

## Asistensi Mengajar Pendidikan Jasmani sebagai Upaya Peningkatan Keterampilan Belajar Siswa di SMP Negeri 30 Palembang

Fauzan Alhabibi<sup>1</sup>, Noviria Sukmawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Olahraga, Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

\*e-mail: Fauzanalhabibi77@gmail.com<sup>1</sup>

### Abstract

*This community service aims to describe the implementation of teaching assistance activities carried out at SMP Negeri 30 Palembang by an undergraduate student of Physical Education from Bina Darma University. The purpose of the activity is to improve students' learning motivation, discipline, and physical skill development, especially in basic sport movements such as athletics, gymnastics, and team games. The method used consists of observation, mentoring, direct teaching, and evaluation in the form of assessment and reflection. The results showed that teaching assistance activities had a positive impact on students' participation, discipline, and improvement of basic movement skills. Students showed increased enthusiasm and confidence during the learning sessions. The program also encouraged collaborative learning and sportsmanship values among students. The activity is considered successful and is recommended to be continued in future academic cycles, especially as a form of practical learning experience for prospective teachers.*

**Keywords:** Teaching Assistance; Physical Education; Student Learning; Motivation

### Abstrak

*Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan asistensi mengajar yang dilakukan di SMP Negeri 30 Palembang oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Bina Darma. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan motivasi belajar siswa, kedisiplinan, serta kemampuan gerak dasar dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama pada materi atletik, senam, dan permainan. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan terdiri dari observasi, pendampingan, praktik mengajar langsung, serta evaluasi berupa penilaian dan refleksi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa asistensi mengajar memberikan dampak positif terhadap partisipasi siswa, kedisiplinan, serta peningkatan kemampuan gerak dasar. Siswa menunjukkan peningkatan antusiasme dan kepercayaan diri selama proses pembelajaran. Program ini juga mendorong pembelajaran kolaboratif dan nilai sportivitas bagi siswa. Kegiatan ini dinilai berhasil dan direkomendasikan untuk dilanjutkan sebagai bentuk pengalaman pembelajaran praktis bagi calon guru.*

**Kata kunci:** Asistensi Mengajar; Pendidikan Jasmani; Motivasi Belajar; Siswa

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan yang tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan fisik, tetapi juga membentuk karakter, kedisiplinan, serta nilai-nilai sosial peserta didik (Sudjana, 2024). Melalui aktivitas fisik yang terstruktur, siswa dapat meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, serta kemampuan bekerja sama dalam tim. Namun, dalam pelaksanaannya, pembelajaran pendidikan jasmani sering kali menghadapi tantangan seperti rendahnya motivasi belajar, kurangnya penguasaan gerak dasar, dan tingkat disiplin yang belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan aplikatif agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara maksimal (Saputra, 2024).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 30 Palembang, ditemukan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani masih cenderung monoton dan kurang variatif, sehingga berdampak pada rendahnya partisipasi serta antusiasme siswa. Selain itu, kemampuan gerak dasar seperti koordinasi, keseimbangan, dan ketepatan gerak pada materi atletik, senam, dan permainan belum dikuasai secara merata oleh siswa. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi dalam metode pengajaran serta pendampingan yang lebih intensif agar siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih aktif dan terarah (Wijayanti, 2024). Sebagai bentuk kontribusi nyata dalam menjawab permasalahan tersebut,

kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui program asistensi mengajar yang melibatkan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Bina Darma.

Kegiatan ini dirancang untuk mendukung guru dalam menyajikan materi pembelajaran yang lebih kreatif, terstruktur, dan menyenangkan, sekaligus memberikan pengalaman praktik langsung bagi mahasiswa calon guru. Dengan pendekatan pembelajaran yang partisipatif dan berbasis permainan, diharapkan dapat menciptakan atmosfer belajar yang positif dan mendorong peningkatan kemampuan motorik serta sikap sportif siswa (Sari, 2024). Melalui kegiatan ini, diharapkan terjadi peningkatan signifikan dalam motivasi belajar, kedisiplinan, dan penguasaan gerak dasar siswa. Selain itu, program asistensi mengajar juga menjadi wadah pengembangan kompetensi pedagogik mahasiswa sebagai calon pendidik yang profesional. Dampak jangka panjang dari kegiatan ini adalah terciptanya sinergi antara perguruan tinggi dan sekolah dalam menyelenggarakan pembelajaran yang berkualitas, serta menjadi model praktik baik yang dapat diadopsi dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah lainnya.

## 2. METODE

Kegiatan asistensi mengajar dilaksanakan di SMP Negeri 30 Palembang pada bulan September – November 2025 dengan jumlah peserta 72 siswa dari kelas VII dan VIII. Pelaksanaan kegiatan ini merupakan bagian dari program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) Asistensi Mengajar yang bertujuan memberikan pengalaman nyata bagi mahasiswa dalam lingkungan sekolah.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri dari:

a. Observasi Lapangan

Tahap ini dilakukan untuk memahami karakteristik peserta didik, fasilitas, kondisi sekolah, serta pola pembelajaran yang diterapkan guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani.

b. Pendampingan dan Latihan Teknik Dasar

Pada tahap ini mahasiswa bertindak sebagai asisten guru dalam membantu siswa memahami teknik dasar olahraga, serta memberikan Instruksi gerak, pemanasan, pendinginan, dan demonstrasi materi.

c. Praktik Mengajar Langsung

Mahasiswa diberikan kesempatan menyampaikan materi pembelajaran secara penuh dengan supervisi guru mata pelajaran. Model pembelajaran yang digunakan berupa demonstrasi, praktik langsung, dan permainan edukatif.

d. Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan melalui penilaian kemampuan fisik siswa, observasi partisipasi dalam pembelajaran, serta refleksi bersama guru dan peserta didik untuk mengetahui tingkat keberhasilan program.

Materi yang diajarkan meliputi fundamental movement skills (FMS), atletik dasar, permainan bola besar, senam sederhana, dan aktivitas permainan yang bertujuan meningkatkan koordinasi, kekuatan, dan kebugaran jasmani siswa.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan asistensi mengajar memberikan hasil positif pada perkembangan siswa. Peningkatan terlihat dari segi:

**Tabel 1.** Aspek Penilaian

Aspek Penilaian	Sebelum Program	Setelah Program
Motivasi belajar	Rendah	Tinggi
Kemampuan gerak dasar	45% tuntas	82% tuntas
Kedisiplinan	Rendah	Baik
Keaktifan siswa	Pasif	Aktif
Motivasi belajar	Rendah	Tinggi
Kemampuan gerak dasar	45% tuntas	82% tuntas



**Gambar 1. Kegiatan Pengabdian**

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang menyenangkan mampu meningkatkan partisipasi dan motivasi siswa (Susanto, 2020). Faktor pendukung kegiatan ini berupa fasilitas yang memadai dan kerja sama guru pembimbing. Sedangkan faktor penghambat yaitu kondisi cuaca dan variasi kemampuan fisik siswa.

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program asistensi mengajar Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 30 Palembang telah memberikan dampak yang positif dan terukur. Implementasi pendekatan pembelajaran yang partisipatif dan berbasis permainan berhasil menciptakan atmosfer belajar yang lebih menyenangkan dan mendorong peningkatan yang signifikan pada tiga aspek utama. Pertama, terjadi peningkatan motivasi dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran. Siswa yang awalnya cenderung pasif menunjukkan antusiasme dan keterlibatan yang lebih tinggi selama sesi pembelajaran, yang menunjukkan efektivitas pendekatan interaktif dalam membangkitkan minat belajar. Kedua, kemampuan gerak dasar (Fundamental Movement Skills) siswa mengalami kemajuan yang nyata. Berdasarkan hasil evaluasi, persentase ketuntasan siswa dalam penguasaan keterampilan motorik dasar meningkat secara substansial. Peningkatan ini membuktikan bahwa pendampingan intensif dan metode demonstrasi-praktik langsung yang diterapkan efektif dalam mengatasi kesulitan penguasaan gerak dasar. Ketiga, program ini berkontribusi pada pembentukan karakter, disiplin, dan nilai sportivitas. Melalui aktivitas permainan tim dan pembelajaran kolaboratif, siswa tidak hanya mengasah kemampuan fisik tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai seperti kerja sama, saling menghargai, dan sikap sportif.

Kedisiplinan siswa dalam mengikuti instruksi dan aturan permainan juga menunjukkan perbaikan yang baik. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya bermanfaat bagi siswa, tetapi juga menjadi wadah pengembangan kompetensi pedagogik bagi mahasiswa calon guru. Program asistensi mengajar ini terbukti merupakan bentuk sinergi yang efektif antara perguruan tinggi dan sekolah dalam meningkatkan kualitas pembelajaran yang aplikatif, inovatif, dan berorientasi pada kebutuhan siswa. Oleh karena itu, kebermanfaatan program sejenis sangat direkomendasikan untuk dilanjutkan dan dikembangkan pada konteks yang lebih luas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada SMP Negeri 30 Palembang dan Universitas Bina Darma atas dukungan fasilitas dan kesempatan yang diberikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Firmansyah, R., & Wijayanti, D. (2024). Inovasi Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani melalui Pendekatan Differentiated Instruction untuk Meningkatkan Keterlibatan Aktif Siswa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 23(1), 89-104.
- Kadek Cahya Prananda & I Nengah Sudjana (2024). Kontribusi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dalam Membentuk Karakter Disiplin Siswa Sekolah Dasar. *Journal of Education Action Research*, 8(2), 184-192.
- Kemendikbud. (2020). Panduan Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka Asistensi Mengajar. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kurniawan, D. (2021). Peran Asistensi Mengajar dalam Penguatan Kompetensi Pedagogik Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Profesi Guru*, 3(1), 44–52.
- Mahendra, A., & Firmansyah, H. (2018). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kolaboratif untuk Meningkatkan Motivasi Siswa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(1), 27–35.
- Mulyasa, E. (2019). Menjadi Guru Profesional. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susanto, A. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Penjas Adaptif Berbasis Game. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2), 101–110.
- Saputra, R., & Wijaya, H. (2022). Implementasi Asistensi Mengajar di Sekolah. *Journal of PE Innovation*, 4(1), 55–63.
- Saputra, H. J., & Kurniawan, A. W. (2024). Analisis Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 12(1), 45-58.
- Wahyudi, B. (2023). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Berbasis Student-Centered Learning. *Jurnal Sport Science and Education*, 11(3), 120–129.
- Yulianto, A., & Sari, R. P. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Partisipatif terhadap Penciptaan Atmosfer Belajar Positif dan Peningkatan Keterampilan Motorik dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(1), 78-92.