

**BAHAN AJAR**  
**MATA KULIAH**  
**STRATEGI BELAJAR MENGAJAR PENJASORKES**

**OLEH :**  
**DRA. TITE JULIANTINE. M.Pd**

**FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2009**

# **BAB I**

## **STRATEGI BELAJAR MENGAJAR**

### **A. Konsep Dasar Strategi Belajar-Mengajar**

Konsep dasar yang paling hakiki dari strategi belajar-mengajar pendidikan jasmani adalah melalui pendidikan jasmani, ditanamkan perasaan dan kesan memperoleh sukses, bukan kegagalan dalam melaksanakan tugas gerak. Jadi dalam proses belajar mengajar siswa merasa aman, merasa diakui dan berharga dalam kelompoknya. Semua kemampuan siswa diakui dan dihargai oleh gurunya. Guru sangat hangat dan bersahabat, sehingga siswa tidak merasa takut, tegang, atau resah dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani.

Strategi belajar-mengajar merupakan suatu prosedur memilih, menetapkan, dan memadukan kegiatan-kegiatan dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran. Penyusunan suatu strategi merupakan kegiatan awal dari seluruh proses belajar-mengajar. Strategi mempunyai pengaruh yang besar terhadap hasil belajar siswa yang bersangkutan, bahkan sangat menentukan. Oleh sebab itu seorang guru jika ingin tercapai tujuan pengajarannya, maka dituntut untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam menyusun strategi belajar-mengajar.

Mengajarkan sejumlah kegiatan belajar merupakan upaya pokok dalam mewujudkan pendidikan jasmani untuk mencapai tujuannya. Bagaimana memilih dan menetapkan pelbagai kegiatan mengajar dan kegiatan belajar merupakan bidang garapan dari strategi belajar-mengajar. Strategi belajar mengajar-mengajar akan menghasilkan proses belajar-mengajar yang lebih menekankan pada perubahan-perubahan. Pada dasarnya, perubahan-perubahan tersebut menuju kepada peningkatan kemampuan dan kondisi fisik, perkembangan mental dan sosial anak didik melalui kegiatan anak seutuhnya.

Dalam proses belajar-mengajar pendidikan jasmani, yang penting adalah memaksimalkan partisipasi dari semua siswa. Partisipasi siswa dapat terjadi bila atmosfer belajar menggalakkan dan keadaan lingkungan belajar mendukung, maksudnya siswa merasa aman, merasa diakui dan berharga di kelasnya. Semua

kemampuan siswa diakui oleh gurunya, penampilan guru sangat hangat dan bersahabat, tidak menimbulkan rasa takut, tegang, atau resah. Untuk mencapai suasana tersebut, guru pendidikan jasmani harus memahami tugasnya dan menguasai keterampilan dalam menerapkan strategi belajar-mengajar yang tepat.

Oleh karena itu dalam kegiatan belajar 2 (dua) ini, akan membahas aspek-aspek yang berkaitan dengan strategi belajar mengajar khususnya pendidikan jasmani.

## **B. Pengertian Strategi Belajar Mengajar**

Strategi belajar-mengajar secara harfiah dapat diartikan sebagai menyiasati atau mengakali pelaksanaan belajar-mengajar, dan strategi-belajar mengajar merupakan kegiatan yang dilakukan sebelum proses belajar-mengajar dilaksanakan. Tujuannya adalah untuk menciptakan kondisi dan kegiatan belajar yang memungkinkan siswa lancar belajar dan mencapai sasaran belajar, atau dengan istilah lain tujuannya adalah agar proses belajar-mengajar itu berhasil.

Dalam istilah menyiasati mengandung pengertian merencanakan, menetapkan dan menerapkan berbagai upaya yang berhubungan dengan kegiatan belajar-mengajar dalam usaha mencapai tujuan pengajarannya. Strategi adalah gerakan sebelum kegiatan belajar-mengajar itu dilaksanakan.

Strategi belajar-mengajar merupakan hasil pilihan yang disesuaikan dengan situasi, kondisi, dan tujuan pengajaran tertentu, karena situasi, kondisi, dan tujuan pengajaran itu dapat berbeda-beda.

## **C. Ruang Lingkup Strategi Belajar Mengajar**

Yang termasuk ke dalam ruang lingkup strategi belajar-mengajar adalah :

- Pemilihan materi, maksudnya adalah : materi merupakan salah satu faktor yang terpenting untuk mencapai tujuan pengajaran yang telah ditentukan.

Dalam pemilihan materi, ada tiga faktor yang harus diperhatikan, yaitu

- a. Urutan materi, yaitu adanya struktur yang sistematis
- b. Keluasan materi, yaitu materi disesuaikan dengan kesiapan siswa

- c. Penggabungan materi, yaitu adanya keterkaitan antara satu sub pokok bahasan yang satu dengan yang lain.
- Komunikasi tugas, maksudnya adalah : suatu proses dimana suatu jawaban atau respons dibangkitkan oleh suatu pesan yang diterima.
- Kemajuan materi, maksudnya adalah : untuk memperoleh kemajuan materi maka perlu dicari hambatan-hambatannya.
- Umpan balik dan evaluasi, maksudnya adalah : untuk mengetahui tujuan pengajaran tercapai atau tidak.

#### **D. Fungsi Strategi Belajar-Mengajar**

Berikut ini akan dijelaskan mengenai fungsi-fungsi strategi belajar-mengajar, yaitu sebagai berikut :

1. Strategi berfungsi sebagai faktor determinan keberhasilan, maksudnya strategi mempunyai kedudukan yang cukup menentukan terhadap keberhasilan proses belajar-mengajar.
2. Strategi berfungsi sebagai peletak dasar kegiatan suatu proses belajar-mengajar, maksudnya bagaimana proses belajar-mengajar tersebut berlaku sangat tergantung pada dasar-dasar yang diletakkan pada awal kegiatannya.
3. Strategi berfungsi sebagai patokan atau ukuran keberhasilan, maksudnya strategi dapat berperan sebagai acuan pelaksanaan dan menjadi patokan untuk menjalankan proses pengendalian bila terjadi penyimpangan.

#### **TUGAS:**

1. Jelaskan mengapa strategi itu diperlukan dalam proses belajar mengajar?
2. Jelaskan apa yang dimaksud dengan strategi pembelajaran!

## **BAB II**

### **ASAS-ASAS DIDAKTIK PENJASORKES**

#### **Pendahuluan**

Dalam konteks belajar dan mengajar di sekolah, termasuk belajar mengajar Pendidikan jasmani, sering diungkapkan dua konsep sebagai pedoman dan alat guru mengajar yaitu konsep didaktik dan metodik. Didaktik merupakan ilmu pengetahuan yang berkenaan dengan telaahan tentang azas-azas mengajar. Sedangkan metodik lebih memusatkan kajian pada cara-cara untuk menerapkan azas-azas mengajar dalam mengajarkan mata pelajaran tertentu.

Lebih luas dapat dikatakan, ketika guru mengajar pendidikan jasmani, maka ia harus mampu menggunakan azas mengajar dengan menerapkannya sebagai ilmu pengetahuan yang memfokuskan kajian tentang cara-cara penerapan azas-azas mengajar tersebut. Dalam kajian ini keseluruhan asas pengajaran pendidikan jasmani dipaparkan dengan lebih komprehensif.

Guru yang profesional dalam pengajarannya akan mampu menerapkan asas atau prinsip atau dasar mengajar, yang sebenarnya asas tersebut terkandung usaha guru untuk menciptakan atau mengatur kondisi belajar mengajar, agar siswa giat dan optimal dalam menggapai tujuan belajarnya. Penerapan asas mengajar sebaiknya dirancang terlebih dahulu bersamaan dengan pembuatan RPP, meski sering juga terjadi asas pengajaran muncul bersamaan saat proses pengajaran berlangsung. Ini dapat terjadi ketika intensitas siswa dalam pembelajarannya menurun, atau sebaliknya. Maka penggunaan asas mengajar disini lebih berfungsi untuk memudahkan siswa dalam progresi belajar atau lebih memotivasi siswa yang progresi belajarnya tinggi.

#### **KONSEPSI DIDAKTIK**

Didaktik berasal dari bahasa Yunani, yaitu didasko asal kata didaskein atau pengajaran yang berarti perbuatan atau aktivitas yang menyebabkan timbulnya kegiatan baru pada orang lain. Didaktikus berarti pandai mengajar, sedangkan didaktika berarti gaya mengajar.

Didaktika dapat dibagi atas didaktik umum dan didaktik khusus. Didaktik umum memberikan prinsip-prinsip yang umum yang berhubungan dengan penyajian bahan pelajaran agar siswa dapat menguasai sesuatu bahan pelajaran. Prinsip-prinsip ini berlaku bagi semua mata pelajaran. Sebagai contoh tentang masalah minat, peragaan, motivasi, dan sebagainya. Hal ini berlaku bagi semua mata pelajaran. Sedangkan didaktik khusus membicarakan tentang cara mengajarkan mata pelajaran tertentu dimana prinsip didaktik umum digunakan. Seperti diketahui setiap mata pelajaran mempunyai ciri khas yang berbeda satu dengan yang lainnya.

Beberapa ahli pendidikan sering mengungkapkan prinsip-prinsip atau asas-asas cara menyampaikan pelajaran dan umumnya mencakup asas motivasi, aktivitas, individualitas, peragaan, apersepsi, sosialisasi (kerjasama), pengulangan, dan evaluasi.

### **ASAS MOTIVASI**

Proses belajar merupakan suatu proses perubahan perilaku berkat pengalaman dan latihan. Perilaku itu terjadi karena ada dorongan-dorongan dari apa yang dipikirkan, dipercayai, dan dirasakan oleh pelaku belajar. Dorongan-dorongan inilah yang disebut motivasi. Dapat dikatakan pula bahwa motivasi merupakan segala sesuatu yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu perbuatan. Dalam hubungannya dengan didaktik, seorang guru perlu memperhatikan siswa agar mau belajar dengan penuh makna. Oleh karena itu perlu diusahakan oleh guru untuk mempengaruhi siswanya, sehingga dalam diri siswa timbul suatu alasan, suatu motif untuk belajar seperti apa yang diharapkan guru tersebut. Motivasi belajar selalu berhubungan dengan tujuan pelajaran yang jelas dan penting untuk dilaksanakan karena akan memenuhi harapan, cita-cita dan kebutuhannya. Oleh karena itu agar siswa mau belajar tentang apa yang diajarkan, maka perlu menghubungkan bahan pelajaran itu dengan kebutuhan minat siswa yang bersangkutan.

Usaha untuk membangkitkan motivasi belajar pada diri dapat ditempuh dengan berbagai cara pendekatan, antara lainnya dengan memberi angka, hadiah, sering memberi ulangan, pujian, dan lainnya. Para siswa di sekolah merupakan

suatu kelompok manusia yang mempunyai minat dan kebutuhan yang kompleks dan beragam. Untuk menghadapi kondisi itu, maka perlu mengenal karakteristik para siswanya, sehingga guru dapat mengembangkan suatu cara untuk membangkitkan motivasi siswa untuk belajar sesuai dengan individu/siswa dan kelasnya.

Contoh penerapan asas motivasi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani sebagai berikut:

1. menjelaskan tujuan pengajaran dan kegunaan pelajaran, misalnya permainan bola voli bagi perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial para siswa.
2. menjelaskan struktur bahan pelajaran, seperti misalnya prinsip-prinsip permainan bola voli, teknik-teknik permainan bola voli, formasi dan kombinasi permainan bola voli serta menunjukkan kedudukan bagian-bagian dari struktur yang akan dipelajari.
3. mendemonstrasikan setiap konsep gerak yang menjadi bahan pelajaran, sehingga para siswa tertatik untuk melakukannya. Sudah tentu cara mendemonstrasikan konsep gerak itu harus benar dan menarik seperti penggunaan gambar-gambar yang menarik yang akan membangkitkan rasa ingin tahu para siswa.
4. mengadakan kegiatan latihan yang bervariasi, tidak monoton sehingga para siswa tidak menjadi bosan mengikuti latihan.
5. memuji setiap gerakan siswa yang benar dan memberi pengarahan yang sungguh-sungguh bila terdapat kelemahan para siswa dalam melakukan gerakan.
6. mengadakan kompetisi diantara para siswa dan perlu dijaga agar dalam kompetisi itu harus dapat menimbulkan persaingan yang sehat dalam belajar.
7. gunakan hukuman dan ganjaran secara bijaksana, sehingga tindakan itu tidak berakibat negatif terhadap proses belajar siswa.
8. menilai keterampilan siswa secara wajar dan adil.
9. menciptakan iklim latihan yang menyenangkan. Misalnya menampung dan menanggapi setiap pertanyaan-pertanyaan yang berasal dari siswa serta menghargai setiap pendapat yang diajukan siswa dan memberi tugas-tugas

kepada siswa baik yang pandai maupun belum sepenuhnya dapat bermain bola voli.

Tentunya masih banyak cara untuk membangkitkan motivasi belajar siswa dan setiap situasi pengajaran akan berlainan cara pendekatannya.

### **ASAS AKTIVITAS**

Maksud dari asas aktivitas adalah asas untuk mengaktifkan fisik dan psikis siswa yang sedang belajar. Asas ini sangat penting dalam mengajar pendidikan jasmani. Tujuan yang diharapkan adalah untuk menguasai keterampilan gerak melalui latihan atau perbuatan yang nyata secara berulang-ulang. Sebagai contoh ketika siswa belajar melempar, maka ia harus aktif melakukan gerak lempar, dan bukan dilakukan lewat penjelasan secara verbal. Yang lebih utama adalah dominasi pada konsep berfikir yang berkaitan dengan bagaimana cara melempar. Lewat perlakuan secara langsung, maka akan terbentuk kemampuan yang berkembang secara bertahap.

Contoh penerapan asas aktivitas dalam belajar pendidikan jasmani di persekolahan dengan materi bola kaki dilakukan seperti di bawah ini:

1. sebelum memulai pelajaran , sebaiknya guru menanyakan lebih dulu siapa yang telah mengetahui dan menguasai gerakan menendang dengan menggunakan punggung kaki. Langkah berikutnya adalah memberikan kesempatan pada siswa untuk menjelaskan secara rinci dan mendemonstrasikan secara langsung di depan kelas.
2. kemudian beri kesempatan pada siswa lainnya untuk menanggapi penjelasan dan demonstrasi pas bawah bola voli dari rekan itu.
3. mengadakan diskusi bagaimana melakukan pas bawah bola voli yang benar dan diakhiri dengan demonstrasi atau peragaan tentang cara melakukan pas yang sebenarnya.
4. selama penjelasan dan demonstrasi itu diusahakan agar seluruh siswa dapat mendengarkan, melihat, bertanya secara baik. Untuk itu perlu formasi-formasi tertentu dalam mengatur posisi siswa.



5. menugaskan berbagai kegiatan belajar pas bawah bola voli, sehingga seluruh siswa mendapatkan kesempatan yang sama
6. memberikan tugas-tugas tertentu kepada para siswa yang pasif sehingga mereka timbul keinginan untuk berbuat seperti rekan-rekannya yang aktif
7. menghindari kemungkinan cedera, sehingga para siswa aman dan terjamin keselamatannya.
8. mengoreksi kelemahan dari gerakan pas bawah siswa secara benar, sehingga siswa merasakan manfaat dari pembetulan tersebut.
9. menyusun berbagai kegiatan yang menarik minat siswa, misalnya variasi gerakan yang memungkinkan siswa senantiasa aktif bergerak.
10. menghubungkan bahan pelajaran dan alat-alat yang sesuai dengan kemampuan siswa.

Dari uraian tersebut di atas, maka metode yang tepat untuk menerapkan asas aktifitas adalah metode diskusi, tanya jawab, tugas, dan metode parktek. Selain itu tidak tertutup kemungkinan untuk menerapkan metode diskoversi atau metode penemuan masalah.

### **ASAS INDIVIDUALITAS**

Kelas atau sekolah merupakan tempat berkumpulnya siswa yang mempunyai latar belakang kemampuan, keterampilan, pengetahuan, dan sikap yang berbeda-beda. Dengan ada keragaman latar belakang siswa itu, maka dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani perlu menerapkan asas individualitas. Artinya guru dalam menyampaikan bahan pelajaran pendidikan jasmani sedemikian rupa sesuai dengan perbedaan kemampuan individu siswa. Hal ini memungkinkan setiap individu/siswa maju menurut kemampuannya masing-masing.

Dalam pengajaran klasikal tentunya sulit untuk menerapkan asas ini, karena adanya keterbatasan waktu, biaya, tenaga, alat, dan lainnya. Namun demikian sebagai guru harus berusaha seoptimal mungkin untuk mengembangkan kemampuan setiap siswa sesuai dengan potensi-potensi dan kecepatan masing-masing siswa.

Contoh penerapan asas individualitas dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani adalah:

1. guru mengelompokkan siswa dengan kemampuan kondisi fisiknya, dan jenis kelaminnya. Selanjutnya memberikan tugas-tugas kelompok berdasarkan karakteristik kelompoknya.
2. guru memberikan tugas tambahan bagi siswa yang memiliki kemampuan yang menonjol dalam bidang pelajaran yang dipelajari. Tentunya tugas-tugas itu berbeda mutu dan kualitasnya serta tidak bersifat hafalan.
3. guru memberikan pengarahan agar setiap tugas cepat diselesaikan, agar tugas-tugas barn dapat dikerjakan lagi. Bagi siswa yang dapat menyelesaikan tugas yang baik akan mendapatkan penghargaan dalam bentuk nilai tertentu.
4. guru mengadakan semacam pemusatan latihan bagi siswa yang masih rendah keterampilan dan gerakanya, sehingga mereka dapat mengejar ketinggalannya.

### **ASAS PERAGAAN**

Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, asas ini memungkinkan siswa lebih cepat memahami suatu konsep gerak yang diajarkan. Oleh karena siswa dapat melihat dan mengamati konsep gerak itu secara kongkret atau langsung. Bentuk peragaan dapat bersifat langsung, misalnya siswa di bawa untuk melihat suatu pertandingan olahraga tertentu yang sesuai dengan bahan pelajaran yang sedang diajarkan. Jadi siswa dapat mengamati langsung konsep-konsep gerak dan teknis operasionalnya di lapangan secara nyata, sehingga akan menjadikan suatu pengalaman yang berharga bagi siswa yang bersangkutan. Selain peragaan secara langsung dapat juga melalui gambar, bagan, foto, film, dan lainnya.

Contoh penerapan asas peragaan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

1. guru mengadakan demonstrasi pertandingan suatu cabang olahraga yang relevan dengan bahan pelajaran yang sedang dipelajari. Siswa ditugaskan untuk mengamati dan mencatat segala peristiwa pertandingan, mungkin dengan tugas-tugas kelompok serta aspek-aspek tugas yang beragam sesuai

dengan minat belajar siswa. Setiap kelompok menyajikan hasil pengamatannya dan mendiskusikan dengan kelompok lainnya. Disini tampak bahwa asas didaktik yang ada memang saling berkaitan dalam penerapannya.

2. guru menggunakan macam-macam alat peraga, seperti gambar pemain sepak bola yang sedang menendang bola ke arah gawang, keseluruhan maupun bagian gambar kaki yang sedang menendang itu terlihat dengan jelas.
3. guru memperagakan konsep gerak yang benar sesuai dengan gambar yang ada, sesuai dengan materi ajar yang sedang dipelajari
4. guru menampilkan tayangan gambar lewat media yang disiapkan, sehingga seluruh proses gerak menendang dapat terlihat baik secara lambat maupun sempurna.

### **ASAS APERSEPSI**

Asas apersepsi berhubungan dengan cara menyampaikan pelajaran, yakni menghubungkan dengan apa yang telah dikuasai siswa. Yang dimaksud dengan apersepsi adalah: menyatukan dan mengasimilasikan suatu pengamatan berdasarkan pengalaman yang telah dimiliki dan dengan demikian dapat memahami dan dapat menafsirkannya. Untuk memahami sampai sejauhmana bahan pelajaran yang akan diajarkan sudah dimiliki atau dikuasai siswa, guru dapat mengajukan beberapa pertanyaan mengenai bahan pelajaran itu. Dari jawaban-jawaban siswa dapat diketahui sampai di mana taraf penguasaan mereka. Taraf penguasaan siswa itulah yang akan dijadikan dasar untuk memulai bahan pelajaran yang baru.

Contoh penerapan asas apersepsi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani dengan materi berguling ke depan (senam lantai) adalah sebagai berikut:

1. Pertama, ketika guru memulai pelajaran lebih dulu bertanya siapa di antara siswa yang dapat memasukkan bola basket ke dalam ring. Selanjutnya guru menugaskan kepada siswa untuk memasukkan bola ke ring basket dari jarak tertentu.

2. Guru mengamati cara-cara siswa mulai dari cara memegang bola, melempar ke sasaran, dan bagaimana pantulan atau jalan bola setelah dilemparkan ke ring basket tersebut.
3. Dari hasil pengamatannya, guru itu dapat mengambil keputusan taraf keterampilan siswa dalam memasukkan bola ke ring basket. Dari taraf itu pelajaran bola basket khususnya memasukkan bola ke dalam ring basket dimulai.

Guru mengajar keterampilan memasukkan bola basket mulai dari gerakan yang mudah meningkat sampai gerakan yang sulit. Misalnya pengaturan jarak, penggunaan bola yang sesuai dengan kemampuan siswa, dan lainnya.

### **ASAS SOSIALISASI ATAU KERJASAMA**

Dari beberapa penelitian yang dilakukan oleh para ahli pendidikan, ternyata asas ini sangat bermanfaat untuk meningkatkan hasil belajar secara kuantitatif maupun dalam hal mutunya. Asas ini dapat meningkatkan motivasi belajar menyadari kekurangan-kekurangan yang ada dalam diri peserta yang bekerja sama, dan masalah belajar dapat dipecahkan bersama oleh kelompok yang bekerja sama dalam proses belajarnya. Di samping itu hubungan interpersonal di lingkungan anggota kelompok akan terjalin secara baik, terutama bila masing-masing anggota kelompok itu aktif memberikan sumbangan pikirannya untuk memecahkan secara bersama-sama masalah yang dihadapi kelompok tersebut.

Keputusan kelompok identik dengan keputusan anggotanya dan ini mengandung arti bahwa segala keputusan kelompok sudah disetujui dan diterima oleh para anggotanya. Apabila suatu kelas menjadi suatu kelompok belajar yang utuh, dapat diharapkan bahwa hasil belajar kelas tersebut mutunya baik.

Contoh penerapan asas sosialisasi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani adalah sbb:

1. guru menjelaskan bahwa pada hari libur yang akan datang, sekolah akan mengadakan pertandingan antar kelas untuk mengisi kegiatan ekstrakurikuler. Cabang-cabang yang akan dipertandingkan adalah bola voli, senam, dan kesegaran jasmani.

2. guru menggarabkan agar para siswa ikut berpartisipasi dalam kegiatan itu, baik sebagai peserta pertandingan maupun sebagai panitia pertandingan. Dan partisipasi siswa akan mendapatkan nilai tertentu.
3. guru membimbing para siswa untuk membentuk kelompok-kelompok kerja dan merumuskan bersama, program kerja yang akan mereka laksanakan. Kelompok kerja itu mendiskusikan berbagai masalah menyangkut program kerja itu. Hasil kerja yang dilaporkan kepada guru. Guru memberi kesempatan kepada setiap kelompok untuk bekerja secara mandiri, kecuali bila ternyata ada masalah yang sulit dipecahkan oleh para siswa baru guru memberikan bimbingannya.
4. guru memberikan kemudahan-kemudahan, khususnya yang menyangkut dengan fasilitas, biaya penyelenggaraan, ijin orang tua, dan lainnya. Guru pun senantiasa memantau hasil kerja para siswa.
5. Sebelum pelaksanaan pertandingan, guru mengumpulkan siswa untuk memberikan kesempatan pada kelompok untuk melaporkan segala persiapan yang telah mereka lakukan. Mengontrol tugas-tugas setiap kelompok, hambatan yang dihadapi siswa, bila dianggap perlu guru memberikan tanggapan atau saran tentang hal yang masih belum siap yang mungkin mengacaukan pelaksanaan pertandingan
6. selama pertandingan berlangsung guru dan siswa selalu berinteraksi, terutama bila terjadi masalah-masalah yang sulit dipecahkan oleh para siswa. Disamping itu guru memantau terus segala tugas dan pelaksanaan pertandingan sehingga siswa yang melaksanakan pertandingan merasa diperhatikan tentunya asas motivasi, aktivitas, lainnya terlibat dalam hal itu.
7. setelah acara pertandingan selesai, setiap kelompok kerja melaporkan segala yang telah diselesaikan. Guru memberikan kesan-kesan baik yang positif maupun yang negatif serta memberikan nilai terhadap hasil kerja setiap kelompok. Untuk menilai hasil kerja kelompok yang baik dapat dilihat dari kejelasan tujuan, rencana dan masalah, setiap anggota memberikan kerja, adanya rasa tanggung jawab dari anggota kepada kelompoknya, adanya

pemimpin kelompok yang kreatif. Metode yang sering digunakan dalam menerapkan asas ini adalah metode pemecahan masalah dan metode diskusi.

### **ASAS PENGULANGAN**

Untuk memperoleh keterampilan gerak yang baik diperlukan latihan-latihan yang berulang-ulang secara sistematis, sehingga pemahaman konsep-konsep gerak akan menetap dalam ingatan siswa dan timbul suatu otomatisasi keterampilan gerak yang dipelajarinya. Oleh karena dalam mengajarkan keterampilan gerak, guru hendaknya sering mengadakan pengulangan terhadap bentuk keterampilan gerak yang diajarkan, agar bentuk keterampilan gerak itu dikuasai dan dimiliki secara menetap dalam diri siswa.

Contoh penerapan asas pengulangan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani adalah:

1. guru menugaskan kepada siswa agar melakukan setiap gerakan yang telah dipelajari, misalnya siswa melakukan teknik pas bola voli sambil berpasangan sebanyak 10 kali dsb.
2. guru mengulang pelajaran-pelajaran yang terdahulu secara berkala, misalnya mengadakan ulangan setelah 4 teknik gerak diajarkan kepada siswa

### **ASAS EVALUASI**

Asas ini sangat penting dalam setiap proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Evaluasi berguna untuk memperoleh gambaran tentang kemajuan hasil belajar siswa, untuk memperbaiki dan menyempurnakan program pengajaran, untuk mendorong siswa giat belajar, untuk acuan perumusan tujuan.

Evaluasi sangat erat hubungannya dengan tujuan karena dengan evaluasi dapat diketahui apakah tujuan itu dapat atau telah tercapai oleh siswa. Agar dapat menilai kemajuan belajar siswa diperlukan informasi yang akurat dan lengkap yang dapat diperoleh melalui tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran dapat dianggap sebagai alat evaluasi, dapat berupa tes baku atau buatan guru, observasi, wawancara, dan lainnya. Tentunya alat evaluasi itu harus memenuhi persyaratan, yaitu harus valid artinya tes itu harus betul-betul mengukur apa seharusnya yang

diukur. Tes itu juga harus reliabel yang artinya tes itu dapat memberikan informasi secara teliti dan dapat dipercaya tentang kemampuan siswa yang sesungguhnya. Guru penjasorkes wajib memahami seluk beluk mengenai konsep evaluasi dan memerapkannya dalam setiap proses pengajaran baik di kelas maupun di lapangan.

### **Rangkuman**

Asas atau didaktik adalah prinsip-prinsip tentang cara menyampaikan materi pelajaran agar dipahami dan dimiliki oleh para siswa. Prinsip-prinsip didaktik itu meliputi asas motivasi, aktivitas, individualitas, peragaan, apersepsi, kerjasama, pengulangan, dan evaluasi. Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, penerapan asas-asas itu saling berkaitan dan serempak.

Asas motivasi berhubungan dengan asas untuk membangkitkan minat siswa untuk giat belajar. Asas aktifitas yaitu asas untuk mengaktifkan fisik dan psikis siswa. Asas individualitas adalah asas individual. Asas peragaan berhubungan dengan asas memperagakan bahan pengajaran. Asas apersepsi yaitu asas yang menghubungkan bahan pelajaran dengan bahan yang telah dikuasai siswa. Asas kerjasama adalah asas untuk menciptakan hubungan sosial antar siswa. Asas pengulangan adalah asas untuk pengulangan bahan pelajaran secara sistematis. Asas evaluasi adalah asas untuk mengadakan penilaian secara valid dan reliabel. Seorang guru yang menginginkan tugasnya itu berhasil, hendak tidak mengabaikan penerapan asas-asas didaktik dalam pengajarannya.

### **TUGAS:**

Bila anda telah menyelesaikan dan mempelajari uraian dan contoh penerapan asas-asas didaktik mengajar pendidikan jasmani, silahkan menyelesaikan latihan di bawah ini. Tentunya dalam menyelesaikan latihan ini anda lakukan dengan seksama, karena latihan ini merupakan bagian penting dari mata kuliah ini.

1. apakah yang dimaksud dengan asas-asas didaktik?

2. coba sebutkan asas-asas didaktik yang dapat diterapkan dalam proses belajar-mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan?
3. bagaimana usaha anda untuk membangkitkan motivasi belajar siswa? sebutkan faktor-faktor yang bertalian dengan motivasi.
4. asas didaktik apa yang anda anggap paling penting dalam proses belajar mengajar gerak? Mengapa? Jelaskan!
5. evaluasi merupakan salah satu asas didaktik dan harus diterapkan dalam setiap proses pengajaran. Coba berikan 4 alasan mengapa evaluasi harus diterapkan dalam setiap proses pengajaran dan sebutkan 2 syarat yang harus dipenuhi agar suatu alat ukur dianggap baik!



**BAB III**  
**STRATEGI PEMBELAJARAN PENJASORKES**  
**YANG BERORIENTASI**  
**PADA GURU DAN PADA SISWA**

Dalam proses belajar-mengajar, kegiatan yang paling strategis adalah sangat tergantung pada pemilihan dan penetapan strategi pembelajaran. Strategi mengajar dapat dibataskan sebagai pengambilan keputusan yang berkaitan dengan tindak-tanduk, perilaku atau perbuatan mengajar.

Jenis strategi yang diterapkan, pada dasarnya terletak pada pendekatan dua strategi pengajaran yang ekstrim, yaitu :

- Pendekatan strategi pengajaran yang berpusat pada guru
- Pendekatan strategi pengajaran yang berpusat pada siswa.

Strategi pengajaran yang berpusat pada guru, menunjukkan ciri yaitu guru yang mendominasi semua proses belajar-mengajar, artinya semua kegiatan dimulai dari inisiatif dan keputusan guru. Sedangkan strategi pengajaran yang berpusat pada siswa menunjukkan ciri bahwa siswa-lah yang berinisiatif dalam menentukan keputusan.

Ada istilah lain yang juga sering digunakan untuk menyebut kedua pendekatan tersebut. Pendekatan yang berpusat pada guru disebut pengajaran tertutup (closed instruction), dan pendekatan yang berpusat pada siswa disebut pengajaran terbuka (open instruction).

Strategi pengajaran ini sering juga disebut dalam istilah gaya (style) mengajar. Ada berbagai macam bentuk strategi pengajaran, yaitu (1) strategi komando, (2) strategi dua kawan berpasangan, (3) strategi tugas perorangan, (4) strategi pemecahan masalah tertuntun, (5) strategi inkuiri.

Dalam proses-belajar mengajar tidak ada satu ketentuan yang menandakan bahwa hanya satu strategi yang paling efektif untuk pengajaran pendidikan jasmani. Jadi dalam menerapkan strategi pengajaran selalu harus disesuaikan dengan situasi dan kondisi pada waktu proses belajar-mengajar berlangsung.

Berikut ini akan diuraikan mengenai strategi pengajaran yang sering digunakan oleh guru pendidikan jasmani dalam proses belajar-mengajar.

### **1. Strategi komando.**

Ciri utama dari pendekatan strategi pengajaran komando ini sepenuhnya didominasi guru. Gurulah yang membuat keputusan tentang bentuk, tempo, urutan, intensitas, penilaian, dan tujuan proses belajar-mengajar untuk setiap tahap proses belajar-mengajar. Kebebasan siswa sangat terbatas hanya kepada mau atau tidaknya mengikuti atau mematuhi perintah guru. Jadi siswa sepenuhnya bergantung pada gurunya tentang tugas gerak apa yang akan dikerjakan. Secara teoritis dapat dinyatakan siswa tidak mempunyai kebebasan untuk membuat keputusan sehubungan dengan proses belajarnya. Jadi dalam strategi komando, siswa hanya dijadikan sebagai objek, sedangkan guru yang menjadi subjeknya.

Berikut ini akan dijabarkan langkah-langkah mengenai prosedur strategi komando, yaitu :

- a. Guru menyiapkan seperangkat kegiatan belajar-mengajar yang pada umumnya berkenaan dengan bentuk, tempo, urutan, frekuensi, intensitas, penilaian, dan tujuan pengajaran.
- b. Guru menetapkan bentuk aba-aba atau komando berupa verbal atau bentuk lainnya, seperti tepuk tangan, peluit, bendera, dan sebagainya.
- c. Pada saatnya, guru mendemonstrasikan kegiatan belajarnya baik berupa gerakan maupun aba-aba.
- d. Guru menyiapkan siswa untuk menerima aba-aba dan melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan komando dari guru.
- e. Guru menghentikan pengajarannya bila ia menganggap bahwa siswa telah menguasai gerakan yang dimaksud.

Keuntungan yang diperoleh jika guru menggunakan strategi komando, adalah :

- Sangat efektif bila ingin membina keseragaman dan keserentakan gerakan sesuai dengan bentuk yang diinginkan guru. Misalnya senam masal, renang konfigurasi, dayung beregu, dan lain-lain.
- Mempertinggi kepatuhan dan disiplin.

- Tidak menuntut pengetahuan yang banyak dari bahan ajarnya
- Pengontrolan laju informasi sepenuhnya dikuasai oleh guru
- Efisien dalam hal waktu.

Kerugian dari strategi komando, adalah sebagai berikut :

- Siswa sering kehilangan kemandiriannya
- Menurunkan daya kreasi dari siswa
- Penggunaan alat pelajaran tidak efisien karena tidak dapat bergiliran
- Sering mematikan motivasi untuk belajar lebih keras lagi.

## **2. Strategi dua kawan berpasangan**

Ciri utama dari pendekatan strategi pengajaran dua kawan berpasangan, adalah tugas gerak dilaksanakan secara berkawan, dan dalam situasi ini dapat dilaksanakan pembagian tugas. Pada dasarnya strategi ini, mengurangi dominasi guru dengan melimpahkan beberapa tanggung jawab, dan siswa diberi sedikit kebebasan untuk membuat beberapa keputusan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan proses belajar-mengajar.

Ketika seorang siswa melakukan tugas gerak, misalnya guling ke depan, temannya dapat berfungsi sebagai pembantu, pengamat, dan sekaligus pengoreksi. Setelah itu, si pengamat melakukan tugas gerak sementara temannya memperoleh giliran untuk melaksanakan tugas seperti kegiatan awal yang dilakukan oleh temannya tadi. Strategi ini sangat efektif untuk meningkatkan partisipasi yang maksimal.

Bagaimana peranan guru dalam menjalankan strategi ini ? Ternyata jawabnya adalah guru tetap berperan dalam menentukan tugas gerak.

## **3. Strategi tugas perorangan**

Untuk meningkatkan partisipasi dari semua siswa, strategi tugas perorangan dapat juga diterapkan. Pada dasarnya strategi ini, mengurangi dominasi guru dengan melimpahkan beberapa tanggung jawab, dan siswa diberi sedikit kebebasan untuk membuat beberapa keputusan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan proses belajar-mengajar. Kebebasan yang diberikan itu adalah menentukan sendiri tempo latihannya. Satu hal penting dalam hal ini adalah agar siswa mengetahui bahwa ia diberi beberapa tanggung jawab dalam

melaksanakan kegiatan belajarnya. Kalau tidak diberitahu, siswa akan menganggap bahwa strategi tersebut merupakan strategi yang kacau, ngawur, atau tak keruan.

Sebelum melaksanakan strategi ini siswa harus dijelaskan maksud pelaksanaan strategi ini. Sebab dalam pelaksanaan strategi ini tugas-tugasnya dibagi menjadi beberapa pos. Dan dalam membagi tugas-tugas gerakanya memerlukan pengaturan sehingga dapat berjalan dengan lancar dan tertib. Misalnya, pada pos 1, tugas gerak yang harus dikerjakan adalah menggiring bola. Pada pos 2, tugas gerak yang harus dikerjakan adalah melempar dan menangkap bola. Pada pos 3, tugas gerak yang harus dikerjakan adalah memasukkan bola ke keranjang. Siswa yang sudah melakukan tugas gerak di pos 1, harus segera pindah ke pos 2, dan seterusnya. Kegiatan ini dilakukan oleh siswa secara berulang-ulang.

Yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan strategi tugas perorangan ini, adalah bila tugas gerak yang diberikan itu lebih kompleks, maka tugas yang bersifat lisan akan sulit diingat oleh siswa. Lebih-lebih untuk siswa sekolah dasar kelas 1 atau 2. Tugas gerak untuk siswa golongan ini hendaknya sederhana dan tunggal. Sedangkan untuk kelas-kelas yang lebih tinggi, dapat disampaikan dengan cara tertulis. Contohnya, "Bacalah tugas yang tertera dalam lembaran tugas dan lakukan sesuai perintah."

Kebebasan yang diberikan pada siswa ini adalah tidak tergantung pada aba-aba atau komando guru. Siswa melakukannya atas inisiatif sendiri beberapa aspek dari tugas tersebut, sedangkan beberapa aspek yang lain dibatasi misalnya menentukan kapan memulai dan mengakhiri latihan, tempo, dan intensitas gerakan. Kalau siswa memang telah matang, kebebasan dapat ditambah sehubungan dengan frekuensi dan tempat latihan. Hal ini dapat diatur dalam uraian tugas latihan gerakanya.

Bentuk tugas yang ditulis pada lembaran tugas memiliki beberapa keuntungan, antara lain :

- Membantu siswa mengingat-ingat apa yang harus dilakukannya.

- Merupakan catatan bagi guru dan siswa tentang apa yang telah dilakukan selama jangka waktu tertentu.
- Menjadi bahan acuan visual bagi guru pada saat mengadakan pemantauan individual dengan siswanya.

Dalam strategi ini untuk mengurangi kontrol guru, maka aba-aba atau komando dapat dialihkan pada bentuk lembaran tugas. Hal ini akan mendorong guru memberikan kebebasan pada siswa dalam membuat keputusan pelaksanaan beberapa kegiatan belajar-mengajar. Mengambil keputusan berarti pula bertanggung jawab pada perbuatan dan hasilnya.

Dengan demikian guru melimpahkan beberapa tanggung jawab kepada siswa. Pemberian kebebasan dan pelimpahan tanggung jawab kepada siswa, dapat mengurangi beban guru dalam beberapa kegiatan mengajar. Sementara siswa melakukan tugas geraknya, guru dapat bebas bergerak menghampiri siswa secara individual. Hal ini dapat meningkatkan kesempatan untuk mengoreksi pada kegiatan yang sedang dilakukan siswa yang mungkin salah tangkap atau salah tafsir.

Jika ditelaah lebih jauh, maka strategi tugas perorangan ini mempunyai beberapa kelebihan, namun ada juga beberapa kekurangannya.

Kelebihan dari strategi ini adalah :

- Siswa memperoleh kebebasan untuk melaksanakan kegiatan belajarnya sesuai dengan karakteristik pribadinya sendiri.  
Laju belajarnya tidak akan terhambat oleh komando guru atau laju kemajuan belajar siswa lain yang lambat.  
Guru dapat lebih bebas melaksanakan koreksi dan pujian kepada siswa secara pribadi sehingga hubungan antara siswa dengan guru menjadi lebih produktif.
- Penggunaan alat pelajaran akan menjadi lebih efisien karena dapat diatur secara bergiliran, tidak harus serentak bersama-sama seperti strategi komando.
- Dapat menghindarkan gejala pemujaan pada “bintang” kelas dan pengasingan “anak bawang” oleh teman sekelas.

- Dapat diterapkan pada berbagai jenis kelompok ajar, baik kelompok besar ataupun kecil.

Kekurangan strategi tugas perorangan, adalah :

- Siswa dapat menyembunyikan diri dan menghindari hubungan dengan guru, sehingga guru dapat kehilangan kontrol proses belajar-mengajar siswa yang bersangkutan.
- Siswa tidak mendapat umpan balik berupa pujian atau koreksi dari guru atau teman.
- Kurang mengembangkan aspek-aspek sosialnya karena dalam proses belajar-mengajarnya bersifat individual.

#### **4. Strategi pemecahan masalah tertuntun.**

Strategi ini mulai menunjukkan dominasi guru yang semakin berkurang dan semakin besar pemberian peranan kepada siswa dalam menentukan pilihan untuk mencapai tujuan.

Strategi ini beranggapan bahwa unsur penting dalam proses belajar-mengajar adalah pengembangan kreativitas siswa. Kreativitas siswa akan terbina apabila dalam proses belajar-mengajar, siswa tidak dikekang atau dikondisikan secara kaku. Kreativitas siswa berkembang dalam situasi belajar yang lebih menantang.

Dalam penerapan strategi ini, guru tetap memiliki peranan dengan porsi khusus, terutama dalam menetapkan tugas gerak apa yang akan dikerjakan oleh siswa, namun guru tidak menunjukkan bagaimana tugas gerak itu dikerjakan. Siswalah yang harus menentukan bagaimana tugas gerak itu dilakukan, siswalah yang harus memecahkan masalah yang muncul dalam proses pelaksanaannya. Situasi ini harus memberikan berbagai kemungkinan cara atau usaha pencapaian tujuan belajarnya.

Sebagai contoh, guru menetapkan tugas gerak yang akan dikerjakan oleh siswa adalah memasukkan bola ke keranjang. Yang diharapkan dari siswa adalah bagaimana cara atau usaha yang dilakukan siswa, sehingga bola dapat masuk ke keranjang. Dalam hal ini guru tidak menekankan bagaimana cara memasukkan bola ke keranjang dengan teknik yang benar. Yang ditekankan adalah bagaimana

bola itu dapat masuk ke keranjang. Sehingga siswalah yang harus berpikir dan memecahkan masalahnya sendiri untuk dapat mencapai sasaran pelajaran yaitu memasukkan bola ke keranjang dengan berbagai gaya yang ia pilih dan tentukan.

Apabila mengajar pada tingkat pemula, tentu siswa tidak begitu saja dapat memasukkan bola ke keranjang. Siswa tersebut butuh untuk mengulang, mengulang, dan mengulang lagi gerakannya sehingga bola dapat masuk ke keranjang. Siswa harus dapat bertanya pada dirinya sendiri, “Mengapa bola itu tidak masuk ke keranjang ?” Apakah posisi kaki saya salah ?, atau Apakah posisi tangan saya salah ?, atau Apakah tenaga saya kurang ? Justru pada saat itulah strategi pemecahan masalah berlangsung. Siswa belajar dari pengalamannya, mengolah kembali pengalaman tersebut dan memutuskan sendiri gerakannya. Jadi dalam hal ini ada proses pemanfaatan umpan balik dari penampilannya sendiri.

Dari penjelasan di atas akan timbul pertanyaan, Jadi dimana letak bimbingan guru? Jawabnya adalah guru tetap berfungsi dalam hal turut serta mengamati dan memberikan dorongan pada siswa. Guru berhak mengarahkan, namun tidak sampai ikut campur dalam kegiatan siswa, siswalah yang memecahkan masalahnya sendiri.

## **5. Strategi inkuiri**

Ciri utama dari strategi inkuiri adalah pengajaran terbuka yang berpusat pada siswa. Jika digambarkan ke dalam suatu garis lurus maka strategi inkuiri merupakan salah satu kutub yang paling ujung yang berlawanan dengan strategi komando. Dalam strategi inkuiri ini siswa hampir sepenuhnya diberi kebebasan oleh guru. Ciri yang paling mudah ditangkap dari penerapan strategi ini adalah :

- Guru tidak mengungkapkan mana gerakan yang benar dan mana yang salah.
- Guru menerima semua penampilan siswa.
- Siswa mencoba menemukan sendiri penampilan gerak yang sesuai untuk mencapai tujuan.

## **BAB IV**

### **GAMBARAN SPEKTRUM GAYA MENGAJAR**

#### **Metode Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan**

Metode adalah prosedur atau operasi untuk mencapai suatu tujuan. Hubungan antara sesuatu jenis metode, proses belajar-mengajar dengan tujuan proses tersebut sangat signifikan. Oleh karena itu, kegiatan yang paling strategis dalam proses belajar-mengajar adalah pemilihan dan penetapan metode pembelajaran sebelum proses itu dilaksanakan. Untuk kepentingan penyusunan strategi proses belajar mengajar perlu dipahami tentang segala hal yang bersangkutan dengan proses tersebut.

Unsur-unsur metode yang berkenaan dengan strategi belajar mengajar merupakan unsur penting yang terdiri dari pendekatan, latar belakang teoritis, prosedur, dan kelemahannya suatu metode proses belajar mengajar. Maksudnya adalah untuk memberikan gambaran mendasar dari suatu metode untuk dipertimbangkan, dipilih dan ditetapkan.

Berikut ini dikemukakan secara garis besar tentang pelbagai metode proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan sebagian besar tersumber dari Dougherty dan Bonanno (1979: 11-31) dengan tambahan dari beberapa sumber lain.

#### **METODE KOMANDO**

Pendekatan proses pembelajaran dalam metode ini sepenuhnya didominasi guru. Gurulah yang membuat tentang bentuk, tempo, urutan, intensitas, penilaian, dan tujuan proses belajar mengajar untuk setiap tahap proses belajar mengajar. Siswa sangat mematuhi perintah guru. Secara teoritis bahkan dapat dinyatakan bahwa siswa tidak mempunyai kebebasan untuk membuat keputusan sehubungan dengan proses belajarnya. Inilah metode yang menganggap siswa sebagai objek.

##### **Latar Belakang teoritis.**

Pada dasarnya, teori yang mendasari metode ini adalah teori belajar stimulus-respon yaitu stimulus (perangsang) X akan menghasilkan respon (reaksi



prilaku) Y. Bila siswa secara berulang-ulang melakukan serangkaian stimulus-respon yang telah direncanakan, maka ia akan menguasai respon tersebut yang relatif tetap. Artinya, bila ia dirangsang stimulus itu dimana saja, kapan saja, dan oleh siapa saja maka respon yang telah dikondisikan maka akan muncul lagi dengan mulus. Inilah proses belajar menurut teori tersebut. Oleh karena siswa itu harus dirangsang terus menerus. Itulah maka siswa dianggap sebagai objek. Guru adalah yang memproduksi rangsangannya, jadi guru adalah subjek. Stimulus itu direncanakan dan diberikan sepenuhnya oleh dan dari guru itu sendiri dan siswa meresponya secara berulang-ulang. Selain prinsip ulangan, metode ini juga mengandung prinsip ganjaran ( reinforcement). Ganjaran, bila diberikan secara tepat, akan memperkuat hubungan stimulus dan respon. Makin kuat hubungan ini makin berhasil proses pengajaran itu. Ganjaran itu dapat berupa benda, tetapi juga dapat berupa bukan benda. Termasuk ganjaran yang berupa benda adalah uang dan barang, termasuk bukan benda adalah pujian atau hadiah seperti piagam dan piala.

#### **Prosedur.**

Pada umumnya prosedur metode ini mengikuti langkah-langkah seperti berikut:

1. guru menyiapkan seperangkat kegiatan belajar mengajar yang pada umumnya berkenaan dengan bentuk, tempo, urutan, frekuensi, intensitas, penilaian dan tujuan pengajaran.
2. guru menetapkan bentuk aba-aba atau komando berupa verbal atau bentuk lambang lainnya. Yang termasuk lambang adalah bendera, tepuk tangan, peluit, dsb.
3. pada saat guru mendemonstrasikan kegiatan belajarnya baik berupa gerakan maupun aba-abanya. Demontrasi ini dapat dilakukan oleh guru sendiri atau model yang diambil dari siswa yang pandai atau orang lain. Guru menyiapkan siswanya untuk menerima aba-aba melakukan gerakan sesuai dengan komando guru. Gerakan dilakukan berulang-ulang.

4. guru menghentikan pengajaran bila ia menganggap bahwa siswa telah menguasai gerakan yang dimaksud. Contoh bila mengajarkan renang massal, renang konfigurasi dan dayung beregu.
5. sangat efektif bila ingin membina keseragaman dan keserentakan gerakan sesuai dengan bentuk yang diinginkan guru, mempertinggi disiplin dan kepatuhan. Dari segi proses pengajaran metode ini memberikan keuntungan sbb: tidak terlalu menuntut pengetahuan yang banyak dari bahan ajarnya, pengontrolan laju informasi sepenuhnya dikuasai guru dan menunjukkan bahwa metode yang paling efektif dan efisien dalam mengembangkan kesegaran jasmani dan pengembangan gerak yang diajarkan dalam waktu enam minggu. Hal ini menunjukkan bahwa metode ini memberikan kesempatan untuk menyampaikan bahan ajar atau praktek yang cukup banyak dengan waktu yang tidak lama.

Kelemahan yang menonjol dari metode komando ini ialah siswa sering kehilangan kemandiriannya, sangat bergantung pada guru dan menurunkan daya kreasinya. Dari segi proses belajar mengajar, metode ini mengandung kelemahan sbb: Penggunaan alat pelajaran tidak efisien karena tidak dapat bergiliran, bisa menimbulkan salah ajar yang mungkin timbul dari proses belajar mengajar menjadi tidak muncul karena tersisihkan oleh aba-aba guru. Kelemahan lain yang penting dipertimbangkan ialah metode ini sering mematikan motivasi untuk belajar lanjutan atau secara ekstra.

Secara khusus dapat dikemukakan sebagai berikut: Apakah metode komando dalam pendidikan jasmani ini cocok untuk siswa kelas satu dan dua sekolah dasar atau bahkan sebaliknya? Untuk menjawab permasalahan tersebut pertama-tama perlu meninjau dulu karakteristik golongan siswa tersebut, secara umum dapat digambarkan sebagai berikut;

**Karakteristik fisik:**

- a. waktu reaksi lambat, koordinasi jelek, memerlukan berbagai kegiatan yang menggunakan otot-otot besar. Gemar berkelahi, kejar-kejaran, buru memburu, dan memanjat.

- b. Aktif, semangat, dan menaruh perhatian terhadap suara-suara atau bunyi-bunyian
- c. Tulang-tulang masih lemah dan mudah berubah.
- d. Jantung mudah terganggu.
- e. Perkembangan perasaan menentukan suatu persepsinya
- f. Koordinasi mata dan tangan berkembang. Masih belum dapat menggunakan kelompok otot-otot kecil
- g. Kesehatan umum tidak stabil mudah sakit dan daya tahan kurang
- h. Mulai pergantian gigi susu
- i. Selalu ingin bergerak, lari, memanjat, duduk, istirahat sebentar tapi sering lagi dan seterusnya.

**Karakteristik Sosial dan emosional.**

- a) Hasrat besar terhadap hal-hal yang bersifat drama, khayalan, dan meniru.
- b) Suka bertengkar
- c) Adanya perasaan benar akan hal-hal yang disetujui dan memuaskan dirinya. Merasa jengkel karena tidak adanya kesesuaian.
- d) Gemar akan alam, gemar akan cerita-cerita
- e) Dalam bermain, kebanyakan anak-anak ingin turut serta sebanyak mungkin. Dalam bermain lebih baik dalam kelompok yang terdiri atas 3-4 orang.
- f) Tidak suka memberi maaf
- g) Senang menjadi pusat perhatian
- h) Mempunyai sifat berani, individualistis, ingin bebas atau ingin maunya sendiri.
- i) Teman akrabnya bersifat sebentar dan selalu berganti dari satu saat ke saat lain.

**Karakteristik Mental**

- a) Kemampuan pemusatan perhatian kurang atau terbatas
- b) Kesenangan menemukan masalah keinginan memiliki
- c) Mulai berkembang organ percakapan/bicara
- d) Kemampuan berfikir terbatas
- e) Selalu tertarik kepada setiap hal

f) Hasrat berkreasi. Khayalan tinggi.

Sedangkan menurut Rink, karakteristik anak dibagi atas 3 hal pokok, yakni karakteristik sosial, karakteristik kepribadian, karakteristik fisik. Ketiganya dapat dijelaskan sebagai berikut;

**Karakteristik sosial anak;**

- a. berkaitan dengan diri mereka sendiri
- b. belajar peran sosial dan ketrampilan serta pengembangan percaya diri dalam latar sosialnya
- c. belajar bekerja sama dan bersaing
- d. berlatar belakang sosial dan kultural yang bervariasi
- e. belajar atas kemenangan/kekalahan

**Karakteristik kepribadian anak;**

- a. mudah termotivasi
- b. alasan banyak untuk olahraga permainan
- c. sensitif terhadap kritik dan kegagalan
- d. rentang perhatiannya pendek

**Karakteristik fisik;**

- a. sangat aktif
- b. penuh energi dan semangat
- c. lemah dalam kontrol yang baik
- d. berkembang dalam taraf yang berbeda
- e. potensial berolahraga anak laki-laki dan perempuan relatif sama
- f. proporsi tubuh berbeda, anak-anak kepala lebih besar dan tungkai relatif pendek
- g. sebelum dan selama masa pertumbuhan anak remaja lengan dan tungkai lebih panjang
- h. anak selama rentang 4 tahun bisa terlihat dalam perkembangan yang sama
- i. anak lebih tinggi proporsi energi yang bersumber dari sistem aerobiknya bila dibandingkan dengan orang dewasa, namun belum efisien
- j. pernafasan anak lebih cepat dan pendek, dan relatif lebih cepat menghilangkan cairan (fluid)

- k. sistem aerobik kurang berkembang setelah pubertas
- l. pertumbuhan fisik anak relatif pesat
- m. perkembangan tulang belum sempurna saat usia 17 atau 18 tahun

Mengacu atau menunjuk kepada karakteristik siswa tersebut dan karakteristik metode, maka pertimbangan dapat dilakukan berdasarkan analisis mudarat manfaat atau cost benefit analysis.

Berdasarkan penilaian terhadap karakteristik metode/siswa itu, kemudian dapat mengambil keputusan apakah metode ini dapat atau tidak dipergunakan dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan di kelas satu-dua sekolah dasar. Diterima bila manfaatnya lebih besar daripada mudaratnya. Ditolak bila mudaratnya menimbulkan kerugian yang fatal bagi siswa. Diterima dengan syarat-syarat tertentu, bila mudaratnya harus diatasi, dihilangkan atau diubah melalui cara modifikasi, variasi atau pergantian bahan dan prosedur. Silahkan putuskan sendiri berdasarkan analisis tersebut.

## **METODE TUGAS**

### **Pendekatan.**

Pada dasarnya mengurangi dominasi guru, melimpahkan beberapa tanggung jawab, dan siswa diberikan sedikit kebebasan untuk membuat beberapa keputusan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan proses belajar mengajarnya. Umpamanya keputusan tentang pelaksanaan suatu perintah atau pengarahan guru. Contohnya, dalam melakukan latihan pemanasan, guru dapat memberikan kebebasan kepada siswa seperti berikut: "bila saya katakan "mulai' maka kalian harus melakukan push-up sepuluh kali kemudian duduk tegak lurus di tempat bila sudah selesai. Bila telah biasa tugas geraknya dapat ditambah umpamanya push-up, sit up dan loncat kangkang masing-masing sepuluh kali. Kebebasan yang diberikan menentukan sendiri tempo latihan. Satu hal penting dalam ini ialah agar siswa mengetahui bahwa dia diberi beberapa tanggung jawab dalam melaksanakan kegiatan belajarnya. Kalau tidak diberitahu, siswa akan menganggap metode tersebut sebagai metode yang loyo, kacau, ngawur atau tak karuan. Sebelum melaksanakan metode ini siswa harus diberitahukan maksud

pelaksanaan metode tugas ini. Bila tugas-tugas yang diberikan itu lebih kompleks, tugas yang bersifat lisan ini akan sukar diingat siswa. Lebih-lebih siswa kelas satu-dua-tiga. Tugas gerak untuk siswa golongan ini hendaknya sederhana dan tunggal. Untuk kelas yang lebih tinggi, itu dapat disampaikan dengan tertulis. Contohnya, "bacalah perintah/tugas yang tertera dalam lembaran tugas dan lakukanlah di tempat". Kebebasan yang diberikan pada siswa ini ialah tidak bergantung pada aba-aba atau komando guru. Siswa melakukan atas prakarsa sendiri beberapa aspek tugas tersebut, sedangkan beberapa aspek yang lain dibatasi umpamanya bentuk gerakan, frekuensi, ulangan dan tempat latihan. Kebebasannya ialah menentukan kapan mulai dan akhir latihan, tempo, dan intensitas gerakan. Kalau siswa memang sudah matang, kebebasan dapat ditambah sehubungan frekuensi dan tempat latihan. Hal ini dapat diatur dalam uraian tugas latihan gerakannya. Tugas itu ditulis pada lembaran tugas yang mempunyai beberapa keuntungan. Secara garis besarnya keuntungan itu dapat dirinci sebagai berikut ini:

1. membantu siswa mengingat-ingat apa yang harus dilakukannya.
2. merupakan catatan bagi guru dan siswa tentang apa yang telah dilakukan selama jangka waktu tertentu.
3. menjadi bahan acuan visual bagi guru pada saat guru mengadakan pemantauan individual dengan siswanya.

#### **A. Landasan teoritis.**

Untuk mengurangi kuasa atau kontrol guru maka stimulus berupa perintah/aba-aba dialihkan kepada pihak lain berupa lembaran tugas/kaset audio. Lembaran tugas berupa tugas visual dan kaset berupa tugas auditif. Hal ini akan mendorong guru memberikan kebebasan kepada siswa dalam membuat keputusan pelaksanaan beberapa kegiatan belajar mengajar. Mengambil keputusan berarti pula bertanggung jawab pada perbuatan dan hasilnya. Dengan demikian guru melimpahkan beberapa tanggung jawab kepada siswa. Akibat dari pemberian kebebasan dan kelimpahan tanggung jawab kepada siswa dapat mengurangi beberapa kegiatan mengajarnya. Sementara siswa melakukan tugas gerakannya,

guru bebas bergerak menghubungi siswa secara individual. Hal ini meningkatkan kesempatan untuk mengoreksi kegiatan siswa yang mungkin salah tanggap atau tafsir.

### **B. Prosedur.**

Secara garis besarnya langkah-langkah metode ini adalah sbb. Tentu langkah-langkah ini tidak final. Perubahan, modifikasi, penambahan/pengurangan, dapat saja dilakukan sesuai dengan gagasan guru bersangkutan.

1. guru mengadakan persiapan sehubungan dengan pokok bahasan, bahan ajar/tugas gerak yang akan dilakukan siswa.
2. guru menyiapkan lembaran tugas terdiri dari identitas siswa, waktu pelaksanaan, bentuk tugas gerak, dan frekuensi pelaksanaan tugas serta perintah yang harus dilakukan siswa.
3. pada saat guru memberikan pelajaran tentang tugas itu secara klasikal, membagikan lembaran tugas, memberikan kesempatan pada siswa untuk menyimak tugasnya, dan menjawab pertanyaan-pertanyaan.
4. Guru berkeliling memonitor pelaksanaan kegiatan belajar siswa, mengadakan koreksi secara individual.
5. siswa yang telah menguasai isi perintah atau tugas dapat meneruskan tugas kedua dan melakukannya seperti proses tugas yang pertama.

Format lembaran tugas itu paling sedikitnya ada 2 jenis. Yaitu: lembaran tugas sederhana dan lembaran tugas dengan rentangan.

### **C. Keuntungan/kerugian.**

Keuntungan yang terkandung dalam metode tugas secara garis besarnya adalah sbb.

1. siswa memperoleh kebebasan untuk melaksanakan kegiatan belajarnya sesuai dengan karakteristik pribadinya sendiri. Laju belajarnya tidak akan terlambat oleh komando guru atau laju kemajuan belajar siswa lain lambat.

2. guru dapat lebih bebas dalam melaksanakan koreksi dan pujian kepada siswa secara pribadi sehingga hubungan antara siswa-guru menjadi lebih produktif.
3. penggunaan alat pelajaran akan menjadi lebih efisien karena dapat diatur secara bergiliran, tidak harus serentak bersama-sama oleh siswa yang banyak.
4. dapat menghindari gejala pemujaan pada "bintang" kelas dan pengasingan "anak bawang" oleh teman sekelas.
5. dapat diterapkan pada pelbagai jenis kelompok besar atau kecil, siswa atau siswi/campuran.

**Kerugian antara lain dapat dikemukakan sbb.**

1. siswa dapat menyembunyikan diri dan menghindari hubungan dengan guru, sehingga guru dapat kehilangan kontrol proses belajar mengajar siswa bersangkutan.
2. siswa tidak mendapat umpan balik berupa pujian atau koreksi dari guru atau teman.
3. kurang mengembangkan aspek-aspek sosialnya disebabkan proses belajar yang bersifat individual.

Untuk menyatakan bahwa metode tugas ini valid untuk dipergunakan di sekolah dasar dapat dilakukan dengan cara menilai karakteristik metode ini berdasarkan karakteristik siswa dasar. Pendekatan mudarat-manfaat atau cost-benefit analysis dapat diterapkan dalam analisis ini. Untuk keperluan itu silahkan kerjakan secara mandiri dengan acuan tentang validasi seperti yang diuraikan dimuka.

### **METODE RESIPKORAL**

**Pendekatan:** memberikan kebebasan pada siswa untuk membuat keputusan sehubungan dengan pelaksanaan tugas, siswa diberi kewajiban untuk menilai hasil belajar secara terbatas. Penilaian hanya terbatas pada penilaian formatif atau korektif oleh seorang terhadap seorang siswa, oleh sekelompok siswa terhadap kelompok siswa lain, atau oleh kelompok siswa terhadap hasil belajar seorang siswa. Namun yang paling umum adalah seorang siswa terhadap seorang siswa



secara bergantian. Metode ini sering diterapkan dalam formasi berpasangan. Pembebasan yang lebih besar ini mengurangi kegiatan guru saat pelaksanaan proses belajar mengajar. Namun sebenarnya kegiatan itu akan bertambah pada saat persiapan atau menyusun strategi proses belajar mengajar. Selain harus menetapkan kegiatan belajar siswa, guru bersangkutan harus pula menyiapkan cara-cara penilaian oleh siswa.

### **Landasan Teoritis.**

Pada dasarnya metode ini menerapkan teori umpan balik atau feedback. Teori ini beranggapan bahwa informasi tentang hasil belajarnya akan memantapkan hasil belajarnya di kemudian hari. Informasi yang menyebabkan perbaikan itu justru disebut umpan balik negatif sedangkan informasi yang justru memantapkan hasil belajarnya disebut umpan balik positif.

Di dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga kesehatan kini berkembang suatu teori tentang pengaruh pengetahuan tentang hasil (PH) belajar terhadap kemajuan belajarnya. Teori ini biasanya disebut teori knowledge of result (KR). Permasalahan ialah apakah pengetahuan itu dapat mempengaruhi kemajuan proses belajar mengajar, atau sebaliknya malah justru menghambat proses belajar mengajar yang produktif. Menurut Magili (1980:282) teori ini menunjukkan tiga hal penting sehubungan dengan pemberian informasi tentang hasil belajar kepada siswa itu.

Pertama, menyajikan informasi khusus tentang apa yang memantapkan hasil belajarnya. Hal ini nampak nyata pada pemberian informasi yang menunjukkan bahwa siswa cenderung mengulangi kembali. Kedua, sebagai motivator yang mendorong siswa untuk belajar lebih baik pada kesempatan belajar berikutnya. Namun demikian, maka PH itu perlu diberikan berdasarkan kaidah-kaidah tertentu. Antara lain yang tergolong penting adalah dua hal di bawah ini:

1. pengetahuan tentang hasil belajarnya (PH). Jangan diberikan terlalu banyak. Informasi yang terlalu banyak akan menyebabkan siswa menjadi bingung atau mengacaukan pikiran siswa. Akibatnya ialah menyukarkan arahan kegiatan-

belajarnya karena tidak tahu bagaimana yang harus dikoreksi. Yang dimaksudkan dengan terlalu banyak hal pada suatu saat atau terlalu rinci

2. PH terlalu sedikit diberikan. Pemberian informasi yang terlalu sedikit tentang hasil belajarnya pun tidak akan efektif. Kurangnya informasi akan menyebabkan siswa tidak tahu dengan tepat kekeliruan yang telah diperbuatnya. Siswa akan kehilangan jejaknya dalam proses belajar mengajarnya. Informasi harus bermakna bagi siswa dalam artian harus mampu memberikan petunjuk tentang kekeliruan yang diperbuat siswa.

Pada dasarnya metode resiprokal ini disusun berdasarkan teori yang pelaksanaannya ditugaskan kepada siswa. Informasi yang disampaikan siswa itu bukan merupakan bahan penelitian dalam penentuan angka atau peringkat. Informasi yang disampaikan siswa itu merupakan informasi tentang apa yang benar dan apa yang keliru. Informasi itu akan menjadi pedoman siswa bersangkutan. Oleh karena itu guru harus betul-betul menyiapkan bahan ajar dan petunjuk yang jelas.

### **Prosedur.**

Secara garis besarnya prosedur metode ini adalah sebagai berikut:

1. siapkan lembaran kerja atau worksheet yang memuat deskripsi gerakan atau pokok bahasan yang harus dilakukan siswa. Siapkan dalam jumlah yang memadai. Deskripsi akan lebih jelas bila disertai keterangan dengan gambar-gambar.
2. bentuklah kelas menjadi formasi berpasangan yang akan berperan sebagai pelaku dan pengamat. Pelaku melakukan atau melaksanakan gerakan atau pokok bahasan yang tertera dalam lembaran kerja. Siswa pengamat mengamati proses pelaksanaan pelaku, mencatat kekurangan pada lembaran kerja, dan menyampaikan hasil pengamatannya kepada pelaku, mencatat kekurangan pada lembaran kerja, dan menyampaikan hasil pengamatannya kepada pelaku setelah selesai melakukan gerakan-gerakan tersebut. Hasil pengamatannya itu kemudian didiskusikan pasangan tersebut.
3. berganti peran, yang tadinya pelaku menjadi pengamat dan sebaliknya. Lakukan prosedur di butir 2.

### **Keuntungan atau kerugian.**

Metode ini memberikan keuntungan antara lain sbb:

1. memberikan umpan balik seketika tanpa di tunda tunda yang mempunyai pengaruh nyata terhadap proses belajar siswa. Umpan balik ini berupa informasi tentang apa yang diperbuatnya baik yang benar atau yang keliru.
2. dapat mengembangkan cara kerja dalam tim kecil. Sehingga aspek sosialnya berkembang.
3. meningkatkan proses belajar mengajar dengan cara mengamati secara sistematis gerakan atau pokok bahasan dari teman. Pada dasarnya, mengamati kegiatan belajar teman itu merupakan suatu proses belajar mengajar juga. Proses belajar ini sering disebut melakukan kegiatan mental, berlatih pasif atau membina citra gerak. Namun demikian, metode ini mengandung kelemahan yang sering merugikan proses belajar-mengajar itu sendiri.

### **Kelemahan itu dapat dikemukakan sbb:**

1. sering menimbulkan situasi yang emosional antar pelaku dan pengamat yang disebabkan pengamat berlaku berlebihan dalam menyampaikan informasi yang bersangkutan. Perilaku yang berlebihan antara lain menyampaikan dengan nada mengejek, menghakimi, bergaya mengurui yang serba tahu.
2. pada umumnya pelaku tidak tahan terhadap kritik siswa pengamat sehubungan dengan hasil belajar yang pernah dilakukan sebelumnya. Siswa pelaku tidak mau terima hasil pengamatan temannya. Situasi ini sering menimbulkan ketegangan antara siswa pelaku dan siswa pengamat.
3. sering juga terjadi pasangan ini justru memantapkan suatu perilaku belajar yang sama, disebabkan mereka salah menafsirkan deskripsi gerakan atau pokok bahasan yang tertera dalam lembaran kerja.

Seperti metode ini yang terdahulu, validasi metode ini untuk digunakan pada proses belajar pendidikan jasmani di sekolah dasar dapat dilakukan berdasarkan acuan/pedoman karakteristik siswa dan karakteristik metode. Dengan pendekatan cost-benefit analisis dapatlah disimpulkan cocok tidaknya metode itu untuk siswa sekolah dasar.

Bentuk lain dari metode ini adalah metode kelompok kecil. Bedanya ialah kegiatan tidak dilakukan dengan formasi berpasangan tetapi dengan kelompok kecil terdiri dari 3-5 siswa. Setiap anggota berkewajiban menampilkan tugas geraknya dan siswa-siswa yang lain, memberikan komentar dan menilai. Berarti teknik dasar permainan dapat menggunakan model ini dan efektif. Umpamanya dalam sepak bola, seorang siswa berlatih menendang bola ke gawang dan yang lainnya membantu menjadi penjaga gawang serta yang lainnya lagi menjadi pengamat, kemudian tugas tersebut digilirkan. Model ini akan menarik untuk sekolah dasar. Tugas yang diharuskan itu dimodifikasi, bervariasi, atau diciptakan yang baru dalam bentuk perlombaan.

## **METODE PENGAJARAN MANDIRI BERSTRUKTUR (INDIVIDUAL PROGRAMMED INSTRUCTION)**

### **a. Pendekatan**

Metode ini menekankan pada pemberian kebebasan yang lebih luas pada siswa. Kebebasan itu berupa penilaian terhadap kemajuan belajarnya oleh dirinya sendiri, kemudian atas dasar penilaiannya itu siswa membuat keputusan sendiri untuk melanjutkan atau mengulang gerakan atau melanjutkan dengan gerakan atau pokok bahasan yang lebih lanjut. Dengan kata lain, bahwa keputusan yang harus dibuat siswa itu berkenaan dengan pelaksanaan tugas gerak/pokok bahasan, penilaian hasil belajar oleh dirinya sendiri, dan laju proses belajar itu sendiri.

### **b. Landasan Teoritis**

Penilaian diri atau self evaluation dipandang sebagai motivasi untuk belajar selanjutnya. Motivasi adalah pendorong yang sangat berpengaruh terhadap proses belajar mengajar yang hadir pada diri siswa. Dengan demikian proses belajar siswa ini tidak semata-mata dirangkai dari luar dirinya tetapi juga ada dorongan batin dirinya sendiri. Siswa dapat belajar secara mandiri dan sesuai dengan kecepatan belajarnya.

### **c. Prosedur**

Secara garis besarnya alur langkah-langkah metode ini dikemukakan sebagai berikut:

1. Buatlah suatu format program yang berisikan hal-hal berikut:
  - a. Tugas gerak/sub pokok bahasan.
  - b. Kriteria tahap pencapaian.
2. Berikan penjelasan dan persiapan yang cukup memadai sehingga siswa mampu menyelesaikan program itu dengan seksama.
3. Tetapkanlah waktu-waktu monitoring dan berikanlah bantuan pada mereka yang mengalami kesulitan.
4. Bila siswa-siswa itu telah menyelesaikan programnya, hendaknya mereka mengkaji ulang didepan kelas dan guru kemudian menetapkan siapa yang harus melanjutkan atau yang harus mengulangi. Hal ini dilakukan pada saat-saat permulaan pelaksanaan metode program sampai siswa mampu menetapkan sendiri laju belajarnya.

### **d. Keuntungan atau Kerugian**

Keuntungan yang dapat diperoleh dari metode ini antara lain ialah:

1. Membina kemandirian dan mengembangkan kemampuan membuat keputusan berdasarkan pertimbangan sendiri.
2. Memberikan kesempatan belajar berdasarkan tempo dan irama belajar atau kecepatan belajar dirinya sendiri.
3. Mengandung pembinaan motivasi diri siswa.

Kelemahan-kelemahan yang terkandung metode ini antara lain dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Karena kendali guru bersifat longgar, maka materi ini sering menimbulkan kesemerawutan dalam pelaksanaannya.
2. Memberikan kesempatan menguatkan sifat individualistis yang berlebihan.
3. Kurang mengembangkan sifat sosial pada diri siswa.
4. Untuk gerakan yang kompleks yang membutuhkan penjagaan dan bantuan khusus guru metode kurang cocok, sehingga metode ini hanya terbatas pada gerakan sederhana dan tunggal.

Seperti halnya dengan metode yang mengalihkan perintah guru melalui media yang lain. Kedudukan media ini sangat penting peranannya. Artinya media seperti lembaran tugas, lembaran kerja harus disiapkan secara cermat dengan memperhatikan kemampuan dan karakteristik siswa, metode serta gerak yang akan dipelajari siswa. Media belajar siswa dalam metode ini adalah format program inilah yang dimaksud dengan berstruktur sebagai ciri metode ini. Dalam format program inilah semua tugas-tugas yang dilakukan siswa ditulis beserta petunjuknya.

### **METODE DISKOVERSI TERBIMBING (GUIDED DISCOVERY METHOD)**

#### **Pendekatan**

Metode ini berorientasi pada anggapan dasar bahwa yang menjadi pusat proses belajar mengajar adalah siswa. Siswa adalah individual yang unik dan sekaligus manusia sosial yang sedang belajar. Dua sifat manusia yang berbeda. Individu mengandung arti seseorang berbeda dengan orang lain. Ia berbeda dalam segala hal. Perbedaan itu berhak dihormati dan dihargai. Tetapi dilain pihak ia mempunyai sifat sosial yang berarti ia banyak bergantung pada orang lain, menyesuaikan diri dengan orang lain dan harus menyamakan dirinya dengan orang lain. Inilah dua sifat yang menyatu dalam diri manusia. Konflik antara dua sifat ini akan menyebabkan dampak negatif dalam diri manusia. Metode diskoversi mencoba membina keseimbangan kedua sifat ini.

#### **Landasan teoritis.**

Selain memperluas kebebasan individual dan pengembangan jasmaniah siswa, metode ini juga dapat meningkatkan pengembangan interaksi sosial di antara kelompok siswa. Demikian pula metode ini mampu mengembangkan aspek totalitas siswa yaitu, kapasitas intelek atau segi ranah kognitif siswa. Metode yang dikemukakan sebelumnya hanya menuntut kepatuhan pada suatu arahan, memilih dalam suatu kerangka kerja tertentu, dan menilai berdasarkan suatu kriteria yang baku. Namun metode diskoversi ini memberikan keleluasan untuk menyimpulkan dan menilai sendiri berdasarkan penemuan dalam proses belajar mengajar. Pengembangan sebagai individu mempunyai kesempatan untuk

berkembang sebagaimana kodratnya. Namun demikian dalam mengembangkan dirinya itu siswa harus pula membina hubungannya dengan teman belajarnya.

### **Prosedur.**

Secara garis besarnya langkah-langkah metode ini dapat dirinci sbb:

- menyusun suatu skenario belajar yang terdiri dari gambaran dan pernyataan yang berhubungan dengan perilaku dan kegiatan belajar siswa
- tetapkan suatu target yang akan dicapai, yaitu hal yang akan diketahui siswa setelah melakukan berbagai percobaan. Yakinlah bahwa target tsb berada dalam jangkauan kesanggupan siswa bersangkutan
- susunlah tindakan atau belajar siswa dengan urutan yang membawa kepada penjelasan target yang telah ditetapkan. Rangkaian kegiatan ini sebaiknya tidak terlalu panjang sehingga tidak membosankan atau membuat frustrasi siswa.
- menyusun sejumlah pertanyaan yang membawa pada penyelesaian/penemuan
- guru berupaya agar siswa mengikuti arah yang tercakup dalam seperangkat pertanyaan tsb diatas.
- pada akhir pelajaran mengadakan kaji ulang sebagai pementapan

### **Keuntungan/kerugian.**

Keuntungan yang dapat diperoleh dari metode ini secara garis besarnya sebagai berikut:

- a. Melibatkan aspek intelek atau kognitif sehingga memberikan kemungkinan untuk berkembang secara harmonis
- b. Memahami pertanyaan, dan jawabannya memberikan kesempatan pada siswa memahami hubungan antara proses dengan hasil belajar
- c. Ganjaran dan dorongan yang tetap yang terkandung dalam proses belajar mengajar itu menolong siswa membentuk citra dirinya dan membangkitkan perhatian dalam keterlibatannya pada pokok bahasan yang dipelajarinya.
- d. Kalau metode ini digabungkan dengan metode kelompok kecil maka aspek sosialitas akan turut pula berkembang

Sedangkan kelemahan metode ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

- a. Nampak sangat bertele-tele dan sering menimbulkan kebosanan bila tidak segera menemukan target belajarnya
- b. Diperlukan banyak waktu untuk membimbing siswa, sering menimbulkan keengganan guru membuat persiapan yang cermat
- c. Sangat menekankan pada laju kecepatan belajar siswa. Sedang kecepatan siswa itu berbeda-beda sehingga guru sering kehilangan kendali tentang proses belajar siswa. Media belajar mengajar untuk metode ini ialah skenario proses belajar. Skenario ini terdiri pernyataan, hipotesis, prosedur, dan kesimpulan yang ditulis dalam ungkapan yang sederhana dan jelas.

#### **Prosedur**

Metode ini kurang cocok untuk siswa sekolah dasar. Paling-paling untuk kelas 6 sekolah dasar. Untuk sekolah menengah pertama ke atas metode ini produktif.

### **METODE PEMECAHAN MASALAH (PROBLEM SOLVING METHOD)**

Metode proses belajar mengajar merupakan metode yang paling populer dalam bidang studi. Metode ini dipandang sebagai metode yang paling memenuhi pembaharuan proses belajar mengajar.

#### **Pendekatan.**

Metode ini dianggap sebagai metode utama yang berpusat pada siswa seutuhnya, sebab dalam proses ini peran guru itu dibatasi seminim mungkin sedangkan peranan siswa diberi kebebasan semaksimal mungkin. Selain itu metode ini sangat luas memberikan kesempatan untuk membuat keputusan secara mandiri.

#### **Landasan teoritis.**

Metode ini beranggapan bahwa unsur penting dalam belajar mengajar adalah pengembangan kreativitas siswa. Kreativitas akan terbina, apabila proses belajar siswa tidak dikekang atau dikondisikan secara kaku. Kreativitas berkembang dalam situasi belajar yang lebih menantang. Situasi ini harus



memberikan pelbagai kemungkinan cara atau usaha pencapaian tujuan belajarnya. Untuk memperbaiki prestasi lompat jauh banyak cara yang dapat ditempuh.

**Prosedur.**

Secara garis besarnya metode pemecahan masalah ini dapat dirinci sbb:

1. Rumuskanlah tujuan belajarnya secara spesifik.
2. Susunlah pertanyaan atau tugas yang spesifik tetapi mengandung bermacam-macam upaya atau alternatif yang berbeda-beda dalam mencapai tujuan yang dimaksud
3. Mengadakan diskusi setelah siswa mencapai tujuan belajarnya

**Keuntungan atau kerugian.**

Keuntungan yang didapat dari metode ini antara lain ialah:

1. Efektif untuk proses belajar yang tujuannya memperkenalkan aklimatisasi, dan konseptualisasi tugas gerak atau suatu keterampilan gerak.
2. Sangat cocok untuk meningkatkan kemampuan membuat keputusan berdasarkan fakta yang diperoleh.

Sedangkan kelemahan metode ini pada umumnya dapat dikemukakan sbb:

1. Sering menimbulkan kesan tidak teratur karena siswa belajar tidak seragam.
2. Bagi mereka yang tingkat inteleginya agak kurang metode ini malah menjadi ajang trial and error yang tak berkesudahan
3. Merumuskan tujuan yang layak untuk siswa bersangkutan itu merupakan suatu upaya yang sukar, sehingga terjadi rumusan tujuan diluar jangkauan. Mungkin juga terlalu mudah. Keduanya mempunyai dampak negatif terhadap proses belajar mengajar. Terlalu sukar akan menimbulkan frustasi, sedangkan terlalu mudah justru membosankan dan tidak memberikan kekuasaan belajar.

Media belajar metode ini dapat menggunakan pelbagai jenis media. Namun yang sering digunakan adalah semacam lembaran masalah dalam bentuk tulisan.

## **Rangkuman**

1. Metode adalah prosedur atau operasi untuk mencapai suatu tujuan
2. Metode pembelajaran yang kerap dilakukan dalam penjas, antara lain: metode komando, metode resiprokal, metode tugas, metode mandiri berstruktur, metode discoveri terbimbing, metode pemecahan masalah
3. Pendekatan proses pembelajaran dalam metode komando sepenuhnya di dominasi guru. Guru yang membuat tentang bentuk, tempo, urutan, intensitas penilaian, dan tujuan proses belajar mengajar untuk setiap tahap proses belajar mengajar
4. Tinjauan terhadap karakteristik metode itu sendiri dapat dikatakan sebagai mempertimbangkan validitas internal dan eksternal suatu metode.
5. Dalam memilih metode yang tepat, penting dipertimbangkan karakter sosial, emosional, fisik, mental, dan karakteristik lainnya yang melekat pada anak dan relatif berbeda.
6. Untuk menyatakan bahwa metode tugas valid untuk digunakan di sekolah dasar, dapat dilakukan dengan cara menilai karakteristik metode ini berdasarkan karakteristik siswa dasar.
7. Metode discovery terbimbing berorientasi pada anggapan dasar bahwa yang menjadi pusat proses belajar mengajar adalah siswa.

## **Tugas**

1. Coba pilih paling sedikit 2 metode pengajaran yang paling cocok dengan materi ajar yang anda pilih
2. Rancang pengajaran di SD kelas bawah dengan seluruh proses pengajaran menggunakan metode komando
3. Coba paparkan cara untuk memilih metode yang tepat, dengan pertimbangan karakter sosial, emosioanal, fisik, mental, dan karakteristik lainnya yang melekat pada anak dan relatif berbeda, untuk kelas global.

## **BAB V**

### **PEMILIHAN BAHAN AJAR**

#### **Pendahuluan**

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang dipakai di sekolah saat ini, memfasilitasi guru dan sekolah untuk memilih materi ajar yang disesuaikan dengan kondisi sekolah. Peluang tersebut sebaiknya mampu dimaksimalisasi para guru, sehingga tiap pemilihan bahan ajar dapat disesuaikan juga dengan kondisi siswa.

Pemilihan bahan ajar, bukanlah perkara yang sederhana dan tidak dilakukan asal jadi. Artinya materi ajar benar-benar materi yang ada dalam kurikulum dimaksud. Dengan konsep modifikasi seluruh materi ajar dapat tersampaikan pada siswa, dengan demikian dituntut kreativitas para guru dalam merancang materi ajar tersebut.

#### **MERENCANAKAN BAHAN**

Apa yang dilakukan oleh guru ketika melakukan perencanaan pengajarannya? Pertama adalah mencermati kurikulum pendidikan jasmani, kemudian dirumuskan pada standard kompetensi yang tertuang dalam rencana pengajaran. Standard kompetensi yang dijabarkan dalam beberapa rumusan tujuan, dibuat berdasarkan beberapa pertimbangan; yakni besaran dan kualitas siswa, ketersediaan sarana dan prasarana, guru sebagai SDM. KTSP sebagai pilihan kurikulum di sekolah menjadi lebih fleksibel, karena sekolah dapat dijadikan indikator dalam memilih materi ajar dari kurikulum yang ada. Konteks “kurikulum fleksibel” dapat dipahami karena kondisi sekolah yang berbeda. Guru pendidikan jasmani sebagai pelaksana kurikulum harus mampu mencermati seluruh isi kurikulum, sehingga dalam kondisi sekolah yang ada seluruhnya dapat dilakukan. Artinya materi yang ada dalam kurikulum benar dapat dilakukan dalam “proses ajar” yang baik.

Dalam beberapa teori dimunculkan bahwa guru atau pelaksana kurikulum, hendaknya mampu memikirkan dan merencanakan sasaran dan tujuan program

pendidikan jasmani secara komprehensif. Dengan demikian diharapkan mampu diterapkan pada kegiatan sesungguhnya.

Langkah berikutnya adalah mulai memikirkan aktivitas apa yang sebaiknya dapat tercover atau cocok diterapkan sehingga dapat sesuai dengan sasaran yang telah direncanakan. Meski cara atau metoda di atas kelihatan sangat sederhana, akan tetapi tidak demikian adanya. Pada kenyataannya para perencana kurikulum dan guru sebagai pengguna kurikulum harus pula dapat mengarahkan sasaran program yang tidak hanya sebatas konteks aktivitasnya saja, akan tetapi juga aktivitas lain yang berkaitan dan mendukung dan dianggap perlu ditambahkan ke dalam kurikulum. Dengan kata lain sasaran program tidak hanya dikelompokkan pada bidang aktivitasnya program saja.

Hal lainnya yang dianggap penting adalah bahwa dalam mengidentifikasi pernyataan kurikulum hendaknya memuat tidak lebih dari sekedar nilai-nilai kriteria saja, artinya pernyataan kurikulum bukan hanya merupakan bentuk pengukuran, yang pada umumnya selalu didasarkan pada keinginan pembuat kurikulum. Selain itu, kebenaran dan kecocokan suatu kurikulum pendidikan jasmani sangat dipengaruhi oleh analisis kultural yang memberikan indikasi pada penggunaannya, sehingga persepsi benar/tepat terjadi menurut cara pandang seseorang atau sekelompok orang yang memberikan atribut benar/tepat itu. Dengan demikian penilaian kurikulum dapat diberi berdasarkan moral practice yang berlaku pada masa tersebut.

Implementasi kurikulum ke dalam perencanaan pengajaran dapat dilakukan persis/sesuai dengan apa yang tertera, dan dapat pula dilakukan modifikasi yang disesuaikan dengan kondisi sekolahnya, dengan tetap mengacu pada kurikulum. Modifikasi biasanya lebih bergantung pada kesiapan peralatan, yang cenderung belum terpenuhi pada banyak sekolah.

Dalam kaitan dengan perencanaan pengajaran, banyak hal yang harus dipahami guru sehingga perencanaan pengajarannya melingkupi keseluruhan proses belajar mengajar. Perbedaan di antara anak juga merupakan variabel yang harus direncanakan, karena memang ketika guru mencoba menggeneralisasikan

kemampuan dan pengalaman siswa, maka sebenarnya guru akan mengundang resiko, karena mengabaikan pengalaman yang berbeda pada siswa.

### **KARAKTERISTIK SISWA**

Pengamatan pertama ketika guru pendidikan jasmani memulai untuk mengajarkan suatu tugas fisik pada sekelompok siswa yaitu kekhasan kelas pendidikan jasmani yang biasanya diwarnai para siswa yang beragam kemampuannya. Yang patut disayangkan, terlalu banyak guru pendidikan jasmani menduga bahwa seorang siswa tidak mampu belajar akibat pada awal disajikan tidak dapat melakukan sesuatu. Guru terlalu sering berpedoman pada siswa setelah selesai melakukan suatu keterampilan atau yang tidak membutuhkan instruksi. Jika seorang siswa tidak belajar, kemungkinan penyebabnya karena guru tidak mengajar dengan baik. Walaupun tadinya guru-guru memperbincangkan tentang ide kemampuan gerak umum, hal itu kini lebih umum diterima untuk menyatakan tentang ide adanya seperangkat kemampuan gerak yang berkaitan dengan ketrampilan spesifik (Thomas dan Halliwell. 1976).

Kapasitas khas seperti ini terkait erat dengan kemampuan fisik, seperti koordinasi badan, kesetimbangan statis dan dinamis, kekuatan kelompok tertentu, dan koordinasi. Setiap kapasitas bergantung pada suatu keterampilan yang sedang dipelajari. Penting bagi guru adalah agar jangan "melabeli" siswa yang mampu atau tak mampu dalam kelas. Hal ini benar dengan beberapa alasan. Pertama, disana tidak ada hubungan kuat antara yang belajar ketrampilan dengan pesat dan yang pada akhirnya akan lebih baik keterampilannya. Kedua, guru yang mengkomunikasikan baik perasaan positif dan negatif kepada siswa tentang apa yang mereka mampu lakukan dan dapat mempengaruhi belajar secara signifikan. Faktor ketiga terkait dengan pekerjaan bersama anak-anak.

Anak-anak yang lebih tua atau lebih cepat matang yang telah meningkatkan kemampuannya dalam beberapa tugas gerak, tidaklah perlu menunjukkan potensi mereka. Beberapa siswa mungkin tidak mampu belajar apa yang guru sajikan, karena yang guru sajikan itu tidak layak bagi tahap perkembangan mereka. Sama juga anak-anak yang perkembangannya belum matang seperti teman sekelasnya

mungkin dalam faktanya lebih potensial. Jika mereka dikeluarkan dari kegiatan dan keterampilan pada usia dini, maka mereka mungkin tak akan pernah meneapai potensialnya.

## **TRANSFER BELAJAR**

Konsep transfer belajar menunjuk pada pengaruh keterampilan atau kemampuan yang telah dipelajari terhadap belajar keterampilan/kemampuan lain. Pengaruh itu bisa positif, negatif, atau tak ada pengaruhnya. Transfer dapat terjadi dalam beberapa bentuk.

Jika apa yang anda pelajari dengan satu tangan atau kaki ditransfer ke tangan atau kaki lainnya, maka itu disebut transfer bilateral. Jika apa yang anda pelajari dalam ketrampilan atau tugas transfer ke keterampilan atau tugas lain maka disebut transfer antar-tugas. Jika apa yang anda pelajari dari latihan keterampilan dalam satu kondisi ditransfer ke latihan tugas itu dalam kondisi yang lain maka disebut transfer intra-tugas.

Transfer belajar penting bagi guru, karena cara-cara guru dalam merancang kurikulum, menyusun sikuensi/urutan latihan keterampilan, dan menyajikan tugas kepada para siswa, semuanya dapat menentukan transfer belajar. Guru patut memaksimalkan transfer belajar positif dan meminimalkan transfer belajar negatif.

### **1. Transfer Bilateral.**

Secara umum patut diterima, latihan dengan salah satu anggota tubuh (tungkai dan lengan mempengaruhi latihan dengan anggota tubuh lainnya). Sehingga bila anda mempelajari dribel bola basket atau sepakbola dengan satu tangan atau kaki, akan terjadi transfer belajar ke tangan atau kaki lainnya. Walaupun anggota tubuh anda yang dilatih dan menunjukkan peningkatan hasil yang lebih besar. Namun kedua anggota tubuh akan menunjukkan peningkatan. Karena guru pendidikan jasmani berurusan dengan pembelajaran keterampilan gerak yang kompleks yang seringkali harus dilakukan dengan kedua anggota tubuh, maka sering guru mempersoalkan apakah suatu keterampilan harus dipelajari dengan kedua anggota tubuh dan kalau ya, apakah latihan yang pertama

itu harus dengan anggota tubuh yang dominan atau non-dominan. Kebanyakan riset menunjang ide bahwa untuk beberapa alasan, para siswa pertama-tama harus dilatih dengan anggota tubuh yang dominan. Hanya setelah taraf kecakapan yang layak dicapai, guru bisa meneruskan latihan anggota tubuh yang tidak dominan.

## **2. Transfer Antar Tugas.**

Pengaruh belajar satu keterampilan yang pertama sebelum mencoba mempelajari ketrampilan lainnya diukur dengan banyaknya waktu untuk mempelajari yang kedua setelah yang pertama dipelajari. Jika waktunya singkat untuk mempelajari keterampilan kedua akibat keterampilan yang pertama telah selesai dipelajari, maka dapat dikatakan bahwa terjadi suatu transfer positif dari satu keterampilan ke lainnya. walaupun banyak dugaan kita tentang transfer positif satu keterampilan ke lainnya diputuskan dalam batas kebijakan konvensional (conventional wisdom) lebih baik daripada usaha riset, tapi umumnya diterima, belajar ketrampilan dasar, seperti melempar, menendang, dan melompat harus mendahului belajar keterampilan yang lebih khusus dan rumit, karena disana ada suatu transfer positif dari yang satu ke lainnya. Efek transfer yang lebih besar ditentukan oleh jumlah bagian-bagian komponen dalam suatu tugas yang serupa dengan lainnya. Sebagai contoh, servis tenis mempunyai karakteristik pola lemparan dari atas. Spike dalam bola voli dimana siswa melakukan beberapa langkah untuk melompat dengan dua kaki ke arah vertikal sebelum memukul bola. Apabila siswa telah cakap dalam lari dan lompatan dengan tolakan dua kaki, maka akan anda harapkan suatu transfer positif dari pola dasar yang telah dipelajari itu ke keterampilan yang lebih spesifik seperti spike bola voli. Kurikulum pendidikan jasmani harus berdasarkan pada transfer belajar antar keterampilan dari yang mudah ke yang lebih sulit.

## **3. Transfer Intratugas.**

Ketika guru mengembangkan gerak maju untuk pengajaran keterampilan yang dimulai dari mudah ke sulit atau sederhana ke rumit, maka guru sedang mengharapkan bahwa di dalamnya transfer dari latihan pada satu taraf ke taraf lain. Seperti dibahas dalam isu mengenai apakah mengajarkan suatu tugas itu berawal secara keseluruhan atau dipecah menjadi bagian-bagian, seringkali agar

aman, hakikat keterampilan yang kompleks atau rumit saat digunakan dalam suatu permainan, guru akan mendisain progresi yang dimulai dari yang sederhana ke kompleks. Guru dapat menentukan bila progresinya berhasil dengan penentuan keluasan dimana latihan dalam satu situasi mempengaruhi ke yang lainnya. Contohnya, Jika siswa latihan mendribel (dribbling) bola sepak dan menembakkan bola ke dalam gawang dalam suatu situasi latihan maka akankah mereka dapat melakukannya dalam situasi permainan? Jika tidak, maka dalam latihan itu tidak ada transfer dan guru haruslah mencari cara latihan lain atau menambahkan bentuk latihan yang lebih mendekati situasi permainan.

Rancangan suatu kurikulum dan progresi yang efektif untuk belajar tergantung pada kemampuan guru memantau secara seksama keefektivan dalam hal transfer. Transfer bisa juga dipermudah bila guru mengacu beberapa prinsip umum yang akan memudahkan transfer sebagai berikut:

1. Lebih banyak situasi latihan yang menyerupai situasi permainan atau tugas akhir, besar kemungkinan transfer akan terjadi. Ini berarti bahwa pada gilirannya guru harus menganalisis situasi permainan dan menambahkan unsur-unsur situasi permainan ke dalam situasi latihan
2. Lebih banyak lagi suatu keterampilan dipelajari, besar kemungkinan akan terjadi transfer belajar positif terhadap situasi permainan. Ini berarti bahwa mempelajari suatu keterampilan memerlukan waktu yang lama. Lebih banyak waktu yang disediakan untuk apa yang hendak anda transfer, besar kemungkinan bahwa transfer akan terjadi.
3. Transfer bisa dipermudah dengan dorongan guru pada siswa agar menggunakan informasi yang telah diketahui dan kemampuan yang telah dikuasainya serta mengusahakan kejelasan ekspektasi tugas. Ini berarti guru dapat mendorong transfer dengan menyatakan unsur-unsur tugas secara jelas pada siswa; membuat hubungan antara keterampilan, misalnya menunjukkan contoh konsep yang kongkret dimana guru ingin agar siswa menyatukan satu keterampilan dengan lainnya.



## **RANGKUMAN**

1. Standard kompetensi yang dijabarkan dalam beberapa rumusan tujuan, dibuat berdasarkan beberapa pertimbangan; yakni besaran dan kualitas siswa, ketersediaan sarana dan prasarana, guru sebagai SDM
2. Konteks “kurikulum fleksibel” dapat dipahami karena kondisi sekolah yang berbeda
3. Perbedaan di antara anak juga merupakan variabel yang harus direncanakan, karena memang ketika guru mencoba mencoba menggeneralisasikan kemampuan dan pengalaman siswa, maka sebenarnya guru akan mengundang resiko, karena mengabaikan pengalaman yang berbeda pada siswa
4. Beberapa transfer yang harus diketahui oleh guru adalah transfer bilateral, transfer antara tugas
5. dan transfer intra tugas

**BAB VI**  
**STRATEGI PENYAMPAIAN KONSEP GERAK**  
**DAN PEMANTAPAN PEMAHAMAN**

**Persyaratan Belajar Keterampilan Gerak**

**A. Pendahuluan**

Bila anda sedang mencoba untuk mengajar suatu keterampilan gerak seseorang secara langsung, maka anda harus siap dengan ide tentang apa yang diperlukan orang itu dalam hal belajar keterampilannya. Kebanyakan ide ini akan dianggap masuk akal, namun sering terabaikan dalam latihan dan tidaklah mudah bagi guru untuk melakukan seperti yang diinginkannya.

Apa yang sebenarnya menjadi pengalaman khusus bagi siswa sekolah, dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani? Bentuk pembelajaran seperti apa yang seharusnya diterapkan oleh guru penjas? Kedua pertanyaan ini menjadi dua variabel yang saling berinterelasi dalam hal bagaimana mengajarkan pendidikan jasmani di persekolan.

Pengajaran pendidikan jasmani bersifat unik, dimana aktivitas yang dilakukan bersama oleh siswa, dapat direspon dan diketahui secara berbeda-beda oleh tiap siswa pun memiliki karakter yang berbeda. Jika guru berkeinginan untuk menggeneralisasikan pengalaman dan atau pengetahuan siswa, ini akan mengundang resiko, karena dengan demikian guru mengabaikan pengalaman-pengalaman siswa yang beragam. Untuk itu dalam keberagaman siswa di kelas penjas, dengan panduan kurikulum yang sama, maka dituntut kreativitas guru penjas dalam menata perencanaan pembelajarannya, sehingga “proses ajar” senantiasa terjadi dalam pengajaran.

## **Belajar Keterampilan Gerak**

Beberapa ketentuan yang selalu menjadi panduan dalam belajar ketrampilan gerak, yakni;

### **Prasarat.**

Ide awal dalam belajar dan pembelajaran siswa tentang suatu keterampilan gerak, mereka harus mempunyai prasyarat untuk belajar keterampilan tersebut. Prasyarat suatu keterampilan seringkali terkait dengan ketrampilan yang telah dikuasainya, yakni beberapa kemampuan atau keterampilan yang lebih mudah.

Prasarat itu juga sering mencakup keharusan dimilikinya kemampuan jasmani untuk melakukannya. Prasyarat kemampuan jarang ditegaskan guru, dalam proses pembelajarannya guru tersebut menganalisis suatu keterampilan danan terlibat secara konsisten dalam upaya untuk menentukan mengapa siswa tidak dapat melakukan suatu keterampilan. Para siswa mungkin tidak bisa menangkap bola saat di udara. Karena mata mereka belum matang untuk keterampilan mengikuti jalan bola. Para siswa yang belum dapat melakukan servis bola voli dan melewati atas net atau memutar pinggul pada bar dalam senam mungkin mereka belum mempunyai kekuatan fisik untuk melakukannya, sehingga keadaan tersebut hanya akan membuahkan frustrasi belaka, karena seseorang tidak memiliki kapabilitas untuk melakukan keterampilan. Para siswa harus dihindarkan berada dalam situasi dimana mereka akan gagal atau tidak bisa berhasil.

### **Kejelasan Ide Tugas.**

Apabila para siswa telah memiliki prasyarat, maka perhatian berikutnya yakni, apakah mereka telah memahami dengan jelas apa yang mereka sedang coba lakukan? Kebanyakan masalah belajar keterampilan terjadi karena siswa melakukan gerakan dengan informasi yang tidak lengkap atau tidak benar. Tubuh dapat melakukan suatu keterampilan, namun otaknya tidak memberikan arah/petunjuk yang benar. Sering kali arah/petunjuk (direction) ini disebut program gerak, atau rencana eksekutif bagi suatu ketrampilan. Program gerak merupakan representasi memori suatu pola gerakan yang hampir abstrak dan biasanya tidak melibatkan gerakan spesifik yang dioperasikan khusus oleh

serangkaian otot dan anggota badan, namun suatu pola yang dapat memberikan generalisasi bermacam-macam respons. Sebagai contoh anda mempunyai program untuk menulis yang biasanya anda lakukan dengan tangan dan pensil misalnya atau namun bila anda menulis nama anda di pasir dengan kaki anda akan tetap dapat membaca apa yang anda tulis.

Program gerak adalah suatu ide penting karena sangat menekankan peran kognitif dalam ketrampilan gerak. Kebanyakan masalah belajar keterampilan gerak timbul dari masalah dalam program gerak siswa yang telah diberikan atau cara penafsiran program gerak. Pengajaran yang baik memudahkan akuisisi kecermatan program gerak.

### **Disposisi Atensi dan Motivasi Atas Keterampilan.**

Pada saat para siswa belajar keterampilan gerak, mereka harus aktif terlibat dalam proses belajar. Keterlibatan aktif dalam belajar bisa timbul manakala para siswa termotivasi untuk belajar. Biasanya motivasi melibatkan suatu disposisi untuk ikut serta dalam satu perilaku tertentu.

Motivasi adalah aspek penting dalam belajar karena belajar merupakan suatu proses aktif yang diupayakan agar terjadi belajar, maka seseorang harus aktif terlibat dalam prosesnya. Unsur kritis dalam belajar yaitu pemerosesan aktif oleh siswa hal yang dipelajarinya. Walaupun memungkinkan untuk merancang suatu situasi yang mendorong para siswa agar berproses aktif dalam kegiatannya tanpa ada motivasi tinggi untuk belajar suatu keterampilan, namun hal yang lebih mudah merancang situasi yang akan menghasilkan pemerosesan perilaku aktif bila siswa termotivasi untuk belajar.

Ide tentang pemerosesan aktif terkait langsung dengan aspek kognitif dari akuisisi keterampilan gerak. Rencana gerak dikembangkan dan diperhalus dengan pemerosesan aktif siswa terhadap apa yang sedang mereka coba lakukan. Guru yang sedang mencoba untuk memberikan petunjuk pada siswa tentang hal-hal penting dalam suatu keterampilan, agar memfokuskan atensi para siswa pada aspek-aspek kritisnya.

Guru merancang situasi latihan yang akan memberikan fasilitas bagi siswa untuk menyelesaikan apa yang sedang dilakukannya. Pengulangan latihan

gerakan yang sama pada akhirnya memimpin siswa ke pemerosesan apa yang sedang mereka lakukan secara lebih singkat, yang mana mengurangi potensi pembelajaran. Motivasi dan memelihara atensi belajar siswa penting untuk menentukan keberhasilan. Banyaknya kegagalan yang dialami siswa sering menurunkan motivasi, atensi atas tugas, dan beberapa potensi belajar lainnya.

Latihan setelah anda mempelajari fakta kognitif, misalnya ibukota suatu negara. mungkin saja bila anda mengharapkan fakta itu 10 kali terus menerus setiap hari, maka anda akan bisa mengungkapkan lagi informasi itu dengan taraf akurasi 100%. Setelah anda belajar bagaimana melakukan suatu tembakan bebas dalam bola basket dan anda melakukan 10 tembakan selama 10 hari secara acak (tak beraturan), maka kemungkinannya anda tidak akan bisa melakukan lagi keterampilan itu dengan taraf akurasi 100%. Akibat keterampilan gerak yang dipelajari sebagai program gerak lebih umum dan tidak khusus untuk sekelompok otot, maka anda dapat lebih mudah menyesuaikan gerakan anda dengan situasi yang berlainan, sama baiknya melakukan ketrampilan dengan bermacam-macam kelompok otot. Namun, karena program gerak tidak dipelajari dengan instruksi khusus bagi otot-otot tertentu, maka penampilan gerak manusia sangat tak konsisten dan berubah-ubah.

Latihan keterampilan gerak sangat penting untuk pengembangan dan penghalusan program gerak dan mengurangi variabilifasnya. Latihan itu harus dirancang agar memudahkan pemerosesan informasi dan memindahkan para siswa ke tahap otomatis belajar keterampilan gerak.

### **Umpan balik.**

Kebanyakan para teoritikus belajar sering menekankan peran penting umpan balik dalam belajar. Umpan balik adalah suatu informasi yang diterima siswa atas penampilannya. Umpan balik berfungsi untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan hasil dan pengetahuan penampilan.

Pengetahuan hasil biasanya terkait dengan informasi tentang hasil gerakan, misalnya apakah bola masuk ke basket. Pengetahuan penampilan biasanya berupa informasi yang siswa terima atas pelaksanaan suatu gerakan, bagaimana perasaan/pikiran siswa atas suatu gerakan atau karakteristik bentuk suatu gerakan.

Siswa dapat memperoleh informasi tentang penampilannya secara internal dari informasi sensoris, seperti auditori, visual, atau kinestetik, atau melalui informasi eksternal yang siswa terima dari orang lain. Siswa bisa merasakan gerakan, melihat hasilnya atau mendengar dari sumber luar, seperti dari guru atau pengamat.

### **Hakikat dan Tujuan Keterampilan Gerak**

Bagaimana guru memberlakukan tujuan pengajaran keterampilan gerak pada suatu kelas, sangat ditentukan oleh jenis keterampilan gerak yang akan diajarkan. Keterampilan gerakan bisa dipilah berdasarkan kriteria yang berlainan, misalnya keterampilan gerak halus (fine) atau kasar (gross); sederhana atau kompleks, mendasar (fundamental) atau tertentu; kontinyu, diskrit, atau serial; dipacu sendiri (self paced) atau dipacu dari luar (externally paced); dan terbuka atau tertutup. Semua karakteristik tersebut berimplikasi atas apa yang diajarkan dan bagaimana mengajarkannya. Dalam bagian ini dikaji beberapa karakteristik tersebut.

#### **Keterampilan terbuka dan tertutup.**

Menurut Fitts (1962), suatu keterampilan bisa ditempatkan pada suatu kontinum sesuai dengan hakikat yang dipacu sendiri atau secara eksternal. Suatu keterampilan yang dipacu sendiri yaitu keterampilan yang sebelum eksekusinya, keadaan tubuh dan objek dalam keadaan diam, misalnya loncat indah, ayunan golf, gerak senam, dan memanah. Tanpa gerakan sebelum pelaksanaannya. Dalam keterampilan lain, misalnya menendang bola sepak, memukul bola, badan atau objek sedang bergerak, dan jenis keterampilan ini dikenali sebagai keterampilan yang dipicu dari luar. Keterampilan tersebut berada pada salah satu ujung kontinum yang diipicu sendiri/dipicu dari luar. Dimana baik tubuh maupun objeknya sedang bergerak.

Gentile (1972) telah memodifikasi penandaan keterampilan terbuka (open skill) dan tertutup (closed skill) dalam keterampilan olahraga yang dikembangkan Poulton (1957). Keterampilan terbuka yaitu suatu jenis keterampilan yang diregulasi oleh variabel atau perubahan kegiatan lirkungannya. Tembakan lay-

up bola basket merupakan keterampilan terbuka, karena lingkungan jarang sama dari waktu ke waktu dan selalu berkembang selama penampilan. Dalam bola basket, misalnya sudut bola masuk ke sasaran, kecepatan, jumlah pemain bertahan, dan jarak dari mana tembakan dilakukan berubah dari waktu ke waktu. Sebaliknya dalam keterampilan tertutup, kondisi lingkungan relatif stabil dari satu situasi ke situasi lainnya. Tembakan bebas bola basket merupakan suatu keterampilan tertutup karena kondisi lingkungan, misalnya jarak ke basket setiap waktu stabil.

Ide keterampilan yang dipicu sendiri dari luar dan keterampilan tertutup/terbuka adalah ide yang sama (similar) namun menunjukkan dua karakteristik yang berlainan. Umumnya keterampilan yang dipacu sendiri adalah keterampilan tertutup, dan umumnya keterampilan yang dipicu dari luar adalah keterampilan terbuka.

Biarapun suatu keterampilan dapat dipacu sendiri, misalnya seperti putt dalam golf, namun belum mempunyai aspek-aspek keterampilan terbuka. Karena pegolf telah menyesuaikan penampilan dengan situasinya seperti letak dan jarak yang berbeda.

Patut diingat, tujuan umum jenis keterampilan yang beragam itu berlainan. Keterampilan yang dipacu sendiri dan tertutup membutuhkan pengembangan secara konsisten dalam kondisi gerakan yang stabil/tetap. Keterampilan yang dipacu dari luar dan terbuka memerlukan dimana seseorang dapat melakukannya dalam lingkungan eksternal yang kompleks. Keterampilan tertutup yang dilakukan dalam suatu variabel lingkungan, misalnya seperti putt golf, mengharuskan siswa untuk bisa menyesuaikan penampilannya dengan perubahan kondisi lingkungannya. Tujuan umum yang beragam itu sangat baik dicapai melalui bermacam-macam jenis kemajuan dan tujuan khusus.

Bagaimana suatu keterampilan ditampilkan, dikembangkan dan dilatih, semua itu dipengaruhi oleh hakikat keterampilan terkait. Guru tidak boleh latihan keterampilan tertutup dalam lingkungan yang berubah-ubah, dan guru pun tak patut latihan keterampilan terbuka untuk stabilitas. Jika keterampilan yang dipacu sendiri dan tertutup, misalnya suatu loncatan senam atau beberapa kegiatan

dengan target seperti bowling, maka guru bisa saja mengawali latihan dengan suatu keterampilan yang lebih mudah, namun pada gilirannya latihan harus digelar dalam suatu lingkungan yang sebenarnya dimana keterampilan itu digunakan. Jika guru mengajarkan tembakan lay-up bola maka bisa jadi guru mengawali latihan dengan mengurangi kondisinya dengan tidak memakai pemain bertahan dan memperlambat kecepatan gerakan. Walaupun demikian pada akhirnya suatu keterampilan harus dilatih dalam kondisi permainan yang sebenarnya. Ini berarti, guru mungkin saja secara bertahap menambah para pemain belakang, pemain lain, keterampilan yang mendahului dan mengikuti lay-up, dan latihan lay-up dari beberapa arah dan jarak dari basket.

### **Keterampilan Diskret, Kontinyu, dan Serial**

Dikotomi lain yang bermanfaat bagi guru sewaktu mempertimbangkan keterampilan dalam pengajaran yakni hakikat keterampilan yang bersifat diskret, kontinyu dan serial. Yang dimaksud keterampilan diskret yaitu suatu keterampilan yang tampak jelas awal dan akhir gerakannya. Pada awal dan akhir gerakan, keterampilan ini tidak dipengaruhi oleh gerakan yang mendahului atau mengikutinya. Lempar lembing merupakan contoh keterampilan diskret. Keterampilan diskret yang berbeda ditampilkan berurutan disebut keterampilan serial. Banyak keterampilan gerak, misalnya menangkap bola, terus melemparkan bola atau mendribelnya lalu menpas bola basket adalah keterampilan serial. Keterampilan kontinyu menunjukkan pada awal dan akhir gerakannya selalu berubah-ubah, mendribel bola basket, berenang, dan lari. Guru yang mau mengajarkan keterampilan diskret dapat memfokuskan pada awal dan akhir tertutup (seperti lempar lembing).

Seorang guru yang ingin mengajarkan keterampilan yang diakhiri dengan serangkaian hubungan dengan keterampilan lain (misalnya dribel bola basket dan pas atau menangkap lalu melemparkan bola) harus menggabungkan keterampilan itu yang dikemas dalam suatu progresi pengajaran dan mengajar siswa tentang bagaimana agar siap untuk melakukan keterampilan berikutnya setelah keterampilan terdahulu. Contohnya, bila anda ingin agar siswa menangkap bola yang sedang bergerak di lantai lalu melemparkannya, maka mereka memerlukan



bantuan tentang bagaimana menempatkan kaki dan badannya, sehingga mereka dapat bergerak secara benar dari posisi menangkap ke posisi melempar.

Semua kategorisasi keterampilan gerak yang digunakan dalam latar pendidikan jasmani merupakan ide bagi guru saat menentukan tujuan pengajaran. Bagian instruksional dalam teks ini akan membantu anda untuk merancang pengajaran yang cocok dengan tipe keterampilan yang akan anda ajarkan. Pada titik ini anda harus bisa mencirikan keterampilan yang sesuai dengan karakteristik di atas.

### **Pendekatan Deduktif-Induktif**

Pendekatan yang sering digunakan dalam pengajaran keterampilan gerak adalah pendekatan deduktif dan pendekatan induktif.

**Pendekatan deduktif**, maksudnya adalah pendekatan dimana pengajaran selalu dimulai dari penjelasan dan peragaan mengenai teknik dasar baku yang akan dipelajari, lalu disusul dengan peniruan gerak dari siswa. Setelah proses peniruan gerakan, maka tahap berikutnya adalah pelaksanaan drill, pengulangan gerak, sampai kemudian terjadi gerakan yang otomatis. Pendekatan deduktif ini lebih terpusat pada guru, dan dalam proses belajar-mengajarnya lebih berpusat pada guru. Sebagai contoh dalam menerapkan pendekatan deduktif adalah apabila akan mengajarkan renang gaya bebas, maka gerakannya tidak dipenggal-penggal, tetapi merupakan satu kesatuan gerakan yaitu gaya bebas. Sedangkan pendekatan induktif merupakan kebalikan dari pendekatan deduktif.

Pendekatan induktif selalu dimulai dari gerakan yang lebih khusus dan secara bertahap menuju ke teknik yang sebenarnya. Yang diperkenalkan bukan teknik gerakan yang sebenarnya, tetapi merupakan aneka gerak yang kemudian secara lambat-laun akan menjadi landasan bagi teknik yang sebenarnya. Sebagai contoh dalam menerapkan pendekatan induktif adalah apabila akan mengajarkan renang gaya bebas, maka gerakannya dipenggal-penggal, yaitu bagaimana gerakan kakinya, lalu tangannya, dan bagaimana cara pengambilan nafasnya. Apabila gerakan tersebut sudah dikuasai dengan benar, barulah siswa melakukan gerakan gaya bebas yang sebenarnya.

### **Rangkuman**

1. ketentuan yang selalu dipandu dalam belajar ketrampilan gerak, yakni; Prasarat, kejelasan ide tugas, atensi dan motivasi dan umpan balik
2. Prasarat sering mencakup keharusan memiliki dalam kemampuan jasmani untuk melakukannya. Dimana anak-anak muda mungkin kemampuan atau hal-hal yang bersifat kematangannya seperti kekuatan atau kelentukan tubuhnya
3. Pengajaran yang baik memudahkan akuisisi kecermatan program gerak. Sedangkan unsur kritis dalam belajar yaitu pemerosesan aktif oleh siswa tentang hal yang sedang dipelajari.
4. Pengulangan latihan gerakan yang sama pada akhirnya memimpin siswa ke pemerosesan apa yang sedang mereka lakukan secara lebih singkat.

## **BAB VII**

### **BELAJAR KETERAMPILAN GERAK**

#### **Bagaimana Belajar Keterampilan Gerak**

Kekhasan pendidikan jasmani yaitu proses pembelajaran yang terlihat dari pembelajaran keterampilan gerak untuk gaya hidup aktif, dengan kata lain guru pendidikan jasmani dalam mengajar siswa dengan banyak ide kognitif, keterampilan dan juga dengan kontribusi utama dalam sikap dan nilai siswa, namun sebagai kontribusi unik/khas dalam bidang ini adalah ketrampilan gerak yang berkontribusi pada gaya hidup aktif. Walaupun banyak ide yang generik untuk semua jenis belajar, tanpa memperhatikan apakah yang dipelajari itu gerak, kognitif, atau sikap dan nilai, maka pembelajaran pendidikan jasmani belum terjadi.

Pada dasarnya keterampilan gerak diperlukan dalam banyak hal, misalnya gerak berjalan merupakan keterampilan yang bersifat perkembangan, sehingga semua anak-anak bisa menguasainya sebagai akibat kesiapan bersifat maturasi dan kondisi lingkungan yang mendorong perkembangan mereka. Ketika siswa masuk sekolah dan saat istirahat di sela-sela jam belajar sejumlah besar keterampilan gerak dasar biasanya dilakukan siswa, meski seluruh perkembangan gerak itu tanpa bimbingan oleh guru pendidikan jasmani. Sedangkan pengembangan pola-pola dasar gerak sebagian besar berkembang sebagai hasil belajar, yang artinya peran guru sebagai pengguna kurikulum sangat diharapkan kehadirannya dalam proses pembelajaran.

Pengajaran yang efektif dalam keterampilan gerak dapat dilakukan dengan banyak bentuk. Dari beberapa pendapat ahli bahwa pengajaran (instruction) merupakan proses memberitahukan. Guru memberitahukan dan memperagakan pada siswa bagaimana melakukan sesuatu, dan siswa mencoba melakukannya sesuai dengan yang diinstruksikan. Jenis proses pembelajaran dengan pendekatan pengajaran ini lebih bersifat langsung. Pendekatan seperti ini seringkali disebut pengajaran langsung, dan dengan instruksi langsung dapat membantu seseorang belajar keterampilan gerak. Guru juga mempunyai suatu variasi pendekatan untuk

pembelajaran yang mungkin bukan instruksi langsung yang dapat digunakan untuk membantu siswa menguasai keterampilan gerak.

Penerapan pendekatan rancangan lingkungan dalam belajar keterampilan memerlukan seorang guru yang memahami benar kondisi dan kebutuhan tugas dan dia dapat merancang kondisi yang tepat bagi para siswa yang berbeda-beda. Siswa yang belajar dengan pendekatan ini tak perlu sadar proses apa yang mereka lakukan. Respons gerak merupakan suatu respons terkoordinasi dari suatu sistem dinamis baik dalam kondisi eksternal (lingkungan) maupun internal (kemampuan siswa).

Walaupun pembelajaran keterampilan gerak mempunyai banyak aspek yang unik, pendekatan untuk belajar gerak sebagian besar masih konsisten dengan teori belajar umumnya. Pembelajaran dalam pendidikan jasmani dapat didekati dari model behavior, model pemrosesan informasi, atau model strategi kognitif. Setiap model ini berbeda dalam memandang proses belajar, sehingga pendekatan pengajaran yang disarankannya berbeda pula.

Suatu orientasi behavioris atas pembelajaran menekankan pada lingkungan eksternal yang berperan dalam membentuk perilaku. Fokusnya pada perbuatan siswa yang dapat teramati nyata. Para ahli yang berkaitan dengan konteks perilaku menyarankan, guru harus sebagai model perilaku yang baik dan membentuk perilaku yang diharapkan melalui ganjaran (rewarding) dan secara positif memperkuat (reinforcing) respons yang diharapkan. Biasanya, materi pengajaran dipecah menjadi bagian-bagian kecil agar siswa dapat menguasainya secara berhasil, dan materi lebih sulit ditambahkan secara bertahap; bergantung pada keberhasilan siswa.

Pemrosesan informasi menekankan pentingnya pemrosesan kognitif dalam diri siswa. Pemrosesan informasi mempelajari cara-cara yang memungkinkan siswa memilih, memakai, menafsirkan dan menyimpan informasi. Teori pemrosesan informasi menyarankan cara-cara dimana guru dapat menyajikan informasi kepada siswa sehingga siswa memperoleh ide-ide penting, menggambarkan makna dari apa yang diperoleh dan memadukan apa yang telah mereka pelajari secara bermakna.

Para ahli kognitif telah menemukan suatu perspektif yang lebih holistik tentang belajar dan yang jadi perhatian utamanya yaitu bagaimana orang memecahkan masalah, mencipta, dan belajar bagaimana mentransfer apa yang telah mereka pelajari. Pendekatan strategi kognitif dalam pengajaran menekankan pada pemecahan masalah, pendekatan lingkungan dan model pengajaran interaktif.

Dalam pendidikan jasmani, strategi mengajar yang pendekatan pengajarannya banyak mengacu pada model behavioris dan pemerosesan informasi umumnya disebut sebagai model pengajaran langsung. Banyak strategi pengajaran tak langsung memakai prinsip pembelajaran yang berawal kerja dengan strategi kognitif.

Fokus tulisan ini pada pembelajaran yang memberi kemudahan baik melalui cara pengajaran langsung/tak langsung untuk membantu siswa belajar. Kadangkala suatu saat guru menginginkan siswa berurusan dengan taraf belajar lebih tinggi, misalnya seperti pengembangan kemampuan pemecahan masalah, dan ingin memilih metoda pengajaran berdasarkan pada apa yang diketahui dari strategi kognitif tentang bagaimana untuk memudahkan jenis belajar ini. Di saat lainnya sering juga guru menginginkan para siswa menguasai suatu keterampilan gerak dengan cara yang paling efisien dan dia ingin menggunakan pengajaran langsung. Guru yang terampil memilih pendekatan yang tepat berdasarkan pada apa yang diinginkan untuk dipelajari oleh siswa dan karakteristik siswa.

### **Tahapan Belajar Gerak**

Cara yang bermanfaat untuk menggambarkan bagaimana suatu keterampilan gerak dipelajari oleh seorang diuraikan oleh Fitts dan Posner (1967). Sesuai dengan pendapat mereka, secara aktual seseorang harus melalui tiga tahapan sebelum dia dapat menguasai suatu gerakan terampil.

Fase pertama disebut fase kognitif, karena pada tahap ini siswa sangat terfokus pada pemerosesan bagaimana suatu gerakan harus dilakukan. Seringkali siswa pemula di tahap ini teramati dari mulutnya yang berkonsentrasi penuh atas apa yang mereka lakukan atau sepenuhnya terlupa atas apa yang terjadi di sekitarnya ketika mereka sedang mencoba memilih apa yang harus mereka

perbuat untuk menampilkan suatu gerakan. Pada tahap awal ini, siswa berkonsentrasi untuk memperoleh ide umum dan urutan (sikuensi) suatu keterampilan.

Fase belajar kedua disebut fase asosiatif. Pada tahap proses belajar ini, siswa bisa lebih berkonsentrasi pada suatu dinamika keterampilan, penguasaan timing, keterampilan dan koordinasi gerakan dari bagian-bagian keterampilan untuk menghasilkan kelancaran dan kehalusan gerakan.

Fase ketiga dalam belajar keterampilan gerak disebut fase otomatis. Pada fase ini siswa tidak berkonsentrasi pada suatu keterampilan. Pemerosesan telah berpindah ke pusat otak lebih bawah, dimana seseorang bebas berkonsentrasi pada sesuatu yang lain. Respons gerakan tidak memerlukan perhatian dari siswa. Banyak gerakan orang dewasa berada pada fase otomatis. Banyak dari anda yang dapat bersepeda, menembak bola ke basket, lari, dan servis bola voli tanpa harus berpikir dimana bagian-bagian badan anda berada atau apa yang mereka lakukan. Pemain bola basket yang terampil tak berkonsentrasi pada bagaimana melakukan tembakan lay-up, tetapi mereka berkonsentrasi pada bagaimana cara melewati para pemain bertahan. Tahap-tahap belajar gerak merupakan gagasan yang signifikan yang akan menjadi bagian dari pengetahuan dasar bagi guru. Pertama, tahap belajar itu penting karena membekali guru dengan suatu ide bahwa lebih tinggi taraf keberfungsian dalam pembelajaran kognitif berakibat pemerosesan kognitif meningkat, sebaliknya lebih tinggi taraf pembelajaran dalam penguasaan keterampilan gerak berakibat kurang dalam pemerosesan kognitif.

Tujuan pembelajaran keterampilan gerak adalah agar para siswa tidak selalu terfokus pada respons mereka. Siswa yang telah mencapai kemampuan taraf tinggi dalam keterampilan gerak tidak akan pernah berpikir tentang itu. Siswa yang masih memikirkan hal bagaimana suatu keterampilan dilakukan tak bisa berkonsentrasi pada apa yang terjadi di sekitarnya; inilah mengapa keterampilan sering berantakan (fall apart) setelah siswa latihan dengan kondisi yang sederhana, dan kemudian diharapkan menggunakan keterampilan itu dalam situasi yang kompleks, misalnya seperti permainan. Kedua tahap penguasaan keterampilan gerak penting, karena akan membantu guru menetapkan kebutuhan

siswa pada tahapan yang berbeda-beda. Guru yang tahu tentang kebutuhan siswa dapat dengan lebih baik mempertemukan kebutuhan itu dalam proses instruksional. Hubungan antara kebutuhan siswa dan proses instruksional itu ditampilkan di bawah ini.

### **Tahap Kognitif**

Siswa menggunakan informasi tentang bagaimana pelaksanaan suatu keterampilan untuk mengembangkan rancangan gerak suatu keterampilan gerakan. Proses berpikir banyak dilibatkan saat siswa secara sadar sedang mengikuti persyaratan keseluruhan ide keterampilan dan pengurutan poinnya. Respons siswa ditandai dengan taraf konsentrasi tinggi pada bagaimana cara melakukan suatu keterampilan. Siswa belum dapat mengatur rincian gerakan atau menyesuaikan gerakan dengan perubahan lingkungan

### **Tahap Asosiatif**

Siswa telah mulai bisa berkonsentrasi pada pemolaan sementara suatu keterampilan dan penghalusan tatanan gerakannya. Untuk keterampilan sangat kompleks, dalam tahapan ini siswa membutuhkan banyak waktu. Siswa dapat memanfaatkan umpan balik dan secara bertahap dapat mengatasi tuntutan lingkungan eksternalnya. Semua perhatian siswa tak hanya pada aspek penampilan saja.

### **Tahap Otomatis**

Tujuan belajar gerak yaitu untuk melakukan suatu keterampilan secara otomatis. Pada tahap ini, siswa tidak perlu lagi menekankan perhatian pada kognitif untuk gerakannya sendiri. Penampilan konsisten dan bisa disesuaikan dengan tuntutan lingkungannya, misalnya dimana menempatkan bola dan para pemain bertahan dalam keterampilan terbuka. (Fitss PM. Posner MI: Human Performance Belmont, Calif, 1967, Brooks/Cole Publishing).

Bila pada fase kognitif anda sedang mengajar suatu keterampilan secara langsung kepada siswa, maka anda telah mengetahui bahwa para siswa membutuhkan suatu ide yang jelas tentang apa yang sedang mereka coba lakukan. Anda juga mengetahui bahwa mereka sangat banyak terlibat dalam aspek kognitifnya, (1) pada saat para siswa memulai belajar, anda harus memberikan

informasi kepada mereka secara singkat dan hanyalah informasi yang penting saja, (2) anda sedang mencoba untuk merangkai pola gerak bagi mereka, walaupun tidak mungkin selalu dilakukan, bila memungkinkan para siswa pemula harus diberikan keseluruhan keterampilan dan latihan harus secara keseluruhan agar bernakna saat mereka berlatih beberapa bagian ketrampilan dalam fase asosiatif. Guru yang menyajikan demonstrasi dan serangkaian petunjuk verbal secara akurat pada siswa, misalnya seperti "angkat bola," "raket di belakang," "gerakan lanjutan," membantu siswa untuk mengatur usaha awalnya dalam suatu keterampilan.

Setelah para siswa pemula berkembang ketepatan pola gerakannya dan telah beralih ke fase asosiatif, mereka dapat menggunakan lebih banyak lagi informasi tambahan dari guru sewaktu mereka sedang mencoba untuk belajar memperhalus dan mengkoordinasikan aspek-aspek suatu gerakan. Menambah tekanan secara perlahan-lahan misalnya dalam hal timing; kecepatan, tenaga; arah, posisi tangan menjadi lebih baik untuk keterampilan kompleks, para siswa berada dalam fase ini dalam waktu yang lama dan sering kembali lagi ke fase ini sekalipun taraf keterampilan tinggi telah berkembang.

Siswa pada fase asosiatif ini dapat lebih menekankan pada satu aspek atau bagian keterampilan dan masih tetap dapat melakukan bagian-bagiannya tanpa perhatian yang berlebihan. Juga, pada tahap ini siswa dapat mulai berkonsentrasi pada hal-hal selain keterampilan, sehingga guru dapat mulai secara bertahap meningkatkan kompleksitas kondisi latihan, misalnya dengan penambahan keterampilan lain, para pemain, atau peraturan latihan. Pekerjaan selama fase ini banyak memerlukan latihan. Guru dapat memberi kemudahan latihan dengan membantu siswa untuk terfokus pada apa-apa saja yang penting dalam keterampilan yang sedang dipelajari, dan dengan memberikan umpan balik agar siswa dapat memperbaiki keterampilannya. Siswa pada fase otomatis belajar keterampilan gerak sudah tak berkonsentrasi lagi pada gerakannya. Siswa ini bisa memfokuskan energinya pada hal lain, misalnya situasi serangan dan pertahanan dalam olahraga, suatu target seperti dalam golf dan panahan, atau perasaan



estetika gerakan dalam tarian. Pada fase ini siswa terampil dalam gerakan tersebut.

### **Rangkuman**

1. Kekhasan pendidikan jasmani yaitu proses pembelajaran yang terlihat dari pembelajaran keterampilan gerak untuk gaya hidup aktif
2. Walaupun banyak ide yang generik untuk semua jenis belajar, tanpa memperhatikan apakah yang dipelajari itu terkait secara include tentang gerak kognitif, atau sikap dan nilai secara afektif, maka pembelajaran pendidikan jasmani belum terjadi.
3. pengajaran langsung, dilakukan dengan instruksi langsung ketika pengajaran, yang bertujuan untuk membantu seseorang belajar keterampilan gerak
4. keterampilan gerak dipelajari melalui tiga tahapan, yakni fase kognitif, asosiatif, dan otomatisasi.

### **Tugas**

1. coba amati gerak berjalan pada anak yang merupakan keterampilan yang bersifat perkembangan, sehingga semua anak-anak bisa menguasainya. Tuliskan apa saja yang bisa anda analisa lewat gerak berjalan tersebut.
2. analisis kembali fase belajar kognitif, asosiatif, dan otomatisasi pada pembelajaran penjasorkes.

## **BAB VIII**

### **STRATEGI PENGGUNAAN MEDIA, WAKTU DAN RUANG DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES**

#### **A. Pengertian Media Pembelajaran**

Secara harfiah, media berarti perantara atau pengantar. Association for Education Communication Technology mengartikan media sebagai segala bentuk yang dipergunakan untuk proses penyaluran informasi. National Education Association mendefinisikan media sebagai segala hal yang dapat dimanipulasikan, dilihat, didengar, dibaca, atau dibicarakan beserta pirantinya untuk kegiatan tersebut. Secara umum dapat dinyatakan bahwa media sering juga disebut perangkat lunak atau materi, maksudnya adalah segala hal yang memuat pesan atau bahan ajar untuk ditransmisikan melalui suatu alat tertentu.

R. Rahardjo (1984 : 48) menyatakan bahwa media merupakan wadah dari pesan yang oleh sumber atau penyaluran ingin diteruskan kepada sasaran atau penerima pesan. Lebih lanjut dinyatakan bahwa materi yang ingin disampaikan adalah pesan pembelajaran, dan tujuan yang ingin dicapai adalah terjadinya proses belajar. Dengan kata lain dapat dinyatakan bahwa tujuan media itu pada dasarnya agar siswa itu belajar. Berdasarkan tujuannya itu maka kedudukan media dalam proses belajar-mengajar itu menjadi penting sama penting dengan guru itu sendiri. Oleh karena itu, ada kecenderungan dari pakar teknologi pendidikan untuk mendesain suatu sistem belajar tanpa guru.. Guru digantikan media pengajaran, salah satu produknya ialah belajar berprograma dengan komputer. Menurut AECT (1977 : 88) terdapat empat tipe pola proses belajar-mengajar, yaitu tradisional, guru dengan media, guru dan media berbagi tanggung jawab, dan pengajaran per media tanpa guru.

Pada pola yang pertama, yaitu pola tradisional merupakan hubungan guru siswa dan guru. Guru merupakan satu-satunya sumber belajar.

Tipe kedua adalah guru merupakan sumber utama proses belajar-mengajar sedangkan sumber yang lain seperti media, teknik, dan lingkungan hanya penunjang saja.

Tipe ketiga adalah pola guru dan media bersama menjadi sumber utama proses belajar mengajar. Guru melibatkan diri dengan sistem pengajaran yang dimediasi. Guru berbagi tanggung jawab dengan media.

Tipe keempat adalah pengajaran yang dimediasi. di mana satu-satunya sumber utama proses belajar-mengajar adalah media. Pengajaran disediakan ke

Berdasarkan anggapan yang lebih modern, media ini mempunyai kemampuan yang lebih luas dari hanya sekedar alat bantu. R. Rahardjo (1984:51) secara lebih rinci kemampuan tersebut sebagai berikut:

1. membuat kongkrit konsep yang abstrak, misalnya untuk menjelaskan sistem peredaran darah.
2. membawa objek yang berbahaya atau sukar didapat ke dalam lingkungan belajar.
3. menampilkan objek yang terlalu besar, misalnya lapangan bola, lapangan basket, dan sebagainya.
4. mengamati gerakan yang terlalu cepat, misalnya dengan slow motion.
5. memungkinkan siswa berinteraksi dengan lingkungannya.
6. memungkinkan keseragaman pengamatan dan perswpsi bagi pwngalaman belajar siswa.
7. membangkitkan motivasi
8. memberi kesan perhatian individual untuk seluruh anggota kelompok belajar.
9. menyajikan informasi belajar secara konsisten dan dapat diulang maupun disimpan menurut kebutuhan.
10. mcnyajikan pesan atau informasi belajar secara serempak, mengatasi batasan waktu dan ruang, dan mengontrol arah maupun kecepatan belajar siswa.

Kemampuan media tersebut jelas dapat dimanfaatkan untuk proses belajar-mengajar pendidikan jasmani, misalnya gerak lambat suatu tugas gerak, menampilkan gerakan yang sukar dan berbahaya dan sebagainya. Masalahnya ialah bagaimana mendesain media itu untuk membelajarkan gerak pada siswa. Media mekanik yang cocok untuk gerak masih sedikit sehingga perlu kreasi guru pendidikan jasmani itu sendiri.

## **B. Jenis Media Pembelajaran**

Berkat perkembangan teknologi pendidikan dan komunikasi yang pesat, maka media pengajaran pun mengalami perkembangan yang pesat baik dari segi kualitas, jenis media pengajaran pun merembak menjadi lebih banyak. Jenis-jenis tersebut secara garis besarnya adalah sebagai berikut : Papan tulis, papan pameran, media cetak, media grafis, media kaset, media film, media slide, media televisi, media video, media mekanik yang khusus sebagai alat bantu keterampilan gerak.

Menurut Rudy Bretz yang dikemukakan R. Rahardjo (1984:53) jenis-jenis media itu dapat digolongkan menjadi tujuh kelompok. Ketujuh kelompok itu adalah sebagai berikut:

1. Media audio visual gerak merupakan media yang paling lengkap, yaitu menggunakan kemampuan audio visual dan gerak.
2. Media audio visual diam media kedua dari segi kelengkapan kemampuannya karena ia memiliki semua kemampuan yang ada pada golongan sebelumnya kecuali penampilan gerak.
3. Media audio semi gerak memiliki kemampuan menampilkan suara disertai gerakan inti secara linier, jadi tidak dapat menampilkan gerakan nyata secara utuh.
4. Media visual gerak memiliki kemampuan seperti golongan pertama kecuali penampilan suara.
5. Media visual diam mempunyai kemampuan menyampaikan informasi secara visual tetapi tidak dapat menampilkan suara maupun gerak.
6. Media audio adalah media yang hanya memanipulasikan kemampuan-kemampuan suara semata-mata.
7. Sedangkan media cetak merupakan media-media yang hanya mampu menampilkan informasi berupa huruf dan angka (alpha-noumeric) simbol-simbol verbal tertentu.

Selain media tersebut, proses belajar mengajar pendidikan jasmani masih membutuhkan media lain yaitu media kinestetik. Yang dimaksud dengan

kinestetik disini ialah informasi tentang kedudukan badannya dalam ruang dan hubungan dari bagian-bagiannya.

### **C. Prinsip Pemilihan Dan Penggunaan Media**

Pemilihan media untuk suatu proses belajar-mengajar adalah suatu tindakan strategis. Artinya pemilihan, penetapan dan pembuatan media pengajaran perlu diperhatikan dan dilaksanakan secara cermat. Media proses belajar-mengajar ini banyak jenisnya dan beraneka ragam penggunaannya. Agar penggunaannya efektif sebaiknya dipilih berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut adalah:

Pertama, tujuan pemilihan itu sendiri harus jelas. Apakah sekedar untuk rekreasi/hiburan, informasi umum, pembelajaran atau untuk tujuan yang lebih spesifik.

Kedua, familiriaritas media, yaitu media itu harus dikenali sifat dan cirinya.

Ketiga, pemilihan itu hendaknya berdasarkan kriteria tertentu sebagai pegangan atau patokan.

Ketentuan-ketentuan tersebut merupakan ketentuan yang umum sifatnya, sedangkan kriteria yang lebih spesifik adalah:

- a) Menunjang tercapainya tujuan yang telah ditetapkan. Media yang dipilih ini benar-benar dapat membantu tercapainya tujuan instruksional yang telah ditetapkan.
- b) Tepat guna dalam artian sesuai dengan materi atau bahan ajar yang akan disampaikan.
- c) Keadaan siswa yang meliputi kemampuan, pengetahuan, dan besarnya kelompok.
- d) Ketersediaan media itu di sekolah.
- e) Mutu teknis media itu harus terjamin.
- f) Biaya pembuatan, pengoperasian, pemeliharaan dan harganya.

#### **D. Pengelolaan Fasilitas dan Alat Pendidikan Jasmani**

Yang dimaksudkan dengan perlengkapan di sini ialah segala hal yang melengkapi proses belajar-mengajar, umpamanya pemukul bola, raket, net, Gawang palang sejajar, dan lain sebagainya. Perlengkapan itu hendaknya memadai dengan banyaknya siswa sehingga dapat mempersingkat waktu tunggu untuk memperoleh giliran.

Aspek manajerial perlengkapan dalam proses belajar-mengajar pendidikan jasmani ialah distribusi perlengkapan sebelum proses belajar-mengajar dan pengumpulan perlengkapan sesudah proses tersebut. Dengan pengertian lain dapat dinyatakan bahwa distribusi dan pengumpulan perlengkapan itu tergolong aspek strategis dalam proses belajar-mengajar pendidikan jasmani, mengacu pada Dougherty dan Bonanno (1979:175-176) beberapa prosedur pendistribusian dan pengumpulan perlengkapan dalam proses belajar-mengajar pendidikan jasmani dikemukakan berikut ini.

1. Sendiri-sendiri.

Siswa antri di depan tempat pemberian alat. Guru atau petugas gudang membagikan alat yang diperlukan itu kepada tiap-tiap siswa.

2. Sendiri-sendiri berdasarkan nomor.

Sama dengan yang pertama kecuali setiap anak diberi nomor tertentu yang sesuai dengan nomor alat.

3. Kelompok.

Pembagian dan pengumpulan alat-kelengkapan itu dilaksanakan melalui ketua kelompok.

4. Dengan tanda atau perjanjian.

Hal lain dalam pengelolaan alat-kelengkapan untuk proses belajar-mengajar ialah pengumpulan alat-alat setelah dipakai. Tanpa prosedur yang ketat, kehilangan atau kerusakan alat-alat ini sering terjadi justru pada saat-saat selesai kegiatan proses belajar-mengajar khususnya alat perorangan seperti sarung tangan raket, stick dan sebagainya. Guru atau petugas gudang, atau pembantu dapat juga turut mengawasi pengembalian alat-alat ini, sehingga hal-hal yang tak diinginkan dapat tercegah. Perlu juga dipikirkan soal pengangkutan alat-alat yang tergolong

banyak umpamanya bola unruk lalihan tenis, stick, matras yang dikeluarkan dari gudang. Pada umumnya gerobak dorong atau semacam yang beroda akan memudahkan angkutan alat yang berat.

Tindakan strategis dalam menyiapkan suatu proses belajar-mengajar ialah penyiapan lapangan. Lapangan adalah prasarana atau fasilitas yang penting dalam proses belajar-mengajar. Lapangan seharusnya disiapkan jauh sebelum proses belajar-mengajar dilakukan. Penyiapan lapangan menjelang saat-saat pelaksanaan cenderung mengambil waktu jam pelajaran efektif proses belajar-mengajar bersangkutan. Hal ini merupakan pemborosan waktu belajar-mengajar pendidikan jasmani.

Hal-hal penting dalam penyiapan lapangan dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Buatlah lapangan itu sebelum proses belajar-mengajar dilaksanakan pada waktu yang tidak terlalu dekat dengan pelaksanaan.
2. Pembuatan, atau penyiapan lapangan itu hendaknya dilakukan oleh guru pendidikan jasmani sendiri. Dapat juga diserahkan pada pembantu sekolah atau siswa. Namun demikian, guru tetap harus memeriksa apakah pembuatan atau penyiapan alat sudah betul-betul siap. Dalam hal ini guru dianggap yang paling tahu dan ahli.
3. Lapangan itu hendaknya memanjang utara-selatan sehingga pemain atau siswa tidak terganggu sinar matahari yang menyilaukan.
4. Formasi kelompok hendaknya dihindarkan menghadapi lalu lintas yang ramai, silau, atau hal-hal yang bisa mengganggu perhatian siswa.
5. Lapangan itu sendiri hendaknya tidak menimbulkan kecelakaan atau bahaya yang lain.

### **Tugas**

1. Buatlah definisi media pengajaran dengan kata-kata sendiri berdasarkan definisi AECT.
2. Jelaskanlah dengan singkat fungsi media pembelajaran
3. Jelaskan media yang cocok untuk pembelajaran penjasorkes.

## **BAB IX**

### **MODEL PEMBELAJARAN PENJASORKES**

#### **A. Model Pengajaran**

Pada bagian ini akan dibahas kajian teori mengenai konsepsi model, pentingnya penggunaan model, pengertian model pengajaran, karakteristik model pengajaran, fungsi model pengajaran, asumsi-asumsi model pengajaran, unsur-unsur model pengajaran, sumber model-model mengajar.

##### **1. Konsepsi Model**

Mengajar adalah perbuatan yang kompleks. Perbuatan yang kompleks dapat diterjemahkan sebagai penggunaan secara integratif sejumlah komponen yang terkandung dalam perbuatan mengajar itu untuk menyampaikan pesan pengajaran. Oleh karena itu dalam dunia pengajaran ada baiknya guru menggunakan suatu protipe dari suatu teori atau model. Disebut model karena hanya merupakan garis besar atau pokok-pokok yang memerlukan pengembangan yang sangat situasional. Dalam studi pengembangan pembelajaran, model mendapat perhatian khusus. Secara umum istilah “model” diartikan sebagai pedoman atau acuan dalam melakukan suatu kegiatan. Fred Percipal dalam Hamalik (2000:2) menyatakan bahwa, “*Model a physical or conceptual representation of an object or system, incorporating certain specific features of the original.*” Maksud pernyataan tersebut, suatu model adalah suatu penyajian fisik atau konseptual dari suatu obyek atau sistem yang mengkombinasikan/menyatukan bagian-bagian khusus tertentu dari obyek aslinya. Jadi suatu model bukan merupakan bentuk asli, tetapi berupa rancangan yang terdiri dari banyak reproduksi. Briggs, (1978 dalam Harjanto 2006:110) menjelaskan bahwa, “Model adalah seperangkat prosedur yang berurutan untuk mewujudkan suatu proses, seperti penilaian kebutuhan, pemilihan media, dan evaluasi.” Harjanto (2006:55) menjelaskan bahwa, “Model merupakan kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman atau rujukan dalam melakukan suatu kegiatan.” Lebih lanjut Rogers dalam Hamalik (2000:2) menjelaskan, “...*the models maybe conceptual and consist of word description of drawing... physical*



*models that consist of real object that process some of the characteristics of the real thing.”*

Model seringkali digunakan untuk memperoleh informasi yang lebih banyak tentang gejala-gejala. Hal ini sesuai dengan fungsi model yang bersifat mencari. Seringkali suatu model juga mempunyai fungsi menerangkan atau melukiskan belaka. Menerangkan atau melukiskan tentunya tidak akan sempurna karena keterbatasan suatu model. Model dapat berupa skema, gambar, bagan, atau tabel. Model menjelaskan keterkaitan berbagai komponen dalam suatu pola pemikiran yang disajikan secara utuh, sehingga membantu kita melihat kejelasan keterkaitan secara lebih cepat, utuh, konsisten dan menyeluruh. Hal ini disebabkan karena suatu model disusun dalam upaya mengkonkretkan keterkaitan hal-hal abstrak dalam suatu skema, bagan, gambar, atau tabel. Dengan mencermati model, kita dapat membaca uraian tentang banyak hal dalam sebuah pola yang mencerminkan alur pikir dan pola tindakan.

Dalam konteks pembelajaran, model adalah suatu penyajian fisik atau konseptual dari sistem pengajaran, serta berupaya menjelaskan keterkaitan berbagai komponen sistem pembelajaran ke dalam suatu pola/kerangka pemikiran yang disajikan secara utuh. Suatu model pengajaran meliputi keseluruhan sistem pembelajaran yang mencakup komponen tujuan, kondisi pembelajaran, proses belajar-mengajar, dan evaluasi hasil pembelajaran.

## **2. Pentingnya Penggunaan Model**

Model digunakan untuk dapat membantu memperjelas prosedur, hubungan, serta keadaan keseluruhan dari apa yang didisain. Ada beberapa kegunaan dari model, antara lain:

1. Dengan adanya model, maka hubungan fungsional diantara berbagai komponen, unsur atau elemen sistem tertentu dapat diperjelaskan.
2. Dengan adanya model, maka prosedur yang akan ditempuh dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan dapat diidentifikasi secara tepat.
3. Dengan adanya model maka berbagai kegiatan yang dicakupnya dapat dikendalikan.

4. Dengan adanya model, mempermudah para administrator untuk mengidentifikasi komponen, elemen yang mengalami hambatan, jika kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan terasa adanya ketidakefektifan atau tidakproduktifan.
5. Dengan adanya model, maka dapat diidentifikasi secara tepat cara-cara untuk mengadakan perubahan jika terdapat adanya ketidaksesuaian dari apa yang telah dirumuskan.

Walaupun banyak kegunaan dari model, namun terdapat pula kelemahannya, yaitu dapat menjadikan seseorang kurang berinisiatif dalam mengkreasikan kegiatan-kegiatan. Hal tersebut dapat diatasi jika sesuatu model dapat menjamin adanya fleksibilitas sehingga memungkinkan seseorang yang menggunakan model tertentu untuk mengadakan penyesuaian terhadap situasi atau kondisi secara lebih baik. Apalagi dalam menangani masalah-masalah pendidikan, yang dalam banyak hal sangat terpengaruh oleh perubahan variabel-variabel lain di luar bidang pendidikan tersebut. Karena itu dalam melukiskan suatu model sebaiknya dimungkinkan diadakannya perubahan-perubahan dalam mengadakan penyesuaian terhadap kebutuhan yang ada.

### **3. Model-Model Pengajaran.**

Model pengajaran banyak jumlahnya, namun jika dikelompokkan sebenarnya model pengajaran hanya terdiri dari empat rumpun model. Masing-masing rumpun model menonjolkan orientasi yang berbeda dan cara belajar siswa juga berbeda-beda. Joyce and Weil (1980:9-13) menjelaskan,

*We have grouped the families of models into four families that represent distinct orientations toward people and how they learn. Four families of models are: 1) Information Processing Models, 2) Personal Models, 3) Social Interaction Models, and 4) Behavioral Models.*

#### **1) Model Pemrosesan Informasi**

Rumpun model ini terdiri dari model pengajaran yang menjelaskan bagaimana cara individu memberi respon yang datang dari lingkungannya dengan cara mengorganisasikan data, memformulasikan masalah, membangun konsep dan rencana pemecahan masalah serta penggunaan simbol-simbol

verbal dan non verbal. Di antara model yang termasuk dalam rumpun ini ditemukan juga model yang menitik beratkan perhatiannya pada proses dimana siswa dibimbing untuk dapat memecahkan masalah, ada pula model yang mengutamakan pada kecakapan intelektual umum. Kadang kala dijumpai pula model yang menonjolkan interaksi sosial dan hubungan antar pribadi serta perkembangan kepribadian murid yang terintegrasi dan fungsional. Model pemrosesan informasi memfokuskan perhatian pada aktivitas yang membina keterampilan (skill), dan isi (content) pengajaran yang disampaikan kepada siswa.

## 2). Model Pribadi

Rumpun Model Pribadi, terdiri atas model pengajaran yang berorientasi pada perkembangan diri individu. Penekanannya lebih pada proses yang membantu individu dalam membentuk dan mengorganisasikan realita yang unik. Model ini lebih banyak memperhatikan pada kehidupan emosional siswa. Sehingga dapat dikatakan bahwa usaha pembelajaran lebih bersifat menolong siswa dalam mengembangkan hubungan yang produktif dengan lingkungannya. Siswa, dengan model pembelajaran ini diharapkan dapat melihat diri mereka sebagai pribadi yang berada dalam suatu kelompok dan cukup mempunyai kecakapan. Dengan demikian ia dapat menghasilkan hubungan *inter-personal* yang cukup kaya. Model Pribadi mengutamakan hubungan antar pribadi, pertumbuhan siswa yang dihasilkan dengan aktivitas mengajar.

## 3). Model Interaksi Sosial

Rumpun Model Interaksi Sosial ini mengutamakan pada hubungan individu dengan masyarakat atau orang lain, dan memusatkan perhatiannya pada proses dimana realita yang ada dipandang sebagai suatu negosiasi sosial (*social negotiated*). Konsekuensi dari model-model pengajaran rumpun ini menyebabkan prioritas utamanya diletakkan pada kecakapan individu dalam berhubungan dengan orang lain. Individu dihadapkan pada situasi yang cukup demokratis dan dapat bekerja lebih produktif dalam masyarakat. Model

Interaksi Sosial lebih menitik beratkan perhatiannya pada energi kelompok dan proses interaksi yang terjadi dalam kelompok.

#### 4). Model Perilaku

Rumpun Model Perilaku ini dibangun atas dasar teori yang umum, yaitu kerangka teori perilaku. Salah satu ciri dari rumpun model mengajar ini ialah adanya kecenderungan memecahkan tugas belajar kepada sejumlah perilaku yang kecil-kecil dan berurutan. Belajar tidak dipandang sebagai sesuatu yang menyeluruh, akan tetapi diuraikan dalam langkah-langkah yang konkrit dan dapat diamati. Mengajar, tak lebih dari mengusahakan terjadinya perubahan dalam perilaku siswa, dan perubahan ini haruslah yang dapat diamati. Model Perilaku titik beratnya mengutamakan perubahan perilaku yang spesifik.

Pada dasarnya, model pengajaran dikembangkan untuk membantu guru memperbaiki kapasitasnya agar mampu menjangkau lebih banyak sisi kehidupan anak dan menciptakan bermacam-macam lingkungan yang lebih baik dan kaya bagi mereka. Model pengajaran merupakan sebuah strategi yang digunakan oleh guru untuk mendekati pencapaian tujuan. Dalam dunia pengajaran, model pengajaran identik dengan pola dasar mengajar, sistem, dan prosedur didaktik.

Suatu model pengajaran dapat diartikan sebagai suatu rencana atau pola yang digunakan dalam menyusun kurikulum, mengatur materi pengajaran dan memberi petunjuk pada pengajar dalam proses pembelajaran.

Banyak ahli yang mendefinisikan mengenai model pengajaran, diantaranya adalah:

Oliva (1992:413) menjelaskan mengenai model pengajaran yaitu, "*models of teaching are strategies based on theories (and often the research) of educators, psychologist, philosophers, and others who question how individual learn.*" Maksud dari pernyataan tersebut bahwa model-model pengajaran harus mengandung suatu rasional yang didasarkan pada teori, yang berisi serangkaian langkah strategi yang dilakukan oleh guru atau pun siswa, serta didukung oleh sistem penunjang atau fasilitas pembelajaran dan metode untuk mengevaluasi kemajuan belajar siswa.

Linblom (1997) menjelaskan bahwa model pengajaran (the model of teaching), yakni sebagai suatu pedoman yang berisi tentang skenario guna merealisasikan tujuan pengajaran di dalam kelas. Winkel (1991) dalam Didaksologi dan Ilmu Didaktik, menjelaskan bahwa model pengajaran yaitu: "... suatu pegangan praktis dalam pengelolaan pengajaran di dalam kelas. Model itu mencakup semua komponen pokok yang harus dipertimbangkan dan diatur oleh tenaga pengajar."

Selanjutnya Boughton (1996) menjelaskan bahwa model pengajaran merupakan suatu acuan penyampaian materi pendidikan guna mencapai tujuan pembelajaran.

Joyce and Weil (1980:1) menjelaskan mengenai model pengajaran yaitu, "*A model of teaching is a plan or pattern that can be used to shape curriculums (long-term courses of studies), to design instructional materials, and to guide instruction in the classroom and other settings.*" Maksud dari pernyataan tersebut adalah suatu model mengajar dapat diartikan sebagai suatu rencana atau pola yang digunakan dalam menyusun kurikulum, mengatur materi pengajaran dan memberi petunjuk kepada pengajar di kelas dalam mengatur pengajaran ataupun mengatur yang lainnya.

Menurut Joyce and Weil (1980) dan Boughton (1996) menjelaskan bahwa kriteria suatu model pengajaran diantaranya terdapat:

- (1) Tujuan (aims)
- (2) Langkah-langkah kegiatan (syntax)
- (3) Peranan guru dan siswa (the social system)
- (4) Prinsip-prinsip reaksi seperti membimbing dan menggunakan berbagai metoda (principles of reactions)
- (5) Dukungan sistem, seperti alat bantu (support system)
- (6) Evaluasi (evaluation).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa model pengajaran merupakan perencanaan yang berisi keputusan langkah-langkah kegiatan pembelajaran yang dijadikan panduan dalam pengajaran, sehingga tujuan

pembelajaran itu dapat tercapai, dan dalam model pembelajaran terdapat tujuan, metode, strategi dan langkah-langkah pembelajaran serta evaluasi.

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa model pengajaran itu sangat banyak macamnya. Semua model pengajaran adalah baik, namun kebaikan suatu model pengajaran sangat tergantung kepada tujuan pembelajaran itu sendiri. Model pengajaran yang dipilih oleh guru harus mengungkapkan berbagai realitas yang sesuai dengan situasi kelas. Tidak ada satu model pengajaran yang dapat digunakan untuk memecahkan semua masalah dalam pembelajaran. Penciptaan model-model pengajaran ini didasari pada asumsi bahwa hanya ada model pengajaran tertentu yang cocok untuk ditangani dengan model pengajaran tertentu. Jadi untuk pengajaran tertentu diperlukan model pengajaran tertentu pula. Itu artinya dijumpai banyak model pengajaran dengan tujuan yang berbeda-beda.

Jika seorang guru ingin agar siswanya menjadi produktif dan kreatif, maka guru haruslah membiarkan siswa tumbuh dan berkembang sesuai dengan gayanya sendiri, dan penerapan model pengajaran pun haruslah mengikuti kebutuhan siswa, artinya masing-masing guru dapat menggunakan model pengajaran yang berbeda. Model pengajaran yang dipilih oleh guru harus sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diinginkan. Tentulah harus diingat, bahwa setiap model pengajaran mempunyai kelebihan dan kelemahan, dan penggunaan model pengajaran akan efektif dan efisien apabila penggunaan sesuai dengan kondisi dan situasi pembelajaran.

#### **4. Karakteristik Model Pengajaran.**

Karakteristik umum yang dapat dikenal dari semua model pengajaran adalah sebagai berikut:

1. Prosedur yang ilmiah, maksudnya model pengajaran bukanlah suatu gabungan fakta yang rancu, tetapi suatu prosedur yang sistematis untuk mengubah perilaku siswa dan berlandaskan suatu asumsi tertentu.
2. Hasil belajar yang spesifik, maksudnya setiap model pengajaran memperinci hasil belajar berdasarkan perilaku siswa yang dapat diamati.

Perbuatan apa yang akan ditunjukkan siswa setelah mengalami pembelajaran dirinci secara lebih nyata, terukur dan teramati.

3. Lingkungan yang dispesifikkan, maksudnya setiap model pengajaran merinci secara tegas kondisi lingkungan dimana respons siswa hendak diamati.
4. Kriteria tingkah laku, maksudnya model pengajaran selalu memperinci kriteria perilaku yang diharapkan dari siswa, membatasi hasil belajar siswa yang bersifat perilaku yang diharapkan nampak pada siswa setelah menyelesaikan pembelajaran tertentu.
5. Pelaksanaan yang dispesifikkan, maksudnya semua model memperinci mekanisme reaksi dan interaksi siswa dalam suatu lingkungan tertentu.

#### **5. Fungsi Model Pengajaran.**

Pertanyaan mendasar yang dapat dikemukakan adalah mengapa kita harus mengembangkan suatu model pengajaran dan apakah ada fungsi tertentu atau bagaimana suatu model pengajaran membantu guru secara praktis dalam proses pembelajaran. Model pengajaran tidak hanya berfungsi mengubah perilaku siswa sesuai dengan yang diharapkan, tetapi juga berfungsi mengembangkan berbagai aspek yang bersangkutan dengan proses pembelajaran.

Beberapa fungsi penting yang seharusnya dimiliki suatu model pengajaran antara lain adalah sebagai berikut:

1. Bimbingan, maksudnya suatu model pengajaran berfungsi menjadi acuan bagi guru dan siswa mengenai apa yang seharusnya dilakukan, memiliki disain instruksional yang komprehensif, dan mampu membawa guru dan siswa ke arah tujuan pembelajaran.
2. Mengembangkan kurikulum, maksudnya model pengajaran selanjutnya berfungsi untuk dapat membantu mengembangkan kurikulum pada setiap kelas atau tahapan pendidikan.
3. Spesifikasi alat pelajaran, maksudnya model pengajaran berfungsi merinci semua alat pengajaran yang akan digunakan guru dalam upaya membawa siswa kepada perubahan-perubahan perilaku yang dikehendaki.

4. Memberikan perbaikan terhadap pengajaran, maksudnya model pengajaran dapat membantu meningkatkan aktivitas proses belajar mengajar sekaligus meningkatkan hasil belajar siswa.

## **6. Asumsi-Asumsi Model Pengajaran**

Pada umumnya setiap model pengajaran dikembangkan berdasarkan pada asumsi-asumsi berikut:

1. Asumsi pertama yang mendasari semua model pengajaran adalah bahwa mengajar adalah penciptaan lingkungan yang saling berkaitan dalam mengajar.
2. Asumsi kedua adalah isi, keterampilan peranan pengajaran, hubungan sosial, jenis-jenis kegiatan, fasilitas fisik dan penggunaannya, semua bentuk sistem lingkungan berinteraksi satu dengan lainnya mempengaruhi guru dan siswa.
3. Asumsi ketiga adalah bahwa gabungan dari pelbagai elemen tersebut menciptakan berbagai jenis lingkungan dan menimbulkan pelbagai hasil belajar yang berbeda-beda.
4. Asumsi keempat adalah bahwa model-model pengajaran menciptakan lingkungan yang spesifik dalam proses pembelajaran.

## **7. Sumber Model-Model Mengajar.**

Ada empat sumber model-model mengajar yaitu:

1. Sumber-sumber proses informasi. Sumber model lainnya merupakan kapabilitas siswa dalam memproses informasi. Maksud dari proses informasi disini adalah cara dimana seseorang menangani stimulus mengorganisasi data, masalah-masalah sense/perasaan dan pemecahannya. Model-model dari kategori ini mengembangkan kreativitas dan kemampuan umum intelektual siswa. Penekanannya pada penggunaan strategi khusus dalam disiplin akademik.

Contoh dari model pemrosesan informasi adalah:

- (1) Model mengajar induktif,
- (2) Model konsep attainment,
- (3) Model developmental,



- (4) Model advance organizer.
- (5) Model pembelajaran inkuiri.
- 2. Sumber-sumber pribadi. Model-model yang berorientasi kepada individu sebagai sumber pemikiran-pemikiran pendidikan ini menekankan pada proses dimana individu menyusun dan mengorganisasi kenyataannya. Kehidupan pribadi dan emosional serta organisasi internalnya sebagai akibat hubungan dengan lingkungannya merupakan sumber kategori model-model ini.

Contoh dari model sumber-sumber pribadi adalah:

- (1) Model mengajar non-directive,
- (2) Model pertemuan kelas.
- 3. Sumber-sumber interaksi sosial. Model-model pada kategori ini menekankan pentingnya hubungan sosial daripada hubungan pribadi. Jenis model ini meningkatkan proses demokratis dalam masyarakat. Semua model dari kategori ini berdasarkan pada anggapan bahwa hubungan sosial merupakan saran pendidikan.

Contoh dari model interaksi sosial adalah:

- (1) Model grup investigasi,
- (2) Model sosial inkuiri.
- 4. Sumber modifikasi perilaku. Model ini dikembangkan berdasarkan teori belajar operant conditioning dari B.F. Skinner yang berupaya menciptakan sistem yang efisien melalui tata urutan kegiatan belajar dan membentuk perilaku dengan memanipulasi penguatan /reinforcement.

### **TUGAS:**

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan model mengajar!
2. Model mengajar apa yang anda anggap paling cocok untuk mengajar penjasorkes. Kemukakan pendapat anda.

**Rujukan:**

- Supandi. (1992). Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani. Jakarta: Depdikbud
- Harrison, Joice M., Blakemore, Conie L., (1989). Instructional Startegies. Iowa: Wn.C. Brown Publisher.
- Nasution. (1984). Didaktik Asas-asas` Mengajar. Bandung: Jemars.
- Rusli Lutan. (1988). Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: Depdikbud.
- Rusli Lutan. (Perencanaan dan Startegi Pembelajaran Penjaskes. Jakarta: Dikutentis.
- Magill, Richard A. (1985). Motor Learning Consepts & Application. Iowa: Wn.C. Brown Publisher.
- Metzler, Michael.W. (1999). Instructional Models For Physical Education. Allyn and Bacon. USA.