KARAKTERISTIK PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN (PJOK) DI LINGKUNGAN LAHAN BASAH

Herita Warni [1]*, Syamsul Arifin [2], Ramadhan Arifin[3]
[123] Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia
*Corresponding author: hwarni@ulm.ac.id

Abstrak. Pembelajaran pendidikan jasmani lekat dengan keterampilan gerak untuk menuju kebugaran. Untuk itu diperlukan sarana dan prasarana yang memadai untuk dapat melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai standar. Namun demikian tidak semua sekolah memiliki fasilitas yang memadai untuk dpat melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani dengan baik. Kendala semacam itu hamper ditemui di semua sekolah yang memiliki karakteristik lahan basah. Oleh karena itu peneltiian ini dilakukan dengan tujuan adalah mengetahui karakteristik pemeblajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di lingkungan lahan basah. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kombinasi kualitatif dan kuantitatif (Mixed Methods Research) dengan desain Sequential Explanatory (Creswell, 2014). Populasi penelitian ini adalah siswa dan guru di Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. Hasil peneltiian ini menunjukan bahwa Kesimpulan ini menunjukan bahwa proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) terkendala pasang surut air, cuaca yang eksterm serta kondisi lapangan dan fasilitas yang tidak memadai yang tidak mendukung dalam melakukan aktivitas atau gerakan dalam pembelajaran. Untuk tetap dapat merelisasikan pembelajaran, maka pembelajaran dilakukan di dalam kelas dengan ruang seadanya dan tidak memadai untuk dapat bergerak secara leluasa, bahkan teras sekolah menjadi tempat untuk dapat memberikan pembelajaran. Oleh karena keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki tersebut, maka Kompetensi Dasar (KD) tidak semua dapat diajarkan.

Kata kunci: Karakteristik, pembelajaran pjok, lahan basah

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Hal tersebut tertuang dalam Permendiknas No 22 tahun 2006 dan Permendikbud No 58 dan 59 Tahun 2014, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, penalaran, keterampilan sosial, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Dari definisi ini terlihat jelas bahawa pendidikan jasmani adalah pendidikan via gerak dalam rangka mencapai tujuan pendidikan secara nasional.

Pendidikan jasmani menjadi bagian penting untuk meciptakan siswa aktif bugar dan sehat. Akhir-akhir ini telah menjadi keprihatinan dunia adanya penyakit kurang gerak . Studi WHO 2004 menunjukian bahwa banyak siswa Sekolah Dasar yang mengalami panyakit degeneratif yang diakibatkan kurangnya dalam melakukan aktivitas gerak *(inactivity)* yaitu sebuah penyakit yang tidak menular atau *noncomunicate diseases* (NCDs) dan juga gangguan kesehatan umum lainnya seperti meningkatnya jumlah obesitas atau kelebihan berat badan, serangan jantung, hypertensi, kanker, dan diabetes (WHO, 2014). Akibat dari kurang gerak, selain munculnya penyakit-penyakit yang disebabkan kurang gerak, juga terdapat siswa yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan sosial, emosional, dan kognitif, dan juga menunjukkan sikap kurang aktif dalam belajar dibandingkan dengan siswa yang memiliki keterampilan gerak yang baik (Williams et al., 2008)

Salah satu penunjang keberhasilan pendidikan jasmani yaitu sarana dan prasarana yang memadai untuk dapat melaksankan pembelajaran pendidikan jasmani. Pencapaian tujuan pendidikan jasmani dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu guru, siswa, kurikulum, sarana (peralatan olahraga), prasarana (fasilitas olahraga), lingkungan, dan sosial.

Memperhatikan letak geografis wilayah Kabupaten Banjar yang dominan memiliki wilayah lahan basah tentunya berpengaruh terhadap kebiasaan dan budaya yang sangat kental dengan sungai. Hal ini terkait dengan terbatasnya lahan kering untuk bergerak, seperti berlari, bermain, dan aktivitas lainnya yang bisa membuat anak-anak berkeringat untuk menjadi sehat dan menjadi anak dalam kondisi bugar. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adlah untuk mengetahui bagaiman karakteristik pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah yang memeliki lingkungan lahan basah.

© Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat

2. METODE

Metode Penelitian yang digunakan bersifat kualitatif, dengan paradigma naturalistic inquary (lincoln dan Guba, 1985). Dalam penelitian ini yang dikumpulkan berupa 'data lunak' (soft data) artinya data yang diperoleh berupa uraian yang kaya akan informasi dan deskripsi kegiatan yang dilakukan. Penelitian dilakukan antara bulan Juli – Nopember 2020, di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA) yang tersebar di Kabupaten Banjar. Adapun teknik pengumpulan data melalui obsevasi dan wawancara.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil oservasi dan wawancara di peroleh data sebagai berikutLingkungan

a. Sekolah Dasar
   Dari hasil observasi, sekolah ini tidak memiliki lapangan olahraga, kecuali halaman sekolah yang cukup sempit, dan berbatu, sangat tidak layak untuk dijadikan tempat pembelajaran pendidikan jasmani. Dari hasil wawancara dengan Bapak Kepala Sekolah bahwa Sekolah Dasar ini pada setiap bulan-bulan musim penghujan, halaman sekolah dapat dipastikan terendam air. Ketika halaman terendam, pembelajaran PJOK berlangsung didalam kelas, bahkan terkadang dilakukan di teras sekolah. Dikemukakan pula oleh beliau bahwa sarana dan prasarana penunjang pembelajaran PJOK yang masih sangat kurang. Dalam pembelajaran PJOK, jadwal di sekolah satu hari satu kelas. Dalam pembelajaran terkadan guru Pendidikan Jasmnai menggabungkan 4 jam pelajaran sekaligus. Dari wawancara, dikemukakan pula oleh bapak kepala sekolah, bahwa mayoritas pekerjaan orang tua seiwa adlah nelayan dan petani. Untuk pergi kesekolah rata-rata siswa bejalan kaki, dan sebagian menggunakan sepeda. Dengan keterbatasan sarana dan prasarana pendidikan jasmani, tidak mengurangi minat siswa untuk tetapa semangat dalam berolahraga.
b. Sekolah Menengah Pertama
   Hasil observasi pada Sekolah Menengah Pertama. Kondisi sekoalah ini berada ditengah ditengah daerah lahan basah. Memiliki halaman depan cukup luas,tetap dengan permukaan tanah yang bergelobanga. Dari hasil wawancara, bahwa lapangan sering tergenang air, baik saat pasang maupun saat musim hujan. Kegiatan pendidikan jasmani dilakukan dilapangan tersebut. Dikemukakan oleh bapak kepala sekolahnya bahwa saat banjir, pelajaran penjas tidak dapat dilakukan, acaplkali kegiatan dilakukan di teras, tetapi itupun tidak memadai karena kondisinya juga tidak layak dan cukup sempit. Namun demikian kata beliau minat siswa untuk berolahraga cukup tinggi. Untuk sampai kesekolah kebanyakan berangkat kesekolah, berjalan kaki karena mereka tidak jauh dari sekolah namun ada juga yang menggunakan sepeda dan mereka yang rumahnya melewati sungai dari sekolah menggunakan penyeberangan atau getek, serta mayoritas pekerjaan orang tuanya hampir buruh tani dan swasta hanya beberapa orang, tidak ada pekerjaan orang tuanya sebagai pegawai negri
c. Sekolah Menengah Atas
   Sekolah ini berada pada lingkungan persawahan pasang surut. Bangunan sekolah berbentuk panggung, dibagian bawahnya tergenang air. Dari hasil wawancara dikemukakan oleh guru pendidikan jasmani dan kepala sekolah bahwa mereka membuat panggung yang difungsikan untuk halaman upacara dan juga sebagai sarana olahraga. Panggung teersebut di kelilingi jaring agar saat pembelajaran penjas menggunakan alat seperti bola tidak jatuh keluar dari panggung tersebut. Dengan kondisi seadanya tersebut dikemukakan oleh guru penjas, bahwa minat siswa untuk mengikuti pembelajaran penjas cukup tinggi. Dikemukakan pula oleh mereka bahwa saat air pasang dan apalagi saat musim hujan, maka sekitaran bangunan sekolah terendam air. Pada kondisi yang demikian pembelajaran pendidikan jasmani sering tidak dapat dilaksanakan, dan sering kali juga pembelajaran dilakukan diteras sekolah. Demikian juga ekstra kurikuler tidak dapt berjalan dengan baik, yang disebab oleh kondisi lingkungan sekolah yang sering tergenang air.

Dari hasil analisis data lapangan, dapat dikemukakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat berlangsung dengan baik yang disebabkan oleh kendala lingkungan lahan basah. Sarana dan prasarana merupakan sumber daya yang penting dan utama dalam menopang kegiatan belajar mengajar di sekolah sangat minim. Standar sekolah untuk fasilitas olahraga tidak sesuai dengan standar sarana dan prasarana permen No. 24 Tahun 2007. Dengan minimnya infrastruktur yang demikian bagaimana mungkin proses pembelajaran

pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lancar. Sarana prasarana yang lengkap dan memadai menunjang keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani dalam ketercapaian tujuan pendidikan jasmani yang optimal (Widiastuti, 2019).

Dari hasil observasi dan wawancara, dapat dikemukakan bahwa rata-rata sekolah sangat minim dalam kepememilikan sarana dan prasaran olahraga. Namun demikian minat siswa untuk melaksankan pembelajaran olahraga cukup tinggi. Minat berolahraga yang tinggi ini menjadi faktor dalam keberhasilan mata pelajaran PJOK, akan tetapi faktor alam yang menjadi kendala ketercapaian hal tersebut. Menurut Ichsan (2019) dalam pembelajaran PJOK fasilitas memiliki peranan penting sebuah capaian pembelajaran. Benny, (2015) bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan sarana sangat menunjang keaktifan siswa pada pembelajaran.

Dari hasil wawacara juga dapat dikemukakan bahwa guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan cukup kreatif dalam mengatasi masalah lingkungan sekoalah yang tergenang air tersebut. Buktinya pembelajaran acapkali dilakukan di dalam kelas yang cukup sempit jika digunakan untuk olahraga, dan juga seringkali melakukan olahraga di teras sekoalah. Bagaimanapun keadan fasilitas olahraga, guru pendidikan jasmani olahraga kesehatan harus dapat melaksanakan pembelajaran PJOK (Efendi, 2019). Disampiing itu guru pendidikan jasmani juga berperan sebagai demonstrator, pengelolakelas, fasilitator, motivator dan evaluator (Making, 2017). Guru harus memiliki kompetensi sebagai kesiapan mengajar, disamping itu diharapkan memiliki pengetahuan yang tinggi. Oleh karena pendidikan berkelanjutan untuk bagi guru sangat diperlukan, disamping juga adanya kerjasama antar guru profesional untuk meningkatkan pengetahuan yang akan berdampak pada kualitas pembelajaran bagi peserta didik. (Pecheone, & Whittaker, 2016; Borko, 2004; Vescio et al., 2008). Dalam mendesain pembelajaran, guru guru dituntut mampu memanfaatkan teknologi Sebagai seorang guru yang profesional seorang guru harus mampu menguasai kompetensi bidang, selain itu guru profesional juga harus memiliki kualitas moral, berbudaya, bermartabat, yang menjalankan tugas dengan penuh tanggung jawab, berkeadilan, berhati nurani, berdisiplin, taat dengan peraturan, dan berdisiplin (Belinova, et al., 2017). Dalam pandangan progresif, perubahan karakteristik pada masyarakat harus diikuti oleh perubahan kultur guru dalam proses pembelajaran. Perubahan yang begitu cepat menuntut guru harus mempersiapkan diri agar tidak tergilas oleh zaman, dan bahkan dapat terjadi kemampuan murid melebihi guru, apabila guru tidak memiliki pengetahuan yang luas.

4. SIMPULAN

Kesimpulan ini menunjukan bahwa proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) terkendala pasang surut air, cuaca yang eksterm serta kondisi lapangan yang tidak mendukung dalam melakaukan aktivitas atau gerak dalam pembelajaran, seorang guru pendidikan jasmani dituntut untuk melakukan inovasi dan kreativitas saat mengajar meski dalam kondisi apapun. Oleh karena itu pemebelajaran pendidikan jasmani sering dilakukan di dalam kelas dengan fasilitas seadanya, dan juga sering dilakukan di bagian teras sekolah.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kami sampaikan kepada ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memberikan bantuan sehingga pelaksanaan penelitian ini bisa berjalan dengan baik, selanjutnya disampaikan terima kasih kepada sekolah yang telah bersedia menjadi sampel pada penelitian ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

Asim. (2007). *Pengembangan Penjas Orkes Berbasis Life Skill Bagi Anak-anak Pesisir Pantai. Jurnal IPTEK Olahraga 9 (1*). Jakarta Pusat: Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga RI.

Benny, B. (2015). Analisis Peranan Sarana dan Prasarana Penjasorkes Terhadap Minat Belajar Penjasorkes di SMA Negeri 10 Makassar. *Jurnal ILARA*, 6, 63-72.

Belinova, N. V., Bicheva, I. B., Kolesova, O. V., Khanova, T. G. and Khiznaya, A.V. (2017). Features of professional ethics formation of the future teacher. *Revista espacios*, *38*(25).

Creswell, J. W. (2014). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE publications.

Erfan, M. (2017). Peran Guru Penjas Terhadap Kebugaran (Kesegaran) Jasmani Siswa. *In Seminar Nasional Pendidikan Olahraga* (Vol. 1, No. 1, pp. 184-192).

Efendi, E. (2019). Peningkatan Hasil Belajar dengan Memfasilitasi Fasilitas Terbatas melalui Proses PJOK di Kelas III SD Katolik Wolomude Kecamatan Kangae Kabupaten Sikka. Serambi PTK, 6(3), 143-150.

Ichsan, F. N. (2019). *Fasilitas Pembelajaran Penjas Dan Olahraga Pada Sekolah Menengah Atas Di Kabupaten Jepara Tahun 2019* (Doctoral dissertation, UNNES).

Lutan dkk. (2001) *Pendidikan Kebugaran Jasmani Orientasi Pembinaan Disepanjang Hayat*. Dirjen Olahraga. Depdiknas

Making, F. R. H. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Upaya Preventif Bencana Alam Gunung Berapi Pada Siswa Jenjang Sekolah Menengah Pertama Di Daerah Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(8).

Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyogo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(1), 110-116.

Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., & Barnett, T. A. (2013). Early childhood television viewing and kindergarten entry readiness. *Pediatric Research*, *74*(3), 350–355.

Pecheone, R.L. and Whittaker, A. (2016). Well-prepared teachers inspire student learning. *Phi Delta Kappan*, *97*(7), pp.8-13.

Rahmatullah, M. I. (2019). Pengembangan Konsep Pembelajaran Literasi Digital Berbasis Media E-Learning Pada Mata Pelajaran PJOK di SMA Kota Yogyakarta. *Journal Of Sport Education (JOPE*), 1(2), 56-65.

Triawr. A. W. R. (2019). *Persepsi Peserta Didik, Guru Dan Peran Orang Tua Dalam Penyelenggaraan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Sma Kabupaten Kutai Timur* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

WHO. (2014). *Commission on Ending Childhood Obesity hold hearing with non-state actors. Geneva (CH): World Health Organization; 2014*. (pp. 8-10). Atlantis Press.

Wikipedia. (2020). *Lingkungan lahan basah.* Google.com

Williams, H. G., Pfeiffer, K. A., O'neill, J. R., Dowda, M., McIver, K. L., Brown, W. H., & Pate, R. R. (2008). Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity*, *16*(6), 1421–1426.