

Analisis Pengelolaan Program Penjas dalam Upaya Pengembangan

Kinerja Peserta Didik di SMAN 1 Batang Kuis

Oswald Krisna¹, Riantri Jojo², Arif Rahman³, Meisiska Putri⁴, Al Mijanuddin⁵, Josua Tarihoran⁶, Amir Supriadi⁷, Muhammad Reza Destya⁸

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan
Submitted: 4-September-2025; Accepted: 20-Oktober-2025; Published: 30-Oktober-2025

Korespondensi : Oswald Krisna, oswaldkrisnabutarbutar@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji implementasi manajemen pendidikan jasmani (penjas) di SMAN 1 Batang Kuis dengan fokus pada proses perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran. Selain itu, penelitian menyoroti bagaimana manajemen penjas berkontribusi pada peningkatan kebugaran jasmani, kompetensi gerak, disiplin belajar, serta motivasi berolahraga siswa. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh melalui observasi langsung, wawancara mendalam dengan guru penjas dan siswa, serta telaah dokumen berupa program tahunan (PROTA), program semester (PROMES), RPP, dan kebijakan sekolah. Temuan penelitian menunjukkan bahwa SMAN 1 Batang kuis memiliki sistem manajemen penjas yang terstruktur, tetapi masih menghadapi tantangan seperti keterbatasan sarana prasarana tertentu dan padatnya kegiatan sekolah yang menyebabkan beberapa materi tidak tersampaikan optimal. Hasil penelitian menegaskan bahwa manajemen penjas yang diarahkan secara sistematis mampu meningkatkan kualitas pembelajaran, partisipasi fisik siswa, serta budaya hidup sehat. Penelitian ini memberikan rekomendasi terkait strategi peningkatan efektivitas manajemen melalui kolaborasi antar pihak sekolah, pengadaan fasilitas, dan penerapan model pembelajaran inovatif.

Kata kunci: manajemen pembelajaran penjas, SMAN 1 Batang Kuis, kebugaran jasmani, perencanaan penjas, sarana olahraga.

ABSTRACT

This study examines the implementation of physical education (PE) management at SMAN 1 Batang Kuis, focusing on the planning, organization, implementation, and evaluation of learning. Furthermore, the study highlights how PE management contributes to improving students' physical fitness, movement competence, learning discipline, and motivation to exercise.

The study employed a qualitative method with a case study approach. Data were obtained through direct observation, in-depth interviews with PE teachers and students, and document review of annual programs (PROTA), semester programs (PROMES), lesson plans (RPP), and school policies. The research findings indicate that SMAN 1 Batang Kuis has a structured PE management system, but still faces challenges such as limited infrastructure and a busy school schedule that results in some material not being delivered optimally. The results confirm that systematically directed PE management can improve the quality of learning, student physical participation, and a healthy lifestyle. This study provides recommendations regarding strategies to improve management effectiveness through collaboration between school stakeholders, facility procurement, and the implementation of innovative learning models.

Keywords: Physical education management learning, SMAN 1 Batang Quiz, fitness, physical education planning, sports facilities.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan menengah yang berperan penting dalam mengembangkan potensi fisik, motorik, mental, dan sosial peserta didik.

SMAN 1 Batang sebagai salah satu sekolah favorit di Kabupaten Batang telah menjadikan pendidikan jasmani sebagai wahana pembentukan karakter melalui kegiatan olahraga yang terencana dan terstruktur.

Pengelolaan penjas tidak hanya sekadar pelaksanaan pembelajaran, tetapi meliputi seluruh proses manajemen yang terdiri dari perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi. Konsep ini sejalan dengan prinsip pengelolaan program latihan pada penelitian dalam file dasar, meskipun konteksnya berbeda (pembinaan atlet vs pembelajaran sekolah).

Namun, dalam konteks sekolah, manajemen penjas menghadapi tantangan lebih kompleks seperti pengadaan sarana prasarana, integrasi dengan kurikulum, ketersediaan waktu pembelajaran, dan dinamika kesiapan siswa. Oleh karena itu, penelitian mengenai manajemen penjas di SMAN 1 Batang kuis diperlukan untuk memberikan gambaran objektif terkait efektivitas pelaksanaannya.

Penelitian ini berangkat dari kebutuhan untuk memahami bagaimana manajemen pendidikan jasmani diterapkan di SMAN 1 Batang Kuis, terutama dalam konteks upaya sekolah menciptakan proses pembelajaran yang efektif, terstruktur, dan berdampak langsung pada perkembangan fisik serta motivasi belajar siswa. Dalam praktiknya, pendidikan jasmani di tingkat SMA tidak hanya menekankan pada kemampuan gerak atau penguasaan keterampilan olahraga, tetapi juga mencakup aspek pengelolaan program pembelajaran, ketersediaan sarana, serta profesionalitas guru dalam merancang dan mengimplementasikan kegiatan belajar yang sesuai dengan kurikulum. Oleh karena itu, penelitian ini merumuskan beberapa pertanyaan penting terkait bagaimana proses manajemen penjas di sekolah tersebut dijalankan, sejauh mana pengelolaan tersebut berpengaruh terhadap kinerja fisik dan motivasi siswa, serta faktor apa saja yang mendukung maupun menghambat pelaksanaannya.

Tujuan penelitian diarahkan untuk menggambarkan manajemen pendidikan jasmani di SMAN 1 Batang Kuis secara komprehensif, mulai dari aspek perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, hingga evaluasi pembelajaran. Selain itu, penelitian ini berusaha mengidentifikasi dampak manajemen penjas terhadap hasil belajar serta tingkat kebugaran siswa, sehingga dapat diperoleh gambaran mengenai efektivitas pengelolaan penjas di sekolah. Analisis terhadap berbagai faktor pendukung seperti ketersediaan fasilitas, kompetensi guru, serta dukungan kebijakan sekolah; dan faktor penghambat seperti keterbatasan sarana atau rendahnya motivasi siswa, menjadi bagian penting dalam memahami dinamika pelaksanaan manajemen penjas di lapangan.

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang luas bagi berbagai pihak. Bagi guru pendidikan jasmani, temuan penelitian dapat menjadi masukan dalam memperbaiki kualitas pembelajaran melalui perencanaan yang lebih baik dan penggunaan metode yang lebih variatif. Bagi pihak sekolah, penelitian ini dapat menjadi dasar dalam merumuskan kebijakan pengadaan sarana dan

peningkatan mutu kegiatan olahraga. Sementara bagi siswa, manajemen penjas yang baik akan menghasilkan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan, aman, dan mampu mendorong peningkatan kebugaran jasmani. Di sisi lain, penelitian ini juga memberikan manfaat akademis bagi peneliti sebagai rujukan metodologis dan konseptual dalam pengembangan studi lanjutan terkait manajemen pendidikan jasmani.

Secara teoritis, penelitian ini mengacu pada konsep manajemen pendidikan jasmani yang meliputi kegiatan perencanaan seperti penyusunan RPP dan kalender pembelajaran; pengorganisasian tugas guru dan fasilitas; pelaksanaan pembelajaran berbasis kurikulum; serta evaluasi yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Konsep tersebut memiliki kedekatan dengan prinsip-prinsip manajemen latihan olahraga yang menekankan sistematisitas, efektivitas, dan kontinuitas. Pada konteks pendidikan jasmani SMA, tujuan utama pembelajaran adalah meningkatkan kebugaran jasmani, menguasai keterampilan olahraga, menanamkan nilai sportivitas, serta membangun gaya hidup aktif sepanjang hayat. SMAN 1 Batang Kuis telah mengadaptasi tujuan ini ke dalam kurikulum dan praktik pembelajarannya.

Selain itu, berbagai studi terdahulu menunjukkan bahwa manajemen penjas yang baik dapat meningkatkan partisipasi siswa, memperkuat prestasi olahraga sekolah, dan membentuk budaya hidup sehat. Temuan-temuan tersebut menjadi dasar teori sekaligus pijakan analitis dalam melihat bagaimana manajemen penjas di SMAN 1 Batang Kuis dijalankan serta bagaimana dampaknya terhadap perkembangan siswa. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga analitis dalam menilai efektivitas dan kualitas pengelolaan pendidikan jasmani di lingkungan sekolah

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang dipilih untuk menggali secara mendalam bagaimana manajemen pendidikan jasmani diterapkan di SMAN 1 Batang Kuis. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami proses, dinamika, serta konteks nyata yang terjadi di lapangan, sehingga data yang diperoleh tidak hanya bersifat deskriptif tetapi juga menggambarkan pengalaman langsung para pelaku pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Studi kasus dipandang relevan karena fokus penelitian diarahkan pada satu lokasi dengan karakteristik manajemen penjas yang ingin dipahami secara komprehensif.

Subjek penelitian terdiri dari beberapa pihak yang memiliki keterlibatan langsung dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani. Dua guru penjas dipilih sebagai informan utama karena memiliki peran sentral dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran. Selain itu, sepuluh siswa dari kelas X, XI, dan XII dilibatkan untuk memperoleh gambaran mengenai

pengalaman belajar, persepsi, serta motivasi mereka terhadap pembelajaran penjas. Wakil kepala sekolah bidang kurikulum juga menjadi sumber data penting untuk memahami dukungan kebijakan, supervisi akademik, serta kebijakan sekolah terkait pengelolaan pendidikan jasmani.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan beberapa instrumen yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian kualitatif. Pedoman wawancara digunakan untuk menggali secara mendalam pandangan, pengalaman, dan praktik manajemen penjas dari perspektif guru, siswa, dan pihak manajemen sekolah. Lembar observasi disusun untuk mencatat aktivitas pembelajaran penjas di lapangan, termasuk interaksi guru–siswa, penggunaan fasilitas, serta keefektifan pelaksanaan kurikulum. Selain itu, dokumentasi berupa program penjas, RPP, jadwal pelajaran, dan foto kegiatan digunakan untuk memperkuat dan memvalidasi temuan lapangan.

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahap yang sistematis. Pertama, peneliti melakukan analisis dokumen kurikulum pendidikan jasmani untuk mengetahui struktur perencanaan dan kebijakan pembelajaran. Tahap berikutnya adalah observasi lapangan yang berlangsung selama dua minggu untuk mendapatkan gambaran nyata mengenai proses pembelajaran dan implementasi manajemen penjas. Setelah observasi, peneliti melakukan wawancara mendalam dengan guru, siswa, dan wakil kepala sekolah untuk memperoleh data yang lebih spesifik dan kontekstual. Data yang terkumpul kemudian dianalisis melalui serangkaian langkah, dan pada tahap akhir peneliti menyusun kesimpulan serta rekomendasi berdasarkan temuan penelitian.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik, yang meliputi tiga tahapan utama. Pertama, proses reduksi data dilakukan dengan menyeleksi, mengelompokkan, dan menyederhanakan data sesuai fokus penelitian. Kedua, penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif yang membantu memudahkan penafsiran dan melihat pola hubungan antar-temuan. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan secara berkelanjutan sejak awal hingga akhir proses penelitian, untuk memastikan bahwa hasil analisis mencerminkan situasi yang sebenarnya di lapangan. Dengan pendekatan analisis ini, penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang akurat dan mendalam tentang manajemen pendidikan jasmani di SMAN 1 Batang Kuis.

HASIL dan PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Pelaksanaan Penjas di SMAN 1 Batang

Berdasarkan rangkaian observasi dan wawancara, pembelajaran penjas di SMAN 1 Batang berlangsung cukup dinamis. Secara umum, proses belajar dilakukan di lapangan utama sekolah, meskipun kondisi cuaca dan agenda sekolah sering memengaruhi pemanfaatannya. Guru penjas memiliki peran yang cukup sentral dalam mengatur ritme pembelajaran—mulai dari menyiapkan alat, mengatur kelompok, sampai memastikan setiap siswa terlibat aktif.

Dalam praktiknya, siswa menunjukkan antusiasme tinggi ketika mempelajari permainan bola besar seperti sepak bola dan bola voli. Namun, antusiasme tersebut sedikit menurun saat pembelajaran masuk ke materi kebugaran atau teori kesehatan. Meskipun begitu, guru selalu berusaha menjaga suasana kelas tetap hidup lewat variasi permainan kecil dan penjelasan yang sederhana.

Kondisi sarana prasarana menjadi salah satu hal yang banyak disinggung oleh guru maupun siswa. Beberapa alat seperti bola, cone, dan matras memang masih digunakan, tetapi sebagian kondisinya sudah kurang memadai. Situasi ini membuat guru harus kreatif dalam membagi alat agar setiap kelompok tetap dapat berlatih.

B. Analisis Data

1. Perencanaan Pembelajaran

Perencanaan pembelajaran dilakukan guru dengan mengacu pada Kurikulum Merdeka. Dari dokumen yang dipelajari, terlihat bahwa guru telah menyusun tujuan pembelajaran, alur tujuan pembelajaran, serta merencanakan aktivitas yang akan dilakukan di lapangan. Namun, hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian rencana tidak selalu bisa dijalankan secara penuh karena beberapa faktor, seperti lapangan yang dipakai kegiatan lain dan kondisi cuaca.

Guru penjas mengakui bahwa mereka sering harus mengubah rencana pembelajaran secara mendadak. Misalnya, jika lapangan sedang dipakai oleh ekstrakurikuler atau ada persiapan upacara, guru mengalihkan kegiatan ke ruang kelas atau koridor. Hal seperti ini membuat beberapa kompetensi, terutama kompetensi yang membutuhkan ruang luas, tidak tersampaikan secara maksimal.

2. Pengorganisasian Kegiatan

Dalam pengorganisasian, guru membagi siswa dalam kelompok kecil agar kegiatan lebih terarah. Teknik ini cukup efektif karena jumlah alat yang terbatas bisa dimanfaatkan

secara bergiliran. Selain itu, guru menunjuk beberapa siswa sebagai ketua kelompok untuk membantu mengatur teman-temannya. Cara ini terbukti membuat proses belajar lebih rapi dan minim waktu terbuang.

Pengorganisasian jadwal menjadi tantangan tersendiri. Jadwal pembelajaran Penjas terkadang beririsan dengan kegiatan OSIS, latihan paskibra, atau lomba sekolah. Guru menyampaikan bahwa idealnya pembelajaran penjas membutuhkan ruang khusus yang dapat digunakan kapan pun tanpa takut terganggu kegiatan lain.

3. Pelaksanaan Pembelajaran

Selama observasi, pembelajaran berlangsung cukup interaktif. Guru banyak memberikan contoh gerak dasar di awal, kemudian siswa diminta mempraktikkannya secara berkelompok. Guru juga sering memberikan umpan balik langsung ketika melihat teknik siswa kurang tepat. Interaksi antara guru dan siswa berlangsung cukup hangat dan santai.

Meski begitu, ada beberapa kendala yang memengaruhi efektivitas pembelajaran, di antaranya:

- a. jumlah alat yang tidak sebanding dengan jumlah siswa,
- b. ukuran lapangan yang terbatas,
- c. kondisi lapangan yang terkadang licin setelah hujan,
- d. dan tingginya variasi kemampuan fisik siswa.

Kendala-kendala tersebut membuat guru harus lebih kreatif dalam menyusun bentuk latihan agar pembelajaran tetap berjalan.

4. Evaluasi Pembelajaran

Proses evaluasi dilakukan guru melalui penilaian psikomotor, afektif, dan kognitif. Setiap akhir materi, guru memberikan tes keterampilan, seperti kemampuan passing, servis, teknik berlari, atau kelincihan. Evaluasi afektif dilakukan dengan mengamati sikap siswa selama pembelajaran berlangsung, misalnya kerja sama, kedisiplinan, dan menghormati teman.

Untuk aspek kognitif, guru memberikan kuis sederhana mengenai aturan permainan, manfaat olahraga, dan konsep kebugaran. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pemahaman yang baik, meski belum tentu diikuti kemampuan gerak yang sama baiknya.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen penjas di SMAN 1 Batang telah berjalan cukup baik meskipun masih terdapat beberapa keterbatasan. Guru memiliki komitmen

kuat dalam menyampaikan materi, bahkan dalam kondisi sarana yang terbatas. Kreativitas guru menjadi kunci utama agar pembelajaran tetap efektif.

Dari sisi siswa, pembelajaran penjas memberikan dampak positif terhadap kedisiplinan, kebugaran, serta kemampuan mereka bekerja sama. Banyak siswa mengatakan bahwa mereka merasa lebih segar dan lebih termotivasi ketika mengikuti penjas dibanding pelajaran lain karena sifatnya yang aktif dan menyenangkan.

Namun, permasalahan sarana prasarana menjadi isu utama yang perlu mendapat perhatian. Peralatan yang tidak memadai membuat beberapa materi tidak tersampaikan secara maksimal. Selain itu, jadwal lapangan yang sering dipakai kegiatan lain menyebabkan pembelajaran penjas harus sering beradaptasi.

Secara keseluruhan, manajemen penjas di SMAN 1 Batang sudah berada di jalur yang tepat, namun masih membutuhkan penguatan, terutama dalam hal pendanaan, penyediaan alat, dan pengaturan jadwal penggunaan ruang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa manajemen pembelajaran penjas di SMAN 1 Batang berlangsung dengan cukup baik dan terstruktur. Guru telah melakukan perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan evaluasi pembelajaran secara sistematis. Meskipun sering dihadapkan pada keterbatasan fasilitas dan kendala waktu, guru mampu mengatasi hambatan tersebut dengan kreativitas dan penyesuaian metode pembelajaran. Siswa merasakan manfaat nyata dari pembelajaran penjas, baik dari sisi fisik, sosial, maupun sikap. Semangat dan partisipasi mereka tetap tinggi meskipun kondisi lapangan atau alat tidak selalu mendukung. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran penjas di SMAN 1 Batang berkontribusi positif terhadap perkembangan fisik dan karakter siswa. Namun demikian, masih terdapat beberapa aspek yang perlu diperbaiki, terutama dalam penyediaan sarana prasarana dan penataan ruang pembelajaran agar penjas dapat berjalan lebih optimal di masa mendatang.

.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ato, M. S., & Widodo, S. (2019). *Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Kencana.
- Danim, S. (2010). *Manajemen dan Kepemimpinan Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.

- Depdiknas. (2008). Panduan Pengembangan Silabus Pendidikan Jasmani Sekolah Menengah. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Djamarah, S. B. (2011). Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hardman, K., & Green, K. (2011). Contemporary Issues in Physical Education. London: Meyer & Meyer Sport.
- Joyce, B., Weil, M., & Calhoun, E. (2012). Models of Teaching. Boston: Pearson Education.
- Kemendikbud. (2021). Kurikulum Merdeka: Capaian Pembelajaran PJOK Jenjang SMA/SMK. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kemendiknas. (2010). Pengelolaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Metzler, M. (2000). Instructional Models for Physical Education. Boston: Allyn and Bacon.
- Rusman. (2014). Model-model Pembelajaran. Jakarta: Rajawali Pers.
- Suherman, A. (2009). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK UPI.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suwandi, S. (2015). Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Anggraeni, D., & Firmansyah, A. (2018). Pengelolaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 14(2), 130–138.
- Hidayat, R. (2019). Implementasi Manajemen Pembelajaran PJOK Berbasis Kurikulum 2013. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 7(1), 55–67.
- Hermawan, H. (2020). Analisis Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di SMK. Jurnal Prestasi Olahraga, 10(1), 42–54.
- Kuswoyo, D. (2021). Kendala Guru PJOK dalam Menyusun RPP Berbasis Merdeka Belajar. Jurnal Kependidikan Olahraga, 8(4), 212–220.
- Pratama, R. (2020). Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menggunakan Pendekatan Autentik. Jurnal Evaluasi Pendidikan, 11(2), 87–96.