

ELEMEN DASAR MENGAJAR

Satrio Pujo Sasmito

(Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang)

satriosasmito93@gmail.com

Abstrak: Belajar dan pembelajaran merupakan konsep yang saling berkaitan. Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku akibat interaksi dengan lingkungan. Proses perubahan tingkah laku merupakan upaya yang dilakukan secara sadar berdasarkan pengalaman ketika berinteraksi dengan lingkungan. Pola tingkah laku yang terjadi dapat dilihat atau diamati dalam bentuk perbuatan reaksi dan sikap secara mental dan fisik. Pendidik hendaknya mengetahui tentang hal tersebut yang dapat dipelajari melalui elemen dasar mengajar.

Kata kunci: elemen dasar, mengajar, pembelajaran

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan seperangkat tindakan yang dirancang untuk mendukung proses belajar peserta didik, dengan memperhitungkan kejadian-kejadian eksternal yang berperan terhadap rangkaian kejadian-kejadian internal yang berlangsung di dalam peserta didik. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan oleh pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu pengetahuan, penguasaan keterampilan, serta pembentukan sikap pada peserta didik. Dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran merupakan usaha sadar dari pendidik untuk membuat peserta didik belajar dengan baik.

Proses pembelajaran yang berhasil guna memerlukan teknik, metode, dan pendekatan tertentu sesuai dengan karakteristik tujuan, peserta didik, materi, dan sumber daya. Sehingga diperlukan strategi yang tepat dan efektif. Dengan demikian, pendidik hendaknya mengetahui elemen dasar mengajar yang terdiri dari unsur-unsur belajar, prinsip belajar, dan sebagainya.

Unsur-unsur belajar adalah faktor-faktor yang menjadi sebuah indikator keberlangsungan proses belajar. Cornbach sebagai penganut Behaviorisme menyatakan dalam Sukmadinata (2004:157), ada tujuh unsur utama dalam proses belajar yaitu: (1) Tujuan, belajar dilakukan oleh setiap individu karena adanya suatu tujuan dalam hidupnya yang ingin dicapainya, yang muncul karena adanya kebutuhan; (2) Kesiapan, agar seseorang individu melaksanakan proses belajar dengan baik, maka ia sangat membutuhkan kesiapan dalam dirinya, (3) Situasi belajar terdiri dari lingkungan sekitar, tempat, alat dan bahan yang dipelajari, guru/kepala sekolah, dll; (4) Interpretasi, yaitu melihat hubungan antara komponen-komponen situasi belajar melihat makna/maksud tersebut,

kemudian menghubungkan dengan kemungkinan untuk mencapai suatu tujuan; (5) Respon, berupa hasil yang terencana dalam sistematis, baik berupa usaha coba-coba (*trial and error*); (6) Konsekuensi, berupa suatu keberhasilan maupun suatu kegagalan sebagai konsekuensi yang dipilih oleh seorang siswa; dan (7) Reaksi terhadap kegagalan, suatu kegagalan dapat menurunkan minat, semangat, motivasi serta dapat memperkecil usaha-usaha belajar berikutnya. Tetapi ada juga siswa yang semakin giat belajar dan mencoba bangkit dari suatu kegagalan.

PEMBAHASAN

Selain itu, terdapat unsur-unsur dinamis dalam belajar. Unsur-unsur dinamis dalam belajar adalah unsur-unsur yang dapat berubah dalam proses belajar. Perubahan unsur-unsur tersebut dapat berupa: dan tidak ada menjadi ada atau sebaliknya, dari lemah menjadi kuat dan sebaliknya, dari sedikit menjadi banyak dan sebaliknya. Unsur-unsur dinamis tersebut antara lain:

Motivasi berasal dari kata Inggris *motivation* yang berarti dorongan, pengalasan dan motivasi. Dalam kegiatan belajar mengajar, dikenal adanya motivasi belajar, yaitu motivasi yang diterapkan dalam kegiatan belajar. Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar mengajar. kelangsungan belajar itu demi mencapai suatu tujuan.

Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar. Siswa yang mempunyai motivasi tinggi sangat sedikit yang tertinggal belajarnya dan sangat sedikit pula kesalahan dalam belajarnya.

Secara garis besar motivasi dapat dibedakan menjadi dua ialah intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam tanpa ada rangsangan dari luar, sedangkan motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar.

Ada beberapa ciri siswa yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi. Ini dapat dikenali melalui proses belajar mengajar di kelas, sebagaimana dikemukakan Brown (1981) sebagai berikut: menarik kepada guru, artinya tidak membenci atau bersikap acuh tak acuh, tertarik pada mata pelajaran yang diajarkan. mempunyai antusias yang tinggi seta mengendalikan perhatiannya terutama kepada guru, ingin selalu bergabung dalam kelompok kelas, ingin identitas dirinya diakui oleh orang lain, tindakan, kebiasaan, dan moralnya selalu dalanu kontrol diri, selalu mengingat pelajaran dan mempelajarinya kembali, dan selalu terkontrol oleh lingkungannya.

Beberapa upaya yang dapat ditempuh untuk memotivasi siswa agar belajar adalah: (a) Kenalkan siswa pada kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, (b)

Bantulah siswa untuk merumuskan tujuan belajarnya, (c) Tunjukkan kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas yang dapat mengarahkan bagi pencapaian tujuan belajar, (d) Kenalkanlah siswa dengan hal-hal yang baru. Sebab hal-hal baru ini dapat “menghidupkan kembali” hasrat ingin tahu siswa, (f) Buatlah variasi-variasi dalam kegiatan belajar mengajar, supaya siswa tidak bosan, (g) Adakan evaluasi terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh siswa, (h) Berikan umpan balik terhadap tugas-tugas yang diberikan dan evaluasi yang telah dilakukan.

Bahan belajar sangat penting bagi siswa yang melakukan aktivitas belajar. Tanpa ada yang dipelajari, kemungkinan siswa bisa belajar dengan baik. Oleh karena itu, supaya siswa dapat belajar dengan baik, maka bahan belajar ini harus tersedia. Bahan belajar adalah sesuatu yang harus dipelajari oleh pembelajar dalam melaksanakan aktivitas belajarnya. Bahan ini, bisa berasal dari guru, bisa berasal dari buku-buku teks, paper, makalah, artikel, disamping dapat berasal dari lapangan objek tertentu.

Penyediaan bahan belajar ini sangat bergantung kepada tujuan belajar, karakteristik siswa, siasat belajar yang harus ditempuh oleh siswa dan faktor ketersediaan tidaknya bahan belajar. Jika tujuan belajar yang ingin ditempuh diaksentuasikan pada penguasaan pengetahuan, mungkin bahan belajarnya akan lain dengan tujuan belajar yang diaksentuasikan pada penguasaan konsep-konsep, maka penyediaan bahan belajarnya lain sekali dengan tujuan belajar yang dimaksudkan untuk memperoleh pengalaman langsung.

Prinsip belajar adalah konsep-konsep yang harus diterapkan didalam proses belajar mengajar. Seorang guru akan dapat melaksanakan tugasnya dengan baik apabila ia dapat menerapkan cara mengajar yang sesuai dengan prinsip-prinsip orang belajar. Belajar seperti halnya perkembangan berlangsung seumur hidup, dimulai sejak ayunan (buaian) sampai dengan menjelang lahat (meninggal). Apa yang dipelajari dan bagaimana cara belajarnya pada setiap fase perkembangan berbeda-beda. Banyak teori yang membahas masalah belajar. Tiap teori bertolak dari asumsi atau anggapan dasar tertentu tentang belajar. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan apabila kita temukan konsep atau pandangan serta praktek yang berbeda dari belajar. Meskipun demikian ada beberapa pandangan umum yang sama atau relatif sama diantara konsep-konsep tersebut. Beberapa kesamaan ini dipandang sebagai prinsip belajar. Beberapa prinsip umum belajar: (1) Belajar merupakan bagian dari perkembangan, (2) Belajar langsung seumur hidup, (3) Keberhasilan belajar dipengaruhi oleh faktor-faktor bawaan, faktor lingkungan, kematangan serta usaha dari individu sendiri, (4) Belajar mencakup semua aspek kehidupan, (5) Kegiatan belajar berlangsung pada setiap tempat dan waktu, (6) Belajar berlangsung dengan guru ataupun tanpa guru, (7) Belajar yang berencana atau yang disengaja menuntut motivasi yang tinggi, (8) Perbuatan belajar bervariasi

dari yang paling sederhana sampai dengan yang kompleks, (9) Dalam belajar dapat terjadi hambatan-hambatan, (10) Untuk kegiatan belajar tertentu diperlukan adanya bantuan atau bimbingan dari orang lain.

Dalam praktik pengajaran, penggunaan suatu dasar teori untuk segala situasi merupakan tindakan kurang bijaksana. Tidak ada suatu teori belajarpun cocok untuk segala situasi. Karena masing-masing mempunyai landasan yang berbeda dan cocok untuk situasi tertentu. Robert M. Gagne (1970), merioba melihat berbagai teori belajar dalam satu kebulatan yang saling melengkapi dan tidak bertentangan. Menurut Gagne belajar mempunyai delapan tipe. Kedelapan tipe itu bertingkat, ada hierarki dalam masing-masing tipe. Setiap tipe belajar merupakan prasyarat bagi tipe belajar di atasnya.

Tipe belajar dikemukakan oleh Gagne pada hakikatnya merupakan prinsip umum baik dalam belajar maupun mengajar. Artinya, dalam mengajar atau membimbing siswa belajar pun terdapat tingkatan sebagaimana tingkatan belajar di atas. Kedelapan tipe itu adalah sebagai berikut: Belajar isyarat (*signal learning*), belajar isyarat mirip dengan *conditioned respons* atau respons bersyarat. Seperti menutup mulut dengan telunjuk, isyarat untuk datang mendekat, menutup mulut dengan telunjuk dan lambaian tangan adalah isyarat, sedangkan diam dan datang adalah respon. Belajar stimulus-respons (*stimulus respons learning*), berbeda dengan belajar isyarat, respons bersifat umum, kabur, dan emosional. Tipe belajar smerespons bersifat spesifik. Belajar rangkaian (*chaining*), rangkaian atau rantai dalam chaining adalah semacam rangkaian antaras-r yang bersifat segera. Hal ini terjadi dalam rangkaian motorik; seperti gerakan dalam mengikat sepatu, makan-minum-merokok; atau gerakan verbal seperti selamat-tinggal, bapak-ibu. Asosiasi verbal (*verbal association*), tipe belajar ini adalah mampu mengaitkan suatu yang bersifat verbarisme kepada sesuatu yang sudah dimilikinya. Belajar diskriminasi (*discrimination learning*), tipe belajar ini adalah pembedaan terhadap berbagai rangkaian seperti membedakan berbagai bentuk wajah, hewan, tumbuhan, dan lain-lain. Belajar konsep (*concept learning*), konsep merupakan simbol berpikir. Hal ini diperoleh dari hasil memuat tafsiran terhadap fakta atau realita, dan hubungan antar berbagai fakta. Suatu konsep dapat diklasifikasi berdasarkan ciri tertentu. Misalnya konsep tentang manusia, konsep burung, konsep ikan, dan lain-lain. Kemampuan seseorang dapat membentuk konsep apabila orang tersebut dapat melakukan diskriminasi. Belajar aturan (*rule learning*), tipe belajar aturan adalah lebih meningkat dari tipe belajar konsep. Dalam belajar aturan, seseorang dipandang telah memiliki berbagai konsep yang dapat digunakan untuk mengemukakan berbagai formula hukum, atau dalil. Belajar pemecahan masalah (*problem solving*), tipe belajar yang terakhir adalah memecahkan masalah. Tipe belajar ini dapat dilakukan oleh seseorang apabila dalam dirinya sudah mampu

mengaplikasikan berbagai aturan yang relevan dengan masalah yang dihadapinya. Dalam memecahkan masalah diperlukan waktu yang cukup, bahkan ada yang memakan waktu terlalu lama. Juga seringkali harus melalui berbagai langkah. Seperti mengenal tiap unsur dalam masalah itu. Dalam segala langkah diperlukan pemikiran sehingga dalam memecahkan masalah akan diperoleh hasil yang optimal.

Pembelajaran yang optimal terjadi dalam sekuen yang terprediksi. Secara garis besar, sekuen terdiri atas lima tahap. Pertama tahap pra-pemaparan atau persiapan yang memberi kerangka bagi otak untuk mengoneksikan pengalaman baru, Kedua adalah tahap akuisisi. Tahap ini dapat dicapai baik melalui sarana langsung seperti dengan penyediaan lembar informasi atau atau sarana tidak langsung seperti dengan menempatkan visual-visual yang terkait. Kedua pendekatan ini dapat berjalan, dan saling melengkapi. Tahap ketiga yakni elaborasi, mengeksplorasi interkoneksi dari topic-topik dan mendorong terjadinya pemahaman lebih dalam. Tahap keempat adalah formasi memori, pembelajaran yang merekatkan supaya apa yang telah dipelajari dapat recall pada kesempatan lain. Tahap yang terakhir adalah tahap integrasi fungsional, mengingatkan kita untuk menggunakan pembelajaran baru tersebut supaya ia semakin diperkuat dan diperluas. Tahapan dalam belajar motorik antara lain:

Tahap kognitif, (a) Pada tahap ini isyarat dipahami dan diformulasikan dalam rencana yang berupa konsep-konsep verbal untuk dilakukan tahap berikutnya, (b) Dituntut kecakapan persepsi untuk memformulasikan stimulus-stimulus yang diterima menjadi respon-respon yang akan dilakukan, (c) Siswa mulai berpikir dan merencanakan tentang gerakan yang dipelajari, (d) Pada tahap ini terjadi banyak kesalahan dan peran intelektual penting untuk membentuk motor plan yang benar

Tahap asosiatif, (a) Pada tahap ini mengutamakan latihan, (b) Latihan untuk perbaikan gerakan sesuai dengan ketentuan, (c) Latihan berulang-ulang untuk memperkuat stimulus dan respons (d) Pada tahap ini sudah mulai mampu melakukan gerakan dan menyesuaikan diri dengan gerak yang dilakukan, (e) Gerakan yang dilakukan sudah mulai konsisten tetapi masih belum otomatis.

Tahap otomatisasi, (a) Pada tahap ini gerakan yang dilakukan tidak lagi memerlukan konsesntrasi penuh, gerakan yang dilakukan hampir tidak terpengaruh oleh kegiatan lain yang simultan, (b) Gerakan dilakukan secara otomatis, (c) Untuk mencapai ini dilakukan latihan secara terus menerus dalam waktu yang lama.

Ranah berkaitan dengan sikap dan nilai. Belajar adalah proses aktif dalam diri seseorang untuk mengubah perilakunya. Aspek perilaku yang akan diubah mencakup 3 ranah yaitu (1) ranah kognisi (*cognitive domains*), (2) ranah sikap

(*affective domains*), dan (3) ranah tindakan atau keterampilan (*psychomotoric domains*).

Ranah kognisi mencakup unsur fakta, pemahaman, dan aplikasi. (a) Tingkat fakta adalah suatu konsep tunggal dan menggunakan kata kerja seperti mendefinisikan, mengidentifikasi, dan menyebutkan, (b) Tingkat pemahaman menempatkan dua konsep atau lebih. Kata kerja tipikal yang termasuk disini adalah menggambarkan, membandingkan dan mengkontraskan, (c) Tingkat aplikasi menempatkan dua konsep atau lebih secara bersama untuk membentuk sesuatu yang baru. Kata kerja tipikal yang digunakan pada tingkat ini adalah menjelaskan, menerapkan dan menganalisis.

Ranah afeksi didasarkan pada aspek perilaku dan dapat dilabelkan sebagai keyakinan atau kepercayaan. Tiga tingkat dari ranah afeksi adalah kesadaran, pembedaan dan integrasi. (a) Kata kerja untuk ranah afeksi biasanya terbatas pada kata-kata seperti menampilkan, menunjukkan, dan menerima yang berlaku untuk semua tingkatan, (c) Tingkat kesadaran dan pembedaan adalah level kognisi, (d) Integrasi adalah perilaku dan mensyaratkan pelajar untuk mampu mengevaluasi dan mensintesis atas suatu masalah.

Ranah tindakan didasarkan pada keterampilan. Tiga tingkat instruksional praktis mencakup peniruan, praktik, dan kebiasaan. (a) Tingkat pertama, peniruan, secara sederhana merupakan suatu demonstrasi di bawah bimbingan instruktur, (b) Tingkat praktik merupakan pengalaman pembentukan keterampilan yang mungkin dilakukan oleh pelajar tanpa bimbingan langsung dari instruktur. (a) Tingkat kebiasaan dicapai ketika khalayak belajar dapat menampilkan keterampilan dua kali waktu jika dilakukan oleh instruktur atau seorang ahli. Penampilan demonstrasi dan pembentukan keterampilan bersifat alami. Penilaian akan berbentuk tes keterampilan. Konten yang diperlukan untuk diketahui dalam melakukan keterampilan adalah kognisi dan harus dipelajari.

Istilah Kecakapan Hidup (*life skills*) diartikan sebagai kecakapan yang dimiliki seseorang untuk mau dan berani menghadapi problema hidup dan penghidupan secara wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga akhirnya mampu mengatasinya . Broolin (1989) menjelaskan bahwa, *life skills* dapat dinyatakan sebagai kecakapan untuk hidup. Istilah hidup, tidak semata-mata memiliki kemampuan tertentu saja (*vocational job*), namun ia harus memiliki kemampuan dasar pendukungnya secara fungsional seperti: membaca, menulis, menghitung, merumuskan, dan memecahkan masalah, mengelola sumber daya, bekerja dalam tim, terus belajar di tempat kerja, menggunakan teknologi.

Pendidikan Kecakapan Hidup (*life skills*) lebih luas dari sekedar keterampilan bekerja, apalagi sekedar keterampilan manual. Pendidikan kecakapan hidup merupakan konsep pendidikan yang bertujuan untuk mempersiapkan warga

belajar agar memiliki keberanian dan kemauan menghadapi masalah hidup dan kehidupan secara wajar tanpa merasa tertekan kemudian secara kreatif menemukan solusi serta mampu mengatasinya.

Indikator-indikator yang terkandung dalam life skills tersebut secara konseptual dikelompokkan: (1) Kecakapan mengenal diri (*self awarness*) atau sering juga disebut kemampuan personal (*personal skills*), (2) Kecakapan berfikir rasional (*thinking skills*) atau kecakapan akademik (*academic skills*), (3) Kecakapan sosial (*social skills*), (4) Kecakapan vokasional (*vocational skills*) sering juga disebut dengan keterampilan kejuruan artinya keterampilan yang dikaitkan dengan bidang pekerjaan tertentu dan bersifat spesifik (*spesific skills*) atau keterampilan teknis (*technical skills*).

KESIMPULAN

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara pendidik dengan peserta didik dalam upaya membentuk keterampilan dan kepribadian yang baik pada diri pebelajar. Sebagai pendidik, mereka diharapkan dapat mengetahui elemen-elemen dasar mengajar yang terdiri dari unsur belajar, prinsip umum belajar, tipe-tipe belajar, tahap-tahap belajar, modalitas belajar, ranah belajar, dan pendidikan kecakapan hidup. Hal ini dilakukan agar dalam proses pembelajaran yang berlangsung dapat berjalan secara efektif dan efisien.

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, Mohammad. 2004. *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdarkarya.
- Abdulkadir, Ateng. 1993. *Pendidikan Jasmani Di Indonesia*. Jakarta: Yayasan Ilmu Keolahragaan Guna Krida Prakasa Jati.
- Annarino, Anthony A., Cowell, Charles C., dan Hazelton, Helen W. 1980. *Curriculum Theory and Design in Physical Education*. London: C.V. Mosby Company.
- Bucher, Charles A. 1979. *Foundations of Physical Education*. London: The C.V. Mosby Company.
- Dalton, Wilian. 2009. *Artikel: Guru Pendidikan Jasmani Profesional*. (<http://wiliandalton.blogspot.co.id/2009/02/guru-pendidikan-jasmani-profesional.html>).
- Dikti Depdiknas. 2004. *Standar Kompetensi Guru Pemula Prgram Studi Pendidikan Jasmani Jenjang Strata 1*. Jakarta: Dikti Depdiknas.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Rineka Cipta.
- Hurlock, Elizabeth B. 1990. *Perkembangan Anak: Terjemahan Tjandrosa dan Muslichah Zarkasih*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Jariono, Gatot. 2010. *Arti Pendidikan Jasmani, Olahraga dan pedagogi Olahraga*. (<http://makalahpascasarjana.blogspot.co.id/2010/06/arti-pendidikan-jasmani-dan-olahraga.html>).
- Kama, Saeful. 2012. *Articles: Professionalism of Teachers*. (<http://sawfadise.blogspot.co.id/2012/06/permasalahan-guru-penjas-di-sekolah-dan.html>).
- Presiden RI. 2005. *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Presiden RI.
- Syaodih Sukmadinata, Nana. 2007. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Syamsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta: PT. Fajar Interpratama.
- Syarif, Edwin. 2011. *Artikel: Pengertian Olahraga*. (<http://edwinskyarief.blogspot.co.id/2011/05/pengertian-olahraga.html>).