



# Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 3, Nomor 2 April 2025

e-ISSN: 3031-396J

**DOI.10.35458**

---

## Mengatasi Rendahnya Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Siswa Kelas V UPT SPF SDN PACCINANG 1

Ilham Sal Sillouw<sup>1</sup>, Miswan<sup>2</sup>, La kamadi<sup>3</sup>

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar,  
Jln Wijaya Kusuma No.14

[1ilhamsalsilouw@gmail.com](mailto:ilhamsalsilouw@gmail.com), [2miswanspd40@guru.sd.belajar.id](mailto:miswanspd40@guru.sd.belajar.id), [3lakamadi59@gmail.com](mailto:lakamadi59@gmail.com)

---

### Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di UPT SPF SDN PACCINANG 1 melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan rendahnya partisipasi siswa, keterbatasan fasilitas, serta kurangnya pemahaman siswa mengenai manfaat olahraga. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V yang terlibat dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam tiga siklus, di mana setiap siklus mencakup tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat partisipasi siswa, dari 60% pada siklus pertama hingga mencapai 93% pada siklus ketiga. Selain itu, pemahaman siswa mengenai manfaat olahraga, baik dari aspek fisik maupun mental, meningkat sebesar 30%. Rata-rata hasil tes keterampilan fisik siswa mengalami kenaikan dari 70 menjadi 85, sedangkan hasil tes pemahaman teori meningkat dari 65 menjadi 88. Pendekatan yang berbasis pada permainan edukatif dan diskusi kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa serta pemahaman mereka terhadap manfaat olahraga.

**Kata Kunci:** Rendahnya Partisipasi Siswa

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu proses untuk mendapatkan pengetahuan, ilmu, dan pengalaman yang dilakukan oleh seseorang di dalam suatu Lembaga formal dan non formal, contohnya seperti sekolah dan Lembaga-lembaga yang di dalamnya terdapat suatu proses Pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang melibatkan aktivitas fisik guna memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani. Pendidikan merupakan suatu proses belajar mengajar yang dilakukan oleh individu dengan individu, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok yang bertujuan untuk memperluas wawasan dan pola pikir siswa terhadap ruang lingkup pendidikan. Pendidikan di sekolah merupakan pendidikan formal yang melibatkan guru dan siswa. Interaksi antara guru dan siswa ini dapat disebut sebagai proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan suatu proses penyampaian ilmu dari guru ke siswa. Tujuan pendidikan pada dasarnya mengantarkan para siswa menuju perubahan tingkah laku baik intelektual, moral, maupun sosial budaya. Proses pembelajaran mempunyai tujuan agar siswa dapat mencapai kompetensi seperti yang diharapkan (Nopandri, 2024).

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup. Kebugaran merupakan salah satu aspek penting dalam menunjang kesehatan dan kesejahteraan diri, terutama bagi

siswa sekolah menengah yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Di era modern, peningkatan kebugaran jasmani menjadi semakin penting karena gaya hidup cenderung lebih banyak duduk dan melakukan aktivitas sedentary. Oleh karena itu, sekolah mempunyai peran strategis dalam menggalakkan dan melaksanakan program kebugaran yang efektif dan terstruktur (Ilyasa, 2024).

Dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan, guru merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap tinggi rendahnya mutu pendidikan. Guru merupakan salah satu komponen penting yang turut menentukan mutu pendidikan. Peran guru tidak hanya sekadar sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pendidik, pembimbing, fasilitator, motivator, dan inspirator bagi peserta didik. Mutu pendidikan di suatu negara sering kali menjadi cerminan kualitas sumber daya manusianya. Oleh karena itu, keberhasilan pendidikan tidak dapat dilepaskan dari peran sentral guru. Dalam sistem pendidikan, guru bertugas untuk mentransfer ilmu pengetahuan, nilai-nilai moral, keterampilan, dan sikap kepada peserta didik. Hal ini menjadikan guru sebagai ujung tombak dalam membentuk generasi penerus bangsa yang berkarakter dan kompeten. Kualitas seorang guru menjadi salah satu tolok ukur keberhasilan pendidikan. Guru yang kompeten akan mampu menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif, inovatif, dan relevan dengan kebutuhan zaman. Sebaliknya, rendahnya kompetensi guru akan berdampak langsung pada rendahnya mutu pendidikan. Oleh karena itu, peningkatan profesionalisme guru merupakan salah satu langkah strategis dalam memperbaiki sistem pendidikan.

Kompetensi guru meliputi empat aspek utama, yaitu kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kompetensi kepribadian, dan kompetensi sosial. Kompetensi pedagogik berkaitan dengan kemampuan guru dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran. Kompetensi profesional mencakup penguasaan materi pelajaran secara mendalam. Kompetensi kepribadian merujuk pada kepribadian guru yang berkarakter kuat, jujur, dan menjadi teladan bagi peserta didik. Sedangkan kompetensi sosial mencakup kemampuan guru dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan peserta didik, orang tua, dan masyarakat. Dalam praktiknya, kompetensi-kompetensi ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dan mendukung. Seorang guru yang memiliki kompetensi pedagogik yang baik, misalnya, akan lebih mudah menyampaikan materi pelajaran jika didukung oleh kompetensi profesional yang memadai. Begitu pula, kompetensi kepribadian dan sosial yang baik akan membuat guru lebih disukai dan dihormati oleh peserta didik, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

Meskipun memiliki peran yang sangat penting, guru juga dihadapkan pada berbagai tantangan yang kompleks dalam melaksanakan tugasnya. Beberapa tantangan tersebut meliputi: Kemajuan teknologi membawa dampak signifikan pada dunia pendidikan. Guru dituntut untuk menguasai teknologi agar mampu menghadirkan pembelajaran yang interaktif dan menarik. Namun, tidak semua guru memiliki kemampuan atau akses yang memadai terhadap teknologi tersebut. Banyak guru yang tidak mendapatkan pelatihan atau pendidikan lanjutan yang memadai untuk meningkatkan kompetensinya. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan anggaran, kurangnya kesadaran, atau minimnya program pengembangan profesional yang tersedia. Selain mengajar, guru sering kali dibebani dengan tugas-tugas administratif yang memakan waktu. Hal ini dapat mengurangi fokus guru pada tugas utamanya, yaitu mendidik peserta didik. Guru yang bertugas di daerah terpencil sering menghadapi berbagai kendala, seperti keterbatasan fasilitas, minimnya akses informasi, dan rendahnya dukungan dari pemerintah. Kesenjangan ini membuat upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan menjadi lebih sulit. Kurikulum yang terus berubah menuntut guru untuk selalu beradaptasi. Sayangnya, tidak semua guru mendapatkan pelatihan yang memadai terkait perubahan tersebut, sehingga pelaksanaannya menjadi kurang optimal.

Meningkatkan kualitas guru merupakan langkah strategis yang harus dilakukan oleh semua pihak, baik pemerintah, lembaga pendidikan, maupun masyarakat. Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain: Pemerintah harus mendorong guru untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Selain itu, penyediaan beasiswa atau program bantuan pendidikan bagi guru juga sangat penting untuk meningkatkan kualifikasi akademik mereka. Pelatihan dan workshop yang berfokus pada pengembangan kompetensi pedagogik, profesional, kepribadian, dan sosial sangat diperlukan. Program ini harus dirancang sesuai dengan kebutuhan dan tantangan yang dihadapi guru. Guru harus dibekali dengan kemampuan menggunakan teknologi dalam pembelajaran. Pemerintah dan lembaga pendidikan dapat menyediakan pelatihan teknologi secara rutin untuk meningkatkan keterampilan guru di era digital. Kesejahteraan guru harus menjadi perhatian utama. Gaji yang layak, tunjangan, dan fasilitas kerja yang memadai akan meningkatkan motivasi guru dalam menjalankan tugasnya. Penghargaan bagi guru yang berprestasi dapat menjadi motivasi tambahan untuk meningkatkan kualitas kerja mereka. Pengakuan ini juga akan meningkatkan rasa bangga dan profesionalisme guru. Guru tidak bisa bekerja sendiri dalam

mendidik peserta didik. Kerjasama yang baik dengan orang tua dan masyarakat akan membantu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung perkembangan anak.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan aspek yang sangat penting dalam pembentukan karakter, kesehatan, dan prestasi siswa. di UPT SPF SDN , yang berlokasi di Sulsel dan menghadapi berbagai tantangan geografis serta aksesibilitas, kegiatan olahraga sering kali mengalami keterbatasan, baik dari segi fasilitas, sumber daya, maupun pendekatan pengajaran. Untuk mengatasi masalah ini, pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) muncul sebagai solusi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di UPT SPF SDN PACCINANG 1. PTK memberikan kesempatan bagi guru untuk mengidentifikasi masalah yang ada di kelas secara sistematis, merancang intervensi yang sesuai, serta mengevaluasi efektivitasnya. Dengan pendekatan ini, guru dapat mengembangkan metode pembelajaran olahraga yang lebih kreatif, interaktif, dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

## METODE

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang merupakan pendekatan penelitian yang fokus pada perbaikan proses pembelajaran di kelas secara langsung melalui siklus tindakan yang mencakup perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. PTK dipilih karena bisa membantu guru dalam mengidentifikasi, menganalisis, dan memperbaiki masalah yang ada dalam pembelajaran olahraga, serta meningkatkan pemahaman siswa mengenai manfaat olahraga.

### Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di UPT SPF SDN PACCINANG 1. Lokasi ini dipilih sesuai dengan tempat pelaksanaan PPL I dan PPL II. tantangan yang dihadapi sekolah, seperti keterbatasan fasilitas olahraga, rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga, serta kebutuhan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di sekolah.

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa kelas V UPT SPF SDN PACCINANG 1 yang mengikuti mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pemilihan kelas V didasarkan pada kebutuhan untuk memberikan penguatan konsep olahraga sejak awal jenjang pendidikan SD.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dari pengamatan mencakup tingkat partisipasi siswa selama proses pembelajaran olahraga di setiap siklus. Berikut ini adalah hasil pengamatan pada masing-masing siklus:

Siklus	Jumlah Siswa Aktif	Tingkat Partisipasi (%)	Keterangan
1	18 dari 30 siswa	60%	Banyak siswa masih pasif.
2	24 dari 30 siswa	80%	Keterlibatan meningkat signifikan.
3	28 dari 30 siswa	93%	Hampir seluruh siswa aktif berpartisipasi.

### Hasil Angket Pemahaman Manfaat Olahraga

Angket diberikan untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa tentang manfaat olahraga. Berikut hasil perbandingan tingkat pemahaman siswa pada awal dan akhir penelitian:

Aspek	Sebelum Penelitian (%)	Setelah Penelitian (%)
Pemahaman tentang manfaat fisik	65%	85%
Pemahaman tentang manfaat mental	50%	80%
Kesadaran akan pentingnya	60%	90%

olahraga		
----------	--	--

### Hasil Tes Keterampilan dan Pemahaman

Tes dilakukan untuk mengevaluasi peningkatan kemampuan fisik dan teori siswa setelah intervensi pembelajaran olahraga berbasis PTK.

Tes dilakukan untuk mengevaluasi peningkatan kemampuan fisik dan teori siswa setelah intervensi pembelajaran olahraga berbasis PTK.

Jenis Tes	Sebelum Penelitian (Rata-rata)	Setelah Penelitian (Rata-rata)
Tes keterampilan fisik	70	85
Tes pemahaman teori	65	88

### Pembahasan

Partisipasi siswa mengalami peningkatan yang signifikan dari satu siklus ke siklus berikutnya. Pada siklus pertama, keterlibatan siswa cenderung rendah karena mereka masih beradaptasi dengan metode pembelajaran yang baru. Namun, dengan menggunakan pendekatan berbasis permainan edukatif dan diskusi kelompok, minat siswa terhadap pembelajaran olahraga berhasil ditingkatkan. Hasil angket menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang manfaat olahraga, baik dari segi fisik maupun mental, mengalami peningkatan hingga 30% setelah intervensi. Ini menunjukkan bahwa pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Tes hasil belajar menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam keterampilan fisik dan pengetahuan teori olahraga. Rata-rata nilai siswa meningkat antara 15 hingga 23 poin, yang mencerminkan keberhasilan dari implementasi metode pembelajaran yang dilakukan.

### SIMPULAN

Pelaksanaan pembelajaran olahraga dengan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) di UPT SPF SDN PACCINANG 1 kelas V menunjukkan hasil yang memuaskan. Hal ini terlihat dari peningkatan keterlibatan siswa, pemahaman mengenai manfaat olahraga, serta perkembangan kemampuan fisik dan teori mereka. Metode ini sangat direkomendasikan untuk diimplementasikan dalam upaya meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga, khususnya di sekolah-sekolah yang menghadapi keterbatasan fasilitas.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih Kepada SDN PACCINANG 1 Dan Prodi Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Program Profesi Guru Universitas Negeri Makassar

### DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansah, Temi, and Dani Hidayatullah. "Penerapan Metode Waterfall Pada Aplikasi Reservasi Lapangan Futsal Berbasis Web." *Journal of Information Technology, Software Engineering and Computer Science* 1.1 (2023): 6-13.
- Ilyasa, M. D. (2024). Implementasi Program Latihan Kebugaran Jasmani Meningkatkan Kekuatan dan Daya Tahan Siswa di SMP.
- Mahfud, I., Fahrizqi, E. B., Nugroho, R. A., & Aguss, R. M. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Penyusunan Program Latihan Olahraga di Desa Sidomulyo Sumberejo Tanggamus. *Journal of Engineering and Information Technology for Community Service*, 2(1), 60-63.

- Nugroho, N. K. (2013). PENGGUNAAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LARI CEPAT PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 04 BEJEN KARANGANYAR. *JPOK FKIP Universitas Sebelas Maret*.
- Nurafiat, S. (2023). Implementasi Pembelajaran Aktivitas Olahraga Dalam Meningkatkan Pola Hidup Sehat DiSekolah Dasar Inpres Parang. *JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*.