



MODUL 1 :

FASILITAS DAN PERLENGKAPAN

PENDIDIKAN JASMANI

Drs. Yoyo Bahagia, M. Pd

PENDAHULUAN

Modul ini akan membahas kajian tentang fasilitas dan perlengkapan yang digunakan dalam aktivitas pendidikan jasmani (penjas). Fokus bahasan dalam modul ini adalah tentang pengertian dan pengelolaan serta pemanfaatan fasilitas dan perlengkapan penjas.

Setelah mempelajari modul ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam pemahaman tentang pengertian fasilitas dan perlengkapan penjas serta dapat memahami tentang kelengkapan, pengelolaan, dan pemanfaatan fasilitas penjas yang ada dalam ruangan maupun yang berada di luar ruangan.

Berkaitan dengan fasilitas penjas dalam ruangan, mahasiswa diharapkan tahu betul fasilitas penunjang lain yang seharusnya ada dalam ruangan maupun fasilitas penunjang lain yang ada di luar ruangan.

Selain itu mereka diharapkan memahami betul tentang pemeliharaan dan pengelolaan fasilitas tersebut secara optimal, sehingga aktivitas belajar mengajar penjas dapat terlaksana dengan baik. Bila memungkinkan keberadaan fasilitas tersebut dapat dimanfaatkan untuk kegiatan lain di luar aktivitas pembelajaran penjas.

Selain itu mahasiswa juga diharapkan memahami betul apa yang dimaksud dengan perlengkapan penjas, termasuk di dalamnya pemahaman tentang alat-alat bantu lain yang dapat dimanfaatkan untuk aktivitas pembelajaran penjas.

Modul ini dapat dikuasai dengan baik, apabila mahasiswa dapat mengikuti alur pemikiran kepenjasan sebagai acuan dalam merancang, membuat/membangun, menata/mengelola dan memanfaatkan fasilitas dan perlengkapan penjas yang dimiliki sekolah.



Setelah mempelajari modul ini.

1. Diharapkan mahasiswa memahami tentang pengertian fasilitas dan perlengkapan penjas.
2. Diharapkan mahasiswa dapat memahami tentang persyaratan minimal dari fasilitas penjas yang ada di dalam ruangan maupun yang berada di luar ruangan.
3. Diharapkan mahasiswa mempunyai pemahaman dan kemampuan dalam merancang, menata, mengelola dan memelihara serta memanfaatkan fasilitas dan perlengkapan penjas secara optimal.

Materi modul ini disusun menjadi dua kegiatan belajar yaitu:

Kegiatan Belajar 1 ; Fasilitas Pendidikan Jasmani

Kegiatan Belajar 2 ; Perlengkapan Pendidikan Jasmani

Agar dapat memahami materi modul ini dengan baik serta mencapai kompetensi yang diharapkan, gunakan strategi belajar sebagai berikut.

1. Bacalah uraian materi setiap kegiatan belajar dengan seksama
2. Lakukan latihan sesuai dengan petunjuk dalam kegiatan ini.
3. Cermati dan kerjakan tugas-tugas, gunakan hasil pemahaman yang telah anda miliki.
4. Kerjakan tes formatif seoptimal mungkin, dan gunakan rambu-rambu jawaban untuk membuat penilaian.
5. Nilailah hasil belajar anda sesuai dengan indikatornya.

**KEGIATAN BELAJAR 1****FASILITAS PENDIDIKAN JASMANI****A. PENGERTIAN FASILITAS PENJAS**

Fasilitas pendidikan jasmani ialah segala sesuatu yang dapat mempermudah dan memperlancar kegiatan pendidikan jasmani yang bersifat relatif permanen atau susah untuk dipindah-pindahkan. Secara garis besar fasilitas pendidikan jasmani terdiri dari dua macam, yakni fasilitas yang ada di dalam ruangan (*indoor facilities*) dan yang ada di luar ruangan (*outdoor facilities*).

1. Fasilitas penjas dalam ruangan (*indoor facilities*) meliputi ruang serbaguna atau hall/hale untuk kegiatan senam, bulutangkis, tenis meja, basket, voli, olahraga beladiri, ruang ganti pakaian dengan tempat pakaianya, ruang mandi dan lain-lain. Ruang untuk kegiatan pendidikan jasmani tersebut akan lebih baik dan akan terasa luas bila pada dinding bagian-bagian tertentu dipasang cermin yang cukup besar.

Hanya sebagian kecil sekolah saja yang biasanya mempunyai ruangan serba guna, dan sebagian besar lainnya bahkan tidak mempunyai ruangan untuk kegiatan penjas, walaupun ada maka guru penjas akan menyulap ruangan kelas untuk kegiatan penjas, itupun bila perlu sekali misalnya karena hujan sehingga tidak dapat menggunakan fasilitas penjas yang ada di luar ruangan. Kalaupun ada sekolah yang memiliki ruangan olahraga berupa bangsal (ruangan senam) yang komplit, itupun adalah sisa-sisa masa pendidikan pada jaman Belanda dahulu.

Bila melihat esensi dari kebutuhan akan ruangan untuk kegiatan penjas, sudah selayaknya pihak sekolah memprioritaskan keberadaan fasilitas penjas dalam ruangan ini, karena pada kenyataannya ruangan tersebut diperlukan juga untuk kegiatan-kegiatan lain di luar aktivitas penjas yang sifatnya dapat menampung jumlah yang lebih besar.



2. Fasilitas penjas di luar ruangan (*outdoor facilities*) banyak ragam dan manfaatnya. Mulai dari jenis-jenis lapangan olahraga yang tersedia, sampai lahan lain yang dapat dimanfaatkan seperti: halaman, taman, lorong lorong, kebun, parit, bukit yang semuanya ada di sekitar sekolah.

Aktivitas pendidikan jasmani tidak selalu harus dilakukan di lapangan yang sesuai dengan jenis cabang olahraganya maupun ukuran dan aturannya. Namun di tempat atau di lapangan apapun kegiatan tersebut dapat dilakukan dengan mempertimbangkan unsur-unsur penting yaitu keselamatan dan kesehatan anak didik.

Tidak sedikit kegiatan pendidikan jasmani yang tidak dapat terlaksana dengan baik karena hambatan fasilitas yang tidak memadai. Banyak guru penjas yang mengeluhkan hal ini, dan banyak pula akibatnya terhadap aktivitas pembelajaran penjas. Misalnya kegiatan voli atau basket atau atletik atau bola tangan tidak dapat dilaksanakan dengan alasan tidak mempunyai fasilitas lapangan tersebut.

Hal tersebut dapat mengakibatkan siswa kurang pengalamannya akan permainan dasar bola basket, voli, bola tangan maupun atletik karena tidak pernah atau jarang diberikan oleh guru penjasnya.

Dalam hal seperti itu kreativitas para guru penjas sangat dituntut agar dapat mensiasati keadaan yang demikian. Karena hakikat pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani yang tidak terlepas dari konsep bermain, bergerak, ceria, maka lapangan/ruangan/tempat apapun mestinya dapat digunakan untuk kegiatan pendidikan jasmani.

B. PEMANFAATAN FASILITAS PENDIDIKAN JASMANI

1. *Pemanfaatan Fasilitas Penjas Dalam Ruangan*

Fasilitas penjas dalam ruangan atau gedung serba guna, biasanya intensitas pemakaiannya akan tinggi, karena fasilitas tersebut tidak saja diperuntukkan hanya untuk kegiatan penjas, akan tetapi juga digunakan untuk kegiatan-kegiatan lainnya seperti untuk : rapat yang melibatkan orang tua



siswa, penerimaan siswa baru, pesta kenaikan kelas atau kelulusan, mungkin untuk resepsi, kegiatan ekstra kurikuler penjas dan mata pelajaran lain diluar penjas. Oleh karena itu maka penjadwalan penggunaan fasilitas tersebut adalah mutlak harus dilakukan.

Persyaratan minimal keberadaan fasilitas penjas dalam ruangan.

Karena fasilitas penjas dalam ruangan akan menyangkut aktivitas yang melibatkan orang banyak, maka ada hal-hal atau syarat-syarat minimal yang harus dipenuhi dalam pengadaan atau pembuatan fasilitas penjas dalam ruangan tersebut. Persyaratan tersebut terutama berkaitan dengan: keselamatan, kesehatan, kenyamanan, keamanan diri maupun alat/barang bawaan pengguna.

- a. Berkaitan dengan keselamatan antara lain tentang:
 - Kekuatan bangunan
 - Keluasan bangunan
 - Jumlah atau besar kecilnya pintu keluar masuk
 - Kondisi lantai bangunan

- b. Berkaitan dengan kesehatan pengguna misalnya:
 - Ventilasi udara yang cukup
 - Ventilasi cahaya/ penerangan yang memadai.
 - Kebersihan yang terpelihara/ tempat sampah yang cukup
 - Jumlah dan kebersihan kamar mandi dan toilet, tempat bilas

- c. Berkaitan dengan kenyamanan pengguna misalnya:
 - Adanya tempat istirahat yang memadai (bangku/tribune)
 - Suasana ruangan dan penataan serta pewarnaan dinding atau tembok dalam ruangan yang nyaman.
 - Adanya jadwal pemakaian ruangan yang baik
 - Bila perlu ada kantin dalam ruangan atau dekat ruangan.



- d. Berkaitan dengan keamanan pengguna:
- Tersedianya locker tempat penitipan barang bawaan.
 - Ada pengelola ruangan atau lapangan.
 - Tersedianya tempat parkir kendaraan diluar ruangan.
 - DII.

Manajemen pengelolaan fasilitas

Agar fasilitas olahraga atau penjas dapat dikelola dengan baik, beberapa hal harus dipertimbangkan antara lain: Dibuatkan kurikulum fasilitas yang ada dalam ruangan atau prasarana pendukung lainnya. Kurikulum tersebut berupa media informasi (papan informasi) tentang apa yang ada atau dimiliki oleh fasilitas tersebut misalnya tentang:

- Seberapa luas ruangan serbaguna itu seluruhnya
- Kalau di dalamnya ada lapangan, lapangan apa yang ada
- Berapa buah lapangan yang ada tersebut
- Berapa shift dapat diberlakukan;
 - Shift 0 : Jam 05.30 – 07.00
 - Shift 1 : Jam 07.00 – 13.00
 - Shift 2 : Jam 13.00 – 17.30
 - Shift 3 : Jam 18.30 – 22.00
- Berapa kemampuan daya tampung untuk suatu kegiatan penjas
 - 10 – 25 orang (kegiatan intra/ekstra kurikuler)
 - 26 – 50 orang (kegiatan intra dan ekstra kurikuler)
 - 51 – 75 orang (kegiatan ritmik atau beladiri jurus)
- Tarif penggunaan.
 - Biasanya biaya pemeliharaan fasilitas tersebut sudah ada dibawah pengelolaan sekolah, namun tidak ada salahnya bila untuk kegiatan di luar kegiatan sekolah dikenakan tarif pemakaian untuk biaya kebersihan atau perawatan fasilitas.
- Fasilitas penunjang
 - Kamar ganti pakaian (putra/putri)



- Locker
- Kamar mandi dan toilet
- Ruangan pengelola
- Gudang tempat penyimpanan alat-alat
- Kantin
- Tempat sampah dan fasilitas kebersihan lain
- Penerangan/pencahayaan
- Ventilasi udara yang cukup dan benar
- Fasilitas P3K

Atas dasar pertimbangan-pertimbangan tersebut, guru penjas atau petugas yang diberi tanggung jawab untuk mengelola fasilitas tersebut dapat ***membuat jadwal atau time schedule*** penggunaan lapangan olahraga dalam ruangan tersebut. Dengan sendirinya pemakaian untuk kegiatan penjas intra kurikuler harus didahulukan, selanjutnya kegiatan ekstra kurikuler, untuk kegiatan sekolah yang sifatnya massal atau rutin, serta kemudian untuk kegiatan pemakai dari luar sekolah (kalau dimungkinkan).

2. Pemanfaatan Fasilitas Penjas Di Luar Ruangan

Fasilitas di lingkungan sekolah yang ada di luar ruangan dapat dimanfaatkan untuk aktivitas siswa dalam kegiatan proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Fasilitas atau lapangan tersebut antara lain dapat berupa: halaman sekolah, lapangan upacara, lapangan olahraga yang ada (lapang basket, sepak bola, voli, bulutangkis, tennis dsb), bak lompat jauh, taman sekolah, kebun sekolah, lorong-lorong antar kelas, parit atau selokan di lingkungan sekolah dan lain sebagainya dapat dimanfaatkan untuk kegiatan penjas.

Perlu dipahami bahwa kegiatan penjas banyak sekali ragamnya, dari mulai yang sederhana sampai yang paling sulit, dari yang sesuai dengan kecabangan olahraga atau sesuai dengan kurikulum, ekstra kurikuler dan upacara-upacara.

**Persyaratan minimal keberadaan fasilitas penjas dalam ruangan.**

Seperti halnya fasilitas penjas yang ada dalam ruangan, fasilitas penjas yang ada di luar ruanganpun harus mempertimbangkan persyaratan-persyaratan minimal untuk keselamatan, keamanan, kenyamanan dan kesehatan pengguna terutama peserta didik yang akan dan sedang melakukan aktivitas penjas.

- a. Berkaitan dengan keselamatan. Misalnya tentang:
 - Kekuatan perlengkapan lapangan
 - Pagar di luar lapangan (kalau ada)
 - Periksa kondisi pohon peneduh (kalau ada)
 - Keluasan lapangan
 - Kondisi lantai lapangan, lorong antara bangunan, taman, kebun atau lahan yang dapat atau biasa digunakan untuk kegiatan penjas.
- b. Berkaitan dengan kesehatan pengguna misalnya:
 - Keteduhan
 - Kebersihan yang terpelihara/ tempat sampah yang cukup
 - Tempat bilas tangan dan kaki.
- c. Berkaitan dengan kenyamanan pengguna misalnya:
 - Adanya tempat istirahat yang memadai (bangku/tribune)
 - Adanya pohon peneduh.
- d. Berkaitan dengan keamanan pengguna:
 - Tersedianya pagar lapangan untuk meminimalisir gangguan dari luar.
 - Tersedianya tempat parkir kendaraan diluar ruangan.
 - Dll.

Manajemen/pengelolaan lapangan penjas di luar ruangan.

Seperti halnya fasilitas penjas dalam ruangan, fasilitas penjas yang ada di luar ruanganpun sebaiknya dibuatkan jadwal atau time schedule pemakaiannya. Dengan begitu siapapun yang akan menggunakan fasilitas



tersebut minimal harus diluar jadwal yang telah dibuat atau harus seijin pengelola lapangan.

Beberapa pertimbangan dalam penggunaan dan penjadwalan fasilitas penjas di luar ruangan antara lain:

- Seberapa banyak lapangan/fasilitas penjas yang dapat digunakan.
- Seberapa luas setiap fasilitas yang dimiliki tersebut
- Berapa shift dapat diberlakukan;
 - Shift 0 : Jam 05.30 – 07.00
 - Shift 1 : Jam 07.00 – 13.00
 - Shift 2 : Jam 13.00 – 17.30
- Berapa kemampuan daya tampung untuk suatu kegiatan penjas
 - 10 – 25 orang (kegiatan intra/ekstra kurikuler)
 - 26 – 50 orang (kegiatan intra dan ekstra kurikuler)
 - 51 – 75 orang (kegiatan ritmik atau beladiri jurus)
- Tarif penggunaan.
Biasanya biaya pemeliharaan fasilitas tersebut sudah ada dibawah pengelolaan sekolah, namun tidak ada salahnya bila untuk kegiatan di luar kegiatan sekolah dikenakan tarif pemakaian untuk biaya kebersihan atau perawatan fasilitas.
- Fasilitas penunjang
Fasilitas lain yang harus dipertimbangkan untuk kenyamanan dan keamanan pengguna yang harus dipertimbangkan antara lain:
 - Kamar ganti pakaian (putra/putri)
 - Locker
 - Kamar mandi dan toilet
 - Ruangang pengelola
 - Gudang tempat penyimpanan alat-alat
 - Kantin
- Tempat sampah dan fasilitas kebersihan lain

***Contoh pemanfaatan fasilitas untuk kegiatan atletik.***

Kegiatan atletik yang meliputi : jalan, lari, lompat, lempar tidak selalu harus menggunakan lapangan atletik yang standar. Fasilitas yang tersedia di lingkungan sekolah seperti lapangan olahraga yang ada, lapang upacara, halaman sekolah, taman, kebun, parit, selokan, tanah kosong, dapat dimanfaatkan untuk kegiatan pembelajaran atletik. Para guru penjas harus pandai-pandai memilih dan menggunakan fasilitas tersebut sesuai dengan tingkat usia, kelas, kemampuan fisik, kemampuan gerak, pengalaman gerak siswa atau jenis kelamin.

Bentuk kegiatan jalan atau lari tidak harus selalu dilakukan di lintasan atletik dengan teknik standard. Namun dapat saja diberikan berbagai macam gerak dasar umum maupun gerak dasar dominan jalan dan lari ke berbagai arah, oleh seseorang atau berpasangan berdua, bertiga atau beregu. Tanpa alat atau dengan menggunakan, melalui atau melewati alat bantu, malahan dapat juga dilakukan dalam bentuk permainan, namun esensi jalan atau lari tetap terkandung dan menjadi tujuan pembelajaran.

Kegiatan lompat dapat dilakukan dimana saja dengan menyajikan berbagai bentuk gerak dasar lompat. Ke depan, ke belakang, ke samping, perorangan, berpasangan melewati sesuatu, ke dalam sesuatu, melewati parit, selokan, dengan menggunakan tongkat atau berayun pada seutas tambang yang diikatkan pada cabang pohon.

Membelajarkan nomor lemparpun dapat dimana saja, dengan gerak dasar melempar yang bervariasi. Misalnya gerak lempar lewat atas kepala, dari samping badan, dari bawah, dengan satu atau dua tangan, didorong, ditolak, diayun, maupun dilontar.

Gerak dasar lemparpun dapat menggunakan berbagai macam alat yang standar maupun alat bantu lain seperti: berbagai jenis dan ukuran bola, batu bata, potongan kayu, ban sepeda bekas, gulungan kertas atau kain dan lain sebagainya. Semua bentuk pembelajaran



gerak dasar atletik masih sangat mungkin dapat dilakukan oleh para guru penjas pada tempat yang tersedia.

Hal lain yang perlu dipertimbangkan dalam membuat fasilitas penunjang di luar ruangan adalah: tempat duduk, pohon peneduh, peralatan untuk aktivitas kebugaran, perlengkapan untuk aktivitas pengembangan konsep gerak seperti penataan alat-alat bantu dari ban mobil, tangga bermain, ayunan dll.

Tidak kalah pentingnya adalah pencantuman kurikulum fasilitas tersebut seperti halnya fasilitas dalam ruangan.

Contoh Curikulum Fasilitas Penjas

Nama Fasilitas		:	Gedung Serbaguna
Fasilitas yang dimiliki			
1.	Luas Gedung	:M2
2.	Luas lapangan	:M2
3.	Kapasitas tempat duduk	: Orang
4.	Ruang ganti pakaian	:	... Buah Pa... Buah Pi
5.	Toilet	:	Putra. Putri
6.	Kantor	:	Buah
7.	Gudang/Ruang alat	:	Buah
8.	Pintu Keluar/Masuk	:	Buah
9.	Lapangan yang ada	:	Basket Voli Futsal Bulutangkis
10.	Prasarana penunjang	:	Tempat parkir. Dll.



Contoh Format Pemakaian (Sederhana)

Nama Fasilitas :

Jadwal Pemakaian

HARI	JAM PEMAKAIAN							
	5.30-7.00	7.00-8.20	8.20-9.40	10.00-11.	11.40-13.	13.0-14.3	14.30-16.	16.0-17.3
SENIN								
SELASA								
RABU								
KAMIS								
JUMAT								
SABTU								
MINGGU								

C. LATIHAN. _____

Untuk memperdalam pemahaman anda mengenai materi di atas kerjakanlah latihan berikut !

1. Apa yang dimaksud dengan fasilitas pendidikan jasmani.
2. Apa yang dimaksud dengan fasilitas penjas dalam ruangan.
3. Apa persyaratan minimal yang harus dipertimbangkan dalam membuat fasilitas penjas dalam ruangan.
4. Untuk apa perlunya dibuat penjadwalan pemakai fasilitas penjas
5. Apa yang harus dipertimbangkan dalam perencanaan penjadwalan /pemakaian fasilitas penjas.
6. Fasilitas apa saja yang dapat digunakan aktivitas penjas di luar ruangan.
7. Kemukakan secara rinci fasilitas pembelajaran (penjas) yang dimiliki oleh sekolah saudara.



Petunjuk jawaban latihan.

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas gunakan rambu-rambu di bawah ini.

1. Fasilitas pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk kelancaran proses pembelajaran penjas yang relatif susah untuk dipindah-pindahkan. Oleh karena itu sudah barang tentu mudah ditebak apa yang dimaksud dengan fasilitas yang dimaksud.
2. Bila dikaitkan dengan penjelasan pertama maka dapat diartikan sebagai suatu tempat atau lapangan untuk aktivitas pembelajaran penjas yang ada di dalam ruangan.
3. Persyaratan minimal dalam menyiapkan atau membangun atau yang dimiliki fasilitas penjas adalah berkaitan dengan para pengguna fasilitas tersebut yang berhubungan dengan keselamatan pemakai yaitu peserta didik, kesehatan, keamanan dan kenyamanannya.
4. Setiap fasilitas pasti ada yang memerlukan untuk menggunakannya, apalagi fasilitas penjas. Minimal sejumlah kelas yang ada di sekolah tersebut setiap minggunya menggunakan fasilitas tsb untuk pembelajaran penjas. Agar tidak terjadi tabrakan waktu yang menggunakan, maka perlu dibuat jadwal pemakaian fasilitas tersebut.
5. Dalam merencanakan untuk membuat jadwal pemakaian tersebut, minimal tahu dulu lapang apa yang akan digunakan, jam pemakaian yang berlaku, kemudian jam berapa saja peserta didik tsb menggunakan fasilitas, ada berapa kelas yang memerlukan menggunakan, apakah ada pemakai dari luar selain siswa sekolah sendiri.
6. Selain fasilitas dalam ruangan, fasilitas yang dapat dimanfaatkan aktivitas pembelajaran penjas di luar ruangan



sangat relatif tergantung kepada apa yang dimiliki sekolah tersebut, atau apakah akan menggunakan fasilitas yang ada di luar lingkungan sekolahnya.

7. Sebutkan saja satu persatu sesuai kemampuan yang dimiliki atau lapangan yang mungkin dapat dimanfaatkan untuk kegiatan pembelajaran penjas.

D. RANGKUMAN

1. Fasilitas penjas adalah segala sesuatu yang dapat mempermudah atau memperlancar kegiatan pendidikan jasmani yang meliputi fasilitas di dalam ruangan (indoor facilities), dan yang berada di luar ruangan (outdoor facilities).
2. Fasilitas yang disediakan sebaiknya dirancang sedemikian rupa, sehingga dapat menjaga keselamatan dan kenyamanan, keamanan, dan kesehatan siswa
3. Time schedule/ jadwal pemakaian dengan mempertimbangkan berbagai hal yang berkaitan dengan keberadaan fasilitas tersebut, harus dibuat untuk keperluan pengguna dan calon pengguna.
4. Kurikulum Fasilitas penjas/olahraga juga harus ditampilkan sebagai informasi awal bagi setiap orang atau calon pengguna.



E. TES FORMATIF

Pilih salah satu jawaban yang benar.

1. Fasilitas olahraga dalam ruangan harus memenuhi persyaratan minimal bagi keselamatan pengguna antara lain dengan jalan:
 - a. Pintu keluar masuk cukup besar dan lebih dari satu.
 - b. Ventilasi udara yang cukup
 - c. Kamar mandi dan toilet yang bersih
 - d. Adanya fasilitas locker

2. Fasilitas olahraga juga harus memenuhi persyaratan minimal bagi kesehatan pengguna dengan jalan memperhatikan:
 - a. Luas ruangan yang cukup besar
 - b. Penerangan yang baik
 - c. Ventilasi udara yang baik
 - d. Adanya pengelola lapangan

3. Lantai lapangan olahraga di luar ruangan yang terbuat dari semen yang di cor, minimal akan memfasilitasi pengguna dari unsur-unsur:
 - a. Keselamatan
 - b. Kesehatan
 - c. Keamanan
 - d. Kenyamanan.

4. Informasi tentang Kurikulum fasilitas olahraga berguna untuk:
 - a. Informasi fisik tentang apa-apa yang berada dalam fasilitas olahraga tersebut.
 - b. Para pengguna dalam menggunakan fasilitas tersebut
 - c. Para pengelola fasilitas olahraga tersebut.
 - d. Memasarkan fasilitas tersebut pada para calon pengguna.



5. Pertimbangan yang harus dilakukan dalam membuat jadwal atau time schedule penggunaan fasilitas olahraga adalah:
- Ketentuan harga sewa bagi para pengguna
 - Jumlah jam dan hari penggunaan
 - Jumlah jam dan hari yang tersedia
 - Jumlah pemakai atau pengguna

Setelah menjawab tes formatif pada kegiatan belajar ini, kemudian cocokkan jawaban anda dengan kunci jawaban yang terdapat pada bagian akhir modul ini, hitung jawaban anda yang benar. Untuk mengetahui tingkat penguasaan anda dalam mempelajari materi dalam kegiatan ini, gunakan rumus penghitungan yang ada di bawah ini.

Rumus penghitungan.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban yang benar}}{\text{Banyaknya soal}} \times 100 \%$$

Tingkat penguasaan yang dicapai:

90 % - 100 %	=	Baik Sekali
80 % - 90 %	=	Baik
70 % - 80 %	=	Sedang
>70 %	=	Kurang

**KEGIATAN BELAJAR 2****PERLENGKAPAN PENDIDIKAN JASMANI****A. PENGERTIAN PERLENGKAPAN PENDIDIKAN JASMANI**

Peralatan (apparatus), ialah sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan oleh siswa untuk melakukan kegiatan/aktivitas di atasnya, di bawahnya, di dalam/di antaranya yang relatif mudah untuk dipindah-pindahkan. Perlengkapan pendidikan jasmani artinya adalah segala sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan untuk melaksanakan, melakukan kegiatan pendidikan jasmani. Sebagai contoh perlengkapan penjas misalnya : bangku Swedia, start block, mistar, peralatan lompat tinggi, bola, alat pemukul dsb. Keberadaan alat-alat atau perlengkapan penjas tersebut sangat diperlukan, karena tanpa melibatkan perlengkapan tersebut kegiatan penjas akan kehilangan maknanya dan akan membosankan.

Di satu sisi keberadaan perlengkapan penjas tersebut sangat diperlukan, namun di sisi lain peralatan atau perlengkapan penjas yang dimiliki sekolah-sekolah biasanya kurang memadai, baik dalam kuantitas maupun kualitasnya. Peralatan yang ada dan sangat sedikit jumlahnya itu biasanya merupakan peralatan standar untuk orang dewasa. Keadaan seperti itu banyak menyebabkan kegiatan penjas yang kurang optimal.

Sebenarnya minimnya fasilitas dan perlengkapan penjas bukan berarti guru harus menyerah dengan keadaan tersebut, banyak peluang yang dapat dilakukan para guru penjas untuk mengatasi kesulitan seperti itu. Guru penjas dapat menambah/mengurangi tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk aktivitas pendidikan jasmani.

Aktivitas penjas tidak selalu harus menggunakan perlengkapan yang standard, karena dengan peralatan yang standar tadi jumlahnya minim tersebut akan mengakibatkan intensitas keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran sangat terbatas. Sedangkan yang diperlukan oleh siswa pada



saat mengikuti pelajaran penjas adalah intensitas keterlibatan siswa dalam aktivitas yang dilakukan, baik secara fisik, sosial maupun emosional.

Untuk menambah atau mengurangi tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar tersebut guru dapat memodifikasi berat ringannya, besar kecilnya, panjang pendeknya, maupun menggantinya dengan peralatan lain sehingga dapat digunakan untuk berbagai bentuk kegiatan penjas.

Perlengkapan penjas yang standar disamping harganya cukup mahal, seringkali keberadaan alat tersebut kurang sesuai dengan kondisi fisik, dan psikis siswa, misalnya alat tersebut terlalu berat, besar, kecil, tinggi, rendah, dll.

B. JENIS PERLENGKAPAN PENJAS

Perlengkapan penjas banyak sekali ragamnya, dan keragaman tersebut sangat ditentukan oleh jenis cabang olahraga yang ada. Cabang olahraga tersebut antara lain adalah sebagai berikut:

1. Cabang olahraga permainan
 - a. Permainan invasi (passing intercepting)
Sepakbola, bola tangan, basket, (modifikasi: hand ball like games, soccer like games, polo air, frisbie, dll)
 - b. Net Games (voli, tenis, tenis meja, bulutangkis, dsb)
 - c. Tag games/permainan sentuh (soft ball, base ball, dll)
 - d. Target games (panahan, bowling, golf, billiard, dll)
2. Cabang olahraga beladiri
Pencak silat, karate, judo, gulat, tae kwon do, wushu, dll.
Perlengkapan olahraga yang diperlukan pada olahraga bela diri tersebut meliputi: pelindung badan, pelindung kepala, pelindung alat vital, hand box, pakaian khusus cabang olahraga, toya, pedang, golok, kipas, alat bantu untuk tendangan/pukulan, dll
3. Olahraga air



- a. Renang, loncat indah, renang indah
- b. Selam
- c. Sky Air
- d. Layar

Perlengkapan yang sering digunakan dalam cabang olahraga tersebut antara lain: Kacamata renang, kaki katak, pedal, pelampung, snorkel, pelindung kepala, bola, dll

4. Dirgantara (terjun payung, paralayang, aeromodeling, dll)
5. Atletik. (spatu lari, gawang, start block, matras lompat tinggi dan lompat tinggi galah, lembing, peluru, cakram, martil, dsb.
6. Gymnastik (artistik, ritmik, senam aerobik). Matras, kuda lompat, restok, balok keseimbangan, papan tolak, palang sejajar, kuda pelana, dsb.
7. Musik, irama dan gerak. (dram band, marching band, dance, dll)

Cabang-cabang olahraga tersebut sebagian kecil dimasukkan dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah-sekolah dasar, sekolah menengah pertama, maupun di sekolah menengah atas, dan sebagian lainnya di selenggarakan dalam kegiatan ekstra kurikuler.

Khusus di tingkat sekolah dasar keberadaan cabang olahraga tersebut diberikan dalam bentuk yang lebih sederhana atau lebih dasar, terutama yang berkaitan dengan pengayaan dan pengembangan konsep gerak dan gerak dasar serta keterampilan dasar, namun tidak terlepas dari pengembangan unsur-unsur kebugaran jasmani.

Perlengkapan olahraga dan perlengkapan penjas dapat dibedakan dalam fungsi, jenis, bahan, bentuk, ukuran besar/kecil, berat/ringan, keras/lunak, dll. Perlengkapan penjas sangat variatif dan modified juga sangat situasional dan kondisional.

Jenis, bahan dan bentuk serta ukuran tidak harus sesuai dengan perlengkapan standar, namun dapat disesuaikan dengan keadaan dan kemampuan siswa baik secara fisik maupun secara psikologis. Oleh karena



itu jangan heran bila dalam pembelajaran penjas akan dijumpai bermacam-macam perlengkapan yang kadangkala seseorang awam akan mengerutkan keningnya, dan bertanya-tanya: untuk apa perlengkapan tersebut, bagaimana dapat digunakan untuk pembelajaran penjas, apa manfaatnya, dsb.

C. LATIHAN

Untuk memperdalam pemahaman anda mengenai materi di atas kerjakanlah latihan berikut !

1. Apa yang dimaksud dengan peralatan atau perlengkapan penjas.
2. Mengapa perlengkapan penjas dianggap penting dalam kegiatan pendidikan jasmani.
3. Bagaimana upaya guru penjas untuk menambah atau mengurangi kompleksitas dan kesulitan tugas ajar.
4. Coba pilahkan cabang olahraga permainan berdasar katagori penjas
5. Sebutkan perlengkapan olahraga yang diperlukan yang masuk dalam katagori
 - a. Permainan invasi
 - b. Permainan Net
 - c. Permainan sentuh
6. Coba berikan contoh perlengkapan penjas yang dapat dibuat secara modifikasi.

Petunjuk jawaban latihan.

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas gunakan rambu-rambu di bawah ini.

1. Peralatan atau perlengkapan penjas berbeda dengan fasilitas penjas, terutama dalam hal kemudahan untuk dipindah-pindahkan.



2. Tanpa adanya perlengkapan penjas, maka pembelajaran penjas seolah kurang bermakna, anak akan cepat merasa bosan dan keterampilan yang diajarkan sulit untuk dapat diserap oleh peserta didik.
3. Mengurangi atau menambah kompleksitas pembelajaran dapat dilakukan dengan memodifikasi segala sesuatu yang berkaitan dengan tujuan pembelajaran, artinya dapat berkaitan dengan alat yang digunakan, aturan yang akan dipakai, jumlah pemain, cara memainkan, serta penilaian, dll.
4. Penjas memilah atau mengkatagorikan atau mengelompokan olahraga permainan berdasarkan kepada idea pokok atau masalah gerak yang dimiliki oleh olahraga permainan itu sendiri, sehingga olahraga permainan dapat dikelompokan ke dalam jenis permainan net (dimana idea pokok dari permainan adalah berupa rally), permainan invasi (idea permainannya berupa passing dan intercepting) dan permainan tag games atau permainan sentuh).
5. Permainan passing intercepting banyak menggunakan alat berupa bola, atau bisa juga frisbie, dengan menggunakan gawang atau garis sebagai target untuk membuat goal atau point. Permainan net games banyak menggunakan net sebagai pembatas dan alatnya dapat berupa alat pemukul yaitu raket dan obyek yang dipukul berupa bola dan atau shuttle cock, dll. Permainan tag games menggunakan garis dan base serta batting sebagai alat pemukul serta glove sebagai alat untuk menangkap bola (soft ball dan baseball).
6. Banyak alat dan perlengkapan penjas yang dapat dibuat sendiri atau modifikasi misalnya pemukul dari kayu, bola dari plastik atau karet atau dari barang bekas, ban sepeda bekas, kardus bekas dan bilah bambu, serta bola tenis berekor untuk atletik.



D. RANGKUMAN

- Perlengkapan pendidikan jasmani artinya adalah segala sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan untuk melaksanakan, melakukan kegiatan pendidikan jasmani yang relatif mudah untuk dipindah-pindahkan.
- Keberadaan peralatan atau perlengkapan penjas seringkali menjadi kendala untuk kelancaran proses belajar mengajar penjas.
- Menambah/mengurangi kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan jalan memodifikasi perlengkapan penjas, baik alat, peraturan permainan, jumlah pemain, cara membuat skore, ukuran lapangan, dll.
- Perlengkapan penjas banyak ragamnya, tergantung kepada jenis-jenis cabang olahraga yang ada.

E. TES FORMATIF

Pilih salah satu jawaban yang benar.

1. Peralatan atau perlengkapan penjas (apparatus/equipment) adalah:
 - a. Segala sesuatu yang dapat digunakan untuk kelancaran pembelajaran yang relatif mudah untuk dipindahkan
 - b. Segala sesuatu yang berkaitan dengan fasilitas penjas untuk kelancaran pembelajaran.
 - c. Fasilitas penjas yang dapat dibuat secara modifikasi
 - d. Semua benar
2. Peralatan penjas sangat penting dalam kegiatan pembelajaran penjas karena:
 - a. Tanpa alat bantu pembelajaran, materi ajar sulit disampaikan
 - b. Peralatan penjas akan membantu kemudahan dalam mengajarkan materi pembelajaran.
 - c. Anak akan senang dengan peralatan yang komplit
 - d. Semua benar



3. Keuntungan dari penggunaan perlengkapan yang dimodifikasi adalah:
 - a. Dapat menurunkan tingkat kompleksitas materi ajar
 - d. Tidak mengurangi esensi penyajian materi pembelajaran.
 - c. Dapat mengatasi keadaan perlengkapan yang kurang memadai
 - d. Semua benar
4. Perlengkapan penjas untuk aktivitas pembelajaran net games
 - a. Bola (standard atau modifikasi)
 - b. Alat pemukul (raket atau bat)
 - c. Jaring pembatas permainan.
 - d. Semua benar
5. Fasilitas dan perlengkapan penjas untuk permainan invasi adalah:
 - a. Lapangan basket
 - b. Gawang atau gol
 - c. Bola
 - d. Semua benar

Setelah menjawab tes formatif pada kegiatan belajar ini, kemudian cocokkan jawaban anda dengan kunci jawaban yang terdapat pada bagian akhir modul ini, hitung jawaban anda yang benar. Untuk mengetahui tingkat penguasaan anda dalam mempelajari materi dalam kegiatan ini, gunakan rumus penghitungan yang ada di bawah ini.

Rumus penghitungan.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah jawaban yang benar}}{\text{Banyaknya soal}} \times 100 \%$$

Tingkat penguasaan yang dicapai:

90 % - 100 %	=	Baik Sekali
80 % - 90 %	=	Baik
70 % - 80 %	=	Sedang
>70 %	=	Kurang



KUNCI JAWABAN

Setelah anda menjawab latihan tes formatif, coba cocokan jawaban anda dengan kunci jawaban ini selanjutnya hitung berdasarkan rumus penghitungan yang telah ditentukan. Hitung dan tentukan tingkat penguasaan anda dengan menggunakan rumus yang telah disiapkan.

Kegiatan 1

1. a
2. c
3. a
4. a
5. c

Kegiatan 2

1. d
2. b
3. d
4. d
5. d

Tingkat Penguasaan = %

Katagori
Baik sekali
Baik
Cukup
Kurang