

PERAN GURU PENDIDIKAN JASMANI DALAM MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN BELAJAR GERAK ANAK: STUDI LITERATUR

Dafhi Alandhani¹, Claudia Laora Manalu², Raffi Atthariq³, Denis Ramadhandy⁴,
Abta Peranata Karo Karo⁵, Amansyah⁶

¹⁻⁶Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Medan, Medan,
Indonesia

¹ dafhi.alandhani08@gmail.com, ² cacaclaudialaora@gmail.com,
³ raffiatthoriq.597@gmail.com, ⁴ denisramadhandy20@gmail.com,
⁵ peranantaabta@gmail.com, ⁶ amansyah@unimed.ac.id

ABSTRACT

Physical education has an important role in supporting children's motor development and movement learning abilities. Physical education teachers are the main factor in the learning process because they act as facilitators, motivators, and evaluators in the development of students' movement skills. This study aims to examine the role of physical education teachers in developing children's movement learning abilities through literature study methods. The method used is literature review by collecting various relevant scientific articles and journals regarding physical education and children's motor development. The results of the study show that the use of appropriate learning strategies such as movement demonstrations, educational games, and cooperative learning is able to improve students' motor skills and movement skills. Thus, the professional competence of physical education teachers is indispensable to create effective and enjoyable learning.

Keywords: *Physical education teacher, movement learning, motor development, physical education, literature study*

ABSTRAK

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan motorik dan kemampuan belajar gerak anak. Guru pendidikan jasmani menjadi faktor utama dalam proses pembelajaran karena berperan sebagai fasilitator, motivator, dan evaluator dalam pengembangan keterampilan gerak peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan kemampuan belajar gerak anak melalui metode studi literatur. Metode yang digunakan adalah literature review dengan mengumpulkan berbagai artikel ilmiah dan jurnal yang relevan mengenai pendidikan jasmani dan perkembangan motorik anak. Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan strategi pembelajaran yang tepat seperti demonstrasi gerak, permainan edukatif, dan pembelajaran kooperatif mampu meningkatkan kemampuan motorik dan keterampilan gerak peserta didik. Dengan demikian, kompetensi profesional guru pendidikan jasmani sangat diperlukan untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan menyenangkan.

Kata Kunci: Guru pendidikan jasmani, belajar gerak, perkembangan motorik, pendidikan jasmani, studi literatur

A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh, baik dari aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Salah satu bagian penting dalam pendidikan adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK). Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada aktivitas fisik semata, tetapi juga berperan dalam membentuk perkembangan motorik, keterampilan sosial, emosional, disiplin, dan pola hidup sehat peserta didik (Abduljabar, 2005).

Belajar gerak merupakan proses perubahan kemampuan seseorang dalam melakukan suatu gerakan melalui latihan dan pengalaman yang dilakukan secara berulang. Kemampuan belajar gerak sangat penting bagi anak karena menjadi dasar dalam melakukan aktivitas sehari-hari maupun kegiatan olahraga. Anak yang memiliki kemampuan gerak yang baik cenderung lebih aktif, percaya diri, dan mampu berinteraksi dengan lingkungan secara optimal (Humaira dkk., 2024).

Perkembangan motorik anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pertumbuhan fisik, lingkungan, aktivitas fisik, nutrisi, dan kualitas pembelajaran yang diberikan di sekolah. Salah satu faktor yang sangat menentukan keberhasilan perkembangan gerak anak adalah peran guru pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani menjadi tokoh utama dalam proses pembelajaran gerak karena berperan sebagai fasilitator, motivator, pembimbing, dan evaluator dalam setiap aktivitas pembelajaran (Qori, Dimyati, & Wibowo, 2024).

Dalam praktik pembelajaran pendidikan jasmani, guru tidak hanya menyampaikan materi teori, tetapi juga harus mampu memberikan contoh gerakan, mengarahkan siswa dalam melakukan aktivitas fisik, serta mengevaluasi perkembangan kemampuan motorik peserta didik. Guru pendidikan jasmani juga dituntut untuk mampu memilih metode dan strategi pembelajaran yang tepat agar siswa merasa tertarik dan aktif dalam mengikuti pembelajaran (Putri dkk., 2024).

Selain itu, perkembangan teknologi dan perubahan pola hidup anak pada era modern juga menjadi tantangan tersendiri bagi guru pendidikan jasmani. Banyak anak yang lebih sering menggunakan gawai dan kurang melakukan aktivitas fisik sehingga kemampuan motoriknya mengalami penurunan. Kondisi ini menyebabkan guru pendidikan jasmani memiliki tanggung jawab yang lebih besar untuk meningkatkan aktivitas gerak siswa melalui pembelajaran yang aktif dan inovatif (Hamzah, 2025).

Kemampuan belajar gerak pada anak meliputi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor merupakan gerakan berpindah tempat seperti berjalan, berlari, dan melompat. Gerak non-lokomotor merupakan gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat seperti membungkuk, memutar, dan menyeimbangkan tubuh. Sedangkan gerak manipulatif merupakan gerakan yang melibatkan penggunaan alat seperti melempar, menangkap, dan menendang bola (Amiruddin, Nurdin, & Sabilla, 2023).

Pembelajaran gerak yang baik akan memberikan dampak positif terhadap perkembangan anak, tidak hanya pada aspek fisik tetapi juga aspek sosial dan psikologis. Anak yang aktif bergerak memiliki kemampuan kerja sama, disiplin, komunikasi, dan rasa percaya diri yang lebih baik dibandingkan anak yang kurang aktif bergerak. Aktivitas fisik juga dapat membantu meningkatkan konsentrasi belajar dan kesehatan mental peserta didik (Yuliawan dkk., 2025).

Namun demikian, masih terdapat beberapa permasalahan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Beberapa sekolah memiliki keterbatasan sarana dan prasarana olahraga, kurangnya media pembelajaran, serta rendahnya pemahaman guru terhadap perkembangan motorik anak. Selain itu, masih ditemukan guru yang menggunakan metode pembelajaran konvensional sehingga siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran. Kondisi tersebut dapat menghambat perkembangan kemampuan belajar gerak peserta didik.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan kemampuan belajar gerak anak melalui studi literatur dari berbagai jurnal dan penelitian yang relevan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya peran guru pendidikan jasmani dalam mendukung perkembangan motorik peserta didik serta menjadi referensi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (literature review). Data diperoleh dari berbagai jurnal nasional dan internasional yang berkaitan dengan peran guru pendidikan jasmani, perkembangan motorik, dan belajar gerak anak. Artikel diperoleh melalui pencarian di Google Scholar dengan kata kunci “peran guru pendidikan jasmani”, “belajar gerak”, “perkembangan motorik”, dan “pendidikan jasmani”. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis secara deskriptif untuk memperoleh kesimpulan

mengenai peran guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan kemampuan belajar gerak anak.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai jurnal dan artikel ilmiah, diperoleh bahwa guru pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengembangkan kemampuan belajar gerak anak. Peran tersebut meliputi peran sebagai fasilitator, motivator, pembimbing, dan evaluator dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Hasil penelitian dari berbagai sumber menunjukkan bahwa penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa, seperti kemampuan berlari, melompat, melempar, menangkap, dan menjaga keseimbangan tubuh. Guru pendidikan jasmani yang mampu menerapkan pembelajaran aktif dan menyenangkan terbukti dapat meningkatkan partisipasi serta motivasi belajar siswa (Abduljabar, 2005).

Selain itu, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan model pembelajaran kooperatif, permainan edukatif, dan demonstrasi gerak memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan keterampilan motorik peserta didik. Guru yang memberikan umpan balik secara langsung kepada siswa mampu membantu proses penguasaan gerak menjadi lebih efektif (Yuliawan dkk., 2025).

Hasil studi lainnya menunjukkan bahwa kompetensi profesional guru pendidikan jasmani sangat memengaruhi kualitas pembelajaran gerak. Guru yang memiliki pemahaman tentang perkembangan motorik anak lebih mampu menyesuaikan metode pembelajaran sesuai tahap perkembangan peserta didik (Qori, Dimiyati, & Wibowo, 2024).

Selain kemampuan motorik, pembelajaran pendidikan jasmani juga memberikan dampak terhadap perkembangan sosial dan emosional siswa. Aktivitas gerak yang dilakukan secara berkelompok mampu meningkatkan kemampuan kerja sama, disiplin, komunikasi, dan rasa

percaya diri peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran (Hamzah, 2025).

Penelitian lain juga menjelaskan bahwa pembelajaran gerak yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan membantu pertumbuhan fisik anak. Siswa yang aktif mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani cenderung memiliki kemampuan gerak yang lebih baik dibandingkan siswa yang kurang aktif dalam aktivitas fisik (Humaira dkk., 2024).

Pembahasan

1. Peran Guru Pendidikan Jasmani dalam Pembelajaran Gerak

Guru pendidikan jasmani memiliki posisi yang sangat penting dalam proses pembelajaran gerak peserta didik. Dalam pendidikan jasmani, guru tidak hanya bertugas menyampaikan materi pembelajaran, tetapi juga bertanggung jawab dalam mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, serta karakter peserta didik melalui aktivitas fisik. Guru pendidikan jasmani menjadi fasilitator yang membantu siswa memahami dan melakukan

gerakan dengan benar sesuai tahap perkembangan mereka (Abduljabar, 2005).

Sebagai fasilitator, guru harus mampu menciptakan pengalaman belajar yang aktif, kreatif, dan menyenangkan. Guru perlu menyesuaikan pembelajaran dengan usia, kemampuan, dan karakteristik peserta didik agar siswa dapat mengikuti proses belajar gerak secara optimal. Guru yang mampu menciptakan suasana belajar yang positif akan membuat siswa lebih antusias dan percaya diri dalam melakukan aktivitas fisik.

Selain sebagai fasilitator, guru juga berperan sebagai pembimbing dalam proses belajar gerak. Guru harus memberikan arahan yang jelas mengenai teknik gerakan, memberikan contoh gerakan yang benar, serta memperbaiki kesalahan yang dilakukan siswa selama proses pembelajaran. Bimbingan yang diberikan guru sangat membantu siswa dalam memahami tahapan gerakan sehingga keterampilan motorik dapat berkembang dengan baik.

2. Peran Guru sebagai Motivator dalam Pembelajaran

Motivasi merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan belajar gerak anak. Guru pendidikan jasmani memiliki peran sebagai motivator yang memberikan dorongan kepada siswa untuk aktif bergerak dan mengikuti pembelajaran dengan semangat. Motivasi dapat diberikan melalui pujian, penghargaan, permainan menarik, maupun pendekatan yang menyenangkan selama proses pembelajaran berlangsung (Hamzah, 2025).

Anak usia sekolah dasar cenderung mudah merasa bosan apabila pembelajaran dilakukan secara monoton. Oleh karena itu, guru perlu menggunakan variasi metode pembelajaran agar siswa tetap tertarik dan aktif dalam mengikuti kegiatan pendidikan jasmani. Guru yang mampu memberikan motivasi dengan baik akan meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam melakukan aktivitas gerak.

Selain meningkatkan semangat belajar, motivasi dari guru juga dapat membantu siswa mengatasi rasa takut atau malu ketika

melakukan gerakan tertentu. Dukungan positif dari guru akan membuat siswa merasa aman dan nyaman dalam belajar sehingga perkembangan kemampuan gerak dapat berlangsung lebih optimal.

3. Strategi Pembelajaran dalam Mengembangkan Belajar Gerak

Strategi pembelajaran yang digunakan guru sangat menentukan keberhasilan perkembangan motorik peserta didik. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus mampu memilih metode yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan tahap perkembangan siswa. Salah satu strategi yang efektif adalah penggunaan demonstrasi gerak. Demonstrasi membantu siswa memahami bentuk gerakan secara visual sehingga lebih mudah meniru dan mempraktikkannya (Putri dkk., 2024).

Selain demonstrasi, penggunaan permainan edukatif juga efektif dalam meningkatkan kemampuan belajar gerak anak. Permainan membuat siswa merasa senang dan tidak tertekan selama pembelajaran berlangsung. Melalui permainan, siswa dapat melatih

koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan kerja sama dengan teman.

Model pembelajaran kooperatif juga memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan keterampilan motorik siswa. Dalam pembelajaran kooperatif, siswa belajar bekerja sama dalam kelompok sehingga meningkatkan interaksi sosial dan rasa tanggung jawab. Strategi ini membuat pembelajaran menjadi lebih aktif dan melibatkan seluruh siswa dalam proses belajar (Yulianawati dkk., 2025).

Guru pendidikan jasmani juga perlu memberikan evaluasi secara berkala terhadap kemampuan gerak siswa. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perkembangan keterampilan motorik peserta didik serta menentukan tindak lanjut pembelajaran yang sesuai. Evaluasi yang baik membantu guru memahami kebutuhan siswa sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif.

4. Pengembangan Kemampuan Motorik Anak

Kemampuan motorik anak berkembang melalui latihan dan aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin. Guru pendidikan jasmani memiliki tanggung jawab untuk memberikan stimulus gerak yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Motorik dasar seperti gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif perlu dilatih secara berkelanjutan agar perkembangan gerak siswa dapat optimal (Amiruddin, Nurdin, & Sabilla, 2023).

Gerak lokomotor meliputi aktivitas berjalan, berlari, dan melompat yang berguna untuk melatih koordinasi tubuh dan keseimbangan. Gerak non-lokomotor meliputi aktivitas membungkuk, memutar, dan menjaga keseimbangan tubuh. Sedangkan gerak manipulatif meliputi aktivitas melempar, menangkap, dan menendang yang membantu meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan maupun kaki.

Pembelajaran motorik yang dilakukan secara tepat tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik anak, tetapi juga berdampak terhadap

perkembangan sosial dan emosional. Anak yang aktif bergerak cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi, mampu bekerja sama dengan teman, serta memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik. Aktivitas fisik juga membantu meningkatkan konsentrasi belajar dan menjaga kesehatan tubuh peserta didik (Humaira dkk., 2024).

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi literatur, dapat disimpulkan bahwa guru pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengembangkan kemampuan belajar gerak anak. Guru berperan sebagai fasilitator, motivator, pembimbing, dan evaluator dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Penggunaan strategi pembelajaran yang tepat seperti demonstrasi gerak, permainan edukatif, dan model pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan kemampuan motorik dan keterampilan gerak peserta didik. Oleh karena itu, kompetensi profesional guru pendidikan jasmani perlu terus ditingkatkan agar pembelajaran pendidikan jasmani menjadi lebih efektif, aktif, dan menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2005). Pengajaran pendidikan jasmani dan perkembangan gerak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(2), 31–43. <https://doi.org/10.21831/jpji.v2i2.4309>
- Amiruddin, A., Nurdin, A., & Sabilla, A. M. (2023). Peran guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam meningkatkan motorik dasar peserta didik kelas rendah sekolah dasar. *Jurnal Penjaskesrek*, 10(2), 115–124.
- Hamzah, A. (2025). Peran guru pendidikan olahraga dalam meningkatkan keterampilan motorik dan sosial siswa: Literature review. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(1), 45–53.
- Humaira, N. U., dkk. (2024). Peran pendidikan jasmani dalam perkembangan motorik anak usia sekolah dasar: Tinjauan literatur. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(4), 210–219.
- Putri, T. D. A., Sabrina, C., Wahyudi, R., & Suyono. (2024). Strategi guru dalam mengembangkan keterampilan motorik siswa melalui pendidikan jasmani di SD IT Bina Insan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(2), 1550–1558.
- Qori, R. E. T., Dimiyati, & Wibowo, Y. A. (2024). Kompetensi profesional guru pendidikan jasmani sebagai basis untuk mengembangkan kemampuan psikomotorik peserta didik. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(1), 77–86.
- Yuliawan, E., dkk. (2025). Studi literatur tentang efektivitas model pembelajaran kooperatif dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar pada peserta didik. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(1), 98–107.