

Rio Wakhid Hujjatul Islam, S.Pd., M.Pd



PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA:

Dasar-Dasar Pembelajaran dan Evaluasi



PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA: DASAR-DASAR PEMBELAJARAN DAN EVALUASI

Rio Wakhid Hujjatul Islam, S.Pd., M.Pd



Tahta Media Group

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

**PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA:
DASAR-DASAR PEMBELAJARAN DAN EVALUASI**

Penulis:

Rio Wakhid Hujjatul Islam, S.Pd., M.Pd

Desain Cover:

Tahta Media

Editor:

Tahta Media

Proofreader:

Tahta Media

Ukuran:

viii, 67, Uk: 15,5 x 23 cm

ISBN : 978-623-147-903-7

Cetakan Pertama:

Juni 2025

Hak Cipta 2025, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2025 by Tahta Media Group

All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT TAHTA MEDIA GROUP

(Grup Penerbitan CV TAHTA MEDIA GROUP)

Anggota IKAPI (216/JTE/2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga buku ini, yang berjudul “PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA: DASAR-DASAR PEMBELAJARAN DAN EVALUASI”, dapat tersusun dan hadir di tengah-tengah pembaca. Buku ini merupakan wujud kontribusi ilmiah dalam upaya memperkaya literatur di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, terutama dalam konteks pembelajaran dan evaluasi yang efektif dan relevan dengan kebutuhan zaman.

Pendidikan jasmani dan olahraga bukan sekedar aktivitas fisik semata, melainkan bagian integral dari pengembangan kepribadian yang utuh, menyentuh ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam konteks pendidikan nasional, mata pelajaran ini memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, meningkatkan kebugaran jasmani, serta menanamkan nilai-nilai sportivitas, disiplin, kerja sama dan tanggung jawab. Oleh karena itu, pendekatan yang sistematis dan berbasis pedagogi sangat diperlukan agar proses pembelajaran berjalan optimal.

Buku ini disusun dengan tujuan memberikan pemahaman mendalam mengenai prinsip-prinsip dasar dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Di dalamnya, pembaca akan menemukan landasan teoritis yang kuat, didukung oleh berbagai pendekatan praktis yang dapat diterapkan oleh Guru penjas, Pelatih, Mahasiswa dan Praktisi di lapangan. Materi yang disajikan mencakup Fondasi Filosofis dan Pedagogis Pendidikan Jasmani, Teori Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, Perencanaan Pembelajaran PJOK yang bermakna, hingga Assesmen dan Eavaluasi dalam Pendidikan Jasmani. Proses evaluasi yang baik tidak hanya mengukur hasil akhir, tetapi juga memperhatikan proses pembelajaran itu sendiri.

Penyusunan buku ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan masukan dari berbagai pihak, baik dari kalangan akademisi, praktisi, maupun mahasiswa. Untuk itu, saya menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi berharga.

Akhir kata, semoga buku ini dapat memberikan manfaat yang luas dan menjadi referensi yang berguna dalam dunia pendidikan jasmani dan olahraga. Kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sangat saya harapkan demi penyempurnaan edisi selanjutnya.

Jayapura, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB 1 FONDASI FILOSOFIS DAN PEDAGOGIS PENDIDIKAN JASMANI	1
A. Pengertian dan Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani dan Olahraga	1
B. Nilai-nilai Edukatif dalam Aktivitas Jasmani	4
C. Landasan Filosofis, Psikologis, dan Sosiologis	6
D. Tujuan Pendidikan Jasmani dalam Kurikulum Nasional	10
E. Peran PJOK dalam Pengembangan Kompetensi Profil Pelajar Pancasila	11
BAB 2 TEORI PEMBELAJARAN DALAM PENDIDIKAN JASMANI	14
A. Konsep Dasar Teori Belajar Motorik	14
B. Pendekatan dan Model Pembelajaran PJOK	19
C. Strategi Diferensiasi dan Individualisasi	22
D. Pembelajaran Inklusif dan Adaptif dalam PJOK	25
E. Pemanfaatan Teknologi dan Media dalam Pembelajaran Gerak	30
BAB 3 PERENCANAAN PEMBELAJARAN PJOK YANG BERMAKNA	33
A. Analisis Kebutuhan dan Kompetensi Dasar	33
B. Integrasi Nilai Karakter dan Life Skills	35
C. Perencanaan Pembelajaran Berbasis Proyek dan Kontekstual	38
D. Desain Lingkungan Belajar yang Aman dan Menyenangkan	40
BAB 4 PELAKSANAAN PEMBELAJARAN AKTIF DAN REKREATIF	43
A. Strategi Aktivasi Peserta Didik dalam Kegiatan Jasmani	43
B. Keterampilan Dasar Mengajar PJOK (Class Management, Safety, Feedback)	45
C. Pemanfaatan Permainan Tradisional dan Modern	47
D. Inovasi dan Best Practices dalam Pengajaran PJOK	49
E. Refleksi dan Penguatan Sikap melalui Aktivitas Jasmani	51

BAB 5 ASSESMENTAN DAN EVALUASIDALAM PENDIDIKAN	
JASMANI	53
A. Prinsip dan Fungsi Penilaian PJOK	53
B. Instrumen Penilaian: Kognitif, Afektif, Psikomotor	54
C. Penilaian Otentik dan Berbasis Proyek	56
D. Evaluasi Proses dan Hasil Belajar	59
E. Pelaporan dan Tindak Lanjut Hasil Evaluasi	60
DAFTAR PUSTAKA	63
PROFIL PENULIS	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Aktivitas Olahraga	4
Gambar 2. Aktivitas Belajar Motorik	14
Gambar 3. Konsep Nilai Kehidupan (Nilai Karakter & Life Skills)	36

BAB 1

FONDASI FILOSOFIS DAN PEDAGOGIS PENDIDIKAN JASMANI

A. PENGERTIAN DAN RUANG LINGKUP PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

1. Pengertian Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Pendidikan Jasmani dan Olahraga adalah bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, pengetahuan, sikap sportif, dan nilai-nilai sosial melalui aktivitas fisik yang terencana dan sistematis. Pendidikan jasmani bukan hanya kegiatan fisik semata, melainkan merupakan proses pendidikan yang berlangsung melalui aktivitas jasmani yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan individu secara menyeluruh, baik dari segi fisik, mental, emosional, maupun sosial.

Menurut Wuest & Bucher (2006), pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan yang berfokus pada pengembangan kemampuan motorik, pengetahuan dan perilaku yang berkaitan dengan aktivitas fisik yang sehat. Tujuan utama dari pendidikan jasmani adalah memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan individu dalam aspek fisik, kognitif, dan afektif melalui pembelajaran aktivitas jasmani.

Dalam konteks kurikulum nasional, PJOK memiliki peranan penting dalam membentuk karakter dan jati diri peserta didik. Melalui pembelajaran PJOK, peserta didik belajar tentang pentingnya hidup sehat, kerja sama dalam tim, menghargai lawan, menjunjung tinggi

BAB 2

TEORI PEMBELAJARAN DALAM PENDIDIKAN JASMANI

A. KONSEP DASAR TEORI BELAJAR MOTORIK

Belajar motorik adalah salah satu aspek penting dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang berkaitan dengan proses bagaimana individu memperoleh, mengembangkan, dan menguasai keterampilan gerak. Dalam konteks pendidikan jasmani, penguasaan keterampilan motorik tidak hanya penting untuk peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga berperan dalam pembentukan karakter, pengembangan kognitif, dan aspek sosial-emosional peserta didik. Oleh karena itu, memahami konsep dasar teori belajar motorik menjadi landasan utama dalam merancang proses pembelajaran yang efektif.



Gambar 2. Aktivitas Belajar Motorik

BAB 3

PERENCANAAN PEMBELAJARAN PJOK YANG BERMAKNA

A. ANALISIS KEBUTUHAN DAN KOMPETENSI DASAR

Dalam proses perencanaan pembelajaran yang efektif, dua komponen penting yang harus dipahami dan dikuasai oleh pendidik adalah analisis kebutuhan dan kompetensi dasar. Keduanya berfungsi sebagai fondasi untuk menentukan arah, tujuan, dan strategi pembelajaran sehingga dapat memenuhi harapan pendidikan dan kebutuhan peserta didik secara optimal.

1. Pengertian Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan adalah proses pengumpulan, pengkajian, dan penentuan kebutuhan peserta didik, lingkungan belajar, dan tujuan pembelajaran. Tujuan utama analisis kebutuhan adalah untuk memahami kondisi awal peserta didik dan konteks pembelajaran agar program atau materi pembelajaran yang dirancang benar-benar sesuai dan relevan.

Dalam konteks pendidikan, analisis kebutuhan meliputi:

- Identifikasi kemampuan awal peserta didik (prasyarat belajar).
- Pengumpulan informasi tentang kondisi fisik, psikologis, sosial, dan budaya siswa.
- Penentuan sumber daya dan fasilitas yang tersedia.
- Pemahaman terhadap tuntutan kurikulum dan standar pendidikan.
- Menilai kesenjangan antara kondisi saat ini dengan tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Analisis ini membantu guru untuk membuat keputusan tepat dalam menentukan materi, metode, media, dan evaluasi pembelajaran.

BAB 4

PELAKSANAAN PEMBELAJARAN AKTIF DAN REKREATIF

A. STRATEGI AKTIVASI PESERTA DIDIK DALAM KEGIATAN JASMANI

Aktivasi peserta didik dalam kegiatan jasmani merupakan aspek penting yang menentukan keberhasilan proses pembelajaran di bidang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Strategi aktivasi bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif, motivasi, dan keterlibatan siswa secara optimal selama kegiatan fisik berlangsung. Dengan strategi yang tepat, siswa tidak hanya bergerak secara fisik, tetapi juga mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan, bermakna, dan berkesinambungan.

1. Pengertian Aktivasi Peserta Didik dalam Kegiatan Jasmani

Aktivasi peserta didik adalah upaya sistematis yang dilakukan guru untuk menggerakkan, memotivasi, dan mengajak siswa berpartisipasi secara penuh dalam aktivitas jasmani. Aktivasi ini mencakup aspek fisik (gerak), mental (motivasi dan konsentrasi), dan sosial (interaksi dan kerja sama). Aktivasi yang efektif memastikan setiap siswa terlibat, bergerak secara aktif, dan fokus pada tujuan pembelajaran.

2. Pentingnya Aktivasi dalam Kegiatan Jasmani

- Meningkatkan Kesehatan dan Kebugaran: Aktivasi yang baik membuat siswa melakukan gerakan dengan intensitas yang memadai untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- Meningkatkan Motivasi dan Minat: Siswa yang aktif cenderung merasa lebih tertarik dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran.

BAB 5

ASSESMEN DAN EVALUASI DALAM PENDIDIKAN JASMANI

A. PRINSIP DAN FUNGSI PENILAIAN PJOK

Penilaian dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan komponen penting yang berfungsi untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik secara menyeluruh, mencakup aspek fisik, keterampilan, pengetahuan, dan sikap. Agar penilaian dapat berjalan efektif dan adil, perlu dipahami prinsip-prinsip dasar serta fungsi utamanya dalam proses pembelajaran PJOK. Adapun Prinsip Penilaian PJOK sebagai berikut :

a. Objektif

Penilaian harus berdasarkan kriteria yang jelas dan terukur, bebas dari subjektivitas sehingga hasilnya dapat dipercaya dan adil bagi semua peserta didik.

b. Valid dan Reliabel

Instrumen penilaian harus mengukur apa yang seharusnya diukur (validitas) dan menghasilkan hasil yang konsisten jika dilakukan berulang kali (reliabilitas).

c. Komprehensif

Penilaian harus mencakup berbagai aspek pembelajaran PJOK, seperti keterampilan motorik, kebugaran jasmani, pemahaman konsep, serta sikap dan nilai sosial.

d. Berlangsung secara Berkesinambungan

Penilaian dilakukan secara terus-menerus selama proses pembelajaran, bukan hanya pada akhir kegiatan, untuk memantau perkembangan peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, A. (2023). Implementasi model pembelajaran pengajaran langsung untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi gerak spesifik permainan bola basket di kelas VII-G semester 1 SMPN 1 Bolo tahun pelajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 3(1), 69-82.
- Arifin, S. (2017). Peran guru pendidikan jasmani dalam pembentukan pendidikan karakter peserta didik. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1).
- Baiq, N. B., & Astawa, I. M. S. (2023). Identifikasi Pemanfaatan Permainan Tradisional untuk Stimulasi Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Modern*, 9(1), 56-61.
- Dewi, R., Gustiawati, R., & Afrinaldi, R. (2020). Implementasi Model Pembelajaran Problem Based Learning Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMA Negeri 4 Karawang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 85-92.
- Di Ohanes, R. C., Heni, A. M., Laksmi, J. N. A., Dwikurnaningsih, Y., & Satyawati, S. T. (2021). Manajemen Evaluasi Hasil Belajar Kognitif, Afektif, Psikomotorik: Tatap Muka dan Daring. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2).
- Fazry, S., Santoso, J. A., & Jusuf, J. B. K. (2024). Analisis Faktor Pendukung Penerapan Pendidikan Jasmani Berbasis Islami (PJBI) dalam Membentuk Profil Pelajar Pancasila. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(4), 297-306.
- Gholy, M. S., Sumardi, S., & Hadi, S. R. (2021). Pengembangan model pembelajaran PJOK melalui program SIBBER untuk meningkatkan kebugaran jasmani berkarakter sportivitas. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 134-145.
- Gusti, E. C. T., Setiawati, E., & Warsiman, W. (2024). Strategi Media Daring Kompas. com dalam Membentuk Identitas Sepak Bola Nasional: Analisis Wacana Model Theo van Leeuwen. *Jurnal Onoma: Pendidikan*, 10(3).

- Gustiawati, R. R. (2016). Implementasi model-model pembelajaran penjas dalam meningkatkan kemampuan guru memilih dan mengembangkan strategi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 1(1), 27-31.
- Gustiawati, R., Fahrudin, F., Kurniawan, F., & Indah, E. P. (2019). Pengembangan pendekatan evaluasi the most significant change technique dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 18(2).
- Hidayat, T., & Anggriawan, F. I. (2022). *Kartu Pengukuran Kompetensi Siswa SD pada Pembelajaran PJOK*. Penerbit NEM.
- Ibrohim, A. (2022). Permainan Bola Basket Modifikasi, Strategi Pembelajaran Inovatif untuk Meningkatkan Ketrampilan Variasi dan Kombinasi Gerak Dasar dalam Permainan Bola Besar Sederhana di MIN 2 Pemalang (Best Practice). *Indonesian Journal of Islamic Elementary Education*, 2(2), 72-81.
- Lufthansa, L., Saputro, Y. D., Rohmah, L. N., Yusuf, H., & Artanty, A. (2022). Analisis Kebutuhan Pengembangan Bahan Ajar Elektronik Mata Kuliah Penjas Adaptif di IKIP Budi Utomo. *Journal of Sport Science and Fitness*, 8(1), 23-32.
- Mappaompo, M. A., & Nur, M. (2023). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Penerbit NEM.
- Mayasari, A., Arifudin, O., & Juliawati, E. (2022). Implementasi model problem based learning (PBL) dalam meningkatkan keaktifan pembelajaran. *Jurnal Tahsinia*, 3(2), 167-175.
- Meo, M. (2019). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Membentuk Nilai-Nilai Karakter. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 6(2), 167-176.
- Miladanta, A. N., & Muharam, A. A. S. (2021). Efektivitas Pembelajaran Tatap Muka Berbasis Quizizz dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa MTs Darul Fikri Materi Gerak. *Proceedings Uin Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(27), 25-37.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2019). *Pendidikan jasmani dan olahraga adaptif*. UPI Sumedang Press.

- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68-80.
- Nasution, M. A. H., Riza, A. R., Simbolon, D. B., Samudra, B., Lubis, I. H., Habibi, M. I., & Ridoh, M. (2025). The Effectiveness of Project Based Learning (PJBL) in Improving Volleyball Upper Passing: A Case Study at SMP Negeri 3 Satu Atap. *Journal Coaching Education Sports*, 6(1), 48-59.
- Nurwidia, V., & Utami, A. S. (2023). Indikator keberhasilan pelaksanaan rencana pengajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sd/mi. *Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 1(1), 26-30.
- Pahliwandari, R. (2016). Penerapan teori pembelajaran kognitif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 5(2), 154-164.
- Parma, R., Hudayani, F., & Asnaldi, A. (2022). Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi. *Jurnal MensSana*, 7(1), 31-38.
- Ramdani, N. G., Fauziyyah, N., Fuadah, R., Rudiyo, S., Septiyaningrum, Y. A., Salamatussa'adah, N., & Hayani, A. (2023). Definisi dan teori pendekatan, strategi, dan metode pembelajaran. *Indonesian Journal of Elementary Education and Teaching Innovation*, 2(1), 20-31.
- Rijaldi, R., Rakhman, A., & Mulhim, M. (2024). IMPLEMENTASI KURIKULUM MERDEKA PADA PEMBELAJARAN PJOK DITINJAUH DARI TAHAP PERENCANAAN DIKECAMATAN LOKSADO. *Educatio*, 19(1), 115-124.
- Rohman, U. (2016). Tinjauan Alternatif Konsep Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Sekolah. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unipa Surabaya*, 12(22), 111-118.
- Rozi, F. (2022). Penguatan dasar pendidikan jasmani dan teknologi pendidikan pada kelompok kerja guru pendidikan jasmani.
- Silviyani, S. D., Sonjaya, A. R., Permadi, A. A., & Hidayat, H. (2023). Efektivitas penerapan model pembelajaran peer teaching terhadap proses pembelajaran PJOK. *Jurnal Porkes*, 6(1), 152-176.
- Sobarna, A., Asmara, H., & Darliani, Y. (2021). *Desain Kurikulum Penjasorkes*. Desanta Publisher.

- Sofyan, M., & Kuntjoro, B. F. T. (2021). Studi Implementasi Sistem Penilaian Terhadap Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Sekolah Inklusi di Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 9, 39.
- Suherman, A. (2009). Pengembangan model pembelajaran outdoor education pendidikan jasmani berbasis kompetensi di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian*, 9(1), 1-16.
- Sukardi, S. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bulu Tangkis melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 2(1), 20-26.
- Supianto, S. (2022). Penilaian Berbasis Proyek Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*, 6(2), 174-181.
- Tifal, I. N. (2023). Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Sarana Pendidikan dan Pembentukan Karakter Peserta Didik. *JPKO Jurnal Pendidikan Dan Pelatihan Olahraga*, 1(01), 1-9.
- Widiyanto, W. E., & Putra, E. G. P. (2021). Pendidikan jasmani adaptif di sekolah inklusif bagi anak berkebutuhan khusus. *Sport Science And Education Journal*, 2(2), 28-35.
- Winarno, M. E. (1995). Belajar Motorik. Malang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yani, A. (2021). *Model Project Based Learning untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani*. Ahlimedia Book.

PROFIL PENULIS

Rio Wakhid Hujjatul Islam, S. Pd., M.Pd.

Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Universitas Cenderawasih



Penulis lahir di Lamongan pada 5 September 1991 dan sekarang menetap di Kota Jayapura. Menyelesaikan Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah Abepura Pada Tahun 2003. Sekolah Menengah Pertama Di SMP Muhammadiyah Jayapura pada tahun 2006. Sekolah Menengah Atas Di SMA N 1 Jayapura pada tahun 2009. Sarjana di Universitas Cenderawasih pada tahun 2016 . Pascasarjana (S2) di Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2020. Pernah Mengajar menjadi Guru di MIN Kota Jayapura dari tahun 2010-2017. Saat ini penulis berprofesi sebagai Dosen PNS di Universitas Cenderawasih, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Penjaskesrek.

Selain berprofesi sebagai Dosen, Penulis juga aktif di Organisasi PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia) Sebagai pengurus menempati koordinator bidang pertandingan dan kompetisi provinsi papua masa jabatan 2022-2026. Memiliki lisensi sebagai wasit Nasional Bola voli dengan *grade* Nasional B. Pernah memimpin pertandingan dengan sekala nasional mulai dari PON hingga Kejuaraan antar klub. Memiliki 24 artikel penelitian yang dipublikasikan secara nasional diantaranya :

1. Studi Kasus Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2021 : Analisis Kemampuan Literasi Mahasiswa Penjaskesrek.
2. A Traditional Sport The Influence Of Traditional Sports Invitation On Interest In Learning Penjaskesrek Junior High School Students In Jayapura City.
3. Integration Of The Direct Instruction Teaching Model In Improving The Sport Massage Abilities Of Physical Education Students.

PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA:

Dasar-Dasar Pembelajaran dan Evaluasi

Pendidikan jasmani dan olahraga bukan sekedar aktivitas fisik semata, melainkan bagian integral dari pengembangan kepribadian yang utuh, menyentuh ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam konteks pendidikan nasional, mata pelajaran ini memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, meningkatkan kebugaran jasmani, serta menanamkan nilai-nilai sportivitas, disiplin, kerja sama dan tanggung jawab. Oleh karena itu, pendekatan yang sistematis dan berbasis pedagogi sangat diperlukan agar proses pembelajaran berjalan optimal.

Buku ini disusun dengan tujuan memberikan pemahaman mendalam mengenai prinsip-prinsip dasar dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Di dalamnya, pembaca akan menemukan landasan teoritis yang kuat, didukung oleh berbagai pendekatan praktis yang dapat diterapkan oleh Guru penjas, Pelatih, Mahasiswa dan Praktisi di lapangan. Materi yang disajikan mencakup Fondasi Filosofis dan Pedagogis Pendidikan Jasmani, Teori Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, Perencanaan Pembelajaran PJOK yang bermakna, hingga Asesmen dan Eevaluasi dalam Pendidikan Jasmani. Proses evaluasi yang baik tidak hanya mengukur hasil akhir, tetapi juga memperhatikan proses pembelajaran itu sendiri.



IKAPI

CV. Tahta Media Group
Surakarta, Jawa Tengah
Web : www.tahtamedia.com
Ig : tahtamedia group
Telp/WA : +62 896-5427-3996

