



Analisis Peran Pembelajaran Berbasis Permainan Dalam Meningkatkan Partisipasi Siswa Pada Pelajaran PJOK

Andrian Usman R¹, Juhanis², Ismail³

¹ PPG Universitas Negeri Makassar

Email: andrianusman99@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: juhanis@unm.ac.id

³ PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: ismailsiwi@gmail.com

Artikel info

Received: 02-03-2023

Revised: 03-04-2023

Accepted: 04-05-2023

Published, 25-05-2023

Abstrak

Pendidikan Jasmani, Olah Raga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dari kurikulum sekolah yang bertujuan untuk meningkatkan kondisi jasmani, motorik, dan kesehatan mental siswa. Pembelajaran yang monoton dapat mempengaruhi keterlibatan siswa dan keberhasilan akademik. Salah satu pendekatan yang mendapat perhatian adalah pembelajaran berbasis permainan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterlibatan siswa pada mata pelajaran PJOK. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan guru PJOK, dan diskusi kelompok dengan siswa. Analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi pola keterlibatan siswa, respon siswa terhadap pembelajaran berbasis permainan, dan dampak terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK. Hasil awal menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mempunyai dampak positif terhadap minat dan keterlibatan siswa. Siswa akan lebih bersemangat dan aktif dalam belajar bila menggunakan metode ini. Siswa menjelaskan bahwa permainan membuat pembelajaran menjadi lebih menarik. Selain itu, guru juga mencatat adanya peningkatan partisipasi dan interaksi siswa dengan teman selama proses pembelajaran. Pembelajaran berbasis permainan dapat berperan penting dalam meningkatkan minat dan keterlibatan siswa pada mata pelajaran PJOK. Implikasinya adalah pentingnya mengintegrasikan pendekatan ini ke dalam praktik pembelajaran di sekolah untuk meningkatkan pengalaman belajar siswa dan mencapai tujuan PJOK yang lebih luas.

Key words:

Partisipasi siswa, PJOK, Pembelajaran melalui permainan,



artikel *global journal sport* dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian penting dari kurikulum yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani, motorik, dan mental peserta didik. Pembelajaran yang monoton dapat merusak keterlibatan siswa dan keberhasilan akademis. Salah satu pendekatan yang semakin mendapat perhatian adalah pembelajaran berbasis permainan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterlibatan siswa pada mata pelajaran PJOK. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan guru PJOK, dan diskusi kelompok dengan siswa. Analisis data dilakukan dengan mengidentifikasi pola keterlibatan siswa, reaksi siswa terhadap pembelajaran berbasis permainan, dan dampaknya terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK. Hasil awal menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mempunyai dampak positif terhadap minat dan keterlibatan siswa. Siswa akan lebih tertarik dan aktif dalam belajar bila menggunakan metode ini. Siswa menjelaskan bahwa permainan membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan. Selain itu, guru juga mencatat adanya peningkatan partisipasi dan interaksi siswa dengan teman selama proses pembelajaran. Pembelajaran berbasis permainan dapat berperan penting dalam meningkatkan minat dan keterlibatan siswa pada mata pelajaran PJOK. Implikasinya adalah pentingnya mengintegrasikan pendekatan ini ke dalam praktik pembelajaran di sekolah untuk meningkatkan pengalaman belajar siswa dan mencapai tujuan PJOK yang lebih luas, tindakan etis serta aspek pembelajaran lainnya. Semua itu dicapai melalui kegiatan jasmani, olah raga, dan kesehatan yang dipilih secara sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran nasional (Prayoga et al., 2022). Tujuan utama pembelajaran PJOK di sekolah adalah untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta menjaga pola hidup aktif sepanjang hidup. Pembelajaran ini juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan manajemen diri dalam menjaga kebugaran jasmani, menjaga kesehatan dan kesejahteraan dengan pola hidup sehat dan benar, serta meningkatkan keterampilan motorik dasar, keterampilan motorik, konsep/pengetahuan, prinsip, strategi, taktik dalam permainan dan olahraga. Selain itu, PJOK bertujuan untuk membangun landasan etika yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai seperti percaya diri, sportivitas, kejujuran, disiplin, tanggung jawab, kerjasama, otonomi, kepemimpinan dan sikap demokratis dalam aktivitas fisik. Program ini juga bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif, mengembangkan kecerdasan lokal yang ada pada masyarakat Indonesia dan memberikan suasana hiburan yang menantang dan memungkinkan ekspresi diri (Suherman, 2018). Diharapkan siswa memperoleh manfaat dari pembelajaran PJOK berupa pemahaman tentang kesehatan jasmani dan kesehatan jasmani itu sendiri. Syarat fisik peserta didik adalah mampu mengikuti segala proses pembelajaran, baik dalam bidang akademik maupun non-akademik (Yusfi & Sriwijaya, 2023).

Namun kenyataan menunjukkan bahwa minat dan partisipasi siswa terhadap mata pelajaran PJOK seringkali belum mencapai tingkat yang optimal. Hal ini disebabkan oleh beberapa hal: kurang bervariasiannya metode pengajaran, materi yang monoton dan kurangnya partisipasi aktif siswa seringkali menjadi penyebab rendahnya minat dan partisipasi siswa. Ingatlah bahwa PJOK diajarkan mulai dari tingkat Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Pertama (SMA). Secara umum mata pelajarannya hampir sama sehingga diperlukan kreativitas guru dalam menerapkan metode pembelajaran. Guru berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar (Ningsih & Rizki, 2024). Metode pembelajaran yang beragam dapat membangkitkan minat siswa dan menghilangkan rasa bosan pada siswa. Banyak siswa yang puas mempelajari PJOK karena siswa dapat belajar di luar, bukan karena materi pembelajarannya sehingga siswa tidak selalu fokus pada bahan ajar. Untuk meningkatkan fokus dan keterlibatan siswa, diperlukan

pendekatan yang lebih terstruktur dan menggugah minat mereka. dalam pembelajaran PJOK. Pembelajaran PJOK diperlukan untuk meningkatkan kondisi fisik siswa. Oleh karena itu, guru perlu mencari metode pengajaran PJOK yang tepat. Salah satu solusinya adalah dengan menyajikan materi pembelajaran yang bervariasi dan tidak monoton, seperti penggunaan pembelajaran berbasis permainan untuk menambah variasi pembelajaran PJOK (Hidayat, 2023).

Model pembelajaran yang digunakan merupakan salah satu senjata untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK dari awal sampai akhir (Alifia et al., 2023). Pembelajaran berbasis permainan merupakan metode yang terbukti efektif dalam meningkatkan minat dan keterlibatan siswa. Pendekatan ini mengintegrasikan unsur permainan ke dalam proses pembelajaran sehingga tercipta suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif. Permainan tidak hanya membuat aktivitas fisik menjadi lebih menyenangkan, tetapi juga memfasilitasi pembelajaran keterampilan motorik dan konsep dasar PJOK dengan lebih alami dan menyenangkan. Pembelajaran berbasis permainan merupakan salah satu cara untuk memberikan pengalaman belajar menyenangkan yang meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran (Sindi et al., 2023). Penggunaan permainan merupakan salah satu alternatif model pembelajaran inovatif yang dapat diterapkan dalam setiap proses pembelajaran PJOK (Panjaitan & Fardana, 2023). Pembelajaran berbasis permainan diakui sebagai alat yang efektif untuk merangsang perkembangan motorik kasar, tidak hanya dengan mengembangkan kekuatan fisik tetapi juga dengan mempelajari kerjasama, aturan dan pemecahan masalah (Nurdiana, 2023). Penerapan permainan dalam proses pembelajaran dapat menarik perhatian siswa sehingga lebih aktif berpartisipasi dalam pembelajaran PJOK. Pembelajaran berbasis permainan akan membangkitkan minat siswa karena kegiatan ini dapat menimbulkan perasaan senang dan gembira. Pendekatan baru ini pasti akan menghilangkan kebosanan siswa (Pambudi & Wijaya, 2024). Kami berharap anak-anak semakin termotivasi dan semangat saat mengikuti kegiatan PJOK. Contoh spesifiknya adalah pengembangan pembelajaran gerak lari melalui permainan penguatan yang dapat menambah variasi dan kesenangan dalam proses belajar mengajar.

Pembelajaran berbasis permainan dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendorong keterlibatan aktif dan kolaborasi antar siswa serta memberikan pengalaman belajar yang positif. Di Indonesia, penelitian mengenai implementasi dan efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam konteks PJOK masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menggali potensinya dalam meningkatkan keterlibatan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterlibatan siswa, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat penerapan pendekatan ini. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan menarik, yang pada akhirnya dapat meningkatkan mutu pendidikan jasmani di sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengetahui lebih dalam pengalaman siswa dan guru dalam melaksanakan pembelajaran berbasis permainan. Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus, memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi konteks spesifik penggunaan game. pembelajaran berdasarkan pendidikan jasmani. Populasi penelitian ini meliputi siswa dan guru yang mengikuti pendidikan jasmani di sebuah sekolah menengah. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih siswa dan guru yang berpengalaman menggunakan metode pembelajaran berbasis permainan. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi dan wawancara. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung bagaimana pembelajaran berbasis permainan dilakukan dalam konteks dunia nyata. Wawancara akan dilakukan dengan guru untuk memahami proses

persiapan, pelaksanaan, dan refleksi penggunaan pembelajaran berbasis permainan. Selain itu, wawancara juga dilakukan kepada siswa untuk mendapatkan sudut pandang mengenai pengalaman belajarnya. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan disajikan pada bagian hasil dan pembahasan. Siswa mengaku merasa lebih bahagia dan bersemangat ketika belajar PJOK melalui permainan. Siswa mengatakan metode permainan mengajarkan pelajaran

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh terlihat bahwa jumlah siswa yang berpartisipasi aktif meningkat secara signifikan ketika menerapkan metode pembelajaran berbasis permainan, siswa bergerak, berinteraksi dan berpartisipasi dalam kegiatan rutin. Siswa menunjukkan minat terhadap mata kuliah PJOK. Siswa mengaku merasa lebih bahagia dan bersemangat ketika mempelajari PJOK melalui permainan. Karena pembelajaran PJOK melalui permainan menjadikan pembelajaran lebih menyenangkan dan mengurangi rasa bosan. Pembelajaran berbasis permainan memungkinkan siswa untuk mengurangi rasa bosan sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik bagi siswa (Muslimah & Rizal, 2024). Permainan yang dimainkan juga memfasilitasi pengembangan keterampilan kerja sama tim, komunikasi dan sportivitas. Permainan seperti Benteng menuntut siswa untuk bekerja sama dan berkomunikasi secara efektif untuk memenangkan permainan. Hasil penelitian (Prabowo et al., 2022) menunjukkan bahwa 5 model permainan yang diterapkan dalam penelitiannya memberikan dampak yang besar dalam meningkatkan keterlibatan siswa, melalui permainan siswa dapat belajar secara efektif, efisien dan bahagia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK. Metode ini menjadikan pembelajaran lebih menarik dan menarik serta memberikan kontribusi terhadap pengembangan keterampilan sosial siswa. Namun keberhasilan penerapan pendekatan ini memerlukan dukungan dalam bentuk pelatihan guru dan peningkatan fasilitas sekolah. Oleh karena itu, pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan mutu pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Indonesia mempunyai banyak permainan tradisional yang kaya akan budaya dan warisan budaya. Guru dapat menggunakan permainan tradisional yang ada sebagai metode pengajaran dalam PJOK. Permainan yang bisa dimainkan sambil belajar PJOK adalah:

- **Benteng:** Permainan ini melibatkan dua tim yang mengejar dan menangkap anggota tim lawan. Dengan tujuan untuk menangkap seluruh anggota tim lawan secara utuh. Benteng melatih keterampilan berlari,strategis tim.
- **Tarik tambang:** Permainan di mana dua tim saling berhadapan dan mencoba menarik tali ke arah satu sama lain. Tarik tambang membantu meningkatkan kekuatan fisik, keterampilan koordinasi dan kerja tim.
- **Lompat Tali:** Permainan yang melibatkan lompat tali yang diayunkan oleh dua orang atau lebih. Lompat tali membantu meningkatkan keseimbangan, ketangkasan, dan kardio
- **Balap Karung:** Permainan ini melibatkan pemain yang berlomba berlari dengan kaki di dalam karung. Balap karung membantu meningkatkan keterampilan keseimbangan, koordinasi, dan kecepatan.
- **Estafet:** Estafet permainan di mana pemain berlomba secara tim dan saling menyerahkan tongkat kepada anggota tim berikutnya. Permainan ini membantu meningkatkan keterampilan lari, koordinasi, dan kerja sama tim.

Selain permainan tradisional yang sudah ada, guru juga dapat membuat permainan sendiri yang sesuai dengan topik pembelajaran, guru dapat memanfaatkan kecanggihan teknologi masa kini,

dan guru juga dapat memodifikasi permainan yang ada sesuai dengan kondisi dan kebutuhan.

Pelaksanaan pembelajaran melalui permainan dalam pelaksanaanya ada beberapa faktor penghambat dan faktor pendukung . Adapun faktor-faktor pendukung sebagai berikut:

- Prasarana yang memadai: Ketersediaan sarana dan peralatan yang memadai sangat memudahkan penerapan metode pembelajaran berbasis permainan. Infrastruktur yang baik memungkinkan berbagai jenis permainan dapat dilaksanakan sesuai dengan tujuan pembelajaran.
- Lingkungan belajar yang mendukung: Guru yang terlatih dan dukungan pembelajaran yang baik sangatlah penting. Pelatihan profesional dan dukungan dari administrator sekolah dapat memastikan bahwa permainan ini dirancang dan diimplementasikan dengan baik.
- Keterlibatan Aktif siswa: Keterlibatan siswa dalam pembelajaran ini mempengaruhi suksesnya pembelajaran melalui permainan.

Sedangkan yang menjadi faktor penghambat dalam pelaksanaan kegiatan permainan pada pelajaran PJOK sebagai berikut :

- Fasilitas: keterbatasan lapangan, peralatan, dan ruangan yang memadai sangat penting untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran melalui permainan.
- Sember daya guru: guru perlu memiliki keterampilan khusus untuk merancang dan mengelola permainan yang efektif dan edukatif. Beban kerja guru yang berat dan keterbatasan dalam mempersiapkan kegiatan tersebut dapat mengurangi kemampuannya dalam melaksanakan kegiatan tersebut secara efektif.
- Perbedaan kemampuan fisik: siswa memiliki tingkat kemampuan fisik yang berbeda-beda. Beberapa siswa merasa tidak mampu berpartisipasi secara penuh dalam permainan, ini dapat mengurangi efektivitas pembelajaran.
- Kurikulum dan waktu; metode pembelajaran melalui permainan memerlukan lebih banyak waktu disbanding metode pembelajaran biasanya.
- Manajemen Kelas: Mengelola kelas selama permainan bisa menjadi sulit, terutama saat ada siswa yang tidak patuh atau sulit diatur, yang bisa mempengaruhi jalannya permainan dan tujuan pembelajaran.

Pembelajaran berbasis permainan pada mata pelajaran PJOK berfungsi untuk meningkatkan keterlibatan dalam pembelajaran PJOK, karena guru menyajikan pembelajaran dengan cara yang menyenangkan dan bervariasi sehingga membangkitkan minat partisipasi anak. Kegiatan permainan dilakukan untuk membantu siswa memperoleh pengalaman baru dalam kegiatan pembelajaran melalui permainan yang dilaksanakan dengan sangat efektif, membantu siswa mengatasi rasa bosan dengan materi pembelajaran dan tindakan PJOK yang monoton. Selain untuk mengatasi rasa bosan pada anak, pembelajaran melalui bermain juga dapat menimbulkan kerjasama, terutama melalui permainan kelompok. Diharapkan guru dapat mengenalkan banyak jenis permainan edukatif. Selain permainan tradisional yang sudah ada, guru dapat memodifikasi permainan tradisional agar sesuai dengan keadaan dan kebutuhan saat ini. Anda juga dapat membuat permainan edukatif sehingga guru memiliki banyak bahan referensi. dalam mata kuliah PJOK.

SIMPULAN

Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) salah satu mata pelajaran yang ada di jenjang pendidikan SD sampai SMA, mata pelajaran dasar yang diikuti semua siswa. Penerapan mata pelajaran PJOK sulit dilakukan ketika siswa merasa bosan dengan kegiatan pembelajaran PJOK karena pada umumnya materi pelajaran hampir sama dan metode

yang digunakan monoton sehingga menimbulkan kebosanan pada anak. Guru perlu mencari solusi atas permasalahan ini. Guru dapat memanfaatkan permainan tradisional yang dimiliki Indonesia dan memanfaatkan kecanggihan teknologi saat ini. Guru dapat mencari referensi permainan. Pembelajaran berbasis permainan pada mata pelajaran PJOK dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan PJOK, karena melalui kegiatan berbasis permainan siswa merasa senang dan tidak merasa bosan. Kegiatan pembelajaran berbasis permainan dalam penerapannya dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang mendukung maupun yang membatasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifia, E., Muhammad, H. N., & Hidayat, T. (2023). Penerapan Model Pembelajaran TGT (Teams Games Tournament) dan TGfU (Teaching Games for Understanding) terhadap Motivasi Belajar pada Materi Keterampilan Kebugaran Jasmani. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 4(1), 745–761. <https://doi.org/10.47467/edui.v4i1.6019>
- Fauzan, M. G., Rahmat, A., & Carsiwan. (2023). Pembelajaran Media Audio Visual Dalam Penjas
Systematic Muhammad. *Jurnal Menssana*, 8(2), 146–160.
<https://doi.org/10.24036/MensSana.08022023.20> Abstrak
- Hidayat, L. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lari melalui Permainan Benteng di Kelas IV SD Negeri Sisir 03 Batu Tahun Pelajaran 2022/2023. *Pendidikan Taman Widya Humaniora(JPTWH)*, 2(1), 457–483.
- Muslimah, S., & Rizal, M. S. (2024). Pengoptimalan Sikap Sosial Siswa SMP melalui Media Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(3), 2257–2265. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i3.3559>
- Ningsih, E. P., & Rizki, S. N. (2024). Peran Guru dalam Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa Sekolah Dasar melalui Pembelajaran Berbasis Masalah. *Ludi Litterarri*, 1(1), 11–17.
- Nurdiana, R. (2023). Penggunaan Metode Pembelajaran Berbasis Permainan terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Thufuli: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 53–58. <https://doi.org/10.62070/thufuli.v1i2.25>
- Pambudi, B. D., & Wijaya, A. (2024). Pengaruh Permainan Kecil terhadap Partisipasi Aktif Siswa dalam Pembelajaran PJOK di SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 1869–1875. <https://doi.org/10.31004/jptam.v8i1.12663>
- Panjaitan, K., & Fardana, N. (2023). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Melalui Pendekatan Permainan dalam Pembelajaran Penjas. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 54–61. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.6857>
- Prabowo, E. M., Mintarto, E., & Nurkholis, N. (2022). Variasi dan Kombinasi Permainan Gerak Dasar Atletik Lompat dalam Pembelajaran PJOK Siswa Sekolah Dasar. *Discourse of Physical Education*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.36312/dpe.v1i1.604>
- Prayoga, H. D., Fitrianto, A. T., Habibie, M., & Mustafa, P. S. (2022). Implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran PJOK kelas IX sekolah menengah pertama. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 21(1), 1–15.
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v21i1.10684>
- Sau, R. A., Bili, L. D., & Lengo, M. D. (2022). Permainan Tradisional Hadang Dapat

- Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas V Sd. *Jurnal Sport \&Science* 45, 4(2), 29–36. <https://ejournal.upg45ntt.ac.id/jss/article/view/92>
- Sindi, S. L. B., Sofyan Iskandar, & Dede Tri Kurniawan. (2023). Optimalisasi Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Pembelajaran Abad 21 di Sekolah Dasar. *Jurnal Lensa Pendas*, 8(1), 9–16. <https://doi.org/10.33222/jlp.v8i1.2504>
- Suherman. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yusfi, H., & Sriwijaya, U. (2023). *Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN MELALUI APLIKASI ANDROID UNTUK*. 8(2), 294–254. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.3217>