

PENINGKATAN KOMPETENSI GURU PENJAS DALAM TRANSFORMASI PENDIDIKAN YANG BERKEMAJUAN MENUJU INDONESIA EMAS 2045

Adi Rahadian¹, Asep Ramdan Afriyandi², Andi Kurniawan Pratama³, Muhamad Guntur Gaos Sungkawa⁴, Firdaus Hendry Prabowo Yudho⁵, Goesti Sabda Laksana⁶, Moch Kahfi Zein⁷, Radil Rahmadi⁸, Muhammad Nazhif⁹, Irfan Fauzi¹⁰, Yusuf Taziri¹¹

¹⁻⁹Universitas Suryakencana

¹⁰MGMP PJOK SMP

¹¹MGMP PJOK SMA

E-mail: adira@unsur.ac.id

ARTICLE INFO

Article history:

Received :20-08-2026

Revised :03-09-2026

Accepted: 14-09-2026

Key words: Competence,
Physical education teacher,
Educational transformation,
Golden indonesia 2045

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

This community service activity aims to improve the competency of Physical Education, Sports, and Health (PJOK) teachers in facing the dynamics of educational transformation that is progressing towards Golden Indonesia 2045. The background of this activity is based on empirical findings that show a significant gap between the competency demands of PJOK teachers in the Independent/National Curriculum era and the real capacity of most teachers in the field, especially in terms of digital literacy, designing competency-based teaching modules, authentic assessments, and the use of AI. This program is designed using a reflective-collaborative needs-based training approach. The implementation method includes three cycles of activities, namely: (1) strengthening the conceptual foundation through workshops and focus group discussions; (2) developing innovative capacity through intensive practice-based training; and (3) implementation, clinical supervision, and structured reflection. This activity involved 100 PJOK teachers from junior high and high school levels who are members of the Regency PJOK MGMP and was implemented for 12 weeks (January – March 2026). The results of the activity showed a statistically significant increase ($p < 0.001$) in all competency dimensions measured: pedagogical competency increased by 83.5%, professional

competency by 82.3%, digital literacy by 80.6%, understanding of the Independent/National Curriculum by 89.0%, and utilization of AI technology by 82.2%. In addition, 45 innovative, ready-to-use physical education (PE) teaching modules were produced and a Professional Learning Community (PLC) of PE teachers committed to continuous self-development was established. This activity makes a real contribution to an adaptive, innovative, and highly competitive physical education ecosystem, as a foundation for developing superior human resources for Indonesia Emas 2045.

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam menghadapi dinamika transformasi pendidikan yang berkembang menuju Indonesia Emas 2045. Latar belakang kegiatan ini didasari oleh temuan empiris yang menunjukkan kesenjangan yang signifikan antara tuntutan kompetensi guru PJOK pada era Kurikulum Merdeka/Nasional dengan kapasitas riil sebagian besar guru di lapangan, khususnya dalam hal literasi digital, perancangan modul ajar berbasis kompetensi, asesmen autentik, dan pemanfaatan AI. Program ini dirancang dengan menggunakan pendekatan pelatihan berbasis kebutuhan (need-based training) yang bersifat reflektif-kolaboratif. Metode pelaksanaan mencakup tiga siklus kegiatan, yaitu: (1) penguatan landasan konseptual melalui workshop dan diskusi kelompok terfokus; (2) pengembangan kapasitas inovatif melalui pelatihan intensif berbasis praktik; dan (3) implementasi, supervisi klinis, dan refleksi terstruktur. Kegiatan ini melibatkan 100 orang guru PJOK dari jenjang SMP dan SMA yang tergabung dalam MGMP PJOK Kabupaten dilaksanakan selama 12 minggu (Januari – Maret 2026). Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan secara statistik ($p < 0,001$) pada seluruh dimensi kompetensi yang diukur: kompetensi pedagogik meningkat sebesar 83,5%, kompetensi profesional sebesar 82,3%, literasi digital sebesar 80,6%, pemahaman Kurikulum Merdeka/Nasional sebesar 89,0%, dan pemanfaatan teknologi AI sebesar 82,2%. Selain itu, dihasilkan 45 modul ajar PJOK inovatif siap pakai serta terbentuknya Professional Learning Community (PLC) guru PJOK yang berkomitmen terhadap pengembangan diri berkelanjutan. Kegiatan ini memberikan kontribusi nyata bagi ekosistem pendidikan jasmani yang adaptif, inovatif, dan berdaya saing tinggi, sebagai fondasi pembangunan SDM unggul Indonesia Emas 2045..

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sebagai salah satu pilar dalam membangun karakter murid. Indonesia menjajaki sebuah era yang penuh

dengan tantangan sekaligus peluang emas. Di satu sisi, revolusi industri 4.0 dan era society 5.0 telah mengubah wajah peradaban manusia secara mendasar, mendorong percepatan digitalisasi di seluruh sektor kehidupan, termasuk pendidikan. Di sisi lain, bangsa Indonesia tengah mempersiapkan diri untuk menyambut momentum bonus demografi pada tahun 2045.

Visi Indonesia Emas 2045 bertumpu pada empat pilar utama, yakni: (1) pembangunan manusia serta penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi; (2) pembangunan ekonomi berkelanjutan; (3) pemerataan pembangunan; dan (4) pemantapan ketahanan nasional dan tata kelola pemerintahan. Dari keempat pilar tersebut, pembangunan manusia menduduki posisi terdepan, sebab manusia unggul adalah kunci dari tercapainya seluruh pilar yang lain. Dalam kerangka inilah pendidikan secara khusus berfokus utama pada peningkatan kualitas kompetensi guru.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang memiliki kontribusi holistik terhadap perkembangan murid (Ramadhan et al., 2020). Lebih dari sekadar aktivitas fisik, PJOK merupakan laboratorium pembentukan karakter; tempat berkembangnya nilai-nilai *lifeskill* seperti sportivitas, disiplin, kerja sama tim, kepemimpinan, kegigihan, dan kejujuran ditanamkan melalui pengalaman gerak yang kontekstual dan bermakna. Dengan demikian, guru PJOK memiliki tanggung jawab yang melampaui dimensi teknis keolahragaan sebagai arsitek dalam membentuk karakter generasi penerus bangsa (Septian et al., 2023).

Namun, transformasi pendidikan yang sedang berlangsung melalui kebijakan Merdeka Belajar menuntut guru PJOK untuk keluar dari zona nyaman paradigma pembelajaran lama. Kurikulum Merdeka/Nasional, dengan filosofi belajar yang berpusat pada murid (*student-centered learning*), penerapan pembelajaran berdiferensiasi, penilaian berbasis portofolio, dan internalisasi Profil Pelajar Pancasila atau Kokurikuler, merupakan perubahan paradigmatis yang tidak dapat direspons hanya dengan penyesuaian superfisial. Hal ini menuntut transformasi mendalam dalam cara berpikir, merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran.

Realitas di lapangan masih menanggung beban kesenjangan yang cukup serius. Berdasarkan data Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan (BSKAP) tahun 2023, masih terdapat lebih dari 40% guru PJOK di Indonesia yang belum menguasai secara memadai terhadap filosofi dan praktik Kurikulum Merdeka/Nasional. Kondisi ini diperparah oleh minimnya program pelatihan yang bersifat kontekstual, berkelanjutan, dan berbasis kebutuhan riil guru. Pelatihan yang ada seringkali bersifat *top-down*, seragam, dan tidak memberikan ruang bagi guru untuk merefleksikan dan mengadaptasi pengetahuan baru ke dalam konteks pembelajaran mereka yang unik (Muchson et al., 2025).

Hasil observasi pendahuluan yang dilakukan tim pengabdian pada bulan Januari 2025 di Kabupaten Cianjur menemukan gambaran yang serupa. Melalui wawancara mendalam dengan kepada 52 orang guru PJOK dan 8 orang kepala sekolah, serta pengisian angket analisis kebutuhan oleh 40 guru PJOK, teridentifikasi empat kluster

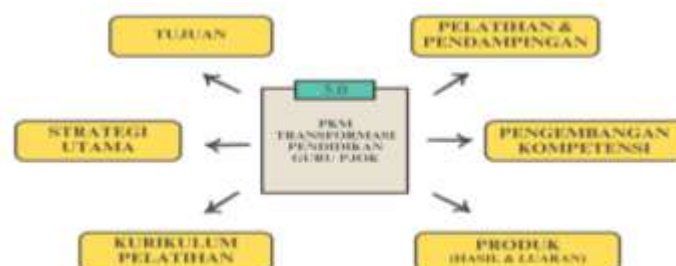
permasalahan utama. Pertama, rendahnya kompetensi digital: sebagian besar guru (73,3%) menyatakan kesulitan memanfaatkan platform digital (Learning Management System, aplikasi analisis gerak, video pembelajaran interaktif) dalam proses pembelajaran PJOK. Kedua, keterbatasan dalam merancang modul ajar berbasis Kurikulum/Nasional: hanya 46,7% guru yang mengaku telah mampu merancang modul ajar yang memuat capaian pembelajaran, tujuan pembelajaran, alur tujuan pembelajaran, dan asesmen diagnostik secara terintegrasi. Ketiga, minimnya pemahaman tentang asesmen autentik dan formatif: mayoritas guru (70%) masih mengandalkan tes fisik tunggal sebagai satu-satunya alat penilaian, tanpa variasi asesmen proses, portofolio, atau asesmen rekan sejawat. Keempat, belum optimalnya internalisasi Delapan Dimensi Profil Lulusan: hampir seluruh guru (63,3%) menyatakan baru sebatas mengetahui delapan dimensi profil lulusan secara konseptual, tetapi belum mampu mengintegrasikannya secara eksplisit dan terencana ke dalam desain pembelajaran PJOK (Adriyan et al., 2025) .

Menghadapi tantangan tersebut, tim pengabdian dari Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Suryakencana merancang dan melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat yang komprehensif, berkelanjutan, dan berorientasi pada dampak jangka panjang. Program ini mengusung pendekatan transformatif yang tidak hanya memberikan pengetahuan baru, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi kritis, kolaborasi profesional, dan pembentukan ekosistem belajar yang mandiri dan berkelanjutan (Suyanto et al., 2025).

Secara operasional, tujuan kegiatan pengabdian ini adalah: (1) meningkatkan kompetensi pedagogik guru PJOK dalam merancang dan melaksanakan pembelajaran berdiferensiasi berbasis Kurikulum/Nasional; (2) memperkuat kompetensi profesional guru PJOK dalam mengembangkan perangkat pembelajaran yang integratif dan inovatif; (3) meningkatkan literasi digital guru PJOK serta kemampuannya mengintegrasikan teknologi dalam pembelajaran (TPACK); (4) memperdalam pemahaman dan kemampuan guru dalam mengimplementasikan Profil Pelajar Pancasila melalui pembelajaran PJOK; dan (5) mendorong terbentuknya komunitas belajar profesional (*Professional Learning Community*) sebagai wadah pengembangan diri yang mandiri dan berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Dalam pengabdian kepada masyarakat ini, metode yang digunakan yaitu diskusi, pelatihan, dan pendampingan rangkaian kegiatan (Rahadian et al., 2026). Secara jelas, skema kegiatan pengabdian kepada masyarakat di ilustrasikan sebagai berikut:



Gambar 1. Peta Jalannya Pengabdian kepada Masyarakat Prodi PJKR Universitas Suryakencana

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan selama 12 minggu, dari bulan Januari hingga Maret 2026, di Kabupaten Cianjur, Provinsi Jawa Barat. Peserta kegiatan adalah 100 orang guru PJOK yang tergabung dalam MGMP PJOK SMP dan SMA se-Kabupaten Cianjur, terdiri atas 50 Guru PJOK SMP (50%), dan 50 Guru PJOK SMA (50%). Kegiatan dilaksanakan di Gedung Aula FKIP Universitas Suryakencana dan di tiap sekolah masing-masing peserta untuk sesi pendampingan. Program ini menggunakan desain penelitian tindakan partisipatif (*participatory action research*) yang bersifat siklus dan spiral, di mana setiap tahapan pelaksanaan diikuti oleh evaluasi dan refleksi yang menjadi dasar penyempurnaan tahap berikutnya. Pendekatan ini dipilih karena dianggap paling sesuai untuk menghasilkan perubahan yang kontekstual, bermakna, dan berkelanjutan bagi para peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keberhasilan program pengabdian kepada masyarakat ini tidak terlepas dari beberapa faktor pendukung yang saling menguatkan. Pertama, pendekatan berbasis kebutuhan (*need-based*) yang diterapkan sejak awal memastikan bahwa setiap materi pelatihan relevan langsung dengan tantangan nyata yang dihadapi peserta, sehingga motivasi dan keterlibatan aktif peserta tetap tinggi sepanjang program. Hal ini sesuai dengan temuan (Yusdiantara, 2025) yang menegaskan bahwa relevansi konten pelatihan dengan konteks tugas nyata guru adalah prediktor terkuat dari efektivitas program pengembangan profesional Guru PJOK.



Gambar 2. Sesi Foto Bersama Peserta Workhsop Kompetensi Guru Penjas

Kedua, desain tiga siklus yang bersifat progresif dan spiral memungkinkan peserta untuk secara bertahap membangun kompetensi dari dimensi konseptual menuju dimensi praktis dan reflektif. Model ini sejalan dengan prinsip *scaffolded learning* yang meyakini bahwa pembelajaran yang efektif bergerak dari *zone of proximal development* satu ke *zone of proximal development* berikutnya melalui dukungan yang terstruktur dan kontekstual. Ketiga, penciptaan ruang yang aman (*safe space*) untuk berbagi, bertanya, dan membuat kesalahan terbukti sangat efektif dalam mendorong keterbukaan profesional peserta. Pendekatan ini diinspirasi oleh konsep *psychological safety*, bahwa tim yang memiliki rasa aman secara psikologis menunjukkan kinerja belajar yang jauh lebih baik dibandingkan tim yang dilandasi oleh rasa takut atau penghakiman. Keempat, dukungan penuh dari Dinas Pendidikan setempat dan kepemimpinan MGMP PJOK yang proaktif menciptakan legitimasi kelembagaan yang penting bagi berlangsungnya program dengan dukungan kelembagaan dan keterlibatan peserta.

Program pengabdian kepada masyarakat ini berkontribusi pada visi Indonesia Emas 2045 melalui setidaknya tiga jalur strategis. Pertama, secara langsung meningkatkan kualitas SDM di sektor pendidikan dengan menghasilkan guru PJOK yang lebih kompeten, inovatif, dan berdaya saing tinggi. Kedua, program ini berkontribusi dalam pembentukan generasi muda yang sehat, aktif, dan berkarakter untuk mewujudkan cita-cita Indonesia Emas. Dengan demikian, Guru PJOK yang kompeten merupakan katalisator (Wejang & Nasar, 2025) bagi terwujudnya generasi emas. Ketiga, pembentukan PLC sebagai ekosistem belajar mandiri yang berkelanjutan menciptakan mekanisme pengembangan SDM.



Gambar 3. Pemberian MoA dan Penghargaan untuk Narasumber

Selanjutnya setelah ketiga siklus sebelumnya dilaksanakan, berlanjut pada sesi *workshop*. Hal pertama difokuskan pada pembangunan pemahaman bersama tentang filosofi dan konsep-konsep dasar yang mendasari transformasi pendidikan. Kegiatan utama pada siklus ini adalah *workshop* intensif selama dua hari yang membahas

Modul M1 dan M2. *Workshop* dirancang secara interaktif dengan proporsi 30% ceramah dan 70% diskusi, latihan, dan presentasi. Peserta dibagi dalam kelompok-kelompok kecil yang heterogen (campuran jenjang Guru PJOK SMP, dan SMA) untuk mendorong pertukaran perspektif lintas-jenjang yang kaya.

Sesi diskusi kelompok terfokus (*focus group discussion*) juga diselenggarakan untuk menggali pengalaman dan tantangan nyata yang dihadapi peserta dalam mengimplementasikan Kurikulum Merdeka/Nasional. Hasil diskusi ini tidak hanya memperkaya pemahaman kolektif peserta, tetapi juga menjadi bahan masukan berharga bagi penyempurnaan modul pelatihan selanjutnya.

Inti dari program pelatihan, mencakup Modul M3 hingga M6 yang dilaksanakan dalam format *workshop* dan pelatihan praktis selama empat minggu. Pada minggu ke-5 dan 6, peserta berlatih merancang modul ajar PJOK yang lengkap dengan komponen: informasi umum, kompetensi inti (capaian pembelajaran, tujuan pembelajaran, pemahaman bermakna, pertanyaan pemantik), kegiatan pembelajaran, asesmen, pengayaan, dan remediasi. Setiap peserta diwajibkan menghasilkan minimal satu modul ajar yang siap digunakan.

Pada minggu ke-7 dan 8, pelatihan difokuskan pada pengembangan instrumen asesmen autentik. Peserta dilatih merancang rubrik asesmen kinerja gerak, lembar observasi, jurnal belajar murid, dan instrumen penilaian diri dan penilaian sejawat. Mereka juga diperkenalkan dengan konsep asesmen diagnostik non-kognitif sebagai praktik awal pembelajaran PJOK yang empatik.

Sementara di minggu ke-9 dan 10 diperuntukkan bagi pelatihan intensif teknologi digital. Tim pengabdian menghadirkan narasumber tamu yang merupakan praktisi teknologi pendidikan. Peserta berlatih menggunakan platform *Google Workspace for Education* (*Google Classroom*, *Google Forms* untuk asesmen, *Google Slides* untuk presentasi interaktif), *Canva for Education* untuk desain media pembelajaran, serta aplikasi analisis gerak berbasis kecerdasan artifisial (AI) yang dapat digunakan secara gratis melalui smartphone. Pelatihan dilakukan secara *hands-on* dengan setiap peserta menggunakan perangkat masing-masing.

Pada minggu ke-11 dan 12, fokus beralih pada implementasi kerangka TPACK dan integrasi Delapan Dimensi Profil Lulusan. Peserta berlatih merancang skenario pembelajaran PJOK yang secara eksplisit mengidentifikasi Delapan Dimensi Profil Lulusan yang dikembangkan, strategi pembelajaran yang digunakan, dan teknologi yang diintegrasikan, serta bagaimana ketiganya saling memperkuat dalam satu pengalaman belajar yang kohesif untuk berbagi praktik baik dan reflektif.



Gambar 4. Rangkaian Acara Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) PJKR Universitas Suryakencana

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan di atas, dapat ditarik kesimpulan-kesimpulan berikut:

1. Program pengabdian kepada masyarakat yang dirancang dengan pendekatan *need-based training* tiga siklus yang progresif dan reflektif-kolaboratif terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi guru PJOK secara holistik dan signifikan. Seluruh peningkatan pada lima dimensi kompetensi yang diukur (kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, literasi digital, pemahaman Kurikulum/Nasional, dan integrasi Delapan Dimensi Profil Lulusan) bermakna secara statistik dengan $p < 0,001$ dan *effect size* yang besar.
2. Peningkatan kompetensi yang paling substansial terjadi pada dimensi pemahaman Kurikulum Merdeka/Nasional (89,0%) dan kompetensi profesional (82,3%), yang mencerminkan keberhasilan program dalam menjembatani gap antara tuntutan kebijakan pendidikan terkini dengan kapasitas riil guru di lapangan.
3. Program ini menghasilkan 45 modul ajar PJOK berbasis Kurikulum Merdeka/Nasional yang inovatif dan siap digunakan, serta 84,4% peserta mampu mengimplementasikan modul ajar tersebut pada level kualitas 'Baik' atau 'Sangat Baik' berdasarkan hasil supervisi klinis.
4. Terbentuknya *Professional Learning Community* 'PJOK Berkemajuan' sebagai ekosistem belajar profesional yang mandiri dan berkelanjutan merupakan luaran paling strategis dari program ini, sekaligus mekanisme jaminan keberlanjutan dampak jangka panjang.
5. Program ini memberikan kontribusi nyata dan terukur terhadap visi Indonesia Emas 2045, khususnya pada pilar pembangunan SDM unggul, melalui

peningkatan kualitas pendidik yang secara langsung bersentuhan dengan proses pembentukan generasi penerus bangsa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriyan, Kastrena, E., Rahadian, A., & Syamsul Taufik, M. (2025). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi terhadap Aktivitas dan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 486–494. <https://doi.org/https://doi.org/10.37742/jmpo.v6i1.119>
- Muchson, M., Anas, M., & Forijati, R. (2025). *Implementasi Pembelajaran Mendalam untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan di Indonesia: Tantangan dan Strategi*.
- Rahadian, A., Fitri Amalia, E., Afriyandi, A. R., Guntur, M., Sungkawa, G., Kurniawan Pratama, A., Mohammad, P., Alansori, Y., Hifdi, M., Tawakkal, I. S., Afrizal, T., Marlina, R., Pujayanti, R., Lestari, R. R., & Rustandi, B. (2026). Indonesian Journal of Community Empowerment PELATIHAN SPORTPRENEUR DAN PENGEMBANGAN SPORT INDUSTRY 4.0 BAGI MAHASISWA OLAHRAGA DI KABUPATEN CIANJUR MENUJU PERTUMBUHAN EKONOMI ERA BARU. *Indonesian Journal of Community Empowerment*, 3(1), 84–90.
- Ramadhan, M. G., Ma'mun, A., & Mahendra, A. (2020). Implementasi Kebijakan Olahraga Pendidikan sebagai Upaya Pembangunan Melalui Olahraga Berdasarkan Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 69–80. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.23824>
- Septian, A., Komala, E., Rahadian, A., Suryani, Y., Azkia, D., & Siti Karnia, E. (2023). *Implementasi Trauma Healing dan Sekolah Alam Pasca Gempa Bagi Anak-anak di Cianjur*.
- Suyanto et al. (2025). *PEMBELAJARAN MENDALAM: Menuju Pendidikan Bermutu untuk Semua. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia*.
- Wejang, H. E., & Nasar, I. (2025). *Edukasiana: Jurnal Inovasi Pendidikan Menjelajahi Peluang dan Tantangan Integrasi Pembelajaran Mendalam dalam Pendidikan Dasar: Tinjauan Literatur Sistematis*. 4, 1682–1690. <https://doi.org/10.56916/ejip.v4i4.2273>
- Yusdiantara, S. D. (2025). Transformasi Pendidikan Olahraga di Era Kurikulum Pembelajaran Mendalam: Tinjauan Sitematic Literature Review dari Perspektif Teori Behavioristik, Kognitif, konstruktivistik. In *Seminar Nasional Prodi Magister dan Doktoral Pendidikan Olahraga FIK UNNES* (Vol. 1, Number 1).