

PANDUAN IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN MULTIKEAKSARAAN BERBASIS KESEHATAN DAN OLAHRAGA



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat
Pusat Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat
(PP-PAUD dan Dikmas) Jawa Barat
2020



**PANDUAN IMPLEMENTASI
MODEL PEMBELAJARAN MULTIKEAKSARAAN
BERBASIS KESEHATAN DAN OLAHRAGA**

Pengarah:

Dr. Drs. H. Bambang Winarji, M.Pd

Penanggung Jawab:

Hidayat, M.Pd

Tim Pengembang:

Darnowo, M.Pd

Erni Sukmawati, M.Pd

Riana SKM., M.M.Pd

Neni Nurlaela, S.Pd

Kontributor:

PKBM Srikandi Kota Cimahi

PKBM Hidayah Kab. Bandung

PKBM Pelita Ilmu Kab. Bogor

PKBM Bhina Swakarya Kab. Bandung Barat

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia

PP PAUD dan DIKMAS JAWA BARAT

Tahun 2020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Illahi Robi yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya, hingga kita dapat menyusun Panduan Implementasi Model Pembelajaran Multikeaksaraan Berbasis Kesehatan dan Olahraga.

Pendidikan keaksaraan khususnya multikeaksaraan dalam perkembangannya memegang peranan yang penting dalam pembentukan insan yang sehat dan berpendidikan, sehingga dapat menghasilkan manusia yang dapat tumbuh dan berkembang cerdas dan berdayaguna.

Untuk mencapai maksud diatas tidak mudah, karena pendidikan dilakukan melalui proses yang memakan cukup waktu. Untuk itu berbagai cara dalam kaitannya dengan pengimplementasian kebijakan pada Pendidikan Keaksaraan ini. Salah satu yang akan dilakukan oleh Pusat Pengembangan Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat (PP-PAUD dan Dikmas) Jawa Barat mengembangkan model pembelajaran Pembelajaran Multikeaksaraan Berbasis Kesehatan dan Olahraga.

Tujuan penulisan panduan ini adalah meningkatkan kompetensi pelaksana baik peserta didik, pendidik dan tenaga kependidikan dalam melaksanakan pembelajaran multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga di satuan pendidikan PKBM.

Akhirnya, kami ucapkan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan ini. Semoga kita selalu berada dalam ridho dan lindungan-Nya. Amin.

Bandung, Desember 2020
Kepala,



Dr. Drs. H. Bambang Winarji, M.Pd.
NIP.196101261988031002

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	ii
A. Latar Belakang	1
B. SPESIFIKASI MODEL.....	2
C. PERSYARATAN PENERAPAN MODEL	3
D. STRUKTUR MATERI.....	3
E. BAHAN AJAR	10
F. BAHAN DAN ALAT	10
G. PERAN PENDIDIK.....	11
H. LANGKAH PENERAPAN	12
I. KEUNGGULAN MODEL	16
J. KETERBATASAN MODEL	16
K. REFERENSI.....	16

A. Latar Belakang

Pada tahun 2020 PP PAUD dan Dikmas Jawa barat mengembangkan model pembelajaran multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga. Pembelajaran multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga merupakan model pembelajaran yang mengangkat sub tema kesegaran jasmani sebagai materi dan media pembelajarannya. Dalam kondisi saat ini, kesegaran jasmani sangat diperlukan dalam menjaga kondisi tubuh. Tingkat kesadaran masyarakat untuk melakukan aktivitas olahraga masih rendah, meskipun olahraga yang dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang atau hanya untuk bersenang-senang.

Pendidikan multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga dapat memberikan kesempatan untuk meningkatkan dan mengembangkan kompetensi membaca, menulis, dan berhitung dalam bahasa Indonesia, sehingga mampu menjadi warga masyarakat yang sepenuhnya melek aksara melalui kesegaran jasmani.

Pendidikan multikeaksaraan dalam model ini yang menjadi konten materinya adalah olahraga dan kesehatan sub tema kesegaran jasmani. Model pembelajaran mandiri pada pendidikan multikeaksaraan berbasis olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan bagi lulusan keaksaraan dasar untuk meningkatkan dan mengembangkan kompetensi membaca, menulis, berhitung dan berkomunikasi dalam bahasa Indonesia sehingga mampu menjadi warga masyarakat yang sepenuhnya melek aksara melalui kesegaran jasmani dan mampu menjalankan hidup yang produktif dan memiliki fisik yang layak sehingga dapat melakukan berbagai

aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Memudahkan proses penerapan, maka kami menyusun panduan implementasi model pembelajaran multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga.

B. SPESIFIKASI MODEL

1. Batasan Pengertian Kesehatan dan Olahraga

Pendidikan multikeaksaraan merupakan pendidikan keaksaraan yang menekankan peningkatan keragaman keberaksaraan dalam segala aspek kehidupan. Dengan kata lain, tujuan dari pendidikan multikeaksaraan tidak sekadar mendidik masyarakat mampu membaca, menulis, dan berhitung, tetapi juga untuk mengembangkan kemampuan peserta didik agar mampu mengatasi persoalan yang terjadi dalam kehidupannya.

“suatu keadaan fisik, mental, dan sosial kesejahteraan dan bukan hanya ketiadaan penyakit atau kelemahan.

Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara dan meningkatkan kemampuan gerak contoh jalan kaki, senam, outbound termasuk renang yang berarti meningkatkan kualitas hidup

2. Criteria sasaran

Peserta didik merupakan peserta didik yang telah terdaftar pada program Multikeaksaraan.

Syarat peserta didik multikeaksaraan adalah :

- a. Lulusan program keaksaraan dasar
- b. Memiliki SUKMA

Peranan peserta didik dalam model ini adalah:

- a. Bersama pendidik membuat kesepakatan jadwal dalam bentuk kontrak belajar.
 - b. Sebagai pelaksana pembelajaran yang aktif.
3. Perangkat model yang dipergunakan

C. PERSYARATAN PENERAPAN MODEL

Lembaga penyelenggara program pada pendidikan multi keaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga adalah pusat kegiatan belajar masyarakat (PKBM). Adapun syarat PKBM penyelenggara program adalah :

1. Memiliki lulusan pendidikan keaksaraan dasar
2. Berpengalaman menyelenggarakan program keaksaraan minimal 2 tahun
3. Memiliki pendidik yang memenuhi kualifikasi dan kompetensi
4. Pendidik dalam program multikeaksaraan harus menguasai strategi pembelajaran mandiri. Pendidik yang belum menguasai strategi pembelajaran, maka perlu diadakan pelatihan bagi pendidik multikeaksaraan sebelum melaksanakan pembelajaran
5. Pendidik harus memahami Silabus dan RPP
6. Untuk mempermudah pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan strategi pembelajaran mandiri sebaiknya menggunakan bahan Ajar dan media pembelajarannya.

D. STRUKTUR MATERI

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
Konsep kesegaran jasmani	<ol style="list-style-type: none"> a. Pengertian kesegaran jasmani b. Manfaat latihan 	2.1. Menggali informasi dari teks penjelasan tentang wawasan keilmuan dan teknologi, kesehatan dan	8	2	2	4

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
	kesegaran jasmani	olahraga, seni, budaya, atau politik dan kebangsaan sesuai dengan yang diminati minimal dalam 7 (tujuh) kalimat sederhana; 3.2. Mengolah teks penjelasan tentang wawasan ilmu dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan serta keterampilan tertentu dalam bahasa Indonesia minimal 5 (lima) kalimat sederhana secara tertulis;				
		2.2. Menggali informasi dari teks penjelasan tentang pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati minimal dalam 7 (tujuh) kalimat sederhana; 3.1. Mengolah informasi dari teks penjelasan tentang pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati dalam bahasa Indonesia minimal 5 (lima) kalimat sederhana secara lisan dan tertulis;	8	2	2	4
	c. Pengukuran kesegaran jasmani	2.4. Mengenal penggunaan operasi bilangan tentang produk teknologi, kesehatan dan	6	2	2	2

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
		olahraga, seni, budaya atau jasa, dan uang yang disesuaikan dengan kebutuhan. 3.7. Memperkirakan kebutuhan komponen produk teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya yang inovatif yang sedang dikerjakan, dimiliki dan diminati untuk menentukan biaya yang diperlukan.				
	d. Jenis latihan komponen kesegaran jasmani <ul style="list-style-type: none"> '- Daya tahan '- Kekuatan '- Komposisi tubuh '- Kelenturan e. Kebutuhan Relasi (membangun kemitraan) - Membentuk kelompok kesegaran jasmani (paguyuban) - Merancang kegiatan sebagai bentuk kesegaran jasmani (penyelenggaraan program	2.8. Menggali informasi dari teks petunjuk atau arahan yang berkaitan dengan pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati minimal dalam 7 (tujuh) kalimat sederhana. 3.14. Mengomunikasikan ide dan produk inovatif berkaitan dengan ilmu dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya yang diminati. 3.12. Mempraktikkan kemitraan dalam mengembangkan produk teknologi sederhana, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, secara inovatif yang diminati di wilayahnya;	8	2	2	4

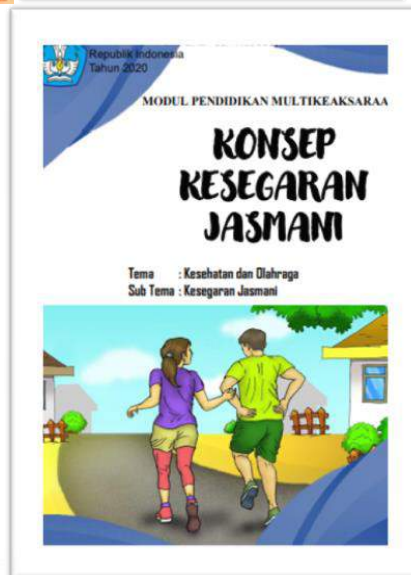
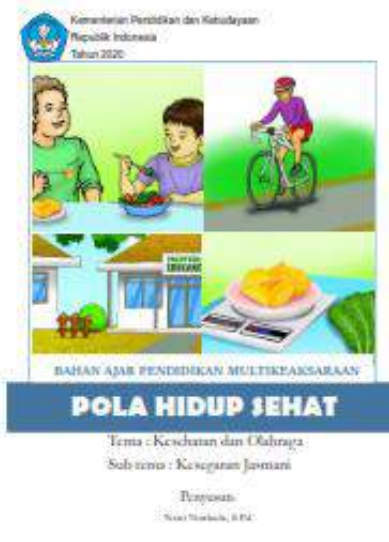
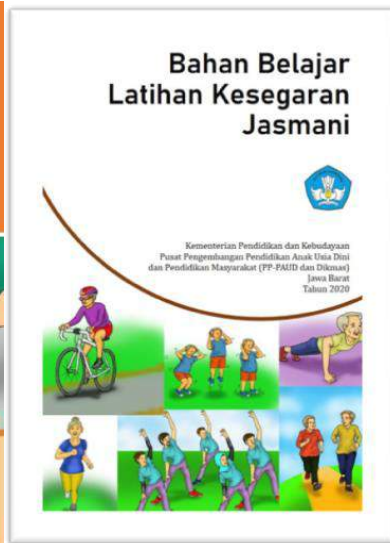
Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
	kesehatan di masyarakat)					
Pencegahan dan pertolongan pertama cedera olahraga	a. Cedera olahraga (definisi, penyebab, jenis) b. Pencegahan cedera olahraga c. Tatalaksana pertolongan pertama pada cedera olahraga (metode RICE, metode lainnya, mekanisme rujukan)	2.9. Menggali informasi dari teks narasi yang berkaitan dengan pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati minimal dalam 7 (tujuh) kalimat sederhana. 3.11. Mengolah informasi dari teks narasi yang berkaitan dengan pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati dalam 5 kalimat sederhana secara lisan dan tertulis.	8	2	2	4
		2.10. Menggali informasi dari teks laporan yang berkaitan dengan pekerjaan, profesi, atau kemahiran yang dimiliki dan diminati minimal dalam 7 (tujuh) kalimat sederhana. 3.13. Mengolah informasi teks laporan yang berkaitan dengan hasil produk teknologi sederhana, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, secara inovatif yang diminati.	8	2	2	4
Pola Hidup Sehat	a. Kebutuhan gizi (makanan	2.3. Menggali informasi dari teks khusus yang	8	2	2	4

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
	yang bertekstur lembut, protein tinggi, rendah lemak, konsumsi gula rendah, banyak makan serat) b. Pembiasaan hidup sehat (mandi, makan, tidur teratur, lingkungan sehat, aktivitas sehat) c. Praktik mengolah makanan sehat	berbentuk brosur atau leaflet sederhana tentang keilmuan dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan tertentu yang diminati berkaitan dengan pekerjaan atau profesinya; 3.3. Mengolah teks khusus yang berbentuk brosur atau leaflet sederhana tentang ilmu dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan tertentu yang diminati berkaitan dengan pekerjaan atau profesinya;				
		2.5. Menggunakan konsep pecahan sederhana dalam melakukan penjumlahan dan pengurangan pada kehidupan sehari-hari; 3.5. Menggunakan sifat operasi hitung dalam menyederhanakan atau menentukan hasil penjumlahan, pengurangan, perkalian dan pembagian bilangan; 3.8. Menerapkan pecahan sederhana	12	4	4	4

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
		ke bentuk pecahan desimal dan persen pada perhitungan yang berkaitan dengan uang dan produk teknologi sederhana, kesehatan dan olahraga, seni, budaya yang inovatif dan diminati;				
		2.6. Menggali informasi dari teks tabel atau diagram sederhana yang berkaitan dengan kajian ilmu keilmuan dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan serta keterampilan tertentu yang diminati 3.6. Menggunakan uang atau jenis transaksi lainnya dalam kehidupan sehari-hari. 3.10. Menggunakan hasil pengolahan dan penafsiran data dalam bentuk tabel, diagram, dan grafik sederhana mengenai kajian ilmu dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan serta keterampilan tertentu yang diminati.	10	4	2	4
		2.7. Mengidentifikasi pengetahuan keruangan (geometri) sederhana yang	10	4	2	4

Aspek	Cakupan Materi	Kompetensi dasar	Jp	Pendi dikial	Tatap Muka	Mandiri
		<p>diterapkan dalam kajian keilmuan dan teknologi, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, politik dan kebangsaan tertentu yang diminati dan digunakan dalam kehidupan sehari-hari.</p> <p>3.4. Mempraktikkan pengetahuan dan kreativitas yang dimiliki dan diminati menjadi produk teknologi sederhana, kesehatan dan olahraga, seni, dan budaya yang inovatif dengan memanfaatkan peluang dan sumber daya yang ada di sekitarnya.</p> <p>3.9. Menggunakan satuan pengukuran panjang, waktu, berat, atau satuan lainnya yang diperlukan pada kegiatan menciptakan produk teknologi sederhana, kesehatan dan olahraga, seni, budaya, yang inovatif.</p>				

E. BAHAN AJAR



F. BAHAN DAN ALAT

1. perlengkapan peserta didik terdiri atas pakaian olahraga dan ATK
2. alat dan bahan praktek, untuk membuat menu seimbang
3. ATK penyelenggaraan

G. PERAN PENDIDIK

1. Memahami karakteristik peserta didik multikeaksaraan.
2. Memahami pola pembelajaran dalam pendidikan multikeaksaraan.
3. Memahami model pembelajaran dalam pendidikan multikeaksaraan.
4. Memiliki kualifikasi dan kompetensi sebagai berikut:
 - a. Berlatarbelakang pendidikan minimal D3 dibidang pendidikan atau telah mengikuti pelatihan pendidik pendidikan keaksaraan.
 - b. Memiliki komitmen yang tinggi untuk melaksanakan model pendidikan multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga (sub tema kesegaran jasmani)

Berikut adalah peran pendidik di setiap tahap pelaksanaan:

1. **Tahap perencanaan**
 - a. Memahami perangkat pembelajaran (silabus dan RPP)
 - b. mengidentifikasi jumlah bobot SKK, jadwal pertemuan, jumlah hari efektif pembelajaran
 - c. memetakan kompetensi dasar kedalam pola mandiri, pendidikial dan tatap muka
2. **Tahap pelaksanaan**
 - a. Memfasilitasi peserta didik untuk membuat kontrak belajar
 - b. Memfasilitasi proses pelaksanaan pembelajaran mandiri, pendidikial dan tatap muka

3. Evaluasi

Tugas pendidik pada tahap ini adalah:

- a. Melakukan penilaian terhadap peserta didik dalam penguasaan sikap, pengetahuan dan keterampilan peserta didik
- b. Melakukan refleksi terhadap aktivitas dan produk yang dihasilkan

H. LANGKAH PENERAPAN

Dalam penerapan pembelajaran multikeaksaraan berbasis kesehatan dan olahraga menerapkan pola pembelajaran tatap muka, pendidkial dan mandiri. Langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam setiap pola pembelajaran sebagai berikut.

a. Pola Tatap Muka

1. Kegiatan Pendahuluan

Pendidik Mengucapkan salam, mengecek protokol kesehatan peserta didik, memotivasi pentingnya belajar dan memiliki ilmu pengetahuan terutama bisa membaca dan menulis, dan memberikan apresiasi sebesar-besarnya kepada seluruh peserta didik yang telah hadir.

2. Kegiatan Inti

- Peserta didik menyimak penjelasan materi yang disampaikan pendidik.
- Peserta didik merespon pertanyaan mengenai materi yang disampaikan pendidik.
- Peserta didik menuliskan kegiatan yang bersangkutan dengan materi yang disampaikan

3. Penutup

- Pendidik memberikan ungkapan terima kasih kepada peserta didik yang tetap disiplin dan aktif mengikuti pembelajaran dalam keadaan seperti pandemi ini.
- Pendidik juga memberikan informasi materi pertemuan berikutnya .

b. Pola Tutorial

1. Kegiatan Pendahuluan

- Menyiapkan kondisi untuk pelaksanaan tutorial
- Menyampaikan tujuan tutorial

2. Kegiatan Inti

- Peserta didik diberikan materi yang dianggap sulit untuk dipelajari
- Peserta didik diajak untuk berdiskusi tentang materi yang diberikan oleh pendidik maupun pendamping.
- Peserta didik mendengarkan pendidik atau pendamping dalam memberikan penegasan atau penguatan materi yang dipelajari.

3. Kegiatan Penutup

- Peserta didik diberikan motivasi oleh pendidik atau pendamping untuk mendalami materi yang dipelajari.
- Menyampaikan rencana pembelajaran berikutnya.

c. Pola Mandiri

1. Kegiatan Pendahuluan

- Peserta didik diberikan tugas pada pertemuan tatap muka untuk dikerjakan di rumah.
- Pendidik memberikan informasi terkait tugas untuk peserta didik kepada pendamping peserta didik di rumah (keluarga atau kader atau pengurus pemerintahan yang terlibat dalam membantu pembelajaran peserta didik)

2. Kegiatan Inti

- Peserta didik secara mandiri mempelajari materi yang diberikan oleh pendidik dengan pendampingan dari pendamping.
- Peserta didik mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh pendidik dengan pendampingan dari pendamping.

3. Kegiatan Penutup

- Pendamping melakukan pelaporan kepada pendidik terkait pembelajaran peserta didik.
- Peserta didik mengumpulkan tugas-tugas yang telah dikerjakan dengan pendampingan dari pendamping.
- Pendidik melakukan penilaian terhadap hasil pembelajaran mandiri.

Untuk kegiatan olahraga dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani peserta didik dilakukan senam. Kegiatan kesegaran jasmani ini dapat dilakukan pada saat pembelajaran tatap muka, tutorial

atau mandiri. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan kesehatan jasmani anatara lain:

a. Persiapan

1. Menyiapkan kegiatan olahraga, yang terdiri dari:
 - Penyiapan prasarana
 - Penyiapan sarana olahraga
 - Kebutuhan P3K
 - Penyusunan program kegiatan
 - Penyusunan jadwal pelaksanaan
2. Pengadaan alat dan bahan sesuai cabang olahraga
3. Koordinasi dan pembimbingan dengan grup atau kelompok serta lembaga pembina

b. Pelaksanaan:

1. Pembukaan berdoa
2. Pemanasan
 - Gerakan-gerakan ringan kegiatan olahraga
 - Latihan pernafasan dan pelepasan tubuh
3. Gerakan inti (lihat jadwal dalam program kegiatan)
 - Pemanasan sesuai cabang olahraga
 - Pelaksanaan kegiatan inti cabang olahraga
 - Pendinginan cabang olahraga
4. Pendinginan
 - Relaksasi
 - Evaluasi diri

c. Penilaian

1. Tes kesehatan
2. Kontrol hasil latihan

3. Laporan hasil

I. KEUNGGULAN MODEL

1. Dapat diterapkan pada masa pandemic, dimana masyarakat harus melaksanakan pembatasan social dan jaga jarak
2. Melibatkan anggota keluarga lain sebagai pendamping dalam pembelajaran
3. Meningkatkan kesegaran jasmani peserta didik
4. Peserta didik aktif dimasyarakat
5. Terdapat pengembangan sikap rasional dan ilmiah pada diri peserta didik, sehingga tumbuh kesadaran kritis tentang kegiatan kesehatan dan olahraga
6. Terdapat nilai dan sikap baru dalam kegiatan kesehatan dan olahraga

J. KETERBATASAN MODEL

1. baru diujicobakan di 4 lokasi lembaga PKBM
2. Pengelola dan pendidik harus terus menerus memberikan pemahaman dan pendampingan kepada pendamping peserta didik ketika melakukan pembelajaran mandiri agar peserta didik mencapai kompetensi yang diinginkan.

K. REFERENSI

1. Depdiknas RI. 2003. Undang-Undang Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Depdiknas.
2. Pemerintah melalui Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 42 Tahun 2015 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pendidikan keaksaraan

- Lanjutan.
3. Permendikbud RI Nomor 66 Tahun 2013 tentang Kurikulum 2013 Permendikbud RI Nomor 42 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Keaksaraan Lanjutan. Jakarta: Direktorat Pendidikan Keaksaraan dan Kesetaraan
 4. Petunjuk Teknis Operasional Penyelenggaraan Pendidikan Multikeaksaraan Direktorat Pembinaan Keaksaraan dan Kesetaraan Ditjen PAUD dan Dikmas tahun 2018.



Jl. Jayagiri No.63, Jayagiri
Lembang, Kabupaten Bandung Barat,
Jawa Barat 40391



@pppauddikmasjabar



PP Paud dan Dikmas Jawa Barat



@pauddikmasjabar



<http://pauddikmasjabar.kemdikbud.go.id/>

