

KEBERMAKNAAN MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SERTA PERMASALAHANNYA

Said Junaidi

Dosen FIK UNNES Semarang

ABSTRACT

Media yang diyakini bernilai efektif dalam mengarahkan pengalaman gerak anak untuk mengembangkan kualitas pertumbuhan dan perkembangannya serta keterampilannya adalah melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan formal mampu menciptakan situasi yang kondusif dalam rangka mengaktualisasikan segala potensi anak. Melalui perangkat pendidikan yang memadai seperti kurikulum yang disusun dengan baik dan bernilai bagi anak, sarana prasarana yang memadai, dukungan dari perangkat sekolah dan lingkungan serta kemampuan guru yang baik merupakan modal dasar yang bernilai bagi proses pembinaan anak di kemudian hari. Namun belum semua harapan tersebut terwujud seperti yang diharapkan. Pendidikan jasmani dengan segala kelebihanannya belum berfungsi sejajar dengan mata pelajaran lain. Pelaksanaan mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah dewasa ini belum menunjukkan peningkatan yang berarti. Salah satu indikatornya adalah bahwa selama ini orangtua (bahkan sebagian para guru) masih memiliki anggapan mata pelajaran pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran "pelengkap" dari mata pelajaran yang lain. Permasalahan ini diduga bermula pada tingkat kebijakan nasional, terutama dalam bidang pendidikan yang masih menitikberatkan pada mata pelajaran kelompok IPA. Hal ini tentunya dihubungkan dengan upaya bangsa Indonesia untuk memajukan bidang IPTEK. Permasalahan ini menjadi lebih buruk saat orangtua siswa juga memiliki persepsi yang negatif tentang mata pelajaran penjas. Mata pelajaran ini dianggap tidak menentukan berkualitas tidaknya anak selama mengikuti pendidikan di sekolah. Orang tua akan bangga jika anaknya memperoleh nilai atau predikat bagus pada mata pelajaran kelompok IPA dan bahasa Inggris. Namun tidak demikian pada mata pelajaran penjas. Hal ini berimplikasi terhadap minat dan motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran penjas di sekolah. Selain itu persepsi negatif terhadap mata pelajaran penjas seperti ini berpengaruh terhadap kebijakan di semua strata penentu kebijakan dari pemerintah pusat hingga ke tingkat sekolah. Imbasnya adalah komitmen untuk memajukan penjas melalui mekanisme kebijakan pemerintah hingga sekolah sulit terealisasi.

Bermula dari permasalahan tersebut, maka perlu ada upaya pelurusan kebijakan dan persepsi tentang mata pelajaran penjas dengan berdasar pada nilai-nilai hakiki penjas sebagai media yang efektif untuk mengembangkan kognitif, afektif dan psikomotor anak. Upaya-upaya tersebut harus dimulai dari tingkat pelaksana di lapangan yaitu kualitas guru dalam melaksanakan proses pembelajaran penjas. Berkualitasnya proses pembelajaran diharapkan akan mampu mengangkat pelajaran penjas menjadi lebih bermakna.

Kata Kunci : Pendidikan Jasmani, olahraga, kesehatan dan permasalahannya

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan (Mahendra, 2004). Menurut Lutan (2004) Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan. Karena itu pula tujuannya pun bersifat mendidik. Dalam pelaksanaannya aktivitas jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar dan melalui pengalaman itulah peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai tujuan pendidikan. Dengan kata lain pendidikan jasmani adalah proses ajar melalui aktivitas jasmani dan sekaligus pula sebagai proses ajar untuk menguasai keterampilan jasmani.

Pendidikan jasmani sejak lama diakui sebagai media yang memiliki berbagai nilai lebih dalam proses pembentukan karakter anak. Pendidikan jasmani juga memiliki peran penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Para ahli pendidikan seperti Rousseau, Pestalozzi, Basedow, Herbart dan Froebel memandang anak sebagai anak, bukannya sebagai miniatur orang dewasa (yang memandang anak sebagai sebuah tahapan perkembangan yang terpisah). Para ahli ini memandang pendidikan sebagai perkembangan dan sekolah sebagai tempat dimana anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan cara-cara yang alami (Depdiknas, 2004). Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang sejalan dengan tujuan pendidikan pada umumnya yaitu memberi kontribusi yang sangat berharga dan memberi inspirasi bagi kesejahteraan hidup manusia. Makna yang terkandung dalam pendidikan jasmani tidak sekedar pendidikan yang bersifat fisik atau aktivitas fisik tetapi lebih luas lagi terkait dengan tujuan pendidikan secara menyeluruh serta memberi kontribusi terhadap kehidupan individu. Pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui dan dari aktivitas jasmani. Sidentop (1990)

mengatakannya sebagai “*education through and of physical activities*”. Permainan, rekreasi, ketangkasan, olahraga, kompetisi dan aktivitas-aktivitas fisik lainnya, merupakan materi-materi yang terkandung dalam pendidikan jasmani karena diakui mengandung nilai-nilai pendidikan yang hakiki.

1. Konsep Dasar Pendidikan Jasmani

Menurut Chares Bucher (1972) pendidikan jasmani adalah bagian yang tak terpisahkan dengan proses pendidikan secara keseluruhan dan merupakan suatu usaha pengembangan fisik, mental, emosi dan sosial seluruh masyarakat melalui aktivitas fisik yang terpilih dalam rangka mencapai tujuan tersebut. Sementara itu menurut Baley (1976) berpendapat bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar dan adaptasi dari pengembangan organik, neuromuskular, intelektual, sosial, kultural, emosional dan rasa keindahan yang merupakan hasil dari semangat melakukan aktivitas jasmani. Sedangkan Moston dan Singer (1980) berpendapat bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani guru harus mengembangkan respon motorik, interaksi sosial, pertumbuhan emosi dan melibatkan aspek intelektual. Sedangkan pendidikan jasmani di Indonesia telah diterjemahkan dalam bentuk yang lebih operasional. Menurut Depdiknas (2003) Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur

hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta *life skill*. Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya menekankan pada perkembangan aspek jasmani saja tetapi juga aspek lainnya seperti mental, sosial, emosional dan moral. Secara nyata tujuan pendidikan jasmani menurut Depdiknas (2003) adalah agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

3. Pandangan yang Menyesatkan tentang Pendidikan Jasmani

a. Pandangan Versi Guru Pendidikan Jasmani

Selama ini tidak jarang guru berpegang pada pandangan yang salah tentang beberapa hal yang berkaitan dengan hakikat pembelajaran dalam pendidikan jasmani.

Pandangan tersebut niscaya akan mempengaruhi nuansa pengejarannya. Pandangan yang menyesatkan tentang program pendidikan jasmani diantaranya adalah:

1) *Keterampilan gerak berkembang secara alamiah sejalan dengan kematangan anak.*

Pandangan demikian berkembang karena sebagian teori perkembangan motorik menyatakan bahwa beberapa keterampilan dasar berkembang sesuai dengan kematangan anak. Hal ini benar, akan tetapi teori tersebut hanya berlaku benar pada perkembangan gerak reflek (gerak tanpa kesadaran), reaksi serta gerakan-gerakan kasar (rudimentary movements) seperti gerakan menggapai atau menggenggam yang berlangsung pada anak dari usia bayi hingga 2 tahun. Tidak dapat dipungkiri bahwa anak-anak dapat belajar merangkak, berjalan dan berlari tanpa bantuan atau campur tangan yang besar dari orangtua. Namun penguasaan dalam keterampilan gerak memerlukan kesempatan, latihan, umpan balik serta dorongan dari guru atau orangtua yang mengerti tentang itu. Meskipun keterampilan seperti berjalan, berlari atau menangkap sudah bisa dilakukan oleh anak, namun tidak ada jaminan bahwa keterampilan itu bisa dilakukan sama terampilnya dalam kondisi yang bervariasi.

Karena pandangan inilah guru penjas sering mengabaikan kenyataan bahwa anak-anak sebenarnya perlu diberi kesempatan untuk mempelajari keterampilan gerak secara khusus. Oleh karena itu guru merasa tidak bersalah jika hanya mengajarkan satu jenis permainan atau keterampilan tertentu yang disukai murid-muridnya secara terus menerus.

2) *Umumnya anak-anak cukup terampil dalam cabang olahraga yang populer di masyarakat.*

Pandangan lain yang salah dan mempengaruhi guru untuk mengajarkan

cabang-cabang olahraga baku seperti sepak bola, bola voli, bulu tangkis secara langsung kepada anak. Selain belum jelasnya perbedaan konsep antara pendidikan jasmani dan olahraga, pandangan ini mengarahkan guru bahwa olahraga yang populer di masyarakat pasti akan disukai dan berguna bagi anak-anak. Dengan kecenderungan itu guru akan terdorong untuk mengajarkan berbagai cabang olahraga formal tersebut sebagai pelajaran inti yang harus dikuasai anak. Yang terjadi kemudian adalah sosialisasi cabang olahraga dan anak dipaksa untuk bisa menguasai

3) *Mempelajari keterampilan dasar tidak memotivasi anak*

Mempelajari keterampilan dasar oleh sebagian besar guru dianggap kegiatan yang membosankan. Hal ini selanjutnya dijadikan alasan untuk menghindari pentingnya pengajaran keterampilan dasar bagi anak. Pandangan bahwa pembelajaran keterampilan dasar akan membosankan bisa dianggap benar jika guru penjas kurang mempersiapkan proses pembelajaran yang berhubungan dengan pengembangan keterampilan dasar itu. Namun jika perencanaan pembelajaran disiapkan dengan baik maka pembelajaran keterampilan dasar akan lebih menyenangkan dan menggairahkan bagi anak.

4) *Perencanaan dalam mengajar pendidikan jasmani tidak penting*

Pembelajaran pendidikan jasmani tidak serumit mata pelajaran lain, sehingga tidak membutuhkan persiapan dan perencanaan yang baik. Perencanaan pembelajaran dibuat cukup untuk memenuhi syarat administrasi sekolah dan tidak untuk diterapkan dalam proses pembelajaran. Pandangan yang demikian merupakan pandangan yang salah dan tidak bertanggungjawab. Anak adalah manusia yang membutuhkan bimbingan orang dewasa

yang memiliki kompetensi, sehingga semua aktivitasnya harus selalu dalam koridor aturan yang berlaku. Demikian pula pada pendidikan jasmani, anak datang ke tempat belajar untuk belajar sesuatu yang bernilai bagi hidupnya sehingga sesuatu yang tidak bertanggungjawab jika kemudian pembelajaran pendidikan jasmani tidak melalui perencanaan yang baik.

Mengajar adalah pekerjaan yang harus dilakukan secara terprogram, sistematis dan terorganisir dengan baik. Pembelajaran yang dilakukan tanpa melalui proses perencanaan akan menyebabkan proses pembelajaran itu tidak tepat mengenai sasaran yaitu tidak terjadinya perubahan pada anak didik ke arah lebih baik. Menyusun persiapan pengajaran merupakan upaya mensistematiskan dan mengorganisir materi pembelajaran agar sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Perencanaan pembelajaran biasanya disusun oleh guru dengan berdasar pada kurikulum maupun upaya pengembangannya.

b. Pandangan Versi Orang Tua terhadap Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani selama ini bukan dianggap sebagai mata pelajaran yang berbobot, berkualitas dan penting. Pendidikan jasmani diajarkan di sekolah dianggap sebagai mata pelajaran wajib yang harus diikuti oleh anaknya. Baik dan tidaknya nilai yang diperoleh anaknya tidak begitu berpengaruh terhadap tingkat kepuasan ataupun kekecewaan orangtua terhadap prestasi anaknya. Barometer keberhasilan anak di sekolah lebih banyak dilihat dari hasil/ nilai mata pelajaran yang selama ini dianggap memiliki gengsi dan penentu berkualitas dan tidaknya anak setelah menempuh studi pada jenjang pendidikan tertentu.

Selama ini mata pelajaran kelompok IPA dan bahasa Inggris dianggap mata pelajaran yang memiliki gengsi dan bernilai

terutama dianggap sebagai indikator cerdas dan tidaknya anak. Orangtua akan merasa begitu bangga pada saat mata pelajaran pada kelompok IPA atau bahasa Inggris bernilai baik. Namun tidak demikian jika nilai mata pelajaran pendidikan jasmani bernilai baik. Hal ini terjadi banyak disebabkan orangtua tidak memahami nilai-nilai hakiki pendidikan jasmani bagi anaknya. Pendidikan jasmani dianggap sebagai bentuk kegiatan yang semata-mata hanya anak bermain atau berolahraga, pendidikan jasmani dianggap tidak memiliki nilai lebih dari itu. Namun berbeda pada orangtua yang anaknya memiliki prestasi pada cabang olahraga tertentu, dalam kasus ini orangtua akan memberi dukungan moril maupun materiil yang cukup agar anaknya tetap berprestasi. Pertanyaan selanjutnya adalah "berapa jumlah anak yang memiliki prestasi olahraga di suatu sekolah". Pendidikan jasmani tidak sama dengan prestasi, meskipun di dalamnya anak sangat mungkin berprestasi. Akhirnya tetap kembali pada paradigma bahwa pendidikan jasmani belum diposisikan sebagai mata pelajaran yang bernilai baik di mata orang tua siswa. Siapa yang dapat disalahkan?

c. Pendidikan pada Strata Pengambil Kebijakan

1) Pemerintah

Era tahun 2000- an ini telah dijadikan salah satu titik kebangkitan pendidikan jasmani di Indonesia. Munculnya berbagai kebijakan tentang pendidikan jasmani terutama upaya peningkatan kualitas guru penjas, perangkat kurikulum dan sarana menjadi salah satu fenomena menarik yang perlu dilanjutkan dan ditindaklanjuti. Harapan baru muncul bagi perkembangan pendidikan jasmani di masa yang akan datang.

Kilas balik pendidikan jasmani pada masa lalu dan konsekuensinya pada masa sekarang. Pada saat bangsa Indonesia menomorsatukan perkembangan IPTEK dan

sekolah sebagai dasar peletakan perkembangan IPTEK di Indonesia, saat itu mata pelajaran kelompok IPA menjadi mata pelajaran primadona dan menjadi salah satu barometer berhasil tidaknya pendidikan di Indonesia sehingga di ujian nasional mata pelajaran kelompok IPA begitu membuat siswa khawatir. Konsekuensi yang dihadapi oleh orangtua dan siswa serta sekolah adalah upaya yang maksimal untuk mendongkrak kemampuan siswa melalui tambahan pelajaran di luar jam sekolah dan melalui lembaga-lembaga kursus. Harapannya tentu siswa akan memiliki nilai baik pada saat ujian nasional. Permasalahan ini tentu bermula dari berbagai kebijakan pendidikan oleh pemerintah pada masa itu yang memfokuskan mata pelajaran tertentu sebagai mata pelajaran penentu lulus dan tidaknya atau baik dan tidaknya siswa setelah mengikuti ujian nasional. Pertanyaannya yang perlu direnungkan adalah "bagaimana pendidikan jasmani dalam perspektif ujian nasional?"

Konsekuensi yang kemudian dihadapi mata pelajaran pendidikan jasmani dari kasus tersebut adalah menjadi mata pelajaran yang sedikit diabaikan. Kesalahan ini disinyalir bermula pada kebijakan pemerintah yang belum mensejajarkan mata pelajaran pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain. Sehingga imbasnya adalah kurangnya perhatian terhadap pendidikan jasmani pada strata-strata dibawahnya.

2) Sekolah

Konsekuensi dari kebijakan pemerintah terhadap sistem pendidikan nasional telah memposisikan mata pelajaran pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran yang dianggap kurang penting oleh berbagai pihak. Sekolah adalah strata penentu akhir kebijakan dari pelaksanaan pendidikan. Pada tingkat/strata inilah pendidikan jasmani akan lebih dioperasionalkan. Namun dari berbagai kenyataan yang terjadi pada tingkat sekolah,

mata pelajaran pendidikan jasmani juga mengalami nasib yang tidak jauh berbeda dengan kebijakan yang terjadi tingkat di atasnya. Prioritas pengembangan dan peningkatan kualitas anak didik hanya dilakukan pada mata pelajaran tertentu di luar penjas. Sebagai contoh. Anggaran belanja sekolah belum meletakkan kebutuhan mata pelajaran pendidikan jasmani dalam skala prioritas. Upaya supervisi terhadap pelaksanaan mata pelajaran pendidikan jasmani juga belum dilakukan dengan optimal. Kenyataan-kenyataan di lapangan seperti ini yang kemudian menjadikan mata pelajaran pendidikan jasmani tetap dianggap lapis kedua dari struktur kurikulum secara keseluruhan. Pertanyaannya adalah "mampukah sekolah melawan arus kecenderungan kebijakan pemerintah yang memprioritaskan mata pelajaran tertentu di luar penjas dan menjadikan penjas sebagai salah satu mata pelajaran vaforit?"

PENUTUP

Pendidikan jasmani sebagai salah satu pelajaran yang memiliki berbagai kelebihan hendaknya memiliki status yang sama pentingnya dengan mata pelajaran lain dalam perspektif orangtua, siswa, sekolah, dinas dan pemerintah pusat. Konsekuensinya adalah perhatian terhadap pelaksanaan mata pelajaran pendidikan jasmani sama dengan mata pelajaran lain terutama pemenuhan kebutuhan kelancaran dan kualitas pembelajaran.

Makalah ini tidak untuk menemukan solusi, namun minimal membuka pandangan pembaca tentang bagaimana permasalahan yang sering dihadapi penjas. Solusi ada pada semua strata pengambil kebijakan dalam pendidikan juga guru, siswa dan orangtua.

DAFTAR PUSTAKA

- Baley, J.A, and Field, D.A (1976) *Physical Education and Physical Educator*. 2nd.ed. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Bucher, C.A. (1972) *Foundation of Physical Education*. 6th.ed. Mosby.
- Depdiknas (2004) *Model pelaksanaan BBE Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Depdiknas. Jakarta
- Depdiknas (2003) *Standar Kompetensi Mata pelajaran Pendidikan Jasmani*. Depdiknas. Jakarta
- Mahendra, Agus (2004) *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Depdikbud. Jakarta
- Lutan, Rusli (2004) *Perencanaan dan strategi pembelajaran Penjaskes*. Depdikbud. Jakarta.
- Singer, R.N. (1980) *Motor Learning and Human Performance*. New York : McMillan Publishing Company.
- Siedentop, Daryl (1990) *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. Mayfield Publishing Company, Mountain View, CA