

PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DICAPAI MELALUI METODE PROBLEM SOLVING

Raymond Pardamean Tamba¹, Lamrisdo Maibang², Indah Khusnul Khotimah³,
Sangap Parulian Kaloko⁴, Alek Kristianto Hutabarat⁵, Nurkadri⁶

¹ Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia
Email: raymondtamba21@gmail.com

ABSTRAK

Metode Penelitian yang digunakan adalah tindakan kelas yang dimana merupakan salah satu upaya dalam memecahkan masalah yang dihadapi guru selama ini pada saat proses pembelajaran mereka. Proses pembelajaran meliputi pembelajaran pendidikan jasmani di kelas serta praktik di laboratorium dan lapangan. Guru memegang peranan penting dalam pelaksanaannya penelitian tindakan kelas. Guru mengetahui masalah yang dihadapi siswa di kelas. Di dalam pendidikan jasmani, kemampuan motorik siswa bervariasi. Guru bertanggung jawab dalam merencanakan, bertindak, melakukan, mengamati dan merefleksikan. Guru juga dapat dibantu oleh pasangan atau pakar. Dua faktor penting dalam penelitian tindakan kelas khususnya pendidikan jasmani adalah penggunaan media pengajaran dan gaya mengajar.

Keywords: *Pembelajaran ; Metode Problem Solving ; Pendidikan Jasmani*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter seseorang. Pembelajaran dalam bidang ini tidak hanya terfokus pada aspek fisik, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial. Metode pembelajaran yang efektif dalam Pendidikan Jasmani sangatlah penting untuk mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam Pendidikan Jasmani adalah metode problem solving. Metode ini menekankan pada kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah secara mandiri melalui proses berpikir kritis dan kreatif. Salah satu mata pelajaran yang disampaikan di lingkungan sekolah adalah pendidikan jasmani (penjas). Tidak berbeda dengan mata pelajaran lainnya, dalam pendidikan jasmani kurikulum merupakan panduan bagi guru untuk melaksanakan tugasnya. Proses pembelajaran pendidikan jasmani yang tersusun dalam sebuah kurikulum tersebut dapat dilaksanakan dengan menggunakan berbagai macam metode mengajar oleh guru yang bersangkutan untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Ada kalanya guru pendidikan jasmani tersebut menggunakan metode pembelajaran tertentu untuk menyiasati berbagai hal yang dihadapi atau yang menjadi masalah di dalam kelas yang ditangani, sebagai contoh, bagaimana strategi pembelajaran yang harus digunakan bila jumlah sarana prasarana yang tersedia sangat terbatas, atau dengan kemampuan siswa yang sangat beragam, perbandingan jumlah siswa putra dan putri yang tidak seimbang, dll. Untuk mencapai hasil yang optimal guru harus mempersiapkan metode atau cara mengajar yang sesuai agar pembelajaran yang dilaksanakannya bisa berjalan dengan baik. Selain itu ada permasalahan juga yang muncul diluar permasalahan-permasalahan diatas, berdasarkan hasil diskusi dengan beberapa rekan guru penjas, kenyataan menunjukkan bahwa di lapangan banyak diantara guru-guru tersebut mempunyai kemampuan yang memang pas-pasan. Sedangkan guru tersebut harus tetap menyampaikan materi tersebut karena tuntutan kurikulum yang memang menghendaki materi

tersebut harus disampaikan. Hal-hal seperti di atas sangat mungkin terjadi di sekolah-sekolah melihat juga latar belakang kemampuan dasar dari guru tersebut yang kurang menguasai ilmu-ilmu/cabang-cabang olahraga tertentu. Problem solving adalah suatu proses mental yang digunakan untuk memecahkan masalah atau tantangan yang dihadapi seseorang. Problem solving dalam pendidikan jasmani adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi masalah yang berkaitan dengan kesehatan, kebugaran, dan aktifitas fisik, serta kemampuan untuk memecahkan masalah tersebut secara efektif. Keterampilan problem solving sangat penting dalam pendidikan jasmani karena dapat membantu individu untuk mengatasi berbagai tantangan yang berkaitan dengan kesehatan, kebugaran, dan aktivitas fisik. Dalam pendidikan jasmani, individu perlu mengembangkan kemampuan untuk mengidentifikasi masalah terkait dengan kesehatan, seperti obesitas atau penyakit jantung, dan memilih solusi yang tepat untuk memecahkan solusi tersebut. Penerapan metode problem solving dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial seperti kerjasama, komunikasi, dan kepemimpinan. Melalui metode ini, siswa dapat belajar untuk bekerja sama dan berkomunikasi dengan anggota tim untuk mencapai tujuan bersama.

METODE

Metode Penelitian yang digunakan adalah tindakan kelas yang dimana merupakan salah satu upaya dalam memecahkan masalah yang dihadapi guru selama ini pada proses pembelajaran mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode problem solving efektif dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Siswa menjadi lebih aktif dan terlibat dalam pembelajaran, sehingga meningkatkan pemahaman dan pengalaman praktis dalam bidang olahraga dan kebugaran. Metode problem solving juga meningkatkan motivasi siswa untuk belajar pendidikan jasmani karena memberikan tantangan dan kebebasan untuk mencari solusi atas masalah yang diberikan. Hal ini membuat siswa merasa tertantang untuk berpartisipasi dalam pembelajaran dan meningkatkan prestasi akademik mereka. Penerapan metode problem solving dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial seperti kerjasama, komunikasi, dan kepemimpinan. Melalui metode ini, siswa dapat belajar untuk bekerja sama dan berkomunikasi dengan anggota tim untuk mencapai tujuan bersama. Meskipun metode problem solving terbukti efektif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, penerapannya tetap membutuhkan keterampilan dan kemampuan yang cukup dari guru. Guru perlu memahami dengan baik metode ini dan mampu mengelola kelompok siswa dengan baik untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 2) karena ada tiga kata yang membentuk pengertian tersebut, dan ada 3 (tiga) pengertian pula yang dapat diterangkan yaitu: Penelitian diartikan sebagai bentuk pengamatan yang mendalam terhadap suatu objek dengan menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi untuk meningkatkan suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti. Sedangkan menurut Rochiati Wiriaatmadja (2005:13) penelitian tindakan kelas

adalah bagaimana sekelompok guru dapat mengorganisasikan kondisi praktek pembelajaran mereka, dan belajar dari pengalaman mereka sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa metode problem solving efektif dalam meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani. Metode ini dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan berpikir kritis, kreatif, serta keterampilan sosial. Selain itu, metode ini juga dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar dan membantu mereka meraih prestasi akademik yang lebih baik. Meskipun demikian, penerapan metode problem solving tetap membutuhkan keterampilan dan kemampuan yang cukup dari guru dalam mengelola pembelajaran. Oleh karena itu, diharapkan pengembangan dan penerapan metode problem solving dapat lebih ditingkatkan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada peneliti terdahulu yang sudah memberikan data “Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dicapai Melalui Metode Problem Solving” sehingga saya sebagai penulis mengembangkan hasil yang pernah diteliti pada peneliti terdahulu sesuai dengan perkembangan saat ini

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. "Penelitian diartikan sebagai bentuk pengamatan yang mendalam terhadap suatu objek dengan menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi untuk meningkatkan suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti."

A.TEXT BOOK

- Suyatno. (2016). Pembelajaran Aktif Pendidikan Jasmani. Surakarta: Yuma Pustaka
- Suyanto. (2018). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Deepublish
- Sumarno, H. (2017). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Masalah. Surakarta: Yuma Pustaka

B.JOURNAL

- Suyitno, A. (2016). Peningkatan keaktifan belajar siswa melalui metode problem solving pada pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 46(1), 1-9.
- Supriyadi, E. (2018). Efektivitas pembelajaran problem solving terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(1), 41-48.
- Rachmawati, D. (2019). Peningkatan keterampilan berpikir kritis siswa melalui pembelajaran problem solving pada pendidikan jasmani. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(2), 63-70.