

Optimalisasi Pengelolaan Pembelajaran Penjas dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa di SMPN 13 Medan

**Putri Alpanisa¹, Agnes Bellina², Limsar Hutabarat³, Rikky Johannes⁴, Andre Roisinton⁵,
Berkat Simanjuntak⁶,Amir Supriadi⁷, Muhammad Reza Destya⁸**

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Submitted: 2-Maret-2025; Accepted: 31-Maret-2025; Published: 30-April-2025

Korespondensi : Putri Alpanisa, putrysukatendel@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan implementasi manajemen pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 13 Medan serta menganalisis sejauh mana manajemen tersebut berkontribusi terhadap efektivitas belajar siswa. Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perencanaan pembelajaran telah disusun secara sistematis berdasarkan kalender akademik dan kompetensi dasar, namun ketersediaan sarana masih perlu ditingkatkan. Pengorganisasian terlaksana baik melalui pembagian tugas guru dan penjadwalan penggunaan lapangan. Pelaksanaan pembelajaran berjalan cukup efektif meskipun keterbatasan ruang bermain membuat guru harus lebih kreatif dalam memilih metode. Evaluasi dilakukan melalui penilaian autentik yang mencakup ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Secara keseluruhan manajemen pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 13 Medan sudah berjalan baik, namun diperlukan penguatan dalam pemenuhan sarana dan peningkatan variasi model pembelajaran.

Kata kunci: *manajemen pembelajaran, pendidikan jasmani, efektivitas belajar, SMPN 13 Medan.*

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of physical education learning management at SMPN 13 Medan and analyze its contribution to improving student learning effectiveness. A qualitative descriptive research approach was used with data collected through observation, interviews, and documentation. The results showed that the learning plan was arranged systematically based on the academic calendar and curriculum competencies, although sports facilities still need improvement. Organization runs effectively through task distribution and structured scheduling. The implementation of learning is considered effective, although limited space requires teachers to be creative in determining learning methods. Evaluation is carried out through authentic assessments covering cognitive, affective, and psychomotor domains. Overall, physical education management at SMPN 13 Medan is categorized as good but needs reinforcement in facilities and diversification of learning models.

Keywords: *learning management, physical education, learning effectiveness, SMPN 13 Medan.*

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan fisik, keterampilan motorik, karakter, serta berbagai aspek sosial siswa. Pelaksanaan pendidikan jasmani di tingkat sekolah menengah pertama harus melalui proses manajemen pembelajaran yang baik agar tujuan-tujuan pendidikan dapat dicapai secara optimal. Hal ini mencakup bagaimana sekolah merencanakan, mengorganisasikan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran dengan mempertimbangkan kondisi peserta didik, tenaga pendidik, dan

fasilitas sekolah.

SMPN 13 Medan adalah sekolah negeri dengan jumlah siswa yang cukup besar sehingga memerlukan strategi manajemen pembelajaran yang efektif, terutama pada mata pelajaran pendidikan jasmani yang melibatkan aktivitas fisik. Tantangan yang ditemukan di sekolah ini meliputi keterbatasan lapangan, sarana permainan yang tidak merata, serta padatnya jadwal penggunaan ruang terbuka. Faktor-faktor tersebut menjadikan manajemen pembelajaran sangat penting untuk memastikan kegiatan dapat berlangsung baik, aman, dan sesuai kurikulum.

Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran komprehensif mengenai manajemen pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 13 Medan, meliputi perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif dan adaptif bagi sekolah-sekolah menengah pertama lainnya.

METODE

Penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian dilakukan di SMPN 13 Medan dengan subjek kepala sekolah, guru PJOK, serta beberapa siswa. Teknik pengumpulan data meliputi:

1. Observasi, melihat langsung proses pembelajaran, penggunaan fasilitas, dan pengaturan kelas.
2. Wawancara, dilakukan kepada guru PJOK dan pihak sekolah.
3. Dokumentasi, berupa perangkat pembelajaran, jadwal pelajaran, daftar sarana olahraga, dan hasil penilaian.

Analisis data menggunakan model Miles & Huberman: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Validasi dilakukan melalui triangulasi sumber.

Cuplikan Wawancara Guru PJOK

a. Wawancara dengan Guru PJOK

- 1) “Sebenarnya tantangan terbesar kami adalah sarana. Jumlah bola, net, dan matras itu sangat terbatas. Jadi setiap kali mengajar, saya harus memodifikasi kegiatan. Contohnya, saat materi voli, saya harus membagi siswa menjadi banyak kelompok, dan sebagian dari mereka hanya bisa melakukan latihan passing tanpa net.”
- 2) “Kami sudah menyusun RPP yang lengkap, tapi kenyataannya saat pelaksanaan sering berubah. Kondisi lapangan sering bentrok dengan kegiatan sekolah lain, jadi pembelajaran harus dipindahkan ke aula atau koridor.”

b. Cuplikan Wawancara Siswa

1) Siswa Kelas VII

“Kalau pelajaran olahraga kami senang, tapi kadang alatnya kurang jadi kami harus menunggu lama untuk giliran.”

“Guru biasanya menjelaskan dengan baik, tapi kadang-kadang ruangannya sempit dan kami jadi tidak bisa bergerak bebas.”

2) Siswa Kelas VIII

“Saat pelajaran bola basket, lapangannya kecil, jadi satu kelas harus dibagi banyak kelompok. Jadi waktunya kurang lama mainnya.”

3) Siswa Kelas IX

“Kalau hujan, biasanya kami belajar teori di kelas. Tapi menurut saya lebih seru kalau tetap ada aktivitas fisik, walaupun di dalam ruangan.”

c. Temuan Observasi Lapangan

a. Observasi Pelaksanaan Pembelajaran

Guru terlihat memberikan instruksi yang jelas sebelum memulai aktivitas.

- 1) Siswa melakukan pemanasan dalam kelompok kecil karena lapangan sempit.
- 2) Pada sesi permainan bola besar, sebagian siswa menunggu giliran karena keterbatasan bola.
- 3) Guru memberikan umpan balik langsung seperti perbaikan sikap badan, teknik passing, dan posisi kaki.
- 4) Saat hujan, guru langsung memindahkan kelas ke aula dan melakukan aktivitas ritmik sederhana.

b. Observasi Pengelolaan Waktu

- 1) Waktu efektif belajar berkurang ± 10 menit karena siswa mengganti pakaian.
- 2) Pembagian kelompok membantu mempercepat alur pembelajaran.
- 3) Penilaian praktik membutuhkan waktu lebih lama, sehingga dilakukan secara bertahap per kelompok.

4. Deskripsi Situasi Pembelajaran (Thick Description)

Suasana pembelajaran PJOK di SMPN 13 Medan pada umumnya sangat dinamis. Ketika kelas dimulai, siswa berbaris sambil menunggu instruksi dari guru. Lapangan utama berukuran sedang, namun harus digunakan bersama oleh beberapa kelas dan kegiatan ekstrakurikuler. Kondisi ini membuat guru harus melakukan rotasi area latihan, di mana sebagian siswa berlatih di sisi lapangan, sementara yang lain menunggu giliran melakukan praktik teknik dasar.

Pada pembelajaran bola voli, misalnya, guru hanya memiliki dua bola yang layak pakai dan satu net yang sudah mulai kendur. Guru kemudian memanfaatkan kreativitas dengan membuat “zona latihan” yang terdiri dari passing bawah, passing atas, dan servis. Setiap kelompok bergiliran di zona tersebut selama 5–7 menit. Guru terlihat mengawasi setiap kelompok secara bergantian, memberikan koreksi pada teknik tangan, posisi lutut, hingga sikap tubuh.

Sementara itu, beberapa siswa menunjukkan antusias tinggi tetapi ada juga yang cenderung pasif atau malu. Guru dengan sabar memotivasi siswa pasif dengan pendekatan personal, seperti memberi contoh

langsung atau memuji usaha siswa. Kegiatan penutup biasanya dilakukan dengan evaluasi lisan dan pendinginan sederhana.

HASIL dan PEMBAHASAN

1. Perencanaan Pembelajaran

Guru PJOK SMPN 13 Medan menyusun perencanaan pembelajaran berdasarkan kurikulum nasional dan kondisi sekolah. Perencanaan mencakup program tahunan, semester, RPP, dan skenario aktivitas. Fokus pembelajaran diberikan pada aktivitas kebugaran jasmani, permainan bola besar dan kecil, atletik dasar, serta aktivitas ritmik.

Salah satu kendala utama pada tahap ini adalah keterbatasan sarana olahraga, sehingga guru harus menyesuaikan jenis aktivitas dengan fasilitas yang tersedia.

No	Jenis Sarana	Jumlah Tersedia	Kondisi	Kebutuhan Ideal	Kekurangan	Keterangan
1	Bola Basket	6	Baik	10	-4	Tersedia tetapi tidak seimbang untuk kelas besar
2	Bola Voli	5	Kurang	12	-7	Dua bola sudah aus dan kurang pantulan
3	Bola Sepak	7	Cukup	15	-8	Sering dipakai sehingga cepat rusak
4	Net Voli	1	Kurang	3	-2	Kondisi kendur, sering perbaikan manual
5	Net Badminton	1	Kurang	4	-3	Tidak cukup untuk latihan teknik kelompok
6	Matras	4	Kurang	15	-11	2 matras tipis dan tidak layak
7	Kerucut Latihan	15	Baik	30	-15	Cukup, tapi perlu tambahan untuk variasi drill
8	Lapangan Utama	1	Terbatas	2	-1	Sering bentrok pemakaian antar kelas
9	Ruang Aula	1	Baik	1	0	Digunakan saat hujan

No	Jenis Sarana	Jumlah Tersedia	Kondisi	Kebutuhan Ideal	Kekurangan	Keterangan
10	Ruang Ganti	1	Kurang	2	-1	Tidak menampung semua siswa sekaligus

Data Jumlah Siswa dan Rasio Guru PJOK SMPN 13 Medan

Kelas	Jumlah Rombel	Total Siswa	Rata-rata Siswa per Kelas	Guru PJOK yang Mengajar	Rasio Guru : Siswa
VII	8	304	38	2	1 : 152
VIII	7	266	38	2	1 : 133
IX	7	270	39	2	1 : 135
Total	22	840	38–40	2 guru aktif	1 guru untuk ± 420 siswa

2. Pengorganisasian Pembelajaran

Pengorganisasian pembelajaran dilakukan melalui penjadwalan kelas, pengaturan area latihan, serta pembagian tugas antar guru. SMPN 13 Medan mengatur pembelajaran PJOK dalam blok waktu 2×40 menit. Karena lapangan terbatas, guru menggunakan sistem rotasi dan penggunaan area tambahan seperti aula dan halaman belakang sekolah.

Koordinasi antara wakil kurikulum dan guru PJOK berjalan baik sehingga kegiatan dapat berlangsung tanpa benturan jadwal.

3. Pelaksanaan Pembelajaran

Pelaksanaan pembelajaran menekankan pendekatan aktif, kooperatif, serta pembelajaran berbasis permainan. Guru mengadaptasi metode pembelajaran sesuai kondisi lapangan. Ketika hujan atau lapangan tidak dapat digunakan, guru memberikan pembelajaran alternatif seperti teori kesehatan, kebugaran, atau aktivitas ritmik di dalam ruangan.

Pelaksanaan kegiatan secara umum berjalan efektif meskipun jumlah siswa dalam satu kelas cukup besar, sehingga guru perlu membagi kelompok agar kegiatan tetap terkendali.

Tabel 3. Kendala Utama Pembelajaran PJOK

No	Jenis Kendala	Frekuensi	Dampak	Penjelasan
1	Keterbatasan alat	Sering	Tinggi	Siswa harus menunggu giliran
2	Lapangan dipakai kegiatan lain	Cukup sering	Sedang	Pembelajaran pindah ke aula
3	Cuaca hujan	Cukup sering	Sedang	Pembelajaran teori lebih dominan
4	Jumlah siswa besar	Selalu	Tinggi	Pengawasan dan penilaian terhambat
5	Matras tidak layak	Kadang	Rendah–Sedang	Menghambat materi senam

4. Evaluasi Pembelajaran

Guru menerapkan penilaian autentik yang mencakup:

- Pengetahuan (tes formatif dan sumatif)
- Keterampilan (tes praktik teknik dasar)
- Sikap (keaktifan, kerja sama, sportivitas)

Penilaian dilakukan secara berkelanjutan. Kendala yang muncul adalah keterbatasan waktu untuk melakukan tes praktik secara merata kepada seluruh siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai implementasi manajemen pembelajaran pendidikan jasmani di SMPN 13 Medan yang mencakup aspek perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, evaluasi, serta data kualitatif dan kuantitatif tambahan, dapat disimpulkan beberapa poin utama sebagai berikut:

- Perencanaan pembelajaran telah disusun secara cukup sistematis, meliputi penyusunan program tahunan, semester, analisis kompetensi dasar, serta RPP. Namun, perencanaan ini sering mengalami modifikasi karena kondisi sarana prasarana yang tidak mencukupi. Keterbatasan alat seperti bola, net, dan matras menjadi faktor penghambat utama yang membuat guru harus menyesuaikan tujuan dan metode pembelajaran secara fleksibel.
- Pengorganisasian pembelajaran berjalan efektif, terutama melalui pembagian kelompok, penyusunan jadwal pemakaian lapangan, dan penggunaan area alternatif seperti aula dan halaman belakang. Meskipun demikian, rasio guru–siswa yang tinggi (1 : 420) berdampak pada lebih beratnya pengawasan dan manajemen kelas, sehingga efektivitas pembelajaran tidak selalu optimal.

3. Pelaksanaan pembelajaran menunjukkan kreativitas tinggi dari guru, termasuk penggunaan pendekatan active learning, game-based learning, dan cooperative learning. Guru berhasil menciptakan suasana pembelajaran yang aktif dan menyenangkan meskipun ruang lingkup gerak terbatas. Keterbatasan sarana menyebabkan beberapa siswa harus menunggu giliran latihan, sehingga tingkat aktivitas fisik tidak merata (52% aktivitas tinggi).
4. Evaluasi pembelajaran telah dilakukan secara autentik, meliputi penilaian kognitif, afektif, dan psikomotor. Keterbatasan waktu dan alat membuat proses penilaian praktik harus dilakukan secara bertahap dan bergiliran. Meskipun demikian, hasil belajar siswa secara umum berada pada kategori baik (nilai rata-rata ranah 80–84).
5. Data observasi dan wawancara menunjukkan bahwa siswa memiliki motivasi tinggi, terutama ketika guru menggunakan metode permainan. Namun, beberapa siswa merasa kesempatan praktik tidak merata akibat jumlah alat yang terbatas. Keterlibatan sosial siswa berada pada kategori sangat baik (82%), mengindikasikan bahwa nilai-nilai seperti kerja sama dan sportivitas berkembang dengan baik.
6. Kendala utama pembelajaran PJOK di SMPN 13 Medan mencakup keterbatasan sarana prasarana, jadwal pemakaian lapangan, cuaca, serta jumlah siswa yang besar per kelas. Kendala ini berpengaruh pada efektivitas praktik, intensitas aktivitas fisik siswa, dan kelancaran evaluasi psikomotor.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa manajemen pembelajaran PJOK di SMPN 13 Medan sudah berjalan baik, namun belum mencapai kondisi optimal. Untuk menghadapi kendala yang bersumber dari keterbatasan fasilitas dan overload siswa, diperlukan peningkatan sarana olahraga, penambahan jumlah guru PJOK, serta penguatan metode pembelajaran inovatif yang adaptif terhadap keterbatasan ruang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dyson, B. (2014). Cooperative Learning in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(7), 8–10.
- Hastie, P. A., & Curtner-Smith, M. (2006). Influence of a Hybrid Sport Education–Teaching Games for Understanding Model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(1), 1–27.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Permendikbud Nomor 23 Tahun 2016 tentang Penilaian Hasil Belajar oleh Pendidik*.
- Lund, J., & Tannehill, D. (2010). *Standards-Based Physical Education Curriculum Development*. Jones & Bartlett.

Metzler, M. (2000). *Instructional Models for Physical Education*. Boston: Allyn and Bacon.

Rahayu, E. T. (2011). *Pendekatan Supervisi Akademik dan Peningkatan Kualitas Pengajaran Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Tesis: UPI Bandung.

Rosdiani, D. (2012). *Model-Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta

Siedentop, D. (2011). *Introduction to Physical Education, Fitness and Sport*. McGraw-Hill.

Suherman, A. (2009). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI.

Suyanto, & Asep, S. (2014). *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

Thomson, A. (1998). *The Adult and the Curriculum*. Diakses dari University of Illinois.

UNESCO. (2015). *Quality Physical Education Guidelines for Policy-Makers*.

WHO. (2019). *Physical Activity Guidelines for Children and Adolescents*.

Winarno, M. E. (2013). *Metodologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Malang: UM Press.