



Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Olahraga di SMP IT Husnul Khotimah Jiken

Aria Sabandi¹, Didik Daniyantara², Mahfuz³, Zaenul Arkanudin⁴

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi, Lombok Timur, Indonesia^{1,2,3,4}

*Email Korespodensi: ariasabandi39@gmail.com

History Article:

Received 10-09-2026

Accepted 13-09-2026

Published 19-09-2026

ABSTRACT

This study aims to analyze the role of Physical Education teachers in improving the quality of sports learning, to find supporting and inhibiting factors, and to describe the strategies implemented by teachers in the learning process. This study employed a descriptive qualitative design with one Physical Education teacher and 12 students. Data were gathered by observation, interview, documentation and field notes. Data were analyzed through data reduction, data display and drawing conclusions. Data validity was tested through source triangulation and technique triangulation. The results show that the teacher was involved in preparing learning activities, delivering materials, motivating students, managing the class, giving guidance, utilizing facilities and infrastructure, and conducting evaluation. Sports learning was fairly well implemented, but student involvement was not yet evenly distributed. The supporting factors were the students' motivation, the teachers' competence, the school's support, and the availability of facilities and infrastructure. The limiting factors to the process were the differences in the students' abilities and interests, limited facilities and limited instructional time. The strategies used by the teacher were direct practice, games, activity variations, motivation and adaptation of the learning activities to the students' conditions. Thus, to improve the quality of sports learning, an adaptive teacher role and varied learning strategies are necessary.

Keywords: Teacher Role; Physical Education; Learning Quality; Sports Learning; Learning Strategies

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran guru Pendidikan Jasmani dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga, mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat, serta mendeskripsikan strategi yang diterapkan guru dalam pembelajaran. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek satu guru Pendidikan Jasmani dan 12 siswa. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan keabsahan data melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru telah menjalankan peran dalam mempersiapkan pembelajaran, menyampaikan materi, memberikan motivasi, mengelola kelas, membimbing siswa,

memanfaatkan sarana dan prasarana, serta melakukan evaluasi. Pembelajaran olahraga telah berlangsung cukup baik, tetapi keterlibatan siswa belum sepenuhnya merata. Faktor pendukung meliputi motivasi siswa, kemampuan guru, dukungan sekolah, serta ketersediaan sarana dan prasarana. Hambatan meliputi perbedaan kemampuan dan minat siswa, keterbatasan sarana, serta waktu pembelajaran. Strategi guru meliputi praktik langsung, permainan, variasi kegiatan, pemberian motivasi, dan penyesuaian pembelajaran dengan kondisi siswa. Dengan demikian, peran guru yang adaptif dan strategi pembelajaran yang bervariasi diperlukan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga.

Katakunci: Peran Guru; Pendidikan Jasmani; Kualitas Pembelajaran; Olahraga; Strategi pembelajaran



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dalam proses pendidikan karena tidak hanya berorientasi pada pengembangan kemampuan fisik dan keterampilan gerak, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan pengetahuan, sikap, motivasi, kerja sama, dan karakter peserta didik. Pembelajaran pendidikan jasmani yang berkualitas perlu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam berbagai aktivitas gerak serta memperoleh pengalaman belajar yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhannya. Dengan demikian, keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya ditentukan oleh pencapaian hasil belajar, tetapi juga oleh kualitas proses pembelajaran yang berlangsung. Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu memperhatikan keterlibatan siswa, pengelolaan kelas, dukungan guru, serta kesesuaian strategi pembelajaran dengan tujuan yang hendak dicapai (Iswanto & Widayati, 2021; Richartz & Kohake, 2021).

Kemampuan guru untuk merencanakan, melaksanakan, mengelola, dan mengevaluasi proses pembelajaran erat terkait dengan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani tidak hanya menyampaikan informasi; mereka juga bertindak sebagai motivator, fasilitator, pembimbing, dan pengelola pembelajaran. Untuk membuat pengalaman belajar siswa bermakna, guru harus memiliki kemampuan untuk melakukan berbagai tugas tersebut. Penelitian Anwar et al. (2020) menunjukkan bahwa kompetensi guru pendidikan jasmani berkaitan dengan proses pembelajaran dan pencapaian belajar siswa. Namun, kompetensi yang diperoleh melalui pengukuran tidak secara otomatis meningkatkan kualitas pembelajaran apabila tidak diimplementasikan dalam praktik pembelajaran secara nyata. Purnomo & Sulaiman (2022) menyatakan bahwa kemampuan guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran mencakup tiga tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Ketiga tahapan tersebut berperan penting dalam mendukung keberhasilan proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembelajaran olahraga tidak selalu berjalan dengan baik. Perbedaan dalam kemampuan, minat, motivasi, dan karakteristik siswa dapat menyebabkan perbedaan dalam tingkat keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Sementara beberapa siswa dapat berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan, yang lain membutuhkan bimbingan guru, insentif, dan pendampingan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendidik harus memiliki kemampuan untuk menyesuaikan pembelajaran dengan keadaan siswa. Menurut penelitian sistematis tentang praktik pembelajaran olahraga, keterlibatan dan partisipasi siswa, motivasi, dan hasil belajar adalah komponen penting yang harus diperhatikan dalam pembelajaran olahraga (Ward et al., 2021). Selain itu, hasil dari tinjauan sistematis dan meta-analisis Dudley et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran olahraga dapat berdampak pada perkembangan psikomotor, afektif siswa. Hal ini menegaskan betapa pentingnya proses pembelajaran berkualitas tinggi serta pendekatan pedagogis yang digunakan guru.

Selain faktor siswa dan kemampuan guru, kualitas pembelajaran olahraga juga dipengaruhi oleh sarana dan prasarana yang tersedia. Siswa mungkin harus menunggu giliran untuk melakukan aktivitas atau bergantian menggunakan alat jika tidak ada sarana yang cukup. Kondisi tersebut dapat mengurangi jumlah waktu siswa yang aktif di kelas. Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian tentang sarana dan prasarana pendidikan jasmani, ketersediaan fasilitas adalah salah satu komponen yang harus diperhatikan untuk mendukung proses pembelajaran yang efektif (Ihdanazidatinihitiana & Hamdani, 2023). Akibatnya, guru harus mampu memanfaatkan fasilitas yang tersedia secara kreatif dan menyesuaikan aktivitas pembelajaran dengan keadaan fasilitas sekolah.

Strategi pembelajaran yang digunakan guru juga memiliki peranan penting dalam menciptakan

pembelajaran olahraga yang menarik dan melibatkan siswa. Penggunaan metode yang bervariasi, praktik langsung, permainan, pemberian motivasi, serta penyesuaian kegiatan dengan kemampuan siswa dapat membantu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih aktif. Richartz dan Kohake (2021) menegaskan bahwa kualitas pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya berkaitan dengan pengelolaan kelas secara umum, tetapi juga membutuhkan dukungan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik bidang olahraga, termasuk dalam pembelajaran keterampilan gerak. Penelitian mengenai praktik pembelajaran yang tepat dalam pendidikan jasmani juga menunjukkan bahwa praktik pengajaran yang efektif berkaitan dengan keterlibatan, motivasi, dan pembelajaran siswa (Ward et al., 2021).

Permasalahan mengenai peran guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani telah dikaji oleh beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian Lah et al. (2023), misalnya, menunjukkan pentingnya peran guru pendidikan jasmani dalam meningkatkan minat dan prestasi belajar olahraga siswa. Penelitian tersebut memperlihatkan bahwa guru memiliki posisi strategis dalam memberikan arahan dan menciptakan kondisi pembelajaran yang mendukung siswa. Sementara itu, penelitian Mawarti et al. (2022) menunjukkan bahwa gaya mengajar guru memiliki hubungan dengan motivasi belajar siswa dalam pendidikan jasmani. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa cara guru mengelola dan menyampaikan pembelajaran dapat memengaruhi pengalaman belajar siswa.

Meskipun penelitian sebelumnya telah membahas kompetensi guru, motivasi siswa, gaya mengajar, sarana dan prasarana, serta kualitas pembelajaran pendidikan jasmani, masih diperlukan kajian yang melihat peran guru secara lebih menyeluruh dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga, terutama dengan menghubungkan pelaksanaan peran guru, kondisi pembelajaran siswa, faktor pendukung dan penghambat, serta strategi yang digunakan guru dalam menghadapi kondisi tersebut. Penelitian ini tidak hanya melihat guru dari sisi kemampuan mengajar, tetapi juga mengkaji bagaimana guru menjalankan perannya sebagai pendidik, motivator, fasilitator, pembimbing, dan pengelola pembelajaran dalam proses pembelajaran olahraga. Fokus tersebut penting karena kualitas pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh satu komponen, tetapi merupakan hasil interaksi antara guru, siswa, strategi pembelajaran, sarana dan prasarana, serta kondisi pembelajaran.

Berdasarkan temuan awal dan masalah yang menjadi dasar penelitian, pembelajaran olahraga telah dilaksanakan melalui berbagai upaya guru dalam mempersiapkan pembelajaran, menyampaikan materi, memberikan motivasi, mengelola kelas, membimbing siswa, memanfaatkan sarana dan prasarana, dan menilai. Meskipun demikian, keterlibatan siswa dalam pembelajaran belum merata, sehingga diperlukan strategi yang dapat mengakomodasi variasi kemampuan dan minat siswa. Ada kebutuhan untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana guru melakukan tugasnya dan bagaimana strategi ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga. Fokus penelitian ini sejalan dengan kerangka pemikiran yang menempatkan peran guru dan praktik pembelajaran yang efektif sebagai aspek yang saling berkaitan dengan keterlibatan, partisipasi, motivasi, dan hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani (Nesbitt et al., 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan peran guru pendidikan jasmani dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga, menemukan hal-hal yang mendukung dan menghambat pembelajaran, dan menjelaskan metode yang digunakan guru untuk mengatasi kondisi pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan ini dipilih

karena penelitian berfokus pada pemahaman secara mendalam mengenai peran guru Pendidikan Jasmani dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga berdasarkan kondisi yang berlangsung secara alamiah. Menurut Sugiyono (2023), penelitian kualitatif digunakan untuk memahami kondisi objek dalam situasi alamiah, dengan peneliti sebagai instrumen kunci, pengumpulan data dilakukan melalui berbagai teknik, serta analisis data dilakukan secara induktif. Pendekatan tersebut sesuai dengan penelitian ini karena data yang diperoleh berupa informasi, pengalaman, aktivitas, dan kondisi pembelajaran yang kemudian dideskripsikan berdasarkan temuan di lapangan.

Subjek penelitian terdiri atas satu guru Pendidikan Jasmani dan 12 siswa yang terlibat dalam proses pembelajaran. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan keterlibatan langsung mereka dalam proses pembelajaran olahraga, sehingga dapat memberikan informasi mengenai pelaksanaan pembelajaran, peran guru, keterlibatan siswa, faktor pendukung dan penghambat, serta strategi yang diterapkan dalam pembelajaran. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 21 Juli sampai 21 Agustus 2026.

Dengan menggunakan dokumentasi, wawancara, dan observasi, data penelitian dikumpulkan. Dalam penelitian ini, observasi dilakukan secara langsung terhadap proses pembelajaran untuk mengumpulkan data tentang kesiapan dan perencanaan guru, pelaksanaan pembelajaran, pemberian motivasi, pengelolaan kelas, keterlibatan siswa, pemanfaatan sarana dan prasarana, dan evaluasi pembelajaran. Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap objek yang diteliti (Arikunto, 2021). Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan guru pendidikan jasmani dan siswa. Tujuan wawancara dengan guru adalah untuk mengetahui tentang peran guru dalam pembelajaran, pendekatan yang mereka gunakan untuk mendorong siswa, tantangan yang dihadapi, dan upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Sementara itu, wawancara dengan siswa adalah untuk mengetahui tentang keterlibatan dan pengalaman siswa selama pembelajaran. Wawancara semi-terstruktur memungkinkan peneliti membuat pertanyaan yang sesuai dengan informasi yang diperoleh selama proses penelitian.

Dokumentasi yang dikumpulkan meliputi perangkat pembelajaran, jadwal pembelajaran, data siswa, dokumentasi kegiatan pembelajaran, serta informasi tentang sarana dan prasarana olahraga, dan digunakan sebagai data pendukung untuk melengkapi hasil observasi dan wawancara. Reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan adalah tiga fase interaktif analisis data. Pada tahap reduksi, data dari observasi, wawancara, dan dokumentasi dipilih, dipilah, dan difokuskan pada informasi tentang peran guru, kualitas pembelajaran, faktor pendukung dan penghambat, dan strategi pembelajaran. Mengorganisasikan data yang telah direduksi ke dalam uraian deskriptif untuk menunjukkan pola dan hubungan antartemuan adalah langkah berikutnya dalam penyajian data. Selanjutnya, kesimpulan ditarik dengan menginterpretasikan pola dan arti dari data penelitian. Sugiyono (2023) menggambarkan tahapan ini sebagai proses analisis data kualitatif. Dari awal pengumpulan data hingga akhir penelitian, proses analisis dilakukan.

Triangulasi teknik dan triangulasi sumber digunakan untuk memastikan keabsahan data. Triangulasi sumber melibatkan perbandingan informasi yang diperoleh dari guru pendidikan jasmani dan siswa; triangulasi teknik melibatkan perbandingan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti melakukan pengamatan berulang untuk memastikan bahwa informasi yang mereka kumpulkan sesuai dengan kondisi pembelajaran yang sebenarnya. triangulasi digunakan untuk meningkatkan kredibilitas dan kepercayaan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi peran guru pendidikan jasmani dalam

meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga. Data yang dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan. Penelitian ini menemukan bahwa guru telah melakukan peran mereka dalam beberapa aspek utama pembelajaran, termasuk perencanaan pembelajaran, pemberian motivasi, pengelolaan kelas, pembimbingan siswa, pemanfaatan sarana dan prasarana, dan evaluasi pembelajaran.

Peran Guru dalam Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru telah merencanakan pembelajaran dengan baik. Mereka menyiapkan materi, menetapkan kegiatan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran, dan menyiapkan kegiatan praktik sebelum pembelajaran dimulai. Perencanaan ini berfungsi sebagai dasar pelaksanaan pembelajaran sehingga kegiatan olahraga dapat berlangsung secara terarah.

Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa perencanaan pembelajaran diarahkan pada kebutuhan siswa dan kondisi pembelajaran olahraga yang praktis. Guru berusaha menyesuaikan bentuk kegiatan agar siswa dapat mengikuti pembelajaran sesuai dengan tingkat kemampuannya. Ini menunjukkan bahwa perencanaan pembelajaran tidak hanya terdiri dari menyiapkan materi, tetapi juga mempertimbangkan kondisi dan kemampuan siswa. Guru memberikan penjelasan: “Sebelum pembelajaran dimulai, saya biasanya menyiapkan materi dan kegiatan yang akan dilakukan. Saya juga melihat kondisi siswa dan kemampuan mereka supaya kegiatan yang diberikan dapat diikuti oleh semua siswa. Karena kemampuan siswa berbeda-beda, kegiatan pembelajaran perlu disesuaikan agar siswa tidak merasa terlalu sulit untuk mengikuti praktik.”

Berdasarkan temuan wawancara dan observasi, peran guru dalam tahap perencanaan mencakup persiapan materi dan penyesuaian kegiatan sesuai dengan karakteristik siswa. Perencanaan yang dilakukan guru merupakan salah satu dasar dari pembelajaran olahraga yang terarah.

Peran Guru dalam Memotivasi Siswa

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru memberikan motivasi kepada siswa selama pembelajaran olahraga. Guru memberikan motivasi melalui arahan, dorongan, dan memberi kesempatan kepada siswa untuk mencoba kegiatan praktik. Guru juga memberikan penguatan kepada siswa ketika mereka mengalami kesulitan melakukan gerakan. Meskipun demikian, ada perbedaan dalam tingkat antusiasme siswa. Beberapa siswa tampak sangat terlibat, tetapi yang lain tidak. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa guru harus dimotivasi untuk membuat siswa lebih percaya diri dan siap untuk belajar. Guru mengatakan: “Tingkat antusiasme siswa dalam pembelajaran olahraga cukup beragam. Sebagian siswa sudah menunjukkan semangat dan aktif, tetapi ada juga siswa yang kurang aktif dan kurang bersemangat, sehingga antusiasme siswa harus ditingkatkan.”

Hasil menunjukkan bahwa guru telah melakukan tugasnya sebagai motivator, tetapi masih ada pekerjaan yang harus dilakukan untuk meningkatkan motivasi siswa. Berbagai siswa memiliki minat, kemampuan, dan keberanian yang berbeda dalam mengikuti aktivitas olahraga, sehingga respons mereka terhadap pembelajaran dapat berbeda-beda.

Pengelolaan Kelas dalam Pembelajaran Olahraga

Berdasarkan hasil observasi, kemampuan guru dalam mengelola kelas berada pada kategori baik. Guru memberikan instruksi sebelum kegiatan, mengatur siswa ketika praktik berlangsung, serta mengarahkan siswa agar mengikuti kegiatan sesuai dengan aturan yang telah ditentukan. Pengelolaan kelas dilakukan untuk menjaga keteraturan dan menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif. Dalam pelaksanaannya, guru juga menghadapi kondisi siswa yang memiliki karakter dan tingkat kemampuan

berbeda. Oleh karena itu, guru perlu memberikan perhatian dan arahan kepada siswa yang mengalami kesulitan atau kurang aktif. Pengelolaan kelas dalam pembelajaran olahraga tidak hanya berkaitan dengan ketertiban, tetapi juga bagaimana guru mengatur aktivitas agar siswa memperoleh kesempatan untuk berpartisipasi.

Temuan wawancara menunjukkan bahwa guru berusaha menjaga kondisi kelas melalui pemberian arahan dan pengawasan selama kegiatan praktik. Dengan demikian, pengelolaan kelas telah berjalan dengan baik meskipun masih terdapat kondisi tertentu yang membutuhkan perhatian guru secara lebih intensif.

Keterlibatan Siswa dalam Pembelajaran Olahraga

Salah satu elemen yang masih perlu ditingkatkan adalah keterlibatan siswa. Hasil observasi menunjukkan bahwa tidak semua siswa terlibat secara aktif dalam setiap kegiatan. Sebagian siswa dengan antusias mengikuti praktik, sedangkan yang lain cenderung pasif, terutama ketika mereka menghadapi gerakan yang dianggap sulit. Hasil wawancara menunjukkan bahwa metode pembelajaran, minat, kemampuan, teman sebaya, dan ketersediaan sarana adalah semua faktor yang mempengaruhi keaktifan siswa. Guru menilai bahwa kegiatan yang menarik dan bervariasi dapat meningkatkan keterlibatan siswa. Guru memberikan penjelasan: “Metode pembelajaran yang digunakan memengaruhi keaktifan siswa. Siswa biasanya lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran yang menarik dan bervariasi. Selain itu, minat dan kemampuan setiap siswa berbeda, sehingga tingkat keaktifannya berbeda.”

Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan siswa tidak hanya dipengaruhi oleh keinginan siswa, tetapi juga oleh cara guru merencanakan dan melaksanakan kegiatan pembelajaran. Untuk meningkatkan partisipasi siswa, ada banyak pilihan kegiatan dan metode yang dapat disesuaikan dengan kondisi mereka.

Pemanfaatan Sarana dan Prasarana

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru telah memanfaatkan sarana dan prasarana untuk mendukung pembelajaran olahraga. Mereka menggunakan sarana dan prasarana untuk mendukung kegiatan praktik dan menyesuaikan kegiatan dengan kondisi sarana yang ada. Tetapi hasil wawancara menunjukkan bahwa sarana belum tersedia sepenuhnya. Alat olahraga tidak tersedia dalam jumlah yang cukup, jadi guru harus mengubah kegiatan pembelajaran. Kondisi ini dapat mempengaruhi kemungkinan siswa untuk melakukan praktik bersamaan. Guru menyatakan: “Keterbatasan sarana dan prasarana adalah kendala yang sering saya temui dalam proses pembelajaran olahraga, karena tidak semua alat olahraga tersedia dalam jumlah yang memadai.”

Oleh karena itu, fasilitas dan prasarana merupakan salah satu komponen yang mendukung sekaligus menghambat pembelajaran olahraga. Guru harus mengoptimalkan fasilitas yang mereka miliki untuk mencapai tujuan pembelajaran tetap.

Pelaksanaan Evaluasi Pembelajaran

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru telah melaksanakan evaluasi terhadap proses pembelajaran. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam memahami materi dan melakukan keterampilan olahraga yang telah dipelajari. Guru juga memperhatikan kesulitan yang dialami siswa selama praktik. Evaluasi tidak hanya dilakukan berdasarkan hasil akhir, tetapi juga melalui pengamatan terhadap proses siswa mengikuti kegiatan. Guru menggunakan hasil pengamatan tersebut sebagai bahan untuk memberikan arahan dan perbaikan pada kegiatan berikutnya.

Temuan ini menunjukkan bahwa evaluasi menjadi bagian penting dari peran guru dalam

pembelajaran olahraga. Melalui evaluasi, guru dapat mengetahui ketercapaian pembelajaran sekaligus mengidentifikasi aspek yang masih perlu diperbaiki.

Strategi Guru dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru menggunakan sejumlah strategi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga. Strategi-strategi ini termasuk praktik langsung, permainan, variasi kegiatan, motivasi, memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi, dan memanfaatkan sumber daya yang tersedia. Memberikan kegiatan yang lebih menarik dan tidak monoton adalah salah satu strategi yang dianggap dapat meningkatkan minat siswa. Siswa menunjukkan respons yang lebih baik ketika pelajaran dikombinasikan dengan praktik dan permainan daripada hanya penjelasan.

Satu siswa mengatakan: “Dengan memberikan kegiatan praktik dan permainan, guru biasanya membuat pembelajaran lebih menarik. Kami tidak hanya mendengarkan penjelasan, tetapi juga langsung melakukan kegiatan olahraga. Guru kadang-kadang menawarkan variasi kegiatan untuk mencegah kami bosan.”

Hasil tersebut menunjukkan bahwa berbagai strategi pembelajaran dapat membantu membuat lingkungan pembelajaran lebih menarik. Strategi-strategi ini juga memberi siswa kesempatan untuk berpartisipasi secara langsung dalam olahraga.

Pembahasan

Peran Guru sebagai Perencana dan Pelaksana Pembelajaran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, dari perencanaan hingga pelaksanaan pembelajaran olahraga, guru memainkan peran penting. Perencanaan dilakukan dengan menyiapkan materi dan kegiatan serta mempertimbangkan kemampuan siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kegiatan praktik, tetapi juga oleh kemampuan guru untuk membuat kegiatan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran. Hidayat et al. (2021) mengatakan bahwa guru pendidikan jasmani harus membuat pembelajaran yang kontekstual dengan mempertimbangkan karakteristik siswa dan kondisi pembelajaran. Dalam penelitian ini, penyesuaian kegiatan terhadap kemampuan siswa menunjukkan bahwa guru sedang berusaha menerapkan pembelajaran yang sesuai dengan kondisi siswa.

Hasil ini juga sejalan dengan Purnomo & Sulaiman (2022) yang menunjukkan bahwa guru harus memiliki kemampuan dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani. Perencanaan yang baik membantu guru menentukan kegiatan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan memberikan arah untuk pelaksanaan pembelajaran. Oleh karena itu, peran guru sebagai perencana merupakan dasar bagi pembelajaran olahraga yang sistematis. Guru tidak hanya menyampaikan materi, tetapi juga merancang pengalaman belajar yang memungkinkan siswa melakukan latihan praktis.

Guru sebagai Motivator dalam Pembelajaran Olahraga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi merupakan bagian penting dari peran guru. Guru memberikan dorongan kepada siswa untuk berani mencoba, mengikuti kegiatan, dan tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan. Namun, penelitian juga menemukan bahwa tingkat antusiasme siswa masih beragam. Kondisi tersebut sesuai dengan temuan Ayuningrum et al. (2023) yang menunjukkan bahwa motivasi memiliki keterkaitan dengan aktivitas fisik peserta didik di lingkungan sekolah. Dalam pembelajaran olahraga, siswa yang memiliki motivasi lebih tinggi cenderung menunjukkan partisipasi yang lebih aktif dalam kegiatan fisik.

Perbedaan respons siswa juga menunjukkan bahwa guru perlu menerapkan strategi motivasi yang tidak bersifat seragam. Siswa yang telah memiliki minat tinggi mungkin cukup diberikan penguatan,

sedangkan siswa yang kurang aktif membutuhkan pendekatan, dorongan, dan bimbingan yang lebih intensif. Lah et al. (2023) juga menekankan pentingnya peran guru dalam meningkatkan minat dan prestasi belajar olahraga siswa. Dengan demikian, guru sebagai motivator memiliki posisi strategis dalam membangun kemauan siswa untuk terlibat dalam pembelajaran.

Pengelolaan Kelas dan Keterlibatan Siswa

Pengelolaan olahraga berbeda dari pembelajaran di kelas karena aktivitas olahraga melibatkan gerakan fisik, penggunaan ruang, alat olahraga, dan interaksi antarsiswa. Oleh karena itu, penting bagi guru untuk mengatur aktivitas agar pembelajaran berlangsung tertib dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun pengelolaan kelas berjalan dengan baik, keterlibatan siswa masih perlu ditingkatkan. Artinya, guru tidak secara otomatis membuat semua siswa aktif. Temuan ini menunjukkan bahwa keteraturan kegiatan tidak cukup untuk mengukur kualitas pembelajaran olahraga; pembelajaran dapat berlangsung dengan tenang, tetapi partisipasi siswa tidak selalu merata. Oleh karena itu, guru harus menggabungkan pengelolaan kelas dengan pendekatan pembelajaran yang mendorong partisipasi aktif siswa.

Menurut Nesbitt et al. (2021), teknik pembelajaran yang tepat adalah komponen penting dari pendidikan jasmani yang baik. Agar siswa memiliki pengalaman belajar yang bermakna, aktivitas pembelajaran harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan tujuan pembelajaran mereka.

Sarana dan Prasarana sebagai Faktor Pendukung dan Penghambat

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sarana dan prasarana memiliki dua fungsi sekaligus. Di satu sisi, ketersediaan fasilitas membantu guru melaksanakan kegiatan praktik. Di sisi lain, keterbatasan alat dapat mengurangi kesempatan siswa untuk melakukan praktik secara optimal. Temuan tersebut sejalan dengan Ihdanazidatinihtiana dan Hamdani (2023) yang menunjukkan bahwa sarana dan prasarana merupakan salah satu komponen penting dalam pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani. Aktivitas olahraga membutuhkan fasilitas yang mendukung agar kegiatan dapat berlangsung secara efektif.

Dalam kondisi fasilitas yang terbatas, kemampuan guru untuk beradaptasi menjadi penting. Guru tidak selalu dapat bergantung pada ketersediaan fasilitas yang ideal, sehingga perlu memilih kegiatan yang sesuai dengan sarana yang ada. Kemampuan tersebut menjadi bagian dari kompetensi praktis guru dalam mengelola pembelajaran. Dengan demikian, keterbatasan sarana tidak semata-mata menjadi persoalan fasilitas, tetapi juga menjadi tantangan bagi guru dalam mempertahankan kualitas proses pembelajaran. Dukungan sekolah terhadap penyediaan sarana tetap diperlukan agar pembelajaran olahraga dapat berlangsung secara lebih optimal.

Strategi Pembelajaran yang Bervariasi dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran

Salah satu temuan utama penelitian adalah bahwa guru dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dengan menggunakan praktik langsung, permainan, variasi kegiatan, dan pemberian motivasi sebagai strategi. Strategi ini memberikan pengalaman belajar yang lebih aktif dibandingkan dengan pembelajaran yang hanya berfokus pada penjelasan. Hasil ini sejalan dengan Iswanto & Widayati (2021), yang menekankan betapa pentingnya pendidikan jasmani yang baik.

Selain itu, Dudley et al. (2022) menemukan bahwa intervensi pendidikan jasmani yang baik dapat mempengaruhi perkembangan psikomotor, afektif, sosial, dan kognitif siswa. Hal ini memperkuat hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran olahraga terkait dengan penguasaan gerakan dan pengalaman belajar siswa secara lebih luas. Permainan juga memiliki manfaat strategis karena dapat meningkatkan lingkungan pembelajaran. Variasi pembelajaran dapat dianggap sebagai salah satu strategi yang efektif untuk mengatasi kejenuhan dan perbedaan minat siswa karena siswa lebih cenderung terlibat

dalam kegiatan ketika pelajaran tampak menarik bagi mereka.

Kualitas Pembelajaran Olahraga Ditinjau dari Peran Guru

Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran olahraga telah berlangsung cukup baik, tetapi belum seluruh aspek mencapai kondisi optimal. Kekuatan utama terlihat pada perencanaan, motivasi, pemanfaatan sarana, dan evaluasi. Sementara itu, aspek yang masih memerlukan perhatian lebih adalah pemerataan keterlibatan siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran merupakan hasil dari keterkaitan berbagai komponen. Kompetensi guru, metode pembelajaran, motivasi siswa, sarana prasarana, pengelolaan kelas, dan evaluasi saling memengaruhi dalam proses pembelajaran.

Anwar et al. (2020) menunjukkan bahwa kompetensi guru Pendidikan Jasmani memberikan kontribusi terhadap pencapaian belajar siswa. Artinya, kemampuan guru dalam menjalankan berbagai peran memiliki hubungan penting dengan kualitas pengalaman belajar yang diterima siswa. Dalam penelitian ini, guru telah menunjukkan peran yang cukup luas, yaitu sebagai perencana, pendidik, motivator, pengelola kelas, pembimbing, dan evaluator. Namun, peningkatan kualitas pembelajaran tetap membutuhkan strategi berkelanjutan, terutama dalam meningkatkan partisipasi siswa yang belum aktif. Dengan demikian, peningkatan kualitas pembelajaran olahraga tidak cukup dilakukan melalui peningkatan kemampuan guru semata. Diperlukan pula dukungan lingkungan pembelajaran, ketersediaan sarana, strategi yang bervariasi, serta pendekatan yang mempertimbangkan perbedaan kemampuan dan minat siswa. Temuan ini menegaskan bahwa guru menjadi aktor utama dalam menghubungkan seluruh komponen tersebut agar pembelajaran olahraga dapat berlangsung secara efektif dan memberikan pengalaman belajar yang lebih optimal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga. Mereka melakukan hal-hal seperti merencanakan pelajaran, memberikan motivasi, mengelola kelas, membimbing siswa, memanfaatkan sarana dan prasarana, dan melakukan evaluasi. Pembelajaran olahraga telah berjalan dengan baik, tetapi keterlibatan siswa belum merata. Faktor-faktor seperti motivasi siswa, kemampuan guru, dukungan sekolah, ketersediaan sarana dan prasarana, dan interaksi antarsiswa memastikan bahwa pembelajaran berkualitas tinggi. Hambatan yang ditemukan termasuk siswa yang berbeda dalam hal kemampuan dan minat mereka, keterbatasan sarana dan prasarana, dan waktu pembelajaran yang terbatas. Untuk mengatasi masalah ini, guru menggunakan praktik langsung, permainan, variasi kegiatan, memberikan insentif, dan menyesuaikan pembelajaran dengan keadaan siswa. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga, guru harus lebih fleksibel dalam mengelola pembelajaran dan menggunakan strategi yang beragam untuk meningkatkan keterlibatan siswa dan mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, M. H., Rachman, H. A., Purwanto, J., & Sudardiyono. (2020). Contributions of physical education teachers' competences to students' learning achievements. *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), 32–41. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i1.30769>
- Arikunto, S. (2021). *Penelitian Tindakan Kelas* (Edisi Revisi). Bumi Aksara.
- Ayuningrum, F., Utami, N. S., Broto, D. P., & Muktiani, N. R. (2023). Motivasi Peserta Didik Beraktfitas Fisik di Sekolah. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, 29(2), 65–71. <https://doi.org/10.21831/majora.v29i2.68220>

- Dudley, D., Mackenzie, E., Van Bergen, P., Cairney, J., & Barnett, L. (2022). What Drives Quality Physical Education? A Systematic Review and Meta-Analysis of Learning and Development Effects From Physical Education-Based Interventions. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–20. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.799330>
- Hidayat, M. A., Sarmidi, S., & Sofyan, S. (2021). Analisis Kesesuaian Cara Guru Mengajar PJOK di Sekolah Dasar Negeri se Kecamatan Tamban Kabupaten Barito Kuala. *STABILITAS: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 117–120. <https://doi.org/10.20527/mpj.v2i2.913>
- Ihdanazidatinihtiana, I., & Hamdani, H. (2023). Survei Sarana dan Prasarana pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Labschool Unesa 1. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 11(2), 287–292. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/55583>
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1 SE-Articles), 13–17. <https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259>
- Lah, S., Juita, A., & Vai, A. (2023). Peran Guru Pendidikan Jasmani Daerah 3T dalam Upaya Meningkatkan Minat dan Prestasi Belajar Olahraga di SMP Negeri 1 Sunggak Kecamatan Jemaja Barat Kabupaten Kepulauan Anambas. *Journal Sport Science Indonesia*, 2(1), 86–99. <https://doi.org/10.31258/jassi.2.1.86-99>
- Mawarti, S., Rohmansyah, N. A., & Hiruntrakul, A. (2022). Motivasi Belajar Siswa Pendidikan Jasmani Sebagai Hasil Determinan Dalam Gaya Mengajar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 1–15. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.48119>
- Nesbitt, D., Fisher, J., & Stodden, D. F. (2021). Appropriate Instructional Practice in Physical Education: A Systematic Review of Literature From 2000 to 2020. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 92(2), 235–247. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1864262>
- Purnomo, F. A., & Sulaiman, S. (2022). Kemampuan Guru Penjasorkes dalam Perencanaan Pelaksanaan dan Evaluasi Pembelajaran Pada SMK Negeri Sekabupaten Purbalingga. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 479–488. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.60720>
- Richartz, A., & Kohake, K. (2021). Zur (Fach-)Spezifität von Unterrichtsqualität im Fach Sport. *Unterrichtswissenschaft*, 49, 243–251. <https://doi.org/10.1007/s42010-021-00112-z>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Edisi Kedua). Alfabeta.
- Ward, P., van der Mars, H., Mitchell, M. F., & Lawson, H. A. (2021). Chapter 3: PK-12 School Physical Education: Conditions, Lessons Learned, and Future Directions. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(3), 363–371. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2020-0241>