

## **BAB II**

### **SARANA DAN PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI**

#### **A. Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani**

##### **1. Pengertian Sarana Pendidikan Jasmani**

Sarana pendidikan jasmani merupakan peralatan yang sangat membantu dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Sarana pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, dapat dibawa kemana-mana atau dipindahkan dari satu tempat ke tempat lain. Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 999) menjelaskan, “Sarana adalah segala sesuatu yang dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan”. Contoh: bola, raket, pemukul, tongkat, balok, raket tenis meja, shuttle cock, dan lain-lain. Suryobroto (2004: 4) menjelaskan “Sarana atau alat adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindahkan dan dibawa oleh pelakunya atau siswa”. Wirjasantosa (1985: 157) mengungkapkan “alat-alat olahraga atau supplies, biasanya dipakai dalam waktu relatif pendek. Misalnya: bola, raket, jaring bola basket, jaring tenis, pemukul bola kasti dan sebagainya”. Sarana atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktivitas dengan sungguh-sungguh dan akhirnya tujuan aktivitas dapat tercapai.

Sarana atau perkakas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindahkan (bisa semi permanen) tetapi berat atau sulit. Contohnya: matras, peti lompat, kuda-kuda, palang tunggal, palang sejajar, meja tenis meja dan lain-lain (Suryobroto, 2004: 4). Wirjasantosa (1985: 157) menyatakan “perlengkapan atau equipment adalah perkakas yang kurang permanen dibandingkan dengan fasilitas, misalnya: peti lompat, kuda-kuda, palang sejajar, palang tunggal, matras dan lain-lain”.

Soepartono (2000: 6) mengungkapkan “sarana pendidikan jasmani merupakan terjemahan dari ‘*Facilities*’, sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu:

a. Peralatan (*apparatus*)

Peralatan adalah sesuatu yang digunakan, contoh: palang tunggal, palang sejajar, gelang-gelang, kuda-kuda, dan lain-lain.

b. Perlengkapan (*device*)

Perlengkapan terdiri dari: Pertama, sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya; net, bendera untuk tanda, garis batas dan lain-lain. Kedua, sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya; bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Pada prasarana yang dipakai dalam kegiatan pendidikan jasmani pada masing-masing cabang olahraga memiliki ukuran yang standard. Akan tetapi apabila olahraga tersebut dipakai sebagai materi pembelajaran pendidikan jasmani, sarana yang digunakan bisa dimodifikasi, disesuaikan dengan kondisi sekolah dan karakteristik siswa. Di dalam pendidikan jasmani, sarana sederhana dapat digunakan untuk pelaksanaan materi pelajaran pendidikan jasmani yang tentunya dalam bentuk permainan, misalnya; bola kasti, bola tenis, potongan bambu, dan lain-lain.

Sarana maupun alat merupakan benda yang dibutuhkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, dan alat tersebut sangat mudah dibawa sehingga sarana atau alat tersebut sangat praktis dalam pelaksanaan pembelajaran. Alat pendidikan jasmani merupakan hal yang mutlak harus dimiliki oleh sekolah, tanpa ditunjang dengan hal ini pembelajaran pendidikan jasmani tidak akan dapat berjalan dengan baik. Sedang menurut Sukintaka yang dimaksud alat adalah “alat yang digunakan dalam pendidikan jasmani, misalnya bola untuk bermain basket, voli, sepak bola.

Berdasarkan pengertian sarana yang di kemukakan beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa, sarana pendidikan jasmani merupakan perlengkapan yang mendukung kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang sifatnya dinamis dapat berpindah-pindah dari satu tempat ke tempat yang lain, misalnya bola, raket, net, dan lain-lain. Dan sarana atau alat pendidikan jasmani merupakan segala sesuatu yang dipergunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani atau olahraga, segala sesuatu yang dipergunakan tersebut adalah yang mudah dipindah-pindah atau dibawa saat dipergunakan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani atau olahraga. Sarana pendidikan jasmani merupakan media atau alat peraga dalam pendidikan jasmani.

## 2. Pengertian Prasarana Pendidikan Jasmani

Soepartono (2000: 5) menjelaskan “secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan)”. Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan.

Berdasarkan definisi tersebut dapat disebutkan beberapa contoh prasarana pendidikan jasmani adalah; lapangan tenis, lapangan bola basket, gedung olahraga, lapangan sepakbola, stadion atletik, dan lain-lain. Gedung olahraga merupakan prasarana berfungsi serba guna yang secara berganti-ganti dapat digunakan untuk pertandingan beberapa cabang olahraga. Gedung olahraga dapat digunakan sebagai prasarana pertandingan bola voli, prasarana olahraga bulutangkis dan lain-lain. Sedangkan stadion atletik di dalamnya termasuk lapangan lompat jauh, lapangan lempar cakram, lintasan lari dan lain-lain. Seringkali stadion atletik digunakan sebagai prasarana pertandingan sepakbola yang memenuhi syarat pula, contohnya stadion utama di senayan. Semua yang disebutkan di atas adalah contoh-contoh prasarana olahraga yang

standard. Tetapi pendidikan jasmani seringkali hanya dilakukan di halaman sekolah atau di sekitar taman. Hal ini bukan karena tidak adanya larangan pendidikan jasmani dilakukan di halaman yang memenuhi standard, tetapi memang kondisi sekolah-sekolah saat sekarang hanya sedikit yang memiliki prasarana olahraga yang standard.

Depdiknas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 893) menerangkan bahwa, “prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha, pembangunan proyek dan lain sebagainya”. Prasarana pendidikan jasmani yang dimaksud dalam pendapat di atas dapat diartikan sebagai prasarana dengan ukuran standar seperti lapangan maupun gedung olahraga, tetapi kebanyakan sekolah tidak dapat menyenggarakan pembelajaran pendidikan jasmani dengan prasarana standar, sering pembelajaran pendidikan jasmani diselenggarakan di halaman sekolah, disela-sela bangunan gedung, sebagian dapat menggunakan prasarana standar yang terdapat disekitar sekolah namun harus berbagi dengan sekolah lain maupun masyarakat.

Prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak dapat dipindah-pindahkan. Contohnya: lapangan-lapangan permainan, aula (*hall*), kolam renang dan lain-lain (Suryobroto, 2004: 4). Wirjasantosa (1985: 157) menjelaskan “yang dimaksud dengan fasilitas adalah suatu bentuk yang permanen, baik untuk ruangan yang di dalam maupun di luar, misalnya: gymnasium, kolam renang, lapangan-lapangan permainan dan sebagainya”. Perkakas ini idealnya tidak di pindah-pindah, kecuali kalau memang tempatnya terbatas sehingga harus selalu bongkar pasang.

Berdasarkan beberapa pendapat parah ahli diatas dapat disimpulkan prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak dapat di pindah-pindahkan. Contoh: lapangan, (sepak bola, bola voli, bola basket, bola tangan, bola keranjang, tenis lapangan, bulutangkis, soft ball,

kasti), aula, kolam renang dll. Fasilitas harus memenuhi standar minimum untuk pembelajaran, antara lain ukuran sesuai dengan kebutuhan, bersih, terang, pergantian udara lancar, dan tidak membahayakan penggunaannya/siswa.

Pengertian pendidikan jasmani tercantum dalam keputusan Pemerintah tahun 1987 (SK Mendikbud No. 413/U/1987) “Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional.” Suryobroto (2004: 9) menjelaskan bahwa “pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani”.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa, sarana dan prasarana pendidikan jasmani adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani baik berupa alat, perkakas, maupun fasilitas untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku serta emosional.

### 3. Identifikasi Kebutuhan Sarana dan Prasarana dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah

Para guru pendidikan jasmani sebelum mengajar seharusnya selalu membuat perencanaan atau program yang jelas, minimal dalam satu semester. Program yang dibuat oleh guru pendidikan jasmani adalah antara lain: Program Tahunan, Program semesteran, Program satuan pembelajaran dan rencana pembelajaran.

Dalam program tahunan dan program semesteran direncanakan sarana dan prasarana apa saja yang dibutuhkan dalam semester tersebut, sehingga dalam tatap muka dapat berjalan dengan lancar tanpa ada hambatan yang berarti. (Suryobroto 2004: 22) mengungkapkan,

kebutuhan-kebutuhan sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi sebagai berikut :

a. Permainan

- 1) Sepak bola
- 2) Bola voli
- 3) Bola tangan
- 4) Sepak takraw
- 5) Kasti
- 6) Rounders
- 7) Softball
- 8) Bulu tangkis
- 9) Tenis meja
- 10) Tenis lapangan

b. Atletik

- 1) Jalan
- 2) Lari
- 3) Lompat
- 4) Lempar

c. Senam

- 1) Senam dasar
- 2) Senam ketangkasan
- 3) Senam irama
- 4) Senam aerobik

d. Beladiri

- 1) Pancaksilat
- 2) Tae kwon do
- 3) Karate
- 4) Judo

e. Renang

- 1) Gaya bebas

- 2) Gaya dada
- 3) Gaya punggung
- 4) Gaya kupu-kupu

Alat, perkakas dan fasilitas yang sesuai dengan standar sedang untuk pendidikan jasmani, para guru pendidikan jasmani supaya dapat menyesuaikan sendiri, misalnya: untuk siswa SD dan SMP dapat di modifikasi, sedangkan untuk siswa SMA ada yang dimodifikasi dan ada yang menggunakan ukuran standar. Untuk di SMA yang bisa menggunakan lapangan standar misalnya lapangan bolabasket, bulutangkis, bolatangan, sepak bola dan bola voli.

Soekatamsi dan Waranti (1996: 5-60) menjelaskan, standar pemakaian sarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan rerata jumlah siswa 32 orang per sekolah sebagai berikut:

- a. Sarana dan prasarana cabang olahraga atletik
  - 1) 8 star block, dengan 1 star block untuk 4 siswa
  - 2) 8 tongkat estafet, 1 tongkat estafet untuk 4 siswa
  - 3) 16 buah lembing, 1 lembing untuk 2 siswa
  - 4) 16 cakram, 1 cakram untuk 2 siswa
  - 5) 16 peluru, 1 peluru untuk 2 siswa
  - 6) 2 buah lapangan lempar lembing
  - 7) 2 buah lapangan lompat jauh
  - 8) 2 buah lapangan lompat tinggi
- b. Sarana dan prasarana cabang olahraga permainan
  - 1) 11 bola kaki, 1 bola kaki untuk 3 siswa
  - 2) 11 bola voli, 1 bola voli untuk 3 siswa
  - 3) 11 bola basket, 1 bola basket untuk 3 siswa
  - 4) 11 bola tangan, 1 bola tangan untuk 3 siswa
  - 5) 1 buah lapangan bola basket
  - 6) 1 buah lapangan bola voli
  - 7) 1 buah lapangan sepakbola
  - 8) 1 buah lapangan bola tangan

c. Sarana dan prasarana cabang olahraga senam

- 1) 16 buah hop rotan, 1 hop untuk 2 siswa
- 2) 6 buah matras, 1 matras untuk 4 siswa
- 3) 2 buah peti lompat, 1 peti lompat untuk 16 siswa
- 4) 16 tali lompat, 1 tali lompat untuk 2 siswa
- 5) 1 buah balok titian
- 6) 1 buah palang tunggal
- 7) 2 buah tape recorder
- 8) 2 buah kaset senam

d. Sarana dan prasarana cabang olahraga beladiri

- 1) 2 pakaian beladiri, 1 untuk putra dan 1 untuk putri
- 2) 2 buah body protector

Selain mengacu pada standar umum prasarana sekolah dan olahraga dari para ahli tersebut peliti juga berpedoman pada peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No 24 Tahun 2007 tentang standar sarana dan prasarana untuk sekolah Dasar/Madrasah Ibtidiyah (SD/MI), Sekolah Menengah Pertama atau Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTS), dan Sekolah Menengah Atas atau Madrasah Aliyah (SMA/MA). Dalam peraturan menteri untuk standar sarana dan prasarana pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama atau Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTS) sebagai berikut:

**Tabel 2.1 Jenis, Rasio, dan Deskripsi Sarana Tempata Bermain/Berolahraga**

No	Jenis	Rasio	Deskripsi
	Peralatan pendidikan		
1	Tiang bendera	1 buah/sekolah	Tinggi sesuai dengan ketentuan yang berlaku
2	Bendera	1 buah/sekolah	Ukuran sesuai ketentuan yang berlaku
3	Peralatan bola voli	2 buah/sekolah	Minimum 6 bola

4	Peralatan sepak bola	1 set/sekolah	Minimum 6 bola
5	Peralatan bola basket	1 set/sekolah	Minimum 6 bola
6	Peralatan senam	1 set/sekolah	Minimum matras,petiloncat,tali loncat,simpai,bola plastik,tongkat,palang tunggal,
7	Peralatan atletik	1 set/sekolah	Minimum lembing,cakram,peluru,tongk at estafet,bak loncat
8	Peralatan seni budaya	1set/sekolah	Disesuaikan dengan potensi daerah masing-masing
9	Peralatan keterampilan	1 set/sekolah	Disesuaikan dengan potensi daerah masing-masing
	Perlengkapan lain		
11	Pengeras suara	1 set/sekolah	
12	Tape recorder	1 buah/sekolah	

Sumber : Peraturan Mendiknas RI (2007: 69)

**Tabel 2.2 Jenis, Rasio, dan Deskripsi Sarana Ruang UKS**

No	Jenis	Rasio	Deskripsi
	Perabot		
1	Tempat tidur	1 set/ruang	Kuat dan stabil
2	Lemari	1 buah/ruang	Dapat dikunci
3	Meja	1 buah/ruang	Kuat dan stabil
4	Kursi	2 buah/ruang	Kuat dan stabil
5	Peralatan lain		
6	Catatan kesehatan	1 set/ruang	
7	Perlengkapan P3K	1 set ruang	Tidak kadar luarsa
8	Tandu	1 buah/ruang	

9	Selimut	1 buah/ruang	
10	Tensi meter	1 buah/ruang	
11	Termometer badang	1 buah/ruang	
12	Timbangan badan	1 buah/ruang	
	Pengukur tinggi badan	1 buah/ruang	
	Tempat sampah	1 buah/ruang	
	Tempat cuci tangan	1 buah/ruang	
	Jam dinding	1 buah/ruang	

Sumber: Permendiknas No 24 tahun 2007

#### 4. Macam-macam Fasilitas Olahraga

Macam-macam fasilitas olahraga menurut Wirjasantosa (1981: 20) dibedakan menjadi dua yaitu lapangan luar (*outdoor facilities*) dan lapangan dalam ruangan (*indoor facilities*)

- a. Lapangan luar antara lain: lapangan permainan atau lapangan pertandingan, kolam renang, area perkemahan dan rekreasi.
- b. Lapangan dalam ruangan antara lain: gymnasium utama, ruang senam, ruang beladiri, kolam renang tertutup dan sebagainya.

Yang termasuk lapangan permainan atau pertandingan ialah: lapangan sepakbola, lapangan bolatangan, lapangan hockey, lapangan bola basket, lapangan baseball, lapangan softball, lapangan panahan, lapangan bola voli, lapangan tenis meja dan sebagainya. Disamping itu masih terdapat pula fasilitas olahraga yang serbaguna antara lain: stadion dengan kelengkapannya dan gedung serbaguna (*sporthall*). Kolam renang termasuk : kolam besar, kolam kecil, kolam loncat dan sebagainya. Suatu konsepsi lapangan yang serbaguna dapat digunakan untuk berbagai kegiatan olahraga, antara lain: bola basket, bola voli, tenis, dan lain-lain.

#### 5. Pemanfaatan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

Banyak fasilitas olahraga yang pemakaiannya belum sesuai dengan kondisi sebenarnya. Fasilitas tersebut penggunaannya belum sesuai dengan kebutuhan sekolah bahkan terkesan sia-sia dalam pengadaannya

karena tidak terawat dengan baik dan pengalihan fungsi fasilitas tersebut yang tidak tepat. Seperti halnya bermain sepak takraw di lapangan tanah yang tidak rata. Latihan yang seperti ini tidak akan mempunyai banyak nilai daya guna.

Karena sebenarnya latihan sepak takraw yang benar adalah di lapangan beralas semen dengan memakai sepatu sepak takraw. Sehingga jika dimanfaatkan secara benar maka manfaat yang diperoleh sangat banyak. Tidak lain manfaat sarana prasarana adalah dapat meningkatkan kualitas kesehatan serta mendukung berlangsungnya perlombaan dan pertandingan.

Selain itu bila penggandaan fungsi fasilitas dilakukan dengan tepat, akan lebih menghemat lahan apalagi bagi sekolah yang memiliki lahan terbatas, dengan dilakukannya penggandaan fasilitas tersebut proses berlangsungnya praktek yang menggunakan fasilitas tersebut dapat berjalan dengan baik. Contohnya lapangan bulu tangkis bisa juga dimanfaatkan sebagai lapangan sepak takraw.

Suryobroto (2004: 5) mengemukakan bahwa “meskipun dalam pembelajaran pendidikan tidak selalu menggunakan alat dan perkakas, namun untuk fasilitas selalu menggunakannya”. Maka dalam hal ini fasilitas mutlak diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Yaitu lapangan, gedung (*hall*), kolam renang, alam terbuka, dan lain-lain.

Manfaat sarana dan prasarana pendidikan jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah:

- a. Dapat memacu pertumbuhan dan perkembangan siswa, karena siswa bersikap, berfikir dan bergerak. Dalam hal ini dengan adanya sarana dan prasarana dapat lebih memotivasi siswa dalam bersikap, berfikir dan melakukan aktifitas jasmani atau fisik.
- b. Gerakan dapat lebih mudah atau lebih sulit. Dengan sarana dan prasarana dapat memudahkan gerakan yang sulit, contohnya guling lenting lebih mudah dibantu dengan peti lompat dibanding tanpa menggunakan peti lompat. Sebaliknya dalam kaitannya memepersulit

gerakan yang mudah, sebagai contoh: secara umum melakukan gerakan awal tanpa alat lebih mudah dibanding dengan menggunakan alat.

- c. Dapat dijadikan sebagai tolak ukur keberhasilan. Contohnya seberapa tinggi siswa dapat melompat tinggi, maka diperlukan tiang dan mistar lompat tinggi, bukannya tanpa mistar dan lompat tinggi.
- d. Menarik perhatian siswa, siswa akan lebih tertarik menggunakan alat yang diberikan hiasan atau warna yang memang menarik dari pada lazimnya. Contoh: lembing yang diberi ekor akan menghasilkan lemparan yang menarik, dibanding tanpa diberi ekor.

#### 6. Ukuran Standar Prasarana Pendidikan Jasmani

Fasilitas olahraga di sekolah merupakan masalah di negara Indonesia. Ditinjau dari kuantitasnya masih sangat terbatas dan tidak merata dan masih terlalu jauh dari batas ideal minimal atau standart minimal. Di Indonesia, standard minimal fasilitas olahraga untuk sekolah telah dihasilkan oleh Dirjen Dikluspora melalui lokakarya fasilitas olahraga tahun 1978-1979. Standard minimal tersebut akan ditampilkan setelah ini, tetapi sebelum itu akan ditampilkan contoh standard minimum fasilitas olahraga untuk sekolah disalah satu negara maju di Eropa sebagai gambaran bagaimana negara maju menempatkan olahraga dalam pendidikan.

Di Prancis standard fasilitas olahraga untuk sekolah dibedakan dengan standard fasilitas olahraga untuk perguruan tinggi sebagai berikut :

- a. Standard untuk sekolah :
  - 1) Lapangan olahraga, luas bruto :  $20 \text{ M}^2$  / murid
  - 2) Gedung olahraga, luas efektif :  $0,6 \text{ M}^2$  / murid
  - 3) Kolam renang tertutup, luas air :  $0,15 \text{ M}^2$  / murid
- b. Standard untuk perguruan tinggi :
  - 1) Lapangan olahraga, Luas bruto :  $20 \text{ M}^2$  / murid
  - 2) Gedung olahraga, luas efektif :  $0,5 \text{ M}^2$  / murid
  - 3) Kolam renang tertutup, luas air :  $0,6 \text{ M}^2$  / murid

Melihat Standard fasilitas olahraga untuk sekolah di prancis ini, sebenarnya standard fasilitas olahraga di sekolah diusulkan oleh Ditjen Dikluspora untuk sekolah-sekolah di Indonesia sudah cukup baik untuk diterapkan. Untuk perguruan tinggi diterapkan standad fasilitas olahraga menggunakan indeks untuk lapangan terbuka sebesar  $14,8 \text{ M}^2$  / mahasiswa dan untuk gedung olahraga sebesar  $1,1 \text{ M}^2$  / mahasiswa.

Untuk fasilitas olahraga di sekolah diusulkan rata-rata  $7 \text{ M}^2$  /siswa dikatakan rata-rata karena memang tidak dibagi secara proporsional penggunaanya, berapa untuk lapangan terbuka.

Standard umum prasarana sekolah dan olahraga atau kesehatan dapat dijabarkan sebagai berikut :

- a. Prasarana olahraga pendidikan jasmani di sekolah untuk Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Tingkat Pertama dan Sekolah Menengah Umum dengan lima kelas dan jumlah murid 125-150 murid. Diperlukan area seluas  $1.110 \text{ M}^2$  untuk prasarana olahraga atau pendidikan jasmani.
- b. Prasarana olahraga pendidikan jasmani di sekolah untuk tingkat SD, SLTP, dan SMA dengan 6-10 kelas dan jumlah murid 150-250 murid. Diperlukan area seluas  $8 \text{ M}^2$  / untuk prasaran sekolah ditambah  $1.500 \text{ M}^2$  untuk prasarana olahraga/pendidikan jasmani. Disini ada bangsal tertutup dan bangsal terbuka.
- c. Prasarana olahraga pendidikan jasmani di sekolah untuk tingkat SD, SLTP, SMU dengan 18 kelas dan jumlah murid 450-500 murid diperlukan area untuk prasarana sekolah  $8 \text{ m}^2$ /murid ditambah  $2000 \text{ m}^2$  untuk prasarana olahraga.

Demikian standard prasarana olahraga di sekolah, ternyata digunakan standard permurid. Jika jumlah murid sedikit maka lapangan olahraga yang diperlukan relatif lebih kecil dibandingkan dengan sekolah yang muridnya banyak.

Ternyata fasilitas lapangan untuk pendidikan jasmani tidak sama dengan fasilitas untuk cabang-cabang olahraga yang sebenarnya, sehingga

dalam pelaksanaannya cabang olahraga dalam pendidikan jasmani harus dimodifikasi. Maka dari itu sebagai mahasiswa diharapkan mengetahui ukuran-ukuran sarana dan prasarana olahraga (Soepartono, 2000: 13).

7. Pengadaan, Pemeliharaan dan Perawatan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani.

a. Pengadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani

Dalam hal pengadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani ada dua hal yaitu membeli atau membuat, jika membeli maka perlunya persyaratan-persyaratan tertentu antara lain :

- 1) Aman, keamanan dalam pembelajaran pendidikan jasmani merupakan prioritas paling utama sebelum unsur yang lainnya.
- 2) Mudah didapat, maksudnya membelinya tidak perlu harus di kota yang jauh dari sekolah, sehingga akan kesulitan.
- 3) Perawatannya mudah, yaitu mudah digunakan dan mudah diperbaiki.
- 4) Harganya tidak terlalu mahal, sehingga sekolah mampu untuk mengadakan atau membelinya.
- 5) Jenisnya sesuai dengan kebutuhan siswa, misalnya bola sepak untuk siswa SMP juga disediakan sesuai dengan siswa SMP bukan yang standar.
- 6) Tidak mudah rusak, maksudnya bisa tahan lama atau relatif lama.
- 7) Menarik, sarana dan prasarana sebaiknya memberikan daya ketertarikan tersendiri pada siswa, sehingga siswa senang menggunakannya.
- 8) Memacu untuk bergerak, hendaknya sarana dan prasarana yang disediakan dapat memacu siswa untuk bergerak.
- 9) Perkakas yang akan digunakan supaya memenuhi standar minimal untuk siswa dalam hal keselamatan.
- 10) Lapangan yang digunakan untuk pembelajaran penjas supaya luasnya sesuai dengan kebutuhan bersih, tidak licin dan sesuai dengan kebutuhan.

11) Gedung olahraga (*hall*) supaya luasnya sesuai dengan kebutuhan bersih, terang, dan pergantian udaranya cukup (Suryobroto, 2004: 19)

b. Pemeliharaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani

Tujuan pemeliharaan peralatan dalam kegiatan olahraga khususnya bagi pendidikan jasmani adalah untuk menentukan dan meyakinkan bahwa alat-alat dalam keadaan aman dan memuaskan untuk digunakan dalam proses pembelajaran (Hisyam, 2000: 31). Adapun prinsip-prinsip pemeliharaan peralatan tersebut sebagai berikut:

- 1) Kebijakan dan tata cara memelihara sarana olahraga harus direncanakan untuk memperpanjang umur peralatan sedemikian rupa sehingga memungkinkan akan menghasilkan modal lagi yang maksimal.
- 2) Pemeliharaan hendaknya direncanakan untuk menjamin keselamatan bagi semua orang yang memanfaatkan atau menggunakan alat-alat tersebut.
- 3) Hanya orang-orang tertentu yang berhak hendaknya diberi kedudukan sebagai pengelola peralatan yang disediakan oleh sekolah.
- 4) Alat-alat seharusnya diawasi secara periodik untuk memperoleh dan mencapai keselamatan dan kondisi alat-alat.
- 5) Perbaikan dan pemulihan kembali kondisi peralatan dibenarkan apabila alat-alat atau bahan yang diperbaiki atau dibangun dengan biaya yang murah.
- 6) Menutupi dan melindungi peralatan yang layak akan menolong dan menjamin pemeliharaan secara ekonomis dan aman (Hisyam, 2000: 32).

c. Perawatan sarana dan prasarana pendidikan jasmani

Agar sarana dan prasarana pendidikan jasmani dapat digunakan dengan layak dan awet, maka sangat perlunya perawatan yang baik dan benar. Tidak semua sarana dan prasarana perawatannya sama, tergantung

dari bahan dan jenisnya.

1) Perawatan alat dan perkakas yang terbuat dari kayu dan bambu sebagai berikut:

- a) Disimpan di tempat yang kering, karena kayu dan bambu jika sering basah terkena air mudah rusak dan dimakan rayap atau serangga lainnya.
- b) Tidak disimpan ditanah, hal ini bermaksud agar tidak dimakan rayap atau serangga lainnya, untuk itu penyimpanannya digantung atau ada tempatnya.
- c) Habis dipakai supaya dibersihkan, semua alat perkakas dan fasilitas hendaknya dibersihkan sehabis digunakan agar tidak mudah rusak.
- d) Jangan ditumpuk terlalu banyak. Hal ini untuk memudahkan dalam mengambil, merawat, dan mengetahui diserang serangga atau hama tidak. Sebab jika ditumpuk terlalu banyak sangat susah pemantauannya.
- e) Meja tenis meja tidak bongkar pasang dan tidak digunakan untuk duduk.

2) Perawatan sarana dan prasarana yang terbuat dari karet sebagai berikut:

- a) Jangan disimpan di tempat yang panas. Sifat semua benda yang terbuat dari karet tidak tahan kena panas, sebab jika kena panas terlalu lama akan mudah rusak.
- b) Jangan sampai kena minyak atau gas. Begitu juga semua benda yang terbuat dari karet tidak tahan atau mudah rusak jika kena minyak atau gas, seperti minyak tanah, solar dsb.

3) Perawatan sarana dan prasarana yang terbuat dari besi sebagai berikut:

- a) Disimpan ditempat yang kering, karena besi jika sering basah kena air akan mudah berkarat sehingga rusak.
- b) Tidak disimpan di tanah. Hal ini bermaksud agar tidak mudah

berkarat sehingga rusak.

- c) Habis dipakai supaya dibersihkan. Semua sarana dan prasarana hendaknya dibersihkan sehabis digunakan agar tidak mudah rusak.
- 4) Perawatan fasilitas lapangan yang berumput sebagai berikut:
  - a) Pemakaiannya tidak terus menerus, tetapi ada istirahatnya, hal ini memberi kesempatan rumput untuk hidup dan berkembang, karena jika lapangan berumput kurang/tidak istirahat maka rumputnya mudah mati.
  - b) Kalau musim kemarau disiram agar rumput tidak mati.
  - c) Dilarang untuk mengembala hewan.
  - d) Dilarang untuk dilewati kendaraan.
- 5) Perawatan fasilitas lapangan yang keras dan tidak berumput sebagai berikut:
  - a) Selalu dijaga kebersihannya, baik sampah atau benda-benda lain yang tidak diperlukan dalam lapangan tersebut.
  - b) Terhindar dari genangan air dan kotoran pasir atau tanah.
- 6) Perawatan gedung olahraga (*hall/aula*) sebagai berikut:
  - a) Dijaga kebersihannya
  - b) Pemakai jika masuk untuk pelajaran senam atau beladiri supaya lepas alas kaki
  - c) Penerangan supaya cukup terang, agar siswa dalam melakukan aktivitas nyaman.
  - d) Pintu atau jendela tempat pergantian udara selalu dibuka agar pergantian udara segar selalu berlangsung.
8. Kelemahan pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan sarana dan prasarana ukuran standar.

Guru pendidikan jasmani seringkali menegelah tidak dapat mengajar dengan baik karena tidak memiliki perlengkapan olahraga yang cukup. Keluhan demikian biasanya dilakukan oleh guru yang masih mengajar dengan cara tradisional, dan peralatan yang dimaksud adalah peralatan

olahraga standar yang biasa dipakai bermain oleh orang-orang dewasa. Dari uraian di atas dapat dibayangkan berbagai kesulitan mengajar pendidikan jasmani di SMP dengan sarana dan prasarana olahraga ukuran standar. Kesimpulannya banyak kelemahan-kelemahan dalam pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan fasilitas alat dan lapangan ukuran standar.

Beberapa kelemahan-kelemahan dalam pembelajarn pendidikan jasmani dengan sarana dan prasarana olahraga ukuran standar yaitu sebagai berikut:

- a. Banyak sekolah tidak mempunyai lapangan yaitu, mengajar dengan ukuran lapangan sebenarnya memerlukan lapangan yang luas. Paling tidak setiap sekolah harus memiliki satu lapangan sepak bola dan satu lapangan basket.
- b. Kurang memberikan kebebasan kepada murid yaitu pendidikan jasmani dengan aturan cabang olahraga yang sebenarnya kurang memberikan kebebasan kepada murid. Karena keterampilan murid belum baik dan harus menggunakan alat ukuran orang dewasa, membuat suasana pembelajaran kaku dan tidak lancar.
- c. Tidak semua murid mampu menggunakan dengan baik fasilitas olahraga ukuran standar yaitu penggunaan fasilitas lapangan uuran sebenarnya sudah banyak disinggung sebelum ini. Dalam ulasan tersebut disebutkan bahwa hampir semua sekolah di Indonesia belum mempunyai berbagai lapangan cabang olahraga yang ukurannya memenuhi syarat. Dalam hal ini yang tidak mampu adalah pengadaannya(dan sebenarnya sekolah tidak terlalu perlu mengadakannya). Tetapi seandainya sekolah mampu mengadakannya, untuk praktek pendidikan jasmani pun tidak selalu menggunakan secara keseluruhan lapangan tersebut, sebab tidak semua murid mampu menggunakannya.
- d. Tidak sesuai dengan karakteristik murid yaitu dengan tegas guru berpesan kepada muridnya agar berdisiplin dan hati-hati karena lembing itu sangat berbahaya. Cara mengajar seperti ini sebenarnya kurang tepat karena secara tidak sangaja guru lebih menganggap muridnya sebagai

atlit atau muridnya telah dewasa. Guru pendidikan jasmani seharusnya tidak mengajar tetapi membelajarkan artinya guru harus berusaha agar muridnya mau dan senang belajar. Oleh karena itu guru harus benar-benar memahami karakteristik muridnya. Murid SMP masih tergolong anak-anak yang masih menyukai aktivitas bermain dan lomba-lomba yang menyenangkan.

- e. Tujuan pendidikan jasmani sulit dicapai yaitu tujuan utama pembelajaran pendidikan jasmani secara tradisional masih meningkatkan kemampuan teknik dasar untuk meningkatkan prestasi cabang olahraga tertentu. Pada hal tidak satu pun tujuan pendidikan jasmani di kurikulum yang berbunyi meningkatkan prestasi, baik kurikulum SD, SMP maupun SMA. Sebenarnya yang menjadi inti pembicaraan bagian ini adalah fasilitas olahraga ukuran standar. Tetapi karena pengajaran tradisional menggunakan peralatan standar maka metode disinggung pula secara singkat. Sebuah penelitian (Cholik Mutohir, 1995) menyebutkan bahwa dengan menggunakan peralatan standar, waktu gerak efektif per murid sangat rendah. Dengan waktu efektif per murid rendah maka sulit untuk meningkatkan kesegaran jasmani maupun merangsang pertumbuhan. Begitu pula tujuan-tujuan pendidikan jasmani yang lain sulit dicapai juga.

## **B. Hakikat Pendidikan Jasmani**

### **1. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani ialah pendidikan yang menggunakan jasmani, sebagai titik pangkal mendidik anak dan anak dipandang sebagai suatu kesatuan jiwa raga. Dengan demikian tujuan melaksanakan pendidikan jasmani di sekolah adalah identik dengan tujuan pendidikan. Istilah pendidikan jasmani berkembang sejak selesainya perjuangan fisik. Dengan terbitnya Undang-undang No. 4 tahun 1950 dan kemudian menjadi Undang-undang No. 12 tahun 1954, memberikan landasan yang kuat terhadap pelaksanaan kegiatan pendidikan jasmani di sekolah. Dalam Bab

VI pasal 9, tercantum “pendidikan jasmani yang menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan dengan perkembangan jiwa, merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat kuat lahir batin, diberikan pada semua jenis sekolah”.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasman, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. Perkataan keselarasan menjadi pedoman pula untuk menjaga agar pendidikan jasmani tidak terpisah dari pendidikan total. Pendidikan jasmani adalah bagian dari tuntunan terhadap pertumbuhan jasmani dan rohani. Puncak kegiatan pendidikan jasmani terlukis pada jawaban pendidikan jasmani yang berdiri sejak tanggal 1 Januari 1961, dengan surat keputusan Menteri Pendidikan Dasar dan Kebudayaan tertanggal 14 Desember 1960, No.109/1/UU.

Tugas jawaban pendidikan jasmani terlukis dalam definisi tentang pendidikan jasmani yang berbunyi sebagai berikut: “pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia, berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah untuk menuju kebulatan keperibadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan”. Reimund Scheuermann (Lutan, 2004: 47), mewakili *Federal Ministry of Education and Research*, mengatakan bahwa “pendidikan jasmani merupakan inti dari pendidikan, yang selanjutnya dipahami sebagai subsistem bagi system pembinaan olahraga secara keseluruhan”. Nilai penting dari olahraga adalah solidaritas. Partisipasi seseorang dalam pendidikan jasmani membina kebiasaan untuk aktif disepanjang hidupnya. Karena itu, program pendidikan jasmani harus dapat membangkitkan motivasi untuk mencapai pola hidup sehat, toleransi dan selain itu memperkenalkan kenikmatan jasmaniah dari kegiatan berolahraga.

Hamadi Benazizah dari *Departement of Health Promotion-Focal Point on Active Living*. WHO menekankan pertanyaan pengembangan pendidikan jasmani melalui sekolah: yang dibutuhkan adalah sebuah landasan yang kuat, sebuah strategi mendasar untuk mempromosi kesehatan dalam bentuk kehidupan aktif dalam semua sistem kehidupan. Dengan demikian akan diperoleh manfaat kesehatan dari aktivitas itu, disamping kemaslahatan dari aspek sosial, yakni interaksi sosial dan pencegahan perilaku yang menyimpang atau mendatangkan mudarat baik bagi diri pribadi maupun masyarakat sekitar. Berlin (Rusli Lutan dkk, 2004: 49) menyatakan, hakikat pendidikan jasmani yang dipahami sebagai proses pendidikan via gerak insani itu, lebih lanjut dielaborasi dalam beberapa pernyataan. Pendidikan jasmani adalah

- a. Satu-satunya mata pelajaran di sekolah yang fokusnya adalah pada ‘badan’, aktifitas jasmani dan perkembangan fisik.
- b. Membantu anak untuk mengembangkan respek terhadap ‘badannya’, baik yang dimilikinya maupun milik orang lain.
- c. Mengembangkan pada anak kebiasaan aktif yang penting bagi perkembangan kesehatan dan menjadi landasan bagi gaya hidup setelah dewasa.
- d. Mengembangkan pemahaman tentang peranan aktivitas jasmani aerobic dan anaerobic untuk meningkatkan kesehatan.
- e. Memberikan sumbangan bagi pengembangan kepercayaan diri dan *self esteem* pada anak.
- f. Mendorong perkembangan kognitif dan sosial; memberikan sumbangan bagi pengembangan keterampilan pendidikan yang fundamental seperti baca, tulis dan prestasi akademik.
- g. Merupakan satu-satunya alat (kesempatan) yang disediakan kepada semua anak apapun kemampuannya, jenis kelamin, usia, budaya, agama atau latar belakang sosial mereka, dengan keterampilan, pengetahuan dan pemaaman untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga disepanjang hayat.

- h. Mempersiapkan anak untuk dapat mengatasi kompetisi, kemenangan atau kekalahan,kooperasi dan kolaborasi.
- i. Merupakan kontribusi yang bermakna bagi pengembangan keterampilan sosial dan terhadap perkembangan moral serta estetika.
- j. Memberikan bekal keterampilan dan pengetahuan untuk mengembangkan kemampuan profesional dikemudian hari dalam olahraga, aktivitas jasmani, rekreasi, dan waktu senggang, sebuah wilaya dari kesempatan vokasional yang semakin berkembang.

Nadisah (1992: 15) mengemukakan bahwa “pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktifitas yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola prilaku individu yang bersangkutan”. Pendidikan jasmani dijelaskan Soepartono (2000: 1), merupakan pendidikan yang menggunakan aktifitas sebagai media utama untuk mencapai tujuan. Lutan dan Sumardianto (2000: 20) menjelaskan “pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktifitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, intelektual dan emosional”.

Berdasarkan uraian-uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial) dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang dalam rangka sistem pendidikan nasional.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian

teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Tujuan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

- a. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- b. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
- c. Mengembangkan sikap sportif, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui aktifitas jasmani.
- d. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga.
- e. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- f. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
- g. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

(Departemen Pendidikan Nasional, 2004: 6)

Karakteristik pendidikan jasmani yang perlu diajarkan di SMP (Depdiknas, 2003: 51) adalah sebagai berikut:

- a. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di SMP, yang mempelajari dan mengkaji gerak manusia secara indisipliner. Gerak manusia aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan motorik, mengembangkan sikap dan perilaku agar terbentuk gaya hidup yang aktif. Aktivitas jasmani yang dilakukan berupa aktivitas bermain, permainan, dan olahraga.
- b. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan interdisipliner,

karena melibatkan berbagai ilmu seperti anatomi, fisiologi, psikologi. Pendukung utama pendidikan jasmani adalah ilmu keolahragaan yang mencakup filsafat olahraga, sejaraholahraga, sosiologi olahraga, fisiologi olahraga dan biomekanika olahraga.

- c. Materi pendidikan jasmani merupakan kajian terhadap gerak manusia yang dikemas dalam muatan yang esensial, faktual dan aktual. Materi ini disampaikan dalam rangka memberikan kesempatan bagi siswa untuk tumbuh kembang secara proporsional, dan rasional ranah psikomotor, jasmani, kognitif, dan afektif.

Agar mencapai tujuan tersebut, proses pembelajaran yang dilaksanakan harus menyenangkan, mengembirakan dan mencerdaskan siswa. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan, nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial) dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang dalam rangka sistem pendidikan nasional. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental intelektual, emosi dan sosial. Aktifitas yang diberikan dalam pengajaran harus sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

## 2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Adapun tujuan umum mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sesuai dengan kurikulum satuan pendidikan adalah agar siswa memiliki kemampuan sebagai berikut:

- a. Mengembangkan keterampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup

sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.

- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan fisik yang lebih baik
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, serta memiliki sifat yang positif.

Suherman (2003: 23) menjelaskan bahwa “tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mencakup pengembangan individu secara menyeluruh”. Artinya cakupan pendidikan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya pada aspek jasmaniah saja, tetapi juga aspek mental, emosional, sosial dan spiritual yang diterangkan sebagai berikut:

- a. Perkembangan fisik, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- b. Perkembangan gerak, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skill full*).
- c. Perkembangan mental, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kedalam lingkungannya, sikap dan tanggung jawab siswa.

- d. Perkembangan sosial, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Setelah mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani dalam jangka waktu tertentu, siswa akan:

- a. Mampu mempertahankan dan meningkatkan tingkat kebugaran jasmani yang baik, serta mampu mendesain program latihan kebugaran yang aman sesuai dengan kaidah latihan.
  - b. Menunjukkan kemampuan untuk melakukan gerakan yang efisien dan memiliki keterampilan teknis dan taktis dan pengetahuan yang memadai untuk melakukan paling tidak satu jenis aktivitas olahraga.
  - c. Mendemonstrasikan gaya hidup yang aktif dan gemar melakukan kegiatan jasmani secara regular.
  - d. Menghormati hubungan dengan orang lain karna berpartisipasi dalam kegiatan olahraga, menghargai kegiatan olahraga yang mengarah kepada pemahaman universal dan multibudaya, dan memiliki kegembiraan karena beraktivitas jasmani secara regular.
3. Karakteristik Pendidikan Jasmani

Berdasarkan struktur keilmuan diatas, karakteristik pendidikan jasmani yang perlu diajarkan kepada siswa Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) sebagai berikut:

- a. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang ada di SD hingga SLTA, yang mempelajari dan mengkaji gerak manusia secara interdisipliner. Gerak manusia adalah aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan motoric, mengembangkan sikap dan prilaku agar terbentuk gaya hidup yang aktif.
- b. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan interdisipliner karna melibatkan berbagai disiplin ilmu seperti anatomi, fisiologi, psikologi.
- c. Materi pendidikan jasmanimerupakan kajian terhadap gerak manusia yang dikemas dalam muatan yang esensial, faktual,dan aktual. Materi ini disampaikan dalam rangka memberikan kesempatan bagi siswa untuk

tumbuh kembang secara profesional, dan rasional ranah psikomotor, kognitif dan afektif. Agar mencapai tujuan tersebut proses pembelajaran yang dilaksanakan harus menyenangkan, menggembirakan, dan mencerdaskan siswa.

#### 4. Perbedaan Pendidikan Jasmani dengan Olahraga Prestasi

Masih banyak kalangan olahraga sendiri yang belum mengetahui perbedaan yang jelas antara pendidikan jasmani dengan olahraga prestasi, bahkan guru pendidikan jasmani masih disebut guru olahraga. Pendidikan jasmani berbeda dengan olahraga prestasi, maka dari itu perlunya mengetahui perbedaan itu agar dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang benar. Hal ini perlu dibahas karena masih banyak guru pendidikan jasmani yang berorientasi pada olahraga prestasi, termasuk sarana dan prasarana yang digunakan untuk pembelajaran pendidikan jasmani. Berhubungan dengan itu, Suryobroto (2004: 7) menjelaskan bahwa “Pendidikan jasmani tidak berorientasi pada olahraga prestasi namun berorientasi pada situasi dan kondisi sekolah serta kebutuhan oleh para siswa di sekolah yang bersangkutan”. Jika olahraga prestasi memang selalu menggunakan sarana dan prasarana yang baku atau standar dan kualitas yang memupuni dalam proses yang pembentukannya, sedangkan pendidikan jasmani tidak harus menggunakan sarana dan prasarana yang baku atau standar, tetapi disesuaikan dengan kebutuhan siswa dan kondisi lingkungan sekolah.

Yang menjadi tujuan dalam pendidikan jasmani yaitu pembentukan anak yang meliputi sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri yang nantinya akan digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan tujuan yang ingin dicapai dalam olahraga prestasi jelas untuk prestasi sehingga menjadikan para atlet-atlet juara.

Berhubungan dengan pernyataan di atas yang menjadi sasaran dalam pendidikan jasmani adalah semua siswa tanpa terkecuali, baik itu berprestasi

atau tidak, normal fisik atau invalid, normal mental atau cacat mental, semua dapat pembelajaran pendidikan jasmani yang seimbang dalam peraturan kurikulum yang dijalankan.

### **C. Guru Pendidikan Jasmani**

#### **1. Pengertian Guru**

Dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani salah satu faktor pendukung terlaksananya proses pembelajaran adalah seorang Guru yang profesional. Suryobroto (2005: 2) menjelaskan bahwa “guru adalah orang yang bertanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik dengan mengupayakan seluruh potensinya baik ranah efektif, kognitif maupun psikomotor. Sedangkan Peraturan Pemerintah Nomor 16 tahun 1994 Jabatan Guru adalah Jabatan Fungsional, yaitu kedudukan yang menunjukkan tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak seorang Pegawai Negeri Sipil (PNS) dalam suatu organisasi yang dalam pelaksanaan tugasnya didasarkan keahlian atau keterampilan tertentu serta bersifat mandiri. Sedangkan Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 39 ayat 2 menyebutkan bahwa, guru adalah tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, dan menilai pembelajaran. Terlepas dari itu kita sering menganggap bahwa seorang guru bertugas sebagai pengajar dan pendidik. Sehubungan dengan itu Muhibbin Syah (1997: 223) mengemukakan bahwa, “guru sebagai pendidik sebagai pendidik ataupun pengajar merupakan faktor penentu kesuksesan setiap usaha pendidikan”. Jadi fungsi guru sangatlah kompleks karena tugas guru dari merancang pengajaran sampai pada taraf penilaian hasil belajar siswa. Fungsi guru pendidikan jasmani sendiri adalah membantu dan mengembangkan kemampuan siswa secara utuh didalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Suryobroto (2001: 71) mengatakan bahwa, guru penjas kes yang baik dalam proses pembelajaran harus:

- a. Menyiapkan diri dalam hal fisik dan mental,
- b. Menyiapkan materi pembelajaran sesuai dengan GBPP dan membuat

satuan pelajaran,

- c. Menyiapkan alat, perkakas dan fasilitas agar terhindar dari bahaya dan kecelakaan.
- d. Mengatur formasi siswa sesuai dengan tujuan materi, sarana dan prasaran, metode dan jumlah siswa,
- e. Mengkoreksi siswa secara individual dan klasikal,
- f. Mengevaluasi secara formatif.

## 2. Tugas dan Peranan Guru Pendidikan Jasmani

Profesi pendidikan merupakan status profesional pekerjaan atau jabatan guru yang menggambarkan kedudukan dan martabat jabatan atau pekerjaan guru dalam masyarakat baik dilihat dari status akademis, ekonomis maupun organisasi professional. Pekerjaan guru sudah dapat dikatakan sebagai suatu profesi. Di Indonesia guru telah tergabung dalam Persatuan Guru Republik Indonesia (PGRI) dan ini telah memiliki kode etik, yaitu kode etik guru.

Keunikan tugas guru pendidikan jasmani terletak pada misi yang diemban untuk mencapai tujuan pendidikan yang bersifat menyeluruh. Meskipun keterjadian proses belajar ditandai dengan aneka aktivitas jasmani sebagai pengalaman belajar, tetapi seluru adegan pendidikan, juga tertuju pada peningkatan kemampuan penalaran dan pengembangan sifat-sifat kepribadian.

Lutan (2004: 66) menjelaskan bahwa, kalsifikasi tugas yang dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani sebagai berikut:

- a. Tugas managerial, mencakup pengecekan kehadiran dan kelengkapan pakaian.
- b. Tugas instruksional yang difokuskan pada fase transisi, mencakup pengorganisasian kelompok dan penempatan serta pengaturan perlengkapan.

Tugas yang diemban guru pendidikan jasmani untuk mencapai taraf efektivitas pengajaran yang memuaskan mencakup beberapa dimensi

manajemen yang meliputi:

- a. Manajemen tugas-tugas ajar,
- b. Manajemen prilaku,
- c. Manajemen waktu dan perlengkapan.

Guru memainkan peranan sebagai perencana, menejer, kolega, professional pendidik jasmani, konselor (guru pembimbing) dan resperesentatif sekolah.

Para guru tersebut bukan hanya merencanakan unit-unit dan pelajaran tetapi juga bekerja sama dengan guru lainnya di sekolah. Mereka juga perlu merencanakan penempatan perlengkapan dan pemanfaatannya dan bahkan untuk kasus Indonesia, guru pendidikan jasmani mengadakan sendiri alat-alat dan kelengkapan yang diperlukan. Mereka tidak hanya perlu memiliki keterampilan untuk mengolah prilaku siswa dalam konteks pengajarannya, tetapi juga memanfaatkan dukungan sumber-sumber daya dari luar misalnya, guru bantu, orang tua, pelatih dari klub dan lain-lain.

Sebagai guru disebuah sekolah, perlu memiliki kemampuan untuk bekerja sama dengan koleganya sesama satu sekolah dan bahkan dengan guru dari sekolah-sekolah lainnya. Guru pendidikan jasmani juga sering dipercayai untuk menangani anak-anak bermasalah. Sebagai guru, perlu memiliki keterampilan sebagai konselor dengan beberapa sifat yakni, hangat, tulus dan penyayang terhadap siswanya dengan niat untuk membantu mengatasi masalah di sekolah dan di luar sekolah. Guru juga memiliki citra sebagai wakil sekolah, keberadaannya dimasyarakat sebagai panutan.

#### **D. Materi Pendidikan Jasmani**

##### **1. Penegertian Kurikulum**

Kata-kata kurikulum berasal dari bahasa Yunani yang berarti suatu jarak yang harus ditempu. Dari lapangan atletik istilah ini berpindah ke lapangan pendidikan dengan arti sejumlah mata pelajaran tertentu yang harus ditempuh atau sejumlah pengetahuan yang harus dikuasai untuk mencapai suatu tingkat atau ijazah (Sudjana, 1989: 4). Pengertian ini membatasi pengalaman anak atau siswa pada situasi belajar didalam kelas dan tidak menghiraukan pengalaman-pengalaman edukatif diluar kelas.

Pandangan ini dianggap terlalu sempit dan terbatas, karena itu tidak dipergunakan lagi oleh sekolah-sekolah modern. Menurut konsep baru dalam pendidikan modern *“Curriculum defined as what happens in school as a result of what teachers do, includes all of the experiences of children for with the school should accept responsibility it is the programme used by the school as a means of accomplishing its purpose”*. Pengertian ini lebih luas dari pada pandangan terdahulu atau tafsiran lama/tradisional dan tidak hanya terbatas pada sejumlah mata pelajaran tertentu yang harus di tempuh. Dengan demikian terdapat dua pandangan tentang kurikulum ini ialah kurikulum dalam arti sempit berarti sekelompok mata pelajaran dalam suatu lapangan ilmu pengetahuan dan kurikulum dalam arti luas adalah semua pengalaman-pengalaman yang mempengaruhi siswa dibawa pengawasan-pengawasan sekolah.

Sudjana (1989: 3) menjelaskan bahwa “kurikulum adalah niat dan harapan yang dituangkan dalam bentuk rencana atau program pendidikan untuk dilaksanakan dan digunakan oleh guru-guru di sekolah. Isi kurikulum adalah pengetahuan ilmiah, termasuk kegiatan dan pengalaman belajar, yang disusun sesuai taraf perkembangan siswa. Kurikulum akan mempunyai arti dan fungsi untuk mengubah siswa apabila dilaksanakan dan ditransformasikan oleh guru kepada siswa dalam suatu kegiatan yang di sebut proses belajar mengajar. Natawidjaja (1979: 16) berpendapat bahwa “kurikulum dirumuskan sebagai suatu program pendidikan yang direncanakan dan dilaksanakan untuk mencapai sejumlah tujuan pendidikan tertentu”. Dari pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan secara jelas bahwa, kurikulum adalah segala bentuk pengalaman belajar yang dituangkan dalam rencana atau program pendidikan untuk mencapai tujuan pendidikan.

## 2. Kurikulum dalam Pendidikan.

Pendidikan adalah upaya manusia untuk memanusiakan manusia. Manusia pada hakikatnya adalah makhluk tuhan yang paling tinggi derajatnya dibandingkan dengan makhluk lain, sebab memiliki kemampuan berbahasa dan akal pikiran, sehingga manusia mampu mengembangkan dirinya sebagai

manusia yang berbudaya. kemampuan mengembangkan diri dilakukan melalui interaksi dengan lingkungannya, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial (Sudjana, 1989: 1). Pendidikan sebagai upaya memanusiakan manusia pada dasarnya adalah upaya mengembangkan kemampuan atau potensi individu sehingga dapat hidup secara optimal baik sebagai pribadi maupun sebagai anggota masyarakat serta memiliki nilai-nilai moral dan sebagai pedoman hidupnya. Pendidikan adalah proses budaya untuk meningkatkan harkat dan martabat manusia, melalui proses yang panjang dan berlangsung sepanjang hayat. Pendidikan terjadi melalui interaksi insani, tanpa batasan ruang dan waktu. Pendidikan dimulai dari lingkungan keluarga, dilanjutkan dan ditempa dalam lingkungan sekolah, diperkaya dalam lingkungan masyarakat dan hasil-hasilnya, digunakan dalam membangun kehidupan pribadi, agama, keluarga, masyarakat, bangsa dan negaranya (Sudjana, 1989: 2)

### 3. Pembinaan Kurikulum

Pembinaan adalah suatu kegiatan untuk mempertahankan dan menyempurnakan apa yang telah ada, contoh jika kita memiliki sebuah rumah maka sehari-hari kita membersihkan rumah, melengkapi perabotannya, mengganti perabotannya yang telah rusak, memperluas dan memperindah pekarangan, dan sebagainya. Dengan kata lain, pembinaan kurikulum adalah bentuk kegiatan memantapkan dan menyempurnakan pelaksanaan kurikulum yang telah kita miliki agar hasil yang diperoleh lebih baik (Natawidjaja, 1979: 25).

### 4. Pengembangan Kurikulum

Pengembangan kurikulum adalah tahap setelah pembinaan kurikulum, yaitu upaya meningkatkan nilai tambah pelaksanaan kurikulum di sekolah yang disesuaikan dengan kurikulum potensial. Kurikulum potensial adalah buku kurikulum yang dituangkan dalam Garis-garis Besar Program Pengajaran (GBPP). Dalam hal ini sekolah hanya melaksanakan kurikulum yang sudah dikembangkan oleh pakar kurikulum berdasarkan pengalaman

dan koreksi terhadap kurikulum sebelumnya.

a. Kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP)

Kurikulum yang dipakai disekolah saat ini adalah kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP). Dari Standar Nasional Pendidikan (pasal 1, ayat 15) dikemukakan bahwa kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) adalah kurikulum operasional yang disusun dan dilaksanakan oleh masing-masing satuan pendidikan.

b. Konsep dasar KTSP

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) disusun dan dikembangkan berdasarkan Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 36 ayat 1 dan 2 yang menjelaskan sebagai berikut:

- 1) Pengembangan kurikulum dilakukan dengan mengacu pada standar nasional pendidikan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional.
- 2) Kurikulum pada semua jenjang dan jenis pendidikan dikembangkan dengan prinsip diversifikasi sesuai dengan satuan pendidikan, potensi daerah, dan peserta didik.

c. Tujuan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP)

Adapun tujuan khusus dalam penerapan kurikulum tingkat satuan pendidikan adalah sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan mutu pendidikan melalui kemandirian dan inisiatif sekolah dalam mengembangkan kurikulum, mengelola dan memberdayakan sumber daya yang tersedia.
- 2) Meningkatkan kepedulian warga sekolah dan masyarakat dalam mengembangkan kurikulum melalui pengambilan keputusan bersama.
- 3) Meningkatkan kompetensi yang sehat antar satuan pendidikan yang akan dicapai.

d. Landasan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP)

- 1) UU No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- 2) PP No.19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan.

- 3) Permendiknas No.22 tahun 2006 tentang Standar Isi
- 4) Permendiknas No.23 tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan
- 5) Permendiknas No.24 tahun 2006 tentang pelaksanaan Permendiknas No.22 dan No.23 tahun 2006

Princip Of Secondary Education, Hamalik (1986: 13)

Muslich (2010: 1) menjelaskan bahwa “Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) disusun dalam rangka memenuhi amanat yang tertuang dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan”. Dalam penyusunannya, KTSP jenjang pendidikan dasar dan menengah mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006 tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah, Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 23 tahun 2006 tentang Standar Kompetensi. Adapun ruang lingkup pendidikan jasmani menurut Peraturan Menteri Nomor 22 tahun 2006 yaitu:

- 1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor dan non lokomotor, atletik, kasti, sepak bola, bola basket, bola voli, bulutangkis, bola tangan, tenis meja, tenis lapangan, dan beladiri serta kativitas lainnya.
- 2) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai serta aktivitas lainnya. Sedangkan aktivitas senam ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, senam kesehatan jasmani (SKJ) dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- 4) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- 5) Pendidikan luar kelas meliputi: karya wisata, pengenalan lingkungan,

berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.

- 6) Kesehatan meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur istirahat yang berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS.

Setiap materi pembelajaran pendidikan jasmani memerlukan sarana dan prasarana yang berbeda. Ketepatan pemilihan sarana dan prasarana akan sangat membantu dalam pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani. Adapun jenis-jenis sarana dan prasarana pendidikan jasmani tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) sesuai dengan materi pembelajarannya sebagai berikut:

a. Atletik

- 1) Jalan dan lari

Pada jalan dan lari diperlukan alat seperti: stopwatch, bendera star, nomor dada, tongkat lari, nomor dada, tongkat lari sambung, dan star blok. Sedangkan fasilitas yang diperlukan adalah lintasan lari atau lapangan terbuka.

- 2) Nomor lompat

Sarana dan prasarana serta alat-alat lompat terdiri atas, meteran gulung, bendera kecil, mistar lompat, tiang mistar, cangkul, bak pasir, balok tumpu, dan perata pasir.

- 3) Nomor lempar

Pelaksanaan kegiatan pembelajaran nomor lempar memerlukan sarana dan prasarana seperti: peluru, lembing, cakram, bola kasti, metran gulung, bendera kecil, dan lapangan tolak peluru.

b. Senam

Untuk mendukung proses kelancaran pembelajaran senam, diperlukan sarana dan prasarana yang memadai, antara lain: matras, holahop, tali lompat, kaset, tape recorder, tongkat, serta bangsal senam sedangkan untuk prasarananya yaitu ruanga/hall senam atau lapangan

terbuka.

c. Permainan

Sarana dan prasarana yang mendukung permainan olahraga, antara lain: bola voli, net voli, bola sepak, gawang, bola takraw, net takraw, bola basket, ring, bola tangan, raket, shuttlecock, bed tenismeja, bola tenismeja, pemukul, bola kasti, meja tenis, papan skor dan lapri sedangkan untuk fasilitas yang digunakan adalah lapangan sepak bola, lapangan bola voli, lapangan bola basket, lapangan bulu tangkis, lapangan sepak takraw.

Melalui pendidikan jasmani yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna untuk mengisi waktu senggang, dan untuk mengembangkan hidup sehat. Selain itu anak-anak mempunyai kepercayaan diri untuk melakukan kegiatan olahraga secara teratur, memiliki gaya hidup yang aktif karna anak didukung oleh pengetahuan yang memadai tentang kebugaran jasmani.

## **E. Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

### **1. Pengertian Modifikasi**

Modifikasi secara umum adalah mengubah atau menyesuaikan. Modifikasi juga dapat diartikan suatu bentuk perubahan dari sebenarnya ke yang tidak sebenarnya. Mengenai pengertian modifikasi, Suherman (2010: 13) mengemukakan bahwa “modifikasi adalah upaya melakukan perubahan dengan penyesuaian-penyusunan, baik dalam segi fisik material (fasilitas dan perlengkapan) maupun dalam tujuan dan cara (metode, gaya, pendekatan, aturan dan penilaian).

Berdasarkan pernyataan mengenai pengertian modifikasi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa modifikasi merupakan suatu usaha perubahan yang dilakukan berupa penyesuaian-penyusunan, baik dalam bentuk fasilitas dan perlengkapan atau dalam metode, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian.

Jika modifikasi dikaitkan dengan pembelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan mempunyai makna yang cukup luas, baik modifikasi dalam bentuk benda atau kecakapan yang dimiliki siswa. Pelaksanaan modifikasi sangat di perlukan bagi guru sebagai alternative atau solusi mengatsi permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, modifikasi merupakan implementasi yang sangat berinteraksi dengan aspek pendidikan lainnya.

## 2. Tujuan dan Jenis Modifikasi

Lutan (1988: 45) menjelaskan bahwa, tujuan modifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai berikut:

- a. Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran,
- b. Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dan berpartisipasi,
- c. Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Adapun jenis-jenis modifikasi yang dikemukakan Suherman (200: 2) yang meliputi antara lain:

- a. Modifikasi pembelajaran,
- b. Modifikasi materi pembelajaran,
- c. Modifikasi lingkungan pembelajaran,
- d. Modifikasi evaluasi pembelajaran.

Sesuai dengan jenis-jenis modifikasi tersebut, maka penelitian ini hanya melihat dan memfokuskan pada modifikasi lingkungan pembelajaran. Modifikasi lingkungan pembelajaran ini dapat diklasifikasikan kedalam beberapa klasifikasi sebagai berikut:

- a. Peralatan,

guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melatih keterampilan (*skill*) siswa. Misalnya, berat ringannya, besar kecilnya, tinggi-rendahnya, panjang-pendeknya peralatan yang digunakan. dengan demikian, untuk mengurangi atau menambah kompleksitas dan kesulitan tugas gerak yang harus dikuasi oleh siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, yaitu dengan cara memodifikasi peralatan.

b. Penataan ruang gerak dalam berlatih,

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menata ruang gerak siswa dalam berlatih.

c. Jumlah siswa yang terlibat,

Guru dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara mengurangi atau menambah jumlah siswa yang terlibat dalam melakukan tugas ajar.

Berkaitan dengan modifikasi lingkungan pembelajaran tersebut komponen-komponen penting yang dapat dimodifikasi meliputi sebagai berikut:

- 1) Ukuran, berat atau bentuk peralatan yang digunakan,
- 2) Lapangan permainan,
- 3) Waktu bermain atau lamanya permainan,
- 4) Peraturan permainan,
- 5) Jumlah pemain.

Sedangkan secara operasional, modifikasi permainan dapat dilakukan sebagai contoh berikut:

- 1) Kurangi jumlah pemain dalam setiap regu
- 2) Ukuran lapangan diperkecil
- 3) Waktu bermain diperpendek
- 4) Sesuaikan tingkat kesulitan dengan karakteristik anak
- 5) Sederhanakan alat yang digunakan
- 6) Ubah permainan menjadi sederhana, sesuai dengan kebutuhan agar permainan dapat berjalan dengan lancar.

Kondisi lingkungan pembelajaran yang memenuhi syarat untuk cabang olahraga tertentu, artinya modifikasi lingkungan yang ada dan menciptakan baru, merupakan salah satu alternatif yang dapat dikembangkan oleh guru sebagai upaya untuk menyesuaikan dengan karakteristik siswa.