



## **PENDEKATAN PEDAGOGIK DALAM PENDIDIKAN JASMANI: TINJAUAN LITERATUR TENTANG KERANGKA KONSEPTUAL, TEORITIS, DAN IMPLIKASINYA PADA PROSES PEMBELAJARAN**

**Nur Alam Rahmatullah<sup>1</sup>, Carsiwan<sup>2</sup>, Agus Taufiq<sup>3</sup>**

Universitas Pendidikan Indonesia

[nuralamrahat@gmail.com](mailto:nuralamrahat@gmail.com), [agustaufiq@upi.edu](mailto:agustaufiq@upi.edu), [agustaufiq@upi.edu](mailto:agustaufiq@upi.edu)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis literatur tentang pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani dengan fokus pada kerangka konseptual, teoritis, serta dampaknya terhadap proses pembelajaran. Kajian ini didasarkan pada 17 artikel dan buku yang membahas berbagai teori pendidikan, seperti konstruktivisme, behaviorisme, kognitivisme, pedagogi nonlinier, teori motivasi diri, dan pendekatan berbasis pengalaman serta teknologi. Temuan menunjukkan bahwa penerapan berbagai metode pembelajaran, seperti blended learning, model kooperatif, dan pembelajaran berbasis masalah, dapat meningkatkan keterlibatan siswa, pemahaman konseptual, keterampilan motorik, serta motivasi belajar. Kajian ini juga menyoroti pentingnya pendekatan inklusif dalam pendidikan jasmani, terutama untuk mendukung siswa berkebutuhan khusus, serta pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran, khususnya selama pandemi COVID-19. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan pedagogik yang adaptif, inovatif, dan holistik memiliki peran signifikan dalam mengembangkan keterampilan fisik, sosial, dan karakter siswa. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam merancang pendidikan jasmani yang lebih relevan dan bermakna.

### **Sejarah Artikel**

*Submitted: 11 November 2024*

*Accepted: 14 Desember 2024*

*Published: 21 Desember 2024*

### **Kata Kunci**

pendekatan pedagogik, pendidikan jasmani, konstruktivisme, inklusivitas, pembelajaran berbasis teknologi, kajian literatur sistematis

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani dalam konteks pendidikan formal memiliki peran yang sangat strategis dalam pengembangan karakter dan keterampilan hidup siswa. Pendidikan jasmani bukan sekadar aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran, melainkan juga menjadi wahana untuk menanamkan nilai-nilai kehidupan seperti kerja sama, kedisiplinan, tanggung jawab, serta menjaga kesehatan mental dan emosional. Pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak melalui pengalaman gerak yang dirancang secara terencana. Pengalaman ini tidak hanya mencakup penguasaan aspek psikomotor, tetapi juga mendukung pengembangan aspek kognitif dan afektif siswa. Dengan demikian, pendidikan jasmani memiliki cakupan yang lebih luas dari sekadar aktivitas fisik, karena mencakup penguatan karakter dan pengembangan keterampilan sosial yang sangat penting untuk kehidupan siswa di masa kini dan masa depan. (Rahmadi et al., 2022)

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teori pembelajaran, kebutuhan akan pendekatan pedagogik yang relevan dalam pendidikan jasmani menjadi semakin mendesak. Pendekatan tradisional yang sering kali bersifat instruktif dan berpusat pada guru cenderung kurang melibatkan siswa secara aktif dalam proses belajar. Hal ini menyebabkan pembelajaran menjadi kurang efektif, terutama dalam meningkatkan minat dan motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas pendidikan jasmani. Mustafa et al. (2019) menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang lebih interaktif dan partisipatif, yang melibatkan siswa secara langsung dalam pengambilan keputusan pembelajaran, mampu meningkatkan tingkat keterlibatan siswa. (Mustafa et al., 2019). Oleh karena itu, sangat penting untuk merancang metode pembelajaran yang adaptif dan mampu mengakomodasi berbagai gaya belajar siswa,



sehingga setiap individu dapat berpartisipasi secara maksimal dalam proses pembelajaran dan mencapai hasil yang optimal.

Kerangka konseptual dan teoritis dalam pendidikan jasmani juga menjadi dasar yang sangat penting untuk mendukung pengembangan metode pembelajaran yang lebih adaptif, relevan, dan efektif. Teori pembelajaran seperti behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme dapat memberikan panduan yang jelas dalam merancang strategi pengajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Syafruddin & Asri, (2022) menjelaskan bahwa pendekatan konstruktivis, yang berfokus pada pengalaman langsung, kolaborasi, dan pembelajaran berbasis masalah, dapat membantu siswa memahami materi dengan lebih baik dan mengembangkan keterampilan yang relevan untuk kehidupan nyata. (Syafruddin & Asri, 2022). Di sisi lain, Kamaruddin et al. (2023) menekankan bahwa memahami gaya belajar siswa, baik visual, auditori, maupun kinestetik, sangat penting untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran. (Kamaruddin et al., 2023)

Dengan menerapkan teori-teori ini, guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung setiap siswa untuk berkembang sesuai potensi dan kebutuhannya. Meskipun demikian, tantangan dalam implementasi pendidikan jasmani di sekolah formal masih menjadi kendala yang signifikan. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya inovasi dalam metode pengajaran, di mana pembelajaran pendidikan jasmani sering kali masih menggunakan pendekatan konvensional yang berpusat pada guru. Pendekatan ini dinilai kurang mampu memenuhi kebutuhan siswa yang beragam dalam satu kelas, seperti yang diungkapkan oleh Kamaruddin et al. (2023). Selain itu, beragamnya kemampuan fisik dan tingkat pemahaman siswa dalam satu kelompok sering kali menjadi hambatan bagi guru dalam menciptakan pembelajaran yang inklusif dan efektif. Dalam kondisi ini, guru perlu mengembangkan metode yang lebih kreatif, adaptif, dan berpusat pada siswa agar pembelajaran dapat memberikan manfaat yang maksimal bagi semua individu di dalam kelas.

Tinjauan literatur tentang pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani menjadi langkah penting untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut. Dengan melakukan analisis terhadap berbagai literatur yang relevan, pendekatan yang mengintegrasikan kerangka konseptual dan teoritis dapat dirancang untuk menjawab kebutuhan siswa secara lebih efektif. Wati et al. (2022) menyarankan bahwa kolaborasi antara guru, siswa, dan orang tua dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam membentuk karakter dan keterampilan sosial siswa. Tinjauan ini juga dapat memberikan panduan bagi pendidik untuk mengembangkan praktik yang inovatif dan sesuai dengan perkembangan zaman, sehingga pendidikan jasmani tidak hanya relevan, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang bagi siswa. (Wati et al., 2022)

Secara keseluruhan, pendidikan jasmani harus dipandang sebagai suatu proses pembelajaran yang holistik, mencakup pengembangan fisik, mental, emosional, dan sosial siswa. Dengan pendekatan pedagogik yang dirancang secara tepat, pendidikan jasmani dapat menjadi instrumen yang efektif dalam membentuk individu yang sehat, cerdas, berkarakter, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan di masa depan. Nurjanah (2023) menegaskan bahwa pendidikan karakter yang terintegrasi dalam pendidikan jasmani memiliki potensi besar untuk menciptakan generasi yang berkualitas, mandiri, dan siap bersaing di berbagai bidang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meninjau berbagai pendekatan pedagogik yang relevan, sekaligus mengeksplorasi bagaimana pendekatan tersebut dapat diterapkan untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani yang lebih efektif dan bermakna. (Nurjanah, 2023)



## **Kajian Teori**

### **Pendekatan Pedagogik dalam Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah elemen penting dalam sistem pendidikan yang bertujuan mengembangkan keterampilan fisik, mental, dan sosial siswa. Dalam hal ini, pendekatan pedagogik yang diterapkan dalam pendidikan jasmani mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran dan pencapaian hasil yang optimal. Kajian ini akan mengulas dasar teori dan konsep yang mendasari pendidikan jasmani serta implikasinya terhadap cara pembelajaran yang dilakukan di sekolah.

#### **1. Peran Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Karakter dan Keterampilan Hidup**

Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada aktivitas fisik, tetapi juga sebagai media penting untuk menanamkan nilai-nilai seperti kerja sama, disiplin, tanggung jawab, dan kesejahteraan mental. Menurut Rahmadi et al., pendidikan jasmani memberikan dampak yang besar terhadap perkembangan anak melalui pengalaman gerak yang terencana, yang mencakup aspek fisik, kognitif, dan emosional. Ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran yang lebih luas, yakni tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga membantu pengembangan karakter dan keterampilan sosial siswa secara menyeluruh (Rahmadi et al., 2022).

#### **2. Kebutuhan akan Pendekatan Pedagogik yang Tepat**

Untuk mendukung efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani, perkembangan teori belajar yang mendasari pendekatan pedagogik sangat penting. Pendekatan tradisional yang lebih berfokus pada instruksi sering kali tidak cukup melibatkan siswa dalam proses pembelajaran secara aktif. Agust menyarankan bahwa pendidikan jasmani harus mengadopsi model pembelajaran yang lebih interaktif dan partisipatif untuk meningkatkan keterlibatan siswa. Ini sesuai dengan temuan Pratiwi yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses yang mengajarkan melalui pengalaman gerakan langsung (Pratiwi, 2023)

#### **3. Kerangka Konseptual dan Teoritis dalam Pembelajaran**

Teori-teori pembelajaran seperti behaviorisme, kognitivisme, dan konstruktivisme memberikan dasar yang kuat untuk merancang pendekatan pedagogik yang lebih fleksibel dan efektif. Pendekatan konstruktivis, yang menekankan pembelajaran melalui pengalaman langsung dan kerja sama antar siswa, dapat memperdalam pemahaman dan keterampilan yang mereka peroleh. Prayoga (2024) menyatakan bahwa pendekatan ini sangat mendukung pembelajaran aktif yang mampu meningkatkan pemahaman konsep di pendidikan jasmani. (Nur Prayoga, 2024). Selain itu, Samiri et al. juga mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan belajar siswa untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih efektif dan bermakna (Samiri et al., 2022)

#### **4. Tantangan dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Meskipun sudah ada kemajuan, tantangan dalam menerapkan pendekatan pedagogik yang efektif dalam pendidikan jasmani masih tetap ada. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya inovasi dalam metode pengajaran yang berpusat pada siswa. Haris mencatat bahwa pendidikan jasmani di banyak tempat masih menggunakan metode tradisional yang tidak mampu memenuhi kebutuhan beragam siswa dalam satu kelas. Selain itu, keberagaman kemampuan fisik dan kebutuhan masing-masing siswa menjadi tantangan bagi guru dalam merancang pembelajaran yang inklusif dan efektif, yang mampu mencakup seluruh siswa di kelas (Haris, 2023)

#### **5. Pentingnya Tinjauan Literatur tentang Pendekatan Pedagogik**



Pentingnya melakukan tinjauan literatur terkait dengan pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani adalah untuk merancang strategi yang dapat mengintegrasikan kerangka konseptual dan teoritis dalam mendukung pembelajaran yang lebih relevan dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Penelitian oleh Taqvim et al. (2020) mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani memiliki potensi untuk memaksimalkan dampak positif, termasuk peningkatan prestasi akademik siswa. Implikasi praktis yang dapat diterapkan untuk menciptakan pembelajaran yang lebih inklusif dan berpusat pada siswa juga sangat perlu untuk diperhatikan. Pendidikan jasmani seharusnya dipandang sebagai proses holistik yang tidak hanya fokus pada pengembangan fisik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan keterampilan hidup yang penting bagi siswa di masa depan. (Taqvim et al., 2020)

## **Metodologi Penelitian**

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode literature review untuk mengeksplorasi dan menganalisis pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani melalui kerangka konseptual dan teoritis sebagai dasar dalam proses pembelajaran. Literature review dipilih karena metode ini memberikan pendekatan yang sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis penelitian-penelitian yang relevan, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai topik yang diteliti (Snyder, 2019).

#### **1. Desain Penelitian**

Penelitian ini mengadopsi pendekatan systematic literature review (SLR) dengan menggunakan kerangka PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Kerangka ini dipilih untuk memastikan bahwa proses peninjauan literatur dilakukan secara transparan, terstruktur, dan dapat direplikasi.

#### **2. Tahapan Penelitian**

Tahapan penelitian dilakukan melalui beberapa langkah berikut:

##### **a. Identifikasi Literatur**

Sumber Data: Artikel ilmiah, buku referensi, dan publikasi lain yang relevan diidentifikasi melalui database berikut:

- Scopus
- PubMed
- SpringerLink
- Google Scholar

##### **Kata Kunci Pencarian:**

- "pedagogical approach in physical education"
- "theoretical framework in physical education"
- "character development through physical education"
- "inclusive education in physical activity"

Pencarian dilakukan dalam rentang waktu publikasi 6 tahun terakhir (2019–2024) untuk memastikan bahwa literatur yang digunakan relevan dengan perkembangan terbaru.

##### **b. Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

###### **Kriteria Inklusi:**

- Artikel yang membahas pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani.
- Artikel yang menggunakan teori pembelajaran sebagai landasan konseptual.
- Artikel yang dipublikasikan dalam jurnal terakreditasi atau buku bereputasi.
- Artikel berbahasa Inggris atau Indonesia.



Kriteria Eksklusi:

- Artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian.
- Artikel tanpa landasan teori pembelajaran.
- Artikel dengan metodologi yang tidak jelas atau tidak tersedia dalam teks lengkap.

c. Penyaringan dan Seleksi

Artikel yang teridentifikasi awalnya berjumlah 42 dokumen.

Setelah dilakukan penyaringan terhadap duplikasi dan abstrak yang tidak relevan, tersisa 25 artikel untuk ditinjau lebih lanjut. Dari hasil penilaian kelayakan terhadap teks lengkap, sebanyak 17 artikel dipilih untuk dianalisis secara mendalam.

3. Analisis Data

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Klasifikasi:

Artikel diklasifikasikan berdasarkan jenis pendekatan pedagogik yang dibahas, kerangka teoritis yang digunakan, serta implikasi yang ditimbulkan pada pembelajaran pendidikan jasmani.

b. Sintesis Temuan:

Hasil dari masing-masing artikel diintegrasikan untuk membangun gambaran menyeluruh mengenai pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani.

c. Validasi:

Validitas dilakukan dengan cross-referencing antarartikel untuk memastikan konsistensi temuan dan relevansi informasi.

4. Representasi Data

Temuan penelitian disajikan dalam format tabel dan narasi untuk menggambarkan hubungan antara pendekatan pedagogik, teori pembelajaran, serta implikasi terhadap pembelajaran pendidikan jasmani. Tabel ini mencakup informasi berikut:

- Judul dan penulis artikel.
- Teori pembelajaran yang digunakan.
- Pendekatan pedagogik yang diterapkan.
- Implikasi pembelajaran yang dihasilkan.

5. Keterbatasan Metode

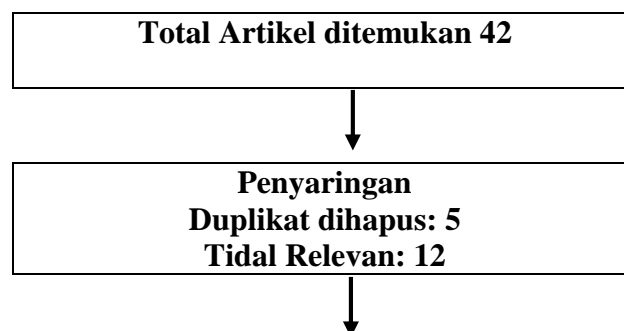
Sebagai metode berbasis literatur, penelitian ini memiliki keterbatasan terkait dengan:

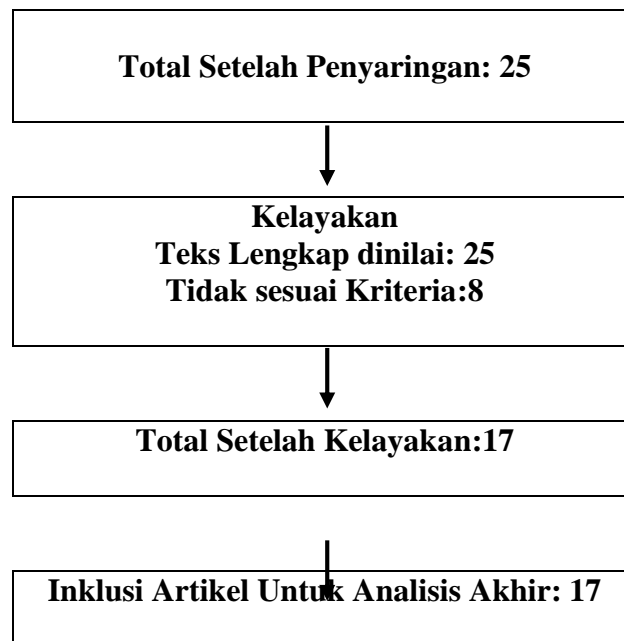
- Keterbatasan akses terhadap beberapa artikel yang berbayar.
- Potensi bias dalam seleksi artikel karena keterbatasan subjektivitas peneliti.
- Tidak adanya data empiris langsung dari implementasi pendekatan pedagogik di lapangan.

6. Diagram PRISMA

Proses penelitian dijelaskan dalam diagram PRISMA sebagai berikut:

- Identifikasi:





**Gambar 1. Diagram Alur Terkait Langkah Systematic Literature Review**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil analisis dan pembahasan dari 17 artikel/buku yang telah direviu mengenai Pendekatan Pedagogik dalam Pendidikan Jasmani: Tinjauan Literatur tentang Kerangka Konseptual, Teoritis, dan Implikasinya pada Proses Pembelajaran.

No.	Judul Artikel/Buku	Penulis	Teori yang Digunakan	Pendekatan Pedagogik yang Diterapkan	Implikasi pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani
1	Kontribusi Filosofi dan Kompetensi Pedagogi terhadap Kualitas Mengajar	(Sujarwo & Rachman, 2020)	Filosofi Pendidikan	Pendekatan Pedagogik Berbasis Filosofi	Meningkatkan kualitas pengajaran melalui pemahaman filosofi pendidikan.
2	Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif untuk Anak Berkebutuhan Khusus	(Fitriatun, 2022)	Pendidikan Inklusif	Pendekatan Adaptif dalam Pendidikan Jasmani	Mengembangkan program pendidikan jasmani yang inklusif dan adaptif.
3	Pengembangan E-Modul Personalized System of Instruction	(Widodo et al., 2022)	Konstruktivisme	Pembelajaran Berbasis Teknologi	Meningkatkan keterlibatan siswa melalui penggunaan



					teknologi dalam pembelajaran.
4	Tingkat Kesulitan Pembelajaran Pendidikan Jasmani	(Haris, 2023)	Behaviorisme	Pembelajaran Berbasis Instruksi	Menunjukkan perlunya metode yang lebih adaptif untuk siswa dengan berbagai kemampuan fisik.
5	Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan	(Taqwim et al., 2020)	Kognitivisme	Pembelajaran Terstruktur	.Meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya aktivitas fisik.
6	Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan	(Sabillah & Nasrulloh, 2022)	Konstruktivisme & Teknologi	Blended Learning	Meningkatkan keterlibatan siswa dengan memadukan pembelajaran daring dan tatap muka
7	Efektivitas Evaluasi Model Countenance dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani	(Erdilanita & Purwadi, 2022)	Behaviorisme	Evaluasi Berbasis Model Countenance	Meningkatkan kualitas pembelajaran dengan mengintegrasikan umpan balik yang berkesinambungan.
8	Kajian Penelitian: Model Student Teams Achievement Division (STAD) dalam Penjas	(Wahyunal & Gazali, 2022)	Konstruktivisme & Kooperatif	Model Pembelajaran Kooperatif	Meningkatkan keterlibatan siswa melalui kerja kelompok dan evaluasi berkelanjutan.
9	Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Masa Pandemi Covid-19	(Hudah et al., 2020)	Konstruktivisme	Pembelajaran Daring & Media Digital	Mengatasi keterbatasan selama pandemi dengan menggunakan aplikasi
10	Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMK: Dampak Penghapusan	(Pratiwi, 2023)	Kognitivisme	Pembelajaran Berbasis Pengalaman	Menilai dampak penghapusan pendidikan jasmani terhadap kebugaran dan



	Mata Pelajaran PJOK				keterampilan siswa.
11	Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan	(Pambudi et al., 2019)	Behaviorisme	Pembelajaran Berbasis Rencana	Mengoptimalkan tujuan pendidikan jasmani dengan merancang pembelajaran yang lebih terstruktur.
12	Permainan Kecil dalam Warm Up Terhadap Aktivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani	(Andani et al., 2022)	Kognitivisme & Kooperatif	Pembelajaran Melalui Permainan	Meningkatkan minat siswa dengan menggunakan permainan kecil dalam pemanasan.
13	Perubahan Istilah Pendidikan Olahraga ke Pendidikan Jasmani	(Pesik et al., 2022)	Konseptual	Pendekatan Linguistik	Menganalisis dampak perubahan istilah pendidikan jasmani terhadap praktik pendidikan.
14	Implementasi Model Pembelajaran Berbasis Masalah Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani	(Khan et al., 2022)	Konstruktivisme & Problem-Based Learning	Pembelajaran Berbasis Masalah	Meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep-konsep pendidikan jasmani.
15	Pengaruh Aktivitas Fisik Program Gross Motor Skill terhadap Indeks Massa Tubuh	(Fatoni et al., 2021)	Kognitivisme	Pembelajaran Motorik	Meningkatkan keterampilan motorik siswa dengan program yang terintegrasi.
16	Model Kooperatif Tipe Students Teams Achievement Divisions untuk Meningkatkan	(Qurohman et al., 2022)	Konstruktivisme & Kooperatif	Model Kooperatif	Meningkatkan hasil belajar melalui pembelajaran yang berbasis kerja kelompok.



	Hasil Belajar Pendidikan Jasmani				
17	Motivasi Belajar Siswa Pendidikan Jasmani Sebagai Hasil Determinan Dalam Gaya Mengajar	(Mawarti et al., 2022)	Kognitivisme	Gaya Mengajar Inovatif	Meningkatkan motivasi siswa melalui inovasi dalam gaya mengajar.

Hasil analisis terhadap 17 artikel dan buku yang direviu menunjukkan bahwa pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani melibatkan beragam kerangka konseptual, teori pendidikan, dan metode pembelajaran yang inovatif dan relevan dengan kebutuhan siswa. Pendekatan-pendekatan tersebut dirancang untuk menciptakan pengalaman belajar yang inklusif, terstruktur, dan bermakna, sehingga meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa.

#### Pendekatan Filosofis dan Inklusivitas dalam Pendidikan Jasmani

Salah satu pendekatan yang menonjol adalah integrasi filosofi pendidikan dalam proses pembelajaran, sebagaimana diungkapkan oleh Sujarwo dan Rachman (2020). Mereka menyoroti pentingnya pemahaman nilai-nilai dasar pendidikan untuk membangun landasan pedagogik yang kuat, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas pengajaran. Filosofi pendidikan tidak hanya memberikan arah dalam merancang kurikulum tetapi juga membentuk pemahaman mendalam tentang pentingnya pendidikan jasmani dalam mengembangkan karakter siswa. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian Fitriatun (2022), yang mengembangkan pendidikan jasmani adaptif untuk anak berkebutuhan khusus. Dengan menekankan pentingnya inklusivitas, penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dapat menjadi alat yang efektif untuk mengakomodasi keragaman kebutuhan siswa dan memastikan partisipasi aktif mereka dalam pembelajaran.

#### Konstruktivisme dan Teknologi sebagai Landasan Inovasi

Teori konstruktivisme banyak digunakan sebagai landasan dalam inovasi pedagogik, terutama dalam konteks integrasi teknologi. Widodo et al. (2020) mengembangkan e-modul berbasis teknologi yang dirancang untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Modul ini tidak hanya memberikan fleksibilitas dalam akses belajar tetapi juga memungkinkan siswa untuk belajar sesuai dengan kecepatan mereka sendiri. Selain itu, Sabillah dan Nasrulloh (2020) memaparkan penerapan metode blended learning, yaitu perpaduan antara pembelajaran daring dan tatap muka, yang menunjukkan efektivitas teknologi dalam menciptakan pengalaman belajar yang interaktif dan dinamis. Khan et al. (2022) juga menggunakan konstruktivisme untuk menerapkan pembelajaran berbasis masalah (problem-based learning), yang membantu siswa memahami konsep-konsep pendidikan jasmani secara mendalam dengan melibatkan mereka dalam pemecahan masalah nyata.

#### Kooperasi dan Kolaborasi sebagai Strategi Efektif

Pendekatan kooperatif juga menjadi salah satu strategi yang efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Wahyunal dan Gazali (2022) serta Qurohman et al. (2022) menunjukkan keberhasilan model Student Teams Achievement Division (STAD) dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Model pembelajaran ini mendorong kolaborasi kelompok, yang tidak hanya



memperkuat pemahaman siswa terhadap materi tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial mereka, seperti kerja sama dan komunikasi.

#### Behaviorisme dan Struktur dalam Pembelajaran

Pendekatan behaviorisme juga banyak digunakan, terutama dalam pembelajaran berbasis instruksi. Haris (2023) menyoroti pentingnya metode instruksi yang adaptif untuk memenuhi kebutuhan siswa dengan berbagai tingkat kemampuan fisik. Sementara itu, Pambudi et al. (2019) memanfaatkan pendekatan pembelajaran berbasis rencana untuk mengoptimalkan tujuan pendidikan jasmani secara terstruktur. Selain itu, Purwadi dan Erdilanita (2022) mengembangkan evaluasi berbasis model Countenance untuk meningkatkan kualitas pembelajaran melalui umpan balik yang berkesinambungan.

#### Pengalaman dan Keterampilan Motorik sebagai Fokus

Beberapa penelitian juga menyoroti pentingnya pendekatan berbasis pengalaman dalam pendidikan jasmani. Fatoni et al. (2021) mengembangkan program motorik terintegrasi yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa. Andani et al. (2022) menekankan pentingnya penggunaan permainan kecil dalam sesi pemanasan untuk menarik minat siswa dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Di sisi lain, Pratiwi (2023) mengkaji dampak penghapusan mata pelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran fisik siswa, yang menyoroti perlunya pendekatan berbasis pengalaman untuk mendukung kesehatan dan kebugaran siswa secara holistik.

#### Inovasi Selama Pandemi dan Dampak Istilah dalam Pendidikan

Pandemi COVID-19 membawa tantangan besar bagi pembelajaran pendidikan jasmani, namun juga memunculkan inovasi baru. Hudah et al. (2020) menyoroti penggunaan media digital dan aplikasi pembelajaran untuk mengatasi keterbatasan pembelajaran tatap muka selama pandemi. Selain itu, Pesik et al. (2022) menganalisis dampak perubahan istilah dari "pendidikan olahraga" menjadi "pendidikan jasmani." Kajian ini menunjukkan bahwa perubahan istilah dapat membawa implikasi terhadap praktik dan kebijakan pendidikan, termasuk bagaimana pendidikan jasmani diposisikan dalam kurikulum.

#### Motivasi dan Gaya Mengajar sebagai Faktor Pendukung

Gaya mengajar inovatif juga diidentifikasi sebagai faktor penting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Mawarti et al. (2022) menunjukkan bahwa pendekatan yang kreatif dan inovatif dalam gaya mengajar dapat mendorong siswa untuk lebih terlibat dalam pembelajaran, menciptakan suasana belajar yang lebih positif dan produktif.

Secara keseluruhan, berbagai pendekatan pedagogik yang direviu menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dapat menjadi lebih inklusif, interaktif, dan bermakna jika didukung oleh kerangka konseptual yang kuat, teori pendidikan yang relevan, serta metode pembelajaran yang inovatif. Pendekatan-pendekatan ini tidak hanya memperkaya pengalaman belajar siswa tetapi juga meningkatkan kualitas pembelajaran secara keseluruhan, yang pada akhirnya mendukung pengembangan siswa secara holistik, baik dari aspek fisik, mental, maupun sosial.

### **Kesimpulan**

Tinjauan Literatur ini menunjukkan bahwa pendekatan pedagogik dalam pendidikan jasmani memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran dan kualitas hasil belajar siswa. Melalui analisis terhadap 17 artikel dan buku yang direviu, terlihat bahwa berbagai teori dan kerangka konseptual, seperti behaviorisme, kognitivisme, konstruktivisme, hingga pendekatan berbasis teknologi, memberikan kontribusi penting dalam merancang metode pembelajaran yang adaptif, inklusif, dan relevan. Filosofi pendidikan berperan dalam meningkatkan kualitas pengajaran, sementara teori konstruktivisme mendorong pembelajaran aktif melalui pengalaman langsung, kerja kelompok, serta



pendekatan berbasis masalah. Pendekatan berbasis teknologi, seperti blended learning dan e-modul, terbukti meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Selain itu, pendekatan kooperatif, seperti model Student Teams Achievement Division (STAD), efektif dalam membangun kolaborasi antar siswa dan meningkatkan hasil belajar. Dalam konteks inklusivitas, pendidikan jasmani adaptif yang dirancang untuk siswa berkebutuhan khusus menunjukkan pentingnya keberagaman dalam pembelajaran. Pendekatan berbasis pengalaman, seperti permainan kecil dan program motorik, membantu meningkatkan minat dan keterampilan siswa. Pandemi COVID-19 juga menjadi tantangan yang mendorong inovasi, seperti penggunaan media digital untuk mendukung pembelajaran jarak jauh.

Namun, tantangan dalam implementasi pendidikan jasmani, seperti kurangnya inovasi dan beragamnya kemampuan siswa, membutuhkan perhatian lebih. Gaya mengajar inovatif terbukti mampu meningkatkan motivasi belajar siswa, memberikan landasan penting untuk pengembangan pendekatan pedagogik yang lebih kreatif. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani harus dipandang sebagai proses holistik yang tidak hanya berfokus pada pengembangan fisik, tetapi juga pada pembentukan karakter, keterampilan hidup, dan kesejahteraan siswa secara menyeluruh. Pendekatan pedagogik yang terencana dan inovatif dapat mendukung tujuan ini, sehingga pendidikan jasmani menjadi lebih bermakna dan relevan bagi siswa dalam menghadapi tantangan kehidupan di masa depan.

### **Saran**

Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani, guru disarankan mengadopsi pendekatan pedagogik yang fleksibel dan kontekstual sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik siswa. Pendekatan berbasis filosofi, inklusivitas, dan pengalaman belajar dapat dikombinasikan untuk menciptakan proses pembelajaran yang lebih bermakna. Selain itu, integrasi teknologi dalam pembelajaran, seperti penggunaan e-modul, aplikasi pembelajaran, dan metode blended learning, juga perlu terus dikembangkan untuk meningkatkan keterlibatan siswa. Evaluasi berbasis umpan balik, seperti model Countenance, dapat diterapkan untuk membantu siswa memahami kekuatan dan kelemahan mereka sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif.

Guru juga disarankan untuk terus mengembangkan gaya mengajar yang inovatif, baik melalui pendekatan kooperatif seperti Student Teams Achievement Division (STAD) maupun dengan menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan untuk menjaga motivasi siswa. Pendidikan jasmani yang inklusif dan adaptif juga perlu dirancang agar siswa dengan kebutuhan khusus dapat berpartisipasi aktif dan meraih manfaat pembelajaran. Selain itu, pemanfaatan permainan kecil atau aktivitas motorik dalam pembelajaran dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus meningkatkan keterampilan motorik siswa, sehingga meningkatkan minat mereka terhadap pendidikan jasmani.

Peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan dan pengembangan profesional berkelanjutan sangat penting untuk memperbarui pemahaman mereka tentang teori pedagogik, metode pembelajaran, dan penggunaan teknologi dalam pendidikan. Lebih lanjut, penelitian jangka panjang perlu dilakukan untuk mengeksplorasi dampak berbagai pendekatan pedagogik terhadap hasil belajar siswa, termasuk pengembangan karakter, keterampilan sosial, dan kesehatan fisik mereka. Dengan mengimplementasikan saran-saran ini, diharapkan pembelajaran pendidikan jasmani dapat terus berkembang dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi siswa di berbagai aspek kehidupan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Andani, A., Gustiawati, R., & Kurniawan, F. (2022). Permainan Kecil Dalam Warmin Up Terhadap Aktivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani SMK Taruna Karya 1 Karawang.



- Jurnal Ilmu Keolahragaan*. <https://doi.org/10.26418/jilo.v5i2.55849>
- Erdilanita, U., & Purwadi, D. A. (2022). Efektivitas Gaya Mengajar Self-Check Dalam Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v7i2.2059>
- Fitriatun, E. (2022). Teknik Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Bagi Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar. *Empiricism Journal*. <https://doi.org/10.36312/ej.v3i2.1040>
- Haris, I. (2023). Tingkat Kesulitan Pembelajaran Pendidikan Jasmani: Studi Cross Sectional Pada Siswa SMPN 2 Pomala. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. <https://doi.org/10.21137/jpp.2023.15.2.6>
- Hudah, M., Widiyatmoko, F. A., Pradipta, G. D., & Maliki, O. (2020). Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Masa Pandemi Covid-19 Di Tinjau Dari Penggunaan Media Aplikasi Pembelajaran Dan Usia Guru. *Jurnal Porkes*. <https://doi.org/10.29408/porkes.v3i2.2904>
- Kamaruddin, I., Susanto, N., Agus Hita, I. P., Rahma Pratiwi, E. Y., Abidin, D., & Laratmase, A. J. (2023). Analysis of the Influence Physical Education on Character Development of Elementary School Students. *At Ta Dib*. <https://doi.org/10.21111/attadib.v18i1.9749>
- Khan, L. U., Chaerul, A., & Resita, C. (2022). Implementasi Model Pembelajaran Berbasis Masalah Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Secara Daring. *Jurnal Educatio Fkip Unma*. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3138>
- Mawarti, S., Rohmansyah, N. A., & Hiruntrakul, A. (2022). Motivasi Belajar Siswa Pendidikan Jasmani Sebagai Hasil Determinan Dalam Gaya Mengajar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.48119>
- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Supriyadi, S. (2019). Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Malang. *Jurnal Pendidikan Teori Penelitian Dan Pengembangan*. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i10.12845>
- Nur Prayoga, S. N. (2024). Penguatan Karakter Kejujuran Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Sebagai Calon Guru. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*. <https://doi.org/10.55081/jumper.v4i2.1809>
- Nurjanah, A. (2023). Urgensi Pendidikan Karakter Dalam Memajukan Bangsa. *JHNB*. <https://doi.org/10.47256/jhnb.v1i1.270>
- Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyoogo, W. D. (2019). Perencanaan Dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Teori Penelitian Dan Pengembangan*. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i1.11906>
- Pesik, D. K., Jeffry Sengkey, A. R., & Kumenap, E. (2022). Perubahan Istilah Pendidikan Olahraga Ke Pendidikan Jasmani Bagi Guru-Guru Pendidikan Jasmani Di Sekolah Menengah Pertama Se-Kecamatan Passi Timur (Studi Multi Kasus). *Physical Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. <https://doi.org/10.53682/pj.v3i2.5341>
- Pratiwi, A. S. (2023). Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMK: Dampak Penghapusan Mata Pelajaran PJOK. *Jurnal Educatio Fkip Unma*. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5774>
- Qurohman, T., Ismaya, B., & Susianti, E. (2022). Problematika Guru Penjas Dalam Memodifikasi Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di MTs Ghoyatul Jihad Karawang. *Jurnal Speed (Sport Physical Education Empowerment)*. <https://doi.org/10.35706/journalspeed.v5i01.6609>
- Rahmadi, Y., Nasution, N. S., & Purbangkara, T. (2022). Analisis Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Ma Ghoyatul Jihad Karawang. *Jurnal*



- Speed (Sport Physical Education Empowerment)*.  
<https://doi.org/10.35706/journalspeed.v5i2.6925>
- Sabillah, M. I., & Nasrulloh, A. (2022). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Berbasis Blended Learning Di Era Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.47652>
- Samiri, S., Murniviyanti, L., & Rizhardi, R. (2022). Pemahaman Nilai-Nilai Pendidikan Jasmani Dalam Interaksi Sosial Siswa SMP PGRI 1 Palembang. *Jolma*. <https://doi.org/10.31851/jolma.v2i1.7313>
- Sujarwo, S., & Rachman, H. A. (2020). Kontribusi Filosofi Dan Kompetensi Pedagogi Terhadap Kualitas Mengajar Guru Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. <https://doi.org/10.21831/jpji.v16i2.31133>
- Syafruddin, M. A., & Asri, A. (2022). Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Membangun SDM Di Era Revolusi Industri 4.0. *Gelora Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip Mataram*. <https://doi.org/10.33394/gjpok.v9i2.6585>
- Syaukani, A. A., Subekti, N., & Fatoni, M. (2020). Analisis Tingkat Motivasi Belajar Dan Berlatih Pada Atlet-Pelajar PPLOP Jawa Tengah Tahun 2020. *Jurnal Keolahragaan*. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.32553>
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Teori Penelitian Dan Pengembangan*. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>
- Wahyunal, W., & Gazali, N. (2022). Kajian Penelitian: Model Student Teams Achievement Division (Stad) Dalam Penjas. *Journal of Sport Education (Jope)*. <https://doi.org/10.31258/jope.5.1.11-18>
- Wati, E. K., Harahap, R. D., & Safitri, I. (2022). Analisis Karakter Siswa Pada Mata Pelajaran IPA Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.2953>
- Widodo, A., Irianto, D. P., Graha, A. S., Yudanto, Y., Juniarta, T., & Bachtiar, B. (2022). Analisis Kebutuhan Pengembangan E-Modul Personalized System of Instruction Pada Pembelajaran Daring Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.49006>