

Implementasi Pendekatan Humanistik dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani: Studi Kasus Praktik dan Refleksi Pedagogis Guru di SMA Negeri 2 Takengon

Budiman

Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

Email :

Budimanummah123@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran pendidikan jasmani, dengan fokus pada praktik pedagogis dan tindakan reflektif guru di SMA Negeri 2 Takengon. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus kualitatif, dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam, observasi kelas, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut telah menerapkan berbagai prinsip humanistik dalam proses pembelajaran, seperti pembelajaran yang berpusat pada siswa, pemberian pilihan aktivitas sesuai minat siswa, pembangunan komunikasi yang terbuka, serta penciptaan lingkungan belajar yang aman dan mendukung. Guru berperan sebagai fasilitator yang tidak hanya membimbing aktivitas fisik, tetapi juga mendorong perkembangan emosional dan sosial siswa. Refleksi pedagogis yang dilakukan secara rutin—baik melalui catatan pribadi maupun umpan balik dari siswa—membantu guru mengevaluasi dan meningkatkan strategi pembelajaran mereka. Implementasi pendekatan ini berdampak positif terhadap peningkatan motivasi, keterlibatan, dan kepercayaan diri siswa. Meskipun terdapat berbagai tantangan seperti keterbatasan fasilitas dan keragaman karakter siswa, komitmen guru dalam menerapkan nilai-nilai humanistik terbukti memberikan dampak positif dalam proses pembelajaran. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan humanistik dalam pendidikan jasmani relevan dan efektif dalam mendukung perkembangan siswa secara utuh, baik secara fisik maupun emosional.

Kata kunci: pendekatan humanistik, pendidikan jasmani, pembelajaran berpusat pada siswa, refleksi pedagogis, pendidikan holistik.

ABSTRACT

This study aims to explore the implementation of the humanistic approach in physical education learning, focusing on the pedagogical practices and reflective actions of teachers at SMA Negeri 2 Takengon. Using a qualitative case study method, data were collected through in-depth interviews, classroom observations, and documentation. The findings reveal that physical education teachers at the school have adopted various humanistic principles in their teaching, such as emphasizing student-centered learning, providing choices based on students' interests, building open communication, and fostering a safe and supportive learning environment. Teachers act as facilitators who not only guide physical activities but also nurture students' emotional and social development. Regular pedagogical reflection—conducted through personal notes and student feedback—helps teachers evaluate and improve their teaching strategies. The implementation of this approach has led to increased student motivation, engagement, and self-confidence. Despite several challenges, including limited facilities and diverse student characteristics, the commitment of teachers to applying humanistic values in learning has had a positive impact. This study concludes that the humanistic approach in physical education is relevant and effective in supporting the holistic development of students, both physically and emotionally.

Keywords: *humanistic approach, physical education, student-centered learning, pedagogical reflection, holistic education.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses yang kompleks dan menyeluruh, yang mencakup upaya untuk menumbuhkembangkan seluruh potensi peserta didik. Tujuan utama dari pendidikan tidak hanya terletak pada pencapaian kognitif semata, tetapi juga pada pembentukan kepribadian yang utuh dan berimbang. Tujuan pendidikan juga untuk mempersiapkan individu agar mampu menghadapi tantangan masa depan. Pendidikan tidak hanya sebatas transfer pengetahuan, tetapi juga pembentukan karakter, pengembangan keterampilan, dan penanaman nilai-nilai yang akan menjadi bekal sepanjang hidup (Herlambang, 2021). Dalam realitas pendidikan modern, terdapat kebutuhan mendesak untuk mengembangkan pendekatan pembelajaran yang lebih manusiawi dan berpusat pada siswa. Hal ini muncul sebagai respons terhadap kritik terhadap pendekatan tradisional yang kaku, otoritatif, dan kurang responsif terhadap kebutuhan emosional siswa. Oleh karena itu, paradigma pendidikan saat ini bergerak ke arah pendekatan yang lebih holistik, salah satunya melalui pendekatan humanistik dalam proses pembelajaran.

Secara terminologi humanistik dapat diartikan dalam pengertian: *Ethical Humanism, Philosophical Humanism, Sociological Humanism, Religious Humanism, dan Literary Humanism*, dan *Historical Humanism* (Mulyati, 2005). Pendekatan humanistik memandang peserta didik sebagai individu yang memiliki perasaan, kebutuhan, dan potensi untuk berkembang secara mandiri. Dalam pandangan ini, proses belajar tidak hanya sekadar mentransfer pengetahuan dari guru kepada siswa, tetapi juga menciptakan ruang interaksi yang hangat dan bermakna antara guru dan peserta didik. Hal ini karena setiap manusia adalah unik dan tugas pendidik adalah membantu mengenali sisi unik tersebut serta mewujudkan potensi yang dimiliki oleh siswa (Suprihatiningrum, 2013). Guru berperan sebagai fasilitator yang membantu siswa untuk menemukan makna dari proses pembelajaran yang mereka alami, serta menumbuhkan motivasi internal untuk terus berkembang. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya empati, penghargaan terhadap keberagaman individu, dan dukungan terhadap proses aktualisasi diri siswa.

Oleh sebab itu, penerapan pendekatan humanistik menjadi sangat relevan dalam menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan, mendalam, dan berdampak jangka panjang.

Pendidikan jasmani dan olahraga (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran yang memiliki potensi besar dalam mewujudkan pembelajaran yang humanistik. Melalui aktivitas fisik, siswa tidak hanya belajar tentang gerakan dan keterampilan motorik, tetapi juga mengalami proses sosial dan emosional yang kompleks. Dalam kegiatan olahraga, siswa dihadapkan pada situasi kompetisi, kerjasama, pengendalian emosi, dan penyelesaian konflik, yang semuanya merupakan aspek penting dalam pengembangan kepribadian. Oleh karena itu, pendidikan jasmani yang dilandasi oleh pendekatan humanistik dapat menjadi sarana yang efektif untuk menanamkan nilai-nilai kehidupan, seperti sportivitas, tanggung jawab, kerja sama, dan kejujuran. Pembelajaran yang berbasis pada nilai-nilai ini membantu siswa membentuk identitas diri yang sehat secara fisik maupun psikologis.

Meskipun demikian, praktik pembelajaran pendidikan jasmani di banyak sekolah masih cenderung bersifat instruksional dan berorientasi pada hasil fisik semata. Guru sering kali hanya menjadi pengarah kegiatan dan penilai kemampuan teknis siswa, tanpa memberikan perhatian yang memadai pada aspek afektif dan sosial peserta didik. Proses pembelajaran cenderung menekankan pada penguasaan keterampilan dasar dan pencapaian target kurikulum, sehingga mengabaikan kebutuhan siswa untuk merasa dihargai, dimengerti, dan didukung secara emosional. Hal ini tentu bertentangan dengan semangat pendekatan humanistik, yang justru mengedepankan interaksi yang hangat, dialog yang terbuka, serta pemahaman terhadap kondisi psikologis siswa. Oleh karena itu, diperlukan transformasi dalam cara guru mengelola pembelajaran PJOK agar lebih berpihak kepada perkembangan utuh peserta didik. Dengan pendekatan humanistik menekankan pentingnya emosi atau perasaan, komunikasi terbuka, dan nilai-nilai yang dimiliki oleh setiap peserta didik (Dahar et al., 2011).

Guru pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam mewujudkan pendekatan humanistik di ruang-ruang kelas dan lapangan olahraga. Seorang guru yang mampu memahami latar belakang, kekuatan, dan tantangan masing-masing siswa akan lebih mudah menciptakan lingkungan belajar yang aman dan mendukung. Guru sebagai fasilitator bagi peserta didik Psikologi humanistik memberi perhatian atas guru sebagai

fasilitator (Dahar et al., 2011). Guru juga harus mampu menjadi pembimbing yang peka terhadap perubahan emosi siswa, serta mampu menyesuaikan metode pembelajaran agar sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Dalam pendekatan ini, penting bagi guru untuk tidak hanya berfokus pada teknik dan evaluasi fisik, tetapi juga mengembangkan kemampuan komunikasi, refleksi, dan empati. Hal inilah yang menjadi dasar dari implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

SMA Negeri 2 Takengon merupakan salah satu institusi pendidikan menengah di Kabupaten Aceh Tengah yang memiliki keberagaman budaya, latar belakang sosial, dan karakteristik siswa yang unik. Lingkungan geografis yang khas serta kekayaan budaya Gayo menjadikan sekolah ini sebagai lokasi yang menarik untuk meneliti implementasi pendekatan pembelajaran yang kontekstual dan humanis. Di sekolah ini, guru-guru pendidikan jasmani menghadapi tantangan yang kompleks dalam mengakomodasi berbagai perbedaan kemampuan fisik, motivasi belajar, dan tingkat partisipasi siswa. Namun di sisi lain, keberagaman ini juga menjadi peluang untuk menerapkan pendekatan yang lebih responsif dan menghargai individualitas peserta didik. Oleh karena itu, penelitian terhadap guru PJOK di SMA Negeri 2 Takengon akan memberikan gambaran nyata tentang bagaimana pendekatan humanistik diterapkan dalam konteks lokal.

Beberapa guru di sekolah tersebut telah mencoba menerapkan strategi pembelajaran yang lebih fleksibel dan berpusat pada siswa. Misalnya, dengan memberikan pilihan aktivitas yang sesuai minat siswa, membuka ruang diskusi mengenai pengalaman belajar mereka, serta memberikan umpan balik yang membangun dan tidak menghakimi. Guru juga lebih terbuka untuk menerima masukan dari siswa dan melakukan evaluasi diri terhadap pendekatannya. Upaya-upaya ini menunjukkan adanya kesadaran pedagogis terhadap pentingnya membangun hubungan interpersonal yang sehat dalam proses pembelajaran. Pembelajaran yang kondusif akan memotivasi dan mendorong peserta didik dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya secara maksimal (Mujib, 2020). Namun, bagaimana guru merefleksikan praktik-praktik tersebut dan bagaimana dampaknya terhadap proses belajar siswa masih belum banyak dikaji secara sistematis.

Refleksi pedagogis merupakan komponen penting dalam pendekatan humanistik karena memungkinkan guru untuk terus memperbaiki praktik mengajarnya berdasarkan pengalaman dan interaksi dengan siswa. Melalui refleksi, guru dapat mengidentifikasi apa yang berhasil, apa yang kurang efektif, dan bagaimana pendekatan mereka

memengaruhi perkembangan siswa secara menyeluruh. Refleksi ini tidak hanya berfungsi sebagai evaluasi pribadi, tetapi juga sebagai dasar untuk inovasi pembelajaran yang lebih bermakna. Dengan demikian, proses refleksi guru menjadi kunci dalam menciptakan pembelajaran yang adaptif dan sesuai dengan nilai-nilai humanistik. Penelitian ini ingin mengangkat dimensi reflektif tersebut sebagai bagian penting dalam mengkaji implementasi pendekatan humanistik secara utuh.

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam pengembangan pendidikan jasmani yang lebih berorientasi pada nilai-nilai kemanusiaan. Secara teoritis, hasil penelitian dapat memperkuat konsep pendekatan humanistik dalam konteks pembelajaran PJOK di sekolah menengah. Sementara itu, secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru, kepala sekolah, dan pengambil kebijakan dalam merancang program pelatihan guru yang menekankan pentingnya kompetensi emosional dan reflektif. Dengan demikian, pendekatan humanistik tidak hanya menjadi wacana akademis, tetapi juga dapat diterapkan secara nyata di lingkungan pendidikan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 2 Takengon. Fokus utama terletak pada bagaimana guru melaksanakan praktik pembelajaran yang berorientasi pada siswa serta bagaimana mereka melakukan refleksi terhadap proses tersebut. Melalui studi kasus ini, diharapkan muncul pemahaman yang lebih utuh tentang dinamika, tantangan, serta potensi dari pendekatan humanistik dalam konteks pembelajaran PJOK di sekolah menengah. Penelitian ini juga bertujuan untuk memperkaya literatur pendidikan dengan perspektif yang lebih berpusat pada manusia, sejalan dengan arah transformasi pendidikan nasional dan global.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena sifat fenomena yang diteliti sangat bergantung pada makna dan pengalaman subjektif dari para guru yang menjadi subjek penelitian. Menurut Denzin & Lincoln (2018) metode kualitatif adalah metode penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, peneliti berupaya

memahami bagaimana guru PJOK memaknai praktik pembelajarannya, serta bagaimana mereka merefleksikan pengalaman tersebut untuk memperbaiki kualitas pengajaran. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menangkap dinamika sosial dan emosional yang terjadi dalam proses pembelajaran, yang tidak dapat diukur melalui angka semata. Dengan demikian, studi ini akan menghasilkan pemahaman yang mendalam dan kontekstual mengenai implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran PJOK.

PEMBAHASAN

Pemahaman Guru terhadap Pendekatan Humanistik

Hasil wawancara dan observasi lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar guru PJOK di SMA Negeri 2 Takengon telah memahami dasar-dasar pendekatan humanistik meskipun tidak semua secara terminologis menyebutnya sebagai "pendekatan humanistik." Dalam praktiknya, pemahaman tersebut tampak dari cara guru memperlakukan siswa, menyesuaikan pembelajaran dengan kebutuhan mereka, serta membangun relasi yang lebih personal. Salah satu guru menyatakan:

“Saya percaya bahwa setiap siswa punya potensi masing-masing. Tugas saya bukan memaksa mereka jadi sama, tapi bantu mereka berkembang sesuai kemampuannya.”

Pernyataan tersebut sejalan dengan pandangan Carl Rogers, tokoh humanistik, yang menyatakan bahwa proses belajar akan efektif ketika individu diberi kepercayaan, rasa aman, dan ruang untuk berkembang (Barlow, 1985). Guru dalam hal ini berperan sebagai fasilitator yang mendampingi proses belajar siswa, bukan sebagai otoritas tunggal yang menentukan seluruh alur pembelajaran. Secara umum, guru-guru memahami bahwa pembelajaran PJOK seharusnya tidak hanya berorientasi pada hasil fisik seperti kecepatan, kekuatan, dan ketangkasan, tetapi juga pada pengembangan aspek afektif, seperti kepercayaan diri, motivasi, tanggung jawab, dan sportivitas. Pemahaman ini menjadi landasan bagi guru dalam mengembangkan model pembelajaran yang lebih humanistik.

Implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMA Negeri 2 Takengon menunjukkan adanya pergeseran paradigma dari model

pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru menjadi pembelajaran yang menempatkan siswa sebagai pusat. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa guru PJOK di sekolah ini telah mencoba membangun relasi yang lebih personal dengan siswa, memperhatikan minat dan kemampuan individu, serta menciptakan lingkungan belajar yang aman dan suportif. Salah satu guru PJOK menyampaikan dalam wawancara bahwa:

“Saya tidak ingin siswa hanya sekadar mengikuti instruksi. Saya ingin mereka merasa nyaman, percaya diri, dan menyadari bahwa olahraga itu menyenangkan. Kalau mereka senang, semangat mereka akan muncul dengan sendirinya.”

Pernyataan tersebut mencerminkan prinsip-prinsip utama pendekatan humanistik, yaitu penghargaan terhadap kebebasan dan potensi individu. Guru memberikan ruang bagi siswa untuk memilih jenis aktivitas yang sesuai dengan minat mereka, seperti futsal, voli, atau permainan tradisional. Guru tidak memaksakan satu model untuk semua siswa, melainkan lebih fleksibel menyesuaikan dengan kondisi dan karakter masing-masing.

Berdasarkan data hasil observasi, terlihat bahwa sebagian besar kegiatan pembelajaran PJOK diawali dengan *ice breaking* yang bertujuan mencairkan suasana dan membangun hubungan emosional. Guru juga sering menggunakan waktu refleksi setelah kegiatan fisik untuk mendengarkan pendapat siswa mengenai aktivitas yang telah dilakukan. Hal ini menunjukkan penerapan komunikasi dua arah dan empati dalam pembelajaran. Dalam catatan lapangan, ditemukan bahwa siswa lebih aktif ketika diberi kesempatan menyampaikan ide atau pengalaman pribadi mereka selama pembelajaran. Salah seorang siswa menyampaikan:

“Saya suka kalau bisa diskusi sama teman dan guru, jadi kita nggak cuma disuruh lari-lari aja, tapi bisa ngobrol tentang kenapa kita harus olahraga dan manfaatnya.”

Pernyataan siswa ini menunjukkan bahwa pendekatan humanistik tidak hanya berpengaruh terhadap motivasi belajar, tetapi juga terhadap pemahaman yang lebih mendalam tentang makna dari pembelajaran PJOK. Dengan memberi ruang untuk berdialog, guru memperkuat aspek afektif dalam proses belajar. Namun demikian, implementasi pendekatan ini juga menghadapi sejumlah tantangan. Salah satu guru mengungkapkan:

“Kadang kita sulit membagi perhatian ke semua siswa. Ada yang sangat aktif, ada yang pasif. Tapi saya belajar untuk lebih sabar dan mengenal mereka satu per satu.”

Tantangan dalam Implementasi Pendekatan Humanistik

Selama observasi pembelajaran di kelas dan lapangan, ditemukan beberapa strategi yang konsisten dengan pendekatan humanistik. Guru memberikan kebebasan kepada siswa untuk memilih jenis aktivitas olahraga yang mereka minati, seperti voli, futsal, senam, atau permainan tradisional. Hal ini memberikan rasa memiliki terhadap proses belajar serta mendorong keterlibatan siswa yang lebih aktif. Dalam satu sesi pembelajaran, guru mengawali kegiatan dengan mengajak siswa berdiskusi ringan tentang perasaan mereka hari itu. Guru menanyakan:

“Hari ini cuacanya cerah, tapi bagaimana dengan perasaan kalian? Siap berolahraga atau ada yang ingin curhat dulu?”

Interaksi seperti ini mencerminkan hubungan antarpribadi yang hangat dan dialogis, yang sangat ditekankan dalam pendekatan humanistik. Siswa tidak diperlakukan sebagai objek pembelajaran, tetapi sebagai subjek yang dilibatkan secara emosional dan sosial. Guru juga sering memberikan pujian atau penguatan positif, bukan hanya kepada siswa yang memiliki performa fisik baik, tetapi juga kepada mereka yang menunjukkan usaha dan kerja sama. Sebagai contoh, dalam satu kegiatan permainan tim, seorang siswa yang sebelumnya pasif diberi kesempatan menjadi pemimpin kelompok. Setelah kegiatan, guru memberikan refleksi terbuka:

“Tadi saya lihat ada siswa memimpin dengan sabar. Itu luar biasa. Kepemimpinan itu bukan soal siapa yang paling kuat, tapi siapa yang bisa mendengarkan dan menghargai timnya.”

Pemberian makna terhadap pengalaman belajar ini adalah ciri khas dari pendekatan humanistik yang menekankan refleksi dan pemaknaan pengalaman secara personal.

Tantangan lain adalah keterbatasan sarana dan prasarana, terutama ketika guru ingin menerapkan pembelajaran berbasis pilihan atau variasi aktivitas. Beberapa fasilitas olahraga seperti bola basket atau alat kebugaran terbatas, sehingga pilihan aktivitas tidak

selalu bisa difasilitasi secara maksimal. Walaupun demikian, guru tetap berusaha mengatasi keterbatasan tersebut dengan kreativitas. Misalnya, guru menciptakan permainan sederhana berbasis nilai-nilai kerja sama dan sportivitas tanpa harus bergantung pada peralatan lengkap. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip humanistik yang menekankan pada proses pembelajaran, bukan hanya pada hasil akhir atau capaian fisik semata.

Meskipun sebagian besar guru berupaya menerapkan pendekatan humanistik, mereka juga menghadapi tantangan nyata, baik dari sisi internal maupun eksternal. Tantangan utama yang dihadapi adalah keragaman karakter siswa, keterbatasan waktu pembelajaran, dan fasilitas olahraga yang minim. Guru mengakui bahwa untuk membangun pendekatan yang individual dan personal membutuhkan waktu dan energi lebih banyak. Salah satu guru mengungkapkan:

“Siswa saya itu macam-macam. Ada yang cepat paham dan aktif, tapi ada juga yang malu, pendiam, bahkan tidak suka olahraga. Tidak mudah menyesuaikan metode untuk semua, apalagi waktu hanya 90 menit.”

Selain itu, fasilitas olahraga yang terbatas membuat guru kesulitan memberikan variasi aktivitas sesuai pilihan siswa. Ketersediaan bola, lapangan, dan perlengkapan lainnya sering tidak memadai untuk jumlah kelas yang besar. Padahal dalam pendekatan humanistik, variasi dan kebebasan memilih aktivitas adalah hal yang penting. Namun, guru menunjukkan kreativitas untuk menyalahi keterbatasan tersebut. Misalnya, guru memodifikasi permainan yang tidak memerlukan banyak alat, atau membagi kelas menjadi kelompok kecil agar aktivitas tetap berjalan. Ini menunjukkan bahwa meskipun secara struktural terdapat kendala, semangat untuk menerapkan pembelajaran yang manusiawi tetap diusahakan semaksimal mungkin.

Refleksi Pedagogis Guru dalam Penerapan Pendekatan Humanistik

Refleksi pedagogis juga menjadi bagian penting dari praktik guru. Dalam wawancara, guru menyebutkan bahwa ia sering menuliskan catatan pribadi mengenai suasana kelas, tanggapan siswa, dan efektivitas metode yang digunakan:

“Setiap minggu saya evaluasi sendiri. Apa yang berhasil, apa yang tidak. Kadang saya juga tanya pendapat siswa, itu membantu saya memperbaiki cara mengajar.”

Refleksi ini merupakan wujud dari kesadaran profesional dan komitmen guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran. Dalam pendekatan humanistik, proses refleksi membantu guru memahami dampak emosional dan sosial dari praktik mengajarnya terhadap siswa. Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa implementasi pendekatan humanistik di SMA Negeri 2 Takengon berjalan cukup baik, meskipun masih terdapat ruang untuk penguatan, khususnya dalam aspek perencanaan pembelajaran yang lebih terstruktur serta pelatihan guru dalam keterampilan komunikasi dan manajemen emosi.

Salah satu aspek yang menjadi sorotan dalam penelitian ini adalah refleksi pedagogis guru, yakni kemampuan guru untuk mengevaluasi dan memperbaiki praktiknya secara sadar dan berkelanjutan. Dari hasil wawancara, hampir semua guru menyatakan bahwa mereka sering melakukan evaluasi pribadi setelah kegiatan pembelajaran. Evaluasi ini bersifat informal, misalnya dengan mencatat pengalaman, merasakan respons siswa, atau bahkan berdiskusi dengan rekan sejawat. Seorang guru mengatakan:

“Saya selalu catat di buku kecil, misalnya hari ini siswa terlihat lelah, atau tidak antusias. Minggu depan saya coba pendekatan lain. Kalau terus kita ulang yang sama, siswa bisa bosan.”

Refleksi juga dilakukan melalui komunikasi langsung dengan siswa. Dalam beberapa kesempatan, guru meminta umpan balik dari siswa terkait metode yang digunakan. Guru bertanya:

“Menurut kalian, bagian mana dari pelajaran hari ini yang paling menyenangkan? Apa yang ingin kalian ubah minggu depan?”

Pertanyaan seperti ini tidak hanya membangun kepercayaan diri siswa untuk menyuarakan pendapat, tetapi juga menunjukkan bahwa guru menghargai dan memposisikan siswa sebagai mitra dalam proses belajar. Refleksi ini menunjukkan kesesuaian praktik guru dengan teori Rogers yang menekankan *congruence* (keterbukaan dan keaslian dalam berinteraksi dengan siswa) (Ellio et al., 2000).

Dampak Pendekatan Humanistik terhadap Siswa

Dampak pendekatan humanistik terhadap siswa terlihat dari peningkatan motivasi, partisipasi, dan keterlibatan emosional siswa dalam pembelajaran PJOK. Siswa merasa lebih dihargai dan nyaman ketika mereka tidak ditekan untuk mencapai target tertentu secara seragam. Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka lebih antusias mengikuti PJOK karena suasana kelas yang menyenangkan dan guru yang terbuka. Salah seorang siswa menyatakan:

“Dulu saya malu kalau disuruh maju ke depan. Tapi sekarang guru sering bilang kalau semua orang berharga, tidak perlu takut salah. Saya jadi lebih percaya diri.”

Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan humanistik berhasil menumbuhkan kepercayaan diri dan keamanan psikologis, dua hal yang menjadi landasan penting dalam proses belajar. Ketika siswa merasa aman dan diterima, mereka cenderung lebih terbuka untuk terlibat aktif dan belajar dengan sukarela. Hasil penelitian ini sejalan dengan konsep pendekatan humanistik yang dikemukakan oleh Carl Rogers dan Abraham Maslow, yang menekankan aktualisasi diri, empati, dan penerimaan tanpa syarat. Dalam konteks pendidikan jasmani, pendekatan ini menjadi sangat relevan karena kegiatan fisik bukan hanya melibatkan aspek tubuh, tetapi juga emosi, hubungan sosial, dan makna personal yang dialami siswa. Selain itu, penerapan pendekatan humanistik di SMA Negeri 2 Takengon juga menunjukkan bagaimana nilai-nilai lokal seperti kebersamaan, saling menghargai, dan gotong royong dapat diintegrasikan dalam praktik pembelajaran. Dengan begitu, pendekatan humanistik tidak hanya bersifat universal tetapi juga kontekstual, selaras dengan budaya lokal dan realitas sosial siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 2 Takengon telah berjalan secara positif dan bermakna. Guru-guru PJOK di sekolah ini menunjukkan pemahaman yang cukup baik terhadap prinsip-prinsip humanistik, yang tampak dalam praktik pembelajaran mereka yang berorientasi pada siswa, menghargai keberagaman, serta menumbuhkan hubungan interpersonal yang hangat dan dialogis. Guru tidak hanya mengajar keterampilan motorik, tetapi juga memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan diri, memilih aktivitas sesuai

minat, dan merefleksikan pengalaman belajar mereka. Melalui strategi seperti pemberian penguatan positif, diskusi terbuka, dan pelibatan siswa dalam pengambilan keputusan pembelajaran, pendekatan ini terbukti meningkatkan partisipasi, kepercayaan diri, dan motivasi siswa. Refleksi pedagogis yang dilakukan guru secara rutin dan baik melalui catatan pribadi maupun umpan balik dari siswa menjadi kunci dalam memperkuat kualitas pembelajaran yang berorientasi pada nilai-nilai kemanusiaan. Meskipun masih terdapat kendala seperti keterbatasan fasilitas dan variasi karakter siswa, komitmen guru untuk terus mengembangkan pembelajaran yang bermakna menunjukkan bahwa pendekatan humanistik dapat diterapkan secara kontekstual dan adaptif. Secara keseluruhan, pendekatan ini tidak hanya memperkaya proses belajar-mengajar dalam pendidikan jasmani, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter dan aktualisasi diri peserta didik secara utuh.

KESIMPULAN

Implementasi pendekatan humanistik dalam pembelajaran PJOK di SMA Negeri 2 Takengon menunjukkan bahwa guru telah berupaya menerapkan nilai-nilai empati, fleksibilitas, dan penghargaan terhadap siswa sebagai individu yang unik. Melalui aktivitas reflektif, komunikasi terbuka, dan strategi pembelajaran yang kontekstual, pendekatan ini berkontribusi terhadap peningkatan motivasi, partisipasi, dan pemahaman siswa terhadap pentingnya pendidikan jasmani. Namun, keterbatasan sumber daya dan keragaman siswa menjadi tantangan tersendiri yang memerlukan strategi khusus agar pendekatan ini dapat dijalankan secara konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

- Barlow, Daniel Lenox. 1985. *Educational Psychology: The Teaching Learning Process*. Chicago, IL: Moody Press.
- Dahar, Wilis, Ratna. 2011. *Teori-teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama.
- Denzin, Norman K., & Lincoln, Yvonna S. 2018. *The Sage Handbook of Qualitative Research*. California: SAGE Publications.
- Elliot, Stephen N., Kraktocwill, Thomas R., Cook, Joan Littlefield, Tranvers, Jhon F. 2000. *Educational Psychology: Effective Teaching, Effective Learning*. Columbus, OH: The McGraw-Hill Compabies.
- Herlambang, Y. T. 2021. *Pedagogik: Telaah kritis ilmu pendidikan dalam multiperspektif*. Jakarta: Bumi Aksara.

Mujib, Zulfikar. 2020. Teori Humanistik Dan Implikasi Dalam Pembelajaran Pai Di Sma Sains Alquran Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 11–23.

Mulyati. 2005. Psikologi Belajar. Yogyakarta : CV Andi Offset 2005

Suprihatiningrum, Jamil. 2013. Strategi Pembelajaran: Teori dan Aplikasi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media