

---

**IMPLEMENTASI KURUKULUM MERDEKA PADA PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SISWA**Putri Nabila<sup>1</sup>, Gupo Matvayodha<sup>2</sup><sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sultan Thaha Saifuddin JambiEmail: [putrinabila29oke@gmail.com](mailto:putrinabila29oke@gmail.com)<sup>1</sup>, [gupomatvayodha@uinjambi.ac.id](mailto:gupomatvayodha@uinjambi.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi Kurikulum Merdeka dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di kelas V MI Muhajirin Kota Jambi. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Kurikulum Merdeka memberikan kebebasan kepada guru untuk merancang pembelajaran yang lebih kreatif dan inovatif, serta meningkatkan partisipasi siswa dalam kegiatan fisik. Namun, terdapat tantangan dalam hal pelatihan guru dan penyediaan sarana prasarana yang memadai. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pengembangan kurikulum dan praktik pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Implementasi, Kurikulum Merdeka, PJOK.

***Abstract:** This study aims to analyze the implementation of the Independent Curriculum in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning in Class V at MI Muhajirin Jambi City. The research method used is a qualitative approach with data collection through observation, interviews, and documentation. The results show that the implementation of the Independent Curriculum provides teachers with the freedom to design more creative and innovative learning, and increases student participation in physical activities. However, there are challenges in terms of teacher training and provision of adequate facilities and infrastructure. This study is expected to provide insights for curriculum development and PJOK learning practices in elementary schools.*

***Keywords:** Independent Curriculum, Pjok*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam membangun sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing di era globalisasi. Di Indonesia, sistem pendidikan terus mengalami perkembangan dan pembaruan untuk menyesuaikan diri dengan kebutuhan zaman serta tantangan pembelajaran abad ke-21 Pendidikan pada zaman sekarang bisa dikatakan sebagai suatu proses belajar manusia untuk membentuk karakter.

Pendidikan menjadi aspek penting dari kehidupan masyarakat dunia, termasuk di Indonesia (Rahman et al., 2022). Salah satu kebijakan terbaru yang diluncurkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) adalah Kurikulum Merdeka, sebagai bagian dari program Merdeka Belajar. Kurikulum ini hadir sebagai respons terhadap krisis pembelajaran yang diperparah oleh pandemi COVID-19,

sekaligus sebagai upaya untuk menciptakan sistem pendidikan yang lebih fleksibel, relevan, dan berpusat pada peserta didik (Assa Riswan, 2022).

Kurikulum Merdeka menawarkan pendekatan pembelajaran yang lebih adaptif, dengan fokus pada pengembangan kompetensi, karakter, dan minat siswa. Guru diberikan keleluasaan untuk merancang pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan konteks lokal, sehingga proses belajar dapat lebih bermakna (Zakso, 2023). Program kurikulum erdeka dapat membentuk sumber daya yang unggul atau berkualitas untuk menuntaskan peluang pendidikan pada era Industri 4.0 dengan tujuan kemajuan bangsa dan negara Pendidikan merupakan salah satu faktor terpenting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia dan kemajuan sebuah bangsa. Proses Pendidikan mampu melahirkan ide- ide kreatif, inovatif dalam dinamika perkembangan zaman (Aisyah Wardatun Nisa & Eka Titi Andaryani, 2023).

Salah satu mata pelajaran yang juga mengalami penyesuaian dalam Kurikulum Merdeka adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), yang memiliki peran strategis dalam membentuk fisik yang sehat, mental yang tangguh, serta nilai-nilai sportivitas dan kerja sama. PJOK adalah proses pendidikan melalui aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan yang bersifat menyeluruh (holistic) dalam kualitas individu baik secara fisik, mental serta emosional.

Pembelajaran PJOK dalam Kurikulum Merdeka tidak hanya berorientasi pada pencapaian keterampilan motorik, tetapi juga mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan sosial. Pendekatan diferensiasi dan proyek penguatan profil Pelajar Pancasila (P5) menjadi ciri khas yang dapat memperkaya pengalaman belajar siswa (Pratiwi & Oktaviani, 2018). Namun, implementasi kurikulum ini di tingkat sekolah dasar, khususnya di lingkungan madrasah, masih memerlukan kajian mendalam. Madrasah Ibtidaiyah (MI) Muhajirin Kota Jambi, sebagai salah satu lembaga pendidikan dasar di bawah Kementerian Agama, juga telah mulai menerapkan Kurikulum Merdeka, termasuk dalam pembelajaran PJOK kelas V. Namun, terdapat beberapa permasalahan dalam menerapkan Kurikulum Merdeka pada pembelajaran PJOK, seperti kurangnya pelatihan atau workshop tentang kurikulum baru, serta pemahaman yang terbatas mengenai capaian pembelajaran, tujuan, dan materi pembelajaran. Selain berperan sebagai fasilitator, guru juga dituntut untuk mampu membuat siswa aktif dan kreatif.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dll secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus. Penelitian ini dilaksanakan di MI Muhajirin Kota Jambi khususnya pada siswa kelas V.

### 1. Konsep Kurikulum Merdeka

Kurikulum Merdeka merupakan kebijakan pendidikan yang dikembangkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) sebagai bagian dari program Merdeka Belajar. Menurut Kemendikbudristek (2022), Kurikulum Merdeka dirancang untuk memberikan fleksibilitas bagi satuan pendidikan dalam mengembangkan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan konteks lokal.

Kurikulum Merdeka sendiri merupakan kurikulum berbasis kompetensi yang dikembangkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) sebagai bagian dari program Merdeka Belajar. Menurut Kemendikbudristek (2022), Kurikulum Merdeka dirancang untuk memberikan fleksibilitas kepada satuan pendidikan dalam mengelola pembelajaran sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan kondisi satuan pendidikan. Kurikulum ini bertujuan untuk memulihkan pembelajaran (*learning recovery*) pascapandemi COVID-19 sekaligus menciptakan sistem pendidikan yang lebih relevan dan berpusat pada siswa. Konsep "merdeka" dalam kurikulum ini mencakup:

#### A. Merdeka bagi siswa

Pembelajaran disesuaikan dengan minat, bakat, dan kecepatan belajar.

#### B. Merdeka bagi guru

Guru memiliki kebebasan dalam memilih metode dan materi ajar yang kontekstual.

Merdeka bagi sekolah

#### C. Satuan pendidikan dapat mengembangkan kurikulum operasional sesuai karakteristiknya.

Kurikulum Merdeka merupakan terobosan dalam dunia pendidikan Indonesia yang bertujuan untuk menciptakan pembelajaran yang lebih bermakna, relevan, dan berpusat pada

siswa. Dengan pendekatan fleksibel dan berbasis kompetensi, kurikulum ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pendidikan sekaligus mempersiapkan peserta didik menghadapi tantangan masa depan. Namun, keberhasilannya sangat bergantung pada kesiapan guru, sarana prasarana, dan dukungan seluruh pemangku kepentingan pendidikan (Sari et al., 2023).

## 2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam Kurikulum Merdeka

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam Kurikulum Merdeka mengalami transformasi signifikan dari pendekatan tradisional menuju paradigma pembelajaran yang lebih holistik dan berpusat pada peserta didik. Perubahan ini sejalan dengan visi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) untuk menciptakan sistem pendidikan yang adaptif terhadap kebutuhan abad 21. Kajian ini akan menguraikan secara mendalam tentang konsep, strategi, dan implementasi PJOK dalam kerangka Kurikulum Merdeka (Sudarsinah, 2021).

Pembelajaran PJOK dalam Kurikulum Merdeka tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai karakter, kesehatan, dan kecerdasan emosional. Pendekatan *Teaching Games for Understanding (TGfU)* dan *Sport Education* dapat diterapkan untuk membuat pembelajaran lebih menarik dan relevan. Dalam konteks Kurikulum Merdeka, guru PJOK dapat mengembangkan:

- A. Pembelajaran berbasis proyek, seperti membuat program kebugaran pribadi.
- B. Integrasi nilai-nilai Pancasila, seperti kerja sama, kejujuran, dan sportivitas.
- C. Asesmen autentik, seperti portofolio dan observasi perkembangan siswa.

Pembelajaran PJOK dalam Kurikulum Merdeka didasarkan pada empat pilar utama perkembangan peserta didik: fisik, mental, sosial, dan kesehatan. Berbeda dengan pendekatan konvensional yang cenderung berfokus pada penguasaan keterampilan motorik semata, Kurikulum Merdeka menekankan pada pembentukan kompetensi menyeluruh. Menurut Graham (2008), pembelajaran PJOK yang efektif harus mampu mengintegrasikan aspek kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (keterampilan) secara seimbang. Adapun Karakteristik Unik PJOK Kurikulum Merdeka sebagai berikut :

- A. Pembelajaran Berdiferensiasi
- B. Guru PJOK dituntut untuk merancang aktivitas yang sesuai dengan tingkat kemampuan, minat, dan gaya belajar masing-masing peserta didik. Contoh konkretnya adalah modifikasi permainan bola basket dengan variasi ukuran bola, tinggi ring, dan luas lapangan untuk mengakomodasi perbedaan kemampuan siswa.
- C. Integrasi Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5)  
PJOK menjadi medium ideal untuk menanamkan nilai-nilai Pancasila. Proyek "Tradisional Games Festival" misalnya, tidak hanya melatih keterampilan fisik tetapi juga mengembangkan nilai gotong royong melalui permainan tradisional dan menghargai warisan budaya (Assa Riswan, 2022).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **1. Pembahasan**

##### **Implementasi Kurikulum Merdeka**

Kurikulum Merdeka di MI Muhajirin diterapkan sebagai upaya untuk mewujudkan pembelajaran yang berpusat pada siswa (student-centered) dengan fokus pada pengembangan kompetensi, karakter, dan fleksibilitas sesuai minat dan kebutuhan peserta didik. Pada mata pelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan), implementasi ini menekankan pada pendekatan diferensiasi, penguatan profil Pelajar Pancasila, serta integrasi teknologi dan kreativitas dalam pembelajaran.

Hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran pada kelas V MI Muhajirin mampu menciptakan suasana yang menyenangkan, yang tidak hanya menarik minat siswa, tetapi juga mendorong mereka untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Melalui pendekatan ini, siswa diberikan kesempatan untuk belajar secara langsung dengan melakukan berbagai aktivitas yang relevan dengan materi yang dipelajari, sehingga mereka dapat mengembangkan keterampilan praktis sambil tetap menikmati proses belajar. Dengan keterlibatan aktif ini, siswa tidak hanya memahami konsep secara lebih mendalam, tetapi juga mengembangkan rasa tanggung jawab dan keterampilan kolaboratif yang penting untuk pembelajaran mereka di masa depan.

Implementasi Kurikulum Merdeka dalam PJOK di MI Muhajirin telah memberikan perubahan positif menuju pembelajaran yang lebih inklusif dan kontekstual. Meski masih

ada kendala, kolaborasi antar-pemangku kepentingan dapat memperkuat keberlanjutan kurikulum.

### **Faktor Pendukung dan Penghambat Dalam Mengimplementasi Kurikulum Merdeka**

#### **A. Faktor Pendukung**

Madrasah Ibtidaiyah Muhajirin telah mengadopsi Kurikulum Merdeka secara resmi dengan dukungan penuh dari kepala sekolah dan tim pengembang kurikulum. Adanya pelatihan guru yang diselenggarakan oleh Kemdikbud maupun lembaga mitra membantu guru PJOK memahami konsep pembelajaran berbasis proyek, diferensiasi, dan asesmen autentik. Dukungan dari kepala sekolah, guru, serta pelatihan berkelanjutan menjadi elemen krusial yang mendukung pelaksanaan Kurikulum Merdeka dengan sukses. Dalam wawancara dengan Ibu Delfa, beliau menjelaskan bahwa pihak sekolah memberikan dukungan yang sangat besar terhadap proses penerapan kurikulum ini.

Hal ini menegaskan bahwa pelatihan yang berkesinambungan tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih baik tentang teori di balik Kurikulum Merdeka, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang diperlukan oleh para guru untuk mengadaptasi gaya mengajar mereka dengan metode yang lebih modern dan terintegrasi. Semua dukungan ini, baik dari kepala sekolah, guru, maupun pelatihan yang diberikan, bekerja bersama untuk memastikan bahwa implementasi Kurikulum Merdeka dapat berjalan dengan lancar dan efektif di sekolah.

#### **B. Faktor Penghambat**

Tantangan yang dihadapi oleh para guru dalam mengoptimalkan pembelajaran PJOK, terutama ketika fasilitas yang tersedia tidak memadai untuk mendukung berbagai jenis aktivitas olahraga. Meskipun demikian, Paturang juga menunjukkan bahwa kreativitas menjadi solusi untuk mengatasi masalah ini, dengan memanfaatkan alat yang ada secara maksimal untuk menciptakan pengalaman pembelajaran yang lebih baik bagi siswa.

Hal ini menunjukkan betapa pentingnya pendekatan yang fleksibel dalam merancang tujuan pembelajaran, sehingga dapat menjawab kebutuhan dan kemampuan siswa yang berbeda-beda. Siti Hajir menekankan pentingnya penyesuaian materi dan metode agar pembelajaran dapat berlangsung efektif bagi semua siswa, terlepas dari

perbedaan latar belakang yang mereka miliki.

### **Solusi Dalam Mengimplementasikan Kurikulum Merdeka Pada Pembelajaran PJOK**

Guru PJOK berupaya untuk mengoptimalkan pembelajaran meskipun dengan keterbatasan alat ol

ahraga. Dengan memanfaatkan teknologi, seperti video, Pematurang berhasil memberikan penjelasan yang lebih jelas dan memungkinkan siswa untuk memahami teknik olahraga secara lebih mudah dan efektif, tanpa bergantung sepenuhnya pada alat fisik yang terbatas.

Hal ini menekankan pentingnya kerja sama dan komunikasi yang berkesinambungan antara para guru agar tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan dapat tercapai dengan baik. Melalui evaluasi yang rutin, para guru dapat menyesuaikan pendekatan dan metode mereka berdasarkan kemajuan dan kebutuhan siswa, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih efektif.

temuan Dzulqarnain & Firdianti (2022), yang menegaskan bahwa peran organisasi dan pelaksana, dalam hal ini kepala sekolah dan guru, sangat menentukan keberhasilan implementasi kebijakan pendidikan. Kepala sekolah yang proaktif dalam mengembangkan kompetensi guru melalui pelatihan serta menyediakan fasilitas yang mendukung akan meningkatkan kualitas pembelajaran dan memastikan bahwa kebijakan pendidikan dapat diterapkan dengan baik di tingkat sekolah. Tanpa adanya dukungan yang kuat dari kepala sekolah, Implementasi kebijakan seperti Kurikulum Merdeka akan sulit untuk terlaksana dengan optimal, mengingat tantangan besar yang dihadapi oleh pendidik dalam beradaptasi dengan perubahan kurikulum yang terus berkembang.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Dalam proses implementasi kurikulum Merdeka tentu saja akan ditemukan sebuah problematika karena kurikulum ini masih cukup baru. Kurikulum Merdeka sebelumnya disebut kurikulum prototype yang selanjutnya dikembangkan menjadi kurikulum yang lebih fleksibel dan fokus pada materi esensial serta pengembangan karakter juga kompetensi siswa yang selanjutnya disebut dengan kurikulum Merdeka. Solusi untuk hambatan yang guru pjok ini alami di Mi Muhajirin Kota Jambi yaitu guru harus mengenal lagi karakter masing-masing siswa dan guru memodifikasi dalam pembelajaran dan membawa siswa untuk belajar diluar dengan menyewa lapangan dan sarana agar siswa dapat mendapat ilmu yang cukup dari sekolah

karena MI Muhajirin Kota Jambi ini untuk sarana dan prasarananya dan juga fasilitas tidak memadai dari sekolah

### **Saran**

Berdasarkan temuan dan kesimpulan di atas, beberapa saran yang dapat diberikan untuk memperbaiki dan mendukung implementasi Kurikulum Merdeka di MI Muhajirin Kota Jambi adalah sebagai berikut: a) Sekolah perlu meningkatkan fasilitas olahraga untuk mendukung pembelajaran PJOK yang lebih maksimal dan bervariasi. b) Guru perlu mengembangkan keterampilan untuk merumuskan tujuan pembelajaran yang relevan dengan karakter siswa agar semua siswa dapat berkembang sesuai kemampuan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Assa Riswan. (2022). Jurnal Ilmiah Society. *Faktor Penyebab Anak Putus Sekolah Di Desa Sonuo Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten BolaangMongondow Utara*, 2(1), 1–12.
- Pratiwi, E., & Oktaviani, M. N. (2018). Dasar- Dasar Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar. *Persepsi Masyarakat Terhadap Perawatan Ortodontik Yang Dilakukan Oleh Pihak Non Profesional*, 53(9), 1689–1699.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Sari, W., Siregar, H. R., Guru, P., Ibtidaiyah, M., Tinggi, S., Islam, A., & Natal, M. (2023). *KURIKULUM MERDEKA DAN GENERASI EMAS SD / MI*. 42–50.
- sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Kesekolah Dasar. *Pgsd Stkip Pgr*, 3(3), 1–10. <https://doi.org/10.33654/pgsd>
- Zakso, A. (2023). Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar Di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 13(2), 916. <https://doi.org/10.26418/j-psh.v13i2.65142>
- .