

## **PERTEMUAN 6**

### **PENGEMBANGAN KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA**

Terdapat perbedaan pendapat mengenai pengertian olahraga dan pendidikan jasmani yang digunakan di Indonesia. Ada yang berpendapat bahwa olahraga dan pendidikan jasmani adalah dua istilah yang mempunyai satu pengertian yang sama, apabila berbeda pada intensitasnya. Pendapat lain mengatakan bahwa pendidikan jasmani sangat berbeda dalam hal konsep, prinsip dan prosedur yang dilakukannya. Oleh karena itu akan dideskripsikan beberapa istilah yang pernah digunakan di Indonesia serta perbedaan konsep antara olahraga dan pendidikan jasmani dengan membahas konsep play, games, dan sport.

Untuk dapat membahas tentang pengertian olahraga dan pendidikan jasmani perlu kiranya ditelusuri tentang, kapan istilah olahraga dan pendidikan jasmani dipakai di Indonesia. Beberapa istilah yang pernah digunakan dalam pendidikan jasmani di sekolah yang sekarang ini dimulai dengan istilah; gerak badan (1945-1950), pendidikan jasmani (1950-1961), olahraga (1962-1967), pendidikan olahraga dan kesehatan (1967-1982), pendidikan jasmani dan kesehatan (1982-1995). Sejalan dengan perkembangan istilah yang digunakan untuk pendidikan jasmani tentu akan berpengaruh terhadap lembaga pendidikan, isi pelajaran yang diajarkan dan predikat dari masing-masing lulusan dari lembaga pendidikan tersebut.

Pada tahun era gerak badan (1945-1950), gerak badan sudah masuk dalam bagian pendidikan yang diajarkan di sekolah-sekolah dengan materi pelajaran adalah atletik dan senam dan ditambah latihan militer (Harsono; 1990 dan Subroto; 1987). Hal yang menarik dalam pelaksanaan gerak badan tersebut adalah anak laki-laki dan anak perempuan dipisahkan dan perlu adanya nasihat dokter.

Pada era pendidikan jasmani (1950-1961) ini lahir landasan yuridis formal yang mengatur pendidikan jasmani yaitu dengan lahirnya Undang-undang No.4/1950, kemudian menjadi Undang-undang No. 12/1959 yang sebagian isinya berbunyi: Bangsa Indonesia kuat dan sehat lahir batin. Oleh karena itu, pendidikan jasmani berkewajiban juga memajukan dan memelihara kesehatan badan terutama dalam arti preventif dan juga secara correctief.

Untuk mengawasi jalannya pendidikan jasmani tersebut oleh pemerintah dibentuk Inspeksi Pendidikan Jasmani (IPJ) dan untuk memenuhi kebutuhan guru, didirikan Sekolah Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani (SGPD), Akademi Pendidikan Jasmani, Kursus B-I, B-II. Pada era olahraga (1962-1967), perkembangan olahraga semakin baik, dengan berbagai kebutuhan sekolah maka SGPD digantikan dengan nama SMOA dan istilah olahraga yang digunakan.

Pada era pendidikan jasmani dan kesehatan (1967-1982), istilah ini muncul karena olahraga tidak ditangani oleh Departemen Olahraga, akan tetapi ditangani oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Pada era pendidikan jasmani dan kesehatan (1982-1995) istilah pendidikan jasmani maka kokoh dengan dimasukkannya dalam Undang-undang No. 2/1989. SK Mendikbud No. 0413/U/1987 menekankan bahwa kurikulum tingkat sekolah dasar sampai menengah adalah pendidikan jasmani. Dan untuk Perguruan Tinggi berdasarkan SK Dirjen Dikti No. 556a/D/Q/1992 tentang Kurikulum Pendidikan Tenaga Kependidikan Sekolah Menengah (PTKSM), pada IKIP/FKIP nama program studi yang digunakan yaitu pendidikan jasmani.

Istilah lain yang sering dipakai dalam studi pendidikan jasmani meliputi Pendidikan gerak (*movement education*), Ilmu Gerak (kinesiologi), pendidikan olahraga (*sport education*), ilmu-ilmu fisik terapan (*applied physical science*), pendidikan motorik (motor education), serta pendidikan jasmani dan olahraga (*physical education and sport*) (Bucher 1983), ilmu keolahragaan (*sport science*), (Haag, 1975). Ketetapan MPR RI No. II/MPR/1978, TAP No. II/MPR/1983 dan TAP No. II/MPR/1988 dalam Garis-garis Besar Haluan Negara menggunakan istilah pendidikan jasmani tidak ada, yang ada hanya istilah olahraga. Dalam Surat Keputusan Menteri Negara Pemuda dan Olahraga No. 0013/MENPORA/84 tanggal 1 Juni 1984 tentang "POLA DASAR PEMBANGUNAN OLAHRAGA" memberikan pengertian keolahragaan, olahraga, dan pendidikan jasmani dan olahraga yang merupakan satu pengertian yang sama ruang lingkungannya dengan *physical education and sport* yang dinyatakan dalam Internasional Charte of Physical and Sport dari UNESCO.

Berdasarkan perkembangan istilah yang pernah digunakan untuk kegiatan olahraga di sekolah, istilah olahraga dan pendidikan jasmani dapat ditelusuri dari sumber kepercayaannya. Olahraga merupakan terjemahan dari bahasa Inggris *sport*, sedangkan pendidikan jasmani berasal dari *physical education*.

Berdasarkan dokumen yang resmi ada istilah pendidikan jasmani digunakan untuk kalangan pendidikan sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan olahraga untuk kegiatan di luar pendidikan yang berorientasi pada peningkatan prestasi melalui pertandingan dan perlombaan untuk dapat membedakan pengertian olahraga dan pendidikan jasmani. Karena dalam pengertian pendidikan jasmani mengandung unsur bermain dan olahraga.

Dari uraian materi dan tujuan yang akan dicapai oleh modul ini, tampak bahwa modul ini memiliki arti dan fungsi penting dalam upaya membentuk kompetensi guru pendidikan jasmani. Dengan memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani dan olahraga, diharapkan guru pendidikan jasmani dapat melakukan tugas-tugas kompetensi profesional dengan proporsional dan optimal.

Dari uraian di atas tampak bahwa pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani dan olahraga merupakan hal yang memiliki arti penting bagi para guru pendidikan jasmani dalam tugas profesinya sehari-hari. Pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani akan membantu guru dalam mengarahkan subjek didik ke arah tujuan pendidikan jasmani.

Dan secara khusus setelah mempelajari modul ini, diharapkan Anda dapat:

1. Menguraikan dan menjelaskan Dasar-dasar Pendidikan Jasmani;
2. Menguraikan dan menjelaskan Dasar-dasar Olahraga;
3. Menganalisis Perbedaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga;
4. Menganalisis tentang Persamaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga.

Dasar yang melatarbelakangi istilah dari pendidikan jasmani adalah surat keputusan Mendikbud 413/U/1987 yang menyatakan nama "Pendidikan Olahraga dan Kesehatan" diubah menjadi "Pendidikan Jasmani".

#### **A. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Nixom dan Cozens (1959) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut. Volter dan Eslinger (Bucher 1964) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah phase

pendidikan melalui aktivitas fisik. UNESCO yang tertera dalam International Charte of Physical Education (1974) mengemukakan: Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Ateng (1983) mengemukakan: Pendidikan jasmani merupakan bagian integrasi dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional.

*Websters New Collegiate Dictionary* (1980) menyatakan bahwa pendidikan jasmani (*physical Education*) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan kalistenik, latihan untuk kesehatan, senam serta performan dan olahraga pertandingan. Ensiklopedia Indonesia menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan di sekolah-sekolah, terdiri dari latihan-latihan tanpa alat dan dengan alat, dilakukan di dalam ruangan dan di lapangan terbuka. Demikian pula menurut Menpora, pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Menpora 1984).

Menurut Bucher (1983) kata pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani (*physical*) dan pendidikan (*education*). Kata jasmani memberi pengertian pada kegiatan bermacam-macam kegiatan jasmani, yang meliputi kekuatan jasmani, pengembangan jasmani, kecakapan jasmani, kesehatan jasmani dan penampilan jasmani. Sedangkan tambahan kata pendidikan yang kemudian menjadi pendidikan jasmani (*physical education*) merupakan satu pengertian yang tidak dapat dipisahkan antara pendidikan dan jasmani saja. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Walaupun pengembangan utamanya adalah jasmani, namun tetap berorientasi pendidikan, pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan, akan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

Ketika seorang sedang melakukan kegiatan jasmani dalam bermain, berenang, berlari, sepak bola, senam dan kegiatan jasmani yang lain, maka intensi pendidikan

harus selalu ada dalam permainan itu. Dengan berpartisipasi dalam program pendidikan jasmani akan bermanfaat untuk:

- a) memperbaiki tingkat kesehatan jasmani,
- b) memberikan dasar keterampilan yang akan membuat bekerja lebih efisien, menarik dan hidup penuh semangat, serta
- c) sebagai pendidikan sosial yang akan memberi sumbangan pada pembentukan karakter dan hubungan antara manusia yang baik.

Rijsdrop (1975) dari Belanda menggunakan istilah gymnologi yang berasal dari kata *guzanien* yaitu latihan, berlatih dan *pasivum* artinya melatih diri. Gynologi adalah ilmu yang menelaah aksi motorik dalam ruang lingkup pendidikan dan pembentukan. Pendidikan jasmani bukanlah pendidikan daripada badan, tetapi suatu pergaulan paedagogik dalam dunia gerak dan pengalaman jasmani. Gerak manusia merupakan perubahan dalam hubungan manusia dengan dunia sekitar. Dalam ruang lingkup pendidikan aksi motorik yang disempurnakan, dimaksudkan untuk mengembangkan kepribadian menuju ke arah kedewasaan, kedewasaan manusia berarti secara berdikari mampu menunaikan hidupnya.

Seaton (1974) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran pengetahuan, sikap dan keterampilan gerak manusia. Pendidikan jasmani mempunyai keunikan dibandingkan dengan pendidikan yang lain, yaitu yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan karakter dan sifat sosial yang lebih besar untuk diwujudkan dalam praktik pengajaran. Pendidikan jasmani adalah satu aspek dari pendidikan melalui jasmani. Demikian pula pendapat Baley dan Field (1976) yang memberikan pengertian pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan adaptasi pada organik, syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional dan estetika.

Dari berbagai pendapat tentang pengertian pendidikan jasmani, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga mempunyai perbedaan dan persamaan. Berdasarkan ruang lingkup kegiatannya maka pendidikan jasmani lebih luas dari olahraga (sport), games, bermain (play) dan segala aktivitas untuk mengembangkan kualitas manusia melalui gerak. Dalam pendidikan jasmani (physical education)

mempunyai unsur bermain dan olahraga, tetapi tidak semata-mata hanya bermain dan olahraga saja melainkan kombinasinya keduanya. Dengan nama pendidikan jasmani aktivitas fisik berorientasi pada tujuan pendidikan, yaitu mencoba melakukan kegiatan mendidik melalui aktivitas fisik. Akan tetapi pada kegiatan bermain dan olahraga tidak berorientasi pada tujuan pendidikan.

Untuk menetapkan batasan tentang pendidikan jasmani, harus dipertimbangkan kaitannya dengan bermain dan olahraga. Meskipun secara implisit ketiganya hampir tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok karena ketiganya saling melingkupi. Bermain menggunakan aktivitas permainan yang menghasilkan kegembiraan. Bermain adalah kegiatan non-kompetitif, atau non-pertandingan dari kegembiraan gerak fisik, meskipun bermain tidak selalu harus kegiatan fisik. Bermain tidak perlu harus olahraga atau pendidikan jasmani, meskipun unsur-unsurnya dapat terlihat pada keduanya.

Pendidikan jasmani memiliki kedua komponen bermain dan olahraga, tetapi tidak mesti harus selalu ada keduanya, baik salah satu atau lengkap dalam takaran yang berimbang antara keduanya. Mengingat namanya pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang mempunyai tujuan pendidikan. Yang akan dicapai adalah pendidikan, tapi olahraga dan bermain meskipun keduanya dapat dipakai dalam proses pendidikan tidak selalu mengandung takaran pendidikan sebagai tujuan yang penting.

Bermain, olahraga dan pendidikan jasmani semuanya mengandung bentuk gerak fisik, dan ketiganya dapat cocok dalam konteks pendidikan jika dipakai sebagai relaksasi dan kegembiraan, tanpa tujuan pendidikan. Sama seperti olahraga yang dapat hidup demi olahraga itu sendiri tanpa nilai pendidikan. Olahraga profesional tidak memiliki tujuan pendidikan, namun tetap olahraga karena pelakunya tidak selalu harus amatir. Olahraga dan bermain dapat dilakukan, semata-mata hanya untuk kesenangan, pendidikan atau kombinasi antara keduanya. Kesenangan atau kegembiraan tidak terpisahkan dari pendidikan, keduanya dapat dan harus disatukan. Catur dan Bridge yang tidak tergolong aktivitas fisik, juga merupakan permainan dan berbentuk pertandingan. Keduanya dapat saja disebut olahraga, meskipun bukan olahraga murni mengingat arti asal dari olahraga, olah dan raga. Jika keduanya disebut sport, mungkin istilahnya masih memadai karena sport arti aslinya adalah bersenang-senang (Ateng, 1992).

Bidang-bidang lain yang berkaitan erat dengan pendidikan jasmani adalah pendidikan kesehatan, rekreasi dan tari. Lebih lanjut, Ateng (1992) mengemukakan: Pendidikan kesehatan meliputi pengajaran kesehatan, pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan, tujuannya adalah kebiasaan hidup sehat.

Pengertian lain pendidikan jasmani merupakan usaha dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskular, intelektual dan sosial.

Berabad-abad manusia dinyatakan sebagai homo sapiens, sebagai makhluk (manusia) yang mengetahui. Manusia memang berintikkan kesadaran diri meskipun bukan satu-satunya ciri manusia. Abad yang lalu manusia disebut homo faber, makhluk yang membuat alat perkakas. Dalam karakteristik ini ditunjukkan perbedaan dengan makhluk yang tidak membuat perkakas dalam memudahkan hidupnya. Seorang filsuf kebudayaan Belanda, Huizinga, menamakan manusia sebagai homoludens, manusia yang bermain. Ini merupakan tambahan yang tepat bagi ciri manusia faber. Permainan manusia adalah ciri dari kesadaran diri manusia. Budaya manusia terbentuk karena tidak seluruh hidupnya dipakai untuk mencari nafkah sehari-hari, untuk memenuhi kebutuhan kelangsungan hidup. Rijsdrop lebih lanjut memilih ciri untuk manusia homo semovens, manusia yang menggerakkan dirinya sendiri. Manusia yang menyadari tindakannya pergaulannya dengan yang lain, dengan benda-benda sekitarnya dan dengan kejasmanian dirinya, berkewenangan para relasi atau hubungan dengan yang lain, dengan benda-benda dan dengan dirinya sendiri. Dinamika relasi ini menyebabkan ia mengenal manusia, benda-benda di sekitarnya; termasuk dirinya sendiri. Manusia menemukan dunianya secara nyata. Ia menemukan kualitas dunianya dengan cara menggerakkan dirinya dengan dunia tersebut.

Dalam semua gerakan dan perubahan itu, dia sendiri bergerak dan berubah. Dia adalah homo semovens. Pendidikan jasmani yang berpangkal dari gerak manusia, serta mengarah kepada kepribadian yang bulat dan kreatif dari manusia adalah dasar dari segala pendidikan, demikian Rijsdrop.

Guru pendidikan jasmani merealisasikan tujuannya dengan mengajarkan dan meningkatkan aktivitas jasmani, dengan bimbingan tujuan pendidikan. Kegiatan

pekerjaan sehari-hari berwujud mengajarkan aktivitas jasmani, meskipun tugas yang sesungguhnya adalah usaha bantuan mengembangkan keseluruhan pribadi anak didik.

Hal ini berarti bahwa murid-muridnya harus belajar sesuatu daripadanya. Mereka harus memperoleh kemajuan dalam kemampuan aktivitas fisiknya dengan nyata. Tidak dapat hanya asal mereka senang dalam kesibukannya. Mengajar berarti membuat kemajuan. Guru pendidikan jasmani gagal dalam tugasnya, jika murid-muridnya tidak mendapat kemajuan dalam penguasaan aktivitas jasmani yang diajarkan; kemajuan dalam memperhalus gerakan atau kemajuan dalam prestasi.

Bahan ajar yang diperlukan dalam pengajarannya adalah aktivitas jasmani dapat berupa permainan, tari-tarian dan latihan-latihan. Bagaimana mendapatkan aktivitas jasmani tersebut, terdapat perbedaan-perbedaan yang besar dalam tiap lingkungan budaya.

- a. Penyesuaian geografik. Gunung, danau dan sungai, perairan yang tenang memberikan kesempatan untuk aktivitas-aktivitas yang spesifik sesuai dengan keadaan fisik geografik, renang, berkelana, mendayung, memanjat atau kegiatan lain.
- b. Tergantung dari pola budaya akan dijumpai aktivitas dalam rangka upacara agama, sebagai pelepas keterangan bersama yang mengikat dengan peraturan-peraturan yang dirasakan sangat ketat. Kadang-kadang aktivitas keagamaan dan hiburan itu merupakan aktivitas yang sama.
- c. Aktivitas-aktivitas tradisional, yang fungsi kemasyarakatannya sudah hilang, namun sebagai tradisi masih terus hidup.
- d. Aktivitas yang berubah karena pengaruh kemasyarakatan atau politik. Larangan pemerintah Jerman terhadap turnamen mengubah aktivitas dari lapangan terbuka ke dalam bangsal tertutup hingga mengubah pula watak dan perkembangan teknik daripadanya. Olahraga masa Rusa dilandasi oleh pendirian bahwa top prestasi hanya cocok untuk masyarakat kapitalis. Tetapi ketika pada tahun tiga puluhan komunisme mulai terjun ke dalam pergaulan dunia luar, watak olahraga komunis berubah pula.
- e. Daerah tetangga yang berdekatan dapat berpengaruh pula pada aktivitas-aktivitas jasmani yang ada. Meskipun berkemungkinan bahwa sepak raga itu berasal dari Sulawesi Selatan, namun Indonesia telah mengambil sepak takraw dari tetangganya,

negara-negara yang sudah terlebih dahulu mengembangkannya yaitu Malaysia dan Thailand.

- f. Kontak dengan dunia luar, orang-orang dengan lingkungan budaya lain, akan menyebabkan ditirunya aktivitas-aktivitas hanya karena hal tersebut menarik hati. Secara tidak rasional merasa tertarik, atau karena kontak tersebut mengakibatkan rasa positif dan karena itu mengambil contoh apa yang disajikan orang lain. Judo dari Jepang telah tersebar ke seluruh dunia. Permainan-permainan Amerika seperti softball dan bola basket demikian pula.
- g. Badminton mendapat rangsangan impor komersial langsung dari Jerman pada tahun 1949, ketika pedagang alat-alat olahraga mempropagandakannya. Sekarang di Negeri itu sudah menjadi aktivitas tetap.
- h. Juga terjadi ekspor yang disengaja. Nielsbuk mengeksport gymnastik lantai dari Denmark ke seluruh belahan dunia Barat, sebagai bagian spektakuler dari sistemnya. Setelah terlihat perbedaan besar dari aktivitas jasmani dalam berbagai lingkungan budaya, beserta pertukarannya, terdapat pula ciptaan-ciptaan baru dari aktivitas jasmani yang dibuat manusia.
  - a. Aktivitas, tersebar dekonstruksi, lengkap dengan etika dan disertai tujuan dan gunanya, tersebar dengan cepat karena disukai orang. Konstruksi- konstruksi semacam itu diterima, bahkan lama dipakai berpuluh-puluh tahun. Latihan-latihan senam Swedia umpamanya telah populer selama berabad-abad.
  - b. Dibuat pula rangkaian latihan baru dengan tujuan yang sangat tertentu. Umpamanya latihan-latihan kelentukan dari Bukh, latihan beban untuk para atlet dan latihan-latihan pelepasan dari Schultz.
  - c. Kreasi-kreasi latihan lain didasarkan hubungan musik dengan gerak, seperti senam irama dan ritmik. Pengaruh yoga umpamanya terdapat di dunia Barat seperti ajaran raga dari Meadow.
  - d. Faktor komersial dapat menciptakan aktivitas baru, jika ada alat baru yang diciptakan, contohnya Trempolin.
  - e. Lingkungan hidup dapat menciptakan permainan baru. Basket tercipta dari kebutuhan gerak intensif dan rekreatif dari pengusaha di kota-kota besar, yang dapat dikerjakan dalam bangsal dengan ukuran yang terbatas.

## **B. Pemilihan Bahan Ajar**

Bagaimanakah guru pendidikan jasmani memilih aktivitas yang cocok untuk melaksanakan tugasnya dari sekian banyak aktivitas itu? Jelas ia tidak dapat mempergunakannya semua. Penggunaan yang terlalu banyak akan membawa kedangkalan pengajaran. Terlalu sedikit akan merugikan kebutuhan yang menyeluruh. Mengikuti mode menyebabkan ia terbawa arus, sedangkan sebenarnya ia harus jadi penunjuk jalan. Berpegang teguh kepada barang yang sudah ada, dengan tidak memperdulikan kepada pandangan-pandangan baru, akan menyebabkan kekacauan.

Kriteria untuk mengadakan seleksi bahan ajar adalah sebagai berikut.

1. Dimulai dengan pertanyaan, Apakah tujuan Anda dengan pendidikan jasmani? Khususnya apakah tujuan pendidikan Anda?
2. Apakah aktivitas-aktivitas yang Anda pilih itu berguna bagi tujuan itu?  
Aktivitas harus sesuai dengan lingkungan geografis, iklim dan keadaan lingkungan. Dan seharusnya sesuai dengan adat dan kebiasaan penduduk.
3. Guru pendidikan jasmani harus memeriksa apakah aktivitas-aktivitas yang ia pilih sesuai dengan penghayatan gerak dan pengalaman jasmani murid-muridnya. Ia satu generasi lebih tua dan tidak boleh membatasi bentuk-bentuk gerak dari masa remajanya kalau hal itu sudah tidak sesuai lagi. Harus dipertimbangkan bahwa aktivitas-aktivitas itu memperoleh motivasi pada murid-muridnya.
4. Sebagai seorang ahli, guru pendidikan jasmani harus betul-betul menguasai metodik dan aktivitas-aktivitas yang akan diajarkannya. Guru pendidikan jasmani yang tidak berbakat musik umpamanya, jangan mencoba-coba untuk memberikan senam irama.

## **C. Tujuan Pendidikan Dari Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah pergaulan pedagogik dalam dunia gerak dan penghayatan jasmani. Juga dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani mencoba mencapai tujuannya dengan mengajarkan dan memajukan aktivitas- aktivitas jasmani. Dirjen Dikti mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya. Dilanjutkan oleh Rijsdorp mengatakan bahwa pendidikan jasmani itu pendidikan yang menolong anak, dan orang muda menuju kedewasaannya. Selanjutnya dikatakan juga pendidikan

jasmani itu merupakan pergaulan pendidikan dalam bidang gerak dan pengetahuan tentang tubuh.

Tujuan pendidikan jasmani sudah tercakup dalam pemaparan di atas yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial dan emosional. Dalam bentuk bagan dapat digambarkan sebagai berikut: Gabbard, Leblanc dan Lowy mengutarakan bahwa pertumbuhan dan perkembangan belajar melalui aktivitas jasmani akan mempengaruhi hal-hal di bawah ini (lihat skema di bawah ini).

Berkaitan dengan ranah pendidikan, Annarino, Cowell dan Hazelton menambahkan satu ranah lagi yaitu Kesegaran Jasmani yang isinya sebagai berikut: Kekuatan otot, daya tahan otot, kelentukan dan daya tahan kardiovaskular

Dalam pendidikan jasmani terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan. Keterampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga, dan gerak untuk olahraga. Gerak untuk olahraga bagi anak-anak sekolah dasar, bukan berarti anak-anak tersebut harus dilatih untuk mencapai prestasi tinggi, namun anak sekolah dasar harus disiapkan gerakannya melalui olahraga sesuai dengan perkembangan dan kematangannya, maksudnya menurut Gabbard dkk adalah penyiapan gerak dan efisiensi gerak, sedangkan menurut Annarino, dkk adalah gerak fundamental, keterampilan olahraga dan tari. Untuk mencapai gerak tersebut maka harus ditunjang oleh keadaan jasmani mengenai kekuatan otot, daya tahan otot, kelentukan dan daya tahan kardiovaskular.

Dari uraian di atas dapat diperjelas sebagai berikut; pendidikan jasmani sebagai pengajaran gerak. Isi dari aspek pendidikan ini ditentukan oleh intensi-intensi pedagogis atau tujuan-tujuan pendidikan yang dipakai sebagai pegangan guru pendidikan jasmani. Sesuai dengan berbagai modalitas dari hubungan manusia dengan dunianya, dengan benda-benda, dengan orang lain dan dengan dirinya sendiri maka tujuan yang dapat diraih adalah sebagai berikut:

a. Pembentukan gerak

- 1) Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak;
- 2) Penghayatan ruang, waktu dan bentuk serta pengembangan perasaan irama;
- 3) Mengenal kemungkinan gerak sendiri;
- 4) Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap.;

- 5) Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak dengan melakukan pengalaman gerak.
- b. Pembentukan prestasi
- 1) Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengajarkan ketangkasan-ketangkasan;
  - 2) Belajar mengarahkan diri pada pencapaian prestasi (kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri);
  - 3) Penguasaan emosi;
  - 4) Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri;
  - 5) Meningkatkan sikap tepat terhadap nilai yang nyata dari tingkat dan bidang prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat dan dalam olahraga.
- c. Pembentukan sosial
- 1) Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama;
  - 2) Mengikutsertakan ke dalam struktur kelompok fungsional belajar bekerja sama, menerima pimpinan dan memberikan pimpinan;
  - 3) Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi;
  - 4) Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberikan pertolongan, memberi perlindungan dan berkorban;
  - 5) Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktivitas untuk pengisian waktu senggang.
- d. Pertumbuhan badan
- 1) Peningkatan syaraf-syaraf yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk dapat berprestasi secara optimal (kekuatan dan mobilitas, pelepasan ketegangan dan kesiapsiagaan).
  - 2) Meningkatkan keserasian jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.
- Rangkuman tujuan pendidikan jasmani ini karenanya adalah sebagai berikut:
- a) Pendidikan jasmani memberikan bantuan kepada siswa untuk mengenal dunianya dengan kualitas-kualitas serta tempat dirinya di dalamnya;
  - b) Dia meningkatkan kesenangan bergerak, kepastian gerak dan kekayaan gerak;

- c) Dia meningkatkan kekayaan jasmani, rohani dan sosial serta keagairahan hidup;
- d) Mensiagakan menghadapi tugas dan waktu senggang;
- e) Membimbing ke arah penguasaan kewajiban dengan matang sebagai pribadi yang kreatif bulat.

Tidak ada pendidikan jasmani yang tidak bertujuan pendidikan. Tidak ada pendidikan yang lengkap, tanpa pendidikan jasmani, sebab pendidikan jasmani untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri.

### **EVALUASI**

- 1) Fenomena apa yang mendasari pendidikan jasmani di Indonesia?
- 2) Uraikan mengenai bentuk-bentuk pendidikan jasmani?
- 3) Jelaskan tujuan pendidikan jasmani dari unsur prestasi!
- 4) Jelaskan 5 perbedaan nyata antara pendidikan jasmani dan olahraga!
- 5) Apa persamaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga?

### **RANGKUMAN**

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional. Sedangkan istilah dari pendidikan jasmani adalah Surat Keputusan Mendikbud 413/U/1987 yang menyatakan: nama "Pendidikan Olahraga dan Kesehatan" diubah menjadi "Pendidikan Jasmani". Bahan ajar pendidikan meliputi; pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial, dan pertumbuhan badan. Sedangkan yang dapat dijadikan bahan pelajaran di dalam pendidikan jasmani meliputi lingkungan sekitar (geografik) suatu daerah, kebudayaan daerah, aktivitas-aktivitas tradisional dan sebagainya.

Perbedaan pendidikan jasmani dengan olahraga sebagai berikut:

Pendidikan Jasmani	Olahraga
<i>Child centered</i>	<i>Subject Centered</i>
Pribadi anak seutuhnya	Kinerja motorik
<i>Entry behavior</i>	<i>Talent scounting</i>
Pengakuan disesuaikan	aturan baku
Gerak kehidupan sehari-hari	gerak fungsional
Cabang	
Perhatian ekstra bagi anak lamban	ditinggalkan
Tidak mesti bertanding	selalu bertanding
Wajib	bebas