruhi oleh penguatan langsung dan vicarious reinforcement, yaitu konsekuensi yang berkaitan dengan tindakan si model. Selain itu pelaksanaan respon juga dipengaruhi oleh penguatan diri sendiri, yaitu pengevaluasian atas apa yang sudah dilakukan.

2) Teori Vygotsky Tentang Alat-alat Psikologis

Vygotsky terinspirasi oleh Engles bahwa seperti manusia sudah mengembangkan alat-alat untuk menguasai lingkungan, manusia juga telah menciptakan 'alat-alat psikologis' untuk menguasai tingkah lakunya sendiri. Terdapat beragam peralatan psikologis yang digunakan manusia yang berfungsi sebagai rambu-rambu berpikir dan bertingkah laku, dan seseorang tidak dapat memahami pikiran manusia tanpa menguji terlebih dahulu tanda-tanda yang disediakan budaya (Crain, 2007).

Menurut Vygotsky yang termasuk peralatan psikologis manusia paling awal adalah bantuan-bantuan memori (*memory aids*).

Sedangkan satu-satunya alat psikologis yang paling penting adalah ‘ujaran’ (*speech*). Ujaran memiliki banyak fungsi, namun yang paling fundamental adalah membebaskan pikiran dan perhatian seseorang dari situasi mendadak, dari stimuli yang menimpa seseorang pada suatu momen. Karena kata-kata bisa menyimbolkan objek dan peristiwa yang jauh melampaui situasi kekinian, maka ujaran memungkinkan seseorang merefleksikan masa lalu dan merencanakan masa depan (Crain, 2007).

Pikiran manusia bisa menjangkau lebih luas di bidang perseptual langsungnya. Ujaranlah yang memungkinkan seseorang bertindak demikian. Karena kata-kata sering kali mengacu kepada objek-objek yang tidak ada. Vygotsky menjelaskan bahwa kemampuan untuk terlibat di dalam dialog-dialog batin berjalan dalam tiga tahap:

- a) Awalnya, adalah acuan kepada objek yang tidak eksis berlangsung di dalam interaksi anak-anak dengan orang lain. Contohnya, anak yang berusia 2 tahun mungkin meminta ibu membantunya menemukan sesuatu. Atau si ibu akan berkata, “ Kita akan pergi ke kebun, jadi ambil ember dan sekopmu”, mengarahkan perhatian anak kepada objek-objek yang tidak dilihatnya.
- b) Kemudian, diusia tiga tahun atau lebih, anak mulai mengarahkan perkataan yang serupa kepada diri sendiri, “Dimana kuletakkan emberku? Aku perlu sekopku,” dan mulai mencari objek yang tidak ada padanya saat itu. Untuk sesaat ujaran yang menuntun diri sendiri ini dikatakan keras-keras. Kita sering mendengar anak-anak berbicara demikian saat mereka bermain atau mengerjakan suatu masalah. Kemudian pada umur enam tahunan, ujaran anak yang terarah pada dirinya sendiri menjadi semakin tidak bersuara, diam dan tidak lagi bisa kita dengar.
- c) Akhirnya, pada usia 8 tahun atau lebih, kita sama sekali tidak bisa mendengar apa kata hatinya. Namun ujaran anak yang terarah pada dirinya bukan menghilang, melainkan dilakukannya diam-diam dalam hati. Suara itu telah berubah menjadi ucapan dalam hati (*inner speech*), sebuah dialog diam yang dilakukannya dengan diri sendiri.

Proses ini menurut Vygotsky dikenal sebagai penginternalisasian interaksi-interaksi sosial. Apa yang dulunya dimulai sebagai proses antar pribadi, seperti antara orang tua dan anak, sekarang menjadi proses intra psikis, terjadi dalam diri anak sendiri. Selanjutnya menurut Vygotsky (2005 dalam Siegler,2005) perubahan perkembangan terjadi dalam internalisasi proses sosial. Anak-anak mengawali kegiatan berpikirnya dengan dukungan dari kawan sosialnya. Interaksi sosial yang berulang dan bertahap diinternalisasi akan menyebabkan anak dapat menampilkan perilaku kehendaknya sendiri. Dengan demikian fungsi psikologikal terjadi dalam dua tahapan, yaitu: tingkatan "intermental" (diantara orang dalam interaksi sosial itu), dan kemudian masuk pada tingkatan kedua, yaitu: "intramental" (dalam diri individu sendiri).

Teori sosio-kultural modern menekankan bahwa kesempatan anak untuk belajar bergantung pada norma-norma kebudayaan dan praktik sosial. Karakteristik sosial dan konteks budaya manakala anak berkembang mempengaruhi aktivitas dan partisipasi mereka. Dalam kerangka apa yang diberikan oleh masyarakat dan kebudayaan membentuk dan mempolakan aktivitas dan interaksi sosial yang mungkin bisa cocok bagi anak-anak.

Teori sosio-kultural juga mempunyai implikasi potensial bagi praktik kependidikan. Pertama, disarankan bahwa pengetahuan siswa perlu dikonseptualisasikan dalam konteks kemampuan mereka untuk menampilkan tugas dengan interaksi sosial yang mendukung, dan perlu dinilai dalam interaksi itu daripada dalam penampilan terpisah.

Kedua teori sosio-kultural terjadi dalam tipe interaksi tertentu (seperti kolaborasi dengan kawan yang lebih trampil) mungkin akan menguntungkan belajar siswa. Ketiga, perspektif sosio-kultural memiliki fokus atensi pada bagaimana anak-anak belajar menggunakan perangkat budaya dan bagaimana model yang berbeda untuk mengajar anak-anak, bagaimana menggunakan perangkat seperti itu memiliki konsekuensi yang berbeda bagi berpikir anak-anak. Akhirnya, perspektif sosio-kultural memberikan suatu kerangka bagi pengamatan dan

pemahaman interaksi sosial yang terjadi dalam perangkat kependidikan dan dalam merumuskan teori tentang bagaimana anak-anak melakukan perubahan perilaku.

3) Teori Konstruktivisme

Teori pembelajaran konstruktivisme merupakan teori pembelajaran kognitif baru dalam psikologi pendidikan yang menyatakan bahwa peserta didik harus menemukan sendiri dan mentransfer informasi kompleks. Mengecek informasi baru dengan aturan-aturan lama dan merevisinya apabila tidak sesuai lagi. Agar peserta didik dapat benar-benar memahami dan menenrapkan pengetahuan, mereka harus bekerja memecahkan masalah, menemukan sesuatu untuk dirinya, berusaha dengan susah payah dengan ide-ide (Slavin, 1994).

Pendekatan konstruktivisme dalam pengajaran menerapkan pembelajaran kooperatif secara intensif, atas dasar teori bahwa anak akan lebih mudah menemukan dan memahami konsep-konsep yang sulit apabila mereka dapat saling mendiskusikan masalah-masalah itu dengan temannya (Slavin, 1994). Berpijak pada penjelasan tersebut di atas, maka pada dasarnya aliran konstruktivisme menghendaki bahwa pengetahuan dibentuk sendiri oleh individu dan pengalaman merupakan kunci utama dari belajar bermakna, belajar bermakna tidak akan terwujud hanya dengan mendengarkan ceramah atau membaca buku tentang pengalaman orang lain.

Belajar menurut pandangan konstruktivis merupakan hasil konstruksi kognitif bagi seseorang. Pandangan ini memberikan penekanan bahwa pengetahuan kita adalah bentukan kita sendiri (Suparno, 1997) dalam Trianto (2012). Satu satunya alat yang tersedia bagi seseorang untuk mengetahui sesuatu adalah inderanya. Seseorang berinteraksi dengan objek dan lingkungannya dengan melihat, mencium, menjamah, dan merasakannya. Hal ini menampakkan bahwa pengetahuan lebih menunjuk pada pengalaman seseorang akan dunia daripada dunia itu sendiri.

Prinsip-prinsip yang sering diambil dari konstruktivisme menurut Suparno (1997) dalam Trianto (2012) antara lain: (1) pengetahuan dibangun oleh siswa secara aktif, (2) tekanan dalam proses belajar terletak pada siswa, (3) mengajar adalah membantu siswa belajar, (4) tekanan dalam proses belajar lebih pada proses bukan pada hasil akhir, (5) kurikulum menekankan partisipasi siswa, dan (6) guru sebagai fasilitator.

d. Strategi Pembelajaran Tematik

Pembelajaran tematik adalah salah satu strategi pembelajaran terpadu yang menggunakan tema untuk mengaitkan beberapa mata pelajaran satu dengan yang lainnya sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna pada siswa. Tema menjadi pokok pembicaraan atau gagasan yang mudah memusatkan siswa pada satu tema tertentu. Dengan strategi pembelajaran tematik ini, siswa akan lebih fokus dan konsentrasi sehingga pemahaman terhadap suatu materi akan lebih mendalam. Pembelajaran tematik lebih menekankan pada keterlibatan siswa secara aktif. Siswa tidak hanya dijadikan sebagai objek, tetapi dituntut aktif untuk terlibat langsung di lapangan. Keterlibatan aktif akan membuat siswa memperoleh pengalaman yang luas. Pengalaman inilah yang akan membawa siswa mampu menghubungkan antara satu konsep dengan konsep lain.

Pembelajaran tematik menekankan belajar sambil melakukan sesuatu. Pengalaman guru menjadi penting untuk memadukan antara teori dan praktis serta memberikan makna belajar pada siswa. Pengalaman belajar guru akan memberikan makna belajar yang sesungguhnya pada siswa. Konsep pembelajaran tematik secara tidak langsung akan membentuk skema konseptual dari materi pembelajaran sehingga ada proses kesinambungan dan pertautan antara materi yang dulu dengan sekarang. Pada saat itulah siswa akan mengetahui mata rantai pengetahuan konseptual.

Pembelajaran tematik dalam Kurikulum 2013 merupakan salah satu model pembelajaran terpadu yang menggunakan tema untuk

mengaitkan beberapa mata pelajaran sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna bagi peserta didik. Pembelajaran terpadu didefinisikan sebagai pembelajaran yang menghubungkan berbagai gagasan, konsep, keterampilan, sikap, dan nilai, baik antar mata pelajaran maupun dalam satu mata pelajaran. Pembelajaran tematik memberi penekanan pada pemilihan suatu tema yang spesifik yang sesuai dengan materi pelajaran, untuk mengajar satu atau beberapa konsep yang memadukan berbagai informasi.

Pembelajaran tematik berdasar pada filsafat konstruktivisme yang berpandangan bahwa pengetahuan yang dimiliki peserta didik merupakan hasil bentukan peserta didik sendiri. Peserta didik membentuk pengetahuannya melalui interaksi dengan lingkungan, bukan hasil bentukan orang lain. Proses pembentukan pengetahuan tersebut berlangsung secara terus menerus sehingga pengetahuan yang dimiliki peserta didik menjadi semakin lengkap.

Pembelajaran tematik menekankan pada keterlibatan peserta didik secara aktif dalam proses pembelajaran, sehingga peserta didik dapat memperoleh pengalaman langsung dan terlatih untuk dapat menemukan sendiri berbagai pengetahuan yang dipelajarinya. Teori pembelajaran ini dimotori para tokoh Psikologi Gestalt, termasuk Piaget yang menekankan bahwa pembelajaran haruslah bermakna dan berorientasi pada kebutuhan dan perkembangan anak.

Pembelajaran tematik lebih menekankan pada penerapan konsep belajar sambil melakukan sesuatu (*learning by doing*). Oleh karena itu, guru perlu mengemas atau merancang pengalaman belajar yang akan mempengaruhi kebermaknaan belajar peserta didik. Pengalaman belajar yang menunjukkan kaitan unsur-unsur konseptual menjadikan proses pembelajaran lebih efektif. Kaitan konseptual antar mata pelajaran yang dipelajari akan membentuk skema, sehingga peserta didik akan memperoleh keutuhan dan kebulatan pengetahuan. Selain itu, penerapan pembelajaran tematik di sekolah dasar akan sangat membantu peserta didik dalam membentuk pengetahuannya, karena sesuai dengan tahap perkembangannya peserta didik yang masih

melihat segala sesuatu sebagai satu keutuhan (holistik). Pembelajaran tematik memiliki ciri khas, antara lain:

- 1) Pengalaman dan kegiatan belajar relevan dengan tingkat perkembangan dan kebutuhan anak usia sekolah dasar;
- 2) Kegiatan-kegiatan yang dipilih dalam pelaksanaan pembelajaran tematik bertolak dari minat dan kebutuhan peserta didik;
- 3) Kegiatan belajar dipilih yang bermakna dan berkesan bagi peserta didik sehingga hasil belajar dapat bertahan lebih lama;
- 4) Memberi penekanan pada keterampilan berpikir peserta didik;
- 5) Menyajikan kegiatan belajar yang bersifat pragmatis sesuai dengan permasalahan yang sering ditemui peserta didik dalam lingkungannya; dan
- 6) Mengembangkan keterampilan sosial peserta didik, seperti kerjasama, toleransi, komunikasi, dan tanggap terhadap gagasan orang lain.

Pembelajaran tematik terpadu yang diterapkan di SD dalam kurikulum 2013 berlandaskan pada Permendikbud Nomor 65 Tahun 2013 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah yang menyebutkan, bahwa “Sesuai dengan Standar Kompetensi Lulusan dan Standar Isi, maka prinsip pembelajaran yang digunakan dari pembelajaran parsial menuju pembelajaran terpadu.” Pelaksanaan Kurikulum 2013 pada SD/MI dilakukan melalui pembelajaran dengan pendekatan tematik-terpadu dari Kelas I sampai Kelas VI.

- 1) Pendekatan pembelajaran tematik terpadu diberikan di sekolah dasar mulai dari kelas I sampai dengan kelas VI
- 2) Pendekatan yang dipergunakan untuk mengintegrasikan kompetensi dasar dari berbagai mata pelajaran yaitu; intra-disipliner, inter-disipliner, multi-disipliner dan trans-disipliner. Intra Disipliner adalah Integrasi dimensi sikap, pengetahuan dan keterampilan secara utuh dalam setiap mata pelajaran yang integrasikan melalui tema. Inter Disipliner yaitu menggabungkan kompetensi dasar-kompetensi dasar beberapa mata pelajaran agar terkait satu sama lain seperti yang tergambar pada mata pelajaran IPA dan IPS yang diintegrasikan pada

berbagai mata pelajaran lain yang sesuai. Hal itu tergambar pada Struktur Kurikulum SD untuk Kelas I-III tidak ada mata pelajaran IPA dan IPS tetapi muatan IPA dan IPS terintegrasi ke mata pelajaran lain terutama Bahasa Indonesia. Multi Disipliner adalah pendekatan tanpa menggabungkan kompetensi dasar sehingga setiap mapel masih memiliki kompetensi dasarnya sendiri. Gambaran tersebut adalah IPA dan IPS yang berdiri sendiri di kelas IV-VI. Trans Disipliner adalah pendekatan dalam penentuan tema yang mengaitkan berbagai kompetensi dari mata pelajaran dengan permasalahan yang ada di sekitarnya.

- 3) Pembelajaran tematik terpadu disusun berdasarkan gabungan berbagai proses integrasi berbagai kompetensi.
- 4) Pembelajaran tematik terpadu diperkaya dengan penempatan mata pelajaran Bahasa Indonesia sebagai penghela/alat/media mata pelajaran lain
- 5) Penilaian dilakukan dengan mengacu pada indikator masing-masing Kompetensi Dasar dari masing-masing mata pelajaran.

Pembelajaran tematik terpadu menyajikan konsep-konsep dari berbagai mata pelajaran yang terdapat pada Kompetensi Dasar (KD) KI-3 dan juga keterampilan yang tergambar pada KD KI-4 dalam suatu proses pembelajaran. Implementasi KD KI-3 dan KD KI-4 diharapkan akan mengembangkan berbagai sikap yang merupakan cerminan dari KI-1 dan KI-2. Melalui pemahaman konsep dan keterampilan secara utuh akan membantu peserta didik dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Pembelajaran tematik terpadu adalah pembelajaran tepadu yang menggunakan tema untuk mengaitkan beberapa mata pelajaran sehingga dapat memberikan pengalaman bermakna kepada peserta didik. Tema adalah pokok pikiran atau gagasan pokok yang menjadi pokok pembicaraan (Poerwadarminta, 1983). Penggunaan tema diharapkan akan memberikan banyak keuntungan, di antaranya:

- 1) Peserta didik mudah memusatkan perhatian pada suatu tema tertentu,
- 2) Peserta didik mampu mempelajari pengetahuan dan mengembangkan berbagai kompetensi dasar antar mata pelajaran dalam tema yang sama;
- 3) Peserta didik memahami materi pelajaran lebih mendalam dan berkesan;
- 4) Peserta didik dapat memiliki kompetensi dasar lebih baik, karena mengkaitkan mata pelajaran dengan pengalaman pribadi peserta didik;
- 5) Peserta didik mampu lebih merasakan manfaat dan makna belajar karena materi disajikan dalam konteks tema yang jelas;
- 6) Peserta didik lebih bergairah belajar karena dapat berkomunikasi dalam situasi nyata, untuk mengembangkan suatu kemampuan dalam satu mata pelajaran sekaligus mempelajari mata pelajaran lain;
- 7) Guru dapat menghemat waktu karena mata pelajaran yang disajikan secara tematik dapat dipersiapkan sekaligus dan diberikan dalam dua atau tiga pertemuan, waktu selebihnya dapat digunakan untuk kegiatan remedial, pemantapan, atau pengayaan.

Secara pedagogis pembelajaran tematik berdasarkan pada eksplorasi terhadap pengetahuan dan nilai-nilai yang dibelajarkan melalui tema sehingga peserta didik memiliki pemahaman yang utuh. Peserta didik diposisikan sebagai pengekplorasi sehingga mampu menemukan hubungan-hubungan dan pola-pola yang ada di dunia nyata dalam konteks yang relevan. Pembelajaran tematik dimaksudkan untuk mengembangkan berbagai kemampuan, keterampilan dan sikap yang diperoleh melalui proses pembelajaran tematik terpadu ke dalam konteks dunia nyata yang di bawa kedalam proses pembelajaran secara kreatif.

Penjelasan Permendikbud Nomor 57 Tahun 2014 mengenai Kurikulum Sekolah Dasar menyebutkan bahwa pelaksanaan Kurikulum 2013 pada SD/MI dilakukan melalui pembelajaran dengan pendekatan

tematik-terpadu dari Kelas I sampai Kelas VI. Matapelajaran Pendidikan Agama dan Budi Pekerti dikecualikan untuk tidak menggunakan pembelajaran tematik-terpadu. Pembelajaran tematik terpadu merupakan pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan berbagai kompetensi dari berbagai mata pelajaran ke dalam berbagai tema seperti yang terdapat dalam tabel berikut ini.

Tabel 3.1
Daftar Tema Kelas I, II, dan III
(Sumber: Permendikbud No. 57 Tahun 2014)

KELAS I	KELAS II	KELAS III
1. Diriku	1. Hidup Rukun	1. Sayangi Hewan dan Tumbuhan di Sekitar
2. Kegemaranku	2. Bermain di Lingkunganku	2. Pengalaman yang Mengesankan
3. Kegiatanku	3. Tugasku Sehari-hari	3. Mengenal Cuaca dan Musim
4. Keluargaku	4. Aku dan Sekolahku	4. Ringan Sama Dijinjing Berat Sama Dipikul
5. Pengalamanku	5. Hidup Bersih dan Sehat	5. Mari Kita Bermain dan Berolahraga
6. Lingkungan Bersih, Sehat, dan Asri	6. Air, Bumi, dan Matahari	6. Indahnnya Persahabatan
7. Benda, hewan, dan Tanaman di sekitarku	7. Merawat Hewan dan Tumbuhan	7. Mari Kita Hemat Energi untuk Masa Depan
8. Peristiwa Alam	8. Keselamatan di Rumah dan Perjalanan	8. Berperilaku Baik dalam Kehidupan Sehari-hari
		9. Menjaga Kelestarian Lingkungan

Tabel 3.2
Daftar Tema Kelas IV, V, dan VI
(Sumber: Permendikbud No. 57 Tahun 2014)

KELAS IV	KELAS V	KELAS VI
1. Indahnya Kebersamaan	1. Benda-benda di Lingkungan sekitar	1. Selamatkan makhluk hidup
2. Selalu Berhemat Energi	2. Peristiwa dalam Kehidupan	2. Persatuan dalam perbedaan
3. Peduli terhadap Lingkungan Hidup	3. Kerukunan dalam Bermasyarakat	3. Tokoh dan Penemu
4. Berbagai Pekerjaan	4. Sehat itu Penting	4. Globalisasi
5. Pahlawanku	5. Bangga Sebagai Bangsa Indonesia	5. Wirausaha
6. Indahnya Negeriku	6. Organ Tubuh Manusia dan Hewan	6. Kesehatan masyarakat
7. Cita-citaku	7. Sejarah Peradaban Indonesia	
8. Tempat Tinggalku		
9. Makananku Sehat dan Bergizi		

Pendekatan yang digunakan untuk mengintegrasikan Kompetensi Dasar dari berbagai mata pelajaran yaitu intradisipliner, interdisipliner, multidisipliner, dan transdisipliner. Integrasi intradisipliner dilakukan dengan cara mengintegrasikan dimensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan menjadi satu kesatuan yang utuh di setiap mata pelajaran. Integrasi interdisipliner dilakukan dengan menggabungkan Kompetensi Dasar-Kompetensi Dasar beberapa mata pelajaran agar terkait satu dengan yang lainnya, sehingga dapat saling memperkuat, menghindari terjadinya tumpang tindih, dan menjaga keselarasan pembelajaran.

Integrasi multidisipliner dilakukan tanpa menggabungkan Kompetensi Dasar tiap mata pelajaran sehingga tiap mata pelajaran

masih memiliki Kompetensi Dasarnya sendiri. Integrasi transdisipliner dilakukan dengan mengaitkan berbagai mata pelajaran yang ada dengan permasalahan-permasalahan yang dijumpai di sekitarnya sehingga pembelajaran menjadi kontekstual. Tema merajut makna berbagai konsep dasar sehingga peserta didik tidak belajar konsep dasar secara parsial. Dengan demikian, pembelajarannya memberikan makna yang utuh kepada peserta didik seperti tercermin pada berbagai tema yang tersedia. Tematik terpadu disusun berdasarkan gabungan proses integrasi seperti dijelaskan di atas sehingga berbeda dengan pengertian tematik seperti yang diperkenalkan pada kurikulum sebelumnya.

Selain itu, pembelajaran tematik terpadu ini juga diperkaya dengan penempatan Mata Pelajaran Bahasa Indonesia di Kelas I, II, dan III sebagai penghela mata pelajaran lain. Melalui perumusan Kompetensi Inti sebagai pengikat berbagai mata pelajaran dalam satu kelas dan tema sebagai pokok bahasannya, sehingga penempatan Mata Pelajaran Bahasa Indonesia sebagai penghela mata pelajaran lain menjadi sangat memungkinkan.

Penguatan peran Mata Pelajaran Bahasa Indonesia dilakukan secara utuh melalui penggabungan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Ilmu Pengetahuan Sosial ke dalam Mata Pelajaran Bahasa Indonesia. Kedua ilmu pengetahuan tersebut menyebabkan Mata Pelajaran Bahasa Indonesia menjadi kontekstual, sehingga pembelajaran Bahasa Indonesia menjadi lebih menarik.

Pendekatan sains seperti itu terutama di Kelas I, II, dan III menyebabkan semua mata pelajaran yang diajarkan akan diwarnai oleh Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Ilmu Pengetahuan Sosial. Untuk kemudahan pengorganisasiannya, Kompetensi Dasar-Kompetensi Dasar kedua mata pelajaran ini diintegrasikan ke mata pelajaran lain (*integrasi interdisipliner*).

Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam diintegrasikan ke Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Bahasa Indonesia dan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Matematika. Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial diintegrasikan ke Kompetensi

Dasar mata pelajaran Bahasa Indonesia, ke Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, dan ke Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Matematika. Sedangkan untuk kelas IV, V, dan VI, Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Ilmu Pengetahuan Sosial masing-masing berdiri sendiri, sehingga pendekatan integrasinya adalah multidisipliner, walaupun pembelajarannya tetap menggunakan tematik terpadu.

Prinsip pengintegrasian interdisipliner untuk Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Ilmu Pengetahuan Sosial seperti diuraikan di atas dapat juga diterapkan dalam pengintegrasian muatan lokal. Kompetensi Dasar muatan lokal yang berkenaan dengan seni, budaya, keterampilan, dan bahasa daerah diintegrasikan ke dalam Mata Pelajaran Seni Budaya dan Prakarya. Kompetensi Dasar muatan lokal yang berkenaan dengan olahraga serta permainan daerah diintegrasikan ke dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Pembelajaran tematik terpadu memiliki prinsip-prinsip sebagai berikut:

- a. Peserta didik mencari tahu, bukan diberi tahu.
- b. Pemisahan antar mata pelajaran menjadi tidak begitu nampak. Fokus pembelajaran diarahkan kepada pembahasan kompetensi melalui tema-tema yang paling dekat dengan kehidupan peserta didik.
- c. Terdapat tema yang menjadi pemersatu sejumlah kompetensi dasar yang berkaitan dengan berbagai konsep, keterampilan dan sikap.
- d. Sumber belajar tidak terbatas pada buku.
- e. Peserta didik dapat bekerja secara mandiri maupun berkelompok sesuai dengan karakteristik kegiatan yang dilakukan
- f. Guru harus merencanakan dan melaksanakan pembelajaran agar dapat mengakomodasi peserta didik yang memiliki perbedaan tingkat kecerdasan, pengalaman, dan ketertarikan terhadap suatu topik.
- g. Kompetensi Dasar mata pelajaran yang tidak dapat dipadukan dapat diajarkan tersendiri.

h. Memberikan pengalaman langsung kepada peserta didik (*direct experiences*) dari hal-hal yang konkret menuju ke abstrak.

Perencanaan pembelajaran integratif membutuhkan pengetahuan yang komprehensif mengenai berbagai mata pelajaran yang akan diintegrasikan. Berikut Karakteristik Mata Pelajaran di SD (Permendikbud no 57 tahun 2014).

1. PPKN

Mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan terdiri atas: (1) Pancasila sebagai dasar negara dan pandangan hidup bangsa diperankan dan dimaknai sebagai entitas inti yang menjadi sumber rujukan dan kriteria keberhasilan pencapaian tingkat kompetensi dan pengorganisasian dari keseluruhan ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan; (2) substansi dan jiwa Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945, nilai dan semangat Bhinneka Tunggal Ika, dan komitmen Negara Kesatuan Republik Indonesia ditempatkan sebagai bagian integral dari Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, yang menjadi wahana psikologis-pedagogis pembangunan warganegara Indonesia yang berkarakter Pancasila. Di SD mata pelajaran PPKn tidak diajarkan tersendiri tetapi diintegrasikan dengan mata pelajaran yang lain melalui pembelajaran tematik terpadu.

2. Bahasa Indonesia

Pembelajaran bahasa Indonesia diarahkan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik untuk berkomunikasi dalam bahasa Indonesia dengan baik dan benar, baik secara lisan maupun tulis, sekaligus mengembangkan kemampuan beripikir kritis dan kreatif. Peserta didik dimungkinkan untuk memperoleh kemampuan berbahasanya dari bertanya, menjawab, menyanggah, dan beradu argumen dengan orang lain.

Sebagai alat ekspresi diri, bahasa Indonesia merupakan sarana untuk mengungkapkan segala sesuatu yang ada dalam diri seseorang, baik berbentuk perasaan, pikiran, gagasan, dan keinginan yang

dimilikinya. Begitu juga digunakan untuk menyatakan dan memperkenalkan keberadaan diri seseorang kepada orang lain dalam berbagai tempat dan situasi.

Kegiatan berbahasa Indonesia mencakup kegiatan produktif dan reseptif di dalam empat aspek berbahasa, yakni mendengarkan, berbicara, membaca, dan menulis. Kemampuan berbahasa yang bersifat reseptif pada hakikatnya merupakan kemampuan untuk memahami bahasa yang dituturkan oleh pihak lain. Pemahaman terhadap bahasa yang dituturkan oleh pihak lain tersebut dapat melalui sarana bunyi atau sarana tulisan. Pemahaman terhadap bahasa melalui sarana bunyi merupakan kegiatan menyimak dan pemahaman terhadap bahasa penggunaan sarana tulisan merupakan kegiatan membaca.

Kegiatan reseptif membaca dan menyimak memiliki persamaan yaitu sama-sama kegiatan dalam memahami informasi. Perbedaan dua kemampuan tersebut yaitu terletak pada sarana yang digunakan yaitu sarana bunyi dan sarana tulisan. Mendengarkan adalah keterampilan memahami bahasa lisan yang bersifat reseptif. Berbicara adalah keterampilan bahasa lisan yang bersifat produktif, baik yang interaktif, semi interaktif, dan noninteraktif. Adapun menulis adalah keterampilan produktif dengan menggunakan tulisan. Menulis merupakan keterampilan berbahasa yang paling rumit di antara jenis-jenis keterampilan berbahasa lainnya, karena menulis bukanlah sekadar menyalin kata-kata dan kalimat-kalimat, melainkan juga mengembangkan dan menuangkan pikiran-pikiran dalam suatu struktur tulisan yang teratur.

Kemampuan berpikir logis, kritis, kreatif, inovatif, dan bahkan inventif peserta didik perlu secara sengaja dibina dan dikembangkan. Untuk melakukan hal itu, mata pelajaran bahasa Indonesia menjadi wadah strategis. Melalui membaca, menulis, mendengarkan, dan berbicara peserta didik dapat mengembangkan kemampuan berpikir tersebut secara terus-menerus yang akan diteruskan juga melalui mata pelajaran yang lain. Hal itu harus benar-benar disadari semua guru BI agar dalam menjalankan tugasnya dapat mewujudkan mata pelajaran

Bahasa Indonesia sebagai wadah pembinaan/ pengembangan kemampuan berpikir.

3. Matematika

Matematika dapat didefinisikan sebagai studi dengan logika yang ketat dari topik seperti kuantitas, struktur, ruang, dan perubahan. Matematika merupakan tubuh pengetahuan yang dibenarkan (*justified*) dengan argumentasi deduktif, dimulai dari aksioma-aksioma dan definisi-definisi”.

Kecakapan atau kemahiran matematika merupakan bagian dari kecakapan hidup yang harus dimiliki siswa terutama dalam pengembangan penalaran, komunikasi, dan pemecahan masalah-masalah yang dihadapi dalam kehidupan siswa sehari-hari. Matematika selalu digunakan dalam segala segi kehidupan, semua bidang studi memerlukan ketrampilan matematika yang sesuai, merupakan sarana komunikasi yang kuat, singkat dan jelas, dapat digunakan untuk menyajikan informasi dalam berbagai cara, meningkatkan kemampuan berpikir logis, ketelitian dan kesadaran keruangan, memberikan kepuasan terhadap usaha memecahkan masalah yang menantang, mengembangkan kreativitas dan sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran terhadap perkembangan budaya

Pada struktur kurikulum SD/MI, mata pelajaran matematika dialokasikan setara 5 jam pelajaran (1 jam pelajaran = 35 menit) di kelas I dan 6 jam pelajaran kelas II – VI per minggu, yang sifatnya relatif karena di SD menerapkan pendekatan pembelajaran tematik-terpadu. Guru dapat menyesuaikan sesuai kebutuhan peserta didik dalam pencapaian kompetensi yang diharapkan. Satuan pendidikan dapat menambah jam pelajaran per minggu sesuai dengan kebutuhan satuan pendidikan tersebut.

Cakupan materi matematika di SD meliputi bilangan asli, bulat, dan pecahan, geometri dan pengukuran sederhana, dan statistika sederhana serta kompetensi matematika dalam mendukung pencapaian kompetensi lulusan SD ditekankan pada:

- a. Menunjukkan sikap positif bermatematika: logis, kritis, cermat dan teliti, jujur, bertanggung jawab, dan tidak mudah menyerah dalam menyelesaikan masalah, sebagai wujud implementasi kebiasaan dalam inkuiri dan eksplorasi matematika
- b. Memiliki rasa ingin tahu, percaya diri, dan ketertarikan pada matematika, yang terbentuk melalui pengalaman belajar
- c. Menghargai perbedaan dan dapat mengidentifikasi kemiripan dan perbedaan berbagai sudut pandang
- d. Mengklasifikasi berbagai benda berdasar bentuk, warna, serta alasan pengelompokannya
- e. Mengidentifikasi dan menjelaskan informasi dari komponen, unsur dari benda, gambar atau foto dalam kehidupan sehari-hari
- f. Menjelaskan pola bangun dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan dugaan kelanjutannya berdasarkan pola berulang
- g. Memahami efek penambahan dan pengambilan benda dari kumpulan objek, serta memahami penjumlahan dan pengurangan bilangan asli, bulat dan pecahan
- h. Menggunakan diagram, gambar, ilustrasi, model konkret atau simbolik dari suatu masalah dalam penyelesaian masalah
- i. Memberikan interpretasi dari sebuah sajian informasi/data

4. IPA

Materi IPA di SD kelas I sd III terintegrasi dalam mata pelajaran Bahasa Indonesia dan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Pembelajaran dilakukan secara terpadu dalam tema dengan mata pelajaran lain. Untuk SD kelas IV sd VI, IPA menjadi mata pelajaran tersendiri namun pembelajaran dilakukan secara tematik terpadu.

Ruang lingkup materi mata pelajaran IPA SD mencakup Tubuh dan panca indra, Tumbuhan dan hewan, Sifat dan wujud benda- benda sekitar, Alam semesta dan kenampakannya, Bentuk luar tubuh hewan dan tumbuhan, Daur hidup makhluk hidup, Perkembangbiakan tanaman, Wujud benda, Gaya dan gerak, Bentuk dan sumber energi dan energi alternatif, Rupa bumi dan perubahannya, Lingkungan, alam

semesta, dan sumber daya alam, Iklim dan cuaca, Rangka dan organ tubuh manusia dan hewan, Makanan, rantai makanan, dan keseimbangan ekosistem, Perkembangbiakan makhluk hidup, Penyesuaian diri makhluk hidup pada lingkungan, Kesehatan dan sistem pernafasan manusia, Perubahan dan sifat benda, Hantaran panas, listrik dan magnet, Tata surya, Campuran dan larutan.

5. IPS

IPS adalah mata pelajaran yang mempelajari tentang kehidupan manusia dalam berbagai dimensi ruang dan waktu serta berbagai aktivitas kehidupannya. Mata pelajaran IPS bertujuan untuk menghasilkan warganegara yang religius, jujur, demokratis, kreatif, kritis, senang membaca, memiliki kemampuan belajar, rasa ingin tahu, peduli dengan lingkungan sosial dan fisik, berkontribusi terhadap pengembangan kehidupan sosial dan budaya, serta berkomunikasi secara produktif.

Ruang lingkup IPS terdiri atas pengetahuan, ketrampilan, nilai dan sikap yang dikembangkan dari masyarakat dan disiplin ilmu sosial. Penguasaan keempat konten ini dilakukan dalam proses belajar yang terintegrasi melalui proses kajian terhadap konten pengetahuan. Secara rinci, materi IPS dirumuskan sebagai berikut:

- a. Pengetahuan: tentang kehidupan masyarakat di sekitarnya, bangsa, dan umat manusia dalam berbagai aspek kehidupan dan lingkungannya
- b. Keterampilan: berpikir logis dan kritis, membaca, belajar (*learning skills, inquiry*), memecahkan masalah, berkomunikasi dan bekerjasama dalam kehidupan bermasyarakat-berbangsa.
- c. Nilai: nilai-nilai kejujuran, kerja keras, sosial, budaya, kebangsaan, cinta damai, dan kemanusiaan serta kepribadian yang didasarkan pada nilai-nilai tersebut.
- d. Sikap: rasa ingin tahu, mandiri, menghargai prestasi, kompetitif, kreatif dan inovatif, dan bertanggungjawab

Materi IPS mencakup kehidupan manusia dalam:

- a. Tempat dan Lingkungan
- b. Waktu Perubahan dan Keberlanjutan
- c. Organisasi dan Sistem Sosial
- d. Organisasi dan Nilai Budaya
- e. Kehidupan dan Sistem Ekonomi
- f. Komunikasi dan Teknologi

Pengemasan materi IPS disesuaikan dengan jenjang pendidikan. Pada kelas I – III (SD/MI) IPS sebagai bagian integral dari mata pelajaran lain yaitu bahasa Indonesia, dan PPKn yang diajarkan secara tematik terpadu.

6. Seni Budaya dan Prakarya

Mata pelajaran Seni Budaya merupakan aktivitas belajar yang menampilkan karya seni estetis, artistik, dan kreatif yang berakar pada norma, nilai, perilaku, dan produk seni budaya bangsa. Mata pelajaran ini bertujuan mengembangkan kemampuan peserta didik untuk memahami seni dalam konteks ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni serta berperan dalam perkembangan sejarah peradaban dan kebudayaan, baik dalam tingkat lokal, nasional, regional, maupun global.

Pembelajaran seni di tingkat pendidikan dasar dan menengah bertujuan mengembangkan kesadaran seni dan keindahan dalam arti umum, baik dalam domain konsepsi, apresiasi, kreasi, penyajian, maupun tujuan-tujuan psikologis-edukatif untuk pengembangan kepribadian peserta didik secara positif. Pendidikan Seni Budaya di sekolah tidak semata-mata dimaksudkan untuk membentuk peserta didik menjadi pelaku seni atau seniman namun lebih menitik beratkan pada sikap dan perilaku kreatif, etis dan estetis.

Mata pelajaran Seni Budaya di tingkat pendidikan dasar sangat kontekstual dan diajarkan secara konkret, utuh, serta menyeluruh mencakup semua aspek (seni rupa, seni musik, seni tari dan prakarya), melalui pendekatan tematik. Untuk itu para pendidik seni harus

memiliki wawasan yang baik tentang eksistensi seni budaya yang hidup dalam konteks lingkungan sehari-hari di mana ia tinggal, maupun pengenalan budaya lokal, agar peserta didik mengenal, menyenangi dan akhirnya mempelajari. Dengan demikian pembelajaran seni budaya dan prakarya di SD harus dapat; *“Memanfaatkan lingkungan sebagai kegiatan apresiasi dan kreasi seni”*.

Ruang lingkup materi untuk seni budaya dan prakarya di SD/MI mencakup: gambar ekspresif, mozaik, karya relief, lagu dan elemen musik, musik ritmis, gerak anggota tubuh, meniru gerak, kerajinan dari bahan alam, produk rekayasa, pengolahan makanan, cerita warisan budaya, gambar dekoratif, montase, kolase, karya tiga dimensi, lagu wajib, lagu permainan, lagu daerah, alat musik ritmis dan melodis, gerak tari bertema, penyajian tari daerah, kerajinan dari bahan alam dan buatan (anyaman, teknik meronce, fungsi pakai, teknik ikat celup, dan asesoris), tanaman sayuran, karya rekayasa sederhana bergerak dengan angin dan tali, cerita rakyat, bahasa daerah, gambar ilustrasi, topeng, patung, lagu anak-anak, lagu daerah, lagu wajib, musik ansambel, gerak tari bertema, Penyajian tari bertema, kerajinan dari bahan tali temali, bahan keras, batik, dan teknik jahit, apotik hidup dan merawat hewan peliharaan, olahan pangan bahan makanan umbi-umbian dan olahan non pangan sampah organik atau anorganik, cerita secara lisan dan tulisan unsur-unsur budaya daerah, bahasa daerah, pameran dan pertunjukan karya seni.

7. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pendidikan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan membantu peserta didik mengembangkan pemahaman tentang apa yang mereka perlukan untuk membuat komitmen seumur hidup tentang arti penting hidup sehat, aktif dan mengembangkan kapasitas untuk menjalani kehidupan yang memuaskan dan produktif. Sehingga berdampak pada meningkatkan produktivitas dan kesiapan untuk belajar, meningkatkan semangat, mengurangi ketidakhadiran, mengurangi biaya perawatan kesehatan, penurunan kelakuan anti-sosial seperti bullying dan kekerasan, mempromosikan hubungan yang aman dan sehat, dan meningkatkan kepuasan pribadi.

Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Usia SD, pada usia antara 7- 8 tahun, anak sedang memasuki perkembangan gerak dasar dan memasuki tahap awal perkembangan gerak spesifik. Karakteristik awal perkembangan gerak spesifik dapat diidentifikasi dengan makin sempurnanya kemampuan melakukan berbagai kemampuan gerak dasar yang menuntut kemampuan koordinasi dan keseimbangan agak kompleks. Oleh karenanya, keterampilan gerak yang dimiliki anak telah dapat diorientasikan pada berbagai bentuk, jenis dan tingkat permainan yang lebih kompleks.

Pada anak berusia antara 9 s.d 10 tahun, anak telah dapat mengunjujkerjakan rangkaian gerak yang mutipleks-kompleks dengan tingkat koordinasi yang makin baik. Kualitas kemampuan pada tahap ini dipengaruhi oleh ketepatan rekayasa dan stimulasi lingkungan yang diberikan kepada anak pada usia sebelumnya. Pada tahap ini, anak laki-laki dan perempuan telah memasuki masa awal masa adolense. Dengan pengaruh perkembangan hormonal pada usia ini, mereka akan mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan fungsi motorik yang sangat cepat. Ruang lingkup materi mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah sebagai berikut:

- a. Pola Gerak Dasar, meliputi: a). pola gerak dasar lokomotor atau gerakan berpindah tempat, misalnya; berjalan, berlari, melompat, berguling, mencongklak, b) pola gerak non-lokomotor atau bergerak di tempat, misalnya; membungkuk, meregang, berputar,

mengayun, mengelak, berhenti, c). Pola gerak manipulatif atau mengendalikan/ mengontrol objek, misalnya; melempar bola, menangkap bola, memukul bola menggunakan tongkat, menendang bola.

- b. Aktivitas Permainan dan Olahraga termasuk tradisional, misalnya; rounders, kasti, softball, atletik sepak bola, bola voli, bola basket, bola tangan, sepak takraw, tenis meja, bulutangkis, silat, karate. Kegiatan ini bertujuan untuk memupuk kecenderungan alami anak untuk bermain melalui kegiatan bermain informal dan meningkatkan pengembangan keterampilan dasar, kesempatan untuk interaksi sosial. Menerapkannya dalam kegiatan informal dalam kompetisi dengan orang. Juga untuk mengembangkan keterampilan dan memahami dari konsep-konsep kerja sama tim, serangan, pertahanan dan penggunaan ruang dalam bentuk eksperimen/eksplorasi untuk mengembangkan keterampilan dan pemahaman.
- c. Aktivitas Kebugaran, meliputi pengembangan komponen keburan berkaitan dengan kesehatan, terdiri dari; daya tahan (aerobik dan anaerobik), kekuatan, kelenturan, komposisi tubuh, dan pengembangan komponen kebugaran berkaitan dengan keterampilan, terdiri dari; kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi.
- d. Aktivitas Senam dan Gerak Ritmik, meliputi senam lantai, senam alat, apresiasi terhadap kualitas estetika dan artistik dari gerakan, tarian kreatif dan rakyat. Konsep gerak berkaitan eksplorasi gerak dengan tubuh dalam ruang, dinamika perubahan gerakan dan implikasi dari bergerak di kaitannya dengan apakah orang lain dan /nya lingkungannya sendiri.
- e. Aktivitas Air, memuat kompetensi dan kepercayaan diri saat peserta didik berada di dekat, di bawah dan di atas air. Memberikan kesempatan unik untuk pengajaran gaya-gaya renang (punggung, bebas, dada, dan kupu-kupu) dan juga penyediaan peluang untuk

kesenangan bermain di air dan aspek lain dari olahraga air termasuk pertolongan dalam olahraga air.

- f. Kesehatan, meliputi; kebersihan diri sendiri dan lingkungan, makanan dan minuman sehat, penanggulangan cedera ringan, kebersihan alat reproduksi, penyakit menular, menghindari diri dari bahaya narkoba, psikotropika, seks bebas, P3K, dan bahaya HIV/AIDS.

Pola penerapan pembelajaran dalam satu minggu dapat menggunakan beberapa cara, yaitu;

- a. Jika di sekolah tidak tersedia/tidak ada guru khusus mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan maka pembelajaran dapat dilakukan oleh guru kelas
- b. Jika di sekolah terdapat guru mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, maka pelaksanaan kegiatan dapat dilakukan 2 kali dalam seminggu dengan alokasi waktu 70 menit setiap pertemuan, atau 4 kali pertemuan dalam satu minggu, dengan alokasi waktunya adalah 35 menit.

G. Perencanaan Pembelajaran Integratif

1. Mengkaji Silabus

Dalam rangka pelaksanaan pembelajaran tematik terpadu, pendidik perlu melakukan pengkajian terhadap silabus yang telah disiapkan sebelum mengembangkannya menjadi RPP yang akan digunakan dalam kegiatan di sekolah. Kegiatan pengkajian silabus bertujuan untuk mengetahui antara lain keterkaitan antara sub tema dengan kompetensi mata pelajaran yang akan dibelajarkan dan kegiatan pembelajaran yang dikembangkan. Melalui kegiatan pengkajian silabus ini diharapkan guru juga memperoleh beberapa informasi, antara lain: (1) ketersediaan tema dan sub tema, (2) persebaran kompetensi dasar pada tema (pemetaan), dan (3) pengembangan indikator pada setiap tema (jaringan indikator pada tema).

a. Pengembangan Tema dan sub tema

Pembelajaran tematik terpadu dilaksanakan dengan menggunakan berbagai tema sebagai pemersatu pembelajaran. Dalam pembelajaran tematik terpadu tema merupakan alat atau wahana untuk mencapai tujuan. Pada Kurikulum 2013, pemerintah telah menyiapkan tema-tema yang dapat digunakan pendidik dalam proses pembelajaran tematik terpadu. Dalam implementasinya, guru perlu mempelajari tema yang tersedia dan jika berdasarkan hasil analisis daftar tema yang tersedia dirasa kurang atau belum memenuhi karakteristik sekolah/daerah guru dapat menambah atau mengurangi tema atau sub tema dengan tetap memperhatikan prinsip-prinsip pemilihan tema yaitu:

- Memperhatikan lingkungan yang terdekat dengan peserta didik:
- Dari yang termudah menuju yang sulit
- Dari yang sederhana menuju yang kompleks
- Dari yang konkret menuju ke yang abstrak.
- Memungkinkan terjadinya proses berpikir pada diri peserta didik
- Ruang lingkup tema disesuaikan dengan usia dan perkembangan peserta didik, termasuk minat, kebutuhan, dan kemampuannya

b. Persebaran kompetensi dasar pada tema (pemetaan)

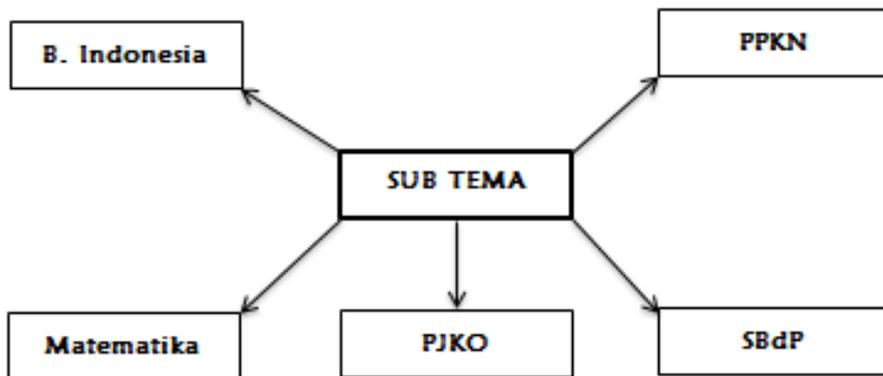
Pendidik perlu melakukan persebaran seluruh Kompetensi Dasar dari setiap mata pelajaran pada tema yang tersedia, sehingga tidak ada kompetensi dasar yang tertinggal. Jika dari hasil pemetaan terdapat KD yang belum masuk dalam silabus, guru dapat menambahkannya. Contoh format yang dapat digunakan adalah:

Tabel 3.3
Format Pemetaan Kompetensi Dasar dalam Tema

Mata pelajaran	Kompetensi Dasar	Tema						
		1	2	3	4	5	6	7
PPKn								
Bahasa Indonesia								
Matematika								
SBdP								
PJOK								

c. Jaringan indikator pada tema

Berdasarkan format pemetaan Pendidik dapat mengembangkan indikator untuk setiap sub tema yang akan dilaksanakan. Hal ini perlu dilakukan untuk melihat keterkaitan antar mata pelajaran. Cara yang dapat dilakukan adalah dengan mengembangkan indikator pada jaringan indikator. contoh jaringan indikator pada sub tema seperti berikut:



Gambar 3.6.
Jaringan Indikator Sub Tema

2. Mengembangkan RPP

Silabus digunakan sebagai acuan dalam pengembangan rencana pelaksanaan pembelajaran. Menyusun atau mengembangkan RPP adalah langkah perencanaan yang harus dilakukan oleh setiap guru.

RPP merupakan rencana kegiatan pembelajaran tatap muka untuk satu pertemuan (satu hari). RPP dikembangkan dari silabus dengan memperhatikan buku peserta didik dan buku guru yang sudah disiapkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

RPP disusun secara lengkap dan sistematis agar pembelajaran berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, efisien, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. Prinsip-prinsip dalam menyusun RPP mencakup hal-hal sebagai berikut.

- a. Setiap RPP harus memuat secara utuh memuat kompetensi sikap spiritual (KD dari KI-1), sosial (KD dari KI-2), pengetahuan (KD dari KI-3), dan keterampilan (KD dari KI-4).
- b. Memperhatikan perbedaan individual peserta didik misalnya kemampuan awal, tingkat intelektual, bakat, potensi, minat, motivasi belajar, kemampuansosial, emosi, gaya belajar, kebutuhan khusus, kecepatan belajar, latar belakang budaya, norma, nilai, dan/atau lingkungan peserta didik.
- c. Mendorong anak untuk berpartisipasi secara aktif
- d. Menggunakan prinsip berpusat pada peserta didik untuk mendorong semangat belajar, motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, inovasi dan kemandirian.
- e. Mengembangkan budaya membaca, menulis dan berhitung
- f. Memberi umpan balik dan tindak lanjut untuk keperluan penguatan, pengayaan dan remedial
- g. Menekankan adanya keterkaitan dan keterpaduan antara KD, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian

kompetensi, penilaian, dan sumber belajar dalam satu keutuhan pengalaman belajar.

- h. Mengkomodasi pembelajaran tematik-terpadu, keterpaduan lintas mata pelajaran, lintas aspek belajar, dan keragaman budaya.
- i. Menekankan penggunaan teknologi informasi dan komunikasi secara integratif, sistematis, dan efektif sesuai dengan situasi dan kondisi.

Komponen RPP terdiri atas: (a) identitas satuan pendidikan, (b) identitas mata pelajaran atau tema/subtema; (c) kelas/semester; (d) materi pembelajaran; (e) alokasi waktu yang ditentukan sesuai dengan keperluan untuk pencapaian KD dan beban belajar dengan mempertimbangkan jumlah jam pelajaran yang tersedia dalam silabus dan KD yang harus dicapai; (f) kompetensi dasar dan indikator pencapaian kompetensi; (g) materi pembelajaran, memuat fakta, konsep, prinsip, dan prosedur yang relevan; (h) metode pembelajaran, yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik dan KD yang akan dicapai; (i) media dan sumber pembelajaran yang digunakan untuk melaksanakan pembelajaran; (j) langkah-langkah pembelajaran yang dilakukan melalui tahapan pendahuluan, inti, dan penutup; dan (k) penilaian hasil pembelajaran memuat soal, kunci jawaban, pedoman skoring/rubrik. Komponen-komponen RPP secara operasional diwujudkan dalam bentuk format berikut ini.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah :
Mata pelajaran :
Kelas/Semester :
Materi Pembelajaran :
Alokasi Waktu :

- A. Kompetensi Inti (KI)
- B. Kompetensi Dasar
 - 1. KD pada KI-1
 - 2. KD pada KI-2
 - 3. KD pada KI-3
 - 4. KD pada KI-3
- C. Indikator Pencapaian Kompetensi*)
 - 1. Indikator KD pada KI-3
 - 2. Indikator KD pada KI-4
- D. Tujuan Pembelajaran
- E. Deskripsi Materi Pembelajaran (dapat berupa rincian, uraian, atau penjelasan materi pembelajaran)
- F. Pendekatan/model/metode pembelajaran
- G. Kegiatan Pembelajaran
 - 1. Pertemuan Pertama: (...JP)
 - a. Kegiatan Pendahuluan
 - b. Kegiatan Inti**)
 - Mengamati
 - Menanya
 - Mengumpulkan informasi
 - Menalar
 - Mengomunikasikan

- c. Kegiatan Penutup
- 2. Pertemuan Kedua: (...JP)
 - a. Kegiatan Pendahuluan
 - b. Kegiatan Inti**)
 - Sesuai sintak model pembelajaran yang digunakan
 - c. Kegiatan Penutup
- 3. Pertemuan seterusnya.
- H. Penilaian
 - 1. Teknik penilaian
 - 2. Instrumen penilaian dan pedoman penskoran
 - a. Pertemuan Pertama
 - b. Pertemuan Kedua
 - c. Pertemuan seterusnya
- I. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar
 - 1. Media/alat
 - 2. Bahan
 - 3. Sumber Belajar

- *) Pada setiap KD dikembangkan indikator atau penanda. Khusus KI-1 dan KI-2 tidak perlu dirumuskan indikatornya karena tidak ada KD nya. Indikator untuk KD yang diturunkan dari KI-3 dan KI-4 dirumuskan dalam bentuk perilaku spesifik yang dapat diamati dan terukur.
- **) Pada kegiatan inti, jika menggunakan pembelajaran saintifik, kelima pengalaman belajar tidak harus muncul seluruhnya dalam satu pertemuan tetapi dapat dilanjutkan pada pertemuan berikutnya, tergantung cakupan muatan pembelajaran. Jika menggunakan pendekatan/model yang lain menyesuaikan sintak/langkah-langkah pembelajarannya.

Tahapan pengembangan RPP pembelajaran tematik:

- a. Memilah dan memilih Kompetensi Dasar Mata pelajaran pada Silabus yang dapat dipadukan dalam tema tertentu untuk satu hari.
- b. Memilah dan memilih kegiatan-kegiatan di dalam silabus yang sesuai dengan KD
- c. Kegiatan dalam silabus yang disiapkan untuk 3 atau 4 minggu (tergantung dengan tema/subtema) perlu dipilah menjadi kegiatan untuk satu minggu, kemudian dipilah dan dipilih lagi untuk kegiatan satu hari.
- d. Dalam memilah dan memilih kegiatan dari silabus, guru perlu memperhatikan keterkaitan antara berbagai kegiatan dari beberapa mata pelajaran yang akan diintegrasikan sehingga pembelajaran berlangsung sesuai dengan alur.
- e. Menentukan Indikator pencapaian kompetensi berdasarkan kegiatan di silabus yang sudah dipilih.
- f. Di dalam menyusun RPP, selain menggunakan silabus, guru bisa menggunakan buku teks pelajaran dan buku guru serta hasil analisis KD dengan tema yang telah dilakukan.
- g. Di dalam menyusun RPP, guru harus memperhatikan alokasi waktu untuk setiap kegiatan dan kedalaman kompetensi yang diharapkan.
- h. Apabila kompetensi yang akan diberikan dalam suatu tema memerlukan kemampuan prasyarat yang belum pernah diajarkan, guru perlu mengajarkan kompetensi prasyarat terlebih dahulu.

H. Pelaksanaan Pembelajaran

1. Tahapan pelaksanaan pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran tematik terpadu setiap hari dilakukan dengan menggunakan tiga tahapan yaitu kegiatan pendahuluan, inti dan penutup.

a. Kegiatan Pendahuluan

Kegiatan ini dilakukan terutama untuk menyiapkan peserta didik secara psikis dan fisik untuk mengikuti proses pembelajaran; memberi motivasi belajar peserta didik secara kontekstual sesuai manfaat dan

aplikasi materi ajar dalam kehidupan sehari-hari, dengan memberikan contoh dan perbandingan lokal, nasional, dan internasional; mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang mengaitkan pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari; menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai; dan menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus.

Kegiatan ini dilakukan terutama untuk menciptakan suasana awal pembelajaran untuk mendorong peserta didik memfokuskan dirinya agar mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sifat dari kegiatan pembukaan adalah kegiatan untuk pemanasan. Pada tahap ini dapat dilakukan penggalian terhadap pengalaman anak tentang tema yang akan disajikan. Beberapa contoh kegiatan yang dapat dilakukan adalah bercerita, kegiatan fisik/jasmani sesuai dengan tema, bernyanyi, bernyanyi sambil menari mengikuti irama musik, dan menceritakan pengalaman.

b. Kegiatan inti

Kegiatan inti difokuskan pada kegiatan-kegiatan yang bertujuan untuk pengembangan sikap, pengetahuan dan keterampilan. Dalam rangka pengembangan Sikap, maka seluruh aktivitas pembelajaran berorientasi pada tahapan kompetensi yang mendorong peserta didik untuk melakukan aktivitas melalui proses afeksi yang dimulai dari menerima, menjalankan, menghargai, menghayati, hingga mengamalkan. Untuk kompetensi pengetahuan dilakukan melalui aktivitas mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, hingga mencipta. Untuk kompetensi keterampilan diperoleh melalui kegiatan mengamati, menanya, mencoba, menalar, menyaji, dan mencipta.

Seluruh isi materi (topik dan subtopik) mata pelajaran yang diturunkan dari keterampilan harus mendorong peserta didik untuk melakukan proses pengamatan hingga penciptaan. Untuk mewujudkan keterampilan tersebut perlu melakukan pembelajaran yang menerapkan modus belajar berbasis penyingkapan/penelitian

(*inquiry/discovery learning*) dan pembelajaran yang menghasilkan karya berbasis pemecahan masalah (*project based learning*). Seluruh aktivitas pembelajaran dalam kegiatan inti meliputi kegiatan mengamati, menanya, pengumpulan data, mengasosiasi, dan mengkomunikasikan.

c. Kegiatan Penutup

Sifat dari kegiatan penutup adalah untuk menenangkan dan melakukan refleksi dalam rangka evaluasi. Evaluasi yang dilakukan menghususkan pada seluruh rangkaian aktivitas pembelajaran dan hasil-hasil yang diperoleh dan yang selanjutnya secara bersama menemukan manfaat langsung maupun tidak langsung dari hasil pembelajaran yang telah berlangsung; Kegiatan penutup juga dimaksudkan untuk memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran; melakukan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pemberian tugas, baik tugas individual maupun kelompok; dan menginformasikan rencana kegiatan pembelajaran untuk pertemuan berikutnya. Beberapa contoh kegiatan akhir/penutup yang dapat dilakukan adalah menyimpulkan/mengungkapkan hasil pembelajaran yang telah dilakukan, pesan-pesan moral, musik/apresiasi musik/bernyanyi.

2. Prinsip Pelaksanaan Pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran Tematik terpadu memperhatikan hal-hal sebagai berikut.

a. Berpusat pada peserta didik

Pembelajaran tematik berpusat pada peserta didik (*student centered*), hal ini sesuai dengan pendekatan belajar modern yang lebih banyak menempatkan peserta didik sebagai subjek belajar sedangkan guru lebih banyak berperan sebagai fasilitator.

b. Bersifat fleksibel

Pembelajaran tematik bersifat luwes. Guru dapat mengaitkan materi dari satu mata pelajaran dengan mata pelajaran yang lainnya, bahkan mengaitkannya dengan keadaan lingkungan di mana sekolah dan peserta didik berada.

c. Pembelajaran sesuai dengan minat dan kebutuhan peserta didik

Peserta didik diberi kesempatan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki sesuai dengan minat dan kebutuhannya.

d. Menggunakan prinsip belajar yang menyenangkan

Suasana dalam pembelajaran diupayakan berlangsung secara menyenangkan. Menyenangkan bisa dibangun dengan berbagai kegiatan yang bisa mengakomodasi kegemaran peserta didik, misal bermain teka-teki, tebak kata, bernyanyi lagu anak-anak, menari atau kegiatan lain yang disepakati bersama dengan peserta didik. Menyenangkan tidak dimaksudkan banyak tertawa atau banyak bernyanyi. Menyenangkan lebih dimaksudkan 'mengasyikkan'.

e. Pembelajaran peserta didik aktif

Peserta didik terlibat baik fisik maupun mental dalam proses pembelajaran sejak perencanaan hingga evaluasi pembelajaran.

I. Pendekatan Pembelajaran

Pembelajaran tematik terpadu perlu memperhatikan pendekatan, strategi, model dan metode pembelajaran. Pendekatan dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Pendekatan yang berpusat pada pendidik menurunkan strategi pembelajaran langsung (*direct instruction*), pembelajaran deduktif atau pembelajaran ekspositori. Sedangkan, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada peserta didik menurunkan strategi pembelajaran discovery dan inkuiri serta strategi pembelajaran induktif (Sanjaya, 2008). Strategi suatu seni menggunakan kecakapan dan sumber daya untuk mencapai sarannya melalui hubungan yang efektif dengan lingkungan dan kondisi yang paling menguntungkan. Model pembelajaran adalah rencana (pola) yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum, merancang bahan-bahan pengajaran dan membimbing pengajaran. Sedangkan Metode merupakan jabaran dari pendekatan. Satu pendekatan dapat dijabarkan ke dalam berbagai metode. Metode adalah prosedur pembelajaran yang difokuskan ke pencapaian tujuan.

Di dalam Kurikulum 2013 Pendekatan pembelajaran menggunakan pendekatan tematik terpadu dan pendekatan saintifik. Strategi pada pembelajaran tematik terpadu adalah pembelajaran peserta didik aktif. Model pembelajaran tematik terpadu menggunakan model jaring laba-laba. Metode berupa metode proyek yang pembelajarannya dilakukan di dalam atau di luar ruang kelas yang melibatkan peserta didik untuk melakukan kegiatan yang mengintegrasikan berbagai kompetensi dan mata pelajaran. Kegiatan tersebut harus melibatkan berbagai keterampilan seperti keterampilan fisik, intelektual dan juga mata pelajaran dan kompetensinya yang mencakup sikap, pengetahuan dan keterampilan. Implementasi pembelajaran terpadu dilaksanakan dalam tahapan pembukaan, inti dan penutup. Pada kegiatan inti seluruh aktivitas pembelajaran meliputi kegiatan mengamati, menanya, pengumpulan data, mengasosiasi, dan mengomunikasikan.

Dalam kegiatan mengamati (*observing*) peserta didik menangkap fenomena dan/atau informasi tentang benda, manusia, alam, kegiatan, dan gagasan melalui proses pengindraan seketika dan/atau pengindraan bertujuan. Misalnya: melihat, mendengar, menyimak, meraba, membaca, memanipulasi. Kegiatan menanya mendorong Peserta didik mengajukan pertanyaan dari yang bersifat faktual sampai ke yang bersifat hipotesis, diawali dengan bimbingan guru sampai bersifat mandiri (menjadi suatu kebiasaan) untuk menggali informasi dan/atau makna sesuatu melalui proses bertanya dialektis (*dialectical questioning*) dengan mengajukan sejumlah pertanyaan pelacak (*probing question*), misalnya mengajukan pertanyaan: Apa, Dimana, Siapa, Kapan, Mengapa, Bagaimana, Berapa, dan seterusnya.

Kegiatan mengasosiasi/menalar menekankan aktivitas belajar bagi Peserta didik untuk melakukan proses pemahaman (*comprehension*) untuk memperoleh/ mendapatkan makna/ pengertian tentang fakta, gejala, kegiatan, gagasan, nilai dll (*acquiring and integrating knowledge*) melalui kegiatan: membedakan, membandingkan, menganalisis data dalam bentuk membuat kategori, menentukan

hubungan data/ kategori, menyimpulkan dari hasil analisis data dll dimulai dari *unstructured – unistruktur – multi structure – complicated structure*.

Kegiatan mengomunikasikan menekankan aktivitas belajar Peserta didik untuk menyajikan gagasan, model/produk kreatif dan memberikan penjelasan/mendemonstrasikan hasil pemecahan masalah, pengembangan, gagasan baru, kesimpulan dalam bentuk lisan, tulisan, diagram, bagan, gambar atau media lainnya di kelas/di luar kelas.

Dalam melaksanakan kegiatan dengan pendekatan saintifik tersebut, pendidik perlu menyiapkan berbagai kegiatan yang sesuai dengan karakteristik anak usia SD. Gambaran perkembangan anak usia SD untuk aspek fisik khususnya pada dimensi tinggi dan berat badan pada umumnya menurut F.A.Hadis, pertumbuhan fisik anak usia SD cenderung lebih lambat dan konsisten bila dibandingkan dengan masa usia dini. Rata-rata anak usia SD mengalami penambahan berat badan sekitar 2,5 - 3,5 kg dan penambahan tinggi badan 5-7 cm per tahun. Sedangkan untuk perkembangan kemampuan motorik pada umumnya: (1) Ketangkasan anak meningkat, (2) Dapat bermain sepeda, (3) Sudah mengetahui kanan dan kiri, (4) Mulai membaca dengan lancar, (5) Peningkatan minat pada bidang spiritual, (6) Kecepatan dan kehalusan aktivitas motorik meningkat, dan (7) Mampu menggunakan peralatan rumah tangga

Adapun perkembangan kognitif anak usia awal antara lain: (1) Senang menghasilkan sesuatu dan mengoreksi diri sendiri, (2) Mulai mengenal dunia yang lebih luas, (3) Sedikit berimajinasi, (4) Rasa ingin tahu meningkat, (5) Mampu beradaptasi dengan beberapa kondisi yang dihadapi, dan (6) Bermasalah dengan kondisi abstrak, angka-angka yang banyak, periode waktu dan ruang

Selanjutnya, karakteristik yang dimiliki anak-anak usia Sekolah Dasar pada umumnya meliputi:

1. Senang bergerak. Berbeda dengan orang dewasa yang betah duduk berjam-jam, anak-anak usia SD lebih senang bergerak. Anak-anak usia ini dapat duduk dengan tenang maksimal sekitar 30 menit.

- 2. Senang bermain.** Dunia anak memang dunia bermain yang penuh kegembiraan, demikian juga dengan anak-anak usia sekolah dasar, mereka masih sangat senang bermain. Apalagi anak-anak SD kelas rendah.
- 3. Senang melakukan sesuatu secara langsung.** Anak-anak usia SD akan lebih mudah memahami pelajaran yang diberikan guru jika ia dapat mempraktikkan sendiri secara langsung pelajaran tersebut.
- 4. Senang bekerja dalam kelompok.** Pada usia SD, anak-anak mulai intens bersosialisasi. Pergaulan dengan kelompok sebaya, akan membuat anak usia SD bisa belajar banyak hal, misalnya setia kawan, bekerja sama, dan bersaing secara sehat.

BAB 4

PERENCANAAN PEMBELAJARAN KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

elah menjadi keyakinan umum bahwa aktivitas olahraga syarat dengan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kepemimpinan. Karakter merupakan sebuah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), integritas (*integrity*) (Weinberg & Gould, 2003). Semua nilai-nilai tersebut ditanamkan melalui ketaatan atau kepatuhan seseorang dalam berkompetisi sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku pada cabang olahraga yang digelutinya. Di dalam peraturan permainan melekat semangat keadilan dan tuntutan kejujuran para pelaku olahraga saat menjalankan pertandingan.

Bahkan ada ungkapan yang sudah menjadi keyakinan sejarah dari waktu ke waktu: *Sport build character* (Maksum, 2005; 2002). Kofi Anan, mantan Sekjen PBB pernah mengatakan: *Sport teaches life skill - sport remains the best school of life* (United Nation, 2003). *United Nations* melalui *Task force on Sport for Development and Peace* menyatakan bahwa olahraga merupakan instrumen yang efektif untuk mendidik kaum muda, terutama dalam hal nilai-nilai (lihat tabel 2.2). Sejak tahun 2000, *United Nations* mengembangkan program yang disebut *Young Education through Sport*, sebuah model program olahraga dan pendidikan bagi kaum muda. Sebagai *pilot project*, program ini telah dilakukan di Zimbabwe, mencakup 10 propinsi dengan 25 ribu partisipan (United Nations, 2003).

Kebanyakan orang sepertinya meyakini bahwa berpartisipasi dalam program aktivitas jasmani mengembangkan karakter secara otomatis, meningkatkan alasan-moral, dan mengajarkan nilai dari ciri-ciri olahragawan sejati, tetapi sedikit bukti bahwa itu semua membangun karakter Hodge (1989 dalam Gould, 2003). Partisipasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga tidak secara otomatis menghasilkan orang yang baik atau jahat. Karakter tidak datang dengan sendirinya, tetapi diajarkan

dalam program pendidikan jasmani dan olahraga. Dan pengajaran alasan-moral dan nilai-nilai olahraga itu melibatkan penggunaan strategi tertentu yang sistematis.

A. Pendekatan *Social Learning* dalam Pengembangan Karakter dan Nilai-Nilai Olahraga

Meskipun banyak orang berbeda pandangan tentang bagaimana mengembangkan karakter dan nilai-nilai olahraga, tetapi paling tidak ada tiga pendekatan yang sering digunakan untuk dapat menjelaskannya, yaitu: pendekatan belajar sosial (*social learning*), pengembangan struktural, dan pendekatan sosial psikologikal (Gould, 2003).

1) Pendekatan Belajar Sosial (*Social Learning Approach*)

Perilaku agresi dan pengembangan karakter berkaitan satu sama lain, dan dapat dijelaskan melalui teori yang sama. Berdasarkan pendekatan belajar sosial, seperti yang dikemukakan oleh Albert Bandura (1977), sikap dan perilaku olahragawan sejati dipelajari melalui pemodelan atau belajar observasional, penguatan, dan perbandingan sosial (Lihat Tabel 4.1). Pendekatan ini menunjukkan bahwa riwayat belajar sosial seseorang menentukan tingkatan olahragawan-nya.

Tabel 4.1.

Komponen-komponen Teori Belajar Sosial

Teori Belajar Sosial	Pengertian
Pemodelan atau Belajar Observasional	Belajar melalui apa yang dilakukan dan tidak dilakukan orang lain
Penguatan (Reinforcement)	Pemberian penguatan atau hukuman atas tindakan yang dilakukan
Perbandingan Sosial	Menunjukkan perilaku sesuai dengan perilaku temannya atau perbandingan kelompok

Sebagai contoh, melalui pengamatan bahwa seorang siswa akan terhormat ketika melaporkan jumlah capaian skor sit-up kepada instruktur. Ahmad seorang siswa yang sedang belajar pendidikan jasmani berlatih sit-up dan kebugaran jasmani. Ahmad mengingkingkan perhatian dan penilaian positif dari guru pendidikan jasmaninya. Perilaku Ahmad ini dilihat oleh teman-teman sekelasnya, dan mereka semua

menginginkan hal yang sama mendapat penilaian dan perhatian positif dari gurunya. Guru pendidikan jasmani mencatat semua hal baik yang dilakukan para muridnya dan menguatkan dan menghargai segala perbuatan positif yang dilakukan para muridnya itu. Lingkungan belajar seperti inilah akan dapat membangun karakter.

2) Pendekatan Perkembangan-Struktural (*Structural-Development Approach*)

Berbeda dengan pendekatan belajar sosial, yang menekankan pada pemodelan, penguatan, dan perbandingan sosial, pendekatan perkembangan struktural menekankan pada bagaimana perubahan secara psikologikal dan perkembangan ketika siswa itu berinteraksi dengan pengalaman-pengalaman lingkungan untuk membentuk alasan-moral (*moral reasoning*) (Weiss & Bredemeier, 1991 dalam Gould, 2003). Dalam hubungan ini, para ahli psikologi olahraga mengajukan beberapa istilah yang tercakup dalam pendekatan perkembangan struktural ini, yaitu perkembangan moral (*moral development*), alasan-moral (*moral reasoning*), dan perilaku moral (*moral behavior*). Tetapi perlu dicatat bahwa moral yang dimaksud disini adalah moral yang tidak ada implikasinya dengan nilai-nilai keagamaan.

Alasan Moral adalah proses keputusan ketika seseorang menentukan mana yang benar atau mana yang salah dari suatu tindakan tertentu. Karena itu, alasan moral memfokuskan pada bagaimana keputusan seseorang memutuskan beberapa tindakan tertentu. Sebagai contoh; membantu pemain yang terkena cedera ketika sedang bermain sepakbola dengan cara menghentikan permainan dengan cara menendang bola ke luar lapangan secara sengaja apakah perbuatan benar atau salah. Dengan kata lain dalam pembelajaran peserta didik perlu didorong untuk dapat menemukan alasan-alasan yang melandasi keputusan moral yang tujuannya untuk mengontrol tindakan.

Hal ini diperlukan agar seseorang dapat benar-benar memahami keputusan moral yang diambilnya, dapat mengidentifikasi alasan yang baik yang harus diterima dan alasan yang tidak baik yang harus ditolak atau diubah. Peserta didik harus dapat merumuskan perubahan yang perlu dilakukan. Alasan yang baik adalah yang memberikan kontribusi

dalam mengatasi situasi yang problematik. Cara ini memungkinkan perkembangan intelektual, menumbuhkan kebebasan berpikir, serta dapat memadukan proses dan hasil pendidikan secara harmonis. Berkaitan dengan hal ini Darmiyati Zuchdi (2008) menjelaskan bahwa fungsi lembaga pendidikan adalah menciptakan *setting sosial* yang memungkinkan implementasi pengetahuan untuk memecahkan masalah yang ada dalam masyarakat, selanjutnya yang terpenting adalah memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari dan berlatih menentukan pilihan moral yang begitu beragam di Indonesia.

Perkembangan Moral adalah proses pengalaman dan pertumbuhan melalui kemampuan perkembangan seseorang untuk memberikan alasan bermoral. Sebagai contoh, dalam perencanaan pengajaran pendidikan jasmani, guru pendidikan jasmani mengharapkan para siswanya mendapatkan pengalaman dan perubahan perkembangan kognitif sehingga siswa mampu menentukan tindakan yang benar dan yang salah. Konsepsi moralitas perlu diintegrasikan dengan pengalaman dalam kehidupan sosial. Pemikiran moral dapat dikembangkan antara lain dengan dilema moral, yang menuntut kemampuan peserta didik untuk mengambil keputusan dalam kondisi yang sangat dilematis. Dengan cara ini, pemikiran moral dapat berkembang dari tingkat yang paling rendah yang berorientasi pada kepatuhan pada otoritas karena takut akan hukuman fisik, ke tingkat-tingkat yang lebih tinggi, yaitu berorientasi pada pemenuhan keinginan pribadi, loyalitas pada kelompok, pelaksanaan tugas dalam masyarakat sesuai dengan peraturan atau hukum, sampai yang paling tinggi, yaitu mendukung kebenaran atau nilai-nilai hakiki, khususnya mengenai kejujuran, keadilan, penghargaan atas hak asasi manusia, dan kepedulian sosial.

Perilaku Moral adalah tindakan perilaku yang terjadi benar atau salah. Dengan demikian, alasan-moral hasil dari pengalaman individual, dan perkembangan serta pertumbuhan siswa dan psikologikal yang memandu perilaku moral. Lebih lanjut, alasan moral adalah sekumpulan rentetan prinsip umum etika yang mendasari tindakan khusus secara situasional. Para pengembangan struktural menekankan bahwa kemampuan untuk memberikan alasan secara bermoral bergantung pada tingkatan kognitif dan perkembangan mental orang yang bersangkutan

(misal, kemampuan anak untuk berpikir secara konkrit atau abstrak). Alasan dan perilaku moral bergantung pada tingkatan perkembangan kognitif individu itu (Gould, 2003). Namun demikian Darmiati Zuchdi (2008) menjelaskan bahwa tindakan moral (perilaku moral) yang selaras dengan pemikiran moral (perkembangan kognitif) hanya mungkin dicapai lewat pencerdasan emosional dan spiritual serta pembiasaan. Sebagai contoh, seseorang yang mengerti bahwa budaya potong kompas dalam mencapai prestasi adalah tindakan yang tidak terpuji, tetap saja melakukan tindakan tercela tersebut apabila tidak sensitif terhadap penderitaan orang lain akibat tindakannya dan lemah iman.

3) Pendekatan Sosial-Psikologikal (*Social-Psychological Approach*)

Vallerand, dkk. (1997) dalam Gould (2003) menawarkan pendekatan ketiga untuk mengajarkan moralitas dalam aktivitas jasmani. Secara khusus, Vallerand menyarankan menggunakan pendekatan social-psikologikal yang lebih luas. Maksudnya adalah melihat moralitas dan karakter yang melekat pada diri seseorang dalam pendekatan perkembangan-struktural (social, tingkatan perkembangan moral seseorang) ditambah rentang keluasan sosial-faktor sosial (sosial, tipe orang, tingkatan olahraga kompetitif, tekanan dari guru atau pelatih) yang sejalan dengan pemodelan, penguatan, dan perbandingan sosial dalam pendekatan belajar sosial. Hal penting yang perlu diperhatikan adalah bahwa agen-agen sosial (seperti: orang tua, guru dan pelatih) memberikan pelabelan atau pendefinisian olahragawan sejati. Dengan demikian, Vallerand menyarankan untuk melihat karakter dari pandangan yang lebih kompleks, perspektif personal dan sosial-faktor situasional yang menentukan ciri-ciri olahragawan sejati.

Perkembangan karakter berkembang dari keputusan seseorang tentang benar atau salah dari tindakan minat orang itu dengan keterlibatan minat mutual. Karena itu, penting mempertimbangkan sikap, nilai-nilai, dan norma-norma budaya dari kelompok atau individu tertentu, dan tahapan alasan-moral dalam upaya memahami bagaimana meningkatkan perkembangan karakter dan ciri-ciri olahragawan sejati. Ini berarti, nampaknya mengambil keuntungan dari apa yang telah dipelajari melalui pendekatan belajar sosial dan perkembangan sosial, sehingga

menjadi pendekatan sosial-psikologikal.

B. Strategi Untuk Meningkatkan Pengembangan Karakter Pendidikan Jasmani.

Pendekatan Belajar Sosial, Pengembangan Struktural, dan Sosial-Psikologikal telah memberikan landasan pemahaman ciri-ciri olahragawan sejati dan pengembangan karakter. Sembilan strategi telah dikembangkan dari ketiga pendekatan di atas, dan berikut dijelaskan bagaimana ke-sembilan strategi itu dapat mengembangkan karakter.

1) Rumuskan dan Tuangkan dengan Jelas Ciri-Ciri Olahragawan Sejati

Definisi universal olahragawan sejati dalam program pendidikan jasmani atau olahraga akan menyebabkan guru pendidikan jasmani dan olahraga tidak dapat merumuskan dengan jelas dan dapat diterima mana perilaku yang baik dan mana perilaku yang tidak baik. Namun demikian, guru dapat merumuskan dengan jelas ciri-cirinya seperti dituangkan dalam Tabel 4.2 terutama perilaku-perilaku yang menandakan nilai-nilai olahraga.

Tabel 4.2.

Program Ciri-ciri olahragawan sejati olahraga usia dini

Konsentrasi Perilaku	Perilaku Olahragawan Sejati	Perilaku Non-Olahragawan Sejati
Perilaku terhadap Wasit dan Panitia	Mengajukan pertanyaan secara baik, menugaskan kapten untuk mengajukan pendapat	Menghina wasit Beradu pendapat terhadap panitia
Perilaku terhadap lawan bertanding	Memperlakukan lawan secara penuh respek dan layak.	Melakukan perbuatan sarkastik terhadap lawan Melakukan perilaku agresi terhadap lawan
Perilaku terhadap teman satu regu	Hanya memberikan kritik konstruktif dan gubahan positif	Membuat komentar negatif menghina teman

Konsentrasi Perilaku	Perilaku Olahragawan Sejati	Perilaku Non-Olahragawan Sejati
Perilaku terhadap penonton	Hanya membuat komentar positif terhadap penonton	Beradu pendapat terhadap penonton mengejek penonton
Aturan dan Peraturan yang disepakati	Mengikuti aturan dari Badan Liga Keolahragaan	Mengambil keuntungan dari aturan yang diberlakukan.

2) Perkuat dan Gugah Perilaku-Perilaku Yang Mencirikan Olahragawan Sejati.

Sangatlah penting untuk menggugah dan memperkuat perilaku-perilaku atau sikap yang telah dirumuskan dalam program ciri-ciri olahragawan sejati. Sebaliknya berikan hukuman dan penekanan pada perilaku-perilaku yang tidak tepat. Penting untuk melakukan penguatan dan hukuman terhadap perilaku yang positif dan negati secara konsisten.

3) Pemodelan Perilaku-Perilaku Baik dan Tepat

Identifikasi perilaku-perilaku yang diinginkan dan contohkan dalam pemodelan pada segala tindakan-tindakan yang dilakukan. Karena perilaku lebih berarti daripada hanya sekedar kata-kata verbal, maka penting dalam setiap kegiatan olahraga dan latihan memberikan atau menunjukkan melalui pemodelan dari ciri-ciri olahragawan sejati yang dimaksud. Sering kali didengar, mudah dikatakan tetapi sukar dilakukan. Tentu setiap orang mudah melakukan kesalahan. Karena itu, ketika seseorang melakukan kekeliruan perlu segera mengakui kesalahan itu dan meminta maaf atas kekeliruan yang dilakukan.

4) Menjelaskan Mengapa Perilaku Tertentu Baik dan Dapat Diterima

Hanya jika orang telah terinternalisasi prinsip panduan moral dapat menentukan salah atau benar sehingga dapat secara konsisten berperilaku baik dalam berbagai situasi dan kondisi. Karena itu penting, untuk memasukkan secara rasional berbagai komponen olahragawan sejati.

Rasional memberikan penjelasan yang didasarkan pada elemen dasar tingkat alasan-moral, seperti: altruisme dan keseimbangan moral yang didasarkan pada kesepakatan mutualisme (Weiss, 1987 dalam Gould, 2003). Sangat penting untuk senantiasa memberikan rasionalisasi semua tindakan secara reguler kepada para peserta. Sebagai contoh, jika beberapa siswa merasa kurang terampil melakukan permainan dalam kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga, maka yakinkan bahwa secara inklusi atas ketidakmampuan itu dalam beberapa alasan sebelum dilakukan keputusan (misal: penting untuk mengetahui semua alasan di balik suatu tampilan tugas gerak yang dilakukan siswa). Berikan penjelasan secara rasional atas semua tindakan benar atau salah para siswa.

Sangatlah penting menekankan alasan di balik suatu tindakan. Kemampuan untuk menjustifikasi mulai berkembang pada usia 7 atau 8 tahun (Marten, 1982 dalam Gould, 2003). Pada anak usia 10 tahun dapat ditekankan pada pengambilan peran. Kemudian, pada tingkatan empati tertinggi kemampuan dua orang anak untuk melakukan perspektif satu sama lain bisa dilakukan ketika memutuskan bagaimana melakukan suatu tindakan.

5) Diskusikan Dilema Moral dan Pilihan-Pilihan

Untuk terjadinya efektivitas pendidikan moral, partisipan harus terlibat dalam dialog diri dan diskusi kelompok tentang dilema moral dan pilihan-pilihan. Suatu dilema moral membutuhkan partisipan untuk memutuskan apakah suatu tindakan moral benar atau salah. Diskusi dapat berlangsung dalam berbagai cara pandang yang mungkin atau tidak mungkin bertentangan dengan aturan.

6) Membangun Dilema Moral dan Pilihan-Pilihan ke dalam Situasi Praktik

Setelah beberapa pemain mencoba memecahkan dilema, ikuti dengan diskusi alasan moral yang melandasinya. Strategi ini untuk meningkatkan pengembangan karakter dan ciri olahragawan sejati membutuhkan waktu, perencanaan, dan usaha. Untuk pengaruh optimal, para siswa harus mengulanginya secara konsisten sepanjang waktu, tidak hanya satu atau dua kali ketika para siswa dihadapkan pada suatu masalah.

7) Mengajarkan Strategi Belajar Kooperatif

Meskipun kompetisi dan kooperatif penting untuk pengembangan optimal motivasi berprestasi. Anak-anak di Amerika Serikat lebih cenderung menyukai sifat kompetisi daripada kooperatif. Oleh karena itu, dalam pengajaran aktivitas jasmani para siswa harus dibelajarkan melalui strategi belajar kooperatif. Miller dkk. (1997 dalam Gould, 2003) juga menyebutkan bahwa kemampuan untuk belajar secara kooperatif adalah penting dalam pengembangan karakter. Cara belajar kooperatif ini melibatkan penggunaan tingkatan tujuan dalam suatu permainan.

8) Menciptakan Suasana Motivasional Berorientasi Tugas Gerak

Penciptaan suasana motivasional berorientasi pada tugas gerak memaksa siswa terfokus pada tugas daripada ego-nya sendiri, sehingga dapat menjustifikasi kemampuan dirinya sendiri atas dasar penampilannya daripada melalui peningkatan perbandingan secara sosial. Sangatlah mudah mengajarkan ciri-ciri olahragawan sejati dan kompetisi dengan cara ditekankan secara berulang. Namun demikian, ini bukan berarti bahwa karakter tidak dapat dikembangkan melalui suasana kompetitif, hanya jika keuntungan untuk menirukan upaya pengembangan kearah pengembangan karakter dalam suatu suasana motivasional berorientasi pada tugas gerak. Ketika seorang pemain mengembangkan karakter yang baik, kompetisi kemungkinan justru menjadi ujian pertama apakah dia mampu mempertahankan dan mengembangkan nilai-nilai yang diyakininya itu.

9) Pemindahan *Power* (Kekuatan) dari Pemimpin ke Partisipan

Pengembangan karakter dapat dipicu dengan baik pada lingkungan yang secara progresif memindahkan power (kekuatan) dari seorang pemimpin (Kapten) ke bawahan (partisipan/pemain). Hellison dan Templin (1991 dalam Gould, 2003). Sebagai contoh, seperti telah dikembangkan oleh Hellison bagaimana mengajarkan sikap tanggungjawab melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Pertama, secara realistik pengajaran diawali dari sikap tidak bertanggungjawab, membantu mereka untuk dapat mengendalikan diri, pengendalian diri ini dikembangkan melalui tahapan keterlibatan mereka, penerahan diri, dan akhirnya didapatkan

sikap kepedulian untuk bertanggungjawab atas segala tindakan yang dilakukannya.

Selain itu Marten (2004) mengusulkan strategi pembelajaran karakter yang efektif, yakni secara lebih konkrit. Ada tiga tahapan yang perlu dilakukan dalam pembelajaran karakter, yakni: (1) identifikasi nilai, (2) pembelajaran nilai, dan (3) memberikan kesempatan untuk menerapkan nilai tersebut.

1. Identifikasi Nilai

Identifikasi nilai terkait dengan nilai-nilai moral apa saja yang sekurang-kurangnya harus dimiliki oleh individu (baca: peserta didik). Dalam realitas kehidupan, ada sejumlah nilai yang terkonstruksi di dalam masyarakat, yang sangat boleh jadi antara masyarakat yang satu dengan yang lain berbeda. Ada kalanya konstruksi nilai dipengaruhi oleh kultur tempat nilai tersebut dibentuk. Karena itu, untuk menghindari pemahaman yang berbeda atas suatu nilai, perlu diidentifikasi dulu nilai-nilai yang berlaku universal atau yang ditargetkan.

2. Pembelajaran Nilai

Setelah proses identifikasi nilai dilakukan dan ditemukan nilai moral yang ditargetkan, nilai moral tersebut selanjutnya ditanamkan kepada peserta didik melalui langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menciptakan lingkungan yang memungkinkan nilai-nilai moral tersebut diterapkan. Peran ini begitu penting dilakukan oleh pendidik dalam rangka membangun kesamaan wawasan mencapai tujuan, menciptakan iklim moral bagi peserta didik.
- b. Adanya keteladanan atau model perilaku moral. Menunjukkan perilaku bermoral memiliki dampak yang lebih kuat daripada berkata-kata tentang moral. *One man practicing good sportmanship is better than fifty others preaching it.*
- c. Menyusun aturan atau kode etik berperilaku baik. Peserta didik perlu mengetahui apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan. Artinya, ada pemahaman yang sama terkait dengan perilaku moral.
- d. Menjelaskan dan mendiskusikan perilaku bermoral. Ketika usia anak-anak, belajar perilaku moral dilakukan dengan cara imitasi dan praktik

tanpa harus mengetahui alasan mengapa hal itu dilakukan atau tidak dilakukan. Memasuki usia remaja dan dewasa, kemampuan bernalarnya telah berkembang. Karena itu, perlu ada penjelasan dan bila perlu ada proses diskusi untuk sampai pada pilihan perilaku moral yang diharapkan.

- e. Menggunakan dan mengajarkan etika dalam pengambilan keputusan. Individu acapkali dihadapkan pada pilihan-pilihan yang harus diambil keputusannya. Mengambil keputusan adalah proses mengevaluasi tindakan-tindakan dan memilih alternatif tindakan yang sejalan dengan nilai moral tertentu.
- f. Mendorong individu peserta didik mengembangkan nilai yang baik. Pendidik perlu menciptakan situasi dan menginspirasi peserta didik untuk menampilkan perilaku moral. *A mediocre teacher tells, a good teacher explains, a superior teacher demonstrates, and the great teacher inspires.*

3. Penerapan Nilai

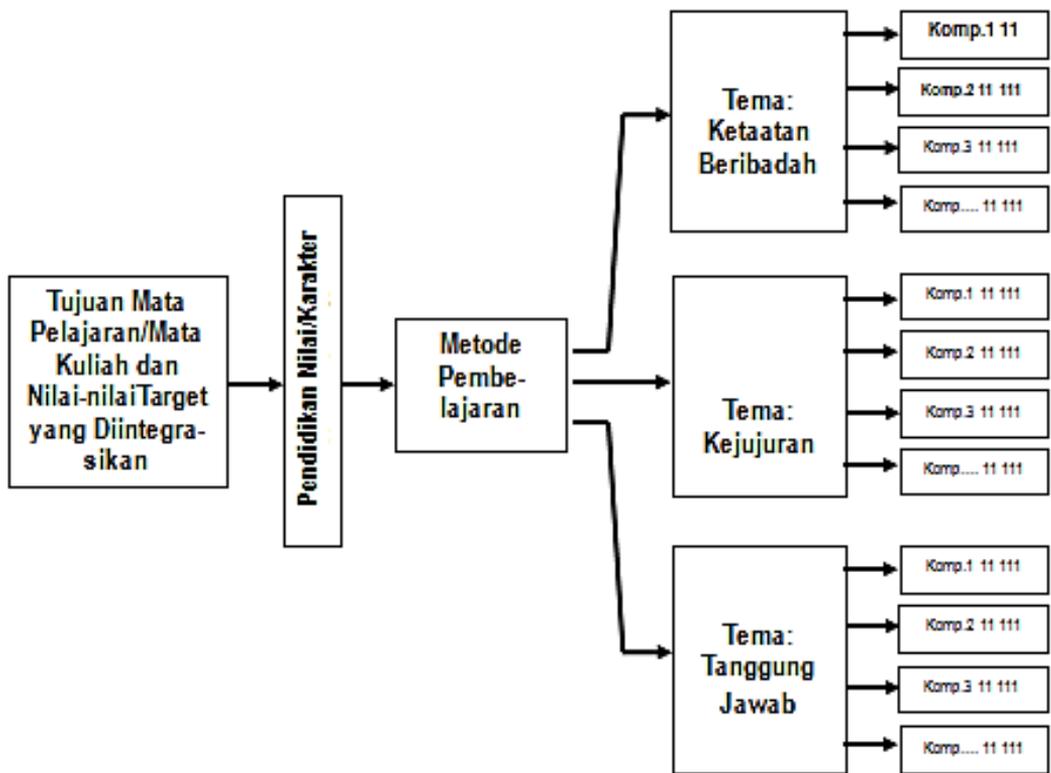
Setelah pengajaran nilai dilakukan, tahap ketiga yang perlu dilakukan adalah memberikan kesempatan untuk mengaplikasikannya. Hal terpenting bertalian dengan penerapan nilai adalah konsistensi antara apa yang diajarkan dengan apa yang diterapkan. Artinya, apa yang dikatakan harus berbanding lurus dengan apa yang dilakukan, baik pada lingkungan kampus maupun dalam keluarga dan masyarakat.

Terkait dengan penerapan nilai, ada dua model yang dapat diaplikasikan. *Pertama*, membentuk kebiasaan rutin yang bermuatan nilai-nilai moral. *Kedua*, memberikan *reward* bagi peserta didik yang menampilkan perilaku bernilai moral. Menanamkan dan membentuk nilai moral memang tidak secepat mengajarkan keterampilan seperti menendang atau memukul bola. Untuk hal tersebut dibutuhkan proses yang relatif panjang, konsisten, dan tidak sekali jadi. Bisa jadi peserta didik belum sepenuhnya menampilkan perilaku bernilai moral sebagaimana yang diinginkan. Karena itu, penghargaan tidak harus diberikan ketika peserta didik mengakhiri serangkaian kegiatan, melainkan juga dalam proses “menjadi”. Penghargaan dapat diberikan

dalam berbagai bentuk. Misalnya, dalam bentuk sertifikat, stiker, peran tertentu seperti mentor bagi temannya, dan lain sebagainya.

Menurut Darmiyati Zuchdi (2008) supaya pendidikan moral/nilai (pendidikan karakter) tidak bersifat indoktrinatif, peserta didik perlu didorong untuk dapat menemukan alasan-alasan yang mendasari **keputusan moral**. Tujuannya untuk mengembangkan kemampuan mengontrol tindakan yang diperlukan agar seseorang dapat benar-benar memahami keputusan moral yang diambilnya, dapat mengidentifikasi alasan yang baik yang harus diterima dan alasan yang tidak baik yang harus ditolak atau diubah. Pada akhirnya peserta didik harus mampu merumuskan perubahan yang perlu dilakukan. Pembelajaran mestinya menciptakan *setting* sosial yang memungkinkan implementasi pengetahuan yang diperoleh untuk memecahkan masalah yang ada dalam masyarakat. Selanjutnya pendidikan moral/nilai hendaknya difokuskan pada kaitan antara **pemikiran moral** (*moral thinking*) dan **tindakan bermoral** (*moral action*). Konsep moralitas perlu diintegrasikan dengan pengalaman dalam kehidupan sosial. Pemikiran moral dapat dikembangkan antara lain dengan **dilema moral** yang menuntut kemampuan untuk mengambil keputusan dalam situasi yang sangat dilematis. **Tindakan moral** yang selaras dengan pemikiran moral hanya mungkin dicapai melalui pencerdasan emosional dan spiritual serta pembiasaan.

Pengintegrasian pendidikan karakter dalam pembelajaran memerlukan model pembelajaran untuk mengkonstruksi penanaman nilai atau karakter yang diharapkan. Untuk memudahkan pendidik dalam melakukan pengintegrasian pendidikan karakter dalam pembelajaran, ditawarkanlah sebuah model yang bisa diacu dan dimodifikasi oleh pendidik baik di sekolah maupun di perguruan tinggi. Model pendidikan karakter dengan pendekatan komprehensif, terintegrasi dalam pembelajaran disajikan secara visual dalam gambar di bawah ini.



Gambar 4.1.

Pengintegrasian Pendidikan Karakter dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia dengan Metode Komunikatif
(Sumber: Marzuki, 2012)

C. Pengintegrasian Pendidikan Karakter Dalam Pembelajaran

Implementasi pendidikan karakter idealnya dimulai secara serentak pada pembelajaran semua mata pelajaran, semua kegiatan pembinaan minat dan bakat, dan pengelolaan semua bidang. Namun demikian, disadari bahwa memulai implementasi secara serentak tersebut bukan sesuatu yang mudah. Kondisi sumber daya manusia dan sumber daya lainnya sangat mempengaruhi kesiapan sekolah/PT mengimplementasikan pendidikan karakter. Oleh karenanya, implementasi pendidikan karakter secara terintegrasi dapat dimulai dari beberapa mata pelajaran, sejumlah kegiatan kesiswaan/kemahasiswaan, dan pengelolaan beberapa bidang organisasi Sekolah/PT.

Salah satu prinsip yang diterapkan dalam merancang pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah/PT adalah prinsip partisipatif. Semua warga sekolah/PT perlu dilibatkan dalam membuat rancangan. Mereka dilibatkan dalam memutuskan apakah pendidikan karakter serentak dimulai pada semua mata pelajaran, kegiatan pembinaan kesiswaan manajemen sekolah/PT ataukah dimulai pada sebagian saja. Bila dimulai pada beberapa saja, mereka dilibatkan dalam mengidentifikasi dan menetapkan mata pelajaran, kegiatan pembinaan kesiswaan, dan bidang organisasi sekolah/PT yang implementasinya paling awal. Selanjutnya perlu didengar gagasan-gagasan mereka mengenai tahapan-tahapan implementasi yang layak dan kegiatan-kegiatan dan/atau sumber daya pendukung apa saja yang perlu ada agar implementasi berjalan dengan baik.

Pelaksanaan pendidikan karakter terintegrasi dalam proses pembelajaran meliputi proses perencanaan pembelajaran berupa penyusunan silabus, penyusunan RPP, penyiapan bahan ajar dan media, implementasi di kelas, penilaian, monitoring dan evaluasi, serta tindak lanjut. Pada Kurikulum 2006, pendidikan karakter memang belum secara eksplisit termasuk dalam kompetensi yang ditetapkan, sehingga untuk mengintegrasikannya diperlukan panduan bagi guru-guru dan sekolah. Oleh karena itu pengintegrasian pendidikan karakter dapat melalui semua hal yang dilakukan guru di sekolah. Berdasar pada Permendiknas No. 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses, yang pertama-tama dilakukan oleh guru/pendidik adalah menyusun/mengadaptasi silabus yang dilanjutkan menyusun/mengadaptasi RPP, menyusun/mengadaptasi bahan ajar, dan mengembangkan media pembelajaran yang sesuai. Sehingga pengintegrasian pendidikan karakter dalam pembelajaran dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut.

1. Silabus

Silabus memuat Standar Kompetensi (SK), Kompetensi Dasar (KD), materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian, penilaian, alokasi waktu, dan sumber belajar. Materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian, penilaian, alokasi waktu, dan sumber belajar yang dirumuskan di dalam silabus pada dasarnya ditujukan untuk memfasilitasi peserta didik menguasai SK/KD. Agar juga

memfasilitasi terjadinya pembelajaran yang membantu peserta didik mengembangkan karakter, setidaknya-tidaknya perlu dilakukan perubahan pada tiga komponen silabus berikut:

- a. Penambahan kolom (komponen) dalam silabus, yaitu kolom (komponen) karakter di antara kolom KD dan materi pembelajaran.
- b. Penambahan dan/atau modifikasi kegiatan pembelajaran sehingga ada kegiatan pembelajaran yang mengembangkan karakter
- c. Penambahan dan/atau modifikasi indikator pencapaian sehingga ada indikator yang terkait dengan pencapaian peserta didik dalam hal karakter
- d. Penambahan dan/atau modifikasi teknik penilaian sehingga ada teknik penilaian yang dapat mengembangkan dan/atau mengukur perkembangan karakter

Penambahan kolom (komponen) karakter dimaksudkan agar nilai-nilai karakter terencana dengan baik pengintegrasian dalam pembelajaran. Penambahan dan/atau adaptasi kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian, dan teknik penilaian harus memperhatikan kesesuaiannya dengan SK dan KD yang harus dicapai oleh peserta didik dan karakter yang hendak dikembangkan. Kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian, dan teknik penilaian yang ditambahkan dan/atau hasil modifikasi tersebut harus bersifat lebih memperkuat pencapaian SK dan KD dan sekaligus mengembangkan karakter.

2. RPP

Setiap pendidik pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis sebagai langkah awal dari proses pembelajaran. Hal ini dimaksudkan agar pembelajaran dapat berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan efisien. RPP disusun berdasarkan serangkaian KD atau tema/subtema yang dilaksanakan dalam satu kali pertemuan atau lebih. Penyusunan RPP ini sebaiknya dilakukan pada setiap awal semester atau awal tahun pelajaran dimulai, namun perlu diperbaharui sebelum pembelajaran dilaksanakan.

Pengembangan RPP dapat dilakukan secara mandiri atau secara berkelompok melalui musyawarah guru mata pelajaran (MGMP) di

sekolah/madrasah. Sebaiknya hal ini dikoordinasi, difasilitasi, dan disupervisi oleh kepala sekolah/madrasah atau guru senior yang ditunjuk oleh kepala sekolah/madrasah. Pengembangan RPP yang dilakukan oleh guru secara berkelompok melalui MGMP antarsekolah atau antarwilayah dikoordinasikan dan disupervisi oleh pengawas atau dinas pendidikan atau kantor kementerian agama setempat..

Pada dasarnya tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode pembelajaran, langkah-langkah pembelajaran, sumber belajar, dan penilaian yang dikembangkan di dalam RPP dipilih untuk menciptakan proses pembelajaran agar dapat mencapai KI dan KD. Oleh karena itu untuk RPP yang dibuat menggunakan Kurikulum 2006, agar RPP memberi petunjuk pada pendidik dalam menciptakan pembelajaran yang berwawasan pada pengembangan karakter, RPP tersebut perlu diadaptasi. Seperti pada adaptasi terhadap silabus, adaptasi yang dimaksud antara lain meliputi:

- a. Penambahan dan/atau modifikasi tujuan pembelajaran sehingga pembelajaran tidak hanya membantu peserta didik mencapai KD, tetapi juga mengembangkan karakternya
- b. Penambahan dan/atau modifikasi kegiatan pembelajaran sehingga ada kegiatan pembelajaran yang mengembangkan karakter
- c. Merumuskan indikator KD dari KI 1 dan KI 2, sehingga ada indikator yang terkait dengan pencapaian peserta didik dalam hal karakter
- d. Menggunakan teknik penilaian sikap sehingga ada teknik penilaian yang dapat mengembangkan dan/atau mengukur perkembangan karakter

Sedangkan pada Kurikulum 2013, aspek nilai-nilai atau karakter, terakomodasi pada Kompetensi Inti I sikap religius dan Kompetensi II sikap sosial. Sehingga dalam penjabaran Kompetensi Dasar (KD) sudah termasuk kompetensi sikap religius dan sikap sosial, juga pada perumusan indikator yang dikembangkan dari KD minimal dua indikator dari masing-masing KD. Demikian juga dalam penilaian, kompetensi sikap religious dan sikap sosial disediakan instrumen yang digunakan untuk penilaiannya.

Dalam Permendikbud No. 103 tahun 2014 dipaparkan serangkaian prinsip yang harus diperhatikan guru dalam menyusun RPP. Prinsip-prinsip tersebut adalah :

1. Setiap RPP harus secara utuh memuat kompetensi dasar sikap spiritual (KD dari KI-1), sosial (KD dari KI-2), pengetahuan (KD dari KI-3), dan keterampilan (KD dari KI-4).
2. Satu RPP dapat dilaksanakan dalam satu kali pertemuan atau lebih.
3. Memperhatikan perbedaan individu peserta didik. RPP disusun dengan memperhatikan perbedaan kemampuan awal, tingkat intelektual, minat, motivasi belajar, bakat, potensi, kemampuan sosial, emosi, gaya belajar, kebutuhan khusus, kecepatan belajar, latar belakang budaya, norma, nilai, dan/atau lingkungan peserta didik.
4. Berpusat pada peserta didik. Proses pembelajaran dirancang dengan berpusat pada peserta didik untuk mendorong motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, kemandirian, dan semangat belajar, menggunakan pendekatan saintifik meliputi mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, menalar/mengasosiasi, dan mengomunikasikan.
5. Berbasis konteks. Proses pembelajaran yang menjadikan lingkungan sekitarnya sebagai sumber belajar.
6. Berorientasi kekinian. Pembelajaran yang berorientasi pada pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, dan nilai-nilai kehidupan masa kini.
7. Mengembangkan kemandirian belajar. Pembelajaran yang memfasilitasi peserta didik untuk belajar secara mandiri.
8. Memberi umpan balik dan tindak lanjut pembelajaran. RPP memuat rancangan program pemberian umpan balik positif, penguatan, pengayaan, dan remedi.
9. Memiliki keterkaitan dan keterpaduan antar kompetensi dan/atau antarmuatan. RPP disusun dengan memperhatikan keterkaitan dan keterpaduan antara KI, KD, indikator pencapaian kompetensi, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, penilaian, dan sumber belajar dalam satu keutuhan pengalaman belajar. RPP disusun dengan mengakomodasikan pembelajaran tematik, keterpaduan lintas mata pelajaran, lintas aspek belajar, dan keragaman budaya.

10. Memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. RPP disusun dengan mempertimbangkan penerapan teknologi informasi dan komunikasi secara terintegrasi, sistematis, dan efektif sesuai dengan situasi dan kondisi.

Berdasarkan Permendikbud no. 65 tahun 2012 silabus sudah disusun oleh pemerintah sebagai Kurikulum Nasional yang perubahannya mendasarnya dalam materi pendidikan karakter secara eksplisit sudah dicantumkan tercermin dalam kompetensi inti yaitu Kompetensi Inti Sikap Spiritual dan Kompetensi Inti Sikap Sosial. Sehingga dalam penyusunan RPP mengikuti langkah-langkah pengembangan RPP (Winarni, 2013) sebagai berikut sebagai berikut

1. Mengkaji Silabus pada Kurnas

Secara umum, untuk setiap materi pokok pada setiap silabus terdapat empat Kompetensi Dasar (KD) sesuai dengan aspek Kompetensi Inti (KI: sikap kepada Tuhan, sikap diri dan terhadap lingkungan, pengetahuan, dan keterampilan). Untuk mencapai empat KD tersebut, di dalam silabus dirumuskan kegiatan peserta didik secara umum dalam pembelajaran berdasarkan standar proses. Kegiatan peserta didik ini merupakan rincian dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi, yakni: mengamati (*observing*), menanya (*questioning*), melakukan percobaan (*experimenting*) atau pengamatan lanjutan, mengolah (*producing*) atau menganalisis (*analizing*) dan menyajikan. Kegiatan inilah yang harus dirinci lebih lanjut di dalam RPP, termasuk mengkaji KD untuk maksud:

- a) Menentukan urutan berdasarkan hierarki konsep disiplin ilmu dan/atau tingkat kesulitan materi;
- b) Menentukan keterkaitan (benang merah) antar KD dalam mata pelajaran untuk keperluan apersepsi;

Mengidentifikasi materi pembelajaran yang menunjang pencapaian kompetensi dasar dengan mempertimbangkan:

- a) potensi peserta didik;
- b) relevansi dengan karakteristik daerah,
- c) tingkat perkembangan fisik, intelektual, emosional, sosial, dan spritual peserta didik;
- d) kebermanfaatan bagi peserta didik;
- e) struktur keilmuan;

- f) aktualitas, kedalaman, dan keluasan materi pembelajaran;
- g) relevansi dengan kebutuhan peserta didik dan tuntutan lingkungan;
dan
- h) alokasi waktu.

2. Menentukan Tujuan

Tujuan dapat diorganisasikan mencakup seluruh KD atau diorganisasikan untuk setiap pertemuan. Tujuan mengacu pada indikator, paling tidak mengandung dua aspek: *Audience* (peserta didik) dan *Behavior* (aspek kemampuan). Akan tetapi, untuk keperluan kemudahan dalam pembuatan alat penilaian, disarankan tujuan mengandung 4 aspek: *Audience* (peserta didik), *Behavior* (aspek kemampuan), *Condition* (dalam kondisi apa kemampuan itu muncul/ditampilkan), dan *Degree* (derajat pencapaian kemampuan yang diinginkan).

3. Mengembangkan Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang melibatkan proses mental dan fisik melalui interaksi antarpeserta didik, peserta didik dengan guru, lingkungan, dan sumber belajar lainnya dalam rangka pencapaian kompetensi dasar. Pengalaman belajar yang dimaksud dapat terwujud melalui penggunaan pendekatan pembelajaran yang bervariasi dan berpusat pada peserta didik. Pengalaman belajar memuat kecakapan hidup yang perlu dikuasai peserta didik. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam mengembangkan kegiatan pembelajaran adalah sebagai berikut.

- a) Kegiatan pembelajaran disusun untuk memberikan bantuan kepada para pendidik, khususnya guru, agar dapat melaksanakan proses pembelajaran secara profesional.
- b) Kegiatan pembelajaran memuat rangkaian kegiatan manajerial yang dilakukan guru, agar peserta didik dapat melakukan kegiatan seperti di silabus.
- c) Kegiatan pembelajaran untuk setiap pertemuan diorganisasikan menjadi kegiatan: Pendahuluan, Inti, dan Penutup. Kegiatan ini dijabarkan lebih lanjut menjadi rincian dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi, yaitu: mengamati (*observing*), menanya (*questioning*),

pelakukan percobaan (*experimenting*) atau pengamatan lanjutan, mengolah (*producting*) atau menganalisis (*analyzing*) dan menyajikan. Untuk pembelajaran yang bertujuan menguasai prosedur untuk melakukan sesuatu, kegiatan pembelajaran dapat berupa pemodelan/demonstrasi oleh guru atau ahli, peniruan oleh peserta didik, pengecekan dan pemberian umpan balik oleh guru, dan pelatihan lanjutan.

4. Penjabaran Jenis Penilaian

Di dalam silabus telah ditentukan jenis penilaiannya. Penilaian pencapaian kompetensi dasar peserta didik dilakukan berdasarkan indikator. Penilaian dilakukan dengan menggunakan tes dan non tes dalam bentuk tertulis maupun lisan, pengamatan kinerja, pengukuran sikap, penilaian hasil karya berupa tugas, proyek dan/atau produk, penggunaan portofolio, dan penilaian diri. Oleh karena pada setiap pembelajaran peserta didik didorong untuk menyajikan karya, maka portofolio merupakan cara penilaian yang harus dilakukan untuk jenjang pendidikan dasar dan menengah.

Penilaian merupakan serangkaian kegiatan untuk memperoleh, menganalisis, dan menafsirkan data tentang proses dan hasil belajar peserta didik yang dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan, sehingga menjadi informasi yang bermaknanya dalam pengambilan keputusan. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam penilaian.

- a) Penilaian diarahkan untuk mengukur pencapaian kompetensi.
- b) Penilaian menggunakan acuan kriteria; yaitu berdasarkan apa yang bisa dilakukan peserta didik setelah mengikuti proses pembelajaran, dan bukan untuk menentukan posisi seseorang terhadap kelompoknya.
- c) Sistem yang direncanakan adalah sistem penilaian yang berkelanjutan. Berkelanjutan dalam arti semua indikator ditagih, kemudian hasilnya dianalisis untuk menentukan kompetensi dasar yang telah dimiliki dan yang belum, serta untuk mengetahui kesulitan peserta didik.
- d) Hasil penilaian dianalisis untuk menentukan tindak lanjut. Tindak lanjut berupa perbaikan proses pembelajaran berikutnya, program remedi bagi peserta didik yang pencapaian kompetensinya di bawah

kriteria ketuntasan, dan program pengayaan bagi peserta didik yang telah memenuhi kriteria ketuntasan.

- e) Sistem penilaian harus disesuaikan dengan pengalaman belajar yang ditempuh dalam proses pembelajaran. Misalnya, jika pembelajaran menggunakan pendekatan tugas observasi lapangan maka evaluasi harus diberikan baik pada proses misalnya wawancara, maupun produk berupa hasil melakukan observasi lapangan.

6. Menentukan Alokasi Waktu

Penentuan alokasi waktu pada setiap kompetensi dasar didasarkan pada jumlah minggu efektif dan alokasi waktu mata pelajaran per minggu dengan mempertimbangkan jumlah kompetensi dasar, keluasan, kedalaman, tingkat kesulitan, dan tingkat kepentingan kompetensi dasar. Alokasi waktu yang dicantumkan dalam silabus merupakan perkiraan waktu rerata untuk menguasai kompetensi dasar yang dibutuhkan oleh peserta didik yang beragam. Oleh karena itu, alokasi tersebut dirinci dan disesuaikan lagi di RPP.

7. Menentukan Sumber Belajar

Sumber belajar adalah rujukan, objek dan/atau bahan yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran, yang berupa media cetak dan elektronik, narasumber, serta lingkungan fisik, alam, sosial, dan budaya. Sumber belajar cetak utama adalah Buku Babon (Kurnas) dan Buku Suplemen (Kurda). Oleh karena peserta didik didorong untuk mencari informasi, maka internet juga menjadi sumber belajar yang dapat dimanfaatkan.

8. Komponen dan Sistematika RPP Kurikulum 2013

Menurut Permendikbud No. 103 Tahun 2014, komponen dan sistematika RPP adalah sebagai berikut :

1. Komponen RPP

- a. Identitas, yang meliputi sekolah, mata pelajaran, kelas/semester, dan alokasi waktu yang ditetapkan
- b. Kompetensi Inti (KI)
- c. Kompetensi Dasar (KD)
- d. Indikator Pencapaian Kompetensi

- e. Materi Pembelajaran
- f. Kegiatan Pembelajaran.
- g. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan
- h. Media/alat, bahan, dan sumber belajar

2. Sistematika RPP

Komponen-komponen yang sudah disebutkan di atas secara operasional diwujudkan dalam bentuk format berikut ini.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : _____

Mata pelajaran : _____

Kelas/Semester : _____

Alokasi Waktu : _____

A. Kompetensi Inti (KI)

B. Kompetensi Dasar

1. KD pada KI-1
2. KD pada KI-2
3. KD pada KI-3
4. KD pada KI-4

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

1. Indikator KD pada KI - 1
2. Indikator KD pada KI - 2
3. Indikator KD pada KI - 3
4. Indikator KD pada KI - 4

D. Materi Pembelajaran

(dapat berasal dari buku teks pelajaran dan buku panduan guru, sumber belajar lain berupa muatan lokal, materi kekinian, konteks pembelajaran dari lingkungan sekitar yang dikelompokkan menjadi materi untuk pembelajaran reguler, pengayaan, dan remedial)

E. Kegiatan Pembelajaran

1. Pertemuan Pertama: (...JP)

- a. Kegiatan Pendahuluan
- b. Kegiatan Inti
 - Mengamati
 - Menanya
 - Mengumpulkan informasi/mencoba
 - Menalar/mengasosiasi
 - Mengomunikasikan
- c. Kegiatan Penutup

2. Pertemuan Kedua: (...JP)

- a. Kegiatan Pendahuluan
- b. Kegiatan Inti
 - Mengamati
 - Menanya
 - Mengumpulkan informasi/mencoba
 - Menalar/mengasosiasi
 - Mengomunikasikan
- c. Kegiatan Penutup

3. Pertemuan seterusnya.

F. Penilaian, Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

1. Teknik penilaian
2. Instrumen penilaian
 - a. Pertemuan Pertama
 - b. Pertemuan Kedua
 - c. Pertemuan seterusnya
3. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan
Pembelajaran remedial dilakukan segera setelah kegiatan penilaian.

G. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

1. Media
2. Alat/Bahan
3. Sumber Belajar

D. Langkah-Langkah Penyusunan RPP

- 1. Menelaah Silabus.** Secara umum, untuk setiap materi pembelajaran pada setiap silabus terdapat 4 KD sesuai dengan aspek KI (sikap spiritual, sikap sosial, pengetahuan, dan keterampilan). Untuk mencapai 4 KD tersebut, di dalam silabus dirumuskan kegiatan peserta didik secara umum dalam pembelajaran berdasarkan standar proses. Kegiatan inilah yang harus dirinci lebih lanjut di dalam RPP, dalam bentuk langkah-langkah yang dilakukan siswa dan guru dalam pembelajaran, yang membuat peserta didik aktif belajar.
- 2. Mencantumkan terlebih dahulu identitas sekolah, matapelajaran kelas/semester, dan alokasi waktu.**
- 3. Mencantumkan KI 1, KI 2, KI 3, KI 4** seperti yang tercantum dalam lampiran I Permendikbud nomor 58 Tahun 2014.
- 4. Mengidentifikasi dan menuliskan serangkaian KD** (KD pada KI-1, KD pada KI-2, KD pada KI-3, KD pada KI-4) yang diambil dari silabus yang sesuai dengan lampiran I Permendikbud nomor 58 Tahun 2014.
- 5. Menentukan indikator.** Indikator dirumuskan berdasarkan KD dengan menggunakan kata kerja operasional (KKO) yang dapat diamati dan diukur. Indikator mencakup sikap (spiritual dan sosial), pengetahuan, dan keterampilan. Contoh penentuan indikator untuk setiap KD lihat contoh RPP di lampiran.
- 6. Materi Pembelajaran.** Cakupan materi sesuai dengan yang tercantum dalam silabus. Materi pembelajaran DAPAT ditambah apabila materi yang terdapat pada silabus kurang memadai. Dapat diisi dengan materi yang berasal dari buku teks pelajaran dan buku panduan guru, sumber belajar lain berupa muatan lokal, materi kekinian, konteks pembelajaran dari lingkungan sekitar yang dikelompokkan menjadi materi untuk pembelajaran reguler, pengayaan, dan remedial. Sedapat mungkin diidentifikasi mana pengetahuan faktual, konseptual, dan prosedural. Materi pembelajaran dikelompokkan untuk setiap pertemuan.
- 7. Kegiatan Pembelajaran.** Kegiatan pembelajaran dirancang untuk memberikan pengalaman belajar yang melibatkan proses mental dan fisik melalui interaksi antar peserta didik, peserta didik dengan guru, lingkungan, dan sumber belajar lainnya dalam rangka pencapaian KD.

Kegiatan pembelajaran untuk setiap pertemuan merupakan skenario langkah-langkah guru dalam membuat peserta didik aktif belajar. Karena itu kegiatan pembelajaran memuat kegiatan guru dan aktivitas siswa. Kegiatan ini diorganisasikan menjadi kegiatan: Pendahuluan, Inti, dan Penutup.

Kegiatan pendahuluan dimaksudkan agar peserta didik siap menjalani kegiatan belajar. Setelah doa, salam, dan memeriksa presensi, guru dapat memilih satu kegiatan di antara apersepsi, motivasi, atau orientasi. Tahap pemanasan diupayakan untuk dilakukan setelah tahap mengamati.

Kegiatan inti menggunakan pendekatan saintifik yang disesuaikan dengan karakteristik mata pelajaran dan peserta didik. Guru memfasilitasi peserta didik untuk melakukan proses mengamati, menanya, mengumpulkan informasi/mencoba, menalar/mengasosiasi, dan mengomunikasikan. Kelima pengalaman belajar tersebut tidak harus muncul seluruhnya dalam satu pertemuan tetapi dapat dilanjutkan pada pertemuan berikutnya, tergantung cakupan muatan pembelajaran.

Pada kegiatan penutup, guru melakukan konfirmasi, asesmen (penilaian), refleksi, dan tindak lanjut. Berikut adalah CONTOH langkah-langkah pembelajaran dalam mata pelajaran PJOK.

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
<p>Pendahuluan (10 menit)</p> <p>1) Guru menyiapkan peserta didik secara psikis dan fisik untuk mengikuti proses pembelajaran dengan memberi salam, mengajak peserta didik untuk merapikan pakaian olahraga dan penampilan mereka, mengajak peserta didik untuk mengawali kegiatan dengan berdoa, dan memeriksa kehadiran peserta</p>	<p>1) Peserta didik mempersiapkan kelas dan keperluan pribadi untuk belajar serta berdoa untuk mengawali kegiatan belajar.</p>

<p>didik.</p> <p>2) Guru mengajak peserta didik mendiskusikan aktivitas jasmani yang dilakukannya di luar jam sekolah untuk membangkitkan motivasi bergaya hidup aktif.</p> <p>3) Guru mengajukan pertanyaan tentang materi PJOK yang dipelajari atau telah dipelajari sebelumnya.</p> <p>4) Guru menyampaikan tentang tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai kompetensi sikap, pengetahuan dan keterampilan.</p> <p>5) Guru menyampaikan cakupan materi dan uraian kegiatan sesuai RPP.</p>	<p>2) Peserta menyampaikan aktivitas jasmani yang dilakukannya di luar jam sekolah.</p> <p>3) Peserta didik menanggapi pertanyaan dari guru tentang materi yang telah dipelajari atau dikenal sebelumnya.</p>
<p>Kegiatan Inti (60 menit)</p> <p>1. Mengamati</p> <p>a) Guru menayangkan video pertandingan bola voli</p> <p>b) Guru meminta peserta didik untuk mencatat hal-hal yang belum/ingin diketahui tentang permainan bola voli yang disaksikannya lewat video</p> <p>2. Menanya</p> <p>a) Guru memberikan pancingan, bimbingan, latihan, dan kesempatan kepada peserta didik agar merumuskan pertanyaan tentang berbagai</p>	<p>1. Mengamati</p> <p>a) Peserta didik menyaksikan video pertandingan bola voli.</p> <p>b) Peserta didik menuliskan hal-hal yang belum/ingin diketahui berkaitan dengan permainan bola voli yang disaksikannya.</p> <p>2. Menanya</p> <p>a) Secara mandiri, peserta didik merumuskan pertanyaan dan menyampaikannya satu persatu tentang berbagai</p>

<p>teknik yang dilakukan para pemain dalam video yang telah disaksikan, bagaimana salah satu regu bisa menang atau kalah.</p> <p>b) Lakukan pemanasan sebelum tahap mencoba untuk menjawab pertanyaan pada tahap menanya.</p> <p>3. Mencoba/Mengumpulkan Data atau Informasi</p> <p>a) Guru meminta peserta didik mencoba melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan secara mandiri.</p> <p>b) Guru meminta peserta didik secara berpasangan bergantian melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan.</p> <p>c) Guru meminta peserta didik secara berpasangan melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan.</p> <p>d) Guru meminta peserta didik mencoba melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan secara mandiri.</p> <p>e) Guru meminta peserta didik secara berpasangan bergantian melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan.</p> <p>f) Guru meminta peserta didik secara berpasangan melakukan</p>	<p>teknik yang ingin diketahui dalam video yang telah disaksikan.</p> <p>b) Secara bersama-sama peserta didik melakukan pemanasan untuk meningkatkan suhu tubuh dan memperluas gerak sendi, sehingga siap untuk melakukan tugas gerak yang lebih berat/sulit.</p> <p>3. Mencoba/Mengumpulkan Data atau Informasi</p> <p>a) Secara mandiri peserta didik mencoba mempraktikkan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan.</p> <p>b) Secara berpasangan peserta didik melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan, satu orang melambungkan bola satu orang melakukan <i>passing</i> bawah. Kemudian bergantian peran.</p> <p>c) Secara berpasangan peserta didik melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan satu tangan.</p> <p>d) Secaramandiri peserta didik mencoba mempraktikkan <i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan secara mandiri.</p>
---	---

<p><i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan.</p> <p>4. Mengasosiasi/Menganalisis Data atau Informasi</p> <p>a) Guru meminta peserta didik untuk menganalisis perbedaan penggunaan <i>passing</i> bawah dengan satu tangan dan dengan dua tangan.</p> <p>5. Mengomunikasikan</p> <p>a) Guru meminta siswa untuk mempresentasikan hasil diskusinya.</p>	<p>e) Secara berpasangan peserta didik melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan, satu orang melambungkan bola satu orang melakukan <i>passing</i> bawah. Kemudian bergantian peran.</p> <p>f) Secara berpasangan peserta didik melakukan <i>passing</i> bawah menggunakan dua tangan.</p> <p>4. Mengasosiasi/Menganalisis Data atau Informasi</p> <p>a) Peserta didik secara berkelompok mendiskusikan perbedaan penggunaan <i>passing</i> bawah dengan satu tangan dan dua tangan.</p> <p>b) Peserta didik melanjutkannya dengan mencoba menggunakan <i>passing</i> satu tangan dan dua tangan dengan tepat pada bola yang dilambungkan oleh pasangannya.</p> <p>5. Mengomunikasikan</p> <p>a) Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusi melalui wakil kelompok.</p> <p>b) Peserta didik menerima umpan balik dan/atau</p>
--	---

	<p>penguatan dari guru.</p> <p>c) Peserta didik bermain bola voli dengan peraturan yang dimodifikasi yaitu hanya menggunakan <i>passing</i> bawah</p>
<p>Kegiatan Penutup (10 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru dan peserta didik secara bersama-sama membuat ringkasan bahan yang sudah dipelajari pada pertemuan ini. 2. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik untuk membantu mereka melakukan refleksi terhadap kegiatan belajar yang telah mereka lakukan. 3. Guru memberikan tugas kepada peserta didik untuk melakukan latihan <i>passing</i> bawah dengan menggunakan bola karet di rumah. 4. Guru menjelaskan rencana kegiatan pembelajaran yang akan datang. 	<p>Peserta didik memperhatikan dengan seksama dan merespon secara aktif.</p>

8. Penjabaran Jenis Penilaian

- a. Teknik penilaian
- b. Instrumen penilaian; Pertemuan Pertama, Pertemuan Kedua, Pertemuan seterusnya
- c. Pembelajaran Remedial dan Pengayaan. Pembelajaran remedial dilakukan segera setelah kegiatan penilaian. Pembelajaran remedial pada dasarnya mengubah strategi atau metode pembelajaran untuk KD yang sama. Bentuknya dapat berupa pembelajaran ulang,

bimbingan perorangan, pemanfaatan tutor sebaya, dan lain-lain. Pembelajaran pengayaan berupa perluasan dan/atau pendalaman materi dan/atau kompetensi.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam merancang penilaian adalah sebagai berikut:

- a. Penilaian diarahkan untuk mengukur pencapaian kompetensi yaitu KD-KD pada KI-1, KI-2, KI-3 dan KI-4.
- b. Penilaian menggunakan Acuan Kriteria yang merupakan penilaian kemajuan peserta didik dibandingkan dengan kriteria capaian kompetensi yang ditetapkan.
- c. Acuan Kriteria menggunakan modus untuk sikap, rerata untuk pengetahuan, dan capaian optimum untuk keterampilan.
- d. Peserta didik yang belum berhasil mencapai kriteria, diberi kesempatan mengikuti pembelajaran remedial yang dilakukan setelah suatu kegiatan penilaian (bukan di akhir semester) baik secara individual, kelompok, maupun kelas. Bagi mereka yang berhasil dapat diberi program pengayaan sesuai dengan waktu yang tersedia baik secara individual maupun kelompok. Program pengayaan merupakan pendalaman atau perluasan dari kompetensi yang dipelajari.

9. Media, Alat, dan Sumber Pembelajaran

Sumber belajar adalah segala sesuatu, dapat berupa orang, objek, lingkungan, atau peristiwa, baik yang direncanakan maupun yang dapat dimanfaatkan oleh guru, baik secara terpisah maupun gabungan, untuk kepentingan pencapaian tujuan pembelajaran. Tulis spesifikasi semua media pembelajaran (video/film, rekaman audio, model, chart, gambar, realia, dsb.) Contoh cara menuliskan:

- Video/film: Judul. Tahun. Produser. (Tersedia di Situs internet lengkap dengan tanggal pengunduhan)
- Rekaman audio: Judul. Tahun. Produser. (Tersedia di Situs internet lengkap dengan tanggal pengunduhan)
- Model: Nama model yang dimaksud
- Gambar: Judul gambar yang dimaksud
- Realia: Nama benda yang dimaksud

E. Bahan ajar

Bahan ajar merupakan komponen pembelajaran yang paling berpengaruh terhadap apa yang sesungguhnya terjadi pada proses pembelajaran. Buku ajar yang selama ini dibuat biasanya hanya berisi materi ajar di matapelajaran/matakuliah masing-masing. Walaupun buku-buku tersebut telah memenuhi sejumlah kriteria kelayakan yaitu kelayakan isi, penyajian, bahasa, dan grafika, bahan-bahan ajar tersebut masih belum secara memadai mengintegrasikan pendidikan karakter di dalamnya. Apabila pendidik sekedar mengikuti atau melaksanakan pembelajaran dengan berpatokan pada kegiatan-kegiatan pembelajaran pada buku-buku tersebut, pendidikan karakter secara memadai belum berjalan. Oleh karena itu, sejalan dengan apa yang telah dirancang pada silabus dan RPP yang berwawasan pendidikan karakter, bahan ajar perlu diadaptasi. Adaptasi yang paling mungkin dilaksanakan oleh pendidik adalah dengan cara menambah kegiatan pembelajaran yang sekaligus dapat mengembangkan karakter. Cara lainnya adalah dengan mengadaptasi atau mengubah kegiatan belajar pada buku ajar yang dipakai.

Sebuah kegiatan belajar (*task*), baik secara eksplisit atau implisit terbentuk atas enam komponen. Komponen-komponen yang dimaksud adalah: 1) Tujuan, 2) Input, 3) Aktivitas, 4) Pengaturan (*setting*), 5) Peran pendidik, 6) Peran peserta didik. Dengan demikian, perubahan/adaptasi kegiatan belajar yang dimaksud menyangkut perubahan pada komponen-komponen tersebut. Secara umum, kegiatan belajar yang potensial dapat mengembangkan karakter peserta didik memenuhi prinsip-prinsip atau kriteria berikut.

1) Tujuan

Dalam hal tujuan, kegiatan belajar yang menanamkan nilai adalah apabila tujuan kegiatan tersebut tidak hanya berorientasi pada pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga sikap/karakter. Oleh karenanya, pendidik perlu menambah orientasi tujuan setiap atau sejumlah kegiatan belajar dengan pencapaian sikap atau nilai tertentu, misalnya kejujuran, rasa percaya diri, kerja keras, saling menghargai, dan sebagainya.

2) Input

Input dapat didefinisikan sebagai bahan/rujukan sebagai titik tolak dilaksanakannya aktivitas belajar oleh peserta didik. Input tersebut dapat berupa teks lisan maupun tertulis, grafik, diagram, gambar, model, charta, benda sesungguhnya, film, dan sebagainya. Input yang dapat memperkenalkan nilai-nilai adalah yang tidak hanya menyajikan materi/pengetahuan, tetapi yang juga menguraikan nilai-nilai yang terkait dengan materi/pengetahuan tersebut.

3) Aktivitas

Aktivitas belajar adalah apa yang dilakukan oleh peserta didik (bersama dan/atau tanpa pendidik) dengan input belajar untuk mencapai tujuan belajar. Aktivitas belajar yang dapat membantu peserta didik menginternalisasi nilai-nilai adalah aktivitas-aktivitas belajar aktif yang antara lain mendorong terjadinya *autonomous learning* dan berpusat pada peserta didik. Pembelajaran yang memfasilitasi *autonomous learning* dan berpusat pada peserta didik secara otomatis akan membantu peserta didik memperoleh banyak nilai. Contoh-contoh aktivitas belajar yang memiliki sifat-sifat demikian antara lain diskusi, eksperimen, pengamatan/observasi, debat, presentasi oleh peserta didik, dan mengerjakan proyek.

4) Pengaturan (*setting*)

Pengaturan (*setting*) pembelajaran berkaitan dengan kapan dan di mana kegiatan dilaksanakan, berapa lama, apakah secara individu, berpasangan, atau dalam kelompok. Masing-masing *setting* berimplikasi terhadap nilai-nilai yang terdidik. *Setting* waktu penyelesaian tugas yang pendek (sedikit), misalnya akan menjadikan peserta didik terbiasa kerja dengan cepat sehingga menghargai waktu dengan baik. Sementara itu kerja kelompok dapat menjadikan peserta didik memperoleh kemampuan bekerjasama, saling menghargai, dan lain-lain.

5) Peran pendidik

Peran pendidik dalam kegiatan belajar pada buku ajar biasanya tidak dinyatakan secara eksplisit. Pernyataan eksplisit peran pendidik pada

umumnya ditulis pada buku petunjuk pendidik. Karena cenderung dinyatakan secara implisit, pendidik perlu melakukan inferensi terhadap peran pendidik pada kebanyakan kegiatan pembelajaran apabila buku pendidik tidak tersedia.

Peran pendidik dalam memfasilitasi diinternalisasinya nilai-nilai oleh peserta didik antara lain pendidik sebagai fasilitator, motivator, partisipan, dan pemberi umpan balik. Mengutip ajaran Ki Hajar Dewantara, pendidik yang dengan efektif dan efisien mengembangkan karakter peserta didik adalah mereka yang *ing ngarsa sung tuladha* (di depan pendidik berperan sebagai teladan/memberi contoh), *ing madya mangun karsa* (di tengah-tengah peserta didik pendidik membangun prakarsa dan bekerja sama dengan mereka), *tut wuri handayani* (di belakang pendidik memberi daya semangat dan dorongan bagi peserta didik).

6) Peran peserta didik

Seperti halnya dengan peran pendidik dalam kegiatan belajar pada buku ajar, peran peserta didik biasanya tidak dinyatakan secara eksplisit juga. Pernyataan eksplisit peran peserta didik pada umumnya ditulis pada buku petunjuk pendidik. Karena cenderung dinyatakan secara implisit, pendidik perlu melakukan inferensi terhadap peran peserta didik pada kebanyakan kegiatan pembelajaran.

Agar peserta didik terfasilitasi dalam mengenal, menjadi peduli, dan menginternalisasi karakter, peserta didik harus diberi peran aktif dalam pembelajaran. Peran-peran tersebut antara lain sebagai partisipan diskusi, pelaku eksperimen, penyaji hasil-hasil diskusi dan eksperimen, pelaksana proyek, dsb.

F. Media Pembelajaran

Untuk membantu peserta didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan dan mengembangkan karakternya, perlu dikembangkan dan digunakan media pembelajaran yang sesuai. Media yang dimaksud dapat berupa alat yang sederhana dengan memanfaatkan benda-benda yang tersedia di sekitar sekolah/PT, lingkungan alam sekitar sekolah/PT,

hingga multimedia interaktif dengan berbasis teknologi informasi dan komunikasi.

Media yang dipilih pendidik hendaknya yang sekaligus mengembangkan karakter. Sebagai contoh, ketika pendidik mengembangkan media dari barang-barang bekas, peserta didik akan mengembangkan kreativitas dan cinta lingkungan. Saat pendidik memutuskan menggunakan multimedia interaktif, peserta didik mungkin akan mengembangkan kemandirian.

G. Implementasi di Kelas

Setelah silabus, RPP, bahan ajar, dan media pembelajaran dikembangkan, tahap selanjutnya adalah mengimplementasikannya di dalam kelas. Pada tahap ini aktivitas-aktivitas belajar yang telah dirancang dalam silabus dan RPP yang telah secara rinci dituangkan dalam bahan/buku ajar dilaksanakan. Walaupun tidak dimaksudkan untuk secara kaku mengikuti rencana yang telah disusun, pendidik hendaknya secara ‘bertanggungjawab’ melaksanakan rencana pembelajarannya. Selama ini banyak pendidik yang seolah-olah memandang bahwa silabus dan RPP adalah sekedar memenuhi ketentuan administrasi, dan proses pembelajaran di dalam kelas tidak perlu sesuai dengan silabus dan RPP. Apabila hal yang demikian ini terus berlanjut, pendidikan karakter melalui pembelajaran akan kurang berhasil. Silabus, RPP, dan bahan ajar yang telah disiapkan untuk pendidikan karakter yang terintegrasi harus benar-benar diimplementasikan di dalam kelas dengan pendidik sebagai model insan yang berkarakter (dengan falsafah *ing ngarso sung tuladha, ing madya mangun karsa, tut wuri handayani*).

H. Penilaian

Pada dasarnya *authentic assessment* dianjurkan untuk diterapkan. Teknik dan instrumen penilaian yang dipilih dan dilaksanakan tidak hanya mengukur pencapaian akademik/kognitif peserta didik, tetapi juga mengukur perkembangan kepribadian peserta didik. Bahkan perlu diupayakan bahwa teknik penilaian yang diaplikasikan mengembangkan kepribadian peserta didik sekaligus.

Terdapat sejumlah teknik penilaian dianjurkan untuk dipakai oleh pendidik menurut kebutuhan. Tabel berikut menyajikan teknik-teknik penilaian yang dimaksud dengan bentuk-bentuk instrumen yang dapat dikembangkan oleh pendidik.

Tabel 4.3.
Teknik dan Bentuk Instrumen Penilaian
(Sumber: Draf Panduan Pendidikan Karakter di Sekolah/PT)

Teknik Penilaian	Bentuk Instrumen
Tes Tertulis	<ul style="list-style-type: none"> • Pilihan ganda • Benar-salah • Menjodohkan • Pilihan singkat • Uraian
Tes Lisan	<ul style="list-style-type: none"> • Daftar pertanyaan
Tes Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> • Tes tulis keterampilan • Tes identifikasi • Tes simulasi • Tes uji petik kerja
Penugasan individual atau kelompok	<ul style="list-style-type: none"> • Pekerjaan rumah • Proyek
Observasi	Lembar observasi/lembar pengamatan
Penilaian portofolio	Lembar penilaian portofolio
Jurnal	<ul style="list-style-type: none"> • Buku catatan jurnal
Penilaian diri	Lembar penilaian diri/kuesioner
Penilaian antarteman	Lembar penilaian antarteman

Di antara teknik-teknik penilaian tersebut, beberapa dapat digunakan untuk menilai pencapaian peserta didik baik dalam hal pencapaian akademik maupun kepribadian. Teknik-teknik tersebut terutama observasi (dengan lembar observasi/lembar pengamatan), penilaian diri (dengan lembar penilaian diri/kuesioner), dan penilaian antarteman (lembar penilaian antarteman).

Nilai karakter peserta didik dinyatakan secara kualitatif. Nilai peserta didik menggambarkan perkembangan karakter yang bersangkutan pada saat penilaian dilakukan. Nilai tersebut merupakan dasar bagi pendidik untuk memberikan pembinaan lebih lanjut agar peserta didik yang bersangkutan mengembangkan karakternya hingga optimal. Berikut adalah contoh sebutan-sebutan nilai yang merupakan representasi perkembangan karakter peserta didik:

MK/A = Membudaya (apabila peserta didik terus menerus memperlihatkan perilaku yang dinyatakan dalam indikator secara konsisten)

MB/B = Mulai Berkembang (apabila peserta didik sudah memperlihatkan berbagai tanda perilaku yang dinyatakan dalam indikator dan mulai konsisten)

MT/C = Mulai Terlihat (apabila peserta didik sudah mulai memperlihatkan adanya tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator tetapi belum konsisten)

BT/D = Belum Terlihat (apabila peserta didik belum memperlihatkan tanda-tanda awal perilaku yang dinyatakan dalam indikator).

1. Monitoring dan Evaluasi

Pelaksanaan pendidikan karakter baik melalui proses pembelajaran, kegiatan pembinaan kesiswaan, maupun manajemen SEKOLAH/PT perlu dimonitor dan dievaluasi setidaknya-tidaknya setahun sekali. Tujuan umum dari kegiatan ini antara lain adalah untuk mengetahui:

1. kesesuaian pelaksanaan pendidikan karakter dengan jadwal,
2. hambatan-hambatan yang mungkin dihadapi dalam pelaksanaan pendidikan karakter dan solusi yang perlu diupayakan,
3. hal-hal yang mendukung pelaksanaan pendidikan karakter,
4. perubahan-perubahan yang dilakukan selama pelaksanaan pendidikan karakter,
5. tingkat ketercapaian dari target-target pendidikan karakter yang telah dirumuskan, dan
6. praktik-praktik yang baik dalam tingkat ketercapaian dari target-target pendidikan karakter yang telah dirumuskan.

Untuk pelaksanaan monitoring dan evaluasi perlu dibuat panduan singkat yang setidaknya-tidaknya memuat tujuan, sasaran, komponen/aspek yang dimonitor dan dievaluasi, waktu pelaksanaan, pelaksana, instrumen pengumpul data, dan teknis analisis data.

Komponen/aspek yang dimonitor dan dievaluasi dan instrumen pengumpul data biasanya berbeda-beda antara monitoring dan evaluasi untuk pelaksanaan pendidikan karakter yang terintegrasi dalam pembelajaran, kegiatan kesiswaan, dan manajemen sekolah/PT. Hasil monitoring dan evaluasi dilaporkan dan selanjutnya digunakan untuk merancang pelaksanaan pendidikan karakter pada tahun berikutnya.

BAB 5

APLIKASI PERENCANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI YANG MENINGTEGRASIKAN PENDIDIKAN KARAKTER

Bagaimana perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang mengintegrasikan pendidikan karakter sudah dijelaskan pada bab sebelumnya bagaimana cara atau langkah-langkah menyusunnya. Untuk lebih jelasnya berikut ini akan ditunjukkan beberapa rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang mengintegrasikan pendidikan karakter dalam konteks kurikulum 2006 dan kurikulum 2013.

Perbedaan yang cukup terlihat pada RPP kurikulum 2006 karakter yang diintegrasikan digabung dengan perumusan tujuan aspek pengetahuan dan keterampilan, sedangkan pada RPP kurikulum 2013, nilai-nilai spritual dan sosial sudah melekat pada rumusan Kompetensi Dasar (KD) yang dapat dirumuskan pada indikator pencapaian kompetensi secara tersendiri.

A. RPP Kurikulum 2006

Berikut ini adalah contoh Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) 2006 untuk mata pelajaran Penjasorkes di Sekolah.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan	:	SMP NEGERI NUSANTARA
Kelas	:	IX (sembilan)
Semester	:	2 (dua)
Mata Pelajaran	:	Penjasorkes
Alokasi Waktu	:	2 x 40 menit (1 kali pertemuan)

A. Standar Kompetensi

Mempraktikkan rangkaian gerak senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, tanggung jawab, menghargai teman

C. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran peserta didik dapat:

1. Menjelaskan konsep rangkaian gerakan akrobatik dan *dance* dalam senam lantai dengan benar dan percaya diri.
2. Melakukan lompat kangkang dengan benar dan berani
3. Melakukan lompat jongkok dengan benar dan berani
4. Melakukan gerakan putar pada satu kaki dengan benar dan berani
5. Merangkai dua atau lebih gerakan akrobatik dan *dance* dengan benar dan berani

D. Materi Ajar

Uji diri/Senam lantai

- Lompat kangkang (straddle jump)
- Lompat jongkok (tuck jump)
- Putar (turn)
- Guling depan
- Meroda

E. Metode Pembelajaran

Pertemuan 1 : Pendekatan taktik dan resiprokal/timbal-balik

F. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1 (2 x 40 menit) metode: pemodelan, penugasan dan resiprokal/timbal-balik

1. Pendahuluan (15')	
a. Berbaris	• Peserta didik dibariskan 2-4 bersaf, peserta didik yang tinggi disebelah kanan
b. Berhitung	• Berhitung dimulai dari saf bagian depan paling kanan ke kiri
c. Berdoa	• Berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing (catatan: materi ini pelaksanaannya bisa oleh guru

<p>d. Apersepsi</p> <p>e. Pemanasan</p>	<p>langsung atau peserta didik yang ditugaskan secara bergantian).</p> <p style="text-align: center;">x x x x x x x x x x x x x x •</p> <p>Keterangan: x = peserta didik • = guru</p> <ul style="list-style-type: none"> • Guru membuka pelajaran dengan salam, menanyakan kesehatan peserta didik, bila ada peserta didik tidak masuk mencari tahu alasannya, memotivasi peserta didik. • Peserta didik melakukan <i>jogging</i> di tempat dilanjutkan peregangan statis (<i>stretching</i>). <i>Jogging</i> di tempat selama 1 menit, dilanjutkan <i>stretching</i> statis dimulai dari Gerakan kepala menuju ke arah kaki, masing-masing bagian dengan hitungan 1 x 8. (Catatan: Kegiatan pemanasan bisa dilakukan di awal/tengah kegiatan pendahuluan, gunanya untuk melatih kedisiplinan dan keberanian peserta didik serta setiap minggunya materi pemanasan harus berganti dan yang memimpin kegiatan bisa guru langsung atau peserta didik yang telah ditugaskan secara bergantian).
<p>2. Inti (50')</p>	
<p>a. Mengkonstruksi konsep Gerakan dance</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dibariskan kembali dua atau tiga bersaf yang tinggi sebelah kanan dan diistirahatkan. • Peserta didik menyiapkan kartu tugas yang telah dibuat. • Peserta didik menjawab pertanyaan guru tentang materi minggu lalu, sekaligus menyampaikan pengalaman yang dimiliki terkait dengan materi yang akan dipelajari. • Peserta didik melakukan permainan lomba lompat kangguru dan lompat angkat lutut. • Peserta didik berlomba melewati kawannya yang membungkuk.

<p>b. Mengkonstruksi konsep rangkaian gerakan akrobatik dan <i>dance</i></p> <p>c. Berlomba merangkai Gerakan lompat</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik berpasangan bermain putar gangsing; salah satu peserta melakukan putaran bertumpu pada satu kaki dibantu oleh peserta lain, yang melakukan putaran terbanyak menang. • Peserta didik menjawab pertanyaan guru tentang konsep lompat kangkang, jongkok dan putaran, sekaligus menyampaikan pengalaman yang dimiliki terkait dengan materi yang dipelajari. • Mengkonstruksi konsep rangkaian gerakan akrobatik dan <i>dance</i> melalui pemodelan dan gambar. • Peserta didik membaca dan memahami materi merangkai gerak akrobatik dan <i>dance</i> yang akan dipelajari di dalam kartu tugas. • Peserta didik mempraktikkan gabungan Gerakan akrobatik dan <i>dance</i> secara mandiri dengan cara secara bergantian dengan pasangannya, masing-masing menampilkan rangkaian gerakan akrobatik dan <i>dance</i>. • Catat perkembangan penguasaan gerak. • Setiap kelompok pasangan harus menampilkan anggotanya yang terbaik dalam merangkai Gerakan akrobatik dan <i>dance</i>. • Peserta didik mendengarkan penjelasan peraturan yang harus dilakukan dan dipatuhi oleh setiap peserta didik, terkait peserta didik yang akan main terlebih dahulu dan apa tugas peserta didik yang belum main, maka disepakati ada pembagian tugas. Contohnya, peserta didik yang belum main dapat peran sebagai pengamat • Peserta didik yang saling berlomba dengan bimbingan guru (yang menang mendapatkan <i>reward</i>, sedangkan yang kalah diberi motivasi)
<p>3. Penutup (15')</p>	
<p>a. <i>Cooling down</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Setelah selesai kegiatan inti, peserta didik dikumpulkan, melakukan <i>stretching</i> yang dipimpin oleh peserta didik.

b. Kesimpulan	• Guru dan peserta didik membuat kesimpulan dari seluruh proses pembelajaran yang telah selesai.
c. Penilaian	• Guru membuat penilaian terhadap keberhasilan proses pembelajaran secara transparan.
d. Refleksi dari guru dan peserta didik	• Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan
e. Penjelasan materi minggu depan	• Guru memberikan penjelasan untuk materi yang perlu dipelajari dan akan dipelajari pada pertemuan minggu depan.
f. Berdoa	• Guru menugaskan salah satu peserta didik untuk memimpin doa sesuai agama dan kepercayaan masing-masing.
g. Kembali ke kelas dengan tertib dan tepat waktu	• Peserta didik kembali ke kelas yang dilakukan dengan tertib, bagi peserta didik yang bertugas, mengembalikan peralatan ke tempat semula.

G. Sumber Belajar

1. Ruang terbuka yang datar dan aman (Bangsal senam)
2. Matras
3. Buku teks BSE, Budi Sutrisno dan M. Bazin Khafadi, *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas IX*, Jakarta: CV.Putra Nugraha
4. Buku referensi, *Roji, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas IX*, Jakarta: Erlangga

H. Penilaian Hasil Belajar

No	Indikator pencapaian kompetensi	Teknik penilaian	Bentuk instrumen	Instrumen
1.	Menjelaskan konsep menggabungkan Gerakan akrobatik dan <i>dance</i> dalam senam lantai	Tes tertulis	Tes uraian	Jelaskan konsep gabungan Gerakan akrobatik dan <i>dance</i> dalam senam lantai! Sebutkan tiga contoh gabungan gerakan akrobatik dan <i>dance</i> dalam senam lantai!
2.	Merangkai dua atau lebih gerakan lompat kangkang, lompat jongkok, putar, guling depan, dan meroda	Tes praktek	Tes simulasi	Lakukan rangkaian dua atau lebih Gerakan akrobatik dan <i>dance</i> (lompat kangkang, lompat jongkok, putar, guling depan, dan meroda) Rubrik penilaian unjuk kerja senam lantai

1. Teknik penilaian:

b. Tes unjuk kerja (psikomotor)

Lakukan menggabungkan gerakan akrobatik dan dance.

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 6

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 60$$

c. Pengamatan sikap (afeksi)

Menggabungkan gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok dengan menekankan nilai kedisiplinan, keberanian dan keselamatan.

Keterangan:

Berikan tanda cek(✓) pada kolom 1 s.d 6 yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

d. Kuis/test (kognisi)

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai alat yang digunakan untuk senam lantai

Keterangan:

Berikan penilaian terhadap kualitas jawaban peserta didik, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 6

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 10$$

Nilai akhir yang diperoleh Peserta didik

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

2. Rubrik Penilaian

RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA SENAM LANTAI

Aspek Yang Dinilai
Gabungkangerakan akrobatik dan dance
1 Gerakan akrobatik
2 Gerakan dance
3 Kesenambungan gerakan.
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 18

RUBRIK PENILAIAN PERILAKU DALAM SENAM LANTAI

Perilaku Yang Diharapkan
1.Percaya diri (tidak ragu-ragu saat melakukan gerakan)
2. Kerja sama (tertib dalam menunggu giliran)
3. Tanggung jawab (menghindari cedera dengan cara mengikuti teknik yang ditentukan)
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 18

RUBRIK PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP DALAM SENAM LANTAI

1. Sebutkan alat yang digunakan untuk senam lantai!.
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6

INSTRUMEN PENILAIAN UNTUK MENGUKUR KARAKTER

SK	KD	Materi	Aspek yang dinilai	Cek (√)			
				1	2	3	4
8	8.1	Senam lantai	Percaya diri				
			Tanggung jawab				
			Kerjasama				
Jumlah							

Kriteria Nilai karakter untuk 1 semester:

Keterangan Nilai Kualitatif	
4	Membudaya (MK)
3	Mulai Berkembang (MB)
2	Mulai terlihat (MT)
1	Belm terlihat (BT)

Jakarta,

.....

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Mapel

.....
NIP

.....
NIP

B. RPP Kurikulum 2013

Berikut ini adalah contoh Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) 2013 untuk mata pelajaran Penjasorkes di Sekolah.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SMP Model
Mata Pelajaran : Penjasorkes
Kelas/semester : VII/Satu
Materi Pokok : Senam Lantai
Alokasi Waktu : 2 pertemuan (6 JP)

A. Kompetensi Inti

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan

alam dalam

3. Jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
4. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
5. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang /teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1.	1.1. Pembiasaan perilaku berdoa sebelum dan sesudah pelajaran 1.2. Membiasakan berperilaku baik dalam berolahraga dan latihan	1. Berdoa sebelum pelajaran 2. Berdoa sesudah pelajaran 3. Menggunakan pakaian olahraga secara tepat dan sopan
2.	2.1. Bertanggungjawab dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran serta menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar. 2.2. Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik	1. Mengembalikan alat-alat olahraga pada tempatnya setelah digunakan 2. Berhati-hati dalam melakukan gerakan olahraga 3. Menjalankan peraturan keselamatan dalam senam (menyadari ruang gerak, menjaga teman yang sedang melakukan).
3.	3.1. Memahami konsep gabungan pola gerak dominan dalam bentuk rangkaian keterampilan dasar senam lantai	1. Menjelaskan konsep gerak mengguling dengan benar. 2. Menjelaskan konsep gerak keseimbangan dengan benar. 3. Menjelaskan konsep rangkaian gerak guling depan

		dan <i>headstand</i> dengan benar. 4. Menjelaskan konsep rangkaian gerak guling belakang dan sikap lilin dengan benar
4.	4.1. Mempraktikkan gabungan pola gerak dominan menuju teknik dasar senam	1. Melakukan rangkaian gerakan guling depan dan <i>headstand</i> dengan koordinasi yang baik. 2. Melakukan rangkaian gerakan guling belakang dan sikap lilin dengan koordinasi yang baik

C. Materi Pembelajaran

1. Pertemuan 1
Rangkaian *Roll* dan *Headstand(balance)*
2. Pertemuan 2
Rangkaian *Roll* dan Sikap lilin (*balance*)

D. Sumber Belajar

- Muhajir dan Sutrisno, Budi. 2013. *Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakan Ke-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 169-182
- Muhajir dan Sutrisno, Budi. 2013. *Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP/MTs Kelas VII*. cetakan Ke-1. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif. Hal: 138-143

E. Media Pembelajaran

1. Media
Judul Video : Senam lantai 1 tahun 2012. Sri Winarni
2. Alat dan bahan
Laptop : 1 buah
LCD : 1 buah
Screen monitor: 1 buah
Matras : 8 buah

- Bola : 8 buah
- Simpai : 8 buah
- Cone : 8 buah
- Balok kayu : 8 buah
- Arena : Ruang serba guna SMP...

F. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan 1

a. Pendahuluan (25menit)

1. Menyiapkan peserta didik dalam barisan empat bersyaf melengkung (semua peserta didik dapat melihat guru)
2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatannya.
3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.
4. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu.
5. Memotivasi siswa dengan menjelaskan manfaat aktivitas senam lantai untuk kebugaran jasmani, untuk membangun sikap keberanian.
6. Melakukan apersepsi dengan membandingkan gerak benda dengan bentuk bulat, segi tiga, dan persegi. Menganalogikan gerakan benda yang dapat dilakukan manusia.
7. Melakukan pemanasan dalam bentuk bermain aksi reaksi, penguluran, pelepasan, penguatan diutamakan untuk otot-otot yang akan banyak digunakan untuk melakukan guling ke depan, guling ke belakang, dan headstand: otot perut, otot punggung, otot lengan, persendian (sambil menjelaskan fungsi dari setiap gerakan)

b. Kegiatan inti (80 menit)

Kegiatan 1

Mengamati

1. Peserta didik dibagi ke dalam kelompok kecil yang terdiri dari 4 orang (putra/putri sendiri) dengan kemampuan awal yang bervariasi.
2. Dalam kelompok kecil peserta didik mengidentifikasi gerakan dari benda dengan bentuk bulat, segitiga, dan persegi. (dituangkan dalam lembar observasi) dalam waktu 5 menit:

Hal yang diamati	Bulat	Segitiga	Persegi
Sifat benda	Stabil/labil		
Luas alas			
Kesimpulan			

Mempertanyakan.

Dalam kelompok peserta didik mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan konsep gerak mengguling dan *balance* (misalnya: (1) Mengapa benda bulat bersifat labil? (2) Mengapa benda berbentuk segitiga atau persegi bersifat stabil?).

Mengesplorasi

Dalam kelompok kecil peserta didik:

1. Mencoba melakukan gerak labil (mengguling) ke depan untuk ...
2. Mencoba melakukan gerak guling ke belakang untuk ...
3. Peserta didik melakukan gerak stabil *headstand*.

Setiap siswa harus bertanggungjawab atas hasil observasi kelompok.

Mengasosiasi

1. Setiap kelompok menemukan kesalahan yang sering dilakukan pada gerakan roll.
2. Menemukan cara untuk menjaga keseimbangan (posisi stabil) dengan benar.
3. Peserta didik dalam kelompoknya dapat menemukan konsep gerak labil dan stabil yang sering terjadi dalam melakukan gerak mengguling dan *balance*.

Mengomunikasikan

1. Semua kelompok dikumpulkan, masing-masing kelompok mempresentasikan hasil pengamatan.
2. Semua kelompok berdiskusi dan melakukan refleksi.
3. Peserta didik menunjukkan sikap respek pada orang lain dengan mendengarkan secara seksama setiap ada orang lain yang berpendapat.

Kegiatan 2:

Mengamati

1. Peserta didik memperhatikan penjelasan mengenai peraturan keselamatan dari guru.
2. Setiap anggota kelompok bergantian meniru gerakan benda berbentuk bulat (menggelinding) dengan mendapat dorongan dari temannya agar dapat bergerak. (Penekanannya agar setiap anggota kelompok saling menjaga keselamatan anggota kelompoknya). Teman yang tidak melakukan mengamati gerakan temannya. (waktu 10 menit).

Fokus yang diamati	Keterangan		
Bentuk tubuh diawal gerakan	Bulat	Mendekati bulat	Tidak bulat
Bentuk tubuh saat bergerak	Bulat	Mendekati bulat	Tidak bulat
Bentuk tubuh diakhir gerakan	Bulat	Mendekati bulat	Tidak bulat
Gerakan	Mengelinding lurus	Menggeling tidak lurus	Tidak menggeling
Kesimpulan			

Setiap kelompok mendiskusikan hasil pengamatannya.

Kegiatan 3

1. Mengamati video gerakan guling ke depan, guling ke belakang, dan sikap lilin.
2. Dalam kelompok kecil peserta didik diminta mengamati (waktu 5 menit)

Fokus Yang Diamati	Sikap Awal	Saat Bergerak	Sikap Akhir
Dagu			
Lutut			
Tangan			
Kaki			

Kesimpulan :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. Dalam kelompok kecil peserta didik menganalisis hasil pengamatan terhadap teman di kelompoknya dengan hasil pengamatan pada tayangan video.
4. Hasil pengamatan dikomunikasikan kepada anggota kelompok yang diamati. (peserta didik menghargai pendapat observer).
5. Lakukan reflkesi bersama.

Kegiatan 4

Mengamati.

1. Peserta didik memperhatikan penjelasan cara membantu teman melakukan guling ke depan, guling ke belakang, dan headstand.

Mempertanyakan.

1. Dalam kelompok kecil, peserta didik mempertanyakan hal berkaitan dengan cara menjaga keselamatan diri dan orang lain.
2. Berdasarkan hasil pengamatan, kembangkanlah sejumlah pertanyaan yang akan kalian tanyakan, diskusikan pertanyaan apa yang akan kalian ajukan, dan kemudian tuliskan dalam lembar kerja siswa (LKS) yang telah tersedia?
3. Guru memeriksa pertanyaan yang dikembangkan oleh kelompok, dan memintakan kelompok yang paling baik mengajukan pertanyaan untuk membacakannya.

Mengeksplorasi.

1. Setiap peserta didik bergantian melakukan latihan gerakan guling ke depan sikap awal dari jongkok, dengan dibantu oleh temannya. Masing-masing melakukan latihan dengan pengulangan.
2. Peserta didik yang tidak melakukan atau membantu, bertugas mengamati gerakan yang dilakukan.

Fokus yang diamati	Keterangan (isi dengan angka 1,2,3,4,5,6,7)
Tangan	
Dagu	
Lutut	
Kaki	

Keterangan:

1. Kedua tangan yang bertumpu tidak tepat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat) dengan ujung kaki.
2. Tumpuan salah satu atau kedua tangan kurang kuat, sehingga keseimbangan badan kurang sempurna, akibatnya badan jatuh kesamping
3. Bahu tidak diletakkan di matras saat tangan dibengkokkan.
4. Kedua tangan tidak menolak matras saat mengguling.
5. Daggu terbuka sehingga tidak membentuk bulatan
6. Lutut terlalu rapat sehingga daggu terbuka.
7. Kedua kaki tidak ditolakkan saat mulai gerakan.

Masukan :

.....

.....

.....

.....

Pengamat :

Yang diamati :

Kegiatan 5

1. Lomba rangkaian gerak roll dan *balance* antar kelompok.
2. Tiap peserta didik akan berlomba dengan peserta didik dari kelompok lain sesuai urutan nomer tampil. (no urut 1 akan berlomba dengan no urut 1 dari kel lain).
3. Juri perlombaan terdiri dari 8 peserta didik yang berasal dari perwakilan kelompok.
4. Skor akhir adalah gabungan skor yang diperoleh dari setiap anggota kelompok.

c. Penutup (15 menit)

1. Peserta didik melakukan pelepasan dan pelepasan

2. Peserta didik bersama guru, melakukan refleksi.

Ajukan kepada peserta didik pertanyaan:

a. Apa yang telah kalian pelajari hari ini?

b. Apa yang kalian pikirkan tadi pada saat akan melakukan guling ke depan atau guling ke belakang?

c. Bagaimana perasaan kalian sebelum dan setelah melakukan gerakan?

d. Mengapa kalian tadi mendekatkan dagu ke dada selama berguling ke depan?

e. Bagaimana cara membantu teman yang akan berguling ke depan?

f. Bagaimana cara membantu teman yang akan berguling ke belakang?

g. Apa yang harus diperhatikan ketika kita melakukan gerakan berguling?

h. Apa yang harus diperhatikan ketika melakukan gerakan headstand?

3. Peserta didik bersama guru menyimpulkan konsep gerakan mengguling, gerakan keseimbangan dan merangkai gerakan.

4. Peserta didik menerima tugas latihan penguatan otot perut (*sit up*) dan otot tangan (*pushup*) untuk persiapan materi minggu depan rangkaian roll dan sikap lilin.

5. Peserta didik bersama-sama guru berdoa

6. Setiap kelompok mengembalikan alat ke tempat penyimpanan dengan tertib.

Pertemuan 2

a. Pendahuluan (25 menit)

1. Menyiapkan peserta didik dalam barisan empat bersyaf setengah lingkaran (semua peserta didik dapat melihat guru)

2. Dipimpin berdoa untuk keselamatan dalam pembelajaran dan kebermanfaatannya.

3. Mengecek kehadiran semua peserta didik dan menanyakan kesehatan mereka secara umum.

4. Menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai pada hari itu.

5. Melakukan apersepsi dengan mengajukan pertanyaan kepada peserta didik tentang berbagai gerakan stabil dan labil.

6. Mendiskusikan berbagai kemungkinan menggabungkan pola gerak dasar (gerak stabil dan labil).
7. Melakukan pemanasan dalam bentuk bermain aksi reaksi berkelompok, penguluran, pelepasan, penguatan diutamakan untuk otot-otot yang akan banyak digunakan untuk melakukan guling dan sikap lilin: otot tangan, otot punggung, otot perut, persendian (sambil menjelaskan fungsi dari setiap gerakan).

b. Kegiatan inti (80 menit)

Mengamati

Peserta didik mengamati video gerakan sikap lilin.

Mempertanyakan

1. Dalam kelompok kecil, peserta didik mempertanyakan konsep gerakan sikap lilin melalui diskusi.
2. Peserta didik mempertanyakan dalam kelompoknya, dengan panduan guru: Berdasarkan hasil pengamatan, kembangkanlah sejumlah pertanyaan yang akan kalian tanyakan, diskusikan pertanyaan apa yang akan kalian ajukan, dan kemudian tuliskan dalam LKS yang telah tersedia?
3. Guru memeriksa pertanyaan yang dikembangkan oleh kelompok, dan meminta kelompok yang paling baik mengajukan pertanyaan untuk membacakannya.

Mengeksplorasi

1. Peserta didik mengulang latihan guling ke depan bergiliran, berbaris rapi dibagi sesuai jumlah matras yang tersedia. Setiap peserta didik harus antri sesuai giliran, menghargai teman, dan melakukan aktivitas sesuai peraturan dan perintah guru.
2. Dalam kelompok kecil peserta didik melakukan latihan sikap lilin dibantu teman.
3. Peserta didik melakukan latihan sikap lilin tanpa bantuan teman
4. Dalam kelompok kecil, peserta didik melakukan rangkaian sikap lilin dan guling ke belakang.

Mengasosiasi

Dalam kelompok kecil peserta didik menemukan cara yang tepat untuk melakukan gerakan sikap lilin dan menjaga keseimbangan tubuh.

Mengomunikasikan

Setiap kelompok mewakilkan anggotanya untuk memperagakan rangkaian roll dan sikap lilin.

c. Kegiatan Penutup

1. Seluruh kelompok dikumpulkan, guru mengumumkan juaranya. Dalam kegiatan ini guru menggiring siswa pada sikap menghargai kemenangan dengan pertanyaan:

- a. Bagaimana perasaan kalian sebagai pemenang?
- b. Bagaimana perasaan kalian sebagai kelompok yang kalah?
- c. Mengapa bisa menang, mengapa kalah?

Dalam kelompok masing-masing, peserta didik melakukan pendinginan dengan melakukan pijat berantai.

2. Melakukan refleksi: dengan mengajukan pertanyaan kepada peserta didik:

- a. Apa yang telah kalian pelajari hari ini?
- b. Apa yang kalian pikirkan tadi pada saat akan melakukan sikap lilin?
- c. Bagaimana perasaan kalian sebelum dan setelah melakukan gerakan?
- d. Bagaimana cara membantu teman yang akan sikap lilin?
- e. Bagaimana cara membantu teman yang akan berguling ke belakang?
- f. Apa yang harus diperhatikan ketika kita melakukan gerakan berguling?
- g. Apa yang harus diperhatikan saat melakukan gerak keseimbangan (headstand, sikap lilin)?
- h. Otot-otot apa saja yang harus kuat saat melakukan gerakan keseimbangan?

3. Memberi tugas kelompok: mencari bentuk-bentuk varisasi gerakan guling ke depan, guling ke belakang, sikap lilin, dan *headstand*.

4. Menyampaikan materi untuk pertemuan yang akan datang.

5. Mengakhiri pembelajaran dengan doa untuk mensyukuri keselamatan dan kesehatan dalam pembelajaran.

G. Penilaian

1. Sikap spiritual

- a. Teknik Penilaian: Observasi
- b. Bentuk Instrumen: Lembar observasi
- c. Kisi-kisi:

No.	Indikator penilaian Sikap/nilai	Butir Instrumen
1.	Berdoa sebelum dan sesudah pelajaran	1
2.	Menggunakan pakaian dan sepatu olahraga ketika berolahraga	2

2. Sikap sosial

- a. Teknik Penilaian: Penilaian sejawat (antar teman)
- b. Bentuk Instrumen: skala sikap
- c. Kisi-kisi:

No.	Sikap/nilai	Butir Instrumen
1.	Tanggung jawab diri dan orang lain	1
2.	Tanggung jawab alat	2
3.	Kedisiplinan	3

Instrumen: lihat Lampiran 1

3. Pengetahuan

- a. Teknik Penilaian: Portofolio
- b. Bentuk Instrumen: daftar cek
- c. Kisi-kisi:

No.	Indikator	Butir Instrumen
1.	Menjelaskan konsep gerak mengguling dengan benar	1
2.	Menjelaskan konsep gerak keseimbangan dengan benar	2
3.	Menjelaskan pola gabungan gerakan guling ke depan dan headstand dengan rangkaian yang benar	3
4.	Menjelaskan pola gabungan gerakan guling ke belakang dan sikap lilindengan rangkaian yang benar	4

Instrumen: lihat Lampiran 3

4. Keterampilan

a. Teknik Penilaian: Observasi

b. Kisi-kisi:

No.	Keterampilan	Butir Instrumen
1.	Merangkai guling ke depan dan <i>headstand</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6
2.	Merangkai guling belakang dan sikap lilin	1, 2, 3, 4, 5, 6

Instrumen: lihat Lampiran 2

Jakarta,

.....

Mengetahui
Kepala Sekolah

Guru Mapel

.....
NIP

.....
NIP

Lampiran 1. Penilaian Sikap Spiritual dan Sosial

No	Perilaku yang diharapkan	Pengamat	
		Teman (skor)	Guru (skor)
1.	Melakukan doa sebelum dan sesudah pelajaran		
2.	Menggunakan pakaian olahraga yang santun saat pembelajaran penjasorkes		
Jumlah skor maksimal: 16			

Nilai sikap spiritual = jumlah skor : Jumlah skor maksimal x 100

Rangkaian terlihat dinamis

Kriteria guling depan yang benar:

1. Kedua tangan menumpu meletakkan tengkuk di matras
2. Badan dibulatkan
3. Menjaga arah gerakan lurus
4. Kembali ke posisi semula

Kriteria melakukan headstand yang benar :

1. Kedua kaki terlepas dari lantai bertumpu pada kepala dan kedua tangan
2. Badan terlihat kencang tegak lurus terhadap bidang tumpuan
3. Lutut lurus kaki runcing
4. Bertahan minimal dua detik

Kriteria rangkaian gerak guling ke belakang dan sikap lilin

1. Melakukan setengah guling belakang dilanjutkan sikap lilin
2. Rangkaian gerakan lurus
3. Rangkaian langsung tanpa jeda berhenti
4. Rangkaian terlihat dinamis

Kriteria guling belakang yang benar:

1. Kedua tangan diangkat disamping telinga
2. Badan dibulatkan
3. Kedua tangan mendorong badan ke belakang
4. Kembali ke posisi semula

Kriteria sikap lilin yang benar:

1. Mengangkat kedua kaki dan pinggul
2. Kedua tangan menyangga pinggang

- 3. Kedua kaki dan badan kencang tegak lurus dengan lantai
- 4. Bertahan minimal dua detik

Petunjuk penilaian

Skor	Keterangan
4	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3,4
3	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3
2	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2
1	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1

Lampiran 2. Penilaian pengetahuan Juri

INSTRUMEN PENILAIAN PENGETAHUAN RANGKAIAN GERAK DASAR SENAM LANTAI

No	Butir pertanyaan	Kualitas jawaban			
		1	2	3	4
1.	Jelaskan konsep mengguling (roll) dalam senam lantai!				
2.	Jelaskan konsep keseimbangan (balance)!				
3.	Jelaskan bagaimana merangkai Gerakan guling ke depan dan <i>headstand</i> yang benar!				
4.	Jelaskan bagaimana merangkai Gerakan guling ke belakang dan sikap lilin yang benar!				
Jumlah skor = 16					

Nilai Pengetahuan Rangkaian Gerak Dasar Senam =

$$= \text{Jumlah Skor} : \text{jumlah skor maksimal} \times 100$$

Konsep gerak mengguling (*roll*):

1. Gerak labil
2. Luas alas makin kecil makin mudah mengguling
3. Bentuk tubuh makin bulat mudah menggelinding
4. Ada tolakan dari kaki dan kedua tangan

Konsep gerak keseimbangan (*balance*)

1. Gerak stabil
2. Luas alas makin lebar makin stabil
3. Memiliki Kekuatan otot perut dan tangan
4. Makin rendah makin stabil

Kriteria rangkaian gerakan guling ke depan dan *headstand*:

1. Diawali gerakan *headstand* dilanjutkan guling depan
2. Rangkaian gerakan lurus
3. Rangkaian langsung tanpa jeda berhenti
4. Rangkaian terlihat dinamis

Kriteria rangkaian gerak guling ke belakang dan sikap lilin

1. Melakukan setengah guling belakang dilanjutkan sikap lilin
2. Rangkaian gerakan lurus
3. Rangkaian langsung tanpa jeda berhenti
4. Rangkaian terlihat dinamis

Petunjuk penilaian

Skor	Keterangan
4	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3,4
3	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2,3
2	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1,2
1	Jika peserta didik memenuhi kriteria 1

Lampiran 3. Lembar Penilaian Psikomotor

Nomer urut :
 Kelompok :
 Nama :

No.	Kesalahan	Pemotongan Nilai		
		Kecil (0,1)	Sedang (0,2)	Besar (0,3)
1.	Kedua tangan yang bertumpu tidak tepat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat) dengan ujung kaki.			
2.	Tumpuan salah satu atau kedua tangan kurang kuat, sehingga keseimbangan badan kurang sempurna, akibatnya badan jatuh kesamping			
3.	Bahu tidak diletakkan di matras saat tangan dibengkokkan.			
4.	Kedua tangan tidak menolak matras saat mengguling.			
5.	Dagu terbuka sehingga tidak membentuk bulatan			
6.	Lutut terlalu rapat sehingga dagu terbuka.			
7.	Kedua kaki tidak ditolakkan saat mulai gerakan mengguling.			
8.	Gerak keseimbangan dilakukan kurang dari 2 detik			
9.	Lutut ditekuk			
10.	Lutu terbuka			
11.	Badan tidak kencang			
12.	Ada jeda saat melakukan rangkaian			
13.	Tidak yakin melakukan gerakan			
	Total :			

Juri : (.....)

Lampiran 5 Lembar Rekap Penilaian untuk Guru

FORMULIR PENILAIAN KEMAJUAN BELAJAR SISWA (NILAI HARIAN)																					
Kelas/ Semester :										Hari/Tgl :											
Materi : Senam Lantai										Tempat :											
No.	Nama	NIS	KONDISI AWAL SISWA	KI-1	KI-1	KI-1	KI-2	KI-2	KI-3	KI-3	KI-3	KI-4	KI-4	KI-4	KI-4	KI-4	NILAI AKHIR				
				Doa	Harga OL	Seragam	Tanggung jawab keselamatan dari + ol	Taggung jawab thd alat	Disiplin	Peng Konsep Roll	Peng Konsep Balance	Peng Rangk Roll Depan Headstand	Peng Rangk Roll Bel Lilin	Ket Headstand	Ket Guling Depan	Ket Rangk Roll Belakang Lilin	Ket Guling Belakang	Ket Sikap Lilin	Sikap Spiritual + Sosial	Pengetahuan	Keterampilan
1	NOVA DWI DEWANTORO	16		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	SB	4.00	4.00
2	NUR ALFAN BURHANI	17		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	B	3.00	3.00
3	NURIN WARDAYA	18		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	C	2.00	2.00
4	OBED ADRIANUS TANGGUMARA	19		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	K	1.00	1.00
5	RETNO KINANTI RAHAYU	20																	#	REVISI	REVISI
6	SATRIYA PRIYAMBODO	21																	#	REVISI	REVISI
7	SHAHRUL DOFIE ANGGREAWAN	22																	#	REVISI	REVISI
29																			#	REVISI	REVISI
30																			#	REVISI	REVISI
31																			#	REVISI	REVISI
32																			#	REVISI	REVISI

Catatan Evaluasi Diri:

Perencanaan : _____ Guru,

Proses Pelaks : _____

Hasil : _____

Hasil akhir nilai diri : Nama Guru _____

Model RPP dengan asumsi 1 rombongan belajar 32 peserta didik

DAFTAR PUSTAKA

- Auweele, Y.V. et. al. (1999). *Psychology for Physical Educators*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Crum, B. (2003). To Teach or Not To Be, That Is The Question. Reflections On The Identity Crisis and The Future of Physical Education. Makalah pada Didactic Course On Sport Game, Bandung.
- Crum, B (2006). Character Development through Sport Empirical Evidence or Thinking?. Makalah pada Kuliah Umum tentang Pendidikan Jasmani.
- Freeman, William H. (2001). *Physical Education and Sport In A Changing Society*. Champaign Illinois: Human Kinetics.
- Gallahue, D.L. dan Ozmun, J.C. (1998). *Understanding Motor Development*. Singapore. McGraw-Hill Company, Inc.
- Gerber, Markus dan Puhse, Uwe (2005). *International Comparison of Physical Education: Concepts-problems-prospects*. United Kingdom. Meyer & Meyer Sport.
- Ginnis, Paul (2008) Trik dan Taktik Mengajar. Strategi Meningkatkan Pencapaian Pengajaran di Kelas. Jakarta: PT Indeks.
- Graham, G., Holt S.A. and Parker M., (2004). *Children Moving A Reflective Approach to Teaching Physical Education*. New York: Mc Graw Hill Higher Education.
- Grout, Harvey dan Long, Gareth (2009) Improving Teaching & Learning in Physical Education. Open University Press: The McGraw Hill Companies.
- Hamzah B. Uno (2008) Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harrison, Joyce M. dan Blakemore, Connie L. (1983). *Instructional Strategies For Secondary School Physical Education*. Dubuque. Wm.C. Brown Publishers.

- Kelvin Seifert (2008) *Educational Psychology. Manajemen Pembelajaran dan Instruksi Pendidikan. Manajemen Mutu Psikologi Pendidikan Para Pendidik*. Terjemahan: Yunus Anas. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Kretchmer, R.S. (2005). *Practical Philosophy of Sport and Physical Activity*. Champaign Illinois: Human Kinetics.
- Lang, H.R., dan Evans D.N. (2006). *Models, Strategies, and Methods For Effective Teaching*. Boston: Pearson Education, Inc.
- Maksum, A. (2007). *Psikologi Olahraga: Teori dan aplikasi*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan – Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, A. (2005). Olahraga membentuk karakter: Fakta atau mitos. *Jurnal Ordik*, edisi April vol. 3, No. 1/2005.
- Martens, Rainer. (1975) *Social Psychology & Physical Activity*. New York. The Murray Printing Company.
- Metzler, M.W. (2000). *Instructional Models For Physical Education*. Massachusetts: Allyn & Bacon A Pearson Education Company
- Mosston, M. dan Ashworth, S. (1994). *Teaching Physical Education*. New York: Macmillan College Publishing Company, Inc.
- Nichols, B. (1994). *Moving and Learning*. St. Louis, Missouri : Mosby Year Book Inc.
- Ormrod, J.E. (2004). *Human Learning*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Pangrazi, Robert P., (1992). *Physical Education for Elementary School Children*. New York. Macmillan Publishing Company.
- Pemerintah Republik Indonesia. 2010. *Kebijakan Nasional Pembangunan Karakter Bangsa Tahun 2010-2025*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Kemdiknas.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.

- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2006 tentang Standar Proses untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 tentang Standar Kompetensi Akademik dan Kompetensi Guru.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa. Cet. I.
- Pusat Kurikulum Kemdiknas. 2009. *Pengembangan dan Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa: Pedoman Sekolah*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Kemdiknas.
- Rink, Judith E. (1993). *Teaching Physical Education for Learning, fourth edition*. St.Louis: Mosby-Year Book . Inc.
- Rink, J.E., (1985). *Teaching Physical Education for Learning*. Missouri: Time Mirror/Mosby College Publishing.
- Shields, DLL. & Bredemeier, BJL. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Shields, DLL. & Bredemeier, BJL. (2006). Sport and character development. *Research Digest*, Series 7, No. 1, March 2006.
- Stornes, T., & Ommundsen, Y. (2004). Achievement goals, motivational climate and sportpersonship: A study of young handball players. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 48, 205-221.
- Stuntz, C.P. & Weiss, M.R. (2003). Influence of social goal orientations and peers on unsportsmanlike play. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 421-435.
- United Nations (2003). *Sport for development and peace: Towards achieving the millenium development goals*. Report from the United Nations Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace.
- Sidentop, Darryl. ed. (1994). *Sport Education: Quality Physical Education Through Positive Sport Experience*. Champaign: Humen Kinetics.

- Singer, R.N; Dick, W.(1980). *Teaching Physical Education: A System Approach*. Boston; Houghton Mifflin Company.
- Siedentop, D. (1994). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport*. Mountain View: Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mountain View, California: Mayfield Publishing Company.
- Stillwell, J.L., dan Willgoose, C.E., (1997). *The Physical Education Curriculum*. Illinois: Waveland Press, Inc.
- Tinning, R. et.al. (2001). *Becoming A Physical Education Teacher*. Melbourne: Prentice Hall.
- Thomas, J.R., Lee, A.M. and Thomas, Katherine T. (1988). *Physical Education for Children Concepts into Practice*. Champaign Illinois: Human Kinetics Book.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Vendien, C.L. dan Nixon J.E. (1985). *Physical Education Teacher Education. Guidelines for Sport Pedagogy*. New York: John Wiley and Sons.
- Wall, Jennifer dan Murray, Nancy. (1994). *Children and Movement Physical Education in Elementary School*. Dubuque IL. Wm.C. Brown Communication, Inc.
- Weinberg, Robert S and Gould, Daniel (2003). *Foundation of Sport and exercise Psychology*, 3rd edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wuest, D.A. dan Bucher, C.A. (1995). *Foundations of Physical Education and Sport*. St Louis, Missouri : Mosby-Year Book, Inc.

BIODATA PENULIS 1



Dr. Sri Winarni, M.Pd. lahir di Banjarnegara, 5 Februari 1970 tepatnya di desa Mantrianom, Kecamatan Bawang Kabupaten Banjarnegara. Masa kecil penulis penuh tantangan kehidupan tekanan ekonomi namun tidak mengurangi kebahagiaan, karena selalu dipenuhi dengan cinta dan kasih sayang orang tua (Bpk. Ardjo Pawiro dan Ibu Chamidah) serta keluarga besar (enam bersaudara). Penulis menyelesaikan pendidikan

formal di SD Negeri Bandingan (1982), SMP Negeri Bawang (1982-1985), SMA Negeri Banjarnegara (1985-1988), kemudian melanjutkan ke IKIP Bandung dan memperoleh gelar sarjana tahun 1993. Setelah lulus di IKIP Bandung penulis menjadi Dosen di FPOK IKIP Yogyakarta, melanjutkan studi S2 di Sekolah Pasca Sarjana UPI Bandung dan memperoleh gelar Master Pendidikan Olahraga pada tahun 2003, kemudian melanjutkan ke program studi Doktoral di tempat yang sama dan selesai pada tahun 2012.

Penulis adalah staff pengajar di FIK UNY sejak tahun 1994 hingga sekarang, dan pernah mengajar di UPN untuk mata kuliah olahraga, di UNRIO dalam mata kuliah kependidikan. Penulis juga pernah menjadi narasumber di Direktorat SMP Kemendibud RI tahun 2011 hingga sekarang, dan narasumber di direktorat GTK Kemendibud RI, dan Asesor Calon Kepala Sekolah.

BIODATA PENULIS 2



Mia Kusumawati, lahir di Bandung 14 Mei 1985. Penulis menyelesaikan pendidikan formal di TK Yayasan Beribu (1991), melanjutkan di SDN Sejahtera 6 (1991-1997), SLTP Negeri 40 Bandung (1997-2000), SMA PGRI 1 (2000-2003). Setelah lulus SMA, penulis melanjutkan ke jenjang S-1 Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dan selesai tahun 2008. Penulis kemudian melanjutkan studi S-2 Olahraga PPs UPI lulus tahun 2011.

Penulis bekerja sebagai tenaga pengajar pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi di UNISMA Bekasi dan mengampu mata kuliah biomekanika olahraga dan penelitian pendidikan. Saat ini penulis menjabat sebagai Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi di UNISMA Bekasi.

Pengalaman penelitian penulis tahun 2011 meneliti dampak kegiatan ekstrakurikuler terhadap perilaku sosial. Tahun 2012 meneliti tentang analisis kinerja guru penjas se-Kota Bekasi (hibah LPPM UNISMA). Tahun 2013 meneliti tentang analisis kualitas pembelajaran Prodi Penjaskesrek FKIP UNISMA Bekasi (hibah LPPM UNISMA), dan Pengaruh latihan *insanity* terhadap komponen biomotor tubuh (hibah DIKTI dosen pemula). Tahun 2014 meneliti tentang analisis *anxiety* atlet PORDA Kota Bekasi (hibah DIKTI dosen pemula). Tahun 2015 menulis buku tentang Penelitian Pendidikan.

Penulis berharap, buku ini akan bermanfaat bagi mahasiswa sehingga dapat membantu para mahasiswa dalam proses pembelajaran, sebagai penambah ilmu pengetahuan dan pengembangan wawasan dalam mengajar atau melatih olahraga.