

ISBN : 978-979-19764-0-4

Proceeding



The International Seminar of Physical Education and Sport

Building Health, Excellence,
Wellbeing and Friendly People Through Physical Education and Sport



SEMARANG STATE UNIVERSITY
28-29 April 2009

NO	TITLE	PAGE
33	Model Of Social Skill Development Through Team Sport And Games Soni Nopembri, Yogyakarta State University	225
34	Model Development For Modified Materials Of A Football Game In Physical Education, Sport, And Health Teaching And Learning For Primary School Students Aged 10-12 Yudanto, Yogyakarta State University	231
35	The Sport Management In The Perspective Of Regional Autonomy Taufiq Hidayah, Semarang State University	244
36	Dissociation of Politics and Sport Tomoliyus, Yogyakarta State University	249
37	Sport Law Theoretical and Implementations Siis Suhasto, STAIN Purwokerto	252
38	Rule Of Law In Sport Development of Indonesia Putut Marhaento, Yogyakarta State University	255
39	Role Of Physical Educations And Sport In Human Mental And Character Development Anirotul Qoriah, Semarang State University	260
40	Developing Tennis Sport Enthusiasm Child Through Game of Tennis Tri Nurharsono, Semarang State University	266
41	Improving Student Activity In Physical Education And Health Instruction Through Games Approach Iyakrus, Sriwijaya University, Palembang	271
42	The Implementations of the act No. 21 Of 2005 The National Sport System (UUSKN) Deddy Sumiyarsono, Yogyakarta State University	281
43	Interactive Multimedia to Improve Understanding and learning Interest of Sport Biochemistry Among Students of Physical Education and Health Education Faculty Ambar Sulianti, Yudha M. Saputra Indonesia University of Education, Bandung	289
44	The Development Of The Instructional Strategy In Physical Education, Sport And The Health. Khomsin, Semarang State University	296

MENINGKATKAN KEAKTIFAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN JASMANI DAN KESEHATAN MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN DI SMPN 19 PALEMBANG

Iyakrus

Abstract: This research was aim at correcting and improving the quality of learning of physical education at Elementary School 19 Palembang by means of teaching with game approach. The nature this research was classroom action research with the design model of three cycled process. 45 students (18 girls and 27 boys students) were taken as samples. The duration of the research was 9 weeks and the frequency of experiment was once a week. The period of 9 weeks was divided into 3 cycles. Each cycle lasted for 3 weeks. The first 3 weeks was cycle 1. The second three weeks was cycle 2 and the third 3 weeks was cycle 3. Reflective action was done on the students with observation sheet containing quantitative and qualitative data.

By comparing the reflective data obtained during the research with the data obtained before the research, it can be concluded that there is an improvement of participation and activity by the students in the first, the second and the third cycle.

Kata Kunci: Keaktifan siswa, Pendekatan permainan

PENDAHULUAN

Dalam kurikulum Pendidikan Dasar tahun 2007, bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan bertujuan untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat,

Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut di atas, SMP Negeri 19 Palembang melakukan dua bentuk kegiatan belajar mengajar yakni berupa teori di kelas dengan materi kesehatan dan praktik lapangan dengan materi atletik, senam, permainan dan olahraga pilihan berupa aktivitas fisik yang mengandung unsur-unsur pendidikan.

Salah satu masalah utama Pendidikan Jasmani di Indonesia adalah belum pentingnya Pendidikan Jasmani di sekolah-sekolah termasuk Sekolah Dasar (Cholik, T., 1987). Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya terbatasnya kemampuan guru, alat serta sumber yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Pendidikan Jasmani. Guru Pendidikan Jasmani belum berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mendidik siswa secara sistematis melalui Pendidikan Jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan siswa secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektual (Kantor Menpora, 1993).

Menurut data pada Diknas Sumatera Selatan (laporan Diknas Sumsel 2006) sebagian besar Guru pendidikan jasmani pada pendidikan dasar terutama pada SD dan SMP di Sumatera Selatan adalah Guru tamatan PGSMTP (pendidikan 1 tahun) yang mempunyai kompetensi dan pengalaman yang terbatas dalam bidang pendidikan jasmani. Di samping itu, pengamatan penulis pada pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 19 Palembang tidak terlepas dari kendala di atas, yakni Pendidikan Jasmani diajarkan melalui urutan yang sistematis dari keterampilan yang diperlukan dalam cabang-cabang olahraga khusus. Pendekatan ini sering mengarahkan guru untuk melihat keterampilan olahraga sebagai suatu tujuan dari program, walaupun masuknya cabang olahraga dalam kurikulum adalah untuk membantu tercapainya tujuan Pendidikan Jasmani. Siswa lebih mengutamakan untuk meniru keterampilan yang didemonstrasikan tanpa adanya suatu masukan kognitif ataupun afektif.

Dengan demikian, pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 19 Palembang tidak seperti yang diharapkan. Kendalanya pada praktek di lapangan

dimana kurang aktifnya siswa dalam proses pembelajaran, disamping itu, guru lebih menekankan pada aspek keterampilan cabang olahraga dari pada nilai-nilai yang terdapat dalam olahraga tersebut seperti yang tercantum pada tujuan pembelajaran.

Hal tersebut di atas mengakibatkan guru lebih condong melatih dan mengajarkan, sehingga proses pembelajaran Pendidikan Jasmani lebih menekankan kepada aspek psikomotor anak dari aspek kognitif dan afektif. Karena guru lebih menekankan aspek keterampilan olahraga maka siswa yang berminat pada cabang olahraga tertentu saja yang aktif, sedangkan siswa yang tidak berminat tidak sama sekali (Cholik, T., (1997).

Untuk itu perlu pendekatan yang digunakan guru yang dapat menjembatani antara siswa yang mempunyai keterampilan olahraga dengan yang tidak atau kurang mempunyai keterampilan.

Salah satu alternatif pendekatan yang dapat digunakan adalah pendekatan permainan yang dirancang untuk mengarahkan siswa lebih aktif bergerak dan berminat serta dapat menjembatani siswa yang mempunyai keterampilan dan yang tidak mempunyai keterampilan olahraga. Pendekatan permainan adalah suatu proses pembelajaran dimana dalam mengajarkan teknik cabang olahraga melalui bentuk bermain tanpa mengabaikan materi inti. Menurut Gabbard (1987) dalam Pendidikan Jasmani bermain adalah suatu kebutuhan untuk menemukan pengalaman-pengalaman baru dalam menumbuhkan nilai-nilai positif pada anak. Untuk itu guru dituntut mempunyai kreatifitas yang tinggi, karena guru selalu berusaha merancang bentuk permainan yang sesuai dengan materi yang disampaikan agar menarik bagi anak.

Berdasarkan keterangan di atas, maka diharapkan dengan penelitian tindakan kelas sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 19 Palembang akan dapat meningkatkan keaktifan siswa. Hasil penelitian ini akan membantu Guru dalam menemukan solusi yang baik untuk mengaktifkan siswa.

Berdasarkan hasil observasi terbatas penulis di SMP Negeri 19 Palembang Pendidikan Jasmani diajarkan melalui urutan yang sistematis dari keterampilan yang diperlukan dalam cabang-cabang olahraga khusus. Hal ini mengarahkan Guru untuk melihat keterampilan olahraga sebagai tujuan dari program pendidikan jasmani. Sehingga hanya siswa yang benar-benar mempunyai keterampilan olahraga saja yang terlibat pada proses pembelajaran, sedangkan yang tidak menguasai keterampilan olahraga kurang aktif.

Dari beberapa kendala di atas, penulis merumuskan masalah yaitu "kurangnya keaktifan siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 19 Palembang".

Penelitian ini bertujuan untuk perbaikan dan peningkatan kualitas mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan meningkatkan keaktifan siswa melalui pendekatan permainan di SMP Negeri 19 Palembang.

2. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar

Dalam literatur terdapat beberapa definisi tentang Pendidikan Jasmani yang bervariasi antara satu dengan lainnya. Setiap penulis cenderung memberikan definisi Pendidikan Jasmani menurut pandangannya masing-masing. Pendapat James (1989), Pendidikan Jasmani adalah suatu alat untuk mencapai tujuan pendidikan, atau suatu pendidikan melalui proses adaptasi aktivitas-aktivitas jasmani (*physical activities*) seperti organ tubuh, neuromuscular, intelektual, sosial, kultur, emosional, dan etika. Sedangkan Cholik (1997), Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara siswa dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis untuk pembentukan manusia seutuhnya. Menurut Pusat Penelitian Olahraga Universitas Airlangga Surabaya (1994) pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasi potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak dan karya.

yang diberi bentuk, isi dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian manusia dengan cita-cita kemanusiaan.

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat dirumuskan seperti tergambar dalam kurikulum Pendidikan Dasar 2007 bahwa Pendidikan Jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Fungsi Pendidikan Jasmani

Anak pada usia Pendidikan Dasar diharapkan banyak bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada usia dini penting untuk mengembangkan kemampuan dasar, kemampuan menganalisis dan bahkan dapat menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapai proses belajar yang cepat pada tahap dewasa.

Penanaman nilai dan hidup sehat perlu dilakukan pada usia dini karena kelak merupakan dasar bagi perkembangan anak. Hal demikian juga menyangkut kesehatan mental, termasuk perkembangan kepribadiannya.

Banyak anak merasa rendah diri atau merasa tidak tentram di sekolah atau di rumah karena beberapa sebab seperti kelebihan berat badan yang menyolok, selalu dianggap gagal dalam pendidikan jasmani dan mata pelajaran lainnya. Melalui pendidikan jasmani yang terbimbing, rasa hormat diri anak akan berkembang dan meningkat.

Pendidikan jasmani mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat sehari-hari mempunyai peranan penting dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Direktorat pendidikan dasar 2005). Oleh karena itu dalam kurikulum Pendidikan dasar 2007 pendidikan jasmani dan kesehatan lebih ditekankan kepada : (a) memenuhi hasrat untuk bergerak sesuai dengan keterampilan dasar, (b) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta perkembangan gerak, (c) memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani (d) menanamkan disiplin, kerjasama, sportivitas dan mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku, (e) meningkatkan daya tahan tubuh.

Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar mempersiapkan untuk pengembangan anak yang lebih kompleks dan dinamis, untuk itu pendidikan gerak memakai pendekatan pemecahan masalah dengan penekanan pada eksplorasi, pilihan dan kreatifitas untuk mengembangkan kemampuan motorik secara efektif dan efisien melalui pemahaman prinsip dasar dari gerak manusia.

Menurut Seaton (1984) tujuan Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar meliputi *physical fitness, motor skill, knowledge, sosial dan aesthetic*. Sedangkan menurut Gabbard (1987) Pendidikan Jasmani dan aktivitas fisik juga bertanggung jawab terhadap perkembangan anak seutuhnya, perkembangan ini menyangkut psikomotor, kognitif maupun afektif seperti dibawah ini : (a) memacu pertumbuhan termasuk bertambahnya tinggi dan berat badan secara harmonis, (b) mengembangkan kesehatan dan kesegaran jasmani, keterampilan gerak pada cabang olahraga, (c) mengerti akan pentingnya kesehatan, kesegaran jasmani dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental, (d) mengerti peraturan berbagai cabang olahraga, (e) mengerti dan dapat menerapkan prinsip-prinsip mengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan dan keselamatan dalam kehidupan sehari-hari, (f) menumbuhkan sikap positif dan mampu mengisi waktu luang dengan bermain.

D. Pendekatan Permainan

Pendekatan permainan adalah suatu proses penyampaian pengajaran dalam bentuk bermain tanpa mengabaikan materi inti (Iain Adam, 1988). Permainan yang diberikan kepada siswa adalah permainan kecil yang materinya disesuaikan dengan kurikulum Pendidikan Dasar yang mencakup atletik, senam dan cabang olahraga permainan seperti sepakbola, bola voli, basket dan sepaktakraw.

Menurut Cholik, T (1997) pelajaran Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar bukan mengejar prestasi (aspek skill) tetapi menyalurkan dorongan-dorongan untuk aktif dan bermain. Pendapat Gabbard (1987) Pendidikan Jasmani pada anak harus menekankan kepada aspek permainan dari pada teknik cabang olahraga karena bermain adalah kebutuhan yang harus dipenuhi.

Pendekatan permainan ini dikonsentrasikan pada pendekatan memahami masalah yang didasarkan atas domain kognitif, dirancang oleh guru untuk mengarahkan siswa memahami kegiatan dan tujuan keterampilan dalam kegiatan tersebut. Pendekatan ini memungkinkan guru untuk membantu kelompok-kelompok kecil atau individu yang kekurangan teknik.

Dengan menyeimbangkan penekanan pada domain kognitif, afektif, dan psikomotor dalam kegiatan fisik berupa bermain diharapkan dapat menarik minat dan menyenangkan bila mereka dibantu dan didorong oleh guru. Dalam bentuk nyata anak pada usia Pendidikan Dasar bermain akan dipengaruhi oleh kemampuannya untuk melaksanakan pola-pola gerakan yang efektif dan efisien.

Menurut Gabbard (1987) bagi anak bermain adalah aktivitas yang dapat membentuk kepribadian dan penemuan diri si anak, penekanan dengan bermain akan menjadikan mata pelajaran Pendidikan Jasmani sesuatu yang menyenangkan dan menarik sehingga selalu ditunggu si anak.

Dengan pendekatan permainan menurut Iain Adam (1988) akan mempunyai dampak dalam proses pembelajaran sebagai berikut :

1. Menempatkan permainan menjadi fokus dari pelajaran yang dapat meningkatkan kegembiraan dan kepuasan siswa.
2. Memungkinkan anak-anak yang kurang terampil menyenangi kegiatan jasmani seperti kawan-kawannya yang secara jasmaniah berbakat.
3. Mendorong anak-anak untuk belajar mengambil keputusan mereka sendiri
4. Keterampilan teknik olahraga tidak mutlak harus dimiliki oleh anak .

Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar merupakan basis dari pendidikan gerak anak secara formal dan karena itu merupakan pondasi Pendidikan Jasmani yang harus dikembangkan dalam bentuk bermain. Menurut Gabbard (1987) gerakan yang diimplementasikan anak dalam bermain akan dapat membantu anak pada:

1. Penemuan Diri

Gerakan anak dalam bermain, si anak akan menemukan dirinya sendiri sebagai suatu kesatuan yang lahir tersendiri dengan ciri-ciri tubuh dan kapasitas dirinya sendiri. Konsep yang timbul tentang dirinya akan mempertinggi ego seperti perhatian terhadap ketangkasan dan akalnya.

2. Penemuan lingkungan

Anak dapat bergerak dari suatu tempat ketempat lain, hal ini meletakkan dasar untuk menjelajahi suatu lingkungan yang keunikannya terus meningkat baik sosial maupun fisik. Gerakan membantu si anak terhadap perkembangan tentang konsep waktu dan ruang.

3. Keamanan

Dalam hal yang sangat mendasar gerakan dalam bermain menaruh nilai mempertahankan hidup. Hal ini akan memungkinkan anak untuk menghindari situasi situasi yang potensial berbahaya. Suatu gerakan

cepat, tepat waktu pada arah yang benar adalah suatu alat pencegah yang sangat penting.

4. Hubungan

Anak mengadakan komunikasi melalui gerakan tubuhnya. Gerakan tubuh adalah bahasa dimana ia mengungkapkan gagasan, perasaan dan keinginan, juga merupakan bahasa dimana menginterpretasikan arti dan maksud orang lain.

5. Kegembiraan

Arti yang paling disenangi anak dalam bermain adalah kegembiraan dan menikmati setiap gerakan yang dilakukan. Anak berlari, melompat dan berputar sambil menjerit dengan gembira sebagai ungkapan rasa riang dalam hidupnya.

6. Unggul, Ritmis dan Anggun.

Tidak menguasai gerakan dalam bermain adalah kegagalan, kaku dan malu. Percaya diri, sikap tenang dan inisiatif dapat diruntuhkan oleh kekurangan atau kelemahan penguasaan terhadap gerakan. Anak yang kaku selalu menjadi pilihan terakhir sebagai anggota regu. Gambaran tentang dirinya adalah salah satu dari kegagalan dan rendah diri, dan rasa malu mereka mempunyai pengaruh yang dapat mengikis kemauan mereka untuk mencoba lagi.

Menurut Gabbard (1987) gerakan dasar dalam bermain harus diberikan pada usia kanak-kanak. Jika anak tidak mampu menguasai gerakan dasar pada usia pendidikan dasar, maka ia akan ditolak sebagai teman tim bermain oleh temannya dan sebaliknya jika ia dapat menguasai keterampilan dasar maka ia akan disenangi oleh teman-temannya serta lebih mudah bergaul.

E. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada Pendidikan Dasar.

Pendidikan Jasmani mempersiapkan anak untuk pengembangan gerak yang lebih kompleks dan dinamis. Untuk itu pendidikan gerak memakai pendekatan pemecahan masalah dengan penekanan pada eksplorasi, pilihan dan kreatifitas untuk mengembangkan kemampuan motorik secara efektif dan efisien melalui pemahaman prinsip dasar dari gerak manusia. Model ini dikembangkan oleh Rudolf Laban (lain Adam, 1988) yang mengemukakan adanya 4 pokok dalam gerak yakni : (1) apa yang diperbuat oleh tubuh,

(b) kemana tubuh bergerak, (c) bagaimana tubuh bergerak, (d) bagaimana hubungan tubuh dengan bagian-bagiannya atau dengan orang lain.

Keempat elemen tersebut digunakan sebagai kerangka dasar dalam membentuk berbagai pengalaman gerak dan memperluas serta mengembangkan kualitas gerak anak. Disamping elemen tersebut di atas Rudolf Laban (lain Adam, 1988) juga mengemukakan dalam merencanakan Pendidikan Jasmani pada Pendidikan Dasar harus mengacu kepada 3 jenis komponen gerak yakni : (1) locomotor : kemampuan untuk bergerak dari suatu tempat ketempat lain (jalan, lari, melompat, meluncur), (2) nonlocomotor: pola gerak yang dilakukan ditempat (berayun, menarik, menolak, menekuk, meregang, dan memutar), (3) manipulative: gerak yang menggunakan alat yang melibatkan koordinasi tubuh (melempar, menangkap, memukul, dan menendang).

Di bawah ini karakteristik pendidikan jasmani pada Pendidikan Dasar :

1. Pendidikan jasmani harus berpusat pada anak (*child centered*) Hal ini menuntut guru untuk senantiasa memodifikasi dan menyesuaikan kegiatan pada kebutuhan anak, bukan mengharapkan anak menyesuaikan diri dalam kegiatan.
2. Kegiatan yang dilakukan memberi kesempatan pada anak untuk berbuat maksimal.
3. Siswa aktif terlibat secara langsung
4. Siswa diberlakukan sebagai pembuat keputusan.

5. Penemuan terbimbing dan pemecahan masalah adalah strategi yang digunakan. Penelitian telah menunjukkan bahwa beberapa keterampilan psikomotor yang sederhana memerlukan ratusan kali latihan sebelum menguasai keterampilan tersebut (Gabbar, 1987). Oleh karena itu dengan terbatasnya waktu yang tersedia untuk setiap kegiatan, terbatasnya fasilitas dan perlengkapan serta jumlah siswa yang sangat banyak dalam satu kelas tidak mungkin siswa menguasai keterampilan tersebut. Kesimpulannya dengan pendekatan keterampilan sering gagal menarik minat siswa karena :

1. Sebagian besar dari jam pelajaran dihabiskan hanya untuk menunggu giliran
2. Para siswa hanya meniru contoh yang telah dilakukan guru tanpa memperoleh masukan kognitif.
3. Para siswa tidak akan dapat menguasai keterampilan selama pembelajaran berlangsung.

Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa urutan yang sistematis dan pelajaran yang berdasarkan keterampilan tidak selalu merupakan metode mengajar pendidikan jasmani yang terbaik. Diperlukan pendekatan yang dapat menjembatani kekurangan-kekurangan mengajar dengan keterampilan yang lebih baik.

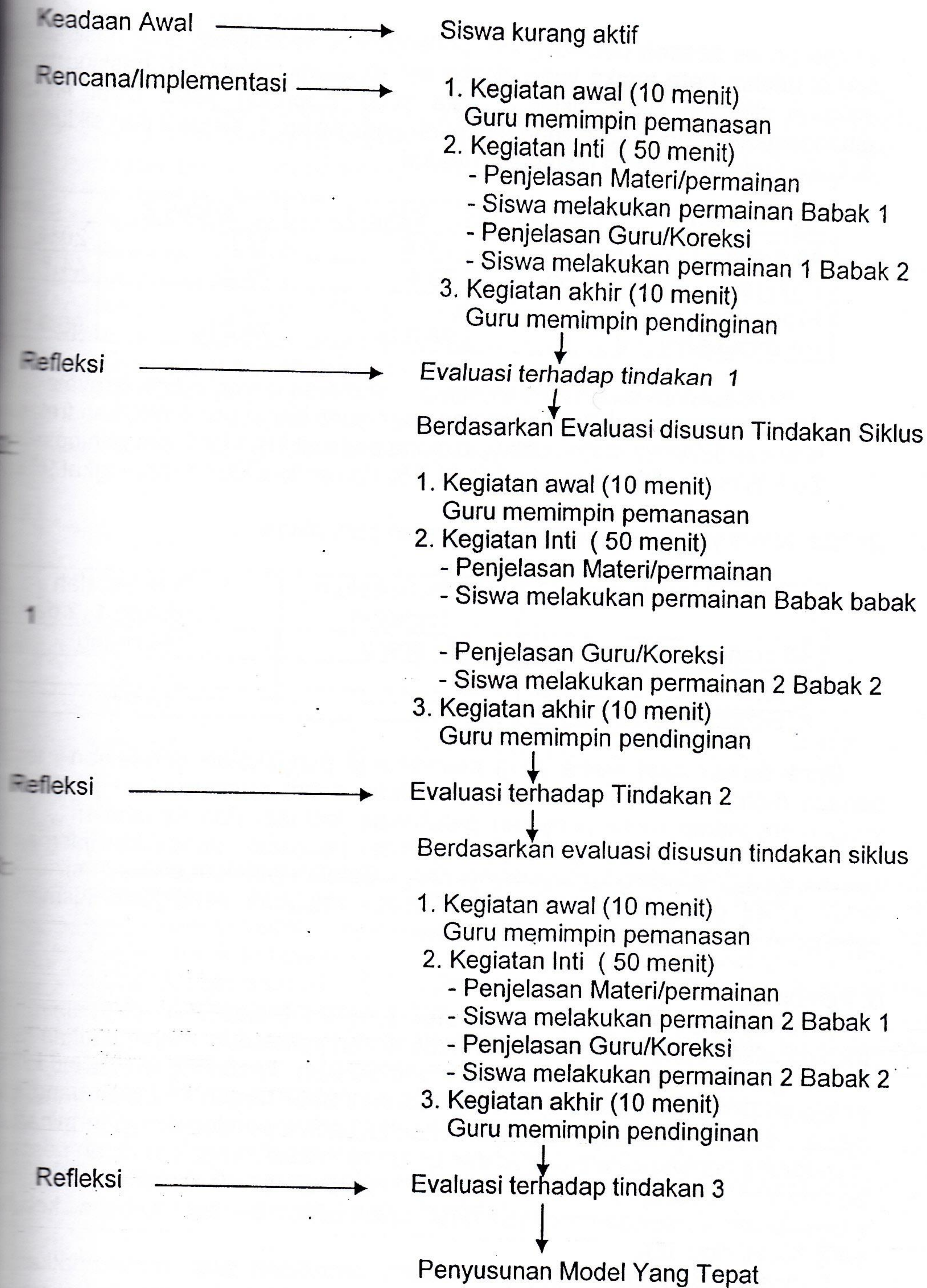
Pendekatan permainan memberi kesempatan kepada siswa untuk bekerjasama secara kooperatif baik berpasangan maupun beregu. Hal ini akan memberikan kesempatan kepada Guru untuk membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang merupakan bagian yang penting dari tujuan pendidikan jasmani.

Berdasarkan kajian teori dan pengamatan penulis dapat dirumuskan hipotesis tindakan yakni " dengan pendekatan permainan akan meningkatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SMP Negeri 19 Palembang ".

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini *Classroom Action Research* dengan rancangan model proses siklus. Jumlah sampel sebanyak 45 orang siswa kelas 8 SMP Negeri 19 Palembang terdiri atas siswa putra 27 orang dan siswa putri 18 orang.

Lama penelitian 9 minggu dengan frekuensi 1 kali seminggu dengan rincian tiga minggu pertama siklus 1, tiga minggu ke dua siklus 2, dan tiga minggu ketiga siklus 3. Refleksi tindakan dilakukan terhadap siswa dengan lembar pengamatan dengan data kualitatif maupun kuantitatif. Berikut ini rancangan tindakan yang dilakukan :



HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dari refleksi hasil penelitian, tindakan yang dilakukan didapat data tes awal, data siklus 1, data siklus 2 dan data siklus 3 yang meliputi data frekuensi siswa melakukan materi pokok dan data hasil kualitas teknik gerakan serta data siswa yang menyenangkan pendekatan permainan yang meliputi data sebelum tindakan dan data setelah tindakan siklus 1, 2 dan siklus 3. Data frekuensi siswa melakukan materi pokok adalah data yang dicatat berapa kali siswa melakukan

materi pokok selama pembelajaran berlangsung, sedangkan data hasil kualitas teknik adalah data angka yang dicatat setiap siswa melakukan passing kearah sasaran disetiap akhir siklus. Data yang diperoleh pada awal tindakan dibandingkan dengan data yang diperoleh pada siklus 1, siklus 2 dan siklus 3.

1. Data Frekuensi Siswa Melakukan Materi

Jumlah Siswa	Data awal	Siklus 1	Siklus 2	Siklus 3
45 orang	1032	1324	1797	2012
Rata-rata	59.1	29.4	39.3	44.7
Prosentase Peningkatan	-	28.3 %	74.9 %	95.0 %

Berdasarkan data frekuensi siswa melakukan materi pokok ternyata dengan menggunakan pendekatan permainan dapat meningkatkan frekuensi siswa melakukan materi pokok, dimana pada siklus 1 terdapat peningkatan 28.3 % pada siklus 2 meningkat 74.9 % dan pada siklus 3 meningkat 95.0 %.

2. Data Siswa yang menyenangi pendekatan permainan

Jumlah siswa	Data Sebelum Tindakan	Data Setelah Tindakan 1, 2 dan 3.
45 orang	37 orang	44 orang
Mean	-	-
Prosentase Peningkatan		18.5 %

Berdasarkan data siswa yang menyenangi pendekatan permainan ternyata dengan menggunakan pendekatan permainan dapat meningkatkan jumlah siswa yang menyenangi mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, dimana sebelum tindakan 37 orang menyenangi mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dan 8 orang kurang menyenangi. Setelah tindakan siklus 1, siklus 2 dan siklus 3, 44 orang siswa menyenangi mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dan 1 orang kurang menyenangi.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas ternyata pendekatan permainan dapat meningkatkan frekuensi siswa melakukan materi pokok dan meningkatkan kualitas teknik gerakan serta juga dapat meningkatkan kesenangan terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SMP Negeri 19 Palembang. Hal ini sejalan dengan pendapat lain Adam (1988) bahwa pendekatan permainan akan mendorong anak-anak untuk aktif dan bergerak sesuai dengan tuntutan permainan. Sedangkan pendapat Cholik, T., (1997) permainan di sekolah akan dapat menyalurkan dorongan-dorongan anak untuk aktif bermain sebagai kebutuhan yang harus dipenuhi.

Pendapat Gabbard (1987) pendekatan permainan akan menempatkan mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan menjadi mata pelajaran yang disenangi anak karena dapat mendatangkan kegembiraan dan kepuasan si anak sehingga mendorong anak-anak yang kurang berbakat olahraga untuk berkompetisi dengan kawan kawannya yang lain yang berbakat. Pendapat di atas sejalan dengan penelitian Fox (1988) anak yang melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berulang-ulang dengan gerakan yang sama akan dapat meningkatkan teknik gerakan sehingga dapat melaksanakan pola-pola gerakan yang efektif dan efisien. Gerakan yang dilakukan dengan teknik yang benar akan menghemat enersi si anak.

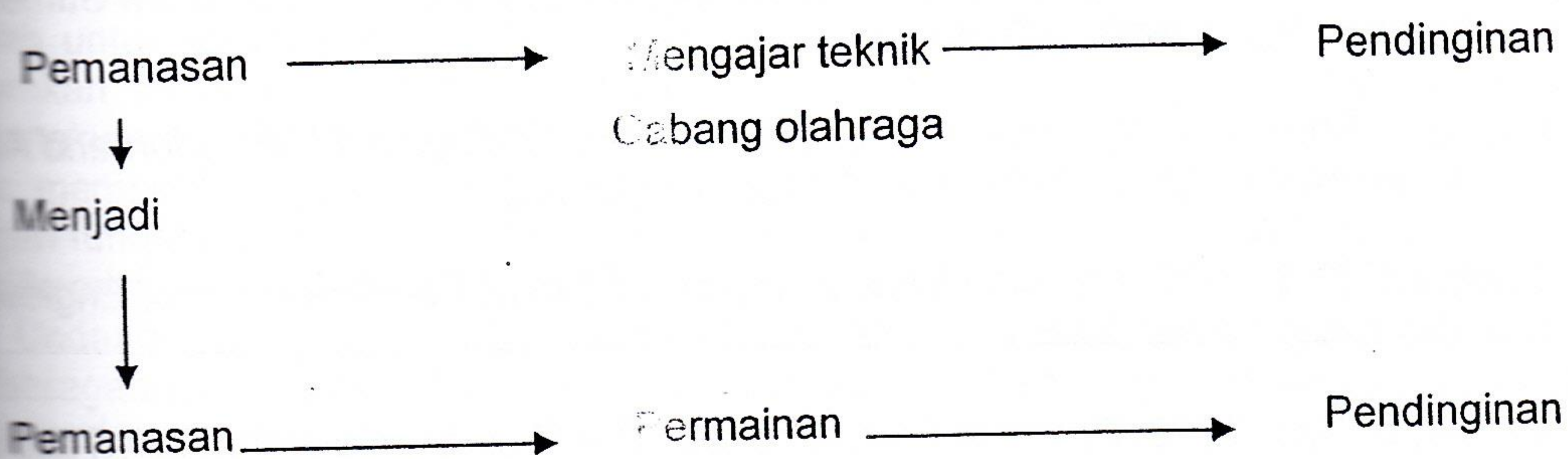
RESUME DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berpedoman kepada hasil penelitian di atas dapat disimpulkan model yang efektif untuk menanggulangi kekurangan aktifitas siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 19 Palembang dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan permainan selama proses pembelajaran. Dengan menggunakan permainan akan dapat :

1. Menarik minat siswa untuk aktif bergerak
2. Memungkinkan anak-anak yang kurang cakap untuk ikut bergerak karena larut dalam permainan
3. Memupuk rasa kompetitif pada anak
4. Mencapai tujuan pembelajaran walaupun dengan alat yang minim
5. Mengembangkan aspek bermain sambil belajar pada anak
6. Menimbulkan rasa senang dan gembira dalam pembelajaran

Skenario pelaksanaan Pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan dapat digambarkan sebagai berikut :



B. Saran

Model pendekatan permainan ini dapat dilakukan pada siswa SMP bidang studi pendidikan jasmani terutama pada sekolah-sekolah yang kekurangan alat olahraga sehingga mengakibatkan kekurangan aktifitas siswa dan mempunyai lapangan olahraga yang cukup memadai untuk melaksanakannya. Di samping itu pendekatan permainan ini juga dapat diterapkan jika suatu sekolah siswa kurang berminat pada suatu pokok bahasan tertentu.

Untuk dapat menerapkan model pendekatan permainan ini dapat dipedomani hal-hal sebagai berikut :

1. Permainan harus bercirikan pokok bahasan yang diajarkan guru.
1. Permainan harus mempunyai aturan yang jelas sehingga mudah dipahami anak
2. Permainan harus disesuaikan dengan usia dan tingkat perkembangan anak
4. Permainan bukan merupakan tujuan pembelajaran tetapi merupakan alat untuk mencapai tujuan yang diharapkan guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam , lain , 1988, *Pendekatan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan di SD*, Proyek Pengembangan Tenaga Kependidikan, Edisi 3, Jakarta.
- Cholik, Toho. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* , Proyek Pengembangan Guru SD, edisi 2, Jakarta.
- Depdiknas 2007. *Kurikulum Pendidikan Dasar Mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta.
- Depdiknas. 2007. *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Jakarta.
- Dinas Pendidikan Nasional Sumatera Selatan, 2006, Laporan, *Data Guru Sumatera Selatan Tahun 2006*, Palembang.
- Fox, EL., Bowers, RW., 1988, *Physiological Basis Of Physical Education and Athletics* Philadelphia, 6th.ed. Saunders College Publishing.
- Gabbard ,Carl. 1987. *Physical Education For Children*, Prentice Hal Inc. Englewood Cliffs, 4 ed, New Jersey.
- James, Balley. 1989. *Physical Education and The Physical Educator*, Allyn and Bacon Inc. Boston, 2 ed, Toronto.
- Menpora, 1993, *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Prestasi*, Kantor Menteri Negara Pemuda dan Olahraga, Jakarta.
- Pusat Penelitian Olahraga. 1994. *Seminar dan Lokakarya, Pendidikan Olahraga Anak Sekolah Dasar*, Universitas Airlangga, Surabaya.
- Seaton Don Cash . 1984. *Physical Education Hand Books*, Prentice Hall, Inc. Englewood Cliffs, 2 ed, New Jersey 07632.