

Tuntutan Evaluasi Psikomotorik Dalam Pendidikan Jasmani Berdasarkan Konsep Tumbuh Kembang Adolesensi

Dicke Marita Anggraeni, M. E. Winarno, Sugiharto

Prodi Pendidikan Olahraga

Pascasarjana Universitas Negeri Malang

E-mail : dicke_marita@yahoo.com

Nomor HP : 085749479555

Abstrak: Tumbuh kembang anak memerlukan penanganan secara khusus, karena disetiap periode pertumbuhan dan perkembangan anak mempunyai karakteristik gerak yang berbeda. Untuk itu guru profesional sangat perlu menguasai konsep tumbuh kembang anak agar dapat memberikan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik usia mereka. Hal tersebut tidak hanya diterapkan pada saat pembelajaran saja namun dalam memberikan evaluasi psikomotoriknyapun juga perlu diperhatikan. Jika evaluasi psikomotorik belum memperhatikan konsep tumbuh kembang anak, maka yang akan terjadi anak merasa tidak tertarik/tidak antusias dalam proses evaluasi dan dapat berakibat pada nilai sang anak yang tidak sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal sekolah. Untuk itu dalam sebuah pembelajaran perlu adanya tuntutan evaluasi psikomotorik dalam pendidikan jasmani berdasarkan konsep tumbuh kembang anak terutama pada masa adolesensi yang merupakan waktu tepat untuk meningkatkan kemampuan penyempurnaan gerakan dan memperluas keterampilan berbagai macam kegiatan olahraga.

Kata Kunci: evaluasi psikomotorik, tumbuh kembang anak.

Abstract: Growth and development of children requiring special handling, because in every period of growth and development of children has a different motion characteristics. For that very professional teachers need to master the concept of child development in order to provide learning appropriate to the characteristics of their age. It does not only apply when only learning but in providing evaluations of psychomotor also noteworthy. If the evaluation is not heed the concept of psychomotor development of the child, then the child is going to happen was not interested / not enthusiastic about the evaluation process and may result in the value of the child that does not comply with the minimum completeness criteria of the school. For that in a learning need their demands psychomotor evaluation in physical education is based on the concept of child development, especially in adolescence is an appropriate time to improve and extend skills improvement movement wide range of sporting activities.

Keywords: evaluation of psychomotor, development of the child.

Menciptakan proses pendidikan yang baik merupakan tugas yang harus dibina oleh tenaga pendidik profesional, seperti pernyataan Schieb and Karabenick (2011:19) yang menuliskan bahwa *“numerous articles report that teachers’ self-efficacy (i.e., beliefs they are capable of achieving instructional goals) influences student performance, and they stress the importance of Professional Development programs that attend to teacher self-efficacy in their PD designs and evaluations”*. Guru profesional merupakan pendidik yang memiliki kompetensi yang erat hubungannya dengan usaha meningkatkan proses hasil belajar, pekerjaan guru profesional antara lain: (1) merencanakan pembelajaran (analisis materi pelajaran, program tahunan, program semester, satuan pelajaran dan menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran), (2) menguasai bahan pengajaran, (3) melaksanakan pembelajaran, dan (4) mengevaluasi pembelajaran. Evaluasi merupakan proses yang sistematis dan berkelanjutan untuk mengumpulkan, mendeskripsikan, menginterpretasikan dan menyajikan informasi tentang suatu program untuk dapat digunakan sebagai dasar membuat keputusan, menyusun kebijakan maupun menyusun program selanjutnya (Widoyoko, 2015:6).

Proses evaluasi khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi tiga ranah yaitu kognitif (pengetahuan), psikomotor (keterampilan), dan afektif (sikap). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri adalah aktivitas psikomotorik yang dilaksanakan atas dasar keterampilan, pengetahuan tentang gerak dan saat pelaksanaannya akan terjadi perilaku pribadi yang terkait dengan sikap serta perilaku sosial. Seperti menurut Thomson dan McLenan (2015:6), *“the results of the Declaration of Berlin 2013 - UNESCO’s World Sports Ministers Conference (MINEPS V) “Physical education is the most effective means of providing all children and youth with the skills, attitudes, values, knowledge and understanding for lifelong participation in society”*.

Evaluasi psikomotorik perlu memperhatikan tumbuh kembang anak secara khusus. Hal tersebut menjadi penting karena disetiap periode pertumbuhan dan perkembangan anak mempunyai karakteristik gerak yang

berbeda. Untuk itu guru profesional sangat perlu menguasai konsep tumbuh kembang anak agar dapat memberikan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik usia mereka. Jika evaluasi psikomotorik yang dilakukan masih belum memperhatikan konsep tumbuh kembang anak, maka yang akan terjadi anak merasa tidak tertarik dalam proses evaluasi, kesulitan dalam pelaksanaannya dan penilaian yang dilakukan guru tidak obyektif. Hal ini juga dapat mengakibatkan anak tidak antusias bahkan malas untuk mengikuti kegiatan pembelajaran dan berakhir dengan mendapatkan nilai di bawah kriteria ketuntasan minimal sekolah. Dengan begitu akan timbul pertanyaan dari masyarakat di luar sekolah tentang kualitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Untuk itu dalam sebuah pembelajaran perlu adanya tes keterampilan untuk alat evaluasi psikomotorik dalam pendidikan jasmani berdasarkan konsep tumbuh kembang anak agar anak bisa mendapatkan keterampilan gerak yang sesuai porsinya dan disertai dengan tumbuhnya kreatifitas anak dalam keterampilan gerak.

Pertumbuhan Dan Perkembangan Adolesensi

Keterampilan gerak peserta didik tiap periodenya mempunyai karakteristik yang berbeda-beda, untuk itu penting juga bagi pendidik mengetahui dan memahami tentang konsep tumbuh kembang peserta didiknya. Menurut Chamidah (2013:10), “pertumbuhan dan perkembangan merupakan dua kata yang berbeda, namun tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Pertumbuhan adalah suatu proses perubahan fisik (anatomis) yang ditandai dengan bertambahnya ukuran berbagai organ tubuh, karena adanya penambahan dan pembesaran sel-sel dan perkembangan adalah suatu proses bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Sehingga apabila digabungkan tumbuh kembang adalah proses yang kontinu sejak dari konsepsi sampai dewasa, yang dipengaruhi oleh faktor bawaan dan lingkungan”. Ini berarti bahwa tumbuh kembang sudah terjadi sejak di dalam kandungan dan setelah kelahiran merupakan suatu masa dimana mulai saat itu tumbuh kembang anak dapat dengan mudah diamati. Pertumbuhan yang mudah diamati berkaitan dengan keadaan fisik dan kesehatan, kemudian perkembangan yang dapat mudah diamati adalah kemampuan motoriknya.

Keadaan fisik dan kemampuan motorik dapat terlihat jelas pada anak usia SMA (Sekolah Menengah Atas) yang rata-rata berusia 16-19 tahun, usia tersebut termasuk pada masa remaja atau adolesensi. Adolesensi merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, pada masa ini penting bagi pendidik dan orang tua untuk mengembangkan potensi mereka. Sama halnya dengan pernyataan Sugiyanto (2007:5.10), “pertumbuhan yang terjadi menimbulkan perubahan ukuran, seperti proporsi bentuk tubuh, perubahan dalam komposisi tubuh, sistem peredaran darah, pernapasan, sistem syaraf, kematangan ciri-ciri seks primer dan sekunder dan sebagainya”. Kemudian Husdarta (2012:71) juga mendukung dengan pernyataan yang sama “perkembangan kematangan fisik yang paling menonjol adalah dalam hal kekuatan, kecepatan, dan ketahanan kardiorespirasi. Hal tersebut dikarenakan pertumbuhan fisik pada masa remaja yang mengakibatkan perubahan fisik karena perkembangan otot-otot maupun fungsinya”. Dari kedua pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pada masa adolesensi terjadi perkembangan biologis yang kompleks, yang meliputi percepatan pertumbuhan, perubahan proporsi bentuk tubuh, perubahan dalam komposisi tubuh, kematangan ciri-ciri seks primer dan sekunder.

Keterampilan motorik atau keterampilan gerak sejalan dengan pertumbuhan ukuran tubuh, kemampuan fisik, dan perubahan fisiologis. Seperti menurut Husdarta (2012:110), “keterampilan motorik atau keterampilan gerak sejalan pertumbuhan ukuran tubuh, kemampuan fisik, dan perubahan fisiologis. Laki-laki cenderung mengalami peningkatan sedangkan kemampuan gerak secara umum pada wanita tidak lagi mengalami peningkatan sesudah menstruasi”. Hal tersebut sama dengan yang dinyatakan oleh Sugiyanto (2007:5.22), “Perubahan-perubahan dalam penampilan gerak pada masa adolesensi cenderung mengikuti perubahan-perubahan dalam ukuran badan, kekuatan dan fungsi-fungsi fisiologis. Hal tersebut dapat dilihat dalam berbagai kegiatan yang mereka lakukan, seperti lari, lompat dan lempar. Laki-laki menunjukkan peningkatan yang terus berlangsung, sedangkan perempuan menunjukkan peningkatan yang tidak berarti, bahkan menurun setelah umur menstruasi”. Berdasarkan dua pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak masa

312 | *Penjas Dan Interdisipliner Ilmu Keolahragaan*

adolesensi mengikuti perubahan pertumbuhan ukuran tubuh, kemampuan fisik, dan perubahan fisiologis. Kemampuan gerak pada remaja laki-laki terus mengalami peningkatan, tapi tidak halnya pada remaja perempuan setelah mengalami menstruasi.

Berikut adalah metode pembelajaran *motor skill* yang digunakan oleh Husdarta (2012:113): (1) *trial and error*, (2) *Imitation* dengan 3 taraf yaitu taraf proyektif (memperoleh kesan dari model yang akan ditiru), taraf subyektif (mulai cenderung untuk meniru gerak, sikap dari model yang akan ditiru), taraf obyektif (menguasai gerak, sikap, dan tingkah laku dari yang ditirunya), (3) *Training*, gerakan dapat tercermin dari: (1) derajat otomatisasinya, (2) derajat kecepatannya, (3) derajat ketepatannya, (4) derajat keluwesannya. Masa adolesensi adalah waktu yang sangat tepat untuk meningkatkan kemampuan penyempurnaan gerakan dan memperluas keterampilan berbagai macam kegiatan olahraga. Setiap individu dapat belajar untuk menilai kemampuannya dan memilih bentuk latihan, olahraga, serta kegiatan fisik lainnya yang berguna sepanjang hidupnya. Bagi anak yang berbakat baik laki-laki atau perempuan masa adolesensi merupakan usia yang tepat untuk pengembangan prestasi olahraga. Adolesensi adalah saat pengembangan berbagai bidang seperti intelektual, sosial, emosional dan yang paling penting yaitu pengembangan gerakannya. Berikut pernyataan dari Sallis & Patrick (1994:306), “*There are two health-related rationales for adolescent physical activity. One is to promote physical and psychological health and well-being during adolescence. The second is to promote physical activity to enhance future health by increasing the probability of remaining active as an adult*”. Tentang aktivitas fisik yang diperlukan pada masa adolesensi Masa adolesensi membutuhkan aktivitas yang dapat meningkatkan pengalaman dalam berbagai kegiatan, terutama yang sesuai untuk usia dewasa. Bentuk kegiatan yang digemari, meliputi olahraga beregu, kegiatan yang menguji keterampilan tingkat tinggi, permainan perorangan maupun ganda dan pengembangan program latihan. Pada masa adolesensi juga memerlukan kegiatan-kegiatan yang sifatnya ritmik dan berhubungan dengan hubungan sosial. Kegiatan yang dilakukan secara terpisah antara kedua jenis kelamin terutama pada aktivitas yang memerlukan kontak tubuh, seperti sepak bola, bolabasket, hockey dan sebagainya. Kegiatan terpisah tersebut juga dilakukan untuk aktivitas yang

melibatkan kekuatan tinggi, seperti angkat berat dan pembentukan tubuh atau binaraga (Sugiyanto, 2007:5.32). Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa masa adolesensi merupakan usia yang tepat untuk pengembangan berbagai bidang seperti intelektual, sosial, emosional dan perkembangan gerakanya. Pada masa adolesensi juga memerlukan kegiatan-kegiatan yang sifatnya ritmik dan berhubungan dengan hubungan sosial.

Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Psikomotorik

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan aktivitas psikomotorik yang dilaksanakan atas dasar keterampilan, pengetahuan tentang gerak dan saat pelaksanaannya akan terjadi perilaku pribadi yang terkait dengan sikap serta perilaku sosial. Menurut Rosdiani (2012:63), "Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional". Dalam jurnal National Association for Sport and Physical Education (2011:6-7) menyatakan, "*A high-quality physical education program offers students more than just skill development and physical activity; it emphasizes student learning in all three domains (psychomotor, cognitive and affective). While the psychomotor domain is the most obvious domain of focus in a high quality physical education setting, purposeful instruction in the cognitive and affective domains also enhances student development and fosters a healthy, physically active lifestyle*". Kemudian jurnal U.S Departement of Health and Human Service (2010:1) juga disebutkan bahwa, "*physical education (PE) is an effective strategy to increase physical activity among young people. HHS recommended that students engage in MVPA for at least 50% of the time they spend in PE class one of the most critical outcome measures in determining the quality of a PE program*". Maka kesimpulan dari beberapa pendapat diatas yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang direncanakan secara sistematis dengan memanfaatkan aktivitas jasmani, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, aspek kebugaran jasmani, dan keterampilan gerak. Selain itu pendidikan jasmani juga bertujuan untuk

314 | Penjas Dan Interdisipliner Ilmu Keolahragaan

pembentukan watak serta nilai dan sikap sosial yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Annarino (1980:383), “tujuan pendidikan jasmani dibagi menjadi empat domain, yaitu: (1) domain fisik; kekuatan, daya tahan otot, daya tahan kardiovaskuler & kelentukan, (2) domain psikomotor; kemampuan perseptual-motorik, dan keterampilan gerak dasar, (3) domain kognitif; pengetahuan, kemampuan dan keterampilan intelektual, (4) domain afektif; perkembangan personal, sosial dan emosional”. Kemudian dalam jurnal *U.S Departement of Health and Human Service* (2010:1) disebutkan, “*establishing and implementing high-quality physical education (PE) programs can provide students with the appropriate knowledge, skills, behaviors, and confidence to be physically active for life. High-quality PE is the cornerstone of a school’s physical activity program*”. Dari pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani tidak hanya untuk mengembangkan keterampilan gerak, pemeliharaan kebugaran jasmani, dan meningkatkan pertumbuhan fisik saja namun juga mencakup ranah sikap dalam melakukan kegiatan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Selain itu pendidikan jasmani juga bertujuan agar peserta didik mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga sebagai informasi tentang pola hidup sehat, kebugaran dan menanamkan kegemaran untuk melakukan aktivitas jasmani.

Kegiatan belajar mengajar merupakan proses internal yang kompleks. Proses internal yang dimaksud di dalamnya yaitu meliputi ranah pengetahuan, sikap, dan keterampilan gerak. Seperti pendapat Rosdiani (2012:87), “belajar merupakan proses internal yang kompleks. Proses internal yang dimaksud di dalamnya yaitu meliputi ranah pengetahuan, sikap, dan keterampilan gerak. Proses belajar tersebut merupakan respon terhadap suatu proses pembelajaran. Pembelajaran pada kehendaknya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik”. Tujuan pembelajaran adalah pencapaian perubahan perilaku pada peserta didik setelah mengikuti kegiatan belajar mengajar (Kosasih, 2014:13). Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani harus dilakukan secara bertahap, mempunyai beragam variasi, dan dapat dilakukan secara individu

maupun kelompok dalam bentuk latihan, permainan, perlombaan, ataupun pertandingan.

Salah satu kewajiban guru dalam suatu pembelajaran adalah menentukan arah proses pembelajaran selanjutnya atau mengevaluasi proses pembelajaran. Sama halnya seperti pendapat Winarno (2004:4), “evaluasi merupakan suatu proses sistematis untuk menentukan nilai berdasarkan data yang dikumpulkan melalui pengukuran. Dengan kata lain dapat dinyatakan bahwa evaluasi meliputi dua langkah yaitu mengukur dan menilai”. Kemudian Siagian (2003:117) juga menyatakan, “evaluasi ialah proses pengukuran dan perbandingan hasil-hasil pekerjaan yang nyatanya telah dicapai dengan hasil-hasil yang seharusnya dicapai”. Evaluasi adalah salah satu tahap yang sangat penting yang harus dilalui oleh seorang guru untuk mengukur keefektifan dan menilai hasil pembelajaran. Jadi dapat disimpulkan bahwa evaluasi merupakan salah satu tahap yang sangat penting yang harus dilalui oleh seorang guru untuk mengukur keefektifan dan menilai hasil pembelajaran. Evaluasi hasil belajar peserta didik dapat dikelompokkan menjadi tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor. Pada proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih condong pada evaluasi psikomotornya. Ranah psikomotor berhubungan erat dengan kerja otot sehingga menyebabkan gerakannya tubuh atau bagian-bagiannya (Arikunto, 2009:122). Dalam penilaian hasil belajar keterampilan (psikomotor) harus mencakup persiapan, proses, dan produk. Agar penilaian tersebut dapat dijalankan dengan mudah oleh guru maka perlu adanya alat evaluasi seperti instrumen. Hal tersebut didukung oleh pernyataan dari Singer (1975:23), *“Activities that are primarily movement oriented and that emphasize overt physical responses bear the psychomotor. The psychomotor domain is concerned with bodily movement and/or control. Such behaviors when performed in a general way represent a movement pattern or patterns, and when highly specific and task refined indicate a skill or sequence of skill”*. Pendapat yang sama dinyatakan oleh Anyanwu (1987:1), *“In conducting such assessment in physical education, it is necessary that the teacher should first identify the specific objectives established before and during the learning process. Test instruments for evaluation should be designed to cover the various levels of behavioural objectives in proportion*

to the amount of instructional time and emphasis on each area during the teaching learning process". Dari kedua pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa penilaian keterampilan lebih mudah menggunakan instrumen tes keterampilan yang dapat dilakukan pada saat proses berlangsung yaitu pada waktu peserta didik melakukan praktik, atau sesudah proses berlangsung dengan cara mengetes peserta didik. Selain itu agar menjadi lebih praktis pendidik juga harus menyadari karakteristik yang diperlukan untuk tes peserta didiknya.

Evaluasi Dan Tumbuh Kembang Adolesensi

Pada masa adolesensi membutuhkan aktivitas yang dapat meningkatkan pengalaman dalam berbagai kegiatan, terutama yang sesuai untuk usia dewasa. Bentuk kegiatan yang digemari, meliputi olahraga beregu, kegiatan yang menguji keterampilan tingkat tinggi, permainan perorangan maupun ganda dan pengembangan program latihan. Pada masa adolesensi juga memerlukan kegiatan-kegiatan yang sifatnya ritmik dan berhubungan dengan hubungan sosial. Kegiatan yang dilakukan secara terpisah antara kedua jenis kelamin terutama pada aktivitas yang memerlukan kontak tubuh, seperti sepak bola, bolabasket, hockey dan sebagainya. Kegiatan terpisah tersebut juga dilakukan untuk aktivitas yang melibatkan kekuatan tinggi, seperti angkat berat dan pembentukan tubuh atau binaraga. Dengan begitu seorang pendidik perlu mempunyai alat evaluasi psikomotorik seperti tes keterampilan dan instrumen penilaian yang tepat bagi tumbuh kembang anak adolesensi.

Tes adalah sejumlah pertanyaan yang harus diberikan tanggapan dengan tujuan untuk mengukur tingkat kemampuan seseorang atau mengungkap aspek tertentu dari orang yang dikenai tes (Widoyoko, 2015:45-46). Kemudian menurut Maksum (2012:107), "tes adalah sebuah instrumen atau alat yang digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek". Selain itu menurut Osman (2010:47), "*A more inclusive definition of a test is a means of measuring the knowledge, skills, feelings, intelligence or aptitude of an individual or a group. Tests produce numerical scores which can be used to identify, classify or otherwise evaluate test takers*". Sedangkan Mahardika (2010:56) menyatakan bahwa, "tes adalah salah satu alat ukur yang digunakan untuk mengukur sampai sejauh mana

seorang peserta didik berhasil mencapai tujuan-tujuan instruksional yang telah ditetapkan setelah mengikuti proses pembelajaran dalam waktu tertentu”. Kriteria tes atau instrumen yang baik pada umumnya harus memenuhi tingkat kesahihan (validitas), keterandalan (reliabilitas), obyektifitas, ekonomis, praktis, adanya norma penilaian, petunjuk pelaksanaan, dan cara menyekor (Budiwanto, 2011:3). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebuah instrumen adalah alat yang dipergunakan untuk menilai dan mengukur tingkat pengetahuan dan keterampilan seseorang. Dalam merancang sebuah tes keterampilan yang baik harus memenuhi kriteria tes, yaitu valid, reliabel, objektif, ekonomis, praktis, adanya norma penilaian, petunjuk pelaksanaan, dan cara menyekor.

Dalam sebuah pembelajaran khususnya pada pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat memerlukan alat untuk evaluasi psikomotorik seperti tes keterampilan yang inovatif dan sesuai dengan tumbuh kembang peserta didik serta instrumen penilaian yang valid, obyektif, reliabel dan praktis agar bisa lebih meningkatkan keterampilan dan memperbaiki gerak peserta didik serta mempermudah guru dalam mengambil penilaian baik proses maupun produknya. Hal tersebut sangat perlu untuk diperhatikan, karena banyak pendidik pada saat ini yang menyama ratakan pemberian tes evaluasi psikomotorik untuk peserta didiknya. Seperti halnya tes keterampilan bolabasket, selama ini hampir semua pendidik baik di tingkat SMP, SMA bahkan perguruan tinggi memberikan tes keterampilan yang hampir sama, padahal nyatanya kemampuan gerak anak pada tiap tingkatan mempunyai karakteristik yang berbeda-beda. Contohnya seperti anak usia remaja (adolesensi) tingkatan SMA, terkadang pendidik memberikan tes keterampilan yang seharusnya diberikan untuk anak usia SMP bahkan SD. Hal tersebutlah yang menjadikan peserta didik bosan mengikuti proses evaluasi dan membuat kemampuan geraknya tidak maksimal. Dengan demikian sangat perlu dikembangkan alat evaluasi psikomotorik dalam pendidikan jasmani berdasarkan konsep tumbuh kembang adolesensi. Berikut adalah hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pembuatan butir tes keterampilan yaitu: (1) memperhatikan terpenuhinya persyaratan dalam penyusunan instrumen keterampilan, dari aspek materi/isi/konsep (menginventarisasi aspek yang dinilai), konstruksi dan bahasa, (2)

menetapkan jenis-jenis tes keterampilan yang akan dipakai (tes tulis keterampilan, tes simulasi, tes identifikasi, atau uji praktik kerja/*work sampel test*), (3) mengacu pada indikator pencapaian, (4) membuat pedoman penskoran/rubrik beserta kategori keberhasilannya.

PENUTUP

Demikian pembahasan tentang tuntutan evaluasi psikomotorik dalam pendidikan jasmani berdasarkan konsep tumbuh kembang anak adolesensi. Artikel ini disusun dengan bentuk jurnal konseptual yang sederhana, tentunya dengan harapan mudah dimengerti dan dipahami sebagai salah satu acuan yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan evaluasi psikomotorik pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi para pendidik khususnya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA), agar mengerti perlunya menguasai konsep tumbuh kembang usia adolesensi dan dapat memberikan pembelajaran dan evaluasi yang sesuai dengan karakteristik gerak usia mereka. Adolesensi merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, pada masa ini penting bagi pendidik dan orang tua untuk mengembangkan potensi mereka khususnya dalam meningkatkan kemampuan penyempurnaan gerakan dan memperluas keterampilan berbagai macam kegiatan olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Annarino, A. A. 1980. *Second Edition Curriculum Theory and Design In Physical Education*. London: United States of America.
- Anyanwu, S. U. 1987. *Towards An Effective Continuous Assessment Of Students' Cognitive And Psychomotor Skills In Physical Education*. (Online). (<http://www.unilorin.edu.ng/journals/education/ije/sept1987/TOWARDS%20AN%20EFFECTIVE%20CONTINUOUS%20ASSESSMENT%20OF%20STUDENTS'%20COGNITIVE%20AND%20PSYCHOMOTOR%20SKILLS.pdf>). Diakses 6 Januari 2016.
- Arikunto, S. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Budiwanto, S. 2011. *Tes dan Pengukuran Dalam Keolahragaan*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Chamidah, A. N. 2013. *Tumbuh Kembang dan Kesehatan Anak*. (Online). (<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pendidikan/dr.%20Atien%20>

- Nur%20Chamidah,%20M.Dist.St/materi%20kuliah%20tumbangkes%202013.pdf). Diakses 3 April 2016.
- Husdarta, J. S., dan Nurlan. 2012. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik (Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Kosasih, E. 2014. *Strategi Belajar dan Pembelajaran Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Yrama Widya.
- Mahardika, I. 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- National Association for Sport and Physical Education. 2011. *Physical education is critical to educating the whole child* [Position statement]. Reston, VA: Author.
- Osman, R. M. 2010. *Educational Evaluation and Testing*. (Online). (<http://oer.avu.org/bitstream/handle/123456789/78/Educational%20Evaluation%20and%20Testing.pdf?sequence=1>). Diakses 16 Januari 2016.
- Rosdiani, D. 2012. *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sallis, J.F., dan Patrick, K. 1994. *Physical Activity Guidelines for Adolescents: Consensus Statement*. (Online). (<http://journals.humankinetics.com/AcuCustom/Sitename/Documents/DocumentItem/12246.pdf>). Diakses 28 Maret 2016.
- Siagian, S. 2003. *Filsafat Administrasi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Singer, R. 1975. *Motor Learning and Human Performance An Application to Physical Education Skills*. New York: Macmillan Publishing Co., Inc.
- Sugiyanto. 2007. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Schieb, L. J., dan Karabenick, S. A. 2011. *Teacher Motivation and Professional Development: A Guide to Resources. Math and Science Partnership – Motivation Assessment Program*, University of Michigan, Ann Arbor, MI. (Online). (http://mspmap.org/wpcontent/uploads/2011/10/TeachMotivPD_Guide.pdf). Diakses 5 April 2015.
- Thomson, J., dan McLenan, N. 2015. *Quality Physical Education (QPE)*. Published in 2015 by the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (Online). (<http://unesdoc.unesco.org/images/0023/002311/231101E.pdf>). Diakses 5 April 2015.

- U.S Department of Health and Human Service. 2010. *Strategies to Improve the Quality of Physical Education*. (Online). (http://www.cdc.gov/healthyyouth/physicalactivity/pdf/quality_pe.pdf). Diakses 7 April 2015.
- Widoyoko, 2015. *Evaluasi Program Pembelajaran: panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Cet 7. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Winarno, M.E. 2004. *Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: center human capacity development.