



Komunikasi Efektif dalam Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi melalui Penggunaan Bahasa

Ika Febriana*¹, Aisyah Rahmahani², Edi Berkat Zai³, Muhammad Arif Fadly⁴, Sundari Ramahsita⁵

¹⁻⁵Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

ikafebriana@unimed.ac.id¹, aisyahrahmahani87@gmail.com², zaiediberkat@gmail.com³,
muhhammadariffadli0101@gmail.com⁴, sundariramahsita@gmail.com⁵

Alamat: Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20221

Korespondensi Penulis : ikafebriana@unimed.ac.id*

Abstract. *The use of good language has a significant influence on the learning process, including PJOK learning, because it can help teachers and students communicate more easily. Indonesian is one of the languages that can be used in PJOK learning. The purpose of this study was to determine effective communication in Physical Education, Health and Recreation through the use of Language. A survey approach was used in this study, and Google Form was used to collect data. The findings of the study show how important Indonesian is in the learning process because it not only makes it easier for students to understand the material taught by the teacher, but also encourages them to actively participate, communicate, and interact with each other.*

Keywords: *Communication, Language, Physical, Health and Recreation r.*

Abstrak. Penggunaan bahasa yang baik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses pembelajaran, termasuk pembelajaran PJOK, karena dapat membantu guru dan siswa berkomunikasi yang terlibat lebih mudah. Bahasa Indonesia merupakan salah satu bahasa yang dapat digunakan dalam pembelajaran PJOK. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui komunikasi efektif dalam Pendidikan jasmani, Kesehatan dan rekreasi melalui penggunaan Bahasa. Pendekatan survei digunakan dalam penelitian ini, dan Google Form digunakan untuk mengumpulkan data. Temuan penelitian menunjukkan betapa pentingnya bahasa Indonesia dalam proses pembelajaran karena tidak hanya memudahkan siswa untuk memahami materi yang diajarkan guru, tetapi juga mendorong mereka untuk berpartisipasi secara aktif, berkomunikasi, dan berinteraksi satu sama lain.

Kata Kunci : Komunikasi, Bahasa, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi.

1. PENDAHULUAN

Penggunaan bahasa yang baik sangat mempengaruhi proses pembelajaran salah satunya pembelajaran PJOK karena dapat memudahkan komunikasi dan interaksi antara guru dan siswa. Kepribadian seseorang tercermin dalam bahasanya. Bahasa yang digunakan seseorang dapat mengungkapkan sesuatu tentang sifat, kepribadian, atau karakternya. Bahasa Indonesia tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi lintas budaya dan wilayah, tetapi juga mengomunikasikan perasaan dengan sangat sukses. Bahasa memudahkan segala tindakan kita, termasuk komunikasi. Karena manusia adalah makhluk sosial, komunikasi merupakan bagian penting dari keberadaan mereka. Memahami makna informasi yang diberikan oleh orang lain merupakan tujuan komunikasi, yang dapat dilakukan secara lisan maupun lisan. Demi

mempererat persatuan dan kesatuan bangsa, kita sebagai warga negara Indonesia harus berbahasa Indonesia dengan baik dan benar (Karamina, 2022).

Penggunaan bahasa Indonesia yang santun, teratur, langsung, tenang, dan jelas menunjukkan latar belakang dan perilaku pembicara yang kredibel. Namun, dalam percakapan sehari-hari, seseorang akan menjumpai bahasa yang sinis, cabul, tidak sopan, memfitnah, meremehkan, dan politis (Tasita, 2024). Bahasa diperoleh dari budaya, pendidikan, dan keluarga. Pengenalan bahasa biasanya dilakukan dalam lingkungan tertentu yang terikat dengan waktu dan lokasi. Oleh karena itu, agar dapat berbicara bahasa Indonesia secara efektif dan melibatkan siswa, lingkungan belajar harus ditingkatkan dan diperluas. Bahasa merupakan bagian integral yang membentuk pribadi Indonesia. Akibatnya, bahasa sering kali diabaikan atau hilang karena kemajuan zaman modern. Pendekatan terbaik untuk meningkatkan proses pengembangan bahasa Indonesia tidak diragukan lagi adalah dengan mempelajarinya lebih lanjut.

Pendidikan adalah proses pertumbuhan manusia yang berkelanjutan yang memenuhi Sekolah memainkan peran penting dalam memungkinkan anak-anak untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas fisik dan mental melalui penyediaan program pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi. Kesehatan dan olahraga dipilih secara metodis. Pendidikan merupakan aspek utama yang memengaruhi kualitas hidup suatu negara. Untuk mengevaluasi fase-fase awal globalisasi, pendidikan sangat penting. Penciptaan masyarakat yang terbuka, demokratis, damai, dan intelektual merupakan tujuan pendidikan (Huda,2017). Oleh karena itu, reformasi pendidikan perlu dilakukan terus-menerus guna meningkatkan taraf pendidikan nasional (Pasaribu, 2017).

Dari pengamatan peneliti saat melakukan survei kepada peserta didik SMA Negeri 1 Percut Seituan. Peran bahasa Indonesia dalam pembelajaran di SMA Negeri 1 Percut Seituan mempunyai pengaruh yang besar, baik dalam komunikasi maupun interaksi antara guru dan siswa. Penggunaan bahasa yang efektif berdampak pada pembelajaran guru. Seperti halnya membantu siswa memahami arahan guru pada awalnya dan membantu mereka menyerap materi yang diajarkan secara menyeluruh. Jika instruktur yang mengarahkan percakapan, maka siswa akan mencontohkan komunikasi dan interaksi yang tepat. Agar siswa dapat berinteraksi satu sama lain, latihan dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan harus mengutamakan pertumbuhan fisik. Peningkatan interaksi dan komunikasi antara guru dan siswa juga dapat dikaitkan dengan penyampaian materi oleh guru. Disarankan agar pengajaran dalam bahasa Indonesia diberikan di lembaga pendidikan.. Berdasarkan uraian di atas, penulis

melakukan penelitian dengan judul “Komunikasi Efektif Dalam Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Melalui Penggunaan Bahasa”.

2. METODE

Metode penelitian yang kami gunakan adalah pendekatan kualitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sehingga data yang kami peroleh dalam penelitian ini akan dijabarkan menggunakan metode deskriptif. Data penelitian berasal dari hasil penyebaran kuesioner yang telah kami buat dan telah diisi oleh responden yang pada umumnya berkecimpung di dunia olahraga atau sering membaca media yang berhubungan dengan olahraga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil yang kita dapatkan dari metode yang telah kita lakukan dengan membuat sebuah pertanyaan di google form dan menyebarkannya, setelah quest yang kita buat, ada sekitar 26 orang yang menjawab soal yang telah kita sebar dan mendapatkan jawaban yang sesuai pandangan kita dan setuju dengan soal tersebut.

Tabel 1. Hasil Dari Pertanyaan Di Google Form Yang Disebar

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Apakah Bahasa Indonesia penting dalam pembelajaran PJOK?	(94,6%)	(5,4%)
2	Apakah peran peserta didik sangat mempengaruhi pembelajaran PJOK?	(94,6%)	(5,4%)
3	Apakah harus komunikasi di dalam pembelajaran penjas harus terjalin dari dua arah agar penyampaian informasi pengetahuan lebih dimengerti	(97,3%)	(2,7%)
4	Bahasa modal penting untuk membentuk karakter bangsa	(97,3%)	(2,7%)
5	Bahasa menjadi suatu sarana untuk kita menyampaikan kekesalan, menyampaikan ujaran kebencian, pengasutan, radikalisme.	(51,4%)	(48,6%)
6	Komunikasi dari dua arah suatu hal yang tidak efektif untuk berkomunikasi	(37,8%)	(62,2%)

Pembahasan

Dari hasil temuan di atas sudah terbukti bahwa bahasa Indonesia sangat berperan penting dalam pembelajaran PJOK. Sebagai bahasa pengantar, bahasa Indonesia memiliki kekuatan untuk menyampaikan informasi, membentuk kepribadian, dan menumbuhkan pertumbuhan intelektual, emosional, dan spiritual para pemuda negeri ini, yang pada akhirnya menjadikan Indonesia negara yang lebih maju daripada saat ini. Orang berkomunikasi satu sama lain dalam bahasa Indonesia karena berbagai alasan, termasuk berbagi ide dan perspektif. Bahasa perlu disesuaikan dengan situasi dan kondisi karena setiap individu menggunakan bahasa secara berbeda. Ragam bahasa adalah ragam dalam cara penggunaan bahasa Indonesia. Penggunaan bahasa bervariasi tergantung pada topik, hubungan antara pokok bahasan, dan media percakapan. Ini dikenal sebagai ragam Bahasa (Mustika, 2019).

Bahasa Indonesia digunakan sebagai salah satu sarana penyampaian ilmu pengetahuan kepada anak usia taman kanak-kanak sampai perguruan tinggi. Bahasa pengantar dalam pendidikan diatur dalam Bab VII Pasal 33 ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan, "Bahasa Indonesia sebagai Bahasa Nasional menjadi bahasa pengantar dalam pendidikan nasional". Meskipun demikian, sebagaimana yang ditunjukkan dengan jelas pada halaman berikutnya, bahasa daerah juga dapat digunakan di sekolah sebagai media pengajaran. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Persekolahan Nasional, 2003, menyatakan bahwa hal ini hanya berlaku pada tahap awal persekolahan ketika pengetahuan dan kemampuan tertentu harus ditunjukkan.

Dalam pengajaran pendidikan jasmani, Kesehatan dan rekreasi juga harus diperhatikan. Penggunaan bahasa yang efektif akan memengaruhi hasil belajar. Dalam pembelajaran, bahasa meningkatkan keterlibatan dan komunikasi. Guru memiliki peran penting dalam Kesehatan, jasmani dan rekreasi. Keterampilan motorik siswa merupakan penekanan utama pendidikan kesehatan dan olahraga di sekolah. Mempelajari bahasa Indonesia sangat penting untuk meningkatkan koneksi dan komunikasi dalam pendidikan olahraga (Alfin, 2018). Bahkan saat belajar di kelas, hal itu dapat memfasilitasi komunikasi antara siswa dan pelatih serta rekan kerja mereka. Selain itu, mempelajari bahasa Indonesia dengan benar dapat mempermudah proses belajar. Anda dapat memperoleh berbagai kepribadian, bakat, dan kecerdasan dengan mempelajari bahasa Indonesia. Apa pentingnya kemampuan komunikasi ini? Selain itu, siswa pasti akan merasa kesulitan untuk berhasil dalam proses belajar mengajar jika mereka tidak terbiasa berbicara dengan efektif. Oleh karena itu, guru harus memiliki kemampuan untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Guru perlu berupaya

meningkatkan keterampilan komunikasi mereka terlebih dahulu di bidang ini. Bagaimana guru dapat mengembangkan kemampuan komunikasi siswanya jika kemampuan komunikasinya sendiri kurang?

Menurut Wicaksono, Galuh Hendityo (2019) Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, jasmani dan rekreasi melalui aktivitas fisik dan olahraga. Adang Suherman dan Agus Mahendra (2002) berpendapat bahwa pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk mencapai pengembangan pribadi secara menyeluruh (Firdaus, 2024).

Siswa yang mempelajari bahasa Indonesia baik secara aktif maupun pasif akan mampu mengomunikasikan pengetahuan dan kemampuannya secara jelas, konsisten, metodis, dan logis. Hal ini dapat menunjukkan kemampuan untuk menyusun kepribadian seseorang, yang terkait dengan cara-cara di mana ide, emosi, aspirasi, dan ambisi seseorang dapat terwujud dalam berbagai perilaku konstruktif yang akan dilakukan. Guru dan siswa adalah dua komponen yang mirip dengan teori simbiosis timbal balik: peran yang saling menguntungkan. Tentunya jika hanya salah satu dari bahan aktif tersebut, Anda tidak akan mendapatkan efek yang maksimal. Sebagai imbalan atas keterampilan komunikasi yang baik, Anda akan memiliki kesempatan untuk meraih nilai bagus di seluruh kelas Anda. Berdasarkan penelitian dan observasi, terdapat enam jenis komunikasi guru yang sangat baik dan efektif dalam membantu siswa menguasai kelas dan mencapai keberhasilan yang optimal.

Selain interaksi yang aktif antara guru dan siswa, komunikasi dalam bahasa Indonesia juga melibatkan siswa yang saling berbicara (Iskandar, 2019). Pola komunikasi ini menghasilkan proses belajar mengajar yang memaksimalkan aktivitas siswa dalam setiap pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran PJOK, dan mendorong partisipasi siswa dalam proses pembelajaran. Strategi seperti diskusi dan simulasi dapat membantu menumbuhkan komunikasi semacam ini. Sangat penting untuk menggunakan bahasa Indonesia yang fasih saat mengajar murid-murid sehingga mereka dapat memahami materi yang dibahas di kelas. Bahasa yang buruk yang digunakan dalam miskomunikasi sering menyebabkan murid-murid salah memahami apa yang guru mereka coba katakan. Komunikasi yang efektif juga memerlukan perhatian pada cara kerja komunikasi interpersonal. Tidak hanya berbicara atau menyampaikan, tetapi juga memperhatikan penggunaan bahasa yang tepat. Pola adalah bentuk atau model yang dapat digunakan untuk membuat seluruh objek atau sebagian darinya, terutama jika alasannya hanya membutuhkan bahasa yang sederhana dan terlihat.

Bahasa pengetahuan atau bahasa ilmu pengetahuan, bahasa Indonesia juga berfungsi untuk memajukan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) demi kemajuan pembangunan nasional (Daud, 2021). Bahasa Indonesia merupakan bahasa yang digunakan untuk memajukan ilmu pengetahuan dan teknologi serta untuk perencanaan dan pelaksanaan prakarsa pembangunan nasional. Bahasa Indonesia yang diadaptasi digunakan di lembaga pendidikan untuk pembuatan dan penerjemahan buku pelajaran serta untuk kuliah dan pelajaran umum. Kedudukan bahasa Indonesia sungguh penting. Bahasa yang digunakan untuk membantu kemajuan budaya, ilmu pengetahuan, dan teknologi terus berkembang dan berubah sebagai akibat dari tren globalisasi.

4. KESIMPULAN

Penggunaan bahasa perlu diperhatikan selama proses pembelajaran. Siswa akan mudah memahami materi yang disampaikan guru jika penguasaan bahasa dikomunikasikan dengan baik dan tepat. Menurut penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Percut Seituan menggunakan metode kuesioner yang telah kami buat dan telah diisi oleh responden, ditemukan bahwa peran Bahasa Indonesia sangat bermanfaat bagi guru dan siswa dalam pembelajaran PJOK. Ini termasuk meningkatkan keterampilan sosial, meningkatkan komunikasi, dan memudahkan percakapan dengan teman atau guru. Untuk meningkatkan komunikasi dan koneksi, penting bagi pendidik dan siswa untuk mengenali dan menggunakan signifikansi bahasa Indonesia dalam PJOK. Ini akan membantu mereka dalam mengembangkan lingkungan belajar yang berbasis pemikiran kritis, imajinatif, ramah, dan inklusif. Diharapkan dengan menggunakan bahasa Indonesia dalam pembelajaran PJOK, siswa akan lebih tertarik pada proses belajar mengajar.

Saran

Guru harus menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh peserta didik. Instruksi yang jelas dan sederhana akan membantu siswa memahami tugas dan aktivitas yang perlu dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfin, J. (2018). Membangun budaya literasi dalam pembelajaran Bahasa Indonesia menghadapi era revolusi industri 4.0. *Pentas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 4(2), 60-66.
- Daud, R. F. (2021). Dampak Perkembangan Teknologi Komunikasi Terhadap Bahasa Indonesia. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2), 252-269.

- Firdaus, G. R., Supriyatna, K. F. F. A., Al Gifari, M. G., Al Qarni, M. W., & Rizkylanfi, M. W. (2024). Penggunaan bahasa Indonesia sebagai media komunikasi antar guru dan siswa dalam pembelajaran olahraga. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2), 333-338.
- Huda, F. (2017). Penerapan model pembelajaran talking stick dalam upaya peningkatan hasil belajar pokok bahasan pancasila sebagai dasar negara republik Indonesia kelas VI tahun pelajaran 2017/2018. *Jurnal PTK dan pendidikan*, 3(2).
- Iskandar, W. (2019). Kemampuan Guru Dalam Berkomunikasi Terhadap Peningkatkan Minat Belajar Siswa di SDIT Ummi Darussalam Bandar Setia. *AR-RIAYAH: Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 135.
- Karamina, A. (2022). *Komunikasi Antarbudaya Pedagang Etnis Minangkabau Dan Pedagang Etnis Batak Di Pasar Bawah Kota Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Mustikawati, D. A. (2019, June). Register Bahasa Transportasi (Studi Pemakaian Bahasa Kelompok Profesi). In *Seminar Nasional Pendidikan 2015* (pp. 831-837).
- Pasaribu, A. (2017). Implementasi manajemen berbasis sekolah dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional di madrasah. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(1).
- Tasita, A. D. A., Shofiyah, H., Sofyan, L. H., Maulana, M. H., Saputri, S. E., Akbar, S. S. G., & Rizkylanfi, M. W. (2024). Peran bahasa Indonesia dalam peningkatan komunikasi dan interaksi dalam pembelajaran PJOK. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2), 339-347.