



## Komunikasi Efektif dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi: Peran Bahasa Indonesia sebagai Bahasa Pengantar

Ika Febriana<sup>1</sup>, Agil Hagaini Hulu<sup>2</sup>, Firyal Salsabila<sup>3</sup>,  
Khairul Adzmi Fathurrahman<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Universitas Negeri Medan, Indonesia

Email: [ikafebriana@unimed.ac.id](mailto:ikafebriana@unimed.ac.id)<sup>1</sup>, [agilhulu99@gmail.com](mailto:agilhulu99@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[salsabilafiryal2@gmail.com](mailto:salsabilafiryal2@gmail.com)<sup>3</sup>, [khairuladzmi@unimed.ac.id](mailto:khairuladzmi@unimed.ac.id)<sup>4</sup>

**Abstract** This research aims to explore effective communication in Physical Education, Health and Recreation learning, with a focus on the role of Indonesian as an essential language of instruction. The method used was a questionnaire distributed to several Medan State University students to collect data regarding their perceptions regarding the clarity of instructions, understanding of the material, and its impact on learning motivation. The questionnaire consists of 20 questions to measure students' level of agreement with various aspects of communication in learning. The results of data analysis showed that 96.5% of respondents felt that clear and effective communication from teachers greatly contributed to understanding the subject matter and significantly increased their motivation in attending class. These findings confirm that good and correct use of Indonesian is very important in creating a more interactive and effective learning environment in the fields of Physical Education, Health and Recreation. It is hoped that this research can provide insight for teachers and educators about the importance of communication strategies in improving the quality of learning.

**Keywords:** Effective Communication, Physical Education, Indonesian, Questionnaire

**Abstrak** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi komunikasi efektif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, dengan fokus pada peran Bahasa Indonesia sebagai bahasa pengantar yang esensial. Metode yang digunakan adalah kuesioner yang disebarakan kepada beberapa mahasiswa Universitas negeri medan untuk mengumpulkan data mengenai persepsi mereka tentang kejelasan instruksi, pemahaman materi, dan dampaknya terhadap motivasi belajar. Kuesioner terdiri dari 20 pertanyaan untuk mengukur tingkat persetujuan siswa terhadap berbagai aspek komunikasi dalam pembelajaran. Hasil analisis data menunjukkan bahwa 96,5% responden merasa bahwa komunikasi yang jelas dan efektif dari guru sangat berkontribusi pada pemahaman materi pelajaran dan secara signifikan meningkatkan motivasi mereka dalam mengikuti kelas. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan benar sangat penting dalam menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih interaktif dan efektif di bidang Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi guru dan pendidik tentang pentingnya strategi komunikasi dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

**Kata kunci:** Komunikasi Efektif, Pendidikan Jasmani, Bahasa Indonesia, Kuesioner

### 1. PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan kebutuhan utama manusia sebagai makhluk sosial. Komunikasi menjadi alat yang bisa membantu manusia untuk mengaktualisasikan dirinya dan Pada dasarnya komunikasi adalah proses. Menurut Robbins dan Judge dalam proses komunikasi terdiri dari proses antara sumber dan penerima yang menghasilkan transfer dan pemahaman makna. Komunikasi sebagai proses juga terlihat pada sebuah peristiwa, Misalnya, seorang komunikator mengirimkan pesan kepada komunikan dalam bentuk simbol-simbol bermakna yang dikirimkan melalui saluran tertentu. Proses komunikasi dimulai dengan komunikator menyampaikan pesan dan diakhiri dengan komunikan sebagai penerima pesan. Proses komunikasi adalah serangkaian

proses yang dilakukan oleh orang-orang untuk menyampaikan pesan kepada manusia lain, termasuk menafsirkan, menyandikan, mengirim, dll.. (Nuzuli, 2023)

Bahasa Indonesia memegang banyak peran penting. Salah satunya sebagai bahasa nasional yang digunakan sebagai alat komunikasi dalam kehidupan sehari-hari masyarakatnya. Selain itu, bahasa Indonesia juga menjadi alat komunikasi yang mampu mempersatukan berbagai keberagaman yang ada. Keberadaan bahasa Indonesia sangatlah penting. Terutama sebagai alat komunikasi dalam kehidupan sehari-hari masyarakatnya. Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki bahasa terbanyak di dunia. Perbedaan bahasa daerah ini kadang menjadi sebuah hambatan ketika berinteraksi atau berkomunikasi dengan orang lain, terutama jika berasal dari suatu suku bangsa atau wilayah yang berbeda. Di sini keberadaan bahasa Indonesia memegang peran yang sangat penting sebagai alat komunikasi di tengah keberagaman. Karena kedudukan bahasa Indonesia yang merupakan bahasa negara. (Taqwim et al., 2020)

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah salah satu pembelajaran yang diberikan di sekolah menengah pertama sebagai pelengkap dari proses pembelajaran yang ada. Dengan menggunakan pembelajaran PJOK peserta didik diharapkan memiliki proses belajar dan dapat mengalami perubahan perilaku. menyatakan pembelajaran PJOK digambarkan dengan aktivitas jasmani sehingga dapat menambahkan kebugaran, menambah keterampilan gerak, ilmu pengetahuan dan hidup sehat. Begitupun yang dinyatakan oleh Physical education and school sport mempunyai gelaran untuk dijadikan sebuah pemberi masukan terhadap tumbuh kembang kognitif dan afektif seseorang. Begitupun yang diungkapkan bahwa aktivitas fisik pada pendidikan jasmani mempunyai kekayaan terhadap kesehatan. aktivitas fisik yang dipelajari di sekolah memiliki tujuan menyediakan banyak peluang di kemudian hari yang mengarah pada manfaat fisik, psikologis, dan sosial serta berdampak pada kesehatan dan tetap aktif secara fisik. mengungkapkan pendidikan olahraga di sekolah adalah pemberi sosial untuk dapat dikembangkan dengan sebuah kemampuan fisik dan penyedia aktivitas gerak pada siswa. Begitupula bahwa pendidikan jasmani mempunyai misi pendidikan dan memaksimalkan efek yang baik, (Annas Darma Ahyan Tasita et al., 2024)

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode survei kuantitatif untuk mengeksplorasi komunikasi efektif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi dengan fokus pada peran

Bahasa Indonesia. Subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dipilih secara acak. Instrumen utama yang digunakan adalah kuesioner tertutup yang terdiri dari 20 pertanyaan, dirancang untuk mengukur persepsi mahasiswa mengenai kejelasan instruksi, pemahaman materi, dan pengaruh komunikasi terhadap motivasi belajar.

Data dikumpulkan dengan menyebarkan kuesioner kepada mahasiswa secara langsung. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk memastikan keakuratan dan konsistensi instrumen. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan pola respon mahasiswa dan secara inferensial untuk mengidentifikasi hubungan antara kejelasan komunikasi dalam Bahasa Indonesia dengan pemahaman materi serta motivasi belajar. Hasil analisis disajikan dalam bentuk persentase dan rata-rata skor, yang kemudian diinterpretasikan untuk mengukur kontribusi komunikasi yang efektif terhadap pembelajaran PJKR.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

NO	PERTANYAAN	SANGAT SETUJU	SETUJU	TIDAK SETUJU
1.	Dosen selalu memberikan instruksi yang jelas saat menjelaskan teknik olahraga.	66,2%	34,8%	0%
2.	Saya dapat memahami dengan mudah setiap instruksi yang diberikan oleh Dosen	66,6%	21,7%	8,7%
3.	Dosen menggunakan bahasa yang mudah dimengerti selama pembelajaran Pendidikan Jasmani.	78,3%	21,7%	0%
4.	Dosen sering memberikan contoh gerakan sebelum meminta kami melakukannya.	65,2%	30,4%	4,3%
5.	Saya merasa termotivasi saat Dosen memberikan arahan dalam pembelajaran olahraga.	69,6%	26,1%	4,3%
6.	Apakah dosen Anda menggunakan istilah teknis yang sulit dimengerti dalam pelajaran Pendidikan Jasmani?	43,5%	17,4%	39,1%

7.	Saya merasa nyaman untuk bertanya kepada Dosen jika ada yang tidak saya pahami.	73,9%	21,7%	4,3%
8.	Bahasa yang digunakan Dosen selama pelajaran membantu saya memahami konsep-konsep yang diajarkan.	73,9%	26,1%	0%

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif antara dosen dan mahasiswa sangat bergantung pada penggunaan bahasa yang jelas dan mudah dipahami. Sebanyak 78,3% responden sangat setuju bahwa dosen menggunakan Bahasa Indonesia dengan baik, yang membantu mereka memahami konsep yang diajarkan. Ini menunjukkan bahwa Bahasa Indonesia, sebagai bahasa pengantar, mampu menjembatani komunikasi yang efektif dalam proses pembelajaran.

Selain itu, mayoritas mahasiswa merasa bahwa arahan yang diberikan melalui bahasa yang sederhana memotivasi mereka untuk lebih aktif dalam pembelajaran. Dengan 69,6% responden yang sangat setuju bahwa mereka termotivasi oleh instruksi dosen, hal ini memperkuat peran penting Bahasa Indonesia dalam menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif dan mendukung. Namun, ditemukan pula tantangan dalam penggunaan istilah teknis yang terkadang sulit dipahami oleh mahasiswa. Sebanyak 43,5% responden merasa bahwa istilah-istilah tersebut perlu disederhanakan. Ini menunjukkan bahwa meskipun Bahasa Indonesia berperan penting sebagai media pengantar, perlu perhatian lebih dalam menyederhanakan istilah teknis agar komunikasi tetap efektif dan dipahami oleh semua mahasiswa.

Berdasarkan tanggapan mahasiswa mengenai cara dosen memberikan instruksi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, sebagian besar menilai bahwa instruksi yang disampaikan sudah jelas, efektif, dan mudah dipahami. Banyak mahasiswa mengungkapkan bahwa dosen mampu menggunakan Bahasa Indonesia dengan baik, sehingga materi dapat disampaikan dengan jelas. Tanggapan positif seperti "sangat mudah dipahami" dan "penjelasan yang diberikan dosen dapat dipahami karena menggunakan bahasa yang jelas" menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif antara dosen dan mahasiswa berkontribusi pada pemahaman yang baik terhadap materi yang diajarkan.

Namun, ada catatan bahwa beberapa mahasiswa merasakan perbedaan dalam kualitas pengajaran antar dosen. Beberapa merasa bahwa ada dosen yang hanya mengajar "asal jadi," yang

dapat menghambat pemahaman. Selain itu, pentingnya mengintegrasikan teori dengan praktik juga diakui, di mana dosen yang mampu menjelaskan alasan di balik gerakan olahraga akan lebih membantu mahasiswa dalam memahami materi. Oleh karena itu, meskipun mayoritas mahasiswa merasa puas, peningkatan dalam konsistensi dan fleksibilitas instruksi masih perlu diperhatikan untuk mencapai pembelajaran yang lebih efektif.

Masukan dari mahasiswa menunjukkan beberapa saran untuk meningkatkan komunikasi antara dosen dan mahasiswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Pertama, menciptakan lingkungan yang terbuka dan akrab sangat penting agar mahasiswa merasa nyaman untuk bertanya dan berbagi pendapat. Dengan mendorong diskusi dan tanya jawab, dosen dapat meningkatkan keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran. Selain itu, mahasiswa menekankan perlunya penjelasan yang lebih rinci dari dosen, terutama saat praktek, serta memberikan contoh yang jelas. Penggunaan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami juga krusial untuk komunikasi yang efektif. Dengan menerapkan pendekatan yang lebih interaktif dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa, kualitas komunikasi dalam pembelajaran dapat meningkat, mendukung pencapaian tujuan pendidikan yang lebih baik.

Secara keseluruhan, penggunaan Bahasa Indonesia sebagai bahasa pengantar dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi telah menunjukkan hasil yang positif dalam membangun komunikasi yang efektif. Namun, adaptasi lebih lanjut terhadap istilah teknis diperlukan untuk mencapai pemahaman yang lebih baik di kalangan mahasiswa.

#### **4. KESIMPULAN**

Dari analisis hasil kuesioner dan masukan mahasiswa mengenai komunikasi dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, dapat disimpulkan bahwa efektivitas komunikasi antara dosen dan mahasiswa sangat berpengaruh terhadap pemahaman materi yang diajarkan. Mayoritas mahasiswa merasa bahwa instruksi yang diberikan oleh dosen jelas, mudah dipahami, dan membantu mereka dalam proses pembelajaran. Namun, masih terdapat tantangan dalam penggunaan istilah teknis yang sulit dipahami oleh sebagian mahasiswa dan perbedaan kualitas pengajaran antara dosen.

Untuk meningkatkan komunikasi yang lebih efektif, disarankan agar dosen menciptakan lingkungan yang terbuka dan akrab, mendorong diskusi dan tanya jawab, serta memberikan penjelasan yang lebih rinci dan contoh yang jelas selama praktik. Penggunaan bahasa yang

sederhana dan mudah dipahami juga sangat penting. Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan komunikasi antara dosen dan mahasiswa dapat semakin diperkuat, sehingga meningkatkan kualitas pembelajaran dan mencapai tujuan pendidikan secara optimal.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Amnur, R. D. (2018). *Bahan ajar bahasa Indonesia dan penulisan karya ilmiah*. Medan: UMSU Press.
- Annas, D. A. T., Shofiyah, H., Sofyan, L. H., Maulana, M. H., Saputri, S. E., Gunawan Akbar, S. S., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam peningkatan komunikasi dan interaksi dalam pembelajaran PJOK. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2), 339–347. <https://doi.org/10.55081/jumper.v4i2.1770>
- Anshari, F. (2013). Komunikasi politik di era media sosial. *Jurnal Komunikasi*, 8(1), 91–101. <http://dosen.univpancasila.ac.id/dosenfile/7014211002154994371612February2019.pdf>
- Fiksi, E. (2021). *Peran mahasiswa dalam mewujudkan inklusivitas sebagai salah satu upaya menuju Indonesia emas 2045*. Jakarta: Guepedia.
- Gunadi, D. (2018). Peran olahraga dan pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 18(3), 1–11.
- Haryanto, R., & Datu, M. (2000). *Metode penulisan dan penyajian karya ilmiah*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13–17. <https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259>
- Maghfiroh, N. (2022). Bahasa Indonesia sebagai alat komunikasi masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. *Komunikologi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 19(02), 102–107. <https://komunikologi.esaunggul.ac.id/index.php/KM/article/view/516>
- Muh, G., Nurul, F., Runi, F., Naim, I., Jeane, M., Ipri, Y., Musyawir, Wike, R. K., & Erlinawati, S. (2023). *Metode dan strategi pembelajaran bahasa Indonesia*. Yogyakarta: Selat Media Partner.
- Nurfajariyah, A. P., Permatahati, K., Adjie, I., Pramanta, D., Nasrullah, M. H., Aziz, M. W., & Rizkyanfi, W. (2024). Pengaruh pembelajaran bahasa Indonesia pada bidang pendidikan jasmani untuk meningkatkan dan mengembangkan prestasi siswa. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 24(1), 1411–8319.
- Nuzuli, A. K. (2023). Faktor penghambat dan pendukung komunikasi antara guru dan siswa tuna rungu di SLBN Kota Sungai Penuh. *Jurnal Komunikasi*, 14(1), 49–58. <https://doi.org/10.31294/jkom.v14i1.14505>

- Purnamasari, A., & Hartono, W. J. (2023). Pentingnya penggunaan bahasa Indonesia di perguruan tinggi. *Jotika Journal in Education*, 2(2), 57–64.
- Puspitasari, A. (2017). Menumbuhkan bahasa Indonesia yang baik dan benar dalam pendidikan dan pengajaran. *Tamaddun Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 16(2), 81–87.
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(3), 395. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>