

MODEL DIRECT INTERACTION DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Tri Dariyah¹, Alya Nur Azizah², Jihan Choiriyah³, Hesti Sangadah⁴, Danang Isworo Wijayanto⁵

^{1,2,3,4,5} Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Sains Al-Qur'an, Wonosobo, Indonesia

E-mail: tridaryah545@gmail.com, alyanurazizah99305@gmail.com, hestisangadah@gmail.com,
jihanchoiriyah773@gmail.com, danangisworo@gmail.com

ABSTRAK

Pembelajaran Pendidikan Jasmani memiliki peran penting dalam mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, serta aspek kognitif dan afektif peserta didik. Namun, pencapaian tujuan pembelajaran tersebut sangat dipengaruhi oleh ketepatan model pembelajaran yang digunakan. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji konsep, karakteristik, langkah penerapan, manfaat, serta tantangan penggunaan model Direct Instruction dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan menelaah berbagai sumber berupa artikel jurnal nasional dan internasional, prosiding, serta buku yang relevan dan terpercaya. Hasil kajian menunjukkan bahwa model Direct Instruction efektif dalam meningkatkan penguasaan keterampilan motorik, pemahaman prosedural gerak, kedisiplinan, serta hasil belajar peserta didik. Model ini sangat sesuai diterapkan pada pembelajaran keterampilan dasar dan teknik olahraga yang memerlukan instruksi yang jelas, terstruktur, dan pengawasan langsung dari guru. Meskipun demikian, penerapan model Direct Instruction masih menghadapi beberapa tantangan, seperti dominasi peran guru, perbedaan kemampuan peserta didik, serta keterbatasan sarana dan prasarana. Oleh karena itu, guru perlu memiliki kemampuan pedagogis yang baik serta mengombinasikan model Direct Instruction dengan pendekatan pembelajaran lain agar pembelajaran Pendidikan Jasmani tetap efektif, menarik, dan bermakna.

Kata kunci: Direct Instruction; pendidikan jasmani; hasil belajar; keterampilan motorik; model pembelajaran

ABSTRACT

Physical Education learning plays an important role in developing students' physical abilities, motor skills, as well as cognitive and affective aspects. However, the achievement of these learning objectives is strongly influenced by the appropriateness of the learning model used. This article aims to examine the concept, characteristics, implementation steps, benefits, and challenges of using the Direct Instruction model in Physical Education learning. This study employs a literature review method by examining various relevant and credible sources, including national and international journal articles, conference proceedings, and books. The results of the review indicate that the Direct Instruction model is effective in improving mastery of motor skills, procedural understanding of movement, discipline, and students' learning outcomes. This model is particularly suitable for teaching basic skills and sports techniques that require clear, structured instructions and direct supervision from teachers. Nevertheless, the implementation of the Direct Instruction model still faces several challenges, such as teacher-centered dominance, differences in students' abilities, and limitations in facilities and infrastructure. Therefore, teachers need strong pedagogical skills and should combine the Direct Instruction model with other learning approaches to ensure that Physical Education learning remains effective, engaging, and meaningful.

Keywords: Direct Instruction; physical education; learning outcomes; motor skills; learning model

PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari kurikulum pendidikan formal karena berkontribusi pada perkembangan fisik, motorik, dan kognitif peserta didik. Efektivitas pembelajaran dalam mata pelajaran ini sangat dipengaruhi oleh model pembelajaran yang digunakan oleh pendidik. Model pembelajaran yang banyak digunakan dalam berbagai konteks pendidikan adalah model Direct Instruction. Model ini menekankan penyampaian instruksi secara eksplisit, terstruktur, dan bertahap sehingga diharapkan dapat memperjelas tujuan pembelajaran dan memfasilitasi penguasaan keterampilan oleh peserta didik (Saputro et al., 2025).

Model *Direct Instruction* sering dikaitkan dengan pembelajaran yang sistematis, di mana guru memberikan penjelasan langsung, demonstrasi keterampilan, latihan terbimbing, serta

umpan balik kepada siswa dalam setiap tahapan pembelajaran. Pendekatan ini dirancang untuk membantu siswa menguasai materi pembelajaran melalui langkah-langkah yang logis dan berulang sehingga meminimalisir kesalahan serta mempercepat pemahaman. Model *Direct Interaction* dalam Pendidikan Jasmani terbukti efektif dalam mengajar keterampilan motorik dasar dan teknik olahraga karena proses pembelajaran dilakukan secara jelas dan terkontrol (Lusiana & San Diego, 2025).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa penerapan model *Direct Instruction* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat memberikan dampak positif pada hasil belajar siswa. Sebagai contoh, *Direct Instruction* telah diterapkan dalam pembelajaran teknik guling depan pada siswa sekolah dasar, dan hasilnya menunjukkan peningkatan keterampilan motorik yang signifikan setelah penggunaan model ini dibandingkan dengan pendekatan konvensional. Hal ini mengindikasikan bahwa pembelajaran yang terstruktur dan instruksional langsung dapat membantu siswa memahami konsep gerak secara efektif (Lusiana & San Diego, 2025).

Tinjauan literatur terhadap efektivitas model *Direct Instruction* dalam pendidikan jasmani menunjukkan bahwa model ini tidak hanya memberikan dampak pada aspek keterampilan teknis, tetapi juga pada pemahaman siswa terhadap tujuan pembelajaran secara lebih luas. Temuan tersebut mendukung penggunaan *Direct Instruction* sebagai salah satu strategi pembelajaran yang efektif dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani yang beragam, termasuk meningkatkan keterampilan, motivasi belajar, dan pencapaian kompetensi motorik (Saputro et al., 2025).

Artikel ini bertujuan untuk menggambarkan secara komprehensif konsep, karakteristik, serta peran model pembelajaran *Direct Instruction* dalam pendidikan jasmani, sehingga dapat memberikan landasan teori yang kuat bagi pendidik dan peneliti dalam mengembangkan praktik pembelajaran yang lebih efektif dan efisien dalam konteks olahraga dan pendidikan jasmani.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan menganalisis artikel jurnal, prosiding, dan buku yang relevan dengan model pembelajaran *Direct Instruction* dalam pendidikan jasmani. Data diperoleh melalui penelusuran Google Scholar dan portal jurnal nasional, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan konsep, langkah penerapan, dan manfaat model tersebut

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konsep dan Karakteristik Model Pembelajaran *Direct Instruction* dalam Pendidikan Jasmani

Model pembelajaran *Direct Instruction* adalah pendekatan pembelajaran yang menempatkan guru sebagai pusat kegiatan belajar. Model ini menekankan penyampaian materi secara terstruktur, jelas, dan sistematis, sehingga siswa dapat mengikuti instruksi secara optimal dan mencapai tujuan pembelajaran dengan efektif. Keberhasilan model ini sangat tergantung pada keterampilan guru dalam menyampaikan materi dan membangun komunikasi yang baik dengan peserta didik.

Karakteristik utama model ini adalah interaksi langsung antara guru dan siswa, di mana siswa fokus penuh pada instruksi guru. Pendekatan ini memudahkan pengelolaan kelas, meningkatkan konsentrasi siswa, dan mendukung pengembangan kompetensi siswa melalui penyampaian pengetahuan dan keterampilan secara langsung dan terarah.

Model *Direct Instruction* juga memberikan struktur yang jelas bagi guru untuk menyampaikan materi secara prosedural melalui tahapan-tahapan yang sistematis. Dengan pendekatan ini, siswa dapat memahami materi secara menyeluruh, mengikuti alur

pembelajaran secara optimal, dan diharapkan meningkatkan prestasi belajar. Lingkungan belajar pun dirancang rapi dan terorganisir sehingga proses pembelajaran berjalan efektif (Saputro et al., 2025).

2. Langkah-Langkah Penerapan Model Direct Instruction Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

a. Orientasi

Sebelum membahas materi baru, guru bisa membantu siswa dengan memberikan gambaran umum dan penjelasan awal tentang materi yang akan diajarkan. Bentuk orientasi tersebut bisa dilakukan dengan cara-cara berikut:

- 1) Melakukan kegiatan awal untuk mengetahui apa saja pengetahuan yang sudah dimiliki siswa terkait materi tersebut.
- 2) Membahas atau menyampaikan tujuan pembelajaran.
- 3) Menjelaskan atau memberi arahan tentang kegiatan yang akan dilakukan.
- 4) Memberi informasi tentang materi atau konsep yang akan dipelajari serta kegiatan yang akan dilakukan selama proses belajar.
- 5) Menjelaskan struktur atau kerangka pembelajaran yang akan digunakan.

b. Latihan Terstruktur

Dalam fase ini, guru memandu siswa melakukan latihan. Pada fase ini, hal penting adalah memberikan umpan balik kepada siswa, baik terhadap respons siswa yang benar maupun mengoreksi respons yang salah.

c. Latihan Terbimbing

Latihan terbimbing merupakan tahap pembelajaran dalam model pembelajaran yang menekankan peran aktif guru dalam mengarahkan peserta didik. Pada tahap ini, peserta didik belum dilepas sepenuhnya, melainkan masih membutuhkan panduan yang jelas agar dapat melakukan gerakan sesuai dengan teknik yang benar. Latihan terbimbing berfungsi sebagai proses transisi dari pengamatan menuju penguasaan keterampilan (Sagala, 2012). Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, latihan terbimbing dilakukan secara bertahap dan terkontrol. Guru mengatur bentuk latihan, jumlah pengulangan, serta memberikan instruksi yang spesifik terhadap setiap gerakan. Apabila peserta didik melakukan kesalahan, guru segera memberikan koreksi agar kesalahan tersebut tidak berulang dan menjadi kebiasaan dalam melakukan gerakan (Lutan, 2021).

Selain membentuk keterampilan gerak, latihan terbimbing juga berperan dalam menanamkan disiplin dan pemahaman prosedural kepada peserta didik. Melalui arahan yang sistematis dan konsisten, peserta didik belajar mengikuti instruksi, memahami tahapan gerakan, serta meningkatkan kesiapan untuk melaksanakan latihan secara lebih mandiri pada tahap selanjutnya (Kurniawan, 2017).

d. Latihan Mandiri (Independent Practice)

Latihan mandiri merupakan tahap lanjutan dalam penerapan model Direct Instruction setelah peserta didik mengikuti latihan terbimbing. Pada tahap ini, peserta didik melakukan keterampilan gerak secara lebih mandiri sesuai dengan arahan dan struktur latihan yang telah ditetapkan sebelumnya oleh guru. Meskipun disebut latihan mandiri, guru tetap berperan dalam mengawasi jalannya kegiatan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal (Rusman, 2018). Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, latihan mandiri bertujuan untuk memperkuat penguasaan keterampilan gerak yang telah dipelajari. Peserta didik melakukan pengulangan gerakan secara konsisten untuk meningkatkan ketepatan, kelancaran, dan koordinasi gerak. Struktur latihan tetap diperhatikan, seperti jumlah pengulangan, durasi, serta indikator keberhasilan, sehingga keterampilan yang dilatih tidak menyimpang dari teknik yang benar (Husdarta, 2011).

Selain sebagai sarana penguatan keterampilan, latihan mandiri juga berfungsi

sebagai alat penilaian bagi guru. Melalui pengamatan selama latihan, guru dapat menilai tingkat penguasaan keterampilan peserta didik secara objektif. Hasil penilaian tersebut dapat digunakan sebagai dasar untuk memberikan umpan balik, penguatan, serta perencanaan tindak lanjut pembelajaran pada pertemuan berikutnya (Suyono & Hariyanto, 2017).

e. Demonstrasi atau Penyajian Materi

Tahap demonstrasi adalah bagian awal dalam proses pembelajaran menggunakan model Direct Instruction. Di tahap ini, guru menunjukkan cara melakukan keterampilan atau teknik gerak yang akan dipelajari dengan cara memperagakan langsung. Demonstrasi dilakukan secara bertahap dan teratur, mulai dari gerakan yang sederhana hingga lebih rumit, sehingga siswa dapat memahami urutan gerakan dengan lebih jelas (Arends, 2012).

Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, demonstrasi sangat penting karena siswa belajar melalui pengamatan. Guru berperan sebagai contoh yang menunjukkan cara melakukan gerakan dengan benar, termasuk teknik, sikap tubuh, dan koordinasi. Demonstrasi yang jelas dan dilakukan berulang membantu siswa memahami konsep keterampilan secara awal (Husdarta, 2011). Selain memperagakan gerakan, guru juga menjelaskan secara lisan mengenai bagian-bagian penting dari gerakan tersebut. Penjelasan ini mencakup kesalahan yang sering terjadi dan cara melakukan gerakan dengan tepat. Kombinasi antara demonstrasi dan penjelasan akan memperkuat pemahaman siswa sebelum mereka memasuki tahap latihan (Widodo & Widayanti, 2019).

3. Manfaat Penerapan Model Direct Instruction Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Penerapan model Direct Instruction dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kualitas proses dan hasil belajar peserta didik. Salah satu manfaat utama dari model ini adalah meningkatkan penguasaan keterampilan motorik secara efektif dan terarah. Pendidikan Jasmani menuntut peserta didik untuk menguasai teknik gerak yang benar, sistematis, dan sesuai dengan prinsip biomekanika (Marani et al., 2024). Melalui tahapan Direct Instruction yang dimulai dari demonstrasi, latihan terbimbing, hingga latihan mandiri, peserta didik memperoleh kesempatan belajar yang berulang dan terkontrol sehingga keterampilan gerak dapat dikuasai secara optimal.

Manfaat berikutnya adalah kejelasan tujuan dan struktur pembelajaran. Model Direct Instruction menekankan penyampaian tujuan pembelajaran secara eksplisit di awal kegiatan. Hal ini membuat peserta didik memahami apa yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Kejelasan tujuan tersebut membantu peserta didik untuk lebih fokus dalam mengikuti setiap tahapan kegiatan, mulai dari memperhatikan demonstrasi hingga melakukan latihan. Dengan demikian, pembelajaran tidak berjalan secara acak, melainkan mengikuti alur yang logis dan terencana (Yudaningsih, 2021).

Selain itu, model Direct Instruction juga meningkatkan efektivitas pengelolaan kelas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Pembelajaran PJOK sering dilakukan di luar kelas dengan aktivitas fisik yang melibatkan banyak siswa, sehingga berpotensi menimbulkan kondisi kelas yang kurang terkontrol (Saputro et al., 2025). Melalui instruksi yang jelas, aturan yang tegas, serta kontrol guru yang optimal, model ini membantu menciptakan suasana belajar yang tertib, aman, dan kondusif. Peserta didik menjadi lebih disiplin dalam mengikuti instruksi dan melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Dari aspek evaluasi pembelajaran, Direct Instruction memberikan manfaat berupa kemudahan guru dalam melakukan penilaian keterampilan peserta didik. Proses latihan yang terstruktur memungkinkan guru untuk mengamati secara langsung performa gerak siswa, mengidentifikasi kesalahan, serta memberikan umpan balik secara segera. Umpan balik yang cepat dan tepat sangat penting dalam pembelajaran Pendidikan

Jasmani karena dapat mencegah kesalahan gerak yang berulang dan meningkatkan kualitas penguasaan keterampilan.

Penerapan model Direct Instruction juga berkontribusi terhadap peningkatan rasa percaya diri dan motivasi belajar peserta didik. Ketika peserta didik memahami langkah-langkah gerakan dengan jelas dan mampu melakukan keterampilan dengan benar, mereka akan merasa lebih percaya diri (Padilah & Mashud, 2025). Keberhasilan dalam melakukan keterampilan gerak menjadi pengalaman belajar yang positif dan mendorong peserta didik untuk lebih aktif serta bersemangat dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani.

4. Tantangan Penerapan Model Direct Instruction Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Di samping berbagai manfaat yang ditawarkan, penerapan model Direct Instruction dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani juga memiliki sejumlah tantangan yang perlu diperhatikan secara kritis. Tantangan utama adalah potensi pembelajaran yang bersifat *teacher-centered*. Model ini menempatkan guru sebagai sumber utama informasi dan pengendali kegiatan pembelajaran (Rifati, 2020). Apabila tidak diimbangi dengan strategi yang tepat, kondisi ini dapat mengurangi partisipasi aktif peserta didik dalam mengeksplorasi gerak dan mengembangkan kreativitas mereka.

Tantangan berikutnya berkaitan dengan perbedaan kemampuan dan karakteristik peserta didik. Dalam satu kelas Pendidikan Jasmani, peserta didik memiliki tingkat kebugaran, koordinasi, dan pengalaman gerak yang beragam. Model Direct Instruction yang cenderung menggunakan satu pola instruksi yang sama dapat menyulitkan peserta didik yang memiliki kemampuan motorik rendah untuk mengikuti pembelajaran, sementara peserta didik yang memiliki kemampuan lebih tinggi dapat merasa kurang tertantang. Oleh karena itu, guru dituntut untuk mampu melakukan diferensiasi latihan agar kebutuhan belajar setiap peserta didik tetap terpenuhi (Lusiana & San Diego, 2025).

Selain itu, penerapan model Direct Instruction sangat bergantung pada kompetensi profesional guru Pendidikan Jasmani. Guru harus memiliki kemampuan demonstrasi yang baik, penguasaan teknik gerak yang benar, serta keterampilan komunikasi yang efektif. Apabila guru kurang menguasai materi atau tidak mampu memberikan contoh gerakan yang tepat, maka proses pembelajaran dapat menjadi kurang efektif dan berpotensi menimbulkan miskonsepsi gerak pada peserta didik.

Tantangan lain yang tidak kalah penting adalah keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran. Pembelajaran Pendidikan Jasmani sering membutuhkan ruang yang luas, alat olahraga yang memadai, serta waktu latihan yang cukup. Dalam kondisi sekolah dengan fasilitas terbatas, penerapan model Direct Instruction dapat mengalami hambatan, terutama pada tahap latihan terbimbing dan latihan mandiri yang membutuhkan pengulangan gerak secara optimal (Hidasari et al., 2025).

Selain faktor internal sekolah, tantangan juga muncul dari kondisi psikologis dan motivasi peserta didik. Tidak semua peserta didik memiliki minat yang sama terhadap aktivitas fisik. Model Direct Instruction yang bersifat instruksional dan terstruktur dapat terasa monoton bagi sebagian peserta didik apabila guru tidak mengombinasikannya dengan variasi metode atau permainan. Oleh karena itu, kreativitas guru dalam mengemas pembelajaran sangat diperlukan agar Direct Instruction tetap menarik dan bermakna.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran Direct Instruction merupakan salah satu model yang efektif untuk diterapkan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Model ini menekankan penyampaian

instruksi secara langsung, jelas, dan terstruktur, sehingga membantu peserta didik dalam memahami serta menguasai keterampilan gerak secara bertahap dan sistematis. Tahapan pembelajaran yang meliputi orientasi, demonstrasi, latihan terstruktur, latihan terbimbing, dan latihan mandiri memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar secara terkontrol dan berulang.

Penerapan model *Direct Instruction* memberikan berbagai manfaat, antara lain meningkatkan penguasaan keterampilan motorik, memperjelas tujuan pembelajaran, meningkatkan disiplin dan fokus belajar, serta memudahkan guru dalam mengelola kelas dan melakukan penilaian keterampilan peserta didik. Melalui umpan balik yang diberikan secara langsung, kesalahan gerak dapat segera dikoreksi sehingga kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani dapat ditingkatkan.

Meskipun demikian, model *Direct Instruction* juga memiliki beberapa tantangan dalam penerapannya, seperti kecenderungan pembelajaran yang berpusat pada guru, perbedaan kemampuan dan karakteristik peserta didik, serta keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran. Selain itu, pembelajaran yang terlalu instruksional berpotensi menimbulkan kejenuhan apabila tidak disertai variasi metode. Oleh karena itu, guru Pendidikan Jasmani dituntut untuk memiliki kompetensi pedagogik yang baik, mampu menyesuaikan pembelajaran dengan kondisi peserta didik, serta mengombinasikan *Direct Instruction* dengan pendekatan lain yang lebih berpusat pada siswa.

Secara keseluruhan, model *Direct Instruction* layak digunakan sebagai salah satu alternatif strategi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, khususnya untuk pembelajaran keterampilan dasar dan teknik olahraga. Dengan perencanaan yang matang dan pelaksanaan yang tepat, model ini dapat membantu mencapai tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani secara efektif dan efisien.

DAFTAR PUSTAKA

- Arends, R. I. (2012). *Learning to teach*. New York: Mc Grow-Hill Companies. Inc.
- Hidasari, F. P., Bafadal, M. F., & Saragih, Y. M. (2025). Evaluasi Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMPN 4 Pontianak Timur. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(4), 1459–1467.
- Lusiana, L., & San Diego, C. J. G. (2025). Direct Instruction: Pembelajaran Terstruktur Untuk Peningkatan Kompetensi Guling Depan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Gelora : Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 12(1), 11. <https://doi.org/10.33394/gipok.v12i1.14606>
- Marani, I. N., Muhyi, M., Ginanjar, S., Widyaningsih, H., Mustafa, P. S., Yono, T., Pratiwi, I. R., Sefriana, N., Siregar, F. S., & Surimeirian, M. A. (2024). Aspek Pembelajaran dan Metode Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Akademia Pustaka*.
- Padilah, N., & Mashud, M. (2025). Model Direct Instruction Dengan Media Visual Terhadap Hasil Belajar Guling Depan. *PENJAGA: Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(1), 65–75.
- Rifati, B. (2020). STRATEGI PEMBELAJARAN DIREC INTRUCTION DALAM PROSES PEMBELAJARAN. *Call For Book Tema 2 (Strategi Pembelajaran)*, 47.
- Sagala, S. (2012). Konsep dan Makna Pembelajaran. Bandung: Alfabeta, 2009. *Cet. VII*, 11–47.
- Saputro, I. N., Akbar, M. T. H., Rismawati, A. E., & Sapitri, A. (2025). Efektivitas Pembelajaran melalui Direction Instruction Model: Systematic Literature Review. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(3), 148–161. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i3.2819>
- Yudaningasih, N. (2021). Direct Instruction. *Hak Cipta Buku Kemenkum Dan HAM Nomor, 259240*, 306.