

Analisis Tujuan Materi Pelajaran dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani

Putri Lansni Rahayu Simangunsong¹, Siti Kirania², Irfan Hanafi³, Tasya Amanda Pohan⁴ Wansica Agmarani⁵

^{1,2,3} Universitas Negeri Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Jalan Willem Iskandar Pasar V Medan Estate, Sumatera Utara, Indonesia

Email : putrilasni9@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterkaitan antara tujuan materi pelajaran dan metode pembelajaran yang diterapkan dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah. Pendidikan jasmani sebagai bagian integral dari kurikulum sekolah memiliki peran strategis dalam mengembangkan aspek fisik, sosial, dan emosional peserta didik. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur dan observasi lapangan. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan antara tujuan pembelajaran yang dirumuskan dalam kurikulum dengan implementasi metode yang digunakan oleh guru di lapangan. Beberapa metode pembelajaran seperti pendekatan bermain, pembelajaran berbasis proyek, dan kooperatif belum sepenuhnya dioptimalkan dalam mencapai tujuan afektif dan sosial peserta didik. Temuan ini menegaskan pentingnya pemilihan metode pembelajaran yang tepat, variatif, dan kontekstual agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dapat tercapai secara holistik. Rekomendasi diberikan bagi pendidik dan pembuat kebijakan untuk lebih menekankan pelatihan dan pengembangan profesional guru dalam merancang serta melaksanakan pembelajaran yang selaras dengan tujuan kurikulum.

Kata kunci: Gerak Pendidikan Jasmani, Tujuan Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Kurikulum, Pembelajaran Aktif

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between lesson objectives and teaching methods applied in physical education at the secondary school level. Physical education, as an integral part of the school curriculum, plays a strategic role in developing students' physical, social, and emotional aspects. This study employs a qualitative approach using literature review and field observation methods. The analysis reveals a gap between the learning objectives outlined in the curriculum and the methods actually implemented by teachers in the field. Certain teaching methods, such as play-based approaches, project-based learning, and cooperative learning, have not been fully optimized to achieve the affective and social objectives of students. These findings emphasize the importance of selecting appropriate, varied, and contextual teaching methods to achieve physical education learning objectives holistically. Recommendations are provided for educators and policymakers to place greater emphasis on teacher training and professional development in designing and implementing learning that aligns with curriculum objectives.

Keywords: Physical Education Movement, Learning Objectives, Teaching Methods, Curriculum, Active Learning

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani (Penjas) merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan yang berfungsi untuk mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, nilai-nilai sportivitas, serta pembentukan karakter peserta didik secara menyeluruh. Sebagai bagian dari kurikulum nasional, pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga mendukung perkembangan kognitif, afektif, dan sosial peserta didik (Mustafa & Dwiyoogo, 2020; Lestari & Wahyu, 2020).

Tujuan materi pelajaran dalam pendidikan jasmani telah dirumuskan dalam kurikulum dengan harapan mampu membentuk individu yang sehat, aktif, dan berkarakter (Bangun, 2013). Namun demikian, pencapaian tujuan tersebut sangat bergantung pada metode pembelajaran yang digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran. Penggunaan metode yang tepat dan kontekstual menjadi kunci utama dalam mentransformasikan materi pelajaran menjadi pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa (Fitriani & Adawiyah, 2018; Azhari, 2021).

Masalah yang sering terjadi di lapangan adalah kurangnya kesesuaian antara tujuan yang telah ditetapkan dalam kurikulum dengan implementasi pembelajaran di kelas. Banyak guru masih menggunakan pendekatan tradisional yang berpusat pada guru, kurang memperhatikan perbedaan individu, serta minim dalam penerapan metode aktif dan partisipatif (Firdaus, Rahmat, & Carsiwan, 2024; Anjani, Sugiawardana, & Rezha, 2022). Hal ini berdampak pada rendahnya keterlibatan siswa dan kurang optimalnya pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani (Togatorop et al., 2024).

Beberapa penelitian telah menunjukkan pentingnya pengembangan media dan strategi pembelajaran yang inovatif, seperti penggunaan *blended learning* maupun media interaktif dalam menunjang efektivitas pembelajaran (Khaidir, Valianto, & Nugraha, 2021; Lestari & Wahyu, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tujuan materi pelajaran dan metode pembelajaran yang diterapkan dalam pendidikan jasmani. Analisis ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang pentingnya sinkronisasi antara perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran, serta memberikan rekomendasi untuk peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kualitatif deskriptif** yang bertujuan untuk memahami dan menggambarkan keterkaitan antara tujuan materi pelajaran dan

metode pembelajaran dalam pendidikan jasmani secara mendalam. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali data kontekstual dan interpretatif yang berkaitan dengan praktik pembelajaran di lapangan. Subjek dalam penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) di wilayah [sebutkan lokasi, misalnya: Kota X]. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan kriteria guru yang memiliki pengalaman mengajar minimal 3 tahun dan aktif dalam pelaksanaan kurikulum pendidikan jasmani.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil dokumentasi terhadap silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dari beberapa guru pendidikan jasmani, ditemukan bahwa tujuan pembelajaran secara umum sudah mengacu pada kurikulum nasional, khususnya Kurikulum Merdeka dan Kurikulum 2013. Tujuan-tujuan tersebut mencakup aspek kognitif (pemahaman konsep gerak), afektif (sportivitas, kerja sama), dan psikomotorik (keterampilan dasar gerak).

Namun, dalam praktiknya, fokus guru cenderung lebih berat pada pencapaian aspek psikomotorik, seperti keterampilan teknik olahraga, dibandingkan aspek afektif dan kognitif. Hal ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan dalam pencapaian tujuan pembelajaran secara holistik.

Tabel 1. pencapaian tujuan pembelajaran secara holistik.

No	Sekolah	Tujuan Pembelajaran (Kognitif, Afektif, Psikomotorik)	Metode Pembelajaran yang Digunakan	Kesesuaian dengan Tujuan	Keterangan
1	SMP A	Psikomotorik dominan; Afektif kurang diperhatikan	Ceramah, Demonstrasi, Drill	Kurang sesuai	Fokus pada keterampilan teknik olahraga
2	SMP B	Seimbang (Kognitif, Afektif, Psikomotorik)	Kooperatif, Bermain, Tanya Jawab	Sesuai	Metode variatif, partisipasi siswa tinggi
3	SMP C	Fokus pada Psikomotorik dan sedikit aspek Afektif	Ceramah dan Latihan Individu	Kurang sesuai	Siswa kurang terlibat secara emosional dan sosial
4	SMP D	Tujuan lengkap namun tidak diterapkan optimal	Tradisional (drill, instruksi satu arah)	Tidak sesuai	Kurikulum dirancang baik, tetapi metode tidak mendukung
5	SMP E	Kognitif dan Afektif tercantum, tapi tidak terukur	Kognitif dan Afektif tercantum, tapi tidak terukur	Kognitif dan Afektif tercantum, tapi tidak terukur	Kognitif dan Afektif tercantum, tapi tidak terukur

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar guru masih menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan latihan berulang (drill) sebagai pendekatan utama. Meskipun metode ini efektif dalam membentuk keterampilan dasar, namun kurang mendukung pengembangan kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan kerja sama antar siswa.

Beberapa guru yang telah mengikuti pelatihan kurikulum baru mulai menerapkan pendekatan berbasis permainan (game-based learning) dan metode pembelajaran kooperatif. Metode-metode ini dinilai lebih mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa, membangun interaksi sosial, serta menumbuhkan nilai sportivitas dan tanggung jawab.

Ketidaksesuaian antara tujuan yang dirumuskan dalam kurikulum dengan metode yang digunakan berdampak pada kurang optimalnya pencapaian kompetensi siswa secara menyeluruh. Siswa cenderung hanya berkembang secara fisik, namun kurang dalam hal nilai-nilai karakter, komunikasi, dan pengambilan keputusan yang menjadi bagian dari tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembahasan ini menegaskan pentingnya keselarasan antara tujuan pembelajaran dan metode yang diterapkan. Guru perlu didorong untuk lebih kreatif dan reflektif dalam memilih pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa serta mampu mengembangkan seluruh domain kompetensi siswa secara seimbang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan antara tujuan pembelajaran yang tertuang dalam kurikulum pendidikan jasmani dengan implementasi metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru di lapangan. Meskipun kurikulum telah mengarahkan pada pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara seimbang, kenyataannya pembelajaran masih terfokus pada aspek keterampilan fisik semata. Hal ini mengindikasikan bahwa nilai-nilai karakter, sosial, dan kemampuan berpikir kritis peserta didik belum sepenuhnya diakomodasi dalam proses pembelajaran.

Metode pembelajaran yang dominan digunakan cenderung bersifat konvensional, seperti ceramah dan latihan teknik, yang kurang melibatkan siswa secara aktif dan kurang memberikan ruang untuk kerja sama, kreativitas, serta refleksi diri. Sebaliknya, metode-metode inovatif seperti pembelajaran kooperatif dan berbasis permainan yang terbukti mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa masih jarang diterapkan secara konsisten.

Keseluruhan temuan ini menegaskan bahwa pencapaian tujuan pembelajaran dalam pendidikan jasmani tidak hanya bergantung pada perumusan kurikulum, tetapi juga sangat ditentukan oleh pemilihan dan penerapan metode pembelajaran yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis dalam meningkatkan kompetensi pedagogik guru melalui pelatihan berkelanjutan, penyediaan sarana yang memadai, serta dukungan kebijakan yang mendorong pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan holistik. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat benar-benar menjadi sarana pembentukan siswa yang sehat secara fisik, mental, dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, M., Sugiawardana, R., & Rezha, M. (2022). Trend dan Hasil Penggunaan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Systematic Literature Review). *Jurnal Porkes*.
- Azhari, Anshar. (2021). Analisis Strategi Pembelajaran Guru PJOK Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas X di SMA N 10 Berau. *Borneo Physical Education Journal*.
- Bangun, S. Y. (2013). Analisis Tujuan Materi Pelajaran dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 1(1).
- Firdaus, R. A., Rahmat, A., & Carsiwan. (2024). Optimalisasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Pendekatan Taktis (Systematic Literature Review). *EDU RESEARCH*, 5(2), 96–107
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Implementasi Prinsip Pembelajaran Efektif Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sebagai Bekal Pengenalan Lapangan Persekolahan Bagi Mahasiswa. *Jurnal Penjaskesrek*.
- Khaidir, A., Valianto, B., & Nugraha, T. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Materi Atletik Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 7(2).
- Lestari, P. B., & Wahyu, A. T. H. (2020). Prespektif Pebelajar Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga Berbasis Blended Learning. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*.
- Mustafa, P. S., & Dwiwogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438.
- Togatorop, I., Lombu, H. K. K., Pratama, H., Ginting, I. B., Syahrani, I., Zebua, H., Helmi, B., Aditya, R., Abady, A. N., & Nugroho, A. (2024). Pengaruh Materi Pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 12(1), 86–95.