

**Peran Modifikasi Olahraga Terhadap Kompetensi Guru Dalam Pembelajaran
PJOK di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang**

Gusril¹, Willadi Rasyid²
Universitas Negeri Padang
gusril6217@gmail.com

Abstrack

The purpose of this service activity is to improve the competence of PJOK teachers in PJOK learning. The method used in the service using the method of lecture, discussion, workshop. The target audience is the PJOK Elementary School Teacher in Lubuk Kilangan sub-district, amounting to 20 people. To measure knowledge used the knowledge test developed according to the instrument lattice and tested its validity and reliability. Data were analyzed using descriptive statistics. In accordance with the data analysis and discussion it was concluded: (1) Training improves PJOK teacher competency about sports modification into PJOK learning in Lubuk Kilangan District Elementary School; (2) Training to improve the skills of PJOK SD Negeri Kecamatan Lubuk teachers in learning

Keywords: Modification of sports, physical education, competency of corner teachers

Abstrak

Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan kompetensi guru PJOK dalam pembelajaran PJOK. Metode yang digunakan dalam pengabdian dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, lokakarya. Khalayak sasaran Guru PJOK Sekolah Dasar se Kecamatan Lubuk Kilangan yang berjumlah 20 orang. Untuk mengukur pengetahuan digunakan tes pengetahuan yang dikembangkan sesuai kisi-kisi intrumen dan diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif. Sesuai analisis data dan pembahasan disimpulkan: (1) Pelatihan meningkatkan kompetensi guru PJOK tentang modifikasi olahraga ke

dalam pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan;
 (2) Pelatihan meningkatkan keterampilan guru PJOK SD Negeri Kecamatan Lubuk
 Kilangan dalam pembelajaran

Kata Kunci: Modifikasi olahraga, pendidikan jasmani, kompetensi guru pjok

Pendahuluan

PJOK adalah bagian pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas gerak peserta didik, pertumbuhan dan perkembangan, yang selaras, serasi dan seimbang (Gusril, 2017). Dalam proses pelaksanaannya PJOK harus mengembangkan segenap potensi peserta didik baik pengetahuan, keterampilan dan nilai/sikap menuju kesuksesan secara menyeluruh baik fisik dan psikis menuju manusia yang paripurna (Mutohir, 1995). Untuk mencapai tujuan PJOK dituntut proses pembelajaran PJOK yang mempunyai kualitas tinggi dan berorientasi kepada aktivitas belajar yang menyejukkan dan menyenangkan..

Suasana pembelajaran PJOK yang menyejukkan dan menimbulkan rasa senang tentu berakibat peserta didik terlibat aktif dan sungguh melakukan PJOK. Dalam artian, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan gerak dasar yang dipunyai seperti gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Gerak lokomotor antara lain: jalan, lari, lompat dengan berbagai macam variasi. Gerak non lokomotor yang bertumpu pada sendi seperti: mendorong dinding, berdiri satu kaki. Gerak manipulatif seperti: melempar dengan berbagai macam variasi, melempar ke depan, dari samping dan melempar ke atas. Semua gerak dasar tentu berkembang dengan baik dan kurang menemui kesulitan dalam melakukan PJOK serta berprestasi dalam satu cabang olahraga sesuai dengan minat dan bakatnya. Hal ini selaras dengan tujuan PJOK di sekolah dasar mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap peserta didik yang bermuara kepada peningkatan kebugaran jasmani sesuai tujuan kurikulum. Kebugaran jasmani adalah kesanggupan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan masih mempunyai cadangan tenaga dalam keadaan darurat.

Pelaksanakan pembelajaran PJOK, guru sebaiknya memperhatikan pola pengajaran: (a) *Introduction*, memperkenalkan materi yang akan dipelajari, menjelaskan tujuan pembelajaran, permainan kecil yang mengarah kepada inti pembelajaran dan kelenturan togok; (b) *Skill development* menjelaskan keterampilan yang akan dipelajari, belajar keterampilan dan membenarkan gerakan yang salah dilakukan peserta didik serta puncak kegiatan pembelajaran dalam bentuk kompetisi materi pelajaran yang dipelajari; (c) *Collingdown* yang berisi kegiatan yang rileks dan kesimpulan (Ashton, 1994). Bila pelaksanaan pembelajaran PJOK sudah sesuai dengan yang diharapkan tentu tujuan PJOK tercapai dengan baik sesuai amanah kurikulum.

Di sisi lain, dijelaskan akibat rendahnya pemahaman guru PJOK terhadap pola pembelajaran berakibat kepada pemamfaatan waktu pengajaran. Gusril (2000) menyatakan bahwa pemanfaatan waktu pembelajaran oleh guru PJOK hanya 20 menit dari waktu yang tersedia oleh peserta didik dari 70 menit. Pakar Aussie Sport Australia menyatakan bahwa aktivitas pembelajaran yang baik apabila guru dapat menggunakan 50 % waktu pembelajaran yang tersedia dengan aktivitas gerak oleh peserta didik (Jones, 1995)

Pembelajaran PJOK di SD Negeri di Lubuk Kilangan dengan jumlah guru 25 orang yang terletak di pinggiran kota masih ditemui pengajaran yang tradisional. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: pengetahuan guru yang terbatas, sarana dan prasarana yang minim. Sebagai contoh: ada guru PJOK yang mengajar kurang sesuai dengan pola pengajaran (kurang sistematis).

Modifikasi Olahraga ke Dalam PJOK

Secara etimologi *modification* berasal dari bahasa Inggris “modify” yang artinya merubah. Kenapa modifikasi olahraga ke dalam PJOK dilakukan? Sebab peserta didik secara fisik dan emosional belum matang, jika dibandingkan dengan orang dewasa. Persoalan yang terjadi dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar ada beberapa hal yang muncul bagi peserta didik antara lain: menggunakan alat–alat dan peraturan orang dewasa, tentu peserta didik malas dan kurang termotivasi untuk melakukan PJOK. Dengan adanya modifikasi alat–alat dan peraturan memungkinkan peserta didik lebih cepat mengembangkan kekuatan secara baik dan

partisipasinya mendorong untuk bekerjasama dan merasa senang. Dalam modifikasi olahraga ada empat unsur yang harus diperhatikan oleh guru, yaitu: (a) modifikasi ukuran lapangan; (b) modifikasi peralatan; (c) modifikasi lamanya permainan; (d) modifikasi peraturan permainan. Merubah ukuran lapangan dan waktu bermain tujuannya mengurangi tuntutan fisik peserta didik. Modifikasi peralatan mencakup alat pemukul, raket dan tongkat di buat dalam ukuran yang kecil dan memungkinkan peserta didik dapat menggunakannya. Begitu juga, ukuran dan komposisi bola di modifikasi untuk membuat peserta didik lebih senang menggunakannya dan mudah melempar serta menyepakinya. Lebih lanjut Aussie Sport menciptakan bola voli ukuran anak – anak dengan bahan yang lunak dan tidak menyakitkan tangan. Untuk peralatan yang lain diperlukan kreativitas guru dalam membuat peralatan yang dibutuhkan bersama peserta didik. Modifikasi lamanya permainan bertujuan untuk memberikan konsentrasi yang penuh dan kesenangan bagi peserta didik dalam melakukan PJOK. Waktu yang lama membosankan peserta didik dalam melakukan tugas gerakan. Untuk itu, guru harus merencanakan secara matang tentang penggunaan waktu yang tetap mengacu pada pola pengajaran. Modifikasi peraturan permainan bermaksud membantu peserta didik mengembangkan keterampilan dan kesenangan dalam melakukan olahraga tanpa merusak keaslian dari permainan tersebut. Modifikasi olahraga memberikan pengalaman gerak yang lebih banyak kepada peserta didik daripada keterampilan. Simpulan efektivitas modifikasi olahraga ke dalam PJOK berikut: (a) Meningkatkan motivasi dan kesenangan peserta didik dalam pembelajaran PJOK; (b) Meningkatkan aktivitas belajar peserta didik. (c) Meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik; (d) Mengatasi kekurangan sarana dan prasarana. Ditambahkan guru PJOK SD Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan diberikan kesempatan untuk mengansilisis contoh pembelajaran PJOK yang ada dalam *Compact Disc* yang menyangkut materi lempar tangkap bola, pengembangan komponen komponen kekuatan dan pengembangan komponen kebugaran jasmani. Dengan pengalaman analisis ini tentu guru PJOK dapat memberikan masukan guna penyempurnaan pembelajaran PJOK yang sesungguhnya. Pengetahuan guru telah meningkat selanjutnya diberikan praktek tentang pembelajaran PJOK sesuai dengan materi.

Contoh diberikan agar guru PJOK dapat mengembangkan ke dalam bentuk yang lain. Dengan adanya praktek tentu guru lebih meningkat kompetensinya tentang pembelajaran PJOK yang berkualitas. Ditambahkan, juga diberikan contoh oleh instruktur kepada guru untuk merencanakan pengembangan motorik peserta didik. Kesempatan yang diberikan adalah membuat satuan pembelajaran, praktek mengajar dengan menggunakan pendekatan modifikasi.

Metode

Peserta pelatihan modifikasi olahraga ke dalam PJOK diikuti oleh 25 guru PJOK SD Negeri se Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. Materi pelatihan terdiri dari: Hakikat pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar, Hakikat Modifikasi Olahraga ke dalam Pendidikan Jasmani, Analisis Materi (modul dan CD) PJOK, Evaluasi CD pembelajaran, Model-model pembelajaran PJOK, Praktek mengajar PJOK. Penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi tentang materi yang dipelajari, praktek mengajar terbatas. Instruktur dalam pelatihan ini Prof. Dr. Gusril, M. Pd dan Dr. Willadi Rasyid, M. Pd. Drs. Ali Umar, M.Kes AIFO. Pelaksanaan kegiatan dilakukan tanggal 18, 25 Agustus dan 1 September 2018

Hasil

Berdasarkan pelaksanaan penerapan IPTEKS yang berjudul “ Pelatihan Modifikasi Olahraga ke Dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan yang di tugaskan oleh UPTD Kecamatan Lubuk Kilangan 25 orang guru PJOK. Dilihat dari kehadiran hanya yang hadir 20 orang yang selanjutnya datanya dapat dideskripsikan sebagai berikut: yang mendapat nilai 47 -51 sebanyak 3 orang (15%), nilai 52-56 tidak ada (0%), nilai 57-61 satu orang (5%), nilai 62-66 sebanyak dua orang (10%), nilai 67-71 empat orang (20%), nilai 72-76 enam orang (30%), nilai 77-81 tiga orang (15%), nilai 82-86 satu orang (5%) guru PJOK. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel berikut.

Tabel 1. Pengetahuan Guru PJOK SD Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan Tentang Pembelajaran PJOK

Kelas Interval	Frekuensi	Prosentase
47 – 51	3	15
52 - 56	0	0

57 – 61	1	5
62 - 66	2	10
67 – 71	4	20
72 - 76	6	30
77 - 81	3	15
82-86	1	5
Jumlah	20	100

Dilihat dari hasil observasi praktik mengajar yang dilakukan terdapat peran modifikasi olahraga terhadap kompetensi guru PJOK SD Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang tentang pelaksanaan pembelajaran PJOK.

Pembahasan

Dari hasil pelatihan Modifikasi Olahraga ke Dalam PJOK pada guru SD Negeri Kecamatan Lubuk Kilangan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, sikap guru dalam melaksanakan proses pembelajaran yang juga mempengaruhi kinerja guru PJOK. Pencapaian kinerja ini meningkatkan kinerja guru ke depan, sesuai faktor yang berkaitan dengan konsep dasar kinerja guru. Kinerja guru adalah pengetahuan guru dalam mengelola, melaksanakan dan mengevaluasi pekerjaan yang berkaitan dengan pembelajaran PJOK. Artinya, kinerja guru berkaitan dengan Pengetahuan guru dalam melaksanakan tugas dengan baik sesuai dengan tanggung jawab yang telah diberikan. Edwar (2008) menyimpulkan terdapat kontribusi kompetensi profesional dan disiplin kerja terhadap Kinerja Guru PJOK sekolah dasar Kota Padang. Dampaknya, tentu akan meningkatkan prestasi belajar PJOK Peserta Didik Sekolah Dasar. Selaras hasil penelitian Padri (2016) menyimpulkan (a) Pendekatan Modifikasi Olahraga dapat meningkatkan Hasil Belajar PJOK Peserta Didik kelas V B Sekolah Dasar Negeri 4 Kota Pekanbaru; (b) Perbedaan individu dan keadaan situasional adalah faktor yang mempengaruhi peningkatan hasil belajar PJOKorkes melalui pendekatan Modifikasi Olahraga yang dilaksanakan pada peserta didik kelas V B SD Negeri 4 Kota Pekanbaru. Ridwan (2015) menyakan bahwa modifikasi olahraga dapat meningkatkan hasil belajar PJOK di SMP Negeri 3 Pekanbaru.

Ditambahkan oleh Mulyasa (2003) bahwa keberhasilan guru dalam melaksanakan tugas akan terlihat dari kinerja guru dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab

yang telah diberikan. Dengan arti kata, guru tidak akan berhasil melaksanakan tugasnya dengan baik tanpa melalui kinerja yang baik pula. Sementara menurut Ahmady (1990) mengemukakan bahwa betapapun baik dan lengkapnya kurikulum, metode, media, sarana dan prasarana yang ada, tetapi keberhasilan pendidikan terletak pada kinerja guru. Sejalan dengan hal ini, Nugroho (1996) mengatakan bahwa peningkatan mutu pendidikan dapat dicapai jika didukung oleh peningkatan kinerja guru dalam melaksanakan tugas, dan akan mempermudah mencapai tujuan pendidikan secara efektif dan efisien. Artinya, Kinerja guru sangat penting dalam meningkatkan mutu pendidikan di sekolah. Pentingnya kinerja guru ini adalah salah satu upaya agar pelaksanaan manajemen berbasis sekolah dapat dilaksanakan dengan sepenuhnya, selain itu juga akan mempermudah mencapai tujuan pendidikan secara efektif dan efisien.

Mangkunegara (2006) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kinerja seseorang adalah faktor Pengetahuan dan faktor motivasi. Secara psikologis, Pengetahuan terdiri dari Pengetahuan potensi inteligensi dan Pengetahuan realita (*knowledge + skill*). Artinya, guru yang memiliki IQ tinggi dengan pendidikan yang memadai untuk jabatannya dan terampil dalam mengerjakan pekerjaan sehari-hari, maka ia akan lebih mudah mencapai kinerja yang diharapkan. Sementara motivasi terbentuk dari sikap seorang guru dalam menghadapi situasi kerja. Motivasi merupakan kondisi yang menggerakkan diri guru yang terarah untuk mencapai tujuan sekolah (tujuan kerja). Sikap mental merupakan kondisi mental yang mendorong diri guru untuk berusaha mencapai kinerja yang maksimal.

Kinerja setiap orang dipengaruhi oleh banyak faktor yang dapat dikelompokkan pada 3 (tiga) kelompok, yaitu: (1) kompetensi individu, seperti Pengetahuan, motivasi, disiplin kerja dan etos kerja; (2) dukungan organisasi, seperti penyediaan saran dan prasarana, dan kenyamanan lingkungan kerja; dan (3) dukungan manajemen, seperti Pengetahuan kepemimpinan, hubungan yang aman dan harmonis (iklim organisasi), dan pengembangan karir.

Menurut Cikimat (1993) faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja adalah partisipasi kerja, upah/gaji yang diterima, motivasi kerja, disiplin dan lingkungan kerja. Di sisi lain Mangkunegara (2004) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja

seseorang adalah pekerjaan yang menarik, upah yang baik, keamanan dan perlindungan dalam pekerjaan, penghayatan atas maksud dan makna pekerjaan, lingkungan atau suasana kerja yang baik, promosi, dan pengembangan diri, merasa terlibat dalam kegiatan organisasi, kesetiaan pada pimpinan, dan disiplin kerja yang keras. Gusril dan Edwar (2016) menyimpulkan untuk meningkatkan kinerja guru PJOK Kota Padang perlu peningkatan kebugaran jasmani, kompetensi profesional dan disiplin kerja

Dari beberapa pendapat di atas, disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja seseorang secara umum dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal, begitu juga dengan kinerja guru. Faktor internal tersebut seperti: kecerdasan, motivasi kerja, disiplin kerja, dan sikap pegawai. Kemudian faktor eksternal, yaitu: pimpinan, sarana dan prasarana kerja, iklim kerja, insentif, dan upah/gaji, pendekatan pembelajaran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan sosialisasi model pengembangan motorik dan pembahasan dapat disimpulkan hasil sebagai berikut: (1) Pelatihan dapat meningkatkan kompetensi guru PJOK Sekolah Dasar tentang modifikasi olahraga ke dalam pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Kilangan; (2) Pelatihan dapat meningkatkan keterampilan guru PJOK SD Kecamatan Lubuk Kilangan tentang penggunaan modifikasi olahraga ke dalam PJOK; (3) Pelatihan dapat meningkatkan keterampilan guru PJOK Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Kilangan dalam menggunakan pola pengajaran yang terdiri dari: (1) *Introduction (pemanasan)*: (a) menjelaskan tujuan pembelajaran kepada Peserta Didik; (b) melakukan permainan kecil; (c) melakukan kelentukan togok; (2) *Skill development*: (a) mempelajari gerakan baru; (b) membetulkan gerakan yang salah; (c) *culmination activities*; (3) *coolingdown*: (a) melakukan gerakan yang rileks dan bernyanyi; (4) Pelatihan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar Kecamatan Lubuk Kilangan.

Saran

Saran sebagai berikut: (1) Koordinator Pendidikan Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang agar dapat mempertimbangan modifikasi olahraga ke dalam PJOK sebagai pendekatan pembelajaran PJOK yang sesuai dengan situasi krisis sekarang ini.; (2) Guru PJOK yang telah mengikuti penerapan IPTEKS dalam bentuk PKM agar dapat mendifusikan kepada teman-teman lainnya yang lain; (3) Kepada Kepala Sekolah SD Negeri/Swasta Kecamatan Lubuk Kilangan dapat memberikan kesempatan mengikuti kegiatan KKG di bidang PJOK.

Daftar Pustaka

- Ashton, John (1994). *Sport It Towards 2000 Teacher Resource Manual*, Australia: Australian Sports Commission.
- Cikimat, Sofyan (1993). *Kinerja*. Jakarta: Gramedia Asri Media.
- Edwar (2008). *Kontribusi Kebugaran Jasmani, Kompetensi Profesional dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Kota Padang* (Tesis) Pascasarjana UNP, Padang: UNP).
- Gusril (2000). *Evaluasi Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani di Kotamadya Padang*. *Jurnal Pusat Pengkajian dan Pengembangan IPTEK Olahraga Menpora Volume 2 Nomor 3 Juli 2000*. Jakarta : Menpora.
- _____ (2004). *Beberapa Faktor Yang Berkaitan Dengan Pengetahuan Motorik Peserta Didik SD Negeri Kota Padang, Disertasi Pascasarjana UNJ*. Jakarta : UNJ.
- (2017). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*, Padang: UNP Press.
- Gusril dan Edwar (2016). *Kinerja Guru PJOK Sekolah Dasar Negeri Kota Padang dan Faktor yang Mempengaruhinya*, Konvensi Pendidikan 2016, Jakarta: UNJ.
- Jones, Don (1995). *Bahan Penataran Modifikasi Olahraga Ke Dalam Pendidikan Jasmani*. tanggal 5 – 14 Juni. Surabaya :FPOK IKIP Surabaya.
- Mangkunegara, Anwar Prabu (2004). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: Rosdakarya.
- Mulyasa, Enco (2003). *Manajemen Berbasis Sekolah*. Bandung: Remaja Rosdakarya..

- Padri (2016). *Peningkatan Hasil Belajar PJOKorkes Melalui Pendekatan Modifikasi Olahraga Peserta Didik Kelas VB Sekolah Dasar Negeri 4 Kota Pekanbaru* (Tesis).
- Ratna (2008). *Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri 01 Pasar Laban Kecamatan Bungus Teluk Kabung*. Padang: Tesis PPs-UNP.
- Ridwan (2015). *Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri 3 Pekanbaru* (Tesis S2) Universitas Negeri Padang.