

**PENINGKATAN KOMPETENSI MENGAJAR GURU PJOK  
MELALUI *LESSON STUDY* PADA TINGKAT SATUAN  
PENDIDIKAN SEKOLAH DASAR NEGERI  
DI KECAMATAN PLAJU**

**TESIS**

**Oleh**

**Agnes Sopiya Maliza**

**06042682327003**

**Program Studi Magister Pendidikan Olahraga**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2024**

**PENINGKATAN KOMPETENSI MENGAJAR GURU PJOK  
MELALUI *LESSON STUDY* PADA TINGKAT SATUAN  
SEKOLAH DASAR NEGERI DI KECAMATAN PLAJU**

**TESIS**

**Oleh**

**Agnes Sopiya Maliza**


**NIM 06042682327003**

**Mengesahkan :**


**Pembimbing 1**

  
**Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.**  
**NIP. 198801312019031011**

**Pembimbing 2**

  
**Dr. Herri Yusfi, M.Pd.**  
**NIP.198707022024211004**

**Dekan**

  
  
**Dr. Hartono, M.A.**  
**NIP. 196710171993011001**

**KPS Pendidikan Olahraga**

  
**Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.**  
**NIP. 198801312019031011**

## LEMBAR PENGESAHAN REVISI HASIL PENELITIAN

Hasil Penelitian Tesis oleh Agnes Sopiya Maliza, NIM 06042682327003, dengan Judul Peningkatan Kompetensi Mengajar Guru PJOK Melalui *Lesson Study* Pada Tingkat Satuan Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Plaju, telah direvisi sesuai dengan saran penguji.

### Tim Penguji

1. Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd



Pembimbing 1

2. Dr. Herri Yusfi, M.Pd



Pembimbing 2

3. Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes



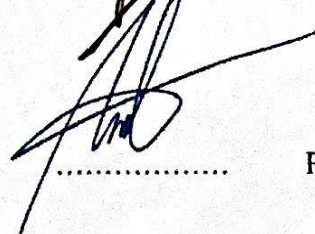
Penguji 1

4. Prof. Dr. Iyakrus, M.Kes



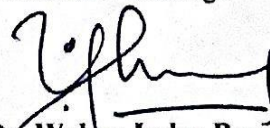
Penguji 2

5. Dr. Arizky Ramadhan, M.Pd



Penguji 3

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi  
Pendidikan Olahraga



Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.  
NIP. 198801312019031011

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : agnes sofiyah maliza

NIM : 06042682327003

Program Studi : Magister Pendidikan Olahraga

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa tesis yang berjudul “PENINGKATAN KOMPETENSI MENGAJAR GURU PJOK MELALUI *LESSON STUDY* PADA TINGKAT SATUAN PENDIDIKAN SEKOLAH DASAR NEGERI DI KECAMATAN PLAJU ” ini adalah benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam tesis ini dan/atau pengaduan pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya. Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun

Palembang, 2024

Peneliti



Agnes sofiyah maliza

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN AKHIR .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN REVISI HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>iii</b>

<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>x</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>xi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Permasalahan Penelitian .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani dan Kesehatan .....	5
2.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani .....	5
2.1.2 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah .....	7
2.2 Hakikat Kompetensi Mengajar Guru .....	8
2.2.1 Pengertian Kompetensi Mengajar Guru .....	8
2.2.2 Kompetensi Mengajar Guru PJOK .....	9
2.3 <i>Lesson Study</i> .....	13
2.4 Penelitian Relevan .....	14
2.5 Kerangka Berpikir .....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>17</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	17
3.2 Rancangan Penelitian .....	17
3.3 Subjek Penelitian .....	19
3.4 Instrumen Penelitian .....	19
3.5 Teknik Analisis Data .....	22 <b>BAB</b>
<b>IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>24</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	24
4.2 Pembahasan .....	34 <b>BAB</b>
<b>V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	<b>38</b>
5.1 Kesimpulan .....	38
5.2 Saran .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>39</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>47</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Permasalahan Pembelajaran.....	17
Tabel 3.1 Daftar Subjek Peneitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 3.2 Lembar Observasi Pembelajaran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.1 Data Awal Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Tabel 4.2 Data Akhir Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	17
Gambar 3.1 Tahapan Penelitian <i>Lesson Study</i> .....	19
<b>DAFTAR GRAFIK</b>	
Grafik 4.1 Menyiapkan Pembelajaran .....	28
Grafik 4.2 Membuka Pembelajaran .....	28
Grafik 4.3 Mengelola Waktu dan Arena Pembelajaran .....	29
Grafik 4.4 Mengelola Pemanasan dan Pendinginan .....	29
Grafik 4.5 Menempatkan Diri .....	30
Grafik 4.6 Membuat Perintah .....	31
Grafik 4.7 Memonitor Perintah .....	31
Grafik 4.8 Memberi Umpan Balik .....	32
Grafik 4.9 Mencatat Kemampuan Belajar Peserta Didik .....	32
Grafik 4.10 Bertanya/Refleksi/Menggali Pengalaman Belajar Peserta Didik ..	33
Grafik 4.11 Menutup Pembelajaran .....	34
Grafik 12. Mengevaluasi Diri .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	49
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian di SDN se-Kec Plaju .....	50
Lampiran 3. Permohonan Ujian Tesis .....	57
Lampiran 4. Hasil Data Pretest dan Postest Guru PJOK .....	58
Lampiran 5. Dokumentasi Guru Mengajar .....	78



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran keterampilan mengajar guru dan memahami dampak pendekatan *lesson study* terhadap peningkatan keterampilan mengajar guru PJOK. *Lesson study* adalah sebuah metode kolaboratif di mana guru-guru bekerja sama untuk merancang, mengamati, dan merefleksikan proses pembelajaran PJOK. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (*Action Research*) adalah metode penelitian yang berperan dalam meningkatkan efektivitas dan efisiensi kerja adalah penelitian tindakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran keterampilan mengajar guru sebelum dan sesudah pendekatan *lesson study* dan untuk memahami dampak pendekatan *lesson study* terhadap peningkatan keterampilan mengajar guru PJOK. Subjek dalam penelitian ini adalah guru – guru PJOK yang mengajar pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Dasar Negeri yang ada di Kecamatan Plaju, yang berjumlah 10 orang. Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat perbedaan antara hasil uji kompetensi guru PJOK dengan data awal skor rata-rata adalah 23,5 sedangkan skor rata-rata data akhir adalah 35,4. Hasil pendekatan *lesson study* berhasil diterapkan dalam pembelajaran sehingga meningkatkan kontribusi peserta didik lebih dominan dari sebelumnya. Melalui pendekatan *lesson study* kompetensi mengajar guru PJOK di SDN se-Kecamatan Plaju lebih meningkat sehingga pembelajaran lebih efektif dan lebih meningkatkan antusiasme peserta didik. Implikasi pada penelitian ini menunjukkan bahwa *lesson study* menjadi pendekatan yang tepat untuk meningkatkan keterampilan mengajar guru PJOK dan pembelajaran lebih inovatif, efisien dan efektif bagi peserta didik. **Kata Kunci:** PJOK, Keterampilan Mengajar, *Lesson Study*.

## ABSTRACT

*This research aims to determine the description of teachers' teaching skills and understand the impact of learning approaches on improving the teaching skills of PJOK teachers. Lesson study is a collaborative method where teachers work together to design, observe and reflect on the PJOK learning process. This research uses the action research method (Action Research), a research method that plays a role in increasing work effectiveness and efficiency, namely action research. This research aims to determine the description of teachers' teaching skills before and after the lesson study approach and to understand the impact of the lesson study approach on improving the teaching skills of PJOK teachers. The subjects in this research were PJOK teachers who taught at the State Elementary School Education Unit Level in Plaju District, totaling 10 people. Based on the results of this research, there is a difference between the results of the PJOK teacher competency test and the initial data, the average score is 23.5, while the average score for the final data is 35.4. The results of the Lesson Study approach were successfully applied in learning, thereby increasing the contribution of students more dominantly than before. Through the Lesson Study approach, the teaching competence of PJOK teachers in elementary schools throughout Plaju District is increasing so that learning is more effective and increases student enthusiasm. The implications of this research show that lesson study is the right approach to improve the teaching skills of PJOK teachers and make learning more innovative, efficient and effective for students. **Keywords:** PJOK, Teaching Skills, Lesson Study.*

## PRAKATA

Tesis dengan judul “Peningkatan Kompetensi Mengajar Guru PJOK Melalui *Lesson Study* Pada Tingkat Satuan Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Plaju” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Universitas Sriwijaya. Untuk mewujudkan tesis ini, peneliti telah mendapatkan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak dengan mengucapkan banyak terima kasih.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd dan Bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak membantu penulisan tesis ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen prodi Magister Pendidikan Olahraga yang senantiasa memberikan ilmu dan masukan dalam pembuatan tesis ini. Kemudian penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan FKIP Universitas Sriwijaya Dr. Hartono, M.A. dan Koordinator Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan tesis.

Selanjutnya penulis berterima kasih kepada seluruh guru PJOK di Kecamatan Plaju yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan tesis ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah membantu sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Baik kiranya tesis ini nantinya dapat bermanfaat untuk pengajaran studi Magister Pendidikan Olahraga dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni.

Palembang, 2024

Peneliti

Agnes Sopiya Maliza

06042682327003

## PERSEMBAHAN

Dengan rasa Syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunianya kepada saya dengan memberikan orang-orang yang telah mendukung, mendoakan dan membantu menyelesaikan tesis ini saya persembahkan untuk:

- Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa yang telah meridhoi setiap langkah yang saya lalui dalam meraih gelar Magister Keguruan di Universitas Sriwijaya. Rasa Syukur tak terhingga dan setiap doa-doa yang telah dikabulkan-Nya.
- Teristimewa kedua orang tua saya Ayah Zulkarnain dan Ibu Meri Yani. Gelar Magister ini saya persembahkan untuk kalian yang telah senantiasa memberikan dukungan baik berupa moral maupun material, serta doa yang tiada henti untuk penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi Magister hingga selesai.
- Kakak Alm. Beni Kurniawan, Kak Elfan Ayuk Anggi Anggraini, dan Adik Winda Nabila yang selalu memberikan doa dan mendukung saya. Keponakan saya M. Elpiero Algari yang menjadi hiburan kejahilan saya, semoga nanti Piero menjadi anak yang pintar dan sukses.
- Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd dan Bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd selaku pembimbing yang sangat lapang hatinya membantu dan membimbing tesis saya sampai akhir.
- Bapak dan Ibu dosen Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Bapak Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd, bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes, bapak Dr. Syafaruddin, M.Kes, ibu Prof. Dr. Hartati, M.Kes, bapak Prof. Dr. Iyakrus, M.Kes, bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd, bapak Dr. Arizky Ramadhan, M.Pd, bapak Dr. Kevin Octara, M.Pd dan bapak Dr. Samsul Azhar, M.Pd. yang sudah memberikan banyak ilmu kepada saya selama menempuh pendidikan di kampus Magister FKIP Universitas Sriwijaya.
- Kak Anca dan Yuk Lin yang sudah memberikan bantuan dan dukungan materi yang tak terhingga, adek Queena Qyara yang sudah menjadi teman di rumah semoga menjadi anak yang pintar dan sukses.
- Untuk Kak Eva Safitri yang baik hati yang selalu membantu dan memberikan motivasi untuk saya.
- Teman-teman kelas Magister Pendidikan Olahraga 23 Pak Ali, Bude Siti, Kak Nora, Kak Ayik, Yuk Fira, Kak Bowo, Dimas, Galih, Taufik, Anya, Nurpajri, Maryani yang sudah berjuang bersama sampai akhir.
- Kemudian untuk teman-teman seperjuangan mahasiswa PPG Prajabatan Gelombang 2 2023 Universitas Sriwijaya. Selamat untuk kita semua yang sudah Bersama-sama mendapatkan gelar guru profesional (Gr).
- Semua pihak lainnya yang telah membantu dan memberikan doa kepada penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT

membalas semua kebaikan dan ketulusan dengan melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat dan kebaikan bagi banyak pihak.

- Dan yang terakhir untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang hingga akhir melewati setiap langkah dan proses selama ini. Tidak mudah menjalani 2 perkuliahan sekaligus PPG dan S2 pastinya menguras banyak tenaga lahir dan batin.

## MOTTO

“Pulanglah, Orang tua di rumah menantimu membawa gelar itu. Simpan keluhmu, sebab letihmu tak sebanding dengan perjuangan mereka menghidupimu.”

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja Lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau lakukan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombanggelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan” (Boy Chandra)

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kompetensi mengajar guru sangat penting dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang efektif dan mengelola kelas dengan baik. Kemampuan mengajar mencakup berbagai aspek, seperti perencanaan pembelajaran, penerapan metode, manajemen kelas, serta evaluasi pembelajaran. Peningkatan kompetensi mengajar dapat dilakukan melalui *lesson study*, yaitu sebuah metode kolaboratif di mana guru-guru bekerja sama untuk merancang, mengamati, dan merefleksikan proses pembelajaran. Melalui *lesson study*, guru dapat mengembangkan keterampilan mengajar dan meningkatkan kualitas pembelajaran secara berkesinambungan. Peningkatan kompetensi mengajar guru sangat berpengaruh dalam pembelajaran dalam setiap jenjang pendidikan terutama Sekolah Dasar. Hal tersebut dapat difokuskan dengan kinerja guru akan tetapi keterampilan dan kompetensi mengajar guru harus ditingkatkan, kompetensi guru secara umum meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial dan kompetensi profesional (Suprihatiningrum, 2014). Nasution (2024) berpendapat bahwa kemampuan dasar dalam mengajar meliputi beragam aspek seperti perencanaan pembelajaran, implementasi metode pembelajaran, manajemen kelas, dan evaluasi pembelajaran. Kemampuan dalam meningkatkan kompetensi mengajar dapat dilakukan melalui *lesson study*.

*Lesson Study* merupakan proses kerja sama di antara sekelompok pendidik untuk mengenali masalah dalam pembelajaran, merancang skenario pembelajaran dengan mencari sumber daya seperti buku dan artikel yang terkait dengan topik yang diajarkan, melaksanakan skenario tersebut dengan salah satu pendidik sebagai

<sup>12</sup> Mengevaluasi Diri pengajar sementara yang lainnya mengamati, <sup>Memonitor</sup> mengevaluasi dan memperbarui

6. Membuat Perintah	Bertanya/Refleksi/ Menggali...	Mengelola Pemanasan dan...	Nilai
7. Memonitor Perintah	Mencatat Kemajuan Belajar...	Menempatkan Diri (memposisikan...)	
8. Memberi Umpan Balik (pengakuan kebenaran/ koreksi)	Memberi Umpan Balik (pengakuan...)	Membuat Perintah	
9. Mencatat Kemajuan Belajar Siswa			
10. Bertanya/Refleksi/ Menggali Pengalaman Belajar Siswa			
11. Menutup Pembelajaran (Apresiasi, tindak lanjut pertemuan, pembiasaan)			
<b>Total Nilai</b>			
<b>Keterangan</b>			

skenario pembelajaran, melaksanakan ulang skenario yang telah diperbarui, mengevaluasi kembali pembelajaran, dan berbagi hasil dengan pendidik lain untuk diseminasi.

*Lesson Study* merupakan model pembinaan profesional bagi pendidik melalui analisis pembelajaran secara bersama-sama dan berkelanjutan, didasarkan pada prinsip-prinsip keadilan dan pembelajaran saling-memperkaya untuk membentuk sebuah komunitas pembelajaran. Sejalan dengan pendapat Junaid & Baharuddin (2020) *Lesson Study* adalah proses di mana guru bekerja bersama dalam kelompok kecil untuk merencanakan, mengajar, mengamati, mengevaluasi ulang, dan melaporkan hasilnya dengan tujuan untuk menerapkan pembelajaran yang diperoleh dalam pengajaran individu. Agar peningkatan kompetensi mengajar dapat dilakukan melalui *lesson study* yang tidak hanya dikenal namun diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJOK). Ermiana (2019) berpendapat *Lesson Study* dipilih sebagai metode karena selama ini pendekatan *In-service Training (INSET)* yang diselenggarakan saat guru sedang atau telah menjalankan tugasnya oleh berbagai lembaga di bawah naungan Depdiknas belum mencapai peningkatan kualitas pendidikan secara optimal sesuai harapan. Tujuan umum INSET adalah membantu pendidik meningkatkan kualitas pengajaran mereka untuk kemajuan karir atau profesionalisme dengan mendorong kolaborasi antara mereka sendiri, yang belum tercapai melalui pendekatan lainnya.

Sekarang ini, sekolah dasar adalah lingkungan sekolah di mana anak-anak dapat berkembang secara fisik, mental, dan sosial. Perkembangan motorik merujuk pada kemampuan untuk melakukan gerakan fisik dengan koordinasi yang baik. Ini melibatkan otot, saraf, dan otak dalam mengatur dan mengkoordinasikan gerakan tubuh. Otot berkontraksi dan berelaksasi untuk menghasilkan gerakan, sementara saraf bertanggung jawab untuk mengirimkan sinyal dari otak ke otot dan sebaliknya (Kiranida, 2019). Namun, faktanya pada beberapa sekolah pembelajaran PJOK tidak berjalan sesuai dengan program yang disiapkan guru. Kompetensi mengajar perlu ditingkatkan melalui *lesson study* agar mayoritas sekolah melaksanakan pembelajaran PJOK yang sesuai dengan tujuannya. *Lesson Study* adalah suatu

metode pembinaan profesional bagi pendidik melalui kajian pembelajaran yang dilakukan secara kolaboratif dan berkelanjutan. Istilah ini berasal dari bahasa Jepang *kenkyujugyo*, di mana *jugyo* berarti pelajaran dan *kenkyu* berarti penelitian. *Lesson Study* menjadi cara bagi guru untuk mengevaluasi praktik mengajar mereka dengan meneliti pelajaran yang diberikan (Ryskiadi dkk., 2015).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial peserta didik. Guru PJOK, sebagai ujung tombak dalam pembelajaran ini, dituntut untuk memiliki kompetensi pedagogik yang memadai agar mampu merancang dan melaksanakan pembelajaran yang efektif, inovatif, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa kompetensi pedagogik guru PJOK masih perlu ditingkatkan. Banyak guru yang cenderung mengandalkan metode konvensional yang kurang interaktif, sehingga pembelajaran belum sepenuhnya mencapai tujuan yang diharapkan.

Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi guru adalah *Lesson Study*. Pendekatan ini memberikan peluang bagi guru untuk bekerja secara kolaboratif dalam merancang, mengimplementasikan, dan merefleksikan praktik pembelajaran. Namun, pemahaman dan implementasi *Lesson Study* di kalangan guru PJOK di tingkat sekolah dasar, khususnya di Kecamatan Plaju, masih tergolong rendah. Banyak guru yang belum memahami manfaat dan tahapan pelaksanaan *Lesson Study* secara komprehensif, sehingga metode ini belum dapat diterapkan secara optimal untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

Selain itu, minimnya dukungan dari berbagai pihak, baik dari sekolah maupun pemangku kepentingan lainnya, menjadi kendala dalam upaya pengembangan kompetensi guru PJOK. Dukungan berupa sarana, waktu, dan pelatihan yang terstruktur masih sangat terbatas. Akibatnya, proses peningkatan kompetensi mengajar seringkali terabaikan. Kurangnya pendekatan yang sistematis untuk memberdayakan guru PJOK juga memperburuk kondisi ini, sehingga kualitas pembelajaran PJOK di tingkat sekolah dasar belum optimal.

Hal ini menyebabkan tujuan pembelajaran PJOK tidak tercapai sepenuhnya. Menurut Darsana (2019) pengembangan keterampilan jasmani pada anak-anak



sekolah dasar menitikberatkan pada latihan gerakan yang bersifat informal dan bebas. Tujuannya adalah agar anak-anak dapat menguasai gerak dasar, dan keterampilan gerak yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya dalam menggunakan gerakan tubuh mereka. Maka diperlukan suatu kegiatan atau pendekatan yang dapat meningkatkan kompetensi mengajar guru seperti *lesson study*. Melalui kegiatan *lesson study*, pembelajaran dikembangkan untuk mendorong peserta didik belajar secara aktif, kreatif, dan menyenangkan dengan menggunakan aktivitas praktis dan pemikiran kritis, serta memanfaatkan kehidupan sehari-hari. Berikut hasil pengamatan peneliti mengenai permasalahan pembelajaran di Sekolah Dasar Negeri se-Kec. Plaju selama pendekatan *lesson study*:

**Tabel 1.1 Permasalahan Pembelajaran**

<b>NO.</b>	<b>Kurangnya Keterampilan Mengajar Guru</b>	<b>Keterangan</b>
1.	Rendahnya kompetensi pedagogik guru.	Dilihat dari perencanaan pembelajaran yang tidak terarah, pelaksanaan pembelajaran yang monoton, penilaian pembelajaran yang evaluasinya tidak terstruktur.
2.	Kurangnya pemahaman dan implementasi <i>lesson study</i> di kalangan guru PJOK.	Penguasaan materi pembelajaran yang kurang dari segi materi dan praktek, kurang antusiasnya respon peserta didik ketika pertanyaannya tidak dijawab secara mendalam sehingga tidak terlihat implementasi pendekatan agar tercapainya tujuan pembelajaran.
3.	Minimnya dukungan dan pendekatan untuk pengembangan kompetensi mengajar guru PJOK.	Lebih dari 5 guru mengakui bahwa jarang mengikuti seminar, pelatihan atau pendekatan dalam meningkatkan pembelajaran dan kualitas pembelajaran.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan perlu adanya peningkatan kompetensi dalam mengajar pada guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJOK) pada Sekolah Dasar agar menjadi solusi dan membantu guru dan peserta didik menciptakan suasana belajar yang menarik, inovatif, efektif, dan efisien.

## **1.2 Permasalahan Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

1. Rendahnya Kompetensi Pedagogik Guru PJOK.
2. Kurangnya Pemahaman dan Implementasi *Lesson Study* di Kalangan Guru PJOK.
3. Minimnya Dukungan dan pendekatan untuk Pengembangan Kompetensi Mengajar Guru PJOK.

### **1.2.2 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran keterampilan mengajar guru sebelum pendekatan *lesson study*?
2. Bagaimana gambaran keterampilan mengajar guru sesudah pendekatan *lesson study*?
3. Apakah *lesson study* memberikan dampak terhadap peningkatan keterampilan mengajar guru PJOK?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui gambaran keterampilan mengajar guru sebelum pendekatan *lesson study*.
2. Untuk mengetahui gambaran keterampilan mengajar guru sesudah pendekatan *lesson study*.
3. Untuk memahami dampak pendekatan *lesson study* terhadap peningkatan keterampilan mengajar guru PJOK.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru-guru PJOK dengan menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam upaya meningkatkan kompetensi mengajar pembelajaran PJOK melalui *lesson study*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almujab, S., Yogaswara, S. M., Novendra, A. M., & Maryani, L. (2018). Penerapan lesson study melalui metode project based learning untuk meningkatkan keaktifan mahasiswa dalam proses pembelajaran di FKIP UNPAS. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(2).  
<https://doi.org/10.24176/re.v8i2.2352>
- Akbar, A. (2021). Pentingnya kompetensi pedagogik guru. *JPG: Jurnal Pendidikan Guru*, 2(1), 23-30.
- Arifin, B., & Fantiro, F. A. (2018). Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Menggunakan Modifikasi Permainan Pada lesson study di SD Moh Hatta Malang. *JINoP (Jurnal Inovasi Pembelajaran)*, 4(2), 123–131.  
<https://doi.org/10.22219/jinop.v4i2.4951>
- Arqam, A. (2019). Kompetensi Profesional Guru: Keterampilan Dasar Mengajar. *Jurnal Peqguruang: Conference Series*, 1(2), 1–8.  
<https://repository.iainpare.ac.id/id/eprint/1136>
- Aulia, M. (2024). Konsep Pendidikan Jasmani dalam Perspektif Al-Quran.

*Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(7).

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10649935>

- Chairunnisa, D., Afriatin, T. S., & Firmansyah, M. I. (2020). Implementasi Permendikbud No. 22 Tahun 2016 Tentang Standar Proses Dalam Pembelajaran Pai Di Smp Inovatif Al-Ibda. *Taklim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 18(1), 53–64. <https://doi.org/10.17509/tk.v18i1.32819>
- Darsana, I. W., Kristiantari, M. G. R., Abadi, I. B. G. S., & Wiarta, I. W. (2019). Efektivitas Pendekatan Keterampilan Proses Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Lesson Study Untuk Meningkatkan Pengembangan Kemampuan Jasmani Siswa. *Mimbar Ilmu*, 24(2), 174–184. <https://www.researchgate.net/publication/342911560>
- Ermiana, I., Affandi, L. H., & Kusuma, A. S. H. M. (2019). Workshop Implementasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Berbasis Lesson Study (LS) Di SD Negeri 15 Cakranegara. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1). 10.29303/jppm.v2i1.991
- Fakhrudin, A. M., Annisa, A., Putri, L. O., & Sudirman, P. R. A. T. (2023). Kompetensi Seorang Guru dalam Mengajar. *Journal on Education*, 5(2), 3418–3425. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.1021>
- Hasma, H. (2017). Keterampilan dasar guru untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. *Didaktis: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pengetahuan*, 17(1). <https://doi.org/10.30651/didaktis.v17i1.1555>
- Heriyansyah, H. (2018). Guru Adalah Manajer Sesungguhnya Di Sekolah. *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(01). [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=Heriyansyah%2C+H.+%282018%29](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Heriyansyah%2C+H.+%282018%29)
- Huberman, A. (2014). *Qualitative data analysis a methods sourcebook*. <https://www.sidalc.net/search/Record/KOHA-OAIECOSUR:4757/Description>
- Ikram, F. Z., Hijrah, M., & Yanti, R. W. (2023). Penyuluhan Tentang Lesson Study (LS) Untuk Meningkatkan Kompetensi Pedagogik Guru-Guru di SMPN 1

- Majene. *SIPAKARAYA Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 104–113.  
<https://doi.org/10.31605/sipakaraya.v1i2.2478>
- Inkiriwang, R. R. (2020). Kewajiban negara dalam penyediaan fasilitas pendidikan kepada masyarakat menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional. *Lex Privatum*, 8(2).  
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/lexprivatum/article/view/29792>
- Junaid, R., & Baharuddin, M. R. (2020). Peningkatan kompetensi pedagogik guru melalui PKM lesson study. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 122–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.413>
- Khory, F. D., Dinata, V. C., & Priambodo, A. (2017). Core Competency Measurement Model for Prospective Physical Education Teacher. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 180(1), 12181.  
<https://doi.org/10.1088/1757-899X/180/1/012181>
- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318–328.  
<https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/view/969>
- Moleong, L. J. (2017). Metode penelitian kualitatif, cetakan ke-36, Bandung: PT. *Remaja Rosdakarya Offset*, 6. <https://typeset.io/papers/metodologi>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Nasution, F., Tanjung, K. H., Rahayu, A. H., Sari, I. P., & Yulianti, N. (2024). Peran Keterampilan Dasar Mengajar Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini. *Tarbiatuna: Journal of Islamic Education Studies*, 4(1), 113–120.  
<https://doi.org/10.47467/tarbiatuna.v4i1.4613>
- Palettei, A. D., & Sulfemi, W. B. (2019). Pengaruh kelompok kerja guru (KKG) terhadap peningkatan kompetensi pedagogik dan kemampuan menulis karya ilmiah. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 4(2), 53–58.  
<http://dx.doi.org/10.26737/jpdi.v4i2.1522>

- Purwulan, H. (2023). Meningkatkan Kemampuan Guru Sekolah Dasar dalam Menerapkan Model Pembelajaran Kooperatif melalui Lesson Study. *PTK: Jurnal Tindakan Kelas*, 3(2), 250–265. <https://doi.org/10.53624/ptk.v3i2.225>
- Ryskiadi, A., Machrus, A., & Acik, R. (2015). Penerapan lesson study untuk meningkatkan kemampuan mengajar mahasiswa calon guru fisika. *Jurnal Pengajaran Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 20(1), 27–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.18269/jpmipa.v20i1.36194>
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *ELEMENTA: Jurnal Pgsd Stkip Pgri Banjarmasin*, 1–10. [researchGate](https://www.researchgate.net/publication/382422988). <https://www.researchgate.net/publication/382422988>
- Sugandi, S., Suherman, D., & Goffar, M. A. (2022). Peranan Pengawas Sekolah dalam Mengelola Supervisi Akademik untuk Meningkatkan Mutu Pembelajaran di SD Negeri Kota Banjar. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 698–704. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?articl>.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Tindakan (Action Research)*. *Prosiding Seminar Nasional Jurusan PGSD FIP UNP Tahun 2015*. [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=Sugiyono.+%282015%29](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Sugiyono.+%282015%29)
- Suherman, W. S., Winarni, S., Rithaudin, A., & Pambudi, A. F. (2018). Kurikulum pendidikan jasmani dari teori hingga evaluasi kurikulum. *Depok: PT Rajagrafindo Persada*. <https://id.scribd.com/document/476017908/Kurikulum>
- Suprihatiningrum, J. (2014). *Guru Profesional: Pedoman Kinerja, Kualifikasi & Kompetensi Guru*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Suwarni, E., Rosmalasar, T. D., Fitri, A., & Rossi, F. (2021). Sosialisasi Kewirausahaan Untuk Meningkatkan Minat dan Motivasi Siswa Mathlaul Anwar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(4), 157–163. <https://doi.org/https://doi.org/10.52436/1.jpmi.28>

- Syafruddin, S. (2015). Meningkatkan Kompetensi Pedagogi Guru Melalui Lesson Study Menuju Mutu Pembelajaran Guru. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 3(2). <http://dx.doi.org/10.24127/jpf.v3i2.272>
- Usra, M. (2012). Nilai-Nilai Olahraga, dan Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *ALTIUS : Jurnal Ilmu Olahraga & Kesehatan.*, 2(2), 13–25. <https://repository.unsri.ac.id/16422>.
- Wiharto, W., Kusnanto, H., & Herianto, H. (2017). System diagnosis of coronary heart disease using a combination of dimensional reduction and data mining techniques: A review. *Indonesian Journal of Electrical Engineering and Computer Science*, 7(2), 514–523. 10.11591/ijeecs.v7.i2.pp514-523
- Zulraflif, Z., Fernando, R. F., & Candra, O. (n.d.). Effectiveness of fitness and nutritional status on learning outcomes in students penjas fkip islamic university of riau. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 6(1), 86–97 <https://jope.ejournal.unri.ac.id/index.php/jope/article/view/8180>
- Almujab, S., Yogaswara, S. M., Novendra, A. M., & Maryani, L. (2018). Penerapan lesson study melalui metode project based learning untuk meningkatkan keaktifan mahasiswa dalam proses pembelajaran di FKIP UNPAS. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(2). <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/RE/article/>
- Arifin, B., & Fantiro, F. A. (2018). Peningkatan Kecerdasan Kinestetik Menggunakan Modifikasi Permainan Pada lesson study di SD Moh Hatta Malang. *JINoP (Jurnal Inovasi Pembelajaran)*, 4(2), 123–131. <https://doi.org/10.22219/jp2sd.v10i2.20727>
- Arqam, A. (2019). Kompetensi Profesional Guru: Keterampilan Dasar Mengajar. In *Jurnal Pegguruang: Conference Series* (Vol. 1, No. 2, pp. 1-8). Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Al Asyariah Mandar.
- Aulia, M. (2024). Konsep Pendidikan Jasmani dalam Perspektif Al-Quran.

*Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(7).

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10649935>

- Daulae, T. H. (2019, June). Langkah-langkah pengembangan media pembelajaran menuju peningkatan kualitas pembelajaran. In *Forum Paedagogik* (Vol. 10, No. 1, pp. 52-63). Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
- Darsana, I. W., Kristiantari, M. G. R., Abadi, I. B. G. S., & Wiarta, I. W. (2019). Efektivitas Pendekatan Keterampilan Proses Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Lesson Study Untuk Meningkatkan Pengembangan Kemampuan Jasmani Siswa. *Mimbar Ilmu*, 24(2), 174–184. <https://doi.org/10.23887/mi.v24i2.21265>
- Depdiknas. (2003). Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional.
- Ermiana, I., Affandi, L. H., & Kusuma, A. S. H. M. (2019). Workshop Implementasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Berbasis Lesson Study (LS) Di SD Negeri 15 Cakranegara. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1). [10.29303/jppm.v2i1.991](https://doi.org/10.29303/jppm.v2i1.991)
- Fakhrudin, A. M., Annisa, A., Putri, L. O., & Sudirman, P. R. A. T. (2023). Kompetensi Seorang Guru dalam Mengajar. *Journal on Education*, 5(2), 3418-3425.
- Hasma, H. (2017). Keterampilan dasar guru untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. *Didaktis: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Pengetahuan*, 17(1). <https://doi.org/10.30651/didaktis.v17i1.1555>
- Heriyansyah, H. (2018). Guru Adalah Manajer Sesungguhnya Di Sekolah. *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1(01).
- Huberman, A. (2014). *Qualitative data analysis a methods sourcebook*.
- Junaid, R., & Baharuddin, M. R. (2020). Peningkatan kompetensi pedagogik guru melalui PKM lesson study. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 122–129. <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.413>



- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318–328.  
<https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/view/969>
- Moleong, L. J. (2017). Metode penelitian kualitatif, cetakan ke-36, Bandung: PT. *Remaja Rosdakarya Offset*, 6.  
[https://www.academia.edu/19823348/Metodologi\\_Penelitian\\_Kualitatif](https://www.academia.edu/19823348/Metodologi_Penelitian_Kualitatif)
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Nasution, F., Tanjung, K. H., Rahayu, A. H., Sari, I. P., & Yulianti, N. (2024). Peran Keterampilan Dasar Mengajar Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran di Pendidikan Anak Usia Dini. *Tarbiatuna: Journal of Islamic Education Studies*, 4(1), 113–120.  
<https://doi.org/10.47467/tarbiatuna.v4i1.4613>
- Palettei, A. D., & Sulfemi, W. B. (2019). Pengaruh kelompok kerja guru (KKG) terhadap peningkatan kompetensi pedagogik dan kemampuan menulis karya ilmiah. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 4(2), 53–58.  
<http://dx.doi.org/10.26737/jpdi.v4i2.1522>
- Purwulan, H. (2023). Meningkatkan Kemampuan Guru Sekolah Dasar dalam Menerapkan Model Pembelajaran Kooperatif melalui Lesson Study. *PTK: Jurnal Tindakan Kelas*, 3(2), 250–265. <https://doi.org/10.53624/ptk.v3i2.225>
- Ryskiadi, A., Machrus, A., & Acik, R. (2015). Penerapan lesson study untuk meningkatkan kemampuan mengajar mahasiswa calon guru fisika. *Jurnal Pengajaran Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 20(1), 27-31.
- Safitri, E., Usra, M., & Yusfi, H. (2022). Peran Guru Penjaskes dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa terhadap Pembelajaran PJOK. *Jendela Olahraga*, 7(1), 27-34.
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *ELEMENTA: Jurnal Pgsd Stkip Pgri Banjarmasin*, 1–10. <https://doi.org/10.33654/pgsd.v3i3.1486>

- Sugandi, S., Suherman, D., & Goffar, M. A. (2022). Peranan Pengawas Sekolah dalam Mengelola Supervisi Akademik untuk Meningkatkan Mutu Pembelajaran di SD Negeri Kota Banjar. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 698–704. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i3.454>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Tindakan (Action Research). Prosiding Seminar Nasional Jurusan PGSD FIP UNP Tahun 2015*. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/prosidingpgsd/article/view/4846>
- Suherman, W. S., Winarni, S., Rithaudin, A., & Pambudi, A. F. (2018). Kurikulum pendidikan jasmani dari teori hingga evaluasi kurikulum. *Depok: PT Rajagrafindo Persada*. [http://library.uny.ac.id/sirkulasi/index.php?p=show\\_detail&id=57995](http://library.uny.ac.id/sirkulasi/index.php?p=show_detail&id=57995)
- Suroto, F. D. Khory, V. C. Dinata, and A. Priambodo, “Core Competency Measurement Model for Prospective Physical Education Teacher,” *IOP Conf. Ser. Mater. Sci. Eng.*, vol. 180, no. 1, pp. 1–6, Mar. 2017, doi: 10.1088/1757899X/180/1/012181.
- Syafruddin, S. (2015). Meningkatkan Kompetensi Pedagogi Guru Melalui Lesson Study Menuju Mutu Pembelajaran Guru. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 3(2). <http://dx.doi.org/10.24127/jpf.v3i2.272>
- Usra, M. (2012). Nilai-Nilai Olahraga, dan Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *ALTIUS : Jurnal Ilmu Olahraga & Kesehatan.*, 2(2), 13–25. <http://repository.unsri.ac.id/id/eprint/16422>
- Wiharto, W., Kusnanto, H., & Herianto, H. (2017). System diagnosis of coronary heart disease using a combination of dimensional reduction and data mining techniques: A review. *Indonesian Journal of Electrical Engineering and Computer Science*, 7(2), 514–523. <http://doi.org/10.11591/ijeecs.v7.i2.pp514523>
- Zulraflif, Z., Fernando, R. F., & Candra, O. (n.d.). Effectiveness of fitness and nutritional status on learning outcomes in students penjas fkip islamic university of riau. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 6(1), 86–97. <http://dx.doi.org/10.31258/jope.6.1.86-97>