



## **Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana**

Oleh:

**Gusti Ngurah Arya Yudaparmita<sup>1</sup>, Wahjoedi<sup>2</sup>, I Ketut Iwan Swadesi<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>STAHN Mpu Kuturan Singaraja

<sup>23</sup>Universitas Pendidikan Ganesha

<sup>1</sup>[aryayuda562@gmail.com](mailto:aryayuda562@gmail.com), <sup>2</sup>[wahjoedi@undiksha.ac.id](mailto:wahjoedi@undiksha.ac.id), <sup>3</sup>[iwan.swadesi@undiksha.ac.id](mailto:iwan.swadesi@undiksha.ac.id)

---

### **Keywords:**

*Learning Media,  
Physical  
Education, Tri  
Hita Karana*

---

---

### **Abstract**

*This research is based on the perception of students of the PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja Study Program that the learning process of Physical Education from home is very tedious and not in accordance with educational goals. Limited learning facilities and equipment as well as lack of interaction with friends and lecturers become obstacles in the physical education learning process at home, forcing Physical Education lecturers to be more creative in empowering and optimizing the use of existing facilities and equipment, adjusting to the conditions of students and their homes. The research subjects were 40 students of the PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja Study Program. Based on the research results, it can be concluded that: 1) the use of the environment as a learning media for Physical Education through the insertion of Tri Hita Karana values can be viewed in terms of: the type of environmental media, the insertion of the Tri Hita Karana values in learning and effectiveness; and 2) students' perceptions of the use of the environment as a physical education learning medium through the insertion of the Tri Hita Karana values, namely: (1) learning using environmental media is very easy to obtain at home; (2) learning with the insertion of Tri Hita Karana values is more fun; (3) the use of the environment as a learning media for Physical Education through the insertion of the Tri Hita Karana values which are effective in learning; (4) the use of the environment as a learning media for Physical Education through the insertion of Tri Hita Karana values is very useful in the learning process; (5) the use of the environment as a learning media for Physical Education through the insertion of Tri Hita Karana values makes students more active in participating in learning from home.*

---

---

### **Kata Kunci:**

*Media  
Pembelajaran,  
Pendidikan*

---

---

### **Abstrak**

*Penelitian ini didasari oleh persepsi mahasiswa Prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja bahwa proses pembelajaran penjas dari rumah sangat membosankan dan tidak sesuai dengan*

---

tujuan pendidikan. Keterbatasan fasilitas dan perlengkapan pembelajaran serta kurangnya interaksi dengan teman-teman dan dosen menjadi kendala dalam proses pembelajaran penjas di rumah, sehingga memaksa dosen penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada, menyesuaikan dengan kondisi mahasiswa dan rumahnya. Subjek penelitian adalah mahasiswa Prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja berjumlah 40 orang. Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa: 1) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana dapat ditinjau dari segi: jenis media lingkungannya, insersi nilai-nilai Tri Hita Karana dalam pembelajaran dan efektivitas; dan 2) persepsi mahasiswa terhadap pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana, yaitu: (1) pembelajaran dengan pemanfaatan media lingkungan sangat mudah di peroleh di rumah; (2) pembelajaran dengan insersi nilai-nilai Tri Hita Karana lebih menyenangkan; (3) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana efektif dalam pembelajaran; (4) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana sangat bermanfaat dalam proses pembelajaran; (5) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana membuat mahasiswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran dari rumah.

---

## **Pendahuluan**

Pandemi Covid-19 mengharuskan mahasiswa untuk belajar dari rumah. Sehingga mahasiswa menghadapi keterbatasan sarana dan prasana yang memadai dalam menunjang pembelajaran penjas baik kualitas dan kuantitasnya. Padahal sarana dan prasarana atau media merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan proses pembelajaran penjas. Minimnya sarana dan prasana pendidikan jasmani di dalam pembelajaran penjas dari rumah menuntut pengajar untuk lebih kreatif untuk menciptakan alat dan perlengkapan lapangan yang sesuai dengan kondisi mahasiswa dan lingkungan rumah. Pengajar yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru atau memodifikasi sesuatu yang sudah ada tetapi disajikan menjadi lebih menarik sehingga mahasiswa lebih senang mengikuti pembelajaran. Halaman rumah, taman, ruangan atau kamar yang kosong, parit atau selokan dan lain lain yang berada di lingkungan rumah dapat direkayasa dan digunakan serta dimanfaatkan untuk mengoptimalkan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Yang dimaksud lingkungan sebagai media pembelajaran disini yaitu diarahkan pada pemanfaatan lingkungan rumah dan memodifikasian alat fasilitas yang ada di sekitar rumah atau barang yang mudah didapat dan bisa dimanfaatkan sebagai alat untuk pembelajaran olahraga. Contoh beberapa hal yang dapat dimodifikasi adalah lapangan ukuran bisa diperkecil, ukuran berat atau bentuk alat dikurangi serta peraturan dapat disederhanakan seperti jumlah pemain di kurangi atau di tambah dan waktu diperpendek. Sedangkan Tri Hita Karana merupakan suatu konsep kearifan lokal Bali yang bersifat universal, selalu menitikberatkan bagaimana antara sesama bisa hidup secara rukun dan damai. Menurut Nengah Bawa Atmaja dkk, (2017: 58) Tri Hita Karana adalah filsafat atau pandangan hidup yang menggariskan bahwa kesejahteraan hidup manusia karena mampu manusia mampu mengembangkan harmoni sosial (pawongan), harmoni ekologis (Palemahan) dan harmoni teologis (Parhyangan).

Alasan terkait penulisan topik tentang Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Alat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana adalah: Pertama, modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, dilakukan dengan berbagai pertimbangan yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa. Kedua, karena selama ini keterbatasan sarana dan prasana penjas menjadi kendala serius dalam pelaksanaan pembelajaran penjas. Adapun pertimbangan tersebut didasarkan pada, pertama mahasiswa memiliki kematangan fisik dan emosional, berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada mahasiswa. Ketiga, olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan mahasiswa lebih cepat dibandingkan dengan peralatan yang standar untuk cabang olahraga yang dipertandingkan. Keempat, olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada mahasiswa dalam situasi kompetitif. Kelima, pemanfaatan lingkungan pembelajaran penjas melalui inseri nilai-nilai Tri Hita Karana selain memperkenalkan kearifan lokal Bali juga mampu menciptakan suasana yang menyenangkan karena ada hubungan yang harmonis antara manusia dengan Tuhan sebagai sang pencipta, antara manusia dengan manusia dan antara manusia dengan alam lingkungan. Jadi konsep Tri Hita Karana diterapkan dalam proses pembelajaran Penjas membentuk suasana yang harmonis antara mahasiswa dengan Tuhan, mahasiswa dengan dosen dan mahasiswa lainnya, serta mahasiswa dengan alam lingkungan sekitarnya.

Dari pendapat tersebut dapat diartikan bahwa pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Karena pendekatan ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik mahasiswa belajar dari rumah, sehingga mahasiswa akan mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dengan senang dan gembira.. Dengan melakukan modifikasi, dosen penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus takut kehilangan makna dan apa yang akan diberikan. Mahasiswa akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi. Serta memperkenalkan salah satu konsep kearifan lokal yang tangguh untuk menuju kehidupan yang bahagia yaitu nilai-nilai Tri Hita Karana.

Adapun rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu: (1) Bagaimana pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana? dan (2) Bagaimana persepsi mahasiswa terhadap pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana?

## **Metode**

Rancangan dalam Penelitian ini adalah penelitian jenis kualitatif. Jadi dalam penelitian ini, peneliti hanya mendeskripsikan masalah-masalah berkaitan dengan pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana. Ditinjau dari sifatnya, penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat survey karena penelitian dilakukan dengan mengadakan survey terhadap kejadian yang berlangsung di STAHN Mpu Kuturan Singajara. Selanjutnya, ditinjau dari segi jenisnya, penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif karena menggambarkan fenomena-fenomena yang terjadi pada pembelajaran di STAHN Mpu Kuturan Singaraja, serta menyusunnya secara sistematis.

Tempat penelitian dilaksanakan di STAHN Mpu Kuturan Singaraja, waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September sampai dengan November 2020. Subjek penelitian adalah mahasiswa prodi PGSD semester V (lima) STAHN Mpu Kuturan Singaraja yang berjumlah 40 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu: metode kuesioner dan pencatatan dokumen. Kuesioner merupakan salah satu cara mengumpulkan data dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya, sedangkan pencatatan dokumen

merupakan suatu cara pengumpulan data dengan mencari dokumentasi yang bersumber dari perpustakaan. Instrumen penelitian metode kuesioner menggunakan angket nirkertas (paperles) berupa *Google Forms*. Instrumen penelitian untuk metode pencatatan dokumen menggunakan buku catatan (notebook) dan daftar pustaka yang relevan.

Teknik Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis analisa dengan menggunakan metode deskriptif yaitu setelah data diperoleh, selanjutnya disusun dan dipaparkan secara sistematis untuk memperoleh suatu kesimpulan.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **1. Modifikasi Lingkungan Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Modifikasi pembelajaran dapat dikaitkan dengan kondisi lingkungan pembelajaran. Modifikasi lingkungan pembelajaran ini dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa klasifikasi seperti yang diuraikan di bawah ini (Yoyo Bahagia, 2012: 34).

#### **a. Peralatan**

Peralatan yang dimiliki di lingkungan pendidikan, biasanya kurang memadai dalam arti kata kuantitas maupun kualitasnya. Peralatan yang adapun dan sangat sedikit jumlahnya itu biasanya peralatan standar untuk orang dewasa yang sudah profesional. Pengajar dapat menambah/mengurangi tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk aktivitas pendidikan jasmani. Misalnya memodifikasi berat ringannya, besar kecilnya, panjang pendeknya. maupun menggantinya dengan peralatan lain sehingga dapat digunakan untuk berbagai bentuk kegiatan penjas.

#### **b. Penataan Ruang Gerak**

Pengajar dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara menata ruang gerak peserta didik dalam kegiatannya. Misalnya : melakukan dribbling, passing bawah atau lempar tangkap di tempat, atau bermain di ruang kecil atau besar.

#### **c. Jumlah Peserta didik yang Terlibat**

Pengajar dapat mengurangi atau menambah tingkat kompleksitas dan kesulitan tugas ajar dengan cara mengurangi atau menambah jumlah peserta didik yang terlibat dalam melakukan tugas ajar tersebut. Misal: belajar pasing bawah sendiri, berpasangan, bertiga, berempat dst.

## **2. Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Media Pembelajaran Penjas Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana**

Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui inseri nilai-nilai Tri Hita Karana dapat ditinjau dari segi jenis media lingkungannya, inseri nilai-nilai Tri Hita Karana dalam pembelajaran penjas, dan efektivitas pembelajaran dapat diuraikan sebagai berikut:

### **a. Pemanfaatan Lingkungan dalam Pembelajaran Penjas**

Sarana prasarana dan fasilitas yang dapat dimanfaatkan dan dimodifikasi serta digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja dalam pembelajaran di rumah adalah dengan mengambil beberapa contoh berikut diantaranya, fasilitas yang berhubungan dengan lingkungan rumah: dinding rumah, tangga bangunan rumah bila rumah memiliki 2 lantai atau lebih, halaman rumah, pohon-pohon di sekitar rumah, parit dan lain-lain. Sedangkan yang berhubungan dengan alat dan fasilitas diantaranya: bambu berukuran kecil atau besar, tali atau tambang, ban sepeda bekas, bola tenis bekas, bola plastik, potongan papan triplek, botol minum bekas, gabus atau styrofoam, dus bekas dan lain-lain.

Kita juga bisa mengambil contoh modifikasi alat dan lingkungan yang sesuai dengan materi pendidikan jasmani di rumah dengan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Parit dapat dimanfaatkan untuk pembelajaran keterampilan dasar-dasar lompat galah.
- 2) Dinding rumah dapat dimanfaatkan untuk pembelajaran keterampilan dasar-dasar lempar tangkap, tenis meja, teknis dasar bola voli.
- 3) Tangga rumah dapat dimanfaatkan untuk pembelajaran keterampilan dasar berlari.
- 4) Kursi dapat dimanfaatkan untuk gerakan dalam meningkatkan otot perut.

Selanjutnya kita bisa mengambil contoh pemanfaatan hasil modifikasi alat pembelajaran pendidikan jasmani berikut ini:

- 1) Contoh pemanfaatan modifikasi alat dalam meningkatkan keterampilan dasar-dasar lompat galah: siapkan galah yang terbuat dari batang bambu kira-kira berdiameter 4-6 cm dengan panjang kurang lebih 3 m. Pelaksanaannya, mahasiswa ditugaskan berdiri di salah satu sisi parit sambil membawa galah, kemudian instruksikan mahasiswa untuk melakukan lompatan melewati parit

dengan bantuan galah dari batang bambu. Lakukan gerakan tersebut beberapa kali sampai pada tahap yang lebih terampil.

- 2) Contoh modifikasi alat pembelajaran keterampilan dasar-dasar passing dalam permainan bola voli dengan memanfaatkan dinding rumah: mahasiswa berdiri di depan dinding kurang lebih berjarak 3 meter dari dinding sambil membawa bola, pantulkan bola dengan cara dilempar terlebih dahulu ke dinding, kemudian dilanjutkan dengan melakukan passing atas maupun passing bawah dengan cara memantulkannya ke dinding. Lakukan beberapa kali sampai pada tahap yang lebih terampil.
- 3) Contoh modifikasi alat pembelajaran keterampilan memukul pada tenis meja dengan memanfaatkan dinding atau lantai rumah: tugaskan mahasiswa beridiri di depan dinding kurang lebih 3 meter sambil memegang bet dan bola pingpong, pukul bola pingpong dengan bet ke arah dinding, lakukan memukul dengan berulang baik secara langsung atau setelah bola memantul di lantai. Selanjutnya masih dalam pembelajaran keterampilan dasar-dasar memukul pada tenis meja, perhatikan pada gambar selanjutnya. Buatlah batas di lantai dengan menggunakan tali, kurang lebih panjang 5 meter dan tinggi 1,5 meter. Kemudian tugaskan siswa membentuk dua berpasangan saling berhadapan kurang lebih 5 meter diantara tali. Lakukan gerakan memukul baik dengan forehand maupun backhand dengan dipantulkan di lantai terlebih dahulu, lakukan secara berulang sampai dianggap cukup.
- 4) Contoh berikutnya, pembelajaran keterampilan berlari mengutamakan kekuatan otot tungkai dengan memanfaatkan tangga rumah. Caranya, terlebih dahulu mahasiswa ditugaskan berlari melewati tangga rumah secara naik turun latihan dilakukan berdasarkan waktu yang kompetitif.
- 5) Untuk selanjutnya, contoh pembelajaran untuk meningkatkan kekuatan otot perut dan tungkai dengan memanfaatkan kursi yang ada di lingkungan rumah. Sikap permulaan, tugaskan mahasiswa duduk di kursi seperti sikap duduk pada umumnya. Sikap awal, luruskan kedua lutut sambil kedua kaki rapat dan kedua tangan memegang bagian pinggir kursi. Pelaksanaan, angkat kedua kaki dilanjutkan dengan menekuk kedua lutut, lakukan gerakan tersebut secara berulang-ulang.

Untuk selanjutnya alat apa saja yang dimodifikasi sebagai alat pembelajaran pendidikan jasmani. Kita siapkan beberapa barang bekas yang dapat dimanfaatkan sebagai modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani.

- 1) Ban sepeda bekas dapat dimanfaatkan sebagai pembelajaran keterampilan lari, lompat dan lempar.
- 2) Dus bekas yang tidak terpakai dapat dimanfaatkan sebagai alat pembelajaran keterampilan lompat dan lari.

Selanjutnya dijelaskan mengenai cara pemanfaatan media barang bekas untuk pembelajaran pendidikan jasmani:

- 1) Pembelajaran gerak dasar lompat dengan memanfaatkan ban sepeda bekas. Siapkan ban sepeda bekas dengan ukuran ring kurang lebih 16 inci, letakan dilantai sedemikian rupa atau secara berjejer (seperti pada gambar). Tugaskan mahasiswa melompati bagian tengah setiap ban sepeda bekas tersebut. Lakukan gerakan tersebut secara berulang-ulang kira-kira sampai mahasiswa cukup terampil.
- 2) Pembelajaran gerak dasar lompat dengan memanfaatkan dus bekas. Siapkan beberapa dus dengan berukuran sedang, letakan dus-dus tersebut secara berjejer dengan jarak kurang lebih 1 meter. Tugaskan mahasiswa untuk melompati masing-masing dari dus-dus tersebut, lakukan secara berulang-ulang sampai mahasiswa mampu melaksanakannya secara terampil.
- 3) Untuk selanjutnya kita lanjutkan dengan pembelajaran gerak dasar lempar cakram dengan memanfaatkan ban sepeda bekas. Siapkan beberapa ban sepeda bekas. Tancapkan sebatang bambu dengan jarak 7-10 meter dari mahasiswa dengan tinggi kurang lebih satu meter. Tugaskan mahasiswa melempar ban tersebut seperti pada gambar, sampai ban tersebut masuk pada bambu yang ditancapkan tadi. Lakukan secara berulang-ulang sampai pada pembelajaran pada tahap yang lebih terampil.

Demikian beberapa hal yang penulis sampaikan mengenai modifikasi pembelajaran penjas dan contoh pemanfaatan lingkungan dan barang bekas yang dapat digunakan sebagai alat atau media dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

### 3. Pembelajaran Penjas Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana

Menurut Donder dalam artikelnya Parmajaya (2018) menyebutkan bahwa konsep Tri Hita Karana dikelompokkan dalam tiga nilai yaitu: 1) akhlak terhadap Tuhan Yang Maha Esa (*Parhyangan*), 2) akhlak terhadap manusia (*Pawongan*), dan 3) akhlak terhadap lingkungan (*Palemahan*). Dalam menghadapi kehidupan yang fundamentalis, konsep ajaran Tri Hita Karana memperkenalkan nilai-nilai realitis hidup bersama dalam hal penanaman nilai keadilan, pengembangan sikap demokratis, penanaman sikap kejujuran, menunjukkan sikap kejujuran, peningkatan sikap dan daya juang, pengembangan sikap tanggung jawab, dan penghargaan terhadap alam lingkungan.

Yang membutuhkan terlaksananya ajaran Tri Hita Karana ini adalah manusia. Karena kalau terbangun hubungan harmonis antara manusia dengan Tuhan, manusia dengan manusia dan manusia dengan alam lingkungannya, manusialah yang pertama yang akan merasakan kebahagiaan tersebut (Wiana, 2007; 24). Sehingga konsep Tri Hita Karana sangat baik diterapkan dalam proses pembelajaran. Jadi di dalam proses pembelajaran penjas diterapkan hal-hal berikut ini:

#### a. Pembukaan

- 1) Masuk dalam pembelajarn penjas baik menggunakan daring seperti *WhatssApp*, *Zoom* atau *Google Meet* selalu mengucapkan salam pembuka (inseri nilai *Pawongan*)
- 2) Mengamati kebersihan lingkungan rumah sebagai tempat aktivitas jasmani dan tetap menggunakan pakaian rapi dan bersih (inseri nilai *Palemahan*)
- 3) Absensi (ketaatan kedisiplinan) (inseri nilai *Pawongan*)
- 4) Aktifitas Spiritual Doa Bersama membangkitkan motivasi belajar dan pengendalian diri (inseri nilai *Parhyangan*)
- 5) Apersepsi (Kepekaan terhadap masalah sekitar, kesiapan belajar, kesadaran pengembangan diri, dorongan untuk mencapai nilai-nilai positif “Nilai-nilai Tri Hita Karana”)

#### b. Inti Pembelajaran

Inseri nilai-nilai Tri Hita Karana

- 1) Pembentukan kelompok Belajar (inseri nilai *Pawongan*)
- 2) Pembagian Materi belajar setiap kelompok belajar (nilai disiplin dan tanggung jawab dalam masyarakat inseri nilai *Pawongan*)
- 3) Membaca materi dan diskusi kelompok (inseri nilai *Pawongan* dan *Palemahan*)

- 4) Presentasi dan tanya jawab antar anggota kelompok dengan bimbingan belajar dari dosen mempergunakan sistem debat (insersi nilai *Pawongan* dan *Palemahan*)
  - 5) Melaksanakan aktivitas jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani dengan memanfaatkan media lingkungan di sekitar rumah (insersi nilai *Pawongan* dan *Palemahan*)
  - 6) Penilaian diri (*Think, Heart, Kinesthetic*)
  - 7) Evaluasi dan Uji konsistensi penilaian diri (*Think, Heart, Kinesthetic*)
  - 8) Refleksi pengalaman belajar
- c. Penutup
- (*Think, Heart, Kinesthetic*)
- 1) Menyimpulkan
  - 2) Pemberian tugas
  - 3) Doa bersama wujud rasa syukur telah diberikan kelacaran dalam beraktifitas (insersi nilai *Parhyangan*)

#### **4. Efektivitas Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Media Pembelajaran Penjas Melalui Insersi Nilai-Nilai Tri Hita Karana**

Berdasarkan hasil pengumpulan data dari *Google Forms* yang diisi oleh 40 orang mahasiswa Prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja, jadi semua responden menyatakan bahwa pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana pada Prodi STAHN Mpu Kuturan Singaraja sangat efektif digunakan dalam pembelajaran dari rumah karena memiliki banyak manfaat. Adapun manfaatnya dalam pembelajaran penjas pada Prodi STAHN Mpu Kuturan Singaraja yaitu sebagai berikut:

- a. Membuat pembelajaran menjadi lebih aktif walaupun belajar dari rumah.
- b. Menghilangkan rasa bosan, jenuh, atau mumet ketika belajar di rumah.
- c. Meningkatkan kreativitas mahasiswa dalam pemanfaatan media pembelajaran.
- d. Membuat hati mahasiswa menjadi nyaman, santai, ceria, dan gembira.
- e. Mengurangi beban pikiran/stress mahasiswa dalam belajar.
- f. Membuat mahasiswa lebih bergairah dan bersemangat/antusias dalam mengikuti perkuliahan dari rumah.
- g. Membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan.

- h. Menjaga interaksi atau hubungan antara mahasiswa dan dosen sehingga menjadi erat dan penuh kekeluargaan.
- i. Membuat mahasiswa aktif bertanya, berdiskusi, atau bertukar pendapat.
- j. Membuat suasana pembelajaran dari rumah menjadi lebih hidup.
- k. Meningkatkan daya ingat terhadap materi pembelajaran.
- l. Mengubah gaya belajar mahasiswa sehingga materi pembelajaran dapat cepat dipahami.
- m. Memicu perhatian mahasiswa.
- n. Pembelajaran lebih menarik.
- o. Mengurangi kelelahan fisik dan mental mahasiswa dalam belajar.
- p. Menarik minat mahasiswa untuk belajar.
- q. Memunculkan inspirasi mahasiswa.

##### **5. Persepsi Mahasiswa terhadap Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Media Pembelajaran Penjas Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana**

Adapun persepsi mahasiswa terhadap Pemanfaatan Lingkungan Sebagai Media Pembelajaran Penjas Melalui Inseri Nilai-Nilai Tri Hita Karana, yaitu sebagai berikut:

- a. Pembelajaran dengan pemanfaatan media lingkungan sangat mudah di peroleh di rumah;

Berdasarkan angket yang diisi oleh mahasiswa prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja dinyatakan bahwa pemanfaat media lingkungan yang mana pemanfaat lingkungan dimaksud adalah lingkungan sekitar rumah sangat mudah diperoleh. Karena sebagian besar mahasiswa memiliki fasilitas yang di maksud. Barang bekas yang sebelumnya menumpuk dan tidak dipergunakan menjadi bermanfaat dalam proses pembelajaran.

- b. Pembelajaran dengan inseri nilai-nilai Tri Hita Karana lebih menyenangkan;

Mahasiswa prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja menyatakan bahwa pembelajaran yang menyenangkan adalah pembelajaran yang selalu menjalin hubungan harmonis antara sesama mahasiswa, antara mahasiswa dengan lingkungan alam sekitar dan mahasiswa dengan Tuhan. Artinya, dosen seyogyanya memiliki keterampilan dalam menciptakan suasana yang harmonis salah satunya adalan dengan menerapkan nilai-nilai Tri Hita Karana dalam pembelajaran.

- c. Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana efektif dalam pembelajaran penjas

Pemanfaat media lingkungan dalam proses pembelajaran penjas mengurangi kesulitan mahasiswa dalam melaksanakan gerakan olahraga. Mahasiswa menjadi lebih mudah memahami gerakan olahraga yang dimaksud. Dengan ditambah insersi nilai-nilai Tri Hita Karana dalam pembelajaran mahasiswa merasa lebih terbuka dalam menyampaikan kesulitan yang dialami. Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana disambut baik oleh mahasiswa sebagai bagian dari proses belajar yang menyenangkan. Rasa bosan, jenuh, mumet, dan lelah menjadi hilang.

- d. Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana sangat bermanfaat dalam proses pembelajaran;

Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas sangat bermanfaat dalam peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani pada Prodi PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja. Karena gerakan olahraga menjadi lebih mudah di pahami dan di laksanakan dengan media yang sederhana. Mahasiswa sangat senang dengan adanya insersi nilai-nilai Tri Hita Karana dalam proses pembelajaran, karena memiliki banyak manfaat, baik bagi civitas akademika maupun atmosfer pembelajaran di perguruan tinggi.

- e. Pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana membuat mahasiswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran dari rumah.

Berdasarkan hasil angket, menyatakan bahwa dengan pemanfaat media lingkungan di sekitar rumah dalam pembelajaran pendidikan jasmani membuat mahasiswa lebih tertantang dalam melaksanakan kegiatan olahraga dan lebih aktif untuk mengikuti pembelajaran. Dosen mampu menerapkan nilai-nilai Tri Hita Karana sehingga menjalin hubungan harmonis dengan mahasiswa, lingkungan alam sekitar dan Tuhan. Ini membuat mahasiswa menjadi leluasa dalam mengikuti pembelajaran tidak rasa canggung antara dosen dan mahasiswa walaupun pembelajaran jarak jauh.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran penjas melalui insersi nilai-

nilai Tri Hita Karana ditinjau dari segi: 1) jenis media lingkungannya meliputi fasilitas yang berhubungan dengan lingkungan rumah seperti: dinding rumah, tangga bangunan rumah bila rumah memiliki 2 lantai atau lebih, halaman rumah, pohon-pohon di sekitar rumah, parit dan lain-lain. Sedangkan yang berhubungan dengan alat dan fasilitas diantaranya: bambu berukuran kecil atau besar, tali atau tambang, ban sepeda bekas, bola tenis bekas, bola plastik, potongan papan triplek, botol minum bekas, gabus atau styrofoam, dus bekas dan lain-lain. 2) pemanfaatan insersi nilai-nilai Tri Hita Karana dalam pembelajaran penjas, diterapkan pada saat pembukaan pembelajaran, inti pembelajaran dan saat menutup pembelajaran, dan 3) efektivitas pembelajaran, dinyatakan efektif karena media yang di gunakan sangat mudah di peroleh, bagi mahasiswa pembelajaran yang sebelum sulit menjadi lebih mudah dalam memahami dan melaksanakan pembelajaran aktivitas pendidikan jasmani, dan sangat bermanfaat untuk menjali hubungan yang harmonis antara dosen dengan mahasiswa atau dengan mahasiswa lainnya, hubungan harmonis antara dosen dan mahasiswa dengan lingkungan sekitar, dan hubungan harmonis antara dosen dan mahasiswa dengan Tuhan.

Persepsi mahasiswa terhadap pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana, yaitu: (1) pembelajaran dengan pemanfaatan media lingkungan sangat mudah di peroleh di rumah; (2) pembelajaran dengan insersi nilai-nilai Tri Hita Karana lebih menyenangkan; (3) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana efektif dalam pembelajaran; (4) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana sangat bermanfaat dalam proses pembelajaran; (5) pemanfaatan lingkungan sebagai media pembelajaran Penjas melalui insersi nilai-nilai Tri Hita Karana membuat mahasiswa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran dari rumah.

### **Daftar Pustaka**

- Atmaja, Nengah Bawa, Anantawikrama Tungga Atmaja, Tuty Maryati. 2017. *Agama Hindu, Pancasila, dan Keawrifan Lokal Fondasi Pendidikan Karakter*. Singaraja: Pustaka Larasan.
- Gusti Ngurah Arya Yuda. *Peningkatan Hasil Belajar Penjas Materi Tendangan Pencak Silat Melalui Alat Bantu Tali Bentang*. Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online). Volume 4. No. 3 Maret. h. 99-113.

- Parmajaya. 2018. *Implementasi Konsep Tri Hita Karana dalam Prespektif Kehidupan Global: Berpikir Global Berprilaku Global*. Purwadita. Volume 2. No. 2 September 2018. h. 27-33.
- Satria Adhitama. 2020. *Konsep Tri Hita Karana Dalam Ajaran Kepercayaan Budi Daya. Dharmasmrti*. Volume 20, No. 2 Oktober.h. 29-45.
- Wiana, Ketut. 2007. *Tri Hita Karana Menurut Konsep Hindu*. Denpasar: Paramita Surabaya
- Wiana, I Ketut. 2004. *Tri Hita Karana Menurut Konsep Hindu*. Suirabaya: Paramitha
- Windia, Wayan. dan Ratna Komala Dewi, 2011. *Analisis Bisnis Berlandaskan Tri Hita Karana*. Denpasar: Udayana University Press.
- Wirawan, I Made Adi. 2011. *Tri Hita Karana Kajian Teologi Sosiologi dan Ekologi Menurut Veda*. Surabaya: Paramitha.
- Windia,W.2005.”*THK dan Pariwisata Berkelanjutan*”, dalam *Buku Panduan THK Awards and Accreditation* tahun 2005, Green Paradise, Denpasar.
- Yoyo Bahagia. 2012. *Pengembangan Media Pembelajaran Penjas*. Departemen Pendidikan Nasional. Dirjen Pendas dan Menengah.