
Pengembangan Strategi Pembelajaran PJOK Inovatif dan Efektif di Sekolah Menengah Atas : Studi Kasus di SMAN 2 Kotabumi

Putri Sabila Syifa Buay Serunting^{1✉}, Yopi Hutomo Bhakti¹, Mela Suhariyanti¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Kotabumi, Lampung, Indonesia

Corresponding author*

Email: putrisabilasyifabyserunting@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Pengembangan Strategi
Pembelajaran; PJOK; Sekolah
Menengah Atas; Inovatif; Efektif

Keywords:

Learning Strategy Development;
Physical Education; High School;
Innovative; Effective

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi dan tantangan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMAN 2 Kotabumi. Metode penelitian kualitatif digunakan dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi pembelajaran Pjok yang efektif adalah dengan menggunakan metode pembelajaran yang berbasis aktivitas dan memanfaatkan fasilitas dan sumber daya yang ada, sehingga menghasilkan pembelajaran yang efektif dan inovasi. Namun, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi, Kebijakan zonasi memengaruhi heterogenitas sosial siswa dan kurangnya motivasi belajar Pjok, sehingga siswa kurang semangat karena kurang menantang. Kesimpulan penelitian untuk mengatasi ini, mahasiswa asistensi mengajar menerapkan strategi pendekatan inovatif seperti pendekatan berteman, ice breaking, dan evaluasi individual. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan efisien. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di SMAN 2 Kotabumi dan sekolah lainnya. Penelitian ini juga memberikan rekomendasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK.

Abstract

This study aims to identify strategies and challenges in learning Physical Education, Sports, and Health (PJOK) at SMAN 2 Kotabumi. Qualitative research methods were used with data collection techniques through observation, interviews, and documentation. The results showed that the effective learning strategy of PJOK is by using activity-based learning methods and utilizing existing facilities and resources, thus producing effective learning and innovation. However, there are several challenges faced, the zoning policy affects the social heterogeneity of students and the lack of motivation to learn Pjok, so students are less enthusiastic because it is less challenging. The conclusion of the study is that to overcome this, student teaching assistants apply innovative approach strategies such as the befriending approach, ice breaking, and individualized evaluation. This research is expected to contribute to the development of more effective and efficient PJOK learning strategies. Thus, this research can help improve the quality of PJOK learning at SMAN 2 Kotabumi and other schools. This research also provides recommendations to improve the quality of PJOK learning.

✉ Alamat korespondensi:

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Kotabumi, Lampung, Indonesia

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang sangat penting dalam kurikulum pendidikan di Indonesia (Deveci, 2023; Irfan et al., 2024; Is et al., 2023). PJOK bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik, membentuk karakter, dan meningkatkan kesehatan siswa melalui tiga komponen utama, yaitu pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (Sajoto, 1995). Dalam beberapa tahun terakhir, penelitian tentang PJOK telah berkembang pesat, dengan fokus pada pengembangan strategi pembelajaran yang inovatif dan efektif (Li, 2024; Purnomo, 2024).

Tinjauan pustaka menunjukkan bahwa PJOK dapat memberikan manfaat yang luas, seperti meningkatkan kemampuan motorik, membentuk karakter, meningkatkan kesehatan, dan mengembangkan kemampuan sosial siswa (Fadlan et al., 2023; Rahmawati & Airlanda, 2023; Rhoads, 2022). Namun, masih terdapat beberapa tantangan dalam pengajaran PJOK. Kebijakan zonasi memengaruhi heterogenitas sosial siswa (Nuraini et al., 2024; Sarpan et al., 2022). Sistem zonasi berpotensi menghambat pembelajaran PJOK dengan menciptakan lingkungan sekolah yang kurang beragam, sehingga membatasi interaksi antar siswa dari latar belakang berbeda (Alfyanti et al., 2024; Diniah et al., 2024). Hal ini dapat berdampak pada kemampuan siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial dan empati, guru PJOK perlu mengantisipasi hal ini dengan mendorong keragaman dan inklusi dalam pembelajaran (Lesco, 2023; Muslim, 2021; Suwiwa et al., 2022). Menurut penelitian terdahulu, dengan adanya zonasi ini mengakibatkan guru akan mengalami kebingungan dalam mengajar, hal ini terutama terjadi pada guru yang mengajar di sekolah favorit (Mulyana et al., 2024; Siagian et al., 2022). Guru tersebut awalnya berada di zona nyaman karena terbiasa pada peserta didik yang sudah unggul dalam bidang akademik dan non-akademik, setelah kebijakan baru diterapkan guru tersebut harus bekerja ekstra kuat untuk beradaptasi dengan peserta didik yang memiliki kemampuan yang berbeda-beda sehingga guru harus mempunyai kiat dan strategi mengajar yang tepat ditinjau dari karakteristik peserta didik yang berbeda-beda, Widyastuti, R. T. (2020). Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada identifikasi

tantangan dan strategi dalam pembelajaran PJOK di SMAN 2 Kotabumi. Masalah penelitian utama adalah bagaimana meningkatkan kualitas PJOK di SMAN 2 Kotabumi dengan mempertimbangkan tantangan yang dihadapi. Berdasarkan tinjauan pustaka, hipotesis penelitian ini adalah bahwa dengan meningkatkan motivasi siswa, meningkatkan fasilitas terhadap prestasi non-akademik, dan memberikan solusi agar zonasi tidak mempengaruhi heterogenitas siswa, maka kualitas PJOK dapat ditingkatkan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tantangan dan strategi dalam pembelajaran PJOK di SMAN 2 Kotabumi, serta untuk mengembangkan strategi pembelajaran PJOK yang lebih inovatif, relevan, dan efektif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan PJOK di Indonesia dan meningkatkan kualitas pendidikan di SMAN 2 Kotabumi.

METODE

Metode dan Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Desain penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan pengembangan strategi pembelajaran pjok yang inovatif dan efektif guna memahami tantangan guru Pjok di SMAN 2 Kotabumi dan strategi yang diberikan oleh mahasiswa asistensi selama pengajaran Pjok.

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 2 Kotabumi. Sumber data penelitian ini adalah siswa X1. dan guru Pjok di sekolah tersebut. Analisis data melibatkan proses pengkajian dan pemeriksaan data secara menyeluruh dengan menelaah data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan dideskripsikan untuk memahami tantangan guru Pjok dan strategi yang diberikan oleh mahasiswa asistensi. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan gambaran yang jelas tentang tantangan dan strategi dalam pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi.

Partisipan

Partisipasi pada penelitian ini adalah siswa X1, guru Pjok, dan dukungan Mahasiswa Asistensi yang berpartisipasi dalam mengajar Pjok. Sampel, seleksi sampel berdasarkan

tujuan penelitian dan kriteria spesifik, yaitu, pengalaman dan pengetahuan yang terkait dengan topik penelitian, Pengembangan strategi pembelajaran Pjok yang inovatif dan efektif.

Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan berupa pedoman observasi terstruktur, pedoman wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi. Mahasiswa asistensi bertindak sebagai pengumpul data di lapangan Observasi digunakan untuk memantau proses pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi, Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari guru dan siswa, sementara dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data terkait pelaksanaan pengajaran Pjok selama asistensi mengajar.

Prosedur

1. Observasi: Memantau pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi.
2. Wawancara: Menggali informasi tentang tantangan dan strategi Pjok dari guru dan siswa.
3. Dokumentasi: Mengumpulkan data pengajaran Pjok.

4. Analisis Data: Menganalisis data untuk memahami tantangan dan strategi Pjok.
5. Pengembangan Strategi: Mengembangkan strategi Pjok inovatif, seperti humanistik, ice breaking, dan penjelasan praktek.

Analisis Data

Analisis data melibatkan proses pengkajian dan pemeriksaan data secara menyeluruh dengan menelaah data observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk memahami pola, tema, dan makna yang terkait dengan topik penelitian.

HASIL

Tantangan dalam implementasi Pjok perlu dikenali dan diatasi dengan cara meningkatkan kualitas pembelajaran untuk mencapai hasil yang optimal, sehingga diperlukan analisis yang mendalam untuk memahami isu-isu yang dihadapi dalam proses pembelajaran. Berikut adalah tabel yang menyajikan beberapa tantangan yang umum dihadapi dalam pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi.

Tabel 1. Tantangan Pembelajaran PJOK di SMAN 2 Kotabumi

No.	Kategori Tantangan	Deskriptif
1.	Sistem Zonasi	Kebijakan zonasi memengaruhi heterogenitas sosial siswa, yang berdampak pada pembentukan karakter dan budaya belajar di sekolah
2.	Permasalahan Guru PJOK	Guru PJOK di SMAN 2 Kotabumi merasa bahwa prioritas sekolah pada akademis membuat motivasi siswa untuk belajar PJOK menurun, sehingga guru perlu mencari cara untuk meningkatkan minat siswa.

Tabel 2. Strategi Mahasiswa Asistensi Mengajar dalam Pembelajaran Pjok

No.	Kategori Tantangan	Deskriptif
1.	Pendekatan Humanistik	Mahasiswa asistensi menggunakan pendekatan humanistik untuk membangun kedekatan emosional dengan siswa, sehingga tercipta suasana pembelajaran yang lebih kondusif dan partisipatif.
2.	Ice Breaking	Mahasiswa asistensi mengajar menggunakan ice breaking untuk meningkatkan kesiapan dan kesegaran siswa, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih lancar dan efektif.
3.	Penjelasan Sebelum Praktek Lapangan (Demonstrasi)	Mahasiswa asistensi mengajar memberikan penjelasan dan demonstrasi berulang untuk memastikan siswa memahami materi, serta melakukan evaluasi individual untuk memberikan umpan balik spesifik dan meningkatkan efektivitas pembelajaran.

PEMBAHASAN

Pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi dihadapkan pada beberapa tantangan yang perlu diatasi. Sistem zonasi yang diterapkan di sekolah tersebut berdampak pada budaya anak (moral) dan membuat mereka lebih fokus pada akademis daripada non-akademis. Akibatnya, penyaluran bakat

siswa menjadi terbatas, sehingga mereka kurang semangat dan merasa kurang menantang. Sistem zonasi juga mempengaruhi kemampuan guru Pjok dalam mengembangkan kemampuan siswa. Hasil penelitian dijelaskan bahwa Pjok sebagai alat untuk mempercepat pengembangan moral (Surahmi, 2017). Guru Pjok harus berusaha keras untuk membuat

siswa mengembangkan moral yang baik melalui olahraga dan membuat tertarik, termotivasi untuk belajar Pjok. Namun, upaya ini seringkali gagal karena siswa lebih fokus pada akademis dan kurang memperhatikan Pjok.

Kurangnya motivasi siswa juga menjadi tantangan dalam mengajar Pjok di SMAN 2 Kotabumi. Seperti yang diucapkan oleh salah satu guru Pjok di SMAN 2 Kotabumi, Bapak Andi Saputra, S.Pd. Selain itu tantangan mengajar Pjok di SMAN 2 Kotabumi, salah satunya karena sistem zonasi sedikit banyak mempengaruhi kultur anak yg ada di SMAN 2 Kotabumi. Siswa kurang termotivasi untuk belajar Pjok karena mereka lebih fokus pada akademis dan kurang memperhatikan Pjok Hal ini membuat guru Pjok kesulitan dalam mengembangkan kemampuan siswa dan membuat pembelajaran Pjok menjadi kurang efektif Untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut, perlu dilakukan upaya-upaya yang strategis, efektif dan inovatif. Memperkuat hasil dan kesimpulan penelitian sebelumnya, beberapa kasus yang ditemukan dalam pembelajaran Pjok adalah kurangnya inovasi yang menarik, beberapa kasus yang ditemukan dalam pembelajaran Pjok, penekanan yang berlebihan pada aspek fisik dapat menyebabkan pembelajaran menjadi kurang menarik dan kurang efektif karena mengabaikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa (Prastyana, Brahmana Rangga, et al. 2023).

Pembelajaran PJOK memerlukan strategi khusus dari guru untuk meningkatkan ketertarikan dan motivasi siswa, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Pjok di SMAN 2 Kotabumi dihadapkan pada beberapa tantangan yang perlu diatasi. penelitian menunjukkan bahwa peranan guru penting dalam mengajarkan materi terkait kemampuan gerak terlebih sampai pada bonus mencapai kebugaran siswa Sumarsono, A., & Anisa, A. (2019). Sistem zonasi, serta kurangnya motivasi siswa merupakan beberapa tantangan yang dihadapi dalam mengajar Pjok di sekolah tersebut. Untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut, mahasiswa Asistensi perlu dilakukan upaya-upaya yang strategis, efektif dan Inovatif. Mahasiswa Asistensi perlu berusaha keras untuk membuat siswa tertarik dan termotivasi untuk belajar Pjok Selain itu, sekolah juga perlu meningkatkan sarana dan prasarana untuk mendukung pembelajaran Pjok. Dengan demikian, diharapkan pembelajaran Pjok di

SMAN 2 Kotabumi dapat menjadi lebih efektif dan dengan demikian, siswa dapat mengembangkan potensi mereka dengan lebih efektif.

Permasalahan Guru Pjok di SMAN 2 Kotabumi

Guru Pjok merasa bahwa upaya mereka untuk mengajar dengan semangat terkadang tidak membuahkan hasil, karena siswa tidak termotivasi untuk belajar Pjok. Siswa merasa bahwa Pjok tidak menantang dan tidak penting. Oleh karena itu, guru Pjok harus mencari cara untuk memotivasi siswa agar mereka mau belajar Pjok dengan semangat. Menurut Rahyubi (2012, p.251) Model pembelajaran efektif memiliki lima unsur utama:

1. Syntax (langkah operasional)
2. Social system (suasana pembelajaran)
3. Principles of reaction (respons guru)
4. Support system (sarana dan lingkungan belajar yang mendukung)
5. Instructional dan nurturant effect (hasil belajar langsung dan tidak langsung).

Proses pembelajaran olahraga yang berulang-ulang tanpa variasi dapat menimbulkan kebosanan pada siswa. Contohnya, dalam pembelajaran bola basket, siswa belajar teknik shooting pada satu minggu dan kemudian dinilai pada minggu berikutnya. Jeda waktu antara pembelajaran dan penilaian ini dapat membuat siswa merasa tidak termotivasi karena mereka harus menunggu sebelum mengetahui hasilnya. Selain itu, beberapa siswa merasa bahwa sistem penilaian guru Pjok tidak mencerminkan kemampuan mereka secara objektif. Mereka berpendapat bahwa nilai yang diberikan seolah-olah diberikan tanpa mempertimbangkan usaha dan keterampilan siswa secara menyeluruh. Hal ini dapat menimbulkan ketidakpuasan dan menurunkan motivasi belajar siswa. Seperti yang diungkapkan oleh Jonathan X1 "Menurut Jonatanan kemampuan setiap anak itu berbeda-beda, nah pastinya saat pengambilan nilai akan ada nilai anak yang tidak terlalu baik dikarenakan ya tidak memiliki kemampuan yang dikuasai, nah menurut jo di sini, untuk pertimbangannya pada saat memberi nilai pada murid." Tentunya hal tersebut semakin memperjelas bahwasanya sistem pengajaran yang dilakukan oleh guru pengajar sangat berpengaruh pada hasil pembelajaran. Pembelajaran inovatif dapat dicapai dengan mengadaptasi model-model pembelajaran yang menyenangkan dan interaktif, sehingga siswa dapat terbebas dari rasa jenuh dan bosan dalam proses belajar. Melalui pendekatan

pembelajaran inovatif, peserta didik diharapkan dapat terbebas dari perasaan negatif seperti malas, takut gagal, atau tertekan karena tidak bisa praktek, sehingga mereka dapat belajar dengan lebih nyaman dan efektif.

Strategi yang Diberikan Mahasiswa Asistensi dalam Pengajaran PJOK di SMAN 2 Kotabumi

Sistem zonasi yang disetujui siswa dapat memiliki dampak signifikan pada heterogenitas siswa di sekolah. Sementara tujuannya adalah untuk meningkatkan akses yang lebih adil ke pendidikan, zonasi juga dapat menyebabkan keseragaman dalam latar belakang sosial, ekonomi dan budaya siswa di sekolah-sekolah tertentu. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk menerapkan strategi yang mengurangi dampak negatif dari zonasi heterogenitas siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih terintegrasi dan beragam. Salah satu solusi yang tersedia adalah penggunaan sistem pendaftaran siswa berdasarkan keterampilan dan minat. Sistem ini memungkinkan sekolah untuk membuat lebih banyak kelas yang adil. Ini karena siswa dari berbagai latar belakang tidak hanya dirasakan berdasarkan lokasi geografis untuk keterampilan dan minat mereka. Selain itu, program pengembangan kompetensi yang dapat diakses oleh semua siswa juga dapat membantu meningkatkan keterampilan siswa dan mengurangi kesenjangan antara siswa dari berbagai latar belakang.

Integrasi siswa ke dalam latar belakang yang berbeda dalam pendidikan dan kegiatan ekstrakurikuler juga sangat penting. Dengan mengintegrasikan siswa ke dalam latar belakang yang berbeda, sekolah dapat mengembangkan hubungan positif dan mengurangi stereotip antara siswa (Gleasure, 2020; Wahyudin et al., 2024). Selain itu, pendidikan terintegrasi dan adaptif dapat membantu memenuhi berbagai kebutuhan belajar siswa dan meningkatkan hasil pembelajaran siswa dan belajar. Berbagai kegiatan ekstrakurikuler terintegrasi juga dapat membantu membangun komunitas sekolah yang harmonis dan beragam (Johnson & Goldman, 2022; Stoyanova & Ivanov, 2024). Dengan memberikan kegiatan yang memenuhi minat dan kebutuhan siswa yang berbeda, sekolah dapat meningkatkan partisipasi siswa dan membangun hubungan positif antara siswa dari latar belakang yang berbeda (Cerza & Fleitas, 2021; Silva et al., 2023). Pengembangan keterampilan sosial dan emosional juga sangat penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang terintegrasi dan beragam. Dengan

mengintegrasikan pengembangan keterampilan sosial dan emosional ke dalam kurikulum, sekolah membantu siswa mengembangkan keterampilan interpersonal dan empati yang diperlukan untuk berinteraksi dengan siswa dari berbagai latar belakang (Dulceanu et al., 2024; Kanyopa & Hlale, 2023).

Akhirnya, orang tua dan keterlibatan masyarakat dalam kegiatan sekolah sangat penting. Dengan memasukkan orang tua dan kotamadya, sekolah dapat membangun hubungan yang positif dan mendukung antara sekolah dan masyarakat, meningkatkan partisipasi siswa, dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih terintegrasi dan beragam.

Analisis menggunakan solusi ini untuk membantu sekolah mengurangi dampak negatif dari zonasi pada heterogenitas siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih terintegrasi dan beragam. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang terintegrasi dan beragam, sekolah dapat meningkatkan partisipasi siswa, hasil pembelajaran siswa, dan keterampilan sosial siswa, serta membantu meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, sekolah harus memprioritaskan penerapan solusi ini untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih baik.

Dalam memberikan pembelajaran di SMAN 2 Kotabumi, mahasiswa asistensi mengajar menggunakan strategi pendekatan yang unik. Mereka tidak menggunakan metode pembelajaran yang kaku, melainkan menggunakan pendekatan Humanistik yang membuat siswa merasa lebih nyaman dan terbuka. Dengan demikian, mahasiswa asistensi dapat membangun hubungan yang lebih dekat dengan siswa dan membuat proses pembelajaran lebih efektif. Hakikatnya pembelajaran efektif merupakan pembelajaran yang tidak hanya berfokus kepada hasil, tetapi juga kepada proses pembelajaran sehingga pembelajaran yang bermanfaat dengan prosedur yang tepat (Yusuf, 2017; HM, 2019). Sehingga mahasiswa asistensi mengajar mampu memahami karakter dari tiap siswa yang diajarnya dan berhasil membuat proses pembelajaran yang lebih efektif.

Proses pembelajaran dengan menggunakan strategi pembelajaran yang tepat, tentu membuat pembelajaran menjadi bermakna. Tumbuhnya minat serta ketertarikan siswa juga dipengaruhi dengan adanya treatment yang menyenangkan (Pebria Dheni Purnasari, 2020). Selain itu, mahasiswa asistensi juga melakukan ice breaking sebelum memulai pembelajaran. Hal ini dilakukan

untuk mengurangi rasa jenuh dan membuat siswa lebih siap untuk belajar. Penelitian sebelumnya oleh Ramadhan, Nasution, dan Widiyatmoko (2024) menunjukkan bahwa ice breaking dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Dengan melakukan ice breaking, mahasiswa asistensi dapat membuat siswa lebih santai dan terbuka, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih lancar. Sebelum siswa melakukan praktek, mahasiswa asistensi menjelaskan tahap-tahap yang harus dilakukan. Yaitu (1) Penjelasan Tujuan Praktik PJOK yang akan dilakukan (2) Demonstrasi singkat tentang tehnik (3) penjelasan langkah-langkah yang harus di ikuti selama praktik (4) Pengawasan dan umpan balik untuk meningkatkan keterampilan siswa.

Hal ini dilakukan untuk membuat siswa memahami apa yang akan dilakukan dan membuat mereka lebih siap untuk melakukan praktek. Setelah itu, mahasiswa asistensi mempraktekkan secara berulang untuk membuat siswa lebih memahami dan menguasai materi yang diajarkan. Dalam proses pembelajaran, mahasiswa asistensi juga melakukan tes siswa satu persatu. Hal ini dilakukan untuk membuat mahasiswa asistensi memahami kemampuan siswa dan memberikan umpan balik yang lebih spesifik. Dengan demikian, mahasiswa asistensi dapat membuat proses pembelajaran lebih efektif dan inovatif sehingga berhasil mengembangkan strategi pembelajaran di SMAN 2 Kotabumi dan membuat siswa lebih siap untuk menghadapi pembelajaran PJOK dan mengahapi tantangan yang lebih besar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, direkomendasikan agar guru Pjok di sekolah lainnya dapat menerapkan strategi pembelajaran inovatif seperti pendekatan Humanistik, ice breaking, dan evaluasi individual untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran Pjok. Penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk mengembangkan strategi pembelajaran Pjok yang lebih efektif dan menguji hasilnya di sekolah lain. Guru Pjok di semua tingkat sekolah (SD, SMP, dan SMA) dapat menggunakan temuan penelitian ini sebagai landasan atau rujukan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran Pjok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan ucapan terima kasih disampaikan kepada semua pihak yang berkontribusi dalam

penyelesaian artikel ini. Semoga karya ini bermanfaat dan berdampak positif.

REFERENSI

- Alfyanti, A., Siregar, F. H., Padang, I. N., Ginting, J. R., Melati, S. E., & Siregar, F. S. (2024). *Pentingnya Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi Anak Sekolah Dasar* (Vol. 1, Issue 1, pp. 26–33). <https://doi.org/10.57235/jetbus.v1i1.2722>
- Cerza, R. E. B., & Fleitas, X. R. (2021). Inclusive educational policies for learning and student participation. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*. <https://doi.org/10.62452/7s3sq15>
- Deveci, A. (2023). The Importance of Physical Education and Sports in Education: A Study Focusing on Student Development. *Journal of Education and Recreation Patterns (Online)*, 4(2), 704–722. <https://doi.org/10.53016/jerp.v4i2.204>
- Diniah, S. Z. N., Jauhara Saripudin, C. N. T., Putri, G. A., Salsyabella, R. C., Khotimah, R. N., Gumilar, D. A., Mufidah, S. R., & Mulyana, A. H. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani dalam Meningkatkan Kesehatan di SDN 141 Lokajaya. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1159>
- Dulceanu, C. R., Osser, G., Bitang, A., Iosif, I., Herlo, N. J., & Bulzan, C. (2024). *Study On The Influence Of Basic Technical Elements Used In The Modern Game Of Football*. <https://doi.org/10.62591/ajpa.2023.12.04>
- Fadlan, M., Friska, N., Ansor, A. S., & Landong, A. (2023). Building Teacher Independence in Teaching Physical Education and Sports through Community Service Programs. *Towards Effective and Enjoyable Learning*, 1(2), 71–74. <https://doi.org/10.62966/jocsfis.v1i2.418>
- Gleasure, S. (2020). *Student Experiences of Socioeconomic School Integration in the Irish Secondary Context* (Vol. 12, Issue 2, p. 8). <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1279511.pdf>
- Irfan, I., Ramli, R., & Bachtiar, I. (2024). Evaluation Implementation of the Independent Curriculum for Physical

- Education Learning and Sport Health. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 7(2), 449–457. <https://doi.org/10.23887/jippg.v7i2.84844>
- Is, Z., Safrizal, S., Musran, M., & Kurniawan, E. (2023). Strategi guru pjok meningkatkan minat siswa dalam olahraga di smp. *Jurnal Dedikasi Pendidikan/Dedikasi: Jurnal Pendidikan Dan Keguruan Universitas Abulyatama*, 7(2), 745–752. <https://doi.org/10.30601/dedikasi.v7i2.4091>
- Johnson, Z., & Goldman, Z. W. (2022). Student integration: An initial examination of student reports of markers of academic and social integration. *Qualitative Research Reports in Communication*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/17459435.2022.2099960>
- Kanyopa, T. J., & Hlale, D. J. (2023). The understanding of learner integration in a selected ex-model c school. *Deleted Journal*, 20(4), 2004.20 <https://doi.org/10.17576/ebangi.2023.2004.20>
- Lesco, V. (2023). Motor Development and Skills Training Students' Sports within the Framework of the School – Family Partnership. *Bulletin of the "Transilvania."* <https://doi.org/10.31926/but.shk.2023.16.65.2.13>
- Li, W. (2024). *Application and Effect Analysis of Information Technology in Secondary School Physical Education Teaching*. <https://doi.org/10.62517/jmpe.202418211>
- Mulyana, A. H., An-Nazwa, F., Amanatin, I., Afifah, L. D. A., Handayani, S. R., Zikri, S. A., & Wati, T. A. (2024). *Mengapa Olahraga Penting? Peran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar*. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1158>
- Muslim, A. (2021). Penggunaan Media Pembelajaran Terhadap Keberhasilan Mapel PJOK pada Kelas IV SD Negeri 01 Banjarsari. *Jurnal Kualita Pendidikan*, 2(3), 187–191. <https://doi.org/10.51651/jkp.v2i3.143>
- Nuraini, A. S., Annisa, H., Rahmayanti, I. G. M. D., Ayuni, L. Q., Makiyyah, N. Z., Aprilianti, S. N., & Mulyana, A. (2024). *Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (PJOK) Di Jenjang Sekolah Dasar*. *Mutiara, Bau Bau/Mutiara* (Vol. 2, Issue 3, pp. 80–94). <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i3.1239>
- Purnomo, R. (2024). *Sportif: Study of Sports Education and Health* (Vol. 1, Issue 2, pp. 12–23). <https://doi.org/10.62872/zpshd631>
- Rahmawati, S., & Airlanda, G. S. (2023). Efektivitas Model Problem Based Learning dan Project Based Learning terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa. *Jurnal Basicedu*, 7(6), 3450–3456. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i6.6332>
- Rhoads, M. C. (2022). *Physical Education*. <https://doi.org/10.4324/9780367198459-reprw28-1>
- Sarpan, A., Rumini, R., & Hartono, M. (2022). Evaluation of Sports and Health Physical Education Learning Programs in Junior High Schools in Sampolawa District. *Juara*, 7(3), 526–537. <https://doi.org/10.33222/juara.v7i3.2269>
- Siagian, R. C., Wibowo, R., Fadhilah, D. I., Lubis, P. R., Simamora, U. D. O., Isnain, M. A. R., & Silalahi, C. (2022). Learning Physical Education, Sports, and Early Childhood Health Based on Educational Games. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia*, 1(3), 181–188. <https://doi.org/10.51574/judikdas.v1i3.460>
- Silva, M. G., Freitas, E. M. de, & Santos, M. P. M. (2023). Diversidade e inclusão: Elementos para um processo educacional. *Revista Ibero-Americana de Humanidades*. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i11.12632>
- Stoyanova, S., & Ivanov, I. I. (2024). Interdisciplinary days at school – an innovative approach to develop social and cultural skills of students. *Obrazovanie i Tehnologii*, 15(2), 289–291. <https://doi.org/10.26883/2010.242.6133>
- Suwiwa, I. G., Sutajaya, I. M., Sudiarta, I. P., Wahjoedi, W., & Swadesi, I. K. (2022). 21st Century Character Education for Indonesian Children through Sport Science. *Jurnal Kependidikan*, 8(1), 68. <https://doi.org/10.33394/jk.v8i1.4265>

Wahyudin, I., Iswan, I., & Hatapayo, A. A. (2024). *Interaksi Sosial Antar-Etnis dan Nilai Budaya Dalam Membangun Toleransi dan Kewarganegaraan Siswa di Sekolah Multikultural*.
<https://doi.org/10.59945/jpnm.v2i1.98>