



**MAKNA PENDIDIKAN
JASMANI DAN OLAAHRAGA**

PENDIDIKAN ?

- Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara (UU SISDIKNAS).

Pendidikan Jasmani ?

- pendidikan dari jasmani atau pendidikan melalui jasmani?
- pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional (KBK).

- Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (KBK).

Menurut Jesse Feiring Williams (1999; dalam Freeman, 2001)

- *“Manakala pikiran (mental) dan tubuh disebut sebagai dua unsur yang terpisah, pendidikan jasmani yang menekankan pendidikan fisik... melalui pemahaman sisi kealamiahannya fitrah manusia ketika sisi keutuhan individu adalah suatu fakta yang tidak dapat dipungkiri, pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui fisik. Pemahaman ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani juga terkait dengan respon emosional, hubungan personal, perilaku kelompok, pembelajaran mental, intelektual, emosional, dan estetika.”*

Rink (1985) juga mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai "pendidikan melalui fisik", seperti:

- *“Kontribusi unik pendidikan jasmani terhadap pendidikan secara umum adalah perkembangan tubuh yang menyeluruh melalui aktivitas jasmani. Ketika aktivitas jasmani ini dipandu oleh para guru yang kompeten, maka hasilnya berupa perkembangan utuh insani yang menyertai perkembangan fisikalnya. Hal ini hanya dapat dicapai ketika aktivitas jasmani menjadi budaya dan kebiasaan jasmani atau pelatihan jasmani.”*

Barrow (2001; dalam Freeman, 2001)

- bahwa pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai pendidikan tentang dan melalui gerak insani, ketika tujuan kependidikan dicapai melalui media aktivitas otot-otot, termasuk: olahraga (sport), permainan, senam, dan latihan (exercise). Hasil yang ingin dicapai...individu yang terdidik secara fisik. Nilai ini menjadi salah satu bagian nilai individu yang terdidik, dan bermakna hanya ketika berhubungan dengan sisi kehidupan individu.

James A. Baley dan David A. Field (2001; dalam Freeman, 2001)

- *“Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani.”*

- Substansi pendidikan jasmani pada dasarnya adalah pengalaman ajar yang terdiri atas gerak manusia yang dikemas dalam muatan pengalaman yang esensial, faktual, dan aktual.
- Materi ini disampaikan dalam rangka memberikan kesempatan bagi siswa untuk tumbuh kembang secara proporsional, dan wajar dalam hal ranah psikomotor, kognitif, dan afektif.

OLAHRAGA?

- Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (UU SKN)
- Olahraga pendidikan (UU SKN pasal 1) adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Batasan Olahraga

- Olahraga (sport) adalah aktivitas jasmani yang dilembagakan yang peraturannya ditetapkan bukan oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktivitas tersebut (Bennet, dkk, 1983).
- *Sport is an institutionalized competitive activity that involves vigorous physical exertion or the use of relatively complex physical skill, by individuals whose participation is motivated by combination of the intrinsic satisfaction associated with the activity itself and external rewards earned through participation (Coakley, 2001).*

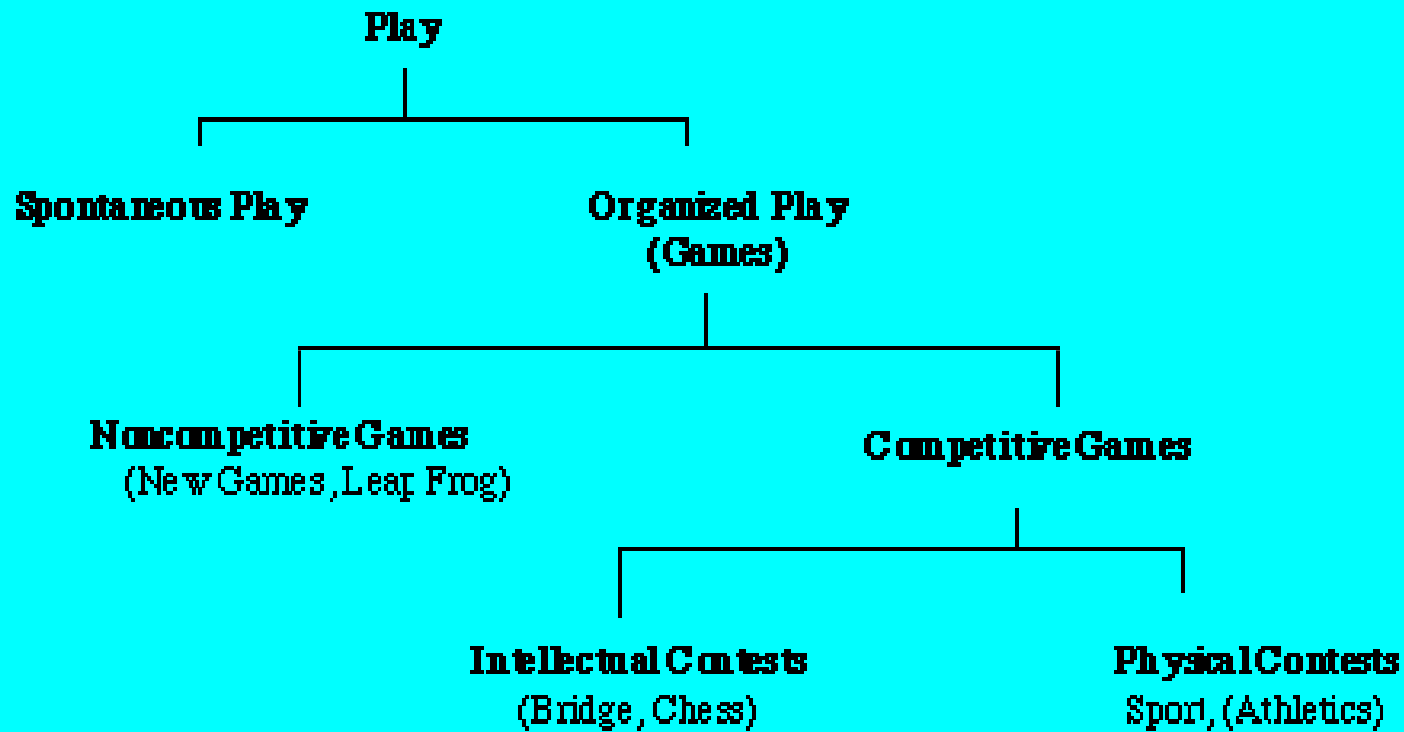
Batasan Olahraga (lanjutan)

- Olahraga (sport) adalah setiap aktivitas fisik berupa permainan dan berisikan pertandingan, (struggle) melawan orang lain, diri sendiri ataupun unsur-unsur alam (Abulkadir Ateng).
- Olahraga adalah aktivitas fisik yang melibatkan *big muscle activity* bukan *fine muscle activity*.

Lutan (1991:13) mengemukakan tentang ciri hakiki dalam olahraga sebagai berikut:

- 1) Olahraga merupakan sub bagian dari permainan, 2) Olahraga berorientasi pada kegiatan jasmani dalam wujud keterampilan motorik, daya tahan, kekuatan, dan kecepatan, 3) Olahraga sebagai sebuah realitas, 4) Prinsip prestasi dalam olahraga, dan 5) Aspek sosial dalam olahraga.

Bermain-Olahraga (sport)



Perbedaan Penjas & Orpres

	Penjas	Olahraga Prestasi
Tujuan	Pendidikan (perkembangan menyeluruh)	Kinerja motorik
Materi	Berpusat pada anak (apa yang dapat dilakukan anak)	Berpusat pada bahan latihan
Sifat latihan	Multilateral	Spesifik
Bentuk	Tidak harus pertandingan	Pertandingan
Gerak	Seluas kehidupan sehari-hari	Terbatas pada gerak fungsional cabang yang bersangkutan
Kurang terampil	Mendapat perhatian ekstra	Terpaksa ditinggalkan
Peraturan	Tidak ada pembakuan permainan	Dibakukan
Peserta	Wajib	bebas
Talent scouting	Dipakai untuk entry behavior	Untuk memilih atlet berbakat

- Pendidikan jasmani fokus utamanya adalah mempelajari **gerak manusia**

- pendidikan jasmani juga merupakan suatu profesi
- kesempatan kerja dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga, diantaranya dalam bidang pengajaran (guru) di sekolah maupun di luar sekolah, bidang pelatihan, bidang kebugaran dan yang berhubungan dengan kesehatan, bidang manajemen olahraga, bidang media olahraga, dan bidang lainnya yang berhubungan dengan olahraga.

Freeman (2001:5) menyatakan pendidikan jasmani dapat dikategorikan ke dalam tiga kelompok bagian, yaitu:

- Pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik, yaitu: beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh.
- Aktivitas jasmani meskipun tidak selalu, tetapi secara umum mencakup berbagai aktivitas gross motorik dan keterampilan yang tidak selalu harus didapat perbedaan yang mencolok.
- Meskipun para siswa mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisik ini, tetapi keuntungan bagi siswa tidak selalu harus berupa fisik, non-fisik pun bisa diraih seperti: perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif.