

PELATIHAN PENGEMBANGAN AKTIVITAS LUAR KELAS KEPADA GURU PJOK SEBAGAI IMPLEMENTASI MERDEKA BELAJAR DI KOTA CILEGON

Hartman Nugraha, Hermawan, Masnur Ali

Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
hartmannugraha@yahoo.co.id, hermawan@unj.ac.id, ali.masnur@unj.ac.id

Abstract

The independent curriculum currently being implemented needs to be socialized so that it can be implemented in schools. Freedom to learn is an effort to have freedom of thought and expression. In the learning process, effective and efficient media assistance is needed. One program that can be implemented is learning activities outside the classroom. The aim of this Community Service Program is to provide training to teachers regarding learning activities outside of school as an implementation of independent campuses in schools. The method of carrying out activities is by instructors who come from academics and practitioners who are competent in their fields. This learning involves changes in values, feelings, skills and knowledge that teachers gain through the activities they carry out. With these activities it is hoped that the curriculum material from independent learning can be presented in a more interesting way and have the freedom of time to present all aspects of basic movements and sports movements for To achieve the aspects that are the goals and functions of coaching, activities are designed using various forms of presentation with theory and practice. The output target that will be achieved is that PJOK teachers will be able to carry out learning outside the classroom in a fun way by following the models developed, adding learning references for teachers, making YouTube videos so that other teachers can also access them and can be published in service journals public.

Keywords: Training, outside class activities, independent learning

Abstrak

Kurikulum merdeka yang saat ini diterapkan perlu disosialisasikan sehingga dapat diimplementasikan di Sekolah. Merdeka belajar adalah salah satu upaya kemerdekaan dalam berpikir dan berekspresi. Dalam proses pembelajaran, dibutuhkan bantuan media yang efektif dan efisien salah satu program yang dapat diterapkan adalah permealajaran aktivitas luar kelas. Tujuan pada Program Pengabdian Pada Masyarakat ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada para guru terkait pembelajaran aktivitas luar sekolah sebagai implementasi kampus merdeka di sekolah. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan metode instruktur yang berasal dari akademisi dan praktisi yang sudah berkompeten dibidangnya. Pembelajaran ini melibatkan perubahan nilai, perasaan, keterampilan dan pengetahuan yang diperoleh guru melalui kegiatan yang mereka lakukan.. Dengan kegiatan tersebut diharapkan dapat disajikan materi kurikulum dari merdeka belajar dengan lebih menarik dan memiliki keleluasaan waktu untuk menyajikan seluruh aspek dalam gerak dasar dan gerak olahraga untuk mencapai aspek-aspek yang menjadi tujuan dan fungsi pembinaan, kegiatan dirancang dengan berbagai bentuk penyajian dengan teori dan praktek. Target luaran yang akan dicapai adalah guru PJOK akan dapat melakukan pembelajaran luar kelas secara menyenangkan dengan mengikuti bentuk-bentuk model yang dikembangkan, menambah referensi pembelajaran untuk para guru, membuat video youtube sehingga guru-guru yang lain dapat ikut mengakses dan dapat terpublikasi pada jurnal pengabdian masyarakat.

Kata Kunci: Pelatihan, aktivitas luar kelas, merdeka belajar

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Merdeka belajar telah diinstruksikan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan pada tahun 2000 ini untuk dilaksanakan di Lembaga Pendidikan yang tersebut di seluruh Indonesia. Kemerdekaan dalam belajar yaitu kebebasan lembaga pendidikan dalam merancang kebijakannya yang agar pendidik terhindarkan dari birokrasi yang rumit serta peserta didik dapat memilih bidang pendidikan yang mereka senangi (Kemendikbud 2020). Salah satu tujuan pendidikan jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 adalah meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan serta mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis. Pendidikan jasmani

memperlakukan setiap peserta didik sebagai satu kesatuan utuh antara jiwa dan raga. Pernyataan tersebut menjadikan pendidikan jasmani sebagai bidang kajian yang sangat luas dan menarik dengan titik berat pada peningkatan pergerakan manusia (human movement).

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan dengan menggunakan berbagai pendekatan, model, strategi, metode, gaya, dan teknik sesuai dengan karakteristik tugas gerak, peserta didik, dan lingkungan belajar. Pembelajaran diarahkan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah (psikomotor, kognitif, dan afektif) setiap peserta didik dengan menekankan pada kualitas kebugaran jasmani dan perbendaharaan gerak.

Konsep merdeka belajar dapat menjadi pemicu bagi peserta didik untuk mengembangkan karakter melalui aktivitas jasmani yang muncul dalam pembelajaran PJOK. Peserta didik dapat memilih aktivitas fisik yang akan dilakukan sesuai dengan kegemarannya. Kegiatan yang dapat dilakukan yaitu melalui outdoor activity. Ada beberapa manfaat yang diterima ketika melakukan aktivitas di luar kelas diantaranya Aktivitas di alam terbuka bisa mengembangkan kognitif atau pengetahuan anak. siswa bisa diajak untuk melakukan pengamatan, penyelidikan, dan berdiskusi bersama. Semakin luas wawasan yang siswa miliki dalam bidang ilmu pengetahuan, minat anak pun akan semakin berkembang. Konsentrasi siswa akan semakin berkembang, karena saat mereka mengaktifkan motorik kasar (dengan banyak bergerak), siswa harus tetap bisa bersikap tenang saat berdiskusi dan melakukan penelitian.

Aktivitas luar kelas akan menumbuhkan kegiatan anak melakukan eksplorasi, melatih pertumbuhan fisik serta imajinasi, serta memberikan peluang yang luas untuk berinteraksi dengan orang dewasa dan teman lainnya, mengembangkan kemampuan berbahasa dan menambah kata-kata, serta membuat belajar yang dilakukan sebagai belajar yang sangat menyenangkan.

Aktivitas luar kelas juga dapat mengembangkan aspek moral, nilai agama, sosial, bahasa dan fungsi motorik. Bermain di lingkungan alam terbuka merupakan sarana yang efektif untuk menghibur dan edukasi untuk para siswa, disamping itu permainan juga dapat melatih ketangkasan anak-anak sesuai permainan yang ia mainkan, untuk itu diperlukan latihan dan keterampilan khusus untuk menguasai suatu permainan. Kegiatan bermain bagi anak merupakan aktivitas yang dapat membantu mengembangkan kreativitas yang sekaligus memupuk sikap kerjasama, sportifitas, sosialisasi, menahan diri, imajinasi, intelegensi, responsive, tenggang rasa, persuasif, dan emosional.

Aktivitas luar kelas dapat menjadi media yang tepat untuk dapat diimplementasikan kepada para siswa untuk dapat membuka keterbukaan dan kepedulian dengan aktivitas di alam terbuka sehingga akan muncul pembelajaran yang diharapkan pada konsep merdeka belajar. Dengan aktivitas diluar kelas di lingkungan alam sekitar akan menambah kepeduliannya kepada lingkungan sekitar yang akan menambah kecerdasan naturalistiknya. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pelatihan-pelatihan kepada para guru olahraga untuk dapat

merancang pembelajaran aktivitas luar kelas untuk dapat mengimplementasikan merdeka belajar mata pelajaran PJOK.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan mengadakan pelatihan pembuatan pembelajaran aktivitas luar kelas secara gratis, dalam bentuk teori dan praktek kepada para guru. Kegiatan ini dilakukan dengan pembagian tahapan diantaranya pengetahuan tentang tahapan-tahapan konsep merdeka belajar, pembuatan model, menganalisis lingkungan, membuat analisis faktor keselamatan, melakukan evaluasi pembelajaran.

Metode yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan metode pendekatan ceramah, praktek dan diskusi

a. Partisipasi mitra:

Kegiatan akan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan Igornas Kota Cilegon dan Dinas Pendidikan Kota Cilegon dengan melakukan kegiatan secara bersama-sama dan akan mengeluarkan sertifikat yang akan dapat digunakan oleh setiap guru. Sekolah mitra yang akan digunakan untuk melakukan pengabdian adalah sekolah di Cilegon Banten.

b. Evaluasi dan keberlanjutan program

Kegiatan yang dilaksanakan akan dilakukan evaluasi, setelah mempraktekkan di sekolah masing-masing tindak lanjut selanjutnya adalah melakukan evaluasi bersama apa saja yang terjadi di lapangan dan akan melakukan diskusi untuk mencari solusi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Mitra yang terlibat yaitu (stake holder) pada program pengabdian masyarakat ini bekerjasama dengan guru-guru PJOK di Kota Cilegon yang tergabung dalam Ikatan Guru Olahraga Nasional (Kota Cilegon), MGMP PJOK dan Dinas Pendidikan Kota Cilegon.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan mengadakan pelatihan pembuatan model aktifitas luar kelas secara gratis, dalam bentuk teori dan praktek kepada para guru. Kegiatan ini dilakukan dengan pembagian tahapan diantaranya pengetahuan tentang kurikulum Merdeka dan aktivitas luar kelas. Peserta yang hadir adalah Seluruh guru olahraga yang berjumlah 50 guru yang terdiri atas guru SD, SMP dan SMA.

Berdasarkan pengamatan dan pelaksanaan di lapangan dan diskusi dengan para pemangku lembaga mitra kegiatan tersebut menarik dan sangat tertarik untuk mendalami dan mengikuti kegiatan tersebut dan dari hasil pretest pemahaman terkait materi para peserta 80% tertarik dengan pelatihan tersebut dan perlu diimplementasikan kedalam proses pembelajaran..

5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat tentang Pelatihan kepada para guru terkait pembelajaran materi permainan tradisional di sekolah, yang dilaksanakan kepada guru pendidikan jasmani berjalan dengan baik dan lancar. Program yang telah dilaksanakan meliputi berbagai macam kegiatan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah:

- a. Guru pendidikan jasmani sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini.
- b. Guru pendidikan jasmani merasa bertambahnya pengetahuan dan keterampilan dibidang olahraga Tradisional.
- c. Guru pendidikan jasmani mengharapkan adanya kegiatan secara periodik dan berjenjang.

6. UCAPAN TERIMA KASIH (*Acknowledgement*)

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang berkontribusi pada kegiatan ini, terutama pada guru-guru PJOK di Kota Cirebon yang telah memberikan kepercayaan dan dukungan hingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

7. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Abdul Gani, Sofyan Hanif, & Masnur Ali. (2022). PELATIHAN PENERAPAN MODEL LATIHAN SEPAK TAKRAW UNTUK PELATIH DI JAKARTA TIMUR. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), SNPPM2022P-71 . Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/33675>
- Ali, Masnur. 2020. Penyuluhan Kids Atletik Pada Guru Sd Di Kota Cilegon Provinsi Banten Tahun 2020. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol 1 (2020). 198-203.
- Ali, M., & Maslikah, U. (2021). Sosialisasi Olahraga Floorball Kepada Mahasiswa Olahraga Di Provinsi Banten. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian*, 2021,193–196. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/25594/12132>
- Ali, Masnur., Nugraha, H.,& Aqobah, Q. J. 2021. Traditional Games And Social Skills Of Children In The Pandemic Era. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar JPSD*. 7(1). 104-117.
- Agustin, Dini. 2017. *Jurnal 2017. Analisis Kondisi Fisik Atlet Putri Floorball Universitas Negeri Surabaya*. Vol.08 No. 4 Edisi Juli 2017, Hal (76-83).
- Aqobah, Q. J., Ali, M., Nugroho, A. I. 2021. Pengaruh latihan soft toss ball terhadap hasil pukulan dalam cabang olahraga softball. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*. 10(1). 31-39.
- Aqobah, Q. J., Ali, M., Decheline, G., & Raharja, A. T. (2020). Penanaman Perilaku Kerjasama Anak Usia Dini melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah*, 5(2), 134–142.
- Aqobah, Q. J., Nuradhiani, A., & Ali, M. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Aktivitas Fisik Dan Gizi Seimbang Selama Pandemi Covid 19. *Journal Berkarya*, 4(1), 15–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.0401.2022.03>
- Budiningsih, M., Siregar, N. M., & Ali, M. (2020). People ' s Clean and Healthy Behaviors during the COVID-19 Outbreak : A Case Study in DKI Jakarta Province. <https://doi.org/10.4108/eai.22-7-2020.2300293>.
- Hartman Nugraha, Hernawan, & Masnur Ali. (2022). PELATIHAN OLAHRAGA TRADISIONAL KEPADA GURU DI KOTA CILEGON. *Prosiding Seminar*

- Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), SNPPM2022P-45 . Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/33659>
- Kholik, A., Zulham, & Ali, M. (2022). PELATIHAN HAND SIGNAL BAGI PENYELAM PEMULA. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), SNPPM2022P-76 . Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/33358>
- Mallen Cheryl and Adams Lorne J.. Sport, Recreation and Tourism Event Management.
- Masnur Ali, Uzizatun Maslikah, & Qory Jumrotul Aqobah. (2022). PELATIHAN PENCEGAHAN DAN PERAWATAN CEDERA KEPADA PELATIH DAN GURU OLAHRAGA DI KOTA CILEGON. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), SNPPM2022P-66 . Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/33672>
- Nugraha, H., Hernawan, & Ali, M. (2021). PELATIHAN PEMBUATAN MODEL OUTDOOR ACTIVITY BAGI GURU SD DI KOTA CILEGON BANTEN. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), SNPPM2021P-197 . Retrieved from <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/25599>
- Ramsay Hayden. Reclaiming Leisure; art, Sport, and Phylosophy. New York:Macmillan, 2005.
- Suharsono. Arti dan Nilai-nilai Rekreasi Wacana Setra No. 2 tahun ke VI, Bulletin STO Yogyakarta 2 Maret tahun 1975.
- Tillman Albert. Rekreasi dalam Kehidupan Sosial. Jakarta: Bulletin PLSOR Kesegaran Jasmani dan Rekreasi, No. 7 Oktober.
- Yusuf Adisasmita. Rekreasi Pendidikan. Jakarta: FPOK