

## **PERTEMUAN**

### **HAKIKAT PENDIDIKAN JASMANI**

Pada dasarnya pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan, dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan. Sementara ini jika kita simak tujuan dan fungsi pendidikan secara umum sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, sebagai berikut:

Tujuan dan fungsi pendidikan berdasarkan Undang-undang Pendidikan No.20 Tahun 2003, yaitu Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Sejalan dengan tujuan pendidikan tersebut, maka pendidikan jasmani diarahkan untuk pembentukan watak, disiplin, kerja sama, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri. Lebih lanjut, pendidikan jasmani didefinisikan dalam Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005 sebagai berikut; Olahraga pendidikan adalah pendidikan lebih lanjut jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Secara sederhana pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak dan bergerak untuk belajar. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk, tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan.

Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak-anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal perubahan fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, bukan hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya, hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya, seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Dapat dikemukakan bahwa pendidikan jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya seragam, yang jika disimpulkan bermakna jelas bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan aktivitas fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan

ini diartikan bahwa melalui aktivitas fisik, aspek mental dan emosional pun turut berkembang, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan matematika, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan logika berpikir, tetapi aspek fisik tidak turut dikembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung. Oleh karena itu, pendidikan jasmani ini hendaknya dapat menyebabkan adanya perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan sehari-hari seseorang.

Pendekatan holistik tubuh-j jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan Robert Gensemer, pendidikan jasmani diistilahkan sebagai proses menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa.” Artinya, dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno: *Men sana in corpore sano*.

Pertanyaan sulit di sepanjang zaman adalah pemisahan antara jiwa dan raga atau tubuh. Kepercayaan umum menyatakan bahwa jiwa dan raga terpisah, dengan penekanan berlebihan pada satu sisi tertentu disebut dualisme yang mengarah pada penghormatan lebih pada aspek jiwa dan menempatkan kegiatan fisik sebagai aksesorisnya.

Beberapa aliran filsafat pendidikan yang berpengaruh dalam pengembangan pendidikan jasmani (penjas) diantaranya adalah idealisme, realisme, pragmatisme, humanisme, behaviorisme, dan konstruktivisme.

Aliran idealisme berpandangan bahwa pengetahuan itu sudah ada dalam jiwa kita. Untuk membawanya pada tingkat kesadaran perlu adanya proses introspeksi. Tujuan pendidikan jasmani menurut aliran ini membentuk karakter manusia. Aliran realisme berpandangan bahwa hakikat realitas adalah fisik dan ruh bersifat dualistik. Tujuan pendidikannya membentuk individu yang mampu menyesuaikan diri dalam masyarakat dan memiliki rasa tanggung jawab

kepada masyarakat.

Pragmatisme merupakan kreasi filsafat dari Amerika dipengaruhi oleh empirisme, utilitarianisme, dan positivisme. Esensi ajarannya, hidup bukan untuk mencari kebenaran melainkan untuk menemukan arti atau kegunaan. Tujuan pendidikannya dalam pendidikan jasmani adalah menggunakan pengalaman sebagai alat untuk menyelesaikan hal-hal baru dalam kehidupan pribadi dan masyarakat.

Paham behaviorisme memandang perubahan perilaku setelah seseorang memperoleh stimulus dari luar merupakan hal yang sangat penting. Oleh sebab itu, aliran behaviorisme menekankan pada proses mengubah atau memodifikasi perilaku. Tujuannya untuk menyiapkan pribadi-pribadi yang sesuai dengan kemampuannya, mempunyai rasa tanggung jawab dalam kehidupan mengembangkan pribadi dan masyarakat.

Menurut paham konstruktivisme, pengetahuan diperoleh melalui proses aktif individu mengonstruksi arti dari suatu teks, pengalaman fisik, dialog, dan lain-lain melalui asimilasi pengalaman baru dengan pengertian yang telah dimiliki seseorang. Tujuan pendidikannya menghasilkan individu yang memiliki kemampuan berpikir untuk menyelesaikan persoalan hidupnya. Pandangan yang berbeda lahir dari filsafat humanisme. Humanisme berpandangan bahwa pendidikan harus ditekankan pada kebutuhan anak (*child centered*). Tujuannya untuk aktualisasi diri, perkembangan afektif, dan pembentukan moral, yaitu kepercayaan yang memenangkan kesatuan tubuh dan jiwa. Kita bisa melacak pandangan ini dari pandangan Athena Kuno, dengan konsepnya “jiwa yang baik di dalam raga yang baik.” Motto tersebut sering dipertimbangkan sebagai pernyataan ideal dari tujuan pendidikan jasmani tradisional: aktivitas fisik mengembangkan seluruh aspek dari tubuh, yaitu jiwa, tubuh, dan spirit. Ungkapan Zeigler bahwa fokus dari bidang pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang bukan semata-

mata aktivitas fisik itu sendiri. Selalu terdapat tujuan pengembangan manusia dalam program pendidikan jasmani. Akan tetapi, pertanyaan nyata yang harus dikedepankan di sini bukanlah “Apakah kita percaya terhadap konsep holistik tentang pendidikan jasmani, tetapi, apakah konsep tersebut saat ini bersifat dominan dalam masyarakat kita atau di antara pengemban tugas penjas sendiri?.

Dalam masyarakat sendiri, konsep dan kepercayaan terhadap pandangan dualisme di atas masih kuat berlaku. Bahkan termasuk juga pada sebagian besar guru penjas sendiri, barangkali pandangan demikian masih kuat mengakar, entah akibat dari kurangnya pemahaman terhadap falsafah penjas sendiri maupun karena kuatnya kepercayaan itu. Yang pasti masih banyak guru penjas yang sangat jauh dari menyadari terhadap peranan dan fungsi pendidikan jasmani di sekolah-sekolah sehingga proses pembelajaran penjas di sekolahnya masih lebih banyak ditekankan pada program yang berat sebelah pada aspek fisik semata-mata. Bahkan dalam kasus di Indonesia, penekanan yang berat itu masih dipandang lebih baik karena justru program pendidikan jasmani di kita malahan tidak ditekankan ke mana-mana. Itu karena pandangan yang sudah lebih parah yang memandang bahwa program penjas dipandang tidak penting sama sekali. Nilai-nilai yang terkandung di dalam penjas untuk mengembangkan manusia utuh secara menyeluruh, sungguh masih jauh dari kesadaran dan pengakuan masyarakat kita. Ini bersumber dan disebabkan oleh kenyataan dalam pelaksanaan praktik penjas di lapangan. Teramat banyak kasus atau contoh di mana orang menolak manfaat atau nilai positif dari penjas dengan menunjuk pada kurang bernilai dan tidak seimbangny program pendidikan jasmani di lapangan seperti yang dapat mereka lihat. Perbedaan atau kesenjangan antara apa yang kita percayai dan apa yang kita praktikkan (gap antara teori dan praktik) adalah sebuah duri dalam bidang pendidikan jasmani kita.

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan

bermain sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya. Olahraga di pihak lain adalah suatu bentuk bermain yang terorganisir dan bersifat kompetitif. Beberapa ahli memandang bahwa olahraga semata-mata suatu bentuk permainan yang terorganisasi yang menempatkannya lebih dekat kepada istilah pendidikan jasmani. Akan tetapi, pengujian yang lebih cermat menunjukkan bahwa secara tradisional, olahraga melibatkan aktivitas kompetitif.

Bermain, olahraga, dan pendidikan jasmani melibatkan bentuk-bentuk gerakan, dan ketiganya dapat melumut secara pas dalam konteks pendidikan jika digunakan untuk tujuan-tujuan kependidikan. Bermain dapat membuat rileks dan menghibur tanpa adanya tujuan pendidikan, seperti juga olahraga tetap eksis tanpa ada tujuan kependidikan. Untuk kepentingan pendidikan atau untuk kombinasi keduanya. Kesenangan dan pendidikan tidak harus dipisahkan secara eksklusif; keduanya dapat dan harus beriringan bersama.

Meskipun pendidikan jasmani menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidaklah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak-anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran “selingan”, tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik. Pendidikan jasmani merupakan wahana pendidikan yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting. Oleh karena itu, pelajaran penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain, seperti matematika, bahasa, IPS dan IPA, dan lain-lain. Namun demikian, tidak semua guru penjas menyadari hal tersebut sehingga banyak anggapan bahwa penjas boleh dilaksanakan secara serampangan. Hal ini tercermin dari berbagai gambaran negatif tentang pembelajaran penjas, mulai dari kelemahan proses yang menetap misalnya

membiarkan anak bermain sendiri hingga rendahnya mutu hasil pembelajaran, seperti kebugaran jasmani yang rendah.

Di kalangan guru penjas sering ada anggapan bahwa pelajaran pendidikan jasmani dapat dilaksanakan seadanya sehingga pelaksanaannya cukup dengan cara menyuruh anak pergi ke lapangan, menyediakan bola sepak untuk laki-laki dan bola voli untuk perempuan. Guru tinggal mengawasi di pinggir lapangan. Mengapa bisa terjadi demikian? Kelemahan ini berpangkal pada ketidakpahaman guru tentang arti dan tujuan pendidikan jasmani di sekolah, di samping itu mungkin juga karena kurang mencintai tugas itu dengan sepenuh hati.

Apakah sebenarnya pendidikan jasmani dan apa tujuannya? Secara umum pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai berikut.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi tersebut mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak. Jadi, pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga. Inti pengertiannya adalah mendidik anak. Yang membedakannya dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, bukan hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, pendidikan jasmani berkaitan erat dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Pendidikan jasmani tampil untuk mengatasi masalah tersebut sehingga kedudukannya dianggap penting. Melalui program yang direncanakan secara baik, anak-anak dilibatkan dalam kegiatan fisik yang tinggi intensitasnya. Pendidikan jasmani juga tetap menyediakan ruang untuk belajar menjelajahi lingkungan yang ada di sekitarnya dengan banyak mencoba sehingga kegiatannya tetap sesuai dengan minat anak. Melalui pendidikan jasmani anak-anak menemukan saluran yang tepat untuk bergerak bebas dan meraih kembali keceriaannya, sambil mendorong perkembangan yang bersifat menyeluruh.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, memiliki ciri khas yang sangat mendasar membedakan pendidikan jasmani dengan matapelajaran lainnya yang ditandai dengan adanya indikasi keterlibatan komponen fisik, seperti daya tahan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan komponen fisik lainnya yang terangkum dalam tujuan yang hendak dicapai. Di samping itu, melalui pembelajaran gerak dalam pendidikan jasmani dan olahraga permainan dapat diperoleh kesenangan dan tantangan, serta dapat mengekspresikan diri dalam suasana yang khas dalam interaksi dengan lingkungannya. Bahkan salah satu tokoh pendidikan jasmani, yaitu Herbert Spencer mengemukakan bahwa pendidikan jasmani merupakan upaya penyaluran kelebihan tenaga pada anak-anak maupun orang dewasa. Kelebihan tenaga ini jika

tidak disalurkan dalam aktivitas jasmani bukan tidak mungkin akan berimbas dalam aktivitas yang tidak bermanfaat.

Program pendidikan jasmani yang disusun dengan baik akan banyak memberikan manfaat yang besar, seperti mempengaruhi nilai akademik, meningkatkan keterampilan gerak dan kebugaran jasmani, memperkaya pengetahuan siswa tentang kesehatan, meningkatkan daya tahan, kekuatan, kecepatan, dan lain-lain. Hakikat dari pendidikan jasmani sebagai bagian yang memberikan sumbangan dalam pendidikan secara umum adalah memberikan pengalaman tugas gerak dalam rangka membantu pertumbuhan dan perkembangan anak yang bersifat total dan menyeluruh. Dengan demikian, dapat dikemukakan bahwa hasil belajar pendidikan jasmani merupakan perubahan perilaku yang salah satunya tercermin dalam keterampilan gerak.

Lebih lanjut, pendidikan jasmani dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Satu-satunya mata pelajaran di sekolah yang fokusnya adalah pada badan, aktivitas jasmani, dan perkembangan fisik.
2. Membantu anak untuk mengembangkan respek terhadap badannya, baik yang dimilikinya maupun milik orang lain.
3. Mengembangkan anak kebiasaan aktif yang penting bagi perkembangan kesehatan dan menjadi landasan bagi gaya hidup sehat setelah dewasa.
4. Mengembangkan pemahaman tentang peranan aktivitas jasmani aerobik dan anaerobik untuk meningkatkan kesehatan.
5. Mendorong perkembangan kognitif dan sosial, memberikan sumbangan bagi pengembangan keterampilan pendidikan yang fundamental, seperti baca, tulis, dan prestasi akademik.
6. Merupakan kontribusi yang bermakna bagi pengembangan keterampilan sosial dan

terhadap perkembangan moral serta estetika.

7. Memberikan bekal keterampilan dan pengetahuan untuk mengembangkan kemampuan profesional di kemudian hari dalam olahraga, aktivitas jasmani, rekreasi dan waktu senggang, sebuah wilayah dari kesempatan vokasional yang semakin berkembang.

Berdasarkan beberapa uraian tentang pendidikan jasmani yang dikemukakan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang di dalamnya terdapat aktivitas fisik melalui program pembelajaran yang bertujuan untuk menghasilkan perubahan menyeluruh yang mencakup aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Pada dasarnya pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap perubahan siswa, terutama pada kebugaran jasmani, perubahan sikap, dan perubahan pada kemampuan memahami dalam aspek kognitif. Oleh sebab itu, dalam kaitannya dengan pengertian yang mendalam, terdapat tiga kunci definisi secara umum pendidikan jasmani, yaitu (1) pendidikan, (2) pengetahuan dan keterampilan, (3) bergerak.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam usaha untuk membentuk manusia seutuhnya sesuai dengan tujuan pendidikan ini oleh Bloom dibagi menjadi tiga domain/ranah kemampuan intelektual (*intellectual behaviors*) yang diadopsi dalam pendidikan jasmani, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik termasuk pula dalam pembelajaran pendidikan jasmani.



## Gambar 1.1

### Ranah dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Ranah Kognitif. Tujuan kognitif atau ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Aktivitas pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dengan kegiatan mental, siswa yang mengikuti pendidikan jasmani harus memberikan kontribusi terhadap kecerdasannya. Menurut Bloom, segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Dalam ranah kognitif itu terdapat enam jenjang proses berpikir, mulai dari jenjang terendah sampai jenjang yang tertinggi yang meliputi 6 tingkatan, antara lain:

Pengetahuan (*knowledge*), pada level atau tingkatan terendah ini dimaksudkan sebagai kemampuan mengingat kembali materi yang telah dipelajari, misalnya pengetahuan konsep gerak. Pemahaman (*comprehension*) pada level atau tingkatan kedua ini, pemahaman diartikan sebagai kemampuan memahami materi tertentu; arti gerak. Penerapan (*application*), pada level atau tingkatan ketiga ini, aplikasi dimaksudkan sebagai kemampuan untuk menerapkan informasi dalam situasi nyata atau kemampuan menggunakan konsep dalam praktik atau situasi yang baru. Analisa (*analysis*), analisis merupakan kemampuan menguraikan suatu materi menjadi bagian-bagiannya dengan cara berpikir kritis.

Ranah afektif mencakup segala sesuatu yang terkait dengan emosi, misalnya perasaan, nilai, penghargaan, semangat, minat, motivasi, dan sikap. Lima kategori ranah ini diurutkan mulai dari perilaku yang sederhana hingga yang paling kompleks dalam aktivitas pendidikan jasmani. Yang meliputi: penerimaan, responsif, nilai yang dianut, mengorganisasi, karakterisasi. Ranah psikomotorik meliputi gerakan dan koordinasi jasmani, keterampilan motorik dan

kemampuan fisik. Keterampilan ini dapat diasah jika sering melakukannya, terdiri dari peniruan, manipulasi, ketetapan, artikulasi, dan pengalamiahan. Kategori dalam ranah psikomotorik ini mulai dari tingkat yang sederhana hingga tingkat yang rumit.

## **RANGKUMAN**

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Beberapa aliran filsafat pendidikan yang berpengaruh dalam pengembangan pendidikan jasmani di antaranya adalah idealisme, realisme, pragmatisme, humanisme, behaviorisme, dan konstruktivisme. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang di dalamnya terdapat aktivitas fisik melalui program pembelajaran yang bertujuan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam diri siswa yang mencakup domain sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

Pada dasarnya pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap perubahan siswa, terutama pada kebugaran jasmani, perubahan sikap, dan perubahan pada kemampuan memahami dalam aspek kognitif. Oleh sebab itu, dalam kaitannya dengan pengertian yang mendalam, terdapat tiga kunci definisi secara umum pendidikan jasmani, yaitu (1) pendidikan, (2) pengetahuan dan keterampilan, (3) bergerak. Bloom membagi tiga domain/ranah kemampuan intelektual yang diadopsi dalam pendidikan jasmani, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Pada tataran aplikasi pendidikan jasmani erat kaitannya dengan bermain. Bermain menurut Johan Huizinga memiliki ciri-ciri, yaitu pertama, bermain merupakan kegiatan yang

dilakukan secara bebas dan sukarela. Kedua, bermain bukanlah kehidupan biasa atau yang nyata. Ketiga, bermain berbeda dengan kehidupan sehari-hari terutama dalam tempat dan waktu. Bermain selalu bermula dan berakhir dan dilakukan di tempat tertentu. Ada arena atau bahkan gelanggang yang lebih luas tempat pelaksanaannya. Keempat, bermain merupakan kegiatan yang memiliki tujuan.

## **LATIHAN**

Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenai materi di atas, kerjakanlah latihan berikut!

1. Faktanya pendidikan jasmani di sekolah berkaitan langsung dengan kehidupan sehari-hari. Namun, ada juga yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran “selingan”, tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik. Bagaimana pendapat anda?
2. Uraikan bagaimana konsep pendidikan menurut Teori Bloom?

## **DAFTAR PUSTAKA**

*Arma Abdulah, (1994), Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani. Departemen Pendidikan dan kebudayaan.*

*Irwansyah, 2006. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Grafindo Media Pratama. Bandung.*

*Dimiyati & Mudjiono. 2002. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : PT. Rineka Cipta. Balai Pendidikan Guru.*

*Pendidikan Jasmani. Bandung. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1973. Pedoman Mengajar Olahraga pendidikan di sekolah.*