

**PENDAMPINGAN MINI RISET PERBEDAAN PENDIDIKAN JASMANI DAN
OLAHRAGA DI MIT AL-ISLAH KOTA GORONTALO****MINI RESEARCH ASSISTANCE ON THE DIFFERENCES BETWEEN
PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AT MIT AL-ISLAH
CITY OF GORONTALO****Mirdayani Pauweni^{1*}, Aisah R Pomatahu²**^{1,2} Universitas Negeri Gorontalo, Kota Gorontalo, Indonesia

*mirdayani.pauweni@ung.ac.id

Abstrak: Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani memiliki perbedaan dengan olahraga dalam pelaksanaannya, walaupun olahraga menjadi salah satu aktivitas yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Tujuan pengabdian ini adalah untuk mendampingi mini riset perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga oleh mahasiswa semester 1 di MIT Al-Islah. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil dari kegiatan ini berupa laporan mini riset dan peningkatan pemahaman mahasiswa terhadap perbedaan pendidikan jasmani dengan olahraga mencapai 85%.

Kata Kunci: pemahaman, pendidikan jasmani, olahraga, sekolah dasar

Abstract: Physical education plays an important role in achieving national education goals. Physical education differs from sports in its implementation, even though sports are one of the activities used in physical education learning. The purpose of this community service is to assist first-semester students at MIT Al-Islah in conducting mini-research on the differences between physical education and sports. The stages of implementing this community service consist of planning, implementation, and evaluation. The results of this activity include a mini research report and an 85% increase in students' understanding of the differences between physical education and sports.

Keywords: understanding, physical education, sports, elementary school

Article History:

Received	Revised	Published
06 Oktober 2025	10 November 2025	15 November 2025

Pendahuluan

Pendidikan jasmani dan olahraga keduanya diklaim berperan dalam pembentukan karakter, sebagaimana Gunadi (2018) dalam tulisannya peran olahraga dan pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter, Tifal (2023) tentang pendidikan jasmani dan olahraga sebagai sarana pendidikan dan pembentukan karakter peserta didik, dan Syarifuddin, dkk (2022) peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam pembentukan karakter bangsa. Selain itu, peran pendidikan jasmani dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional (Mustafa, 2020). Ironisnya pendidikan jasmani yang memiliki peran penting dalam pembentukan manusia seutuhnya karena menjadi bagian integral pendidikan nasional, sering bergeser menjadi kegiatan latihan olahraga (Widodo, 2018).

Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya berbeda. Walaupun dalam pelaksanaannya olahraga digunakan sebagai aktivitas untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani. Karena struktur gerak dalam olahraga lebih mudah dikenali dan diterapkan pada setiap jenjang pendidikan. Pesik, dkk (2022) dalam penelitiannya yang bertujuan untuk mengetahui pemahaman guru pendidikan jasmani tentang pendidikan jasmani dan pendidikan olahraga menemukan 75% guru SMP se-Kecamatan Passi timur belum memahami perbedaan tersebut, sedangkan 25% bisa membedakan, akan tetapi dalam pelaksanaannya tidak sesuai dengan pemahamannya.

Pemahaman tentang perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga terkait dengan kompetensi profesional yang harus dimiliki oleh calon guru pendidikan jasmani (Estefan, 2017). Pemahaman ini dapat diperoleh melalui Mata kuliah Sejarah dan filsafat pendidikan jasmani. Melalui mata kuliah ini, mahasiswa dapat mempelajari sejarah dan produk-produk pemikiran penggagas pendidikan jasmani dan olahraga tentang sifat, nilai, tujuan, signifikansi, dan ruang lingkup pendidikan jasmani (Nasution & Sibuea, 2022).

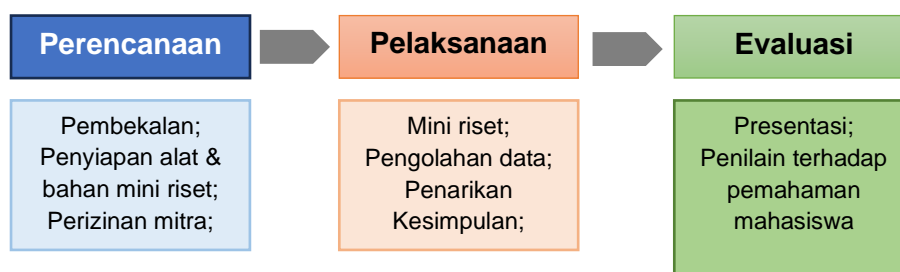
Pada Mata kuliah Sejarah dan filsafat pendidikan jasmani yang dikontrak mahasiswa semester 1 Program studi Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Universitas negeri Gorontalo. Perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah menjadi pokok bahasan dengan penugasan mini riset di sekolah. Pada pertemuan 12-13, sub capaian pembelajaran mata kuliah berbunyi: "Mahasiswa mampu menganalisis perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah", dan pertemuan 14-15: "Mahasiswa mampu menyimpulkan perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah". Masdul (2018) mengemukakan pembelajaran yang baik dan efektif selalu memberikan ruang dan peluang bagi peserta didik untuk dapat belajar aktif, mengeksplorasi keingintahuan melalui potensinya.

Winarno (2018) Mini riset bagian dari model pembelajaran berbasis proyek, menggunakan masalah sebagai langkah awal dalam mengumpulkan dan mengolah informasi. Melalui penugasan mini riset mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis (Ulfa, 2019), mencari dan mengambil informasi secara efisien dan efektif (Gani dkk, 2020), tentang perbedaan pendidikan jasmani dan pembinaan olahraga. Oleh sebab itu, untuk dapat meningkatkan kemampuan analisis mahasiswa, maka tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mendampingi mini riset perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga oleh mahasiswa semester 1 di MIT Al-Islah..

Metode

Tujuan kegiatan pengabdian ini dicapai melalui tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, yakni tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahapan perencanaan, yakni menyiapkan kelompok mahasiswa, pembekalan, penyiapan alat dan bahan mini riset, dan perizinan mitra. Kegiatan inti dari pengabdian ini adalah pelaksanaan mini riset oleh kelompok mahasiswa di MIT Al-Islah. Dimulai dari pengumpulan data melalui wawancara, pengolahan data, penarikan kesimpulan dan rekomendasi, sesuai langkah-langkah mini riset yang dikemukakan oleh Max Ki (2024) bahwa langkah-langkah mini riset terdiri dari: (1) menentukan tujuan riset, (2) membuat pertanyaan riset, (3) mengumpulkan data, (4) analisis data, (5) menarik kesimpulan, (6) ringkasan dan rekomendasi. Selanjutnya tahapan evaluasi, mahasiswa

mempresentasikan temuannya. Pemahaman mahasiswa terhadap perbedaan pendidikan jasmani dan pembinaan olahraga dinilai melalui presentasi. Bobot penilaian 1-4 dengan indikator penilaian, yakni: penguasaan materi, sistematika presentasi, penggunaan bahasa, intonasi dan artikulasi, dan kemampuan mempertahankan dan menanggapi pertanyaan dan sanggahan.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Hasil dan Pembahasan

Mini riset tentang perbedaan pendidikan jasmani dan pembinaan olahraga dilaksanakan selama 2 minggu di MIT AI-Islah. Jadwal pelaksanaan mini riset disesuaikan dengan waktu yang ditentukan oleh kepala sekolah. Dalam hal ini kepala sekolah menentukan guru PJOK sebagai nara sumber utama. Rangkaian pertanyaan yang diajukan kepada guru PJOK bersumber pada pedoman wawancara yang telah dibuat (dapat dilihat pada tabel 1). Terdiri dari 3 aspek, yakni: (a) tujuan pendidikan jasmani (5 pertanyaan), (b) ruang lingkup pendidikan jasmani (5 pertanyaan), dan (c) perbedaan pendidikan jasmani dan pembinaan olahraga (5 pertanyaan).

Proses wawancara direkam menggunakan perekam suara yang tersedia pada aplikasi bawaan android, dan diketik kembali sesuai jawaban dari nara sumber. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk memperoleh kesimpulan dan rekomendasi. Hasil akhir mini riset ditulis dalam laporan (Rusdiana, 2019). Laporan mini riset disusun berdasarkan pedoman penulisan yang diberikan dosen pada pembekalan. Pada minggu ketiga, kelompok mempresentasikan laporan yang ditulis dalam forum diskusi. Berdasarkan hasil presentasi diperoleh nilai pemahaman mahasiswa sebesar 85%.

Tabel 1.

Hasil Wawancara Tujuan Pendidikan Jasmani di MIT AI-Islah

No	PERTANYAAN	JAWABAN
1	Apa tujuan pelaksanaan Pendidikan jasmani di sekolah ini	Yang pertama anak-anak suka bergerak, yang kedua yang namanya pembelajaran PJOK anak-anak pasti dalam keadaan senang, tapi sebaliknya Ketika pembelajaran di dalam ruangan pasti mereka cepat merasakan bosan
2	Bagaimana Pendidikan jasmani dapat mempengaruhi Kesehatan fisik dan mental siswa	Untuk memengaruhi mental siswa terhadap dipendidikan jasmani ini, karena saya mengajarkan siswa setiap melakukan aktivitas gerak itu selalu memberikan semangat atau dorongan agar siswa itu mampu melakukannya jangan sampai kita menjadi

No	PERTANYAAN	JAWABAN
		guru Ketika anak-anak tidak dapat melakukan Gerakan itu atau misalnya dalam melakukan roll depan jangan kita menjatuhkan mental anak itu tapi kita harus memotivasi anak itu untuk melakukan roll depan itu sehingga dari situ anak-anak itu mampu melakukan roll depan itu karena kita memberikan motivasi kepada anak itu
3	Apakah tujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan peserta didik pada aspek kebugaran jasmani	Kita harus melakukan siswa berolahraga secara teratur memberikan materi-materi atau praktek yang sesuai, jadi siswa itu dapat belajar dengan semangat
4	Bagaimana bapak/ibu menerapkan tujuan tersebut dalam pembelajaran	Memberikan contoh kepada siswa apa yang kita akan praktekkan setelah itu siswa melakukannya
5	Apakah sarana prasarana PJOK mendukung tercapainya tujuan pembelajaran	Ya mendukung, karena namanya PJOK tugas guru itu yang paling penting kreativitas, bagaimana anak-anak itu senang dengan berolahraga kalau nantinya ada anak-anak yang boring dengan Pelajaran PJOK berarti ada yang salah dari gurunya bukan dari anak-anaknya.

Tabel 2.

Hasil Wawancara Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di MIT Al-Islah

No	PERTANYAAN	JAWABAN
6	Apakah materi PJOK yang tidak dapat di laksanakan atau di belajarkan di sekolah ini	Tidak ada, karena materi PJOK disekolah semua dibelajarkan pada siswa bahkan di kurikulum terbaru, yang dulu tidak ada materi karate, roll depan dan roll belakang. Dan sekarang materi karate, roll depan dan roll belakang sudah ada ditingkat SD
7	Bagaimana cara menangani siswa dengan kemampuan fisik yang berbeda-beda	ketika siswa punya kemampuan fisik yang di bawah jangan langsung mengajarkan siswa tersebut tersebut, seperti siswa mempunyai fisik yang kuat, dia harus bertahap dengan cara berolahraga bersama dan berikan siswa tersebut motivasi agar menyesuaikan dengan siswa lain
8	Apakah tantangan yang sering di hadapi oleh guru Pendidikan jasmani dalam mengelola kelas yang heterogen	Untuk memberikan materi di dalam kelas kepada siswa-siswa jangan hanya menjelaskan terus-menerus, tapi kita ajak para siswa-siswa untuk bergerak meskipun hanya di dalam kelas, bagaimana caranya kita mengajarkan gerak-gerak dasar materi yang akan kita ajarkan.
9	Apakah peran Pendidikan jasmani dalam mengajarkan nilai-nilai Kerjasama, sportifitas dan disiplin	Jangan ada perbedaan seperti siswa yang fisik lemah sama yang punya fisik kuat, harus terus menerus diajarkan, contoh sportifitas, misalnya dalam permainan sepak bola di coba kejujuran para pemain ketika kita melakukan

No	PERTANYAAN	JAWABAN
		kesalahan/pelanggaran kita harus terima atas keputusan wasit, disitu tergantung dari guru PJOK.
10	Apa saja keterampilan isi pembelajaran yang harus di kuasai guru	Tergantung kurikulum yang diberikan oleh menteri pendidikan, jadi untung para guru PJOK hanya menyesuaikan jadi guru PJOK wajib tau praktek apa saja yang dipraktekkan karena disitu guru PJOK akan memberikan contoh kepada para siswa-siswa, jadi untuk materi menyesuaikan sesuai dengan kurikulum.

Tabel 3.

Hasil Wawancara Pendidikan Jasmani dan Olahraga di MIT Al-Islah

No	PERTANYAAN	JAWABAN
11	Bagaimana perbedaan peran guru Pendidikan jasmani dengan pelatih olahraga	Pendidikan jasmani itu lebih mengajarkan anak gerak dasar dahulu sedangkan pelatih dari fisiknya, bentuk posturnya. Jadi pelatih itu agak berbeda dengan guru, pelatih itu semua harus di kuasai dalam satu cabor
12	Bagaimana hubungan antara olahraga dengan prestasi akademik siswa	Kalau hubungan olahraga dengan prestasi siswa sangat berpengaruh, contohnya disekolah ini kemarin al-islah membawa atlet renang mewakili provinsi Gorontalo Tingkat SD, saya sebagai guru olahraga setiap mengikuti lomba saya mengajarkan dan memotivasi mereka untuk menampilkan yang terbaik. Jadi saya sebagai guru olahraga sangat bangga terhadap siswa yang berprestasi
13	Apakah seorang siswa dapat memiliki kebugaran jasmani yang baik melalui Pendidikan jasmani	Ya, karena Namanya pelajaran PJOK mau keadaan panas atau hujan pasti mereka akan tetap mengikuti Pelajaran PJOK, bagaimana dengan Kesehatan itu tergantung dari guru PJOKnya makanya guru PJOK jangan hanya tau memberikan bola dan dia harus punya pemanasan lebih awal namun pemanasannya bukan hanya pemanasan biasa
14	Jika bapak/ibu berhalangan hadir, bgaimana proses pembelajaran PJOK dapat terlaksanakan	Jika saya berhalangan hadir itu hanya didalam kelas tetapi kalau praktek saya tidak pernah ketinggalan, walaupun saya dalam praktek tidak hadir itu pasti mereka bermain sendiri cuman dari wali kelasnya membahayakan karna jika mereka bermain sendiri takutnya mereka mengalami cedera.
15	Apa perbedaan pembinaan olahraga prestasi dan pengembangan olahraga Pendidikan dilaksanakan sebagai satu-kesatuan system yang berkesinambungan dalam system Pendidikan nasional	Untuk prestasinya itu lebih keadminitrasi leguler di tambah Dengan metode latihan tetapi kalau pembinaan guru itu kita hanya mengajar sedangkan untuk mengajar itu mempunyai batas waktu jadi otomatis kalau untuk pembinaan mendapatkan prestasi diubahnya ke ekstrakurikuler.

Tabel 4.

Hasil Presentasi Laporan Mini Riset

No	ASPEK PENILAIAN	NILAI
1	Penguasaan materi	4
2	Sistematika presentasi	3
3	Penggunaan bahasa	3
4	Intonasi dan artikulasi	3
5	Kemampuan mempertahankan dan menanggapi pertanyaan dan sanggahan	4

Supardi (2014) menyebutkan 8 perbedaan nyata antara pendidikan jasmani dan olahraga, yakni: pendidikan jasmani berpusat pada perkembangan anak, pribadi anak seutuhnya, *entry behavior* (kemampuan awal), pengaturan disesuaikan, gerak kehidupan sehari-hari, perhatian ekstra bagi anak lamban, tidak mesti bertanding, dan wajib, sedangkan olahraga berpusat pada subyek, kinerja motorik, *telent scouting* (pencarian bakat), aturan baku, gerak fungsional cabang, ditinggalkan (bagi yang tidak berkembang), selalu bertanding, bebas (digeluti ataupun tidak).

SPADA (2024) terdapat 10 perbedaan antara pendidikan jasmani dan olahraga kompetitif (*sports*) yang ditinjau dari: (1) tujuan pengembangan, (2) sifat pengembangan, (3) pusat orientasi, (4) jenis aktivitas, (5) perlakuan, (6) penerapan aturan permainan, (7) pertandingan, (8) penilaian, (9) partisipasi, dan (10) pemanduan bakat. Selanjutnya, tujuan pendidikan jasmani mengarah pada pengembangan individu secara menyeluruh meliputi aspek organik, motorik, emosional, dan intelektual, sedangkan olahraga kompetitif terbatas pada pengembangan aspek kinerja motorik yang dikhususkan kepada kecabangan tertentu. Materi pembelajaran gerak pada pendidikan jasmani berupa kegiatan dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan materi gerak dalam olahraga terbatas pada teknik-teknik olahraga tersebut.



Gambar 2. Pengumpulan data dengan metode wawancara pada guru PJOK MIT Al-Islah

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian ini adalah pendampingan mini riset perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga. Sasaran kegiatan adalah mahasiswa S1 program studi Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang mengontrak mata kuliah sejarah dan filsafat pendidikan jasmani. Calon guru PJOK harus memiliki pemahaman terhadap perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga. Agar pembelajaran pendidikan jasmani yang mereka kembangkan sepenuhnya untuk pengembangan peserta didik sebagai individu secara holistik bukan hanya untuk aktivitas olahraga atau menjadi pengembangan olahraga prestasi di sekolah. Melalui kegiatan pengabdian ini, pemahaman mahasiswa terhadap perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga dapat ditingkatkan.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Ketua Program studi Pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Fakultas olahraga dan kesehatan Universitas negeri Gorontalo, Kepala MIT Al-Islah Kota Gorontalo dan guru PJOK MIT Al-Islah.

Referensi

- Estefan, B. C. G. (2017, November). MENINGKATKAN PROFESIONALISME GURU PENDIDIKAN JASMANI OLARAHAGA DAN KESEHATAN PADA KUALITAS PENDIDIKAN DI ERA MODERN. In *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga* (Vol. 1, No. 1, pp. 398-407).
- Gani, A. R. F., Arwita, W., Syahraini, S., & Daulay, N. K. (2020). Literasi informasi dalam tugas mini riset mahasiswa baru jurusan biologi pada mata kuliah morfologi tumbuhan. *Jurnal Pelita Pendidikan*, 8(3), 174-180.
- Gunadi, D. (2018). Peran olahraga dan pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 18(3).
- Max Ki. (2024). Cara Membuat Mini Riset yang Baik dan Sesuai Strukturnya. <https://umsu.ac.id/berita/cara-membuat-mini-riset-yang-baik-dan-sesuai-strukturnya/> ditulis pada 9 September 2024
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68-80.
- Nasution, A. F., & Sibuea, N. (2022). Analisis hubungan filsafat dengan pendidikan jasmani dan olahraga. *All Fields of Science Journal Liaison Academia and Society*, 2(2), 323-337.
- Pesik, D. K., Sengkey, A., & Kumenap, E. (2022). Perubahan istilah pendidikan olahraga ke pendidikan jasmani bagi guru-guru pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama se-Kecamatan Passi Timur (Studi Multi Kasus). *Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 3(2), 296-305.
- Purwadi, S. P. (2014). Pengembangan Konsep Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Purwadi, S. Pd*, 1-41. Diakses di <https://repository.ut.ac.id/4057/2/PDGGK4208-M1.pdf>
- Rusdiana, A. (2019). *Panduan Mini Riset*. Prodi Magister Manajemen Pendidikan Islam Program Pascasarjana UIN Sunan Gunung Jati Bandung. <https://digilib.uinsgd.ac.id> diakses pada 25 Februari 2025
- SPADA. (2024). Perbedaan Pendidikan Jasmani dan Olahraga. LMS-SPADA: Kemendikisaintek. Diakses di https://lmsspada.kemdikisaintek.go.id/pluginfile.php/722443/mod_resource/content/1/MO_DUL%208.pdf
- Syafruddin, M. A., Jahrir, A. S., & Yusuf, A. (2022). Peran pendidikan jasmani dan olahraga dalam pembentukan karakter bangsa. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 10(2), 73-83.
- Tifal, I. N. (2023). Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Sarana Pendidikan dan Pembentukan Karakter Peserta Didik. *JPKO Jurnal Pendidikan Dan Kepelatihan Olahraga*,

1(01), 1-9.

Ulfa, A. (2019). *Pengaruh metode penugasan mini riset terhadap kemampuan berpikir kritis siswa* (Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan Uin Syarif Hidayatullah).

Widodo, A. (2018). Makna dan Peran pendidikan jasmani dalam pembentukan insan yang melek jasmaniah/ter-literasi jasmaniahnya. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 53-60.

Winarno, M. E. (2018). Mendorong pengembangan literasi keolahragaan nasional. *Jurnal prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga STIKIP Jombang*, 3(1).