



Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Sekolah Dasar

Alif Aryadi Hardi ^{1*}, Andi Mutmainna ²

Correspondensi Author

Pendidikan Kepelatihan
Olahraga, Universitas
Muhammadiyah Bone,
Indonesia

Email:

Alifaryadi@unimbone.ac.id

Keywords :

Proses;
Belajar Mengajar;
Pendidikan Jasmani;
Olahraga;
Kesehatan

Abstrak. Penelitian deskriptif ini dilaksanakan untuk mengidentifikasi efektivitas metode pengajaran dan kondisi sarana prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca, Kabupaten Bone. Sebanyak 72 siswa terlibat sebagai populasi dalam penelitian ini, sementara sampel yang digunakan berjumlah 31 siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Proses Belajar Mengajar PJOK di lokasi penelitian dilaksanakan dengan beberapa indikator. Untuk metode pengajaran yang menggunakan demonstrasi, diperoleh kriteria sedang dengan tingkat respon rata-rata mencapai 78 kali (50%). Sementara itu, metode ceramah juga menunjukkan kriteria sedang dengan tingkat respon rata-rata sebanyak 83 kali (59,83%). Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone termasuk dalam kategori sedang, dengan kriteria peralatan olahraga yang memiliki indikator sedang, berdasarkan rata-rata respons siswa sebanyak 72 kali atau 49,56%.

Abstract. This research aims to find out the teaching methods and infrastructure for PJOK at the 56 Lanca State Elementary School, Bone Regency. This research is a descriptive research. The population of this study was 72 students. The sample used in this research was 31 students. The results of the research show that the implementation of the PJOK teaching and learning process at State Elementary School 56 Lanca, Bone Regency is as follows: the teaching method with accurate indicators has an average response rate of 78 times (50%) with medium criteria and the testimonial indicator has an average response by 83 times (59.83%). For facilities and infrastructure with sports equipment indicators, the average student response was 72 times (49.56%) with medium criteria. So it can be concluded that the implementation of the PJOK teaching and learning process at State Elementary School 56 Lanca, Bone Regency is in the medium category.



Pendahuluan

Pendidikan merupakan langkah penting dalam membina karakter peserta didik agar mampu memilah dan mengerti perbedaan antara hal yang buruk dan baik dalam kehidupan berbangsa, bernegara, dan bermasyarakat (Rulianto, 2018). Salah satu faktor yang menentukan dalam peningkatan sumber daya manusia (SDM) sebuah bangsa adalah pendidikan (Mustafa et al, 2020). Pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada di dalam masyarakat dan kebudayaan (Kenmandola, 2022).

Pendidikan Jasmani dikenal sebagai elemen esensial dalam sistem pendidikan yang komprehensif, yang memusatkan perhatian pada peningkatan kesehatan fisik, kemampuan motorik, kemampuan berpikir kritis, kestabilan emosional, keterampilan sosial, penalaran logis, serta perilaku moral yang diajarkan melalui aktivitas fisik (Kiranida, 2019). Pendidikan Jasmani, yang merupakan mata pelajaran wajib dari tingkat SD hingga SMA, berperan penting dalam pendidikan dengan tujuan mengembangkan dan membantu pertumbuhan siswa. Ini adalah komponen esensial dari sistem pendidikan (Darmawati et al, 2017).

Pendidikan Jasmani diartikan sebagai proses edukatif yang memanfaatkan aktivitas jasmani, yang dirancang secara metodis untuk memajukan berbagai aspek dalam individu, mencakup aspek organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, serta emosional (Sari et al, 2024). Dapat dipahami bahwa PJOK adalah elemen esensial dalam sistem pendidikan, yang secara sistematis mengorganisir aktivitas fisik dengan tujuan untuk mengembangkan semua aspek individu, guna mencapai tujuan dari pendidikan nasional. Oleh karena itu, PJOK tidak bisa dianggap terpisah dari komponen-komponen

lain dalam sistem pendidikan.

Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 menetapkan tujuan Pendidikan Jasmani yang mencakup beberapa aspek penting: 1) Tujuan pertama adalah untuk mengasah keterampilan dan pengetahuan terkait dengan kegiatan jasmani, serta perkembangan estetika dan sosial. 2) Tujuan kedua adalah untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri serta memperoleh keterampilan berharga dalam menguasai gerak dasar, yang mendukung keikutsertaan dalam beragam aktivitas jasmani. 3) Tujuan ketiga adalah untuk mencapai dan mempertahankan kebugaran jasmani yang optimal, yang esensial untuk menjalankan tugas sehari-hari dengan efektif dan teratur. 4) Tujuan keempat adalah pengembangan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani, baik secara kelompok maupun individu. 5) Tujuan kelima adalah untuk terlibat dalam aktivitas jasmani yang menguatkan keterampilan sosial dan memungkinkan para siswa untuk beroperasi efektif dalam interaksi sosial. 6) Tujuan keenam adalah untuk menikmati kesenangan dan keceriaan yang ditawarkan melalui berbagai kegiatan jasmani, termasuk permainan olahraga.

Tujuan utama dari Pendidikan Jasmani adalah untuk menanamkan karakter yang kuat melalui penanaman nilai dalam pendidikan jasmani, menguatkan kepribadian dan mengembangkan sikap cinta damai. Ini juga bertujuan untuk mengembangkan keterampilan kritis dalam berpikir, serta meningkatkan kemampuan teknis dan strategis dalam berbagai permainan dan Olahraga. Selain itu, Pendidikan Jasmani melibatkan kegiatan seperti senam, aktivitas ritmik, dan akrobatik, serta pendidikan di luar kelas, yang dikenal sebagai Outdoor education. Tujuannya juga termasuk memanfaatkan waktu luang dengan aktivitas jasmani yang rekreatif (Dewi, 2020).

Tujuan dari Pendidikan Jasmani adalah untuk membimbing siswa menuju perubahan dalam tingkah laku, kecerdasan, moral, dan kecerdasan sosial, yang merupakan bagian dari tujuan pendidikan secara keseluruhan. Selanjutnya, perlu diperhatikan bahwa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran yang sangat penting di tingkat sekolah dasar. PJOK memasukkan berbagai nilai seperti kreativitas, disiplin, kerjasama, dan gaya hidup sehat. Mata pelajaran ini membantu dalam pengembangan aspek kognitif, afektif, spiritual, moral, dan emosional.

Dalam mencapai kualitas pembelajaran yang tinggi dan hasil yang memuaskan, pemilihan metode pengajaran yang sesuai sangatlah penting. Untuk mendukung pelaksanaan "Pendidikan Jasmani dan Olahraga" (PJOK), guru memiliki berbagai metode pengajaran yang dapat digunakan. Konteks pendidikan olahraga, metode deduktif atau yang sering juga disebut metode perintah, adalah pilihan yang efektif (Sari et al, 2024). Metode ini meliputi pemberian tugas, demonstrasi, dan hanya sedikit penjelasan.

Diperlukan sosok guru Pendidikan Jasmani yang adaptif dan kompeten di sekolah untuk mengembangkan pendidikan jasmani dalam mencapai tujuannya, terutama mengingat perubahan zaman yang semakin cepat. Para guru Pendidikan Jasmani yang memiliki kompetensi adalah kunci utama dalam membimbing siswa menuju kesuksesan pembelajaran. Sangat penting bagi mereka untuk memperbarui pengetahuan dan keterampilan mereka agar tetap relevan dan efektif dalam proses belajar mengajar (Zulfikar, 2023).

Kekurangan sarana dan prasarana untuk cabang-cabang olahraga yang diperlukan dalam materi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di sebagian besar sekolah di Indonesia telah dikritik oleh (Nugraha et al, 2021). Sarana Pendidikan Jasmani, mencakup

segala aspek yang bisa dipergunakan dalam menjalankan kegiatan Pendidikan Jasmani dan Olahraga (Sulistiyono et al, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa kekurangan sarana yang memadai dapat menjadi penghalang dalam Proses Belajar Mengajar.

Prasarana adalah fasilitas standar esensial berbentuk gedung atau lapangan yang permanen dan tidak dapat dipindahkan, seringkali digunakan oleh lembaga publik atau fasilitas umum, terutama di sekolah. Fasilitas ini memegang peran krusial dalam Proses Belajar Mengajar (Darmawati et al, 2017).

Memiliki sarana dan prasarana yang memadai sangat vital dalam Pendidikan Jasmani, karena hampir semua materi membutuhkan berbagai jenis fasilitas yang sesuai dengan konten yang diajarkan (Isyani et al, 2023). Dengan kelengkapan sarana dan prasarana PJOK, pembelajaran dapat dilaksanakan dengan lancar, memungkinkan guru dan siswa mencapai tujuan dari Proses Belajar Mengajar dengan efektivitas dan efisiensi yang tinggi. Tanpa adanya fasilitas yang cukup, Pendidikan Jasmani tidak akan mampu dilaksanakan dengan efektif dan efisien (Supriyadi, 2018).

Dalam pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, tampak bahwa pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca belum berjalan dengan optimal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya penerapan metode yang efektif oleh guru PJOK dan kekurangan sarana prasarana yang memadai, yang pada akhirnya menghambat proses belajar mengajar PJOK. Oleh karena itu, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian yang berfokus pada "pelaksanaan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca, Kabupaten Bone" karena hal ini dianggap penting dan menarik

Metode

Penelitian deskriptif digunakan dalam studi ini sebagai metode utama. Metode ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik dan frekuensi objek atau subjek yang diteliti dengan tepat dan sistematis. Selain itu, penelitian deskriptif juga berupaya untuk memberikan gambaran objektif mengenai fakta-fakta yang ada (Zellatifanny et al, 2018). Metode penelitian deskriptif merupakan prosedur dalam pemecahan masalah yang melibatkan penggambaran objek penelitian dalam keadaan saat ini berdasarkan fakta yang ada, yang kemudian dianalisis dan diinterpretasikan (Iqbal et al, 2022). Sebaliknya, menyebutkan bahwa tujuan dari penelitian deskriptif bukan untuk menguji hipotesis tertentu, melainkan untuk mendeskripsikan secara realistis suatu variabel, fenomena, atau situasi apa adanya (Iqbal et al, 2022).

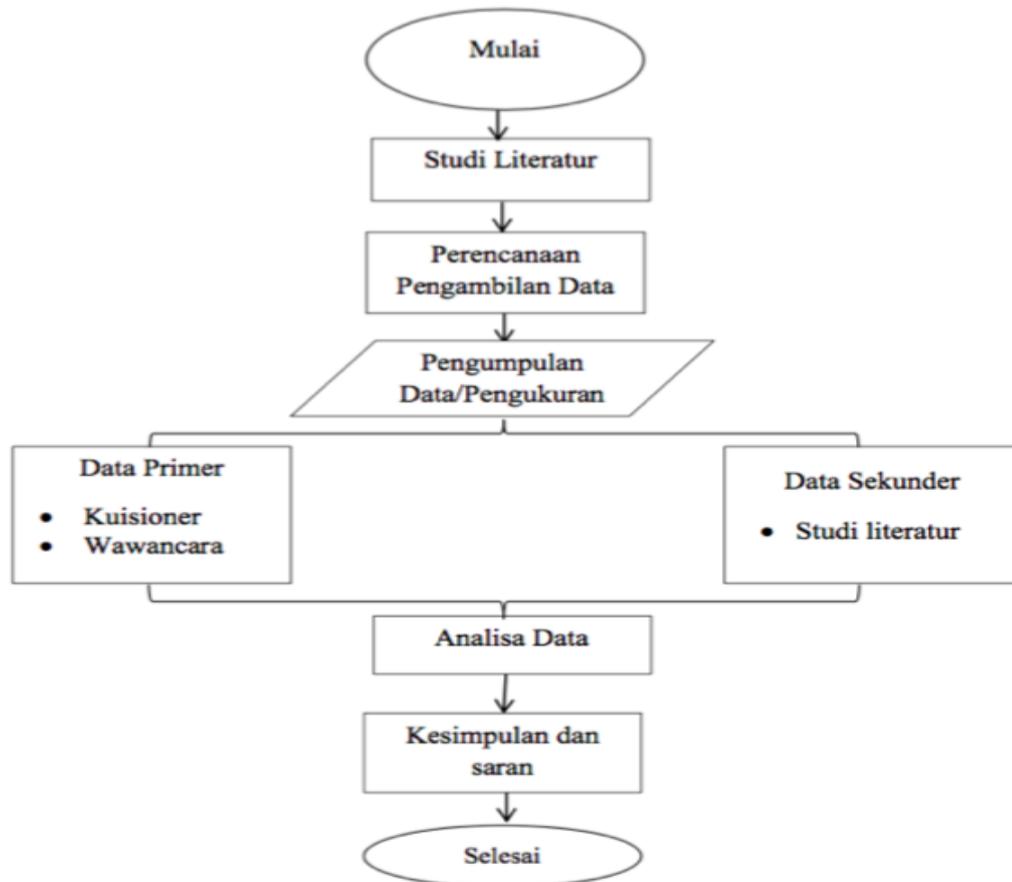
Penelitian yang dilaksanakan pada bulan November 2023 di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone, bertujuan untuk mendeskripsikan sebuah fenomena tertentu, yaitu Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Populasi diartikan sebagai kumpulan subjek yang menjadi target penyamarataan atau generalisasi dari temuan penelitian (Muntahanah et al, 2021). Populasi melingkupi semua elemen yang terlibat dalam studi tersebut, termasuk objek dan subjek yang memiliki karakteristik dan ciri-ciri tertentu (Amin et al, 2023). Dalam penelitian ini, jumlah siswa Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone yang menjadi populasi adalah 72.

Sampel didefinisikan sebagai sebagian atau perwakilan dari populasi yang sedang diteliti (Humaedi et al, 2023). Sampel merupakan segmen tertentu dari total obyek yang akan dievaluasi atau diteliti, yang menunjukkan karakteristik khas dari populasi tersebut (Indrayanti, 2020). Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan berjumlah 31

siswa, mencakup siswa kelas III, IV, dan V. Siswa-siswa dari kelas I dan II tidak termasuk dalam sampel penelitian karena adanya keterbatasan kemampuan mereka dalam membaca dan mengisi angket. Selain itu, siswa di kelas VI juga tidak terpilih sebagai bagian dari sampel karena kesibukan mereka dalam persiapan Ujian Nasional.

Dalam penelitian ini, digunakan dua tipe data, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari sumbernya, dimana informasi tersebut diperoleh dari jawaban responden yang mengisi angket dan melalui hasil wawancara dengan sampel yang dipilih dari Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone. Informasi ini didapatkan melalui penyebaran kuesioner kepada seluruh sampel yang terlibat. Di sisi lain, data sekunder merupakan informasi yang diperoleh tidak secara langsung dari sumber aslinya, yang mencakup dokumen-dokumen yang ada di sekolah. Sumber data sekunder ini berasal dari tata usaha dan kearsipan sekolah.

Pembuatan angket dimulai dengan mengembangkan kisi-kisi pertanyaan yang bersumber dari indikator-indikator variabel, yang kemudian dirancang menjadi sebuah angket. Pengumpulan data dijalankan melalui metode observasi, wawancara, serta penyebaran angket tersebut. Setelah data dari angket terkumpul, proses pengolahan data diinisiasi. Data tersebut dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang memasukkan tabulasi frekuensi, sesuai dengan teori yang diajukan oleh (Supriyadi,, 2018). Statistik deskriptif merupakan jenis statistik yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan data yang telah dikumpulkan secara apa adanya. Statistik ini digunakan untuk menganalisis data tanpa bermaksud untuk membuat generalisasi atau kesimpulan yang berlaku secara umum (Sholikhah, 2016). Diagram alir penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Alir Penelitian

Hasil Dan Pembahasan

A. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan tentang "Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone," dengan fokus pada metode pengajaran dan sarana prasarana. Sebelum dilakukannya analisis, akan terlebih dahulu dilakukan seleksi atau verifikasi data. Verifikasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh lengkap dan siap diolah. Data yang diisi oleh responden dalam instrumen harus lengkap agar dapat diproses. Apabila data yang diterima tidak lengkap atau tidak memenuhi kriteria instruksi yang diberikan, maka data tersebut tidak akan diproses. Namun, setelah

proses verifikasi dilakukan, terkonfirmasi bahwa semua data yang ada memenuhi syarat untuk diproses.

Hasil penelitian yang dilakukan menghasilkan data berupa skor, di mana setiap item atau pertanyaan yang dijawab diberikan bobot 1 atau 0.

Dari hasil analisis yang dijalankan, beberapa kesimpulan dapat diambil sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan pada Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone umumnya berada pada level menengah.

2. Sub variabel yang ada menunjukkan persentase dan kriteria untuk Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone.

Tabel 1. *Persentase dan Kriteria Pelaksanaan Proses Pembelajaran PJOK*

| No | Sub Variabel | Persentase | Kriteria |
|----|----------------------|------------|----------|
| 1 | Metode Pengajaran | 55% | Sedang |
| 2 | Sarana dan prasarana | 45% | Sedang |

3. Persentase dan kriteria dalam Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri 56 Lanca Kabupaten Bone dapat dilihat dari masing-masing indikator.

Tabel 2. *Persentase dan Kriteria Pelaksanaan Proses Proses Pembelajaran PJOK*

| No | Sub Variabel / indikator | F absolut | Persentase | Kriteria |
|----|--------------------------|-----------|------------|----------|
| 1 | Metode Pengajaran | | | |
| | • Demonstrasi | 78 | 50% | Sedang |
| | • Ceramah | 83 | 59,81 | Sedang |
| 2 | Sarana dan prasarana | | | |
| | • Peralatan Olahraga | 72 | 49,56% | Sedang |

B. Pembahasan

Keberhasilan dari proses pembelajaran juga ditentukan oleh pemahaman tentang dasar-dasar proses serta terminologi atau konsep yang diterapkan. Kita selalu menggunakan istilah "metode" dalam proses pembelajaran, namun pengertian istilah ini berbeda-beda tergantung dari bidangnya. Dalam konteks ilmu Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), istilah 'metode' merujuk pada pendekatan pengajaran yang khusus, dimaksudkan untuk mengoptimalkan efektivitas Proses Belajar Mengajar.

Metode ini dirancang untuk memfasilitasi pengembangan pengetahuan serta penerapan prinsip, standar, dan peraturan yang mendukung semua aspek esensial dalam pembelajaran kemampuan motorik. Di sisi lain, secara lebih luas dalam dunia ilmu pengetahuan dan praktek, metode diartikan sebagai serangkaian langkah atau aktivitas yang diarahkan untuk mencapai tujuan yang spesifik.

Metode demonstrasi adalah teknik pengajaran yang melibatkan peragaan dan demonstrasi tentang proses, situasi, atau

objek tertentu kepada siswa, yang bisa dilakukan secara nyata atau menggunakan replika, baik di dalam maupun di luar ruangan kelas (Suharti, 2020). Demonstrasi merupakan teknik mengajar yang menggabungkan elemen lisan dan perbuatan serta menggunakan alat dalam prosesnya (Handayani, 2021).

Metode demonstrasi dalam mengajar memiliki beragam fungsi penting (Indrayanti, 2020). Pertama, metode ini menyediakan gambaran yang jelas dan pemahaman konkret mengenai suatu proses atau keterampilan dalam mempelajari konsep ilmu fiqih, yang lebih efektif daripada hanya mendengarkan penjelasan verbal dari guru. Kedua, metode ini secara eksplisit menunjukkan langkah-langkah dalam suatu proses atau keterampilan-keterampilan ibadah kepada peserta didik. Ketiga, demonstrasi lebih efisien dan mudah dibandingkan dengan metode ceramah atau diskusi karena memungkinkan peserta didik untuk mengobservasi langsung. Keempat, metode ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati dengan

cermat dan sekaligus melatih kemampuan observasi mereka. Kelima, demonstrasi berperan dalam melatih peserta didik untuk mencoba menemukan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh guru.

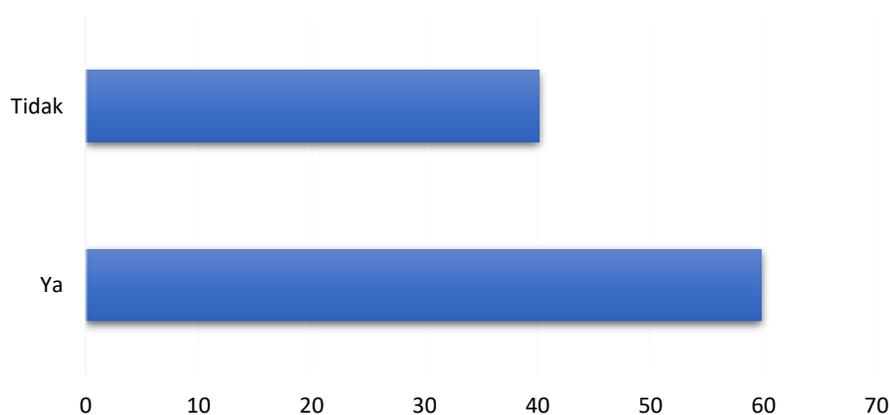
Metode demonstrasi di dalam proses belajar mengajar memiliki serangkaian kelebihan dan kekurangan (Alam, 2017). Pertama, kelebihan yang terkait adalah kemampuan metode ini untuk mengaktifkan siswa dalam proses pembelajaran. Dalam metode ini, siswa mengamati langsung bahan ajar yang disampaikan secara langsung oleh guru. Hal ini memungkinkan siswa untuk menghubungkan teori dengan kenyataan praktik sehingga meningkatkan keyakinan mereka terhadap kebenaran materi yang diajarkan. Namun, metode demonstrasi juga memiliki kekurangan. Kekurangannya terletak pada kebutuhan akan persiapan yang lebih matang dan teliti sebelum pelaksanaan. Jika persiapan tidak memadai, proses demonstrasi bisa gagal. Selain itu, keberhasilan metode ini sangat bergantung pada kreativitas guru dalam menyampaikan materi pembelajaran, yang jika tidak ada dapat mengurangi efektivitas pembelajaran.

Dalam konteks metode demonstrasi, beberapa langkah penting harus diikuti. Langkah pertama yang diambil oleh guru adalah merencanakan dan menentukan urutan penggunaan bahan serta alat yang sesuai dengan tugas yang perlu dilakukan.

Langkah kedua, demonstrasi cara kerja metode tersebut ditunjukkan oleh guru. Selanjutnya, guru menetapkan waktu yang diperkirakan untuk melakukan demonstrasi serta waktu yang dibutuhkan oleh para siswa untuk mengikuti demonstrasi tersebut. Pada langkah keempat, kegiatan tersebut diikuti dan diamati dengan seksama oleh anak-anak, yang turut serta secara aktif. Terakhir, langkah kelima, motivasi dan penguatan diberikan oleh guru, baik ketika anak-anak berhasil maupun pada saat mereka mengalami kegagalan.

Di samping indikator-indikator yang telah diuraikan sebelumnya, masih ada faktor lain yang mungkin menghalangi proses belajar siswa dalam konteks Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Yaitu, indikator ceramah. Indikator ini muncul dengan kriteria sedang dengan persentase jawaban sebanyak 83 kali (59,83%) yang mengindikasikan bahwa saat siswa diberikan ceramah, mereka cenderung mampu belajar dengan baik.

Dengan demikian, sangat krusial bagi pendidik untuk mengimplementasikan metode pengajaran yang tepat, efektif, dan efisien. Ketika metode yang diterapkan tidak sesuai, siswa cenderung tidak menyukai pelajaran tersebut, yang seperti diperlihatkan pada grafik berikut, dapat mengakibatkan gangguan dalam Proses Belajar mengajar mereka.



Grafik 1. Sub Variabel Metode Ceramah

Tujuan utama dari mengajar adalah untuk memindahkan pengetahuan kepada para siswa. Dikenal juga sebagai metode kuliah, metode ceramah tidak semata-mata bertujuan untuk menyampaikan informasi atau fakta. Lebih dari itu, metode ini bertujuan untuk menguraikan berbagai topik, masalah, atau pertanyaan kepada siswa. Tujuan utama metode ceramah adalah untuk memberikan pengetahuan kepada murid yang dianggap masih kurang aktif dalam pembelajaran. Dalam metode ceramah, peran guru menjadi fokus utama, yang mengurangi peluang siswa untuk terlibat aktif dalam berpikir kritis atau memecahkan masalah. Oleh karena itu, metode ini tidak efektif dalam mengasah

kemampuan siswa untuk mengemukakan pendapat secara mandiri. Penting untuk menyediakana sarana prasarana yang sesuai dan memadai dalam proses pembelajaran agar bisa mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

Oleh karena itu, pentingnya hasil seperti ini dalam mengembangkan penelitian dan kebijakan yang sistematis dan berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas pengajaran guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia sangat ditekankan. Penemuan dari penelitian ini juga bisa dianggap sebagai langkah awal dalam memperbaiki kondisi pengajaran yang selama ini kurang mendapat perhatian.

Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilaksanakan, tercapai tujuan untuk menggali informasi tentang teknik pengajaran dan kondisi sarana prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar 56 Lanca, Kabupaten Bone. Penelitian ini mengindikasikan bahwa teknik pengajaran memiliki peran penting dan berpengaruh signifikan dalam meminimalisir kendala yang dihadapi siswa dalam proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Teknik tersebut dinilai memiliki tingkat efektivitas yang moderat. Selain itu, kekurangan dalam ketersediaan sarana prasarana juga ditemukan sebagai salah satu penyebab utama yang menghambat proses belajar siswa.

Dalam rangka meningkatkan kualitas Proses Belajar Mengajar, penulis menyarankan beberapa langkah strategis. Pertama, para guru harus memperkaya

metode pengajaran mereka dengan kreativitas yang lebih tinggi, sehingga meningkatkan minat siswa terhadap Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Kedua, untuk mendukung Proses Belajar Mengajar yang efektif, diharapkan bahwa pihak sekolah bersama guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan memastikan ketersediaan dan kelengkapan sarana serta prasarana olahraga.

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperluas jangkauan dan memahami secara lebih mendalam mengenai metode pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) serta sarana prasarana di sekolah dasar. Hal ini juga termasuk menganalisis faktor-faktor yang berpotensi mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran PJOK di tingkat sekolah dasar, mengingat penelitian ini masih memiliki cakupan yang terbatas dalam hal partisipasi.

Daftar Rujukan

1. Alam, H. W. N. (2017). Peningkatan kemampuan memproduksi teks prosedur kompleks dengan menggunakan metode demonstrasi. *Diksatrasia: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 1(1), 32-38. <https://doi.org/10.25157/diksatrasia.v1i1.176>

2. Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *PILAR*, 14(1), 15-31.
3. Darmawati, D., Rahayu, T., & Rc, A. R. (2017). Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Ogan Komering Ulu Timur Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 108-116. <https://doi.org/10.15294/jpes.v6i2.17359>
4. Dewi, R., Gustiawati, R., & Afrinaldi, R. (2020). Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMA Negeri 4 Karawang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 85-92. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.327>
5. Handayani, E. (2021). Perbaikan Pembelajaran Melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Tentang Kemampuan Membilang Benda Dan Pengenalan Konsep Bilangan Pada Pengembangan Kognitif Di TK Handayani Banjaranyar Kelompok A Semester 1 Tahun 2018/2019. *Wawasan Pendidikan*, 1(1), 106-114. <https://doi.org/10.26877/wp.v1i1.9257>
6. Humaedi, H., Wahyudhi, A. S. B. S. E., & Gunawan, G. (2023). Biomotor Atlet Elit Pada Olahraga Unggulan. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 5(1), 1-13. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v5i1.16781>
7. Indrayanti, Y. (2020). Penerapan Metode Demonstrasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Prakarya di MTs Negeri 2 Gunungkidul. *Jurnal Pendidikan Madrasah*, 5(2), 247-252. <https://doi.org/10.14421/jpm.2020.52-10>
8. Iqbal, R., RA, O. R. A., Kesuma, A. R., & Susana, J. (2022). Strategi Pengolahan Bahan Pustaka Sebagai Pusat Sumber Referensi Informasi Di Perpustakaan Al-Kindi Madrasah Tsanawiyah (MTs) Negeri 2 Bandar Lampung. *Tik Ilmeu: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 6(2), 157-168. <https://doi.org/10.29240/tik.v6i2.4386>
9. Isyani, I., Permadi, A. G., & Lubis, M. R. (2023). Profil Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sekolah Menengah Pertama Negeri Se-Kota Mataram. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1). <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4766>
10. Kenmandola, D. (2022). kualitas pendidikan di indonesia.
11. Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318-328.
12. Muntahanah, S., Cahyo, H., Setiawan, H., & Rahmah, S. (2021). Literasi Keuangan, Pendapatan dan Gaya Hidup terhadap Pengelolaan Keuangan di Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1245. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i3.1647>
13. Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Penerapan pendekatan saintifik dalam aktivitas belajar pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Penjakora Olahraga dan Kesehatan*, 7(2), 78-92. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i2.25633>
14. Nugraha, N. E., & Izzuddin, D. A. (2021). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Jatisari Kabupaten Karawang. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(1), 41-52. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i1.5279>
15. Rulianto, F. (2018). Pendidikan Sejarah Sebagai Penguat Pendidikan Karakter. 4(2).
16. Sari, Y. Y., Ulfani, D. P., & Ramos, M. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga

- Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478-488. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657>
17. Sholikhah, A. (2016). Statistik deskriptif dalam penelitian kualitatif. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 10(2), 342-362. <https://doi.org/10.24090/komunika.v10i2.953>
 18. Suharti, D. (2021). Penerapan Metode Demonstrasi Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Kelas Xi Smk Negeri 1 Balikpapan Tahun Pelajaran 2019/2020 (Studi Penelitian Tindakan Kelas dalam Upaya Peningkatan Pemahaman dan Keterampilan pada Tata Cara Penyelenggaraan Jenazah). *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 44-91. <https://doi.org/10.47006/pendalas.v1i1.64>
 19. Sulistiyono, M. S., & Qoriah, A. (2023). Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(2), 539-549. <https://doi.org/10.15294/inapes.v4i2.54788>
 20. Supriyadi, M. (2018). Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Dasar. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 1(2), 64-73. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.136>
 21. Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe penelitian deskripsi dalam ilmu komunikasi. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83-90. <https://doi.org/10.17933/diakom.v1i2.20>
 22. Zulfikar, M. (2023). Efektivitas Pengajaran Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 6(1), 55-62. <https://doi.org/10.30605/cjpe.612023.2515>