

NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Sugeng Purwanto
Ermawan Susanto

**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 28 TAHUN 2014
TENTANG HAK CIPTA**

PASAL 2

Undang-Undang ini berlaku terhadap:

- a. Semua ciptaan dan produk Hak Terkait warga negara, penduduk, dan badan hukum Indonesia;
- b. Semua ciptaan dan produk Hak Terkait bukan warga negara Indonesia, bukan penduduk Indonesia, dan bukan badan hukum Indonesia yang untuk pertama kali dilakukan Pengumuman di Indonesia;
- c. Semua ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dan pengguna Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait bukan warga negara Indonesia, bukan penduduk Indonesia, dan bukan badan hukum Indonesia dengan ketentuan:
 1. Negeranya mempunyai perjanjian bilateral dengan negara Republik Indonesia mengenai perlindungan Hak Cipta dan Hak Terkait; atau
 2. Negeranya dan negara Republik Indonesia merupakan pihak atau peserta dalam perjanjian multilateral yang sama mengenai perlindungan Hak Cipta dan Hak Terkait.

BAB XVII KETENTUAN PIDANA

PASAL 112

Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 ayat (3) dan/atau Pasal 52 untuk Penggunaan Secara Komersial, dipidana dengan pidana penjara paling lama 2 (dua) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 300.000.000,00 (tiga ratus juta rupiah).

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Sugeng Purwanto
Ermawan Susanto



NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

© 2018 Sugeng Purwanto & Ermawan Susanto

ISBN: 978-602-498-009-2

Edisi Pertama

Diterbitkan dan Dicitak oleh:

UNY Press

Jl. Gejayan, Gg. Alamanda, Komplek Fakultas Teknik UNY
Kampus UNY Karangmalang Yogyakarta 55281

Mail: unypress.yogyakarta@gmail.com

Telp: 0274-589346

Anggota Ikatan Penerbit Indonesia (IKAPI)

Anggota Asosiasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia (APPTI)

Editor: Shendy Amalia

Desain Sampul: Nur Fitria

Tata Letak: Fathoni

SUGENG PURWANTO & ERMAWAN SUSANTO

NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

-Ed.1, Cet.1.- Yogyakarta: UNY Press, 2018

viii + 228 hlm; 16 x 23 cm

ISBN: 978-602-498-009-2

1. NILAI-NILAI KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Isi di luar Tanggung Jawab Percetakan



DAFTAR ISI

BAB I	DEFINISI DAN TUJUAN PENDIDIKAN JASMANI	1
	A. Definisi Pendidikan Menurut Tokoh-tokoh Pendidikan ..	2
	B. Definisi Penjas Menurut Tokoh-Tokoh Pendidikan Jasmani	4
	C. Definisi Olahraga	8
	D. Tujuan Pendidikan Jasmani	9
BAB II	PENDIDIKAN JASMANI DALAM PERSPEKTIF SEJARAH ...	11
	A. Sejarah Pendidikan Jasmani Zaman Kuno	12
	B. Sejarah Pendidikan Jasmani di Beberapa Negara	14
	C. Sejarah Pendidikan Jasmani di Indonesia	15
BAB III	DASAR FILSAFAT PENDIDIKAN JASMANI	21
	A. Definisi Filsafat	21
	B. Definisi Filsafat Menurut Beberapa Ilmuwan	22
BAB IV	HAKIKAT PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KARAKTER ..	26
	A. Hakikat Pendidikan Karakter	26
	B. Pengembangan Peserta Didik Melalui Penjas Karakter	34

C. Strategi Pembelajaran Penjas Karakter	35
D. Evaluasi Pembelajaran Penjas Karakter	38
BAB V SISTEM ANATOMI DALAM PENDIDIKAN JASMANI	41
A. Dasar Biologi Pendidikan Jasmani	43
B. Perkembangan Umur dalam Pendidikan Jasmani	48
BAB VI LANDASAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN JASMANI	51
A. Landasan Psikologi Pendidikan Jasmani	52
B. Teori-teori Psikologi Pendidikan Jasmani	53
C. Manfaat Psikologi Pendidikan Jasmani	54
BAB VII RUANG LINGKUP PENDIDIKAN JASMANI	57
A. Tujuan Pendidikan Jasmani	65
B. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	67
BAB VIII PENDEKATAN DAN MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI	73
A. Pendekatan-pendekatan dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani	74
B. Model-model Pembelajaran Pendidikan Jasmani	77
BAB IX IMPLEMENTASI MODEL-MODEL PENDIDIKAN JASMANI .	83
A. Gaya Komando	85
B. Gaya Latihan	90
C. Gaya Timbal Balik (Resiprokal)	97
D. Gaya Inklusi	104
E. Model Pembelajaran Inkuiri	109

F. Model Pembelajaran Kooperatif	124
G. Model Pembelajaran Permainan Teknik	130
H. Model Pembelajaran Permainan Taktik	138
I. Model Pembelajaran Tanggung Jawab Pribadi	153
J. Model Pembelajaran <i>Teaching Games for Understanding</i>	163
K. Model Pembelajaran Penemuan	175
L. Model Pembelajaran <i>Sport Education</i>	188
BAB X PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KARAKTER	207
A. Hakikat Pendidikan Karakter	209
B. Pengembangan Karakter Peserta Didik melalui Pendidikan Jasmani	211
C. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter	212
DAFTAR PUSTAKA	219
GLOSARIUM	223



BAB I

DEFINISI DAN TUJUAN PENDIDIKAN JASMANI

Istilah pendidikan jasmani yang telah dikenal pada tahun 1950-an di Indonesia, cukup lama menghilang dari wacana, terutama sejak tahun 1960-an, tatkala istilah itu diganti dengan istilah olahraga. Dampak dari perubahan tersebut sangat luas dan mendalam, terutama terhadap struktur dan isi kurikulum di semua jenjang pendidikan sekolah. Kesalahpahaman juga terjadi terhadap makna kedua istilah itu, karena hampir selalu hanya dikaitkan dengan kepentingan pembinaan fisik, seperti tujuan berprestasi atau sebatas pencapaian derajat kebugaran jasmani. Konsep dasar pendidikan jasmani dapat dipandang dari 3 (tiga) aspek yakni sejarah, pandangan filsafat, dan bukti-bukti ilmiah. Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

Konsep pendidikan jasmani erat kaitannya dengan pendidikan rekreasi, dan pendidikan kesehatan, yang menghasilkan bidang studi Penjaskes, perpaduan antara pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan dengan titik persamaan dalam tujuan terbentuknya gaya

hidup aktif sepanjang hayat untuk mencapai kesehatan. Meskipun demikian pembelajaran Penjaskes menjadi tidak menentu dalam hal substansi dan tujuan, persaingan dalam alokasi bagi penyampaian substansi dan akhirnya menggiring guru-guru hanya sekedar menyampaikan informasi dan bahkan pengetahuan yang tidak fungsional atau teori sebagai ganti kegiatan praktik. Masalah lainnya terjadi pada evaluasi yang hanya sampai pada pengukuran kemampuan kognitif paling rendah. Pengajaran terpadu tidak mampu diterapkan oleh guru-guru penjas mengaktualisasi konsep Penjaskes tersebut.

Setelah mempelajari bab I ini Anda akan memahami bagaimana definisi pendidikan jasmani, ruang lingkup materi pendidikan jasmani, tujuan pendidikan jasmani, berbagai macam definisi pendidikan jasmani menurut para tokoh, dan konsep dasar pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah.

A. DEFINISI PENDIDIKAN MENURUT TOKOH-TOKOH PENDIDIKAN

Kata pendidikan berasal dari kata **Pedagogi**, yaitu dari kata “*paid*” artinya anak dan “*agogos*” artinya membimbing. Itulah sebabnya istilah pedagogi dapat diartikan sebagai “ilmu dan seni mengajar anak”. Namun pendidikan juga memiliki pengertian sendiri menurut para ahli, antara lain:

1. **Langefeld** mengatakan mendidik adalah membimbing anak dalam mencapai kedewasaan.
2. **Heageveld** mengatakan mendidik adalah membantu anak dalam mencapai kedewasaan.
3. **Bojonegoro** mengartikan mendidik adalah memberi tuntunan kepada manusia yang belum dewasa dalam pertumbuhan dan perkembangannya sampai tercapai kedewasaan.
4. **Ki Hajar Dewantara** mengartikan pendidikan sebagai daya upaya untuk memajukan budi pekerti, pikiran serta jasmani

anak, agar dapat memajukan kesempurnaan hidup yaitu hidup dan menghidupkan anak yang selaras dengan alam dan masyarakatnya.

5. **Rousseau** mengatakan mendidik adalah memberikan pembekalan yang tidak ada pada masa anak-anak, tapi dibutuhkan pada masa dewasa.
6. **Darmaningtyas** mengatakan tentang definisi pendidikan, yaitu pendidikan sebagai usaha dasar dan sistematis untuk mencapai taraf hidup dan kemajuan yang lebih baik.
7. **Paulo Freire** mengatakan pendidikan merupakan jalan menuju pembebasan yang permanen dan terdiri atas dua tahap. Tahap pertama adalah masa dimana manusia menjadi sadar akan pembebasan mereka, dimana melalui praksis mengubah keadaan itu. Tahap kedua dibangun atas tahap yang pertama, dan merupakan sebuah proses tindakan kultural yang membebaskan.
8. **Ivan Illic** mengatakan pendidikan adalah pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala lingkungan dan sepanjang hidup.
9. **Edgar Dalle** mengartikan pendidikan adalah usaha sadar yang sistematis dalam mengembangkan seluruh potensi yang ada dalam diri manusia untuk menjadi manusia yang seutuhnya.
10. **Hartoto** mengartikan pendidikan adalah usaha sadar, yang terencana, sistematis, dan terus-menerus dalam upaya memanusiaikan.
11. **Ngalim Purwanto** mengartikan pendidikan adalah segala urusan orang dewasa dalam pergaulannya dengan anak-anak untuk memimpin perkembangan jasmani dan rohaninya ke arah kedewasaan.

Kesimpulan dari seluruh tokoh pendidikan tentang arti dari pendidikan secara umum yaitu pendidikan secara umum dapat diartikan sebagai daya upaya yang sadar, terencana, sistematis, dan terus menerus untuk mencapai taraf hidup dan kemajuan yang lebih baik.

B. DEFINISI PENDIDIKAN JASMANI MENURUT TOKOH-TOKOH PENDIDIKAN JASMANI

Istilah pendidikan jasmani berawal dari Amerika Serikat berawal dari istilah *gymnastics*, *hygiene*, dan *physical culture* (Siedentop, 1972). Berikut pengertian pendidikan jasmani menurut tokoh-tokoh pendidikan jasmani.

1. Nixon and Cozens (1963: 51)

Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respons tersebut.

2. Dauer dan Pangrazi (1989: 1)

Pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

3. Bucher (1979)

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interperatif, sosial, dan emosional.

4. Ateng (1993)

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional.

5. Siedentop (1991)

Seorang pakar pendidikan jasmani dari Amerika Serikat, mengatakan bahwa dewasa ini pendidikan jasmani dapat diterima secara luas sebagai model “pendidikan melalui aktivitas jasmani”, yang berkembang sebagai akibat dari merebaknya telaah pendidikan gerak pada akhir abad ke-20 ini dan menekankan pada kebugaran jasmani, penguasaan keterampilan, pengetahuan, dan perkembangan sosial. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa: "pendidikan jasmani adalah pendidikan dari, tentang, dan melalui aktivitas jasmani".

6. Jesse Feiring Williams (1999; dalam Freeman, 2001)

Pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih sehingga dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Pengertian ini didukung oleh adanya pemahaman bahwa: manakala pikiran (mental) dan tubuh disebut sebagai dua unsur yang terpisah, pendidikan, 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.

7. Rink (1985)

Rink 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 hasil berupa perkembangan utuh insani menyertai perkembangan fisikalnya. Hal ini hanya dapat dicapai ketika aktivitas jasmani menjadi budaya dan kebiasaan jasmani atau pelatihan jasmani.

8. James A. Baley & David A. Field (dalam Freeman, 2001)

Menekankan bahwa pendidikan fisik yang dimaksud adalah aktivitas jasmani yang membutuhkan upaya yang sungguh-sungguh. Lebih lanjut kedua ahli ini menyebutkan bahwa: '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.' Aktivitas jasmani yang dipilih disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dan kapabilitas siswa. Aktivitas fisik yang dipilih ditekankan pada berbagai aktivitas jasmani yang wajar, aktivitas jasmani yang membutuhkan sedikit usaha sebagai aktivitas rekreasi dan atau aktivitas jasmani yang sangat membutuhkan upaya keras seperti untuk kegiatan olahraga kepelatihan atau prestasi. Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar (*gross motorik*), memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia.

9. Freeman (2001: 5)

Freeman menyatakan pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik, yaitu: beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh. 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. Secara utuh, pemahaman yang harus ditangkap adalah: pendidikan jasmani menggunakan media fisik untuk mengembangkan kesejahteraan total setiap orang. Karakteristik pendidikan jasmani seperti ini tidak terdapat pada mata pelajaran lain, karena hasil kependidikan dari pengalaman belajar fisik tidak terbatas hanya pada perkembangan tubuh saja. Konteks melalui aktivitas jasmani yang dimaksud adalah konteks yang utuh menyangkut semua dimensi tentang manusia, seperti halnya hubungan tubuh dan pikiran. Tentu, pendidikan jasmani tidak hanya menyebabkan seseorang terdidik fisiknya, tetapi juga semua aspek yang terkait dengan kesejahteraan total manusia, seperti yang dimaksud dengan konsep “kebugaran jasmani sepanjang hayat”. Seperti diketahui, dimensi hubungan tubuh dan pikiran menekankan pada tiga domain pendidikan, yaitu: psikomotor, afektif, dan kognitif.

10. Syer & Connolly (1984); Clancy (2006); Begley (2007).

Menyebutkan hal senada bahwa “tubuh adalah tempat bersemayamnya pikiran.” Ada unsur kesatuan pemahaman antara tubuh dengan pikiran. Kesatuan unsur tubuh dan pikiran salah satu masalah besar, untuk selama bertahun-tahun lamanya seolah tidak akan pernah tuntas, adalah perdebatan antara intelektual dan jasmani. Kepercayaan banyak orang adalah bahwa tubuh terpisah dari pikiran, yang kemudian

memunculkan pemahaman "dualisme" dan cenderung mengarah pada pikiran adalah sesuatu yang diutamakan.

C. DEFINISI OLAHRAGA

Berbeda dengan definisi pendidikan jasmani, maka pengertian olahraga menurut ahli antara lain sebagai berikut:

1. **Webster's New Collegiate Dictionary (1980)**. Olahraga yaitu ikut serta dalam aktivitas fisik untuk mendapatkan kesenangan, dan aktivitas khusus seperti berburu atau olahraga pertandingan (*athletic games* di Amerika Serikat).
2. **Renstrom & Roux 1988, dalam A.S.Watson, Children in Sport dalam Bloomfield, J, Fricker P.A. and Fitch, K.D., 1992)**. Olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (meningkatkan kualitas hidup). Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik; artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat ditinggalkan. Olahraga merupakan alat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani dan sosial. Struktur anatomis-anthropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektualnya maupun kemampuannya bersosialisasi dengan lingkungannya nyata lebih unggul pada siswa-siswa yang aktif mengikuti kegiatan Penjasor dari pada siswa-siswa yang tidak aktif mengikuti Penjasor.
3. **World Conference On Education and Sports for Culture of Peace (IOC, Juli 1999)**, menyebutkan bahwa:
 - a. Olahraga adalah suatu sekolah kehidupan dan dapat menjadi sekolah perdamaian.

- b. Olahraga dapat membangun jembatan perdamaian di antara orang-orang dan ras.
- c. Olahraga adalah hak asasi manusia seperti hak pendidikan, hak untuk identitas.
- d. Olahraga adalah alat yang baik untuk memperkenalkan kebiasaan dari kehormatan.

D. TUJUAN PENDIDIKAN JASMANI

Tujuan pendidikan jasmani yang ingin diharapkan bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral. Di samping itu terdapat pula tujuan untuk pembinaan kesehatan dan kesadaran tentang lingkungan hidup. Beberapa tujuan pendidikan jasmani yang lain yang bisa dirangkum antara lain:

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
3. Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
4. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
5. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
6. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.

7. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
8. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
9. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.



BAB II

PENDIDIKAN JASMANI DALAM PERSPEKTIF SEJARAH

Upaya pembaharuan pendidikan jasmani, yang terpayungi dalam kerangka sistem pendidikan nasional, berlangsung dalam sebuah bentangan pergulatan antara dorongan untuk berubah dalam kesinambungan. Kebijakan publik dalam pembinaan olahraga, yang tercermin dalam kepentingan nasional, berupa prestise dan kebanggaan nasional untuk membangun percaya diri bangsa selama era pemerintahan Bung Karno dalam kerangka atau selama era dalam pemerintahan Soeharto selama 32 tahun terakhir, sangat kuat mempengaruhi arah, isi, dan pengelolaan olahraga pada umumnya dan pendidikan jasmani pada khususnya.

Pasang surut keolahragaan nasional, yang telah merasuki kehidupan bangsa Indonesia sejak pra kemerdekaan, memang banyak dipengaruhi oleh kebijakan pemerintah dan faktor politik. Namun kelebihan dan kekurangan kebijakan pemerintah yang diluncurkan merupakan respons nyata yang diposisikan bapak bangsa dan pemerintah untuk menjawab tantangan zaman pada masa itu. Untuk menjawab tantangan berupa gerak perubahan dinamik yang dibangkitkan oleh globalisasi yang menempatkan pembangunan modal manusia dan modal sosial dalam kedudukan strategis, maka arah

pembaharuan pendidikan jasmani adalah untuk mendukung pembaharuan pendidikan pada umumnya.

Konsep pendidikan jasmani erat kaitannya dengan pendidikan rekreasi, dan pendidikan kesehatan, yang menghasilkan bidang studi Penjaskes, perpaduan antara pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan dengan titik persamaan dalam tujuan terbentuknya gaya hidup aktif sepanjang hayat untuk mencapai kesehatan. Meskipun demikian pembelajaran Penjaskes menjadi tidak menentu dalam hal substansi dan tujuan, persaingan dalam alokasi bagi penyampaian substansi dan akhirnya menggiring guru-guru hanya sekedar menyampaikan informasi dan bahkan pengetahuan yang tidak fungsional atau teori sebagai ganti kegiatan praktik.

A. SEJARAH PENDIDIKAN JASMANI ZAMAN KUNO

Sejarah pendidikan jasmani pada zaman kuno terdiri atas dua zaman peradaban yaitu pada zaman Mesir kuno dan Yunani Kuno. Dua negara ini dipilih sebagai objek pembicaraan karena dua negara inilah sumber munculnya pendidikan jasmani dan olahraga dan pengaruhnya meluas sampai ke seluruh dunia. Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

1. China Kuno

Terdapat artefak dan bangunan-bangunan yang menunjukkan bahwa orang China berhubungan dengan kegiatan yang kita definisikan sebagai olahraga di awal tahun 4.000 SM. Awal dan perkembangan dari kegiatan olahraga di China sepertinya berhubungan dekat dengan produksi, kerja, perang, dan hiburan pada waktu itu. Senam sepertinya merupakan olahraga yang populer di China zaman dulu. Tentunya sekarang juga, seperti keahlian orang China dalam akrobat yang terkenal secara internasional. China memiliki Museum Beijing yang

didedikasikan untuk subjek-subjek tentang olahraga di China dan sejarahnya.

2. Mesir Kuno

Monumen untuk Faraoh menunjukkan bahwa beberapa cabang olahraga diperhatikan perkembangannya dan dipertandingkan secara berkala beberapa ribu tahun yang lampau, termasuk renang dan memancing. Ini tidaklah mengejutkan mengingat pentingnya Sungai Nil bagi kehidupan orang Mesir. Olahraga yang lain termasuk lempar lembing, loncat tinggi, dan gulat. Lagi, keberadaan olahraga yang populer menunjukkan kedekatan dengan kegiatan non-olahraga sehari-hari.

3. Yunani Kuno

Banyaknya cabang olahraga sudah ada sejak jaman Kerajaan Yunani Kuno. Gulat, Lari, Tinju, lempar lembing dan lempar cakram, dan balap kereta kuda adalah olahraga yang umum. Ini menunjukkan bahwa Kebudayaan militer Yunani berpengaruh pada perkembangan olahraga mereka. Pertandingan Olimpiade diadakan setiap empat tahun sekali di Yunani. Pertandingan tidaklah diadakan hanya sebagai *event* olahraga saja, tetapi juga sebagai perayaan untuk kemegahan individu, kebudayaan, dan macam-macam kesenian dan juga tempat untuk menunjukkan inovasi di bidang arsitektur dan patung. Beberapa ahli sejarah seperti Bernard Lewis menyatakan bahwa olahraga beregu adalah penemuan kebudayaan barat. Olahraga individu, seperti gulat dan panahan, sudah dipraktikkan di seluruh dunia. Tetapi tradisi olahraga beregu, menurut para penulis ini, berasal dari Eropa, khususnya Inggris. Olahraga mulai diatur dan diadakan secara berkala sejak Olimpiade Kuno sampai pada abad ini.

Revolusi industri dan produksi massa menambahkan waktu luang, yang membolehkan meningkatnya penonton olahraga, berkurangnya

elitisme dalam olahraga, dan akses yang lebih besar. Trend ini dilanjutkan dengan perjalanan media massa dan komunikasi global. Profesionalisme menjadi umum, lebih jauh meningkatkan popularitas olahraga. Ini mungkin kontras dengan ide murni orang Yunani, dimana kemenangan pada pertandingan dihargai dengan sangat sederhana, dan dihargai dengan daun zaitun. Karena reaksi dari keinginan hidup kontemporer, terdapat perkembangan olahraga yang paling baik dijelaskan dengan post-modern. Juga ada penemuan baru di bidang olahraga petualangan dalam bentuk melepaskan diri dari rutinitas kehidupan sehari-hari, contohnya *rafting*, *canoing*, *jumping*, dan lain sebagainya.

4. Olimpiade Kuno

Olimpiade dikhususkan hanya untuk kaum pria, setidaknya hanya mereka yang diperbolehkan untuk cabang atletik dan yang dikategorikan olahraga tempur. Kaum perempuan bahkan tidak diperbolehkan menonton. Namun demikian mereka boleh bertanding untuk cabang berkuda, hanya kalau mereka menjadi pemilik kuda maupun kereta yang dipergunakan untuk bertanding. Perempuan pertama yang tercatat memenangkan sebuah lomba adalah seorang putri berasal dari Sparta. Salah satu alasan mengapa perempuan tidak boleh terlibat dalam cabang atletik, tinju, dan gulat adalah karena pesertanya bertanding dalam keadaan telanjang bulat.

B. SEJARAH PENDIDIKAN JASMANI DI BEBERAPA NEGARA

Sejarah pendidikan Jasmani modern di beberapa negara terdiri atas negara Amerika, Eropa, dan Asia yang banyak mempengaruhi perkembangan pendidikan jasmani di Indonesia. Dari sejarah tersebut, aktivitas jasmani seperti dalam bentuk kegiatan bermain merupakan alat utama pendidikan. Para pendidik dan filosof percaya bahwa kegiatan itu sangat efektif untuk menumbuhkembangkan keseluruhan

potensi peserta didik. Konsep ini telah dirintis penerapannya melalui UU Pendidikan, yang kemudian sempat luntur akibat perubahan kebijakan.

C. SEJARAH PENDIDIKAN JASMANI DI INDONESIA

Sejarah pendidikan Jasmani di Indonesia dimulai pada masa kerajaan, masa penjajahan maupun masa kemerdekaan. Ada beberapa tujuan yang ingin dicapai dengan sajian ini, yaitu (1) untuk memahami pentingnya mempelajari sejarah masa lalu, (2) dapat mengenal bermacam-macam pendidikan jasmani dan olahraga di berbagai negara, (3) mengetahui latar belakang budaya macam-macam masyarakat dan berbagai pengaruhnya terhadap perkembangan pendidikan jasmani.

1. Pendidikan Jasmani pada Permulaan Proklamasi Kemerdekaan s/d 1955

Sesudah bangsa Indonesia memproklamasikan kemerdekaan pada tanggal 17 Agustus 1945, maka dibentuklah kabinet RI yang pertama. Dengan dibentuknya Kabinet tersebut, maka pendidikan jasmani berada di bawah Kementerian Pengajaran, yang menterinya adalah Ki Hajar Dewantara. Kegiatan pendidikan jasmani di sekolah belum nampak, banyak sekolah masih menggunakan istilah “gerak badan” untuk pendidikan jasmani.

2. Pendidikan Jasmani Tahun 1955/1966

Mendekati tahun 1960, situasi di tanah air memanas dengan adanya pergolakan di Sumatra Utara, Sumatra Barat, Sumatra Selatan dan Sulawesi Utara. Setelah pergolakan dapat diselesaikan dengan baik Presiden Sukarno mengeluarkan Dekrit Presiden 1959, untuk kembali ke Undang-Undang Dasar tahun 1945. Tahun 1961 Indonesia ditetapkan menjadi penyelenggara Asian Games IV Tahun 1962, di Jakarta. Bung Karno selaku Presiden R.I. mengambil alih persiapan

penyelenggaraan AG IV. Dibentuk DAGI (Dewan Asian Games Indonesia) yang mengambil alih peran KOI dan Induk-Induk organisasi cabang olahraga dalam semua persiapannya. Komplek Gelora Bung Karno dibangun, pelatih luar negeri didatangkan, dan pemerintah menanggung semua dana dan fasilitas untuk kepentingan Asian Games IV. Hasilnya AG IV sukses dalam arti prestasi dan penyelenggaraan. Indonesia menduduki ranking II setelah Jepang. Namun Kesuksesan Indonesia berakhir tragis, dengan diskrs dari Asian Games Federation dan dari IOC, sebagai akibat Indonesia tidak mengundang Israel dan Taiwan. Bung Karno marah besar dan memerintahkan Indonesia keluar dari International Olympic Committee (IOC) serta memerintahkan membuat Games of the New Emerging Forces atau GANEFO pada tahun 1963 di Jakarta. Pada saat itu dimulai babak baru dalam perjalanan sejarah pendidikan jasmani di sekolah dan universitas. Kebijakan yang diambil pemerintah adalah sebagai berikut.

- Fakultas Pendidikan Jasmani, atau jurusan pendidikan Jasmani di FKIP dilebur dalam suatu Sekolah Tinggi Olahraga (STO) yang berdiri sendiri. Semula STO Pusat hanya di Jakarta, sedangkan di daerah merupakan cabang dari Jakarta. Namun dalam perkembangannya STO daerah, Bandung, Semarang, Yogya, Solo, Surabaya, Medan, Padang, Makasar, dan Manado, menjadi STO yang berdiri sendiri.
- Sekolah Guru Pendidikan Jasmani yang berjumlah kurang lebih 50 buah dijadikan Sekolah Menengah Olahraga.
- Dibentuk Departemen Olahraga dalam kabinet, serta menempatkan STO dan SGO dibawah Departemen Olahraga.
- Mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menjadi mata pelajaran olahraga.
- Semua daya dan dana dipersiapkan untuk menyelenggarakan GANEFO I dan yang terakhir, pada tahun 1963.
- Ganefo berjalan dengan sukses dan IOC, AGF, dan organisasi

olahraga internasional merasa khawatir.

- Jepang sebagai tuan rumah Olympic Games Tokyo tahun 1964, merasa khawatir akan diboikot oleh peserta GANEFO yang mayoritas terdiri atas negara-negara Asia, Afrika, dan Amerika Latin.
- Pada tahun 1965 terjadi peristiwa G30S yang menggemparkan Indonesia.
- Pemerintahan Orde Baru yang dipimpin Suharto mengambil alih kepemimpinan Presiden Sukarno. Maka dimulailah babak baru yaitu permulaan Orde Baru, yang kemudian diteruskan oleh Orde Reformasi dari tahun 1998 sampai sekarang.

3. Pendidikan Jasmani Tahun 1966 hingga Sekarang

Pada permulaan Orde Baru Departemen Olahraga dijadikan Direktorat Jenderal Olahraga di bawah Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Demikian juga Sekolah Tinggi Olahraga dijadikan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan dan digabungkan pada Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP). Adapun Sekolah Menengah Olahraga Atas (SMOA) dijadikan Sekolah Guru Olahraga (SGO). Dengan kebijakan baru dari pemerintah Orde Baru yang mengharuskan pendidikan guru harus mengambil mata kuliah di level perguruan tinggi, maka SGO dan SGA diintegrasikan ke IKIP. Kebijakan tentang olahraga dan pendidikan jasmani di sekolah digariskan oleh pemerintah sebagai berikut.

- Pada Pasal 37, UU RI Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, mengatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga wajib dimuat dalam kurikulum pendidikan dasar dan menengah.
- Pada tahun 1983 dibentuk Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga. Sehingga staf dari Dirjen Olahraga dan Pemuda banyak dipindahkan ke Menegpora.

- Pendidikan Jasmani dan Olahraga dikelola oleh Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sedangkan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan yang berada di bawah Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan dikelola oleh Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Pada tahun 2005 terbit Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 17, memuat ruang lingkup olahraga yang meliputi: olahraga pendidikan, olahraga rekreasi; dan olahraga prestasi.
- Timbul sedikit perbedaan akan penggunaan istilah mata pelajaran di sekolah, apakah pendidikan jasmani dan olahraga (UU RI No. 20 Tahun 2003) ataukah olahraga pendidikan (UU RI No. 3 Tahun 2005).
- Pada tahun 1998 diselenggarakan seminar tentang ilmu keolahragaan, oleh DIKTI dan ISORI (Ikatan Sarjana Olahraga Indonesia) yang dihadiri oleh UI, UGM, Airlangga, ITB, dan lain-lain, yang menghasilkan kesepakatan bahwa ilmu olahraga adalah ilmu yang dapat berdiri sendiri dan dapat masuk dalam kelompok ilmu eksakta.

Sejarah pendidikan Jasmani pada zaman kuno terdiri atas dua zaman peradaban yaitu pada zaman Mesir kuno dan Yunani Kuno. Sejarah pendidikan jasmani modern di beberapa negara terdiri atas negara Amerika, Eropa, dan Asia. Sejarah pendidikan jasmani di Indonesia dimulai pada masa kerajaan, masa penjajahan maupun masa kemerdekaan. Dari penjelasan di atas dapat kami simpulkan bahwa setelah Indonesia merdeka bangsa Indonesia mulai berbenah diri di segala bidang termasuk bidang olahraga dan pendidikan jasmani yang mana dengan melakukan perubahan dan penyempurnaan pada pemerintahan, sistem keolahragaan, dan badan-badan olahraga untuk menunjang keolahragaan dan pendidikan jasmani di Indonesia.

Pendidikan yang bermutu merupakan syarat utama untuk mewujudkan kehidupan bangsa yang maju, modern, dan sejahtera. Sejarah perkembangan dan pembangunan bangsa-bangsa mengajarkan pada kita bahwa bangsa yang maju, modern, makmur, dan sejahtera adalah bangsa-bangsa yang memiliki sistem dan praktik pendidikan yang bermutu. Sementara itu, pendidikan yang bermutu sangat tergantung pada keberadaan guru yang bermutu, yakni guru yang profesional, sejahtera, dan bermatabat. Sasaran pendidikan jasmani adalah membantu pertumbuhan dan perkembangan peserta didik.



BAB III

DASAR FILSAFAT PENDIDIKAN JASMANI

A. DEFINISI FILSAFAT

Beberapa definisi filsafat, antara lain cinta kepada kebijaksanaan dengan cara intelektual dan disiplin moral; suatu studi dari sebab-sebab dan hukum yang mendasari kenyataan; suatu sistem bagi pedoman hidup (*The American Heritage Dictionary*). Filsafat adalah ilmu pengetahuan hasil pemikiran manusia dari seperangkat masalah mengenai ketuhanan, alam semesta dan manusia sehingga diperoleh budi pekerti. Adapun tujuan berfilsafat adalah untuk mencari kebenaran sesuatu baik dalam logika (kebenaran berpikir), etika (berperilaku), maupun metafisika (hakikat keaslian). Pendidikan adalah suatu 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 dan masyarakat. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara saksama untuk meningkatkan

pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psiko-motorik, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Kesimpulannya filsafat pendidikan jasmani adalah sebuah pemikiran yang mendalam tentang pendidikan jasmani yang tujuannya mengarahkan guru pendidikan jasmani dalam mengambil keputusan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani guna mencapai tujuan pembelajaran.

B. DEFINISI FILSAFAT MENURUT BEBERAPA ILMUWAN

1. **Plato:** Filsafat adalah pengetahuan tentang segala yang ada.
2. **Aristoteles:** Filsafat menyelidiki tentang sebab dan asas segala benda.
3. **Al Kindi:** Filsafat merupakan kegiatan manusia yang bertingkat tinggi, merupakan pengetahuan dasar mengenai hakikat segala yang ada sejauh mungkin bagi manusia.
4. **Al Faraby:** Filsafat merupakan ilmu pengetahuan tentang alam maujud dan bertujuan menyelidiki hakikat yang sebenarnya.
5. **Ibnu Sina (Avicenna):** Filsafat dan metafisika sebagai suatu badan ilmu tidak terbagi. Fisika mengamati yang ada sejauh tidak bergerak. Metafisika memandang yang ada sejauh itu ada.
6. **Immanuel Kant:** Filsafat itu pokok dan pangkal segala pengetahuan.

Filsafat merupakan salah satu sumber kebenaran yang dapat dijadikan sebagai pedoman dalam berpikir, bersikap dan bertindak, baik untuk menjalankan rutinitas kegiatan keseharian, maupun untuk memecahkan suatu permasalahan termasuk permasalahan dalam pendidikan jasmani. Penerapan filsafat pada pendidikan jasmani dan olahraga merupakan suatu hal yang sangat vital. Dengan nilai filosofis yang diyakini kebenarannya, fakta-fakta disoroti

untuk melahirkan dasar-dasar yang akan dipakai sebagai acuan atau pedoman dalam mengembangkan dan menjalankan program pendidikan jasmani dan olahraga. Dapat disimpulkan filsafat adalah ilmu pengetahuan hasil pemikiran manusia dari seperangkat masalah mengenai ketuhanan, alam semesta dan manusia sehingga diperoleh budi pekerti. Adapun tujuan berfilsafat adalah untuk mencari kebenaran sesuatu baik dalam logika (kebenaran berpikir), etika (berperilaku), maupun metafisika (hakikat keaslian).

Falsafah atau filosofi dalam pendidikan jasmani yang dimaksud adalah bahwa tubuh dan pikiran bersatu, yang kemudian dikenal sebagai aliran pemahaman *holism*, suatu kesatuan antara tubuh dan pikiran. Keyakinan ini dapat dengan mudah dikenali, seperti yang sering didengar sebuah semboyan *orandum est ute sit men sana in corpore sano* atau seperti: *a sound mind in a sound body* (Krethmar, 2005: 51). Moto seperti ini, sering dijadikan rujukan dalam setiap pelaksanaan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani memanfaatkan aktivitas jasmani untuk mengembangkan aspek tubuh dan pikiran, dan bahkan aspek spiritual. Hal ini pun menjadi fokus orientasi utama dalam pengembangan aktivitas jasmani sebagai upaya pengembangan utuh-manusia. Pertanyaan utama yang patut dimunculkan adalah apakah benar keyakinan terhadap kesatuan tubuh dan pikiran.

Pada kenyataannya di masyarakat sering ditemukan keyakinan bahwa tubuh dan pikiran berada pada sifat *dualism*. Sesungguhnya, pendidikan jasmani mencoba membuktikan dan meyakinkan setiap orang bahwa tubuh dan pikiran berpadu menjadi satu kesatuan dalam konsep *holism*, meskipun pikiran berada di atas kedudukan tubuh. Inilah bukti bahwa perdebatan itu akan senantiasa muncul sebagai akibat adanya dinamika dalam pemikiran. Pendapat yang bijak dapat dimunculkan ketika mencoba memosisikan diri pada pemikiran netral, bijak dalam memosisikan masing-masing pendapat, pikiran mengendalikan tubuh, tetapi tubuh pun dapat memberikan informasi dan mempengaruhi pikiran. Pembeneran akan dapat diterima ketika

apa yang terjadi sesuai dengan landasan teoretisnya tetapi teori dapat diterima ketika sejalan dengan apa yang terjadi. Pendidikan jasmani diyakini mampu memberikan manfaat dalam perkembangan aspek-aspek penting bagi siswa sekolah dasar. Aspek tersebut di antaranya aspek fisik-motorik, kecerdasan, dan sosial emosional. Guna mencapai keberhasilan perkembangan tersebut diperlukan metode-metode pembelajaran yang tepat, kurikulum yang sesuai dengan perkembangan tingkat usia, dan menciptakan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani.

Secara filosofis ada tiga nilai utama dalam pendidikan jasmani, yaitu 1) *obligation of truth* (kebenaran yang pasti), 2) *moral values* (nilai-nilai moral), serta 3) *desire of happiness* (nilai-nilai kebahagiaan). Tulisan ini mencoba memaparkan akan pentingnya nilai-nilai kebahagiaan dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dasar. Nilai kebahagiaan dapat terwujud melalui bentuk-bentuk permainan yang tersaji dalam pendidikan jasmani. Nilai kebahagiaan ini hendaknya dipahami oleh guru pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk mengetahui keberadaan siswa didik secara holistik. Menurut Wright (2004: 149) tiga sumber nilai intrinsik tersebut adalah *obligation of truth* (kebenaran yang pasti), *moral values* (nilai-nilai moral), serta *desire of happiness* (nilai-nilai kebahagiaan). Dalam pendidikan jasmani, *obligation of truth* memiliki makna kebenaran yang pasti artinya segala sesuatu yang didapat dari pendidikan jasmani sifatnya nyata/benar-benar/pasti. Sebagai contoh anak yang berlatih berenang maka akan mendapati jantung dan parunya bekerja lebih baik dan ini dapat dibuktikan secara nyata melalui *heart rate test*. Contoh lain ketika anak selesai beraktivitas jasmani maka akan mendapati jantungnya yang memompa darah lebih banyak daripada sebelum beraktivitas jasmani, dan ini dapat dibuktikan melalui denyut nadinya. Sedangkan *moral values* memiliki arti bahwa pendidikan jasmani mampu menciptakan nilai moral yang baik bagi kehidupan. Sebagai contoh adalah sikap sportivitas dan *fair play* dalam olahraga. *Desire of*

happiness mengandung makna bahwa pendidikan jasmani juga menciptakan nilai kebahagiaan.

Telah disepakati bersama oleh para pakar pendidikan jasmani bahwa tiga sumber nilai tersebut dapat ditemukan dalam pendidikan jasmani, tetapi sumber nilai terakhir yaitu nilai kebahagiaan adalah yang paling penting dan diutamakan di sekolah dasar. Hal ini dikarenakan usia sekolah dasar adalah usia bermain, dimana setiap aktivitas jasmani memberikan nilai kebahagiaan bagi anak. Pendidikan jasmani mengajarkan bagaimana siswa mampu melakukan berbagai hal sulit namun tetap dalam bingkai kebahagiaan.

Tidak seperti mata pelajaran lain, pendidikan jasmani menawarkan siswa didik untuk sungguh-sungguh mengikuti proses pembelajaran namun dengan suasana pembelajaran yang membahagiakan. Apabila terjadi 'pemaksaan' kepada anak maka muncul peluang untuk berperilaku menyimpang di kemudian hari (Tedjasaputra, 2001). Melalui pendidikan jasmani, siswa dapat mengambil manfaat dalam perkembangan aspek fisik-motorik, kecerdasan, dan sosial emosional. Dimana ketiga aspek ini saling menunjang dan sulit untuk dipisahkan. Ini menunjukkan bahwa dengan pendidikan jasmani anak dapat belajar berbagai keterampilan dengan senang hati, tanpa merasa terpaksa atau dipaksa untuk mempelajarinya. Sebagaimana diungkapkan Siedentop et.al (1986: 21) dalam kacamata filosofis bahwa pendidikan jasmani diambil dari permainan, dan dipahami sebagai bentuk terbaik aktivitas motorik dan dalam bentuknya yang matang kemudian dilembagakan dalam kebiasaan olahraga dan senam.

Physical education derives from play, is best understood in reference to play and best define as playful motor activity, and in its mature form is institutionalized in culture as sport and dance (Siedentop, Mand, Taggart, 1986: 21).

Terkait dengan nilai-nilai pendidikan, berkembang konsensus bahwa nilai-nilai tersebut merupakan sesuatu yang berkaitan erat

dengan perkembangan potensi individu. Menurut Frankena (Wright, 1973) ada dua macam nilai utama dari pendidikan jasmani yaitu nilai ekstrinsik (nilai yang bersifat instrumental) dan nilai instrinsik (nilai yang bersifat non instrumental). Dalam kurikulum pendidikan, nilai-nilai intrinsik lebih diutamakan sedangkan untuk memilih nilai instrinsik mana yang diutamakan dalam pendidikan akan dilihat secara universal. Pada prinsipnya setiap kurikulum menyediakan standar pencapaian dalam proses pembelajaran, tidak terkecuali pendidikan jasmani. Standar pencapaian tujuan pendidikan jasmani mempersiapkan siswa didik untuk memiliki gaya hidup aktif secara fisik.

Dalam kurikulum pendidikan, sebuah mata pelajaran hendaknya mengandung semua sumber nilai tersebut. Walaupun dalam masing-masing mata pelajaran memiliki salah satu nilai yang lebih dominan daripada nilai lainnya. Sebagai contoh, mata pelajaran matematika dan biologi lebih dominan kepada nilai kebenaran yang pasti karena sifat mata pelajaran ini adalah ilmu pasti. Ilmu psikologi dan ilmu sosial mengarah pada nilai moral karena berkaitan dengan kebenaran-kebenaran moral.

Filsafat adalah ratu ilmu pengetahuan (*queen of knowledge*) karena filsafat dipandang sebagai induk ilmu pengetahuan atau yang melahirkan ilmu pengetahuan. Artinya sebelum ada ilmu pengetahuan, filsafat merupakan lapangan utama pemikiran dan penyelidikan manusia. Kesimpulan-kesimpulan filsafat bersifat hakiki sehingga menyebabkan kedudukan filsafat dianggap lebih tinggi dari ilmu pengetahuan yang lain. Oleh sebab itu dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, filsafat menjadi acuan dalam melaksanakan pembangunan dan pendidikan. Ajaran filsafat yang komprehensiflah yang telah menghantarkannya menduduki status yang tinggi dalam kehidupan kebudayaan manusia, yakni sebagai ideologi. Filsafat pendidikan jasmani adalah suatu pandangan dalam proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan

dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Sumbangan unik dari pendidikan jasmani, yaitu:

1. Meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan siswa.
2. Meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik yang kaya, serta
3. Meningkatkan pengertian siswa dalam prinsip-prinsip gerak serta bagaimana menerapkannya dalam praktik.



BAB IV

HAKIKAT PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KARAKTER

A. HAKIKAT PENDIDIKAN KARAKTER

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani (Penjas) hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu “*Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian, tugas ajar tersebut disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan dimaksud mencakup fisik, psikis, sosial, maupun keterampilannya. Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik individu dan mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik.

Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk mengembangkan nilai-nilai kesehatan, kebugaran jasmani dan nilai-nilai afektif sepanjang hayat. Nilai-nilai afektif seperti kejujuran,

fair play, sportif, empati, simpati, berbicara santun, sikap mental yang baik, bisa dikenali sebagai bagian integral dari pendidikan jasmani dan olahraga. Setelah mempelajari buku ini, diharapkan:

1. Guru memahami tentang pengertian dan esensi pembelajaran Penjas berbasis karakter.
2. Guru dapat memahami esensi pembelajaran Penjas yang berkaitan dengan tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan, dan evaluasi pembelajaran.

Karakter adalah nilai-nilai kebaikan nyata dalam kehidupan dan terjewantahkan dalam perilaku, yang berdampak baik terhadap diri dan lingkungan. Karakter secara koheren memancar dari hasil olah pikir, olah hati, olah raga, serta olah rasa dan karsa seseorang atau sekelompok orang. Karakter merupakan ciri khas seseorang atau sekelompok orang yang mengandung nilai, kemampuan, kapasitas moral, kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual, ketegaran, semangat juang, militansi, jiwa karsa, serta percaya pada kekuatan sendiri dalam menghadapi segala tantangan.

Esensi pendidikan karakter dalam pendidikan jasmani terletak pada muatan ranah afektif. Proses pembudayaan dan pemberdayaan ranah afektif dapat terlaksana dengan baik apabila dilakukan di tingkat satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat. Pada tingkat satuan pendidikan gerakan pembudayaan nilai-nilai afektif dilakukan terintegrasi dengan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) pada setiap mata pelajaran, melalui pembiasaan pada kehidupan sehari-hari, dan melalui kegiatan ekstrakurikuler sekolah.

Salah satu permasalahan yang dihadapi bangsa Indonesia adalah lunturnya moral dan identitas kebangsaan pada generasi muda. Nilai-nilai afektif pendidikan sedikit demi sedikit mulai hilang dalam diri generasi muda akibat efek globalisasi dan modernisasi. Menanamkan nilai-nilai afektif sejak dini merupakan usaha untuk membangun manusia berkarakter. Dalam pendidikan jasmani, pembelajaran ranah

afektif merupakan inti utama dari muatan pendidikan karakter. Fokus pembelajaran ranah afektif terletak pada perasaan, nilai-nilai, perilaku sosial, dan sikap yang berkaitan dengan gerak manusia. Pelajaran ranah afektif dalam konteks pendidikan jasmani dan olahraga berarti peserta didik belajar konsep-konsep seperti sportivitas, *fair play* menghormati orang lain, hormat terhadap peralatan, kontrol diri, tanggung jawab, dan motivasi.

1. Apa Makna Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter?

Bahasan tentang pendidikan jasmani yang berbasis karakter erat kaitannya dengan ranah afektif. Pentingnya mengembangkan karakter telah ditekankan dalam tujuan dan fungsi standar kompetensi nasional pendidikan jasmani sebagaimana tertuang dalam kurikulum tahun 2004. Dua di antaranya menyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani, yaitu:

1. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani, dan;
2. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani (Departemen Pendidikan Nasional, 2003: 6).

Di dalam pasal 3 UU Sisdiknas, 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. Artinya, 5 dari 8 potensi peserta didik yang akan dikembangkan, lebih dekat dengan karakter.

Muatan karakter tersebut sesuai dengan pendidikan komprehensif antara ilmu pengetahuan, budi pekerti (akhlak, karakter), kreativitas,

inovatif, sebagai daya upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (*intellect*), dan tubuh anak. Bagian-bagian itu tidak boleh dipisahkan agar kita dapat memajukan kesempurnaan hidup anak-anak kita (Ki Hajar Dewantoro). Artinya bahwa pendidikan karakter merupakan bagian integral yang sangat penting dari pendidikan Indonesia.

2. Mengapa Perlu Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter?

Thomas Lickona menyebut pendidikan karakter sebagai, “*In character education, it’s clear we want our children are able to judge what is right, care deeply about what is right, and then do what they believe to be right-even in the face of pressure form without and temptation from within.*” Dengan demikian, bisa diharapkan muncul nilai-nilai: *trust-worthiness, respect, responsibility, fairness, caring, honesty, courage, diligence, integrity, citizenship*. Secara lebih detail terdapat 49 nilai-nilai turunan dari karakter (*character first*, 2009), antara lain:

• Alertness	. Diligence	. Humanity	. Security
• Attentiveness	. Discernment	. Initiative	. Self-control
• Availability	. Discretion	. Joyfulness	. Sensitivity
• Benevolence	. Endurance	. Justice	. Sincerity
• Boldness	. Enthusiasm	. Loyalty	. Thoroughness
• Cautiousness	. Faith	. Meekness	. Thriftiness
• Compassion	. Flexibility	. Obedience	. Tolerance
• Contentment	. Forgiveness	. Orderliness	. Truthfulness
• Creativity	. Generosity	. Patience	. Virtue
• Decisiveness	. Gentleness	. Persuasiveness	. Wisdom
• Deference	. Gratefulness	. Punctuality	
• Dependability	. Honor	. Resourcefulness	
• Determination	. Hospitality	. Responsibility	

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai

tujuan pengajaran. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah.

Menurut Rink (1993) fungsi guru dalam proses belajar mengajar secara lebih rinci lagi ke dalam tujuh kegiatan sebagai berikut, “*identifying outcomes, planning, presenting tasks, organizing and managing the learning environment, monitoring the learning environment, developing the content, and evaluating.*” Guru pendidikan jasmani dalam proses pendidikan sebaiknya mengembangkan karakter. Karakter menurut David Shield dan Brenda Bredemeir adalah empat kebajikan dimana seseorang mempunyai; *compassion* (rasa belas kasih), *fairness* (keadilan), *sportsmanship* (ketangkasan) dan integritas. Dengan adanya rasa belas kasih, peserta didik dapat diberi semangat untuk melihat lawan sebagai kawan, sama-sama bernilai, sama-sama pantas menerima penghargaan. Keadilan melibatkan tidak keberpihakan, sama-sama memiliki tanggung jawab. Ketangkasan dalam olahraga melibatkan usaha intens menuju sukses. Integritas memungkinkan seseorang untuk tidak membuat kesalahan. Berikut ini lima tujuan Pendidikan Jasmani:

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.
3. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
4. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas

pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).

5. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.

B. PENGEMBANGAN PESERTA DIDIK MELALUI PENJAS KARAKTER

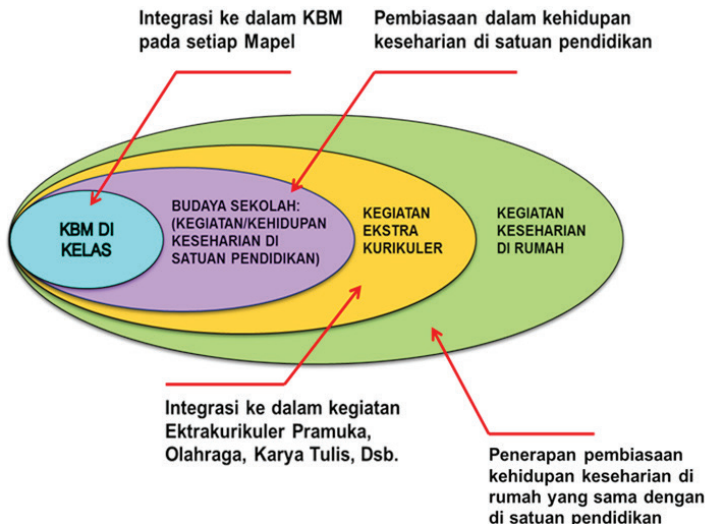
Mengembangkan karakter peserta didik dapat dilakukan melalui peningkatan dan optimalisasi pembelajaran ranah afektif mata pelajaran pendidikan jasmani. Menurut Hansen (2008), ranah afektif lebih menekankan terhadap pengalaman belajar yang terkait dengan emosi seseorang. Seperti sikap, minat, perhatian, kesadaran, dan nilai-nilai yang diarahkan berupa terwujudnya perilaku afektif. Tommie dan Wendt (1993) mengatakan beberapa tema umum muncul dalam penelitian yang berkaitan dengan aspek psiko-sosial dalam pendidikan jasmani. Tema-tema ini membentuk tujuan dasar yang terkait dengan mengajar ranah afektif. Holt dan Hannon (2006) mengatakan fokus pembelajaran ranah afektif dalam pendidikan jasmani adalah pada perasaan, nilai-nilai, perilaku sosial, dan sikap yang berkaitan dengan gerak manusia. pelajaran ranah afektif/psikososial dalam konteks pendidikan jasmani dan olahraga berarti peserta didik belajar konsep-konsep seperti sportivitas, *fair play*, menghormati orang lain, hormat terhadap peralatan, kontrol diri, tanggung jawab, dan motivasi.

McCallister (2000), mengatakan keikutsertaan anak-anak dan remaja dalam kaitan belajar aktivitas olahraga tergantung pada banyak faktor. Dalam konteks ini mereka terus-menerus mengamati lingkungan dan tindakan orang lain. Dampak sosial dari pembelajaran pendidikan jasmani memang terjadi pada peserta didik, namun guru menempati peran kunci (Petlichkoff, 1993). Oleh karena guru pendidikan jasmani berada dalam posisi yang sangat sentral dan berpengaruh, maka dia harus menanamkan nilai-nilai dan filosofi

melalui olahraga karena berdampak langsung terhadap pengalaman partisipatif olahraga remaja (Steelman, 1995). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan mata pelajaran yang disajikan di sekolah, mulai dari SD sampai dengan SMA. Pengalaman gerak yang didapatkan siswa dalam pendidikan jasmani merupakan kontributor penting bagi peningkatan angka partisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga.

C. STRATEGI PEMBELAJARAN PENJAS KARAKTER

Strategi pembelajaran pendidikan jasmani berbasis karakter tidak lepas dari peran empat komponen; lingkungan masyarakat, lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan kelas di sekolah. Menurut Graham, Holt, dan Parker (2001: 10) bahwa, "*physical education activities provide a wide variety of opportunities to teach youngsters important lessons about cooperation, winning and losing, and teamwork.*" Berikut ini adalah strategi intergrasi nilai karakter dalam kegiatan belajar mengajar:



Gambar 4.1 Integrasi Nilai Karakter ke dalam KBM pada setiap Mata Pelajaran

Guru atau pelatih yang terlibat dalam pembinaan olahraga usia remaja memiliki tanggung jawab untuk mengajar afektif dan memperkuat penalaran moral mereka (Lumpkin, 2008). Salah satu caranya guru atau pelatih harus tetap dapat menunjukkan komitmen mereka terhadap pengajaran nilai-nilai dengan berpegang teguh dan menjalankan kode etik yang berlaku. Rasa hormat dan tanggung jawab merupakan dua nilai utama *fair play*, selain persahabatan dan kejujuran. Berikut di bawah ini merupakan penjabaran strategi mengajar rasa hormat atau *respect*.

1. Strategi Mengajar Rasa Hormat

Menurut Selleck (2003), sebelum mengajarkan anak untuk menghormati atau *respect*, pelatih atau guru harus mengerti apa itu menghormati. Secara umum, menghormati berarti mengakui bahwa seseorang, situasi atau sesuatu hal memiliki nilai dan bertindak dengan sesuai. Mengembangkan rasa hormat yang dikembangkan dalam kelas sangat penting. Proses ini dimulai dengan cara guru menunjukkan rasa hormat terhadap peserta didik, tanpa memandang suku, ras, gender, status sosial ekonomi, atau karakteristik individu atau kemampuan.

Guru harus luwes dalam menanggapi berbagai tingkat keterampilan dan kemampuan yang ditampilkan oleh peserta didik. Conroy, mengatakan bahwa rencana pengajaran yang terbaik bagi seorang guru untuk mengajarkan rasa hormat kepada peserta didik adalah dengan cara selalu waspada dan tetap menghormati sikap peserta didik serta mengoreksinya setiap saat dengan segera yang tidak hanya berlaku untuk siswa tertentu, tetapi seluruh kelas. Noddings (1992) menganjurkan bahwa pendidikan moral didasarkan pada guru, dan guru harus menunjukkan kepedulian dan menyadari bahwa peserta didik adalah individu yang unik. Guru yang peduli dan menghormati siswanya menjadi sensitif dan penuh perhatian terhadap perasaan siswa. Kesopanan di dalam dan di luar kelas mengharuskan

guru dan peserta didik menunjukkan rasa hormat dan peduli tentang orang lain.

2. Strategi Mengajar Tanggung Jawab

Tanggung jawab juga merupakan sifat yang berharga sehingga guru harus menanamkan dalam diri setiap siswa. Guru harus menekankan bahwa siswa harus memperhatikan dan mengikuti instruksi, berkonsentrasi pada apa yang mereka lakukan, mendengarkan kritik yang konstruktif, mengambil inisiatif dan menjadi membuka diri, tidak membuat alasan atau menyalahkan orang lain, menerima konsekuensi dari tindakan mereka, dan mencoba untuk tidak pernah membiarkan teman mereka menjadi tidak mampu (Brown, dalam Lumpkin, 2008).

Dengan kata lain, mengajar tanggung jawab pada anak-anak adalah mengajarkan untuk menindaklanjuti dan melakukan apa yang diharapkan dari mereka (yaitu, mengikuti aturan tim) (Zeigler, 2009). Dalam mengajar tanggung jawab pada siswa, maka perilaku yang harus dikembangkan oleh guru: (1) bersikap konsisten dan konsekuen, (2) berikan penghargaan kepada siswa yang berperilaku baik, (3) berikan contoh perilaku yang bertanggung jawab. Hellison (2003) mengusulkan lima strategi untuk guru dalam menerapkan model TPSR, yaitu sebagai berikut: (1) Menyadarkan pentingnya berbicara; (2) Memberi kesempatan peserta didik atas satu definisi perilaku-perilaku untuk mempromosikan praktik perilaku sepanjang pelajaran; (3) Refleksi diri. Seorang peserta didik diminta untuk mengevaluasi diri tentang berbagai kesibukan yang telah dia lakukan (peserta didik melakukan evaluasi diri); (4) Pelajaran pengambilan keputusan. Guru menyertakan TPSR ke dalam instruksi (seorang siswa diminta masuk dalam tingkatan kumulatif TPSR dia diberi satu instruksi untuk mengambil keputusan); (5) Pertemuan-pertemuan kelompok. Menyediakan peluang bagi para siswa untuk berbagi gagasan, perasaan, dan keputusan-keputusan yang dibuat terkait

dengan program (pemecahan masalah ketika muncul, dan bagaimana cara membuat berbagai hal menjadi lebih baik).

D. EVALUASI PEMBELAJARAN PENJAS KARAKTER

Gallo (2003: 44-46) menyatakan bahwa keterbatasan penilaian ranah moral dalam tataran praktis bahwa setiap peserta didik memiliki dua bentuk penilaian yaitu penilaian diri peserta didik dan penilaian untuk menilai keduanya. Adapun kriteria penilaian moral menyangkut aspek-aspek: etika, keadilan, komunikasi dengan teman sebaya, dan komunikasi dengan guru atau pelatih. Holt dan Hannon (2006) mengatakan bahwa guru pendidikan jasmani butuh menilai moral dalam rangka untuk mengetahui apakah tujuan itu tercapai. Mengutip pendapat Cool, Demas, dan Adams (1999), ada 17 perilaku moral yang diajarkan dan dinilai: 1) altruisme, 2) komunikasi, 3) empati-simpatik, 4) kontrak komitmen, 5) kerjasama, 6) usaha, 7) kepatuhan, 8) penetapan tujuan, 9) kejujuran, 10) inisiatif, 11) kepemimpinan, 12) partisipasi, 13) refleksi, 14) penghargaan, 15) berani mengambil risiko, 16) keselamatan, dan 17) kepercayaan.

Dalam pembelajaran karakter ada tiga hal yang dapat dinilai dengan menggunakan alat observasi, yaitu: 1) perilaku peserta didik, 2) perilaku guru, dan 3) interaksi guru dan peserta didik (Banville dan Rikard, 2001). Menurut Gua dan Dohoney (2009) contoh sederhana menilai ranah afektif menyangkut partisipasi, usaha dan perilaku dapat dilakukan dengan angket dan diberi skor antara 0 sampai 4 berdasarkan kinerja mereka. Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa untuk menilai ranah afektif dapat dinilai melalui dua pendekatan yaitu kuantitatif dan kualitatif yang umumnya menggunakan instrumen berupa angket dan observasi.



Gambar 4.2 Proses Pembudayaan dan Pemberdayaan Perilaku Berkarakter



BAB V

SISTEM ANATOMI DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan mata pelajaran yang disajikan di sekolah, mulai dari SD sampai dengan SMA. Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis (CDC, 2000; Disman, 1990; Pate dan Trost, 1998). Pengalaman gerak yang didapatkan siswa dalam pendidikan jasmani merupakan kontributor penting bagi peningkatan angka partisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga sekaligus merupakan kontributor penting bagi kesehatan siswa (Siedentop, 1990; Ratliffe, 1994).

Seperti tertuang dalam kurikulum 2006, 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. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan

berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang (Schmith, 1983; Brophy & Good, 1986; Rosenshill & Stevens, 1986). Pendidikan jasmani memberikan kesempatan anak meningkatkan kepekaan sosial yang kooperatif, memiliki rasa hormat dan apresiasi terhadap perbedaan (Hamied, 2003: 9).

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan *didaktik-metodik*, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran paedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah.

Menurut Rink (1993) fungsi guru dalam proses belajar mengajar secara lebih rinci lagi ke dalam tujuh kegiatan sebagai berikut, "*Identi-*

fyng outcomes, planning, presenting tasks, organizing and managing the learning environment, monitoring the learning environment, developing the content, and evaluating.” Guru Pendidikan Jasmani dalam proses pendidikan sebaiknya mengembangkan karakter. Karakter menurut David Shield & Brenda Bredemeir adalah empat kebajikan dimana seseorang mempunyai; *compassion* (rasa belas kasih), *fairness* (keadilan), *sportsmanship* (ketangkasan) dan integritas. Dengan adanya rasa belas kasih, peserta didik dapat diberi semangat untuk melihat lawan sebagai kawan, sama-sama bernilai, sama-sama pantas menerima penghargaan.

A. DASAR BIOLOGI PENDIDIKAN JASMANI

Organisme manusia sesungguhnya adalah makhluk yang unik. Manusia tumbuh, bergerak, berkembang, bernapas dan belajar. Manusia dapat menalar dan juga berlari. Manusia mempunyai kemampuan untuk emosi dan menjadi marah. Manusia terdiri atas organ-organ yang rumit dan berfungsi dengan lancar, dan melaksanakan tugas-tugas khusus mereka secara serasi antara satu dengan yang lain. Sel-sel khusus dari organ ini bertindak dalam cara yang terintegrasi dan terkoordinasi, *pertama*, untuk menggerakkan berbagai bagian dari tubuh baik secara otomatis maupun diperintah; *kedua*, untuk yang khusus dan waktu tertentu; *ketiga*, untuk membuat bahan-bahan yang tidak diperlukan oleh tubuh; *keempat*, untuk membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan lain; *kelima*, untuk membawa perintah atau pesan dari bagian tubuh yang satu ke yang lain, dan keenam untuk menghasilkan dan membawa bahan-bahan kimia yang digunakan oleh bermacam-macam tujuan khusus.

Tubuh manusia bila berfungsi sebagaimana mestinya dapat menyembuhkan luka-luka, memperbaiki diri dengan tidur, dengan sendirinya mempersiapkan diri untuk tekanan yang lebih besar, dan menyesuaikan diri dengan berbagai faktor lingkungan. Manusia

merupakan makhluk yang aktif. Manusia memiliki kemampuan dan keinginan untuk melakukan gerak yaitu salah satunya manusia menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sewaktu melakukan gerak, manusia tergantung pada pada otot-otot kerangka, sistem pernapasan, sistem syaraf, dan lebih banyak lagi bagian tubuh lainnya. Sebaliknya semua komponen dari tubuh tergantung pada gerak agar selalu dalam keadaan sehat dan berkembang. Manusia bergerak didukung oleh sistem yang ada dalam tubuh manusia. Ada sepuluh sistem yaitu: sistem kerangka, otot, peredaran darah, pernapasan, syaraf, pencernaan, pembuangan, endokrin, pembungkus, dan reproduksi. Sistem yang ada ini saling terkait untuk mendukung adanya gerak. Dari uraian di atas akan dijelaskan beberapa aspek dari mekanisme tubuh manusia yang mempunyai kaitan khusus dengan dasar biologis dari pendidikan jasmani.

1. Sistem Kerangka

Sistem kerangka mempunyai fungsi untuk membentuk tubuh manusia, melindungi organ-organ tubuh yang vital, merekatnya otot-otot tubuh. Kerangka manusia terdiri atas berbagai macam dan bentuk tulang yang saling berhubungan satu dengan lainnya yang disebut sendi, sehingga memungkinkan untuk bergerak. Ada tiga jenis sendi yaitu: *amphidiarthrosis* (sendi yang sedikit dapat gerak), *synarthrosis* (sendi dapat gerak), dan *diarthrosis* (sendi yang dapat bergerak bebas). *Diarthrosis* inilah yang perlu diketahui oleh guru penjas. Sistem kerja persendian ini harus dipahami betul oleh guru penjas. Beberapa gerakan penting yang perlu diketahui guru penjas adalah:

- a. Fleksi/membungkuk (gerak yang memperkecil sudut dari dua tulang);
- b. Ekstensi/meluruskan (gerak yang memperbesar sudut dari dua tulang),

- c. Abduksi yaitu gerak yang menjauhi garis tengah tubuh, dan
- d. Adduksi yaitu gerak yang mendekati garis tengah tubuh.

2. Sistem Otot

Sistem otot memungkinkan seseorang untuk bergerak. Otot berfungsi untuk gerak, memberi bentuk, menghasilkan panas, bernapas, peredaran darah. Ada tiga jenis otot yaitu otot kerangka, jantung dan licin. Otot kerangka di bawah kontrol kesadaran. Persyarafan timbal-balik adalah peran yang dimainkan otot-otot antagonis dalam melakukan gerak yang terkoordinasi dengan baik, yaitu jika sekelompok otot melakukan kontraksi maka otot-otot antagonis istirahat.

3. Sistem Peredaran Darah

Sistem ini berfungsi sebagai alat transportasi dalam tubuh yang mengangkut darah dan oksigen ke seluruh sel tubuh dan membawa kembali materi yang tidak diperlukan oleh sel tubuh. Jantung sebagai pusat sistem peredaran darah mempunyai empat ruang, dua di atas disebut atria dan dua di bawah disebut ventrikel. Ada dua pembuluh darah besar yaitu arteri dan vena. Darah mempunyai komposisi sebagian besar adalah cairan, materi makanan, dan zat lain yang tidak digunakan oleh tubuh.

4. Sistem Pernapasan

Sistem pernapasan berfungsi untuk membawa oksigen ke tubuh dan mengeluarkan karbondioksida dan zat lain dari tubuh. Alat pernapasan terdiri atas rongga hidung, tenggorokan, dan paru-paru. Oksigen tidak dapat disimpan, ia diambil apabila diperlukan, implikasinya bagi guru penjas bahwa latihan pernapasan itu tidak ada manfaatnya dalam aktivitas jasmani.

5. Sistem Syaraf

Sistem syaraf adalah pusat kontrol tubuh manusia. Sistem syaraf terdiri atas otak, sumsum tulang belakang, syaraf dari otak. Unit dasar dari sistem syaraf adalah sel syaraf atau neuron, ada tiga jenis yaitu neuron indra (sensori), neuron gerak (motor), neuron tengah (*intermediate*). Otak merupakan bagian paling vital dari sistem syaraf yang terdiri atas otak besar (*cerebrum*) sebagai pusat kecerdasan, berpikir, merasa dan perintah seluruh tubuh; otak kecil (*cerebellum*) membantu mengontrol gerak dan keseimbangan; *medulla oblongata* yaitu ujung atas dari sumsum tulang belakang yang berhubungan dengan otak dan serabut gerak dan indra. Sebagian sistem syaraf mengontrol gerak tubuh secara tidak disadari yang disebut gerak reflek. Menurut Frost ada empat jenis reflek, yaitu reflek penguluran/anti gravitasi bumi, reflek sikap tubuh, reflek menarik kembali, dan reflek terkondisi/otomatisasi gerak. Sistem syaraf perlu dipelihara melalui tidur/istirahat yang cukup, udara yang segar dan bersih, serta latihan.

6. Sistem Pencernaan

Sistem pencernaan berfungsi untuk menyiapkan makanan agar dapat diserap dan dibawa ke seluruh sel tubuh. Alat pencernaan yang terdiri atas mulut, gigi, lidah, kerongkongan, lambung, usus halus, usus besar, dan berbagai enzim untuk dapat menghancurkan atau menghaluskan makanan baik secara fisik maupun kimiawi. Gizi yang tepat dan pola makan yang teratur akan membantu proses gerak yang baik.

7. Sistem Pembuangan

Bahan yang tidak berguna seperti sisa pembakaran di dalam tubuh harus dibuang melalui sistem pembuangan. Pembuangan ini melalui beberapa alat yaitu paru-paru, kelenjar keringat, buah pinggang (ginjal), dan limpa.

8. Sistem Endokrin

Ada dua jenis kelenjar dalam tubuh yaitu kelenjar dengan pembuluh dan kelenjar tanpa pembuluh. Kelenjar tanpa pembuluh ini disebut kelenjar endokrin yang menghasilkan zat (hormon), yang langsung diserap di dalam peredaran darah, yang berpengaruh terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi tubuh. Contoh dari kelenjar yaitu tiroid; hormon yang mengatur kecepatan metabolisme, pitutari sebagai hormon induk yang mengatur pertumbuhan dan perkembangan jasmani, dan lainnya.

9. Sistem Pembungkus

Kulit dan selaput dari tubuh dikelompokkan untuk membentuk sistem pembungkus. Sistem pembungkus berfungsi untuk melindungi jaringan-jaringan di bawahnya.

10. Sistem Reproduksi

Salah satu ciri dari kehidupan adalah berkembang biak. Sistem reproduksi ini sebagai sarana perkembangbiakan pada manusia yang terdiri atas laki-laki dan wanita. Organ kelamin laki-laki bersatu dengan kelamin wanita atau bertemunya sperma dengan sel telur dalam rahim akan menghasilkan manusia baru. Berbagai macam ciri jasmani yang dijumpai pada manusia dari masa kanak-kanak sampai dewasa. Dengan memahami secara baik dari ciri-ciri tersebut guru pendidikan jasmani dapat merencanakan sebuah program aktivitas yang akan memenuhi kebutuhan dan minat tiap individu yang akan dihadapinya.

B. PERKEMBANGAN UMUR DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Pengetahuan umur membantu guru penjas dalam perencanaan dan pelaksanaan penjas. Beberapa penggolongan umur yaitu: kronologis, anatomis, fisiologis, dan mental. Umur kronologis berhubungan dengan hitungan tahun kalender, umur anatomis berkenaan dengan penulangan, fisiologis dengan masa pubertas, dan umur mental berkenaan dengan kemampuan penyesuaian diri dengan lingkungan dan pemecahan masalah. Pengetahuan tersebut mencakup hal-hal sebagai berikut:

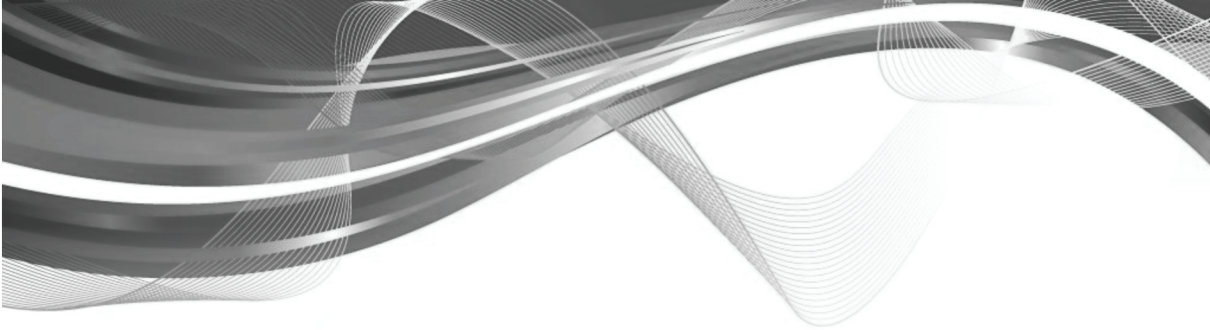
1. Penggolongan individu dalam berbagai usia.
2. Berbagai aspek pertumbuhan dan gerak pada anak-anak usia pra-sekolah, sekolah dasar, dan remaja.
3. Perbedaan fisiologi antara perempuan dan laki-laki.
4. Ketentuan umum yang harus diikuti yang berkaitan dengan pertumbuhan jasmani dan gerak serta perkembangannya.

Tingkat Pertumbuhan Jasmani dan Gerak dikelompokkan menjadi: (1) Masa bayi; (2) Masa pra sekolah; (3) Masa sekolah dasar; (4) Masa remaja; (5) Masa pasca remaja.

1. **Masa Bayi.** Pertumbuhan bayi dalam masa pra lahir sangat cepat rata-rata 51 cm. Pertumbuhan terjadi dari arah kepala ke bawah (*cephalocaudal*) dan dari tengah ke tepi (*proximodistal*). Penggunaan otot-otot besar diutamakan pada masa ini.
2. **Masa Pra Sekolah.** Pada masa ini anak telah mempunyai berbagai keterampilan gerak seperti jalan, lari, lompat, memanjat, dan loncat. Keterampilan gerak ini memberi arti bagi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial dalam diri anak.
3. **Masa Sekolah Dasar.** Penguasaan berbagai keterampilan dasar yang diperoleh pada masa ini akan berguna pada masa yang

akan datang. Perkembangan sosial anak terjadi melalui aktivitas jasmani.

4. **Masa Remaja.** Anak laki-laki lebih baik dalam hal beraktivitas jasmani dari pada anak perempuan, sebab lelaki lebih banyak mempunyai kesempatan beraktivitas dan adanya perbedaan anatomis. Anak perempuan lebih besar pada usia 10-14 tahun, 14-15 tahun anak laki-laki menjadi lebih besar dan kuat. Pada akhir masa remaja aktivitas jasmani semakin berkurang dari pada masa sebelumnya.
5. **Masa Pasca Remaja.** Pada masa ini kematangan fisiologik tercapai. Otot-otot anak laki-laki masih berkembang.



BAB VI

LANDASAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan Jasmani melibatkan interaksi antara guru dengan peserta didik dan juga antara peserta didik satu dengan peserta didik yang lain. Di dalam pembelajaran yang melibatkan interaksi tersebut, terletak suatu keharusan untuk saling menghargai keunikan serta perbedaan masing-masing individu, termasuk kelebihan dan kelemahannya. Dan ini bukan hanya berkaitan dengan kondisi fisik saja, tetapi juga dalam kaitannya dengan perbedaan psikologis seperti kepribadian, karakter, pola pikir, serta tak kalah pentingnya dalam hal pengetahuan dan kepercayaan. Pendidikan jasmani sebaiknya dilandasi oleh adanya pemahaman guru terhadap karakteristik psikologis yang dimiliki oleh setiap peserta didik. Juga pengaruh apa yang diberikan Pendidikan Jasmani terhadap perkembangan mental dan psikologis peserta didik. Maka dari itu, psikologi pendidikan jasmani sangat perlu diterapkan pada peserta didik agar peserta didik tidak hanya berkembang dari segi fisik saja namun juga dari segi psikologis, emosional, sosial, dan spiritual.

Psikologi pendidikan jasmani dan olahraga membahas tentang konsep dan teori psikologi yang diaplikasikan pada olahraga. Pembahasan materi lebih difokuskan pada motivasi berolahraga, motivasi untuk berprestasi, perkembangan kepribadian, pengaruh

individu/keluarga/lingkungan manusia, gejala peningkatan dan merosotnya prestasi atlet, pembinaan mental, pengelolaan tim serta problema psikologi. Secara garis besar, ruang lingkup psikologi olahraga meliputi dua hal, yaitu belajar ketangkasan gerak dan unjuk laku. Penerapan psikologi ke dalam bidang olahraga ini adalah untuk membantu agar bakat olahraga yang ada dalam diri seseorang dapat dikembangkan sebaik-baiknya tanpa adanya hambatan dan faktor-faktor yang ada dalam kepribadiannya.

A. LANDASAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN JASMANI

Program pendidikan jasmani yang baik tentu harus dilandasi oleh pemahaman guru terhadap karakteristik psikologis peserta didik, dan yang paling penting yaitu sumbangan apa yang dapat diberikan oleh program pendidikan jasmani terhadap perkembangan mental dan psikologis anak. Jika dahulu para guru penjas lebih bersandar pada teori belajar *behaviorisme*, yang lebih melihat proses pembelajaran dari perubahan perilaku anak, maka dewasa ini sudah diakui adanya keharusan untuk memahami tentang apa yang terjadi di dalam diri anak ketika mempelajari keterampilan gerak, yang ditunjang oleh berkembang teori belajar *kognitivisme*.

1. Pengertian Psikologi

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir (Plato dan Aritoteles).

2. Pengertian Pendidikan Jasmani

- a. Pendidikan jasmani dapat diartikan juga sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

- b. Suatu pendidikan formal di bawah suatu lembaga yang menaungi, berupa aktivitas jasmani atau fisik yang bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani melalui kegiatan yang terprogram dan terencana.

B. TEORI-TEORI PSIKOLOGI PENDIDIKAN JASMANI

Psikologi pendidikan jasmani dan olahraga adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku dan pengalaman manusia berolahraga dalam interaksi dengan manusia lain dan dalam situasi-situasi sosial yang merangsangnya. Psikologi pendidikan jasmani dan olahraga mempelajari tingkah laku manusia dalam situasi olahraga. Secara garis besar, ruang lingkup psikologi olahraga meliputi dua hal, yaitu belajar ketangkasan gerak dan unjuk laku.

1. Teori Behavioristik atau Behaviorisme

Bersandar secara berlebihan pada teori belajar behaviorisme tentu mengandung kelemahan tertentu, karena mendorong dan membenarkan guru dengan proses pembelajaran yang sangat mekanistik; sekadar terjadi persambungan antara stimulus (aba-aba guru) dengan respons siswa (gerakan siswa), yang diperkuat oleh adanya *reinforcement* (ucapan pujian dari guru). Akibatnya, guru mengabaikan dengan bagaimana sebenarnya proses yang terjadi di dalam otak dan perangkat gerak anak, sehingga guru tidak pernah terlalu mempertimbangkan kualitas dari proses pembelajaran, termasuk keharusan untuk melibatkan proses berpikir dari anak. Akhirnya, anak relatif tidak pernah punya gagasan apapun dalam pelajaran, dan klaim bahwa pendidikan jasmani memiliki peranan dalam pengembangan kemampuan intelektual anak tidak terbukti secara nyata.

2. Teori Kognitivisme

Perkembangan teori belajar kognitivisme menguak fakta kekakuan proses pembelajaran penjas tersebut. Dalam salah satu teori belajar pengolahan informasi (*information processing theory*) diungkap bahwa idealnya pembelajaran gerak adalah sebuah proses pengambilan keputusan, yang secara hierarkis akan selalu melalui tiga tahapan yang tetap, yaitu tahap mengidentifikasi stimulus, tahap memilih respons, dan tahap memprogram respons. Jika pada proses pembelajaran siswa diberi kesempatan dan didorong untuk terus-menerus meningkatkan kemampuan pengambilan keputusannya, maka secara pasti kemampuannya tersebut terlatih, karena masing-masing perangkat yang berhubungan dengan ketiga tahapan pengambilan keputusan itupun kemampuannya semakin meningkat pula. Dari pemahaman terhadap landasan psikologis itulah, maka pembelajaran penjas yang baik tidak cukup hanya dengan memberikan perintah dan tugas-tugas gerak semata melainkan harus dibarengi dengan upaya memberikan kesempatan pada mereka untuk menganalisis situasi dan berikan kebebasan untuk mengambil keputusan sendiri.

C. MANFAAT PSIKOLOGI PENDIDIKAN JASMANI

1. Membantu agar bakat olahraga yang ada dalam diri seseorang dapat dikembangkan sebaik-baiknya tanpa adanya hambatan dan faktor-faktor yang ada dalam kepribadiannya.
2. Membantu seseorang agar dapat menampilkan prestasi optimal, yang lebih baik dari sebelumnya.
3. Sebuah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk membantu orang memperoleh keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap yang memberikan kontribusi yang optimal kepada pembangunan dan kesejahteraan.

4. Memberikan kontribusi untuk perkembangan atlet atau pendidikan jasmani seutuhnya.
5. Sebagai motivasi berolahraga, motivasi untuk berprestasi, perkembangan kepribadian, pengaruh individu/keluarga/lingkungan manusia, gejala peningkatan dan merosotnya prestasi atlet, pembinaan mental, pengelolaan tim serta problema psikologi.

Psikologi olahraga ilmu yang mempelajari kejiwaan dan tingkah laku para pelaku olahraga baik atlet, official, pelatih, dan juga supporter untuk memahami aspek-aspek psikologi melalui olahraga. Tujuan psikologi olahraga untuk membantu agar bakat olahraga yang ada dalam diri seseorang dapat dikembangkan sebaik-baiknya tanpa adanya hambatan dan faktor-faktor yang ada dalam kepribadiannya, membantu seseorang agar dapat menampilkan prestasi optimal, yang lebih baik dari sebelumnya, memberikan kontribusi untuk perkembangan atlet atau pendidikan jasmani seutuhnya dan sebagai motivasi berolahraga, motivasi untuk berprestasi, perkembangan kepribadian, pengaruh individu/keluarga/lingkungan manusia, gejala peningkatan dan merosotnya prestasi atlet, pembinaan mental, pengelolaan tim serta problema psikologi.



BAB VII

RUANG LINGKUP PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai ruang lingkup penjas seperti keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoretis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan mata pelajaran yang disajikan di sekolah, mulai dari SD sampai dengan SMA. Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis (CDC, 2000; Disman, 1990; Pate dan Trost, 1998). Pengalaman gerak yang didapatkan siswa dalam Pendidikan Jasmani merupakan kontributor penting bagi peningkatan angka partisipasi dalam aktivitas fisik, olahraga dan kesehatan siswa (Siedentop, 1990; Ratliffe, 1994; Thomas & Laraine, 1994; Stran & Ruder 1996; CDC, 2000).

Dua Nilai Utama dalam Pendidikan Jasmani

Berdasarkan tumbuhnya kepedulian terhadap isi kurikulum nasional pendidikan jasmani di Indonesia yang telah diterapkan di sekolah dasar, tulisan ini mencoba membedah secara filosofis nilai-nilai intrinsik yang terdapat dalam pendidikan jasmani. Tulisan ini sekaligus meneruskan argumentasi Lesley J.M. Wright dari Brunel University, United Kingdom tentang *Preserving the value of happiness in primary school physical education* dalam *Journal of Physical Education and Sport Pedagogy*. Sebuah pemaparan tentang pentingnya arti nilai kebahagiaan dalam pendidikan jasmani bagi siswa sekolah dasar.

Ada dua nilai utama yang bisa dibedakan dalam pendidikan jasmani yaitu nilai intrinsik dan nilai ekstrinsik. Nilai intrinsik adalah nilai-nilai yang mengarah kepada tujuan pendidikan jasmani yaitu nilai-nilai sportivitas, nilai-nilai sosial, nilai-nilai kebenaran. Nilai-nilai ini terdapat dalam pendidikan jasmani itu sendiri. Sedangkan nilai ekstrinsik adalah nilai-nilai yang berperan dalam pencapaian tujuan tersebut yang bersifat instrumental seperti pengajar, metode mengajar, sarana-pra sarana, dan kurikulum. Frankena (Wright,

2004) berpendapat bahwa nilai intrinsik lebih superior daripada nilai ekstrinsik. Ini dikarenakan nilai ekstrinsik mendorong nilai utama yang lain untuk mendapatkan tujuannya. Perbedaan antara nilai-nilai instrinsik dan ekstrinsik juga dijelaskan dan didapatkan fakta bahwa nilai-nilai intrinsik perlu diterapkan dalam kurikulum nasional untuk pendidikan jasmani di sekolah dasar.

Menurut Wright (2004: 149) tiga sumber nilai intrinsik tersebut adalah *obligation of truth* (kebenaran yang pasti), *moral values* (nilai-nilai moral), serta *desire of happiness* (nilai-nilai kebahagiaan). Dalam pendidikan jasmani, *obligation of truth* memiliki makna kebenaran yang pasti artinya segala sesuatu yang didapat dari pendidikan jasmani sifatnya nyata/benar-benar/pasti. Sebagai contoh, anak yang berlatih berenang maka akan mendapati jantung dan parunya bekerja lebih baik dan ini dapat dibuktikan secara nyata melalui *heart rate test*. Contoh lain ketika anak selesai beraktivitas jasmani maka akan didapati jantungnya yang memompa darah lebih banyak daripada sebelum beraktivitas jasmani.

Sedangkan *moral values* memiliki arti bahwa pendidikan jasmani mampu menciptakan nilai moral yang baik bagi kehidupan. Sebagai contoh adalah sikap sportivitas dan *fair play* dalam olahraga. Sedangkan *desire of happiness* mengandung makna bahwa pendidikan jasmani juga menciptakan nilai kebahagiaan. Telah disepakati bersama oleh para pakar pendidikan jasmani bahwa tiga sumber nilai tersebut dapat ditemukan dalam pendidikan jasmani, tetapi sumber nilai terakhir yaitu nilai kebahagiaan adalah yang paling penting dan diutamakan di sekolah dasar. Hal ini dikarenakan usia sekolah dasar adalah usia bermain, dimana setiap aktivitas jasmani yang dibentuk melalui aktivitas bermain memberikan nilai kebahagiaan bagi anak. Namun demikian nilai-nilai yang bisa diterapkan dalam latihan, harus dipertahankan karena nilai-nilai ini untuk menjaga keamanan terbaik bagi siswa sekolah.

Pendidikan jasmani idealnya mampu menciptakan nilai-nilai kebahagiaan bagi siswa sekolah dasar. Pendidikan jasmani mengajarkan bagaimana siswa didik mampu melakukan berbagai hal sulit namun tetap dalam bingkai kebahagiaan. Tidak seperti mata pelajaran lain, pendidikan jasmani menawarkan siswa didik untuk sungguh-sungguh mengikuti proses pembelajaran namun dengan suasana pembelajaran yang membahagiakan. Apabila terjadi ‘pemaksaan’ kepada anak maka muncul peluang untuk berperilaku menyimpang di kemudian hari (Tedjasaputra, 2001).

Melalui pendidikan jasmani, siswa dapat mengambil manfaat dalam perkembangan aspek fisik-motorik, kecerdasan, dan sosial emosional. Dimana ketiga aspek ini saling menunjang dan sulit untuk dipisahkan. Ini menunjukkan bahwa dengan pendidikan jasmani anak dapat belajar berbagai keterampilan dengan senang hati, tanpa merasa terpaksa atau dipaksa untuk mempelajarinya.

Physical education derives from play, is best understood in reference to play and best define as playful motor activity, and in its mature form is institutionalized in culture as sport and dance.
(Siedentop, Mand, Taggart, 1986: 21).

Terkait dengan nilai-nilai pendidikan, berkembang konsensus bahwa nilai-nilai tersebut merupakan sesuatu yang berkaitan erat dengan perkembangan potensi individu. Menurut Frankena (Wright, 1973) ada dua macam nilai utama dari pendidikan jasmani yaitu nilai ekstrinsik (nilai yang bersifat instrumental) dan nilai intrinsik (nilai yang bersifat non instrumental). Dalam kurikulum pendidikan, nilai-nilai intrinsik lebih diutamakan sedangkan untuk memilih nilai intrinsik mana yang diutamakan dalam pendidikan akan dilihat secara universal. Pada prinsipnya setiap kurikulum menyediakan standar pencapaian dalam proses pembelajaran, tidak terkecuali pendidikan jasmani. Standar pencapaian tujuan pendidikan jasmani

mempersiapkan siswa didik untuk memiliki gaya hidup aktif secara fisik. Setidaknya ada tujuh standar pencapaian tujuan pendidikan jasmani bila mengutip dari *National Content Standards for Physical Education* (NASPE, 1995).

Standar Materi Nasional Pendidikan Jasmani

1. Menampilkan kompetensi pada banyak bentuk-bentuk gerakan dan menunjukkan kecakapan pada sebagian bentuk gerakan.
2. Mampu mengaplikasikan konsep-konsep dan prinsip-prinsip gerak ke dalam pembelajaran dan pengembangan keterampilan motorik.
3. Menampilkan gaya hidup aktif secara fisik.
4. Mencapai dan mempertahankan level kesehatan dan kebugaran jasmani.
5. Menampilkan respon individu dan perilaku sosial dalam setiap aktivitas jasmani.
6. Menampilkan kepekaan dan rasa menghargai terhadap perbedaan diantara sesama manusia dalam setiap aktivitas jasmani.
7. Mengetahui bahwa aktivitas fisik menyediakan kesempatan untuk pengalaman menyenangkan, ekspresi diri, dan interaksi sosial.

Tabel 7.1 *National Content Standards for Physical Education* (Rink, 2002: 5)

Dalam kurikulum pendidikan, sebuah mata pelajaran hendaknya mengandung semua sumber nilai tersebut. Walaupun dalam masing-

masing mata pelajaran memiliki salah satu nilai yang lebih dominan daripada nilai lainnya. Sebagai contoh, mata pelajaran matematika dan biologi lebih dominan kepada nilai kebenaran yang pasti karena sifat mata pelajaran ini adalah ilmu pasti. Ilmu psikologi dan ilmu sosial mengarah pada nilai moral karena berkaitan dengan kebenaran-kebanaran moral. Sementara ilmu seni dan ilmu desain lebih mengarah kepada nilai kebahagiaan. Namun, pendidikan jasmani memiliki ketiga sumber nilai tersebut. Untuk nilai kebenaran yang pasti, pendidikan jasmani mengajarkan efek latihan bagi tubuh beserta keuntungannya.

Dalam pendidikan jasmani proses latihan-latihan gerak mempengaruhi secara langsung bagian-bagian anatomis maupun fisiologis. Dalam kacamata ilmu kedokteran, latihan-latihan gerak yang dilakukan menghasilkan organ tubuh yang sehat. Sebagai contoh latihan senam membentuk kekuatan otot, kelentukan otot, daya tahan kardiovaskuler, dan hasil latihan lainnya. Pendidikan jasmani juga mengandung sumber nilai moral karena di dalamnya diajarkan tentang nilai-nilai kejujuran, *fair play*, dan sportivitas.

Pendidikan jasmani juga menghasilkan berbagai pengalaman yang menimbulkan kepuasan dan kesenangan bagi anak yang merupakan sumber nilai kebahagiaan. Untuk anak usia sekolah dasar, sumber nilai kebahagiaan adalah yang terpenting. Membuat anak mengerti kegunaan dari latihan untuk kesehatan badan merupakan bagian penting tetapi, keikutsertaan mereka dalam kegiatan fisik harus disertai dengan perasaan puas dan senang karena telah menguasai latihan tersebut. Anak juga akan mengambil nilai moral dari kegiatan tersebut yang akan dibaginya bersama teman yang lain. Namun, yang harus digarisbawahi adalah ketika sumber nilai kebenaran yang pasti dan nilai moral menjadi sasaran utama yang harus dicapai dalam sebuah latihan, maka sumber nilai kebahagiaan akan berkurang dengan sendirinya.

Ketika anak-anak dipaksa untuk mengerti dan memahami sebagaimana orang dewasa mengerjakannya, maka mereka akan kehilangan kesenangannya. Ini adalah sasaran utama pengajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar menciptakan suasana pembelajaran yang membahagiakan. Apabila suasana kompetisi dalam bermain untuk mengalahkan yang lain, akan membuat anak merasa tertekan. Sebaliknya permainan yang mengedepankan kerjasama tim dan tantangan untuk memecahkan masalah lebih baik bagi anak. Jenis permainan seperti *gobak sodor*, menjala ikan, tikus dan kucing, serta permainan-permainan dengan menggunakan bola adalah contoh permainan yang baik bagi anak. Namun demikian konsep kompetisi justru tidak akan mendukung anak untuk meraih pengalaman dalam mempelajari sebuah permainan. Karena anak belum siap untuk terjun dalam suasana kompetisi sehingga yang sering kita lihat adalah adanya permusuhan di antara mereka. Anak harus merasa aman dan memiliki pengalaman menarik ketika mendapatkan proses pembelajaran. Mereka memerlukan kepuasan, kesenangan, dan kebahagiaan terhadap apa yang mereka lakukan.

Di sinilah isi dari kurikulum pendidikan jasmani berperan. Kurikulum semestinya menyediakan fleksibilitas komponen materi yang mudah dipelajari dan diterapkan oleh anak. Bahkan dalam prosesnya ada baiknya guru berperan sebagai ‘kurikulum’ yang mengerti akan kebutuhan siswa didik. Komponen penting berikutnya adalah para pengajar yang harus memahami dunia anak. Mereka harus bisa memastikan bahwa semua anak merasa aman dan nyaman serta anak-anak harus merasa berhasil meski pada kenyataannya ada sebagian anak yang memang lebih berbakat dari anak yang lain. Anak-anak yang kurang berbakat memiliki perasaan rendah diri dan inilah yang harus mendapat perhatian. Berkaitan dengan masalah nilai dalam pendidikan jasmani, Sukintaka (2004: 45) berpendapat bahwa guru berperan mengontrol nilai-nilai yang muncul dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Lebih jauh dikatakan bahwa perilaku pen-

didikan jasmani adalah pelaku bermain yang kemudian karena terdorong oleh rasa senangnya, anak akan bergerak, bersikap, dan berperilaku secara spontan dan alami.

Menurut Reid (Wright, 2004) sumber atau tempat dari nilai pendidikan ada pada penerapan nilai intrinsik dalam pendidikan. Pendapat ini memberi penguatan bahwa pendidikan memiliki jenisnya sendiri, integritasnya sendiri yang ditentukan oleh penerapan unsur intrinsik. Pola ini membatasi jenis dari tujuan-tujuan atau nilai-nilai yang memungkinkan untuk diterapkan di dalamnya. Dalam pendidikan, hal terpenting yang terkait dengan gagasan adalah tentang pengembangan kemanusiaan dan perkembangan akan kehidupan yang baik.

Untuk itu dalam menentukan isi dari kurikulum nasional seyogianya memperhatikan nilai-nilai yang bisa dikembangkan dan yang memiliki kontribusi untuk kehidupan yang lebih baik tersebut. Hal ini akan meliputi, pembatasan keputusan tentang perbedaan antara nilai intrinsik dan ekstrinsik dimana nilai intrinsik lebih utama daripada nilai ekstrinsik. Dalam hubungannya dengan nilai kebahagiaan, implikasinya adalah bahwa anak-anak harus mempelajari bagaimana nilai-nilai tersebut diterapkan dalam aktivitas mereka.

Dalam kaitannya dengan kedua sumber nilai di atas sebenarnya bahwa sumber nilai tersebut bisa ditemukan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Dalam penerapannya, hendaknya kita harus bisa merefleksikan mana sumber nilai tersebut yang akan mendominasi. Kurikulum sekolah dasar harus bisa merefleksikan ketiga sumber nilai tersebut yang bisa membuat anak menikmati kehidupannya dengan baik. Bagaimanapun, beberapa bagian dari kurikulum akan lebih memiliki nilai kontribusi yang lebih besar pada salah satu nilai dibandingkan dengan sumber nilai lain.

A. TUJUAN PENDIDIKAN JASMANI

Seperti tertuang dalam kurikulum 2006, 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. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan pendidikan jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, fisik, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan perkembangan yang seimbang (Schmith, 1983; Brophy & Good, 1986; Rosenshill & Stevens, 1986; Evertson, 1989). Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri.

Menurut Rink (1993) fungsi guru dalam proses belajar mengajar secara lebih rinci lagi ke dalam tujuh kegiatan sebagai berikut, “*Identifying outcomes, planning, presenting tasks, organizing and managing the learning environment, monitoring the learning environment, developing the content, and evaluating.*” Guru pendidikan jasmani dalam proses pendidikan sebaiknya mengembangkan karakter. Karakter menurut David Shield dan Brenda Bredemeir adalah empat kebajikan dimana seseorang mempunyai; *compassion* (rasa belas kasih), *fairness* (keadilan), *sportsmanship* (ketangkasan) dan integritas. Dengan adanya rasa belas kasih, peserta didik dapat diberi semangat untuk melihat lawan sebagai kawan, sama-sama bernilai, sama-sama pantas menerima penghargaan. Keadilan melibatkan tidak keberpihakan, sama-sama memiliki tanggung jawab. Ketangkasan dalam olahraga melibatkan usaha intens menuju sukses. Integritas memungkinkan seseorang untuk tidak membuat kesalahan. Berikut ini lima tujuan pendidikan jasmani:

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.
3. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.
4. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
5. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.

B. RUANG LINGKUP PENDIDIKAN JASMANI

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani meliputi aspek-aspek sebagai berikut: 1) permainan dan olahraga, 2) aktivitas pengembangan, 3) uji diri/senam, 4) aktivitas ritmik, 5) akuatik (aktivitas air), 6) pendidikan luar kelas (*outdoor education*), dan 7) kesehatan.

1. Permainan dan Olahraga

Permainan dan olahraga meliputi:

- Olahraga tradisional *)
- Permainan (*Games*)
- Eksplorasi gerak
- Keterampilan lokomotor
- Keterampilan non-lokomotor
- Keterampilan manipulatif
- Atletik
- Kasti
- Rounders
- Kippers

- Softball
- Baseball
- Bola tangan
- Sepak bola
- Bola voli
- Bola basket
- Tenis meja*)
- Tenis*)
- Bulutangkis*)
- Bela diri
- Aktivitas lainnya*)

- **Olahraga Tradisional** adalah aktivitas jasmani yang muncul akibat budaya suatu daerah atau akibat warisan budaya.
- **Permainan (*games*)** adalah aktivitas rekreasi dengan tujuan bersenang-senang, mengisi waktu luang, atau berolahraga ringan dimana peraturannya sederhana, tidak baku, dapat dimodifikasi.
- Mengembangkan keterampilan **lokomotor**, seperti; berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, dan sebagainya.
- Mengembangkan keterampilan **non-lokomotor**, seperti mengayun, melengok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok.

- Mengembangkan keterampilan dasar **manipulatif**, seperti; memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, merubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli.

2. Aktivitas Pengembangan

Aktivitas pengembangan meliputi mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya:

- Mekanika tubuh
- Komponen kebugaran jasmani
- Aktivitas lainnya*)

Mekanika tubuh adalah suatu usaha mengkoordinasi sistem otot dan saraf dalam mempertahankan keseimbangan, postur tubuh, dan kesejajaran tubuh selama mengangkat, membungkuk, bergerak, dan melakukan aktivitas.

Adapun komponen **kebugaran jasmani** antara lain:

- Daya tahan kardiovaskuler
- Daya tahan otot (*muscle endurance*)
- Kekuatan otot (*muscle strength*)
- Kelentukan (*flexibility*)
- Daya ledak (*power*)
- Kecepatan gerak (*speed of movement*)
- Kelincahan (*agility*)
- Keseimbangan (*balance*)
- Kecepatan reaksi (*reaction time*)
- Koordinasi (*coordination*)

3. Aktivitas Senam

Aktivitas senam meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa dan dengan alat, senam lantai dan aktivitas lainnya.

- Senam lantai
- Ketangkasan tanpa alat
- Ketangkasan dengan alat
- Aktivitas lainnya*)



4. Aktivitas Ritmik

Aktivitas ritmik meliputi gerak bebas, senam pagi, SKJ dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.

- Gerak bebas berirama
- Senam Pagi Indonesia
- Senam Kesegaran Jasmani (SKJ)
- Senam aerobik
- Aktivitas lainnya*)

5. Aktivitas Akuatik

Aktivitas akuatik meliputi permainan air, keselamatan air, renang, serta aktivitas lainnya.

- Pengenalan air
- Permainan di air
- Keselamatan di air
- Keterampilan/ketangkasan di air
- Renang
- Aktivitas lainnya*)



6. Pendidikan Luar Kelas

Pendidikan luar kelas meliputi piknik/karya wisata, menelaah, pengenalan lingkungan dan aktivitas lainnya.

- Piknik
- Pengenalan lingkungan
- Berkemah
- Menjelajah
- Mendaki gunung
- Aktivitas lainnya*)

7. Kesehatan

Kesehatan meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

- Kesehatan diri
- Kesehatan lingkungan
- Pencegahan bencana alam
- Narkoba
- Dan lain-lain.

Selain itu, ada juga beberapa ruang lingkup pendidikan jasmani di antaranya:

- a. Permainan dan Olahraga
- b. Aktivitas Pengembangan
- c. Aktivitas Senam
- d. Aktivitas Ritmik
- e. Aktivitas Air
- f. Pendidikan Luar Kelas
- g. Kesehatan.

Pendidikan jasmani dan olahraga di lembaga pendidikan harus ditekankan pada olahraga kesehatan dan latihan jasmani untuk meningkatkan derajat sehat dinamis dan kemampuan motorik dan koordinasi yang lebih baik agar para siswa selama masa belajar memiliki kualitas hidup yang lebih baik serta dapat diharapkan menjadi atlet berprestasi dan sumber daya manusia yang bermutu

di masa depan. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, fisik, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan perkembangan yang seimbang.



BAB VIII

PENDEKATAN DAN MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Dalam proses pembelajaran dikenal beberapa istilah yang memiliki kemiripan makna, sehingga seringkali orang merasa bingung untuk membedakannya. Istilah-istilah tersebut adalah: (1) pendekatan pembelajaran, (2) strategi pembelajaran, (3) metode pembelajaran; (4) teknik pembelajaran; (5) taktik pembelajaran; dan (6) model pembelajaran. Berikut ini akan dipaparkan istilah-istilah tersebut, dengan harapan dapat memberikan kejelasan tentang penggunaan istilah tersebut. **Pendekatan pembelajaran** dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran, yang merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum, di dalamnya mewadahi, menginspirasi, menguatkan, dan melatari metode pembelajaran dengan cakupan teoretis tertentu. Dilihat dari pendekatannya, pembelajaran terdapat dua jenis pendekatan, yaitu: (1) pendekatan pembelajaran yang berorientasi atau berpusat pada siswa (*student centered approach*) dan (2) pendekatan pembelajaran yang berorientasi atau berpusat pada guru (*teacher centered approach*).

Dari pendekatan pembelajaran yang telah ditetapkan selanjutnya diturunkan ke dalam strategi pembelajaran. Empat unsur strategi dari setiap usaha, yaitu:

1. Mengidentifikasi dan menetapkan spesifikasi dan kualifikasi hasil (*output*) dan sasaran (*target*) yang harus dicapai, dengan mempertimbangkan aspirasi dan selera masyarakat yang memerlukannya.
2. Mempertimbangkan dan memilih jalan pendekatan utama (*basic way*) yang paling efektif untuk mencapai sasaran.
3. Mempertimbangkan dan menetapkan langkah-langkah (*steps*) yang akan ditempuh sejak titik awal sampai dengan sasaran.
4. Mempertimbangkan dan menetapkan tolak ukur (*criteria*) dan patokan ukuran (*standard*) untuk mengukur dan menilai taraf keberhasilan (*achievement*) usaha.

A. PENDEKATAN-PENDEKATAN DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

1. Pendekatan Reflektif

Pendekatan reflektif merupakan penggabungan metode atau model pembelajaran yang biasa juga dikatakan bahwa pendekatan alternatif karena guru dituntut untuk bagaimana mencari atau melihat perbedaan karakter siswa secara keseluruhan. Pendekatan reflektif juga menekankan kreativitas penumbuhan kondisi pembelajaran yang kondusif melalui penerapan berbagai keterampilan pengajaran yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi. Guru yang reflektif selalu melakukan penilaian terhadap lingkungan sekitar dalam upaya mengidentifikasi rencana proses pengajarannya. Praktik pembelajaran reflektif adalah bagian dari proses pembelajaran yang mengatakan bahwa saya menjadi sadar akan pengalaman sebelumnya. Dan pendekatan reflektif juga mendorong peserta didik untuk berpikir kreatif, mempertanyakan sikap dan mendorong kemandirian belajar.

2. Pendekatan Modifikasi Olahraga

Pendekatan modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Artinya, bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memerhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong ke arah perubahan tersebut. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani dianggap penting untuk diketahui oleh para guru. Diharapkan dengan mereka dapat menjelaskan pengertian dan konsep modifikasi, menyebutkan apa yang dimodifikasi dan bagaimana cara memodifikasinya, menyebutkan dan menerangkan beberapa aspek analisis modifikasi. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil.

3. Pendekatan Berbasis Masalah

Pendekatan berbasis masalah merupakan pendekatan yang di mana seorang guru memberikan kesempatan anak untuk berpikir analisis, dan kritis melalui latihan lalu memecahkan masalah yang didapat dan didasarkan pada dunia nyata anak.

4. Pendekatan *Inquiry* dan *Discovery*

Pendekatan *inquiry* merupakan proses pembelajaran yang melakukan sendiri (menemukan sendiri) sedangkan *discovery* adalah suatu pendekatan yang dimana guru mendorong siswa untuk mengalami dan melakukan percobaan menemukan jati diri berdasarkan pengalaman dalam dunia nyata.

- a. Menekankan kepada aktivitas siswa secara maksimal untuk mencari dan menemukan.
- b. Seluruh aktivitas yang diarahkan untuk mencari dan menemukan sendiri.
- c. Mengembangkan kemampuan intelektual sebagai bagian proses mental.

5. Pendekatan Partisipatorik

Pendekatan ini menuntut guru dimana untuk menjadi fasilitator dan menuntut guru sebagai:

- a. Menekankan keterlibatan peserta didik secara penuh.
- b. Pendidik dianggap sebagai penentu keberhasilan belajar.
- c. Peserta didik dianjurkan sebagai subjek belajar.
- d. Mendorong tumbuh dan berkembangnya jiwa demokrasi serta kemampuan mengemukakan dan menerima pendapat.

6. Pendekatan Kooperatif

Pendekatan kooperatif adalah pelaksanaan pembelajaran yang saling berinteraksi satu sama lain dimana pembelajaran tergantung pada ahli dalam kelompok. Pendekatan kooperatif merupakan pembelajaran secara sadar dan sistematis antara siswa sebagai latihan hidup dalam masyarakat nyata. Ada beberapa tahap dalam model pendekatan kooperatif yaitu pembentukan, pengaturan, perumusan, dan penyerapan.

7. Pendekatan Berbasis Proyek

Menurut Thomas, dkk. (2001) mengatakan bahwa pendekatan berbasis proyek atau sebuah model atau pendekatan pembelajaran yang inovatif yang menekankan belajar kontekstual melalui kegiatan-kegiatan yang konteks.

8. Pendekatan *Scaffolding*

Pendekatan *scaffolding* merupakan pembelajaran yang berjenjang dan sistematis dan memungkinkan peserta didik untuk mendapat keterampilan baru atau di luar kemampuannya.

B. MODEL-MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Model pembelajaran dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak merujuk pada model *interlocking*, *concentric*, dan *cyclical*. Bahkan Hellison (1995) merasa ragu untuk mengatakan produknya sebagai sebuah model walaupun sudah memenuhi kriteria model dari model Joyce dkk. Alasannya karena istilah model yang dimaksud Joyce dkk., dianggapnya terlalu kaku dan diawatirkan malah akan mengaburkan ide utama dari model yang dibuatnya. Demikian juga Siedentop (1995), ia lebih senang mengatakan produknya (*model sport education*) sebagai model kurikulum dan pembelajaran pendidikan jasmani.

Untuk itu, model pembelajaran (*models of teaching*) dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak berkembang berdasarkan orientasi dan model kurikulumnya dan bahkan nuansa kurikulumnya selalu terbawa-bawa pada model tersebut. Pembelajaran atau interaksi pembelajaran termasuk metode, gaya, strategi, dan evaluasinya akan secara otomatis beradaptasi sesuai dengan rujukan model kurikulumnya. Spesifikasi simbolik sering diberikan pada pengembangannya, konten, dan/atau peruntukannya, sedangkan kesamaannya cenderung menggunakan metodologi yang bervariasi dan berorientasi pada siswa. Lebih jelasnya, berikut ini dipaparkan beberapa model dari sekian banyak model pembelajaran pendidikan jasmani.

1. Model Hellison

Salah satu model pembelajaran pendidikan jasmani yang termasuk dalam kategori model rekonstruksi sosial adalah model

Hellison, (1995), yang berjudul *Teaching Responsibility Through Physical Activity*. Pembelajaran pendidikan jasmani dalam model ini lebih menekankan pada kesejahteraan individu secara total, pendekatannya lebih berorientasi pada siswa, yaitu *self-actualization* dan *social reconstruction*.

Steinhart mengatakannya sebagai model humanistik. Model pembelajaran pendidikan jasmani dari Hellison ini diberi nama *level of affective development*. Tujuan model Hellison ini adalah meningkatkan perkembangan personal dan *responsibility* siswa dari *irresponsibility*, *self control*, *involvement*, *self direction* dan *caring* melalui berbagai aktivitas pengalaman belajar gerak sesuai kurikulum yang berlaku. Hellison dalam bukunya ini mengungkap beberapa bukti keberhasilan modelnya dalam mengatasi masalah pribadi dan sosial siswa. Namun demikian Ia juga menyadari akan beberapa kritik yang dilontarkan terhadap modelnya ini misalnya produk sosial dan personal dari model ini walaupun penting namun tidak berhubungan secara spesifik dengan *subject matter* pendidikan jasmani seperti keterampilan olahraga atau kebugaran tetapi bersifat umum berlaku juga pada pelajaran lain.

Model Helison digunakan untuk membina disiplin siswa (*self-responsibility*). Model ini sering digunakan pada sekolah-sekolah yang bermasalah dengan disiplin siswanya. Hellison mempunyai pandangan bahwa: perubahan perasaan, sikap, emosional, dan tanggung jawab sangat mungkin terjadi melalui penjas, namun tidak terjadi dengan sendirinya. Perubahan ini sangat mungkin terjadi manakala penjas direncanakan dan dicontohkan dengan baik dengan merefleksikan kualitas yang diinginkan. Potensi ini diperkuat oleh keyakinan Hellison bahwa siswa secara alami berkeinginan untuk melakukan sesuatu yang baik. Melalui model ini guru berharap bahwa siswa berpartisipasi dan menyenangi aktivitas untuk kepentingannya sendiri.

a. Tanggung Jawab Pribadi

Rasa tanggung jawab pribadi yang dikembangkan dalam model ini terdiri atas lima tingkatan, yaitu level 0, 1, 2, 3, dan level 4.

- 1) **Level 0: *Irresponsibility***. Pada level ini anak tidak mampu bertanggung jawab atas perilaku yang diperbuatnya dan biasanya anak suka mengganggu orang lain dengan mengejek, menekan orang lain, dan mengganggu orang lain secara fisik. Contoh lain misalnya: di rumah menyalahkan orang lain, di tempat bermain: memanggil nama jelek terhadap orang lain di kelas: berbicara dengan teman saat guru sedang menjelaskan dalam Penjas: mendorong orang lain pada saat mendapatkan peralatan olahraga.
- 2) **Level 1: *Self-Control***. Pada level ini anak terlibat dalam aktivitas belajar tetapi sangat minim sekali. Anak didik akan melakukan apa-apa yang diminta guru tanpa mengganggu yang lain. Anak didik nampak hanya melakukan aktivitas tanpa usaha yang sungguh-sungguh. Sebagai contoh, misalnya, di rumah menghindari dari gangguan atau pukulan dari saudaranya walaupun hal itu tidak disenginkannya. Di tempat bermain: berdiri dan melihat orang lain bermain di kelas: menunggu sampai datang waktu yang tepat untuk berbicara dengan temannya. Dalam Penjas: berlatih tapi tidak terus-menerus.
- 3) **Level 2: *Involvement***. Anak didik pada level ini secara aktif terlibat dalam belajar. Mereka bekerja keras, menghindari bentrokan dengan orang lain, dan secara sadar tertarik untuk belajar dan untuk meningkatkan kemampuannya. Sebagai contoh misalnya: di rumah membantu mencuci dan membersihkan piring kotor di tempat bermain: bermain dengan yang lain di kelas: mendengarkan dan belajar sesuai dengan

tugas yang diberikan dalam Penjas: mencoba sesuatu yang baru tanpa mengeluh dan mengatakan tidak bisa.

- 4) **Level 3: *Self-responsibility***. Pada level ini anak didik didorong untuk mulai bertanggung jawab atas belajarnya. Ini mengandung arti bahwa siswa belajar tanpa harus diawasi langsung oleh gurunya dan siswa mampu membuat keputusan secara independen tentang apa yang harus dipelajari dan bagaimana mempelajarinya. Pada level ini siswa sering diminta membuat permainan atau urutan gerakan bersama temannya dalam suatu kelompok kecil. Kegiatan seperti ini sangat sulit dilakukan oleh siswa pada level sebelumnya. Mereka biasanya menghabiskan waktu untuk berargumentasi daripada untuk melakukan gerakan bersama-sama. Beberapa contoh perilaku siswa pada level tiga ini misalnya, di rumah: membersihkan ruangan tanpa ada yang meminta di tempat bermain: mengembalikan peralatan tanpa harus diminta di kelas: belajar sesuatu yang bukan merupakan bagian dari tugas gurunya dalam Penjas: berusaha belajar keterampilan baru melalui berbagai sumber di luar pelajaran pendidikan jasmani dari sekolah.
- 5) **Level 4: *Caring***. Anak didik pada level ini tidak hanya bekerja sama dengan temannya, tetapi mereka tertarik ingin mendorong dan membantu temannya belajar. Anak didik pada level ini akan sadar dengan sendirinya menjadi sukarelawan (*volunteer*) misalnya menjadi partner teman yang tidak terkenal di kelas itu, tanpa harus diminta oleh gurunya untuk melakukan itu. Beberapa contoh, misalnya, di rumah: membantu memelihara dan menjaga binatang peliharaan atau bayi. Di tempat bermain: menawarkan pada orang lain (bukan hanya pada temannya sendiri) untuk ikut sama-sama bermain. Di kelas: membantu orang lain dalam memecahkan masalah-masalah pelajaran. Dalam Penjas: antusias sekali untuk bekerja sama dengan siapa saja dalam Penjas.

b. Strategi Pembelajaran

Terdapat tujuh strategi pembelajaran yang digunakan Hellison dalam mengajar tanggung jawab pribadi melalui Penjas, yaitu penyadaran (*awareness*), tindakan, refleksi, keputusan pribadi, pertemuan kelompok, konsultasi, kualitas pengajar. Strategi penyadaran dan tindakan dimaksudkan untuk menyadarkan siswa tentang definisi tanggung jawab baik secara kognitif maupun dalam bentuk tindakan. Strategi refleksi dimaksudkan untuk membantu siswa mengevaluasi sendiri mengenai komitmen dan tandakan rasa tanggung jawabnya. Strategi keputusan pribadi dan pertemuan kelompok dimaksudkan untuk memberdayakan siswa secara langsung dalam membuat keputusan pribadi dan kelompoknya. Strategi konsultasi dan kualitas mengajar dimaksudkan untuk menyediakan beberapa struktur dan petunjuk bagi siswa untuk dapat berinteraksi mengenai kualitas rasa tanggung jawab yang dikembangkannya.

2. Model Canter's Asertif

Selain model Hellison sebagaimana tersebut di atas, terdapat model lain dalam pendidikan jasmani yang sering digunakan secara terintegrasi untuk mengembangkan disiplin siswa dengan strategi yang relatif sama, yaitu model disiplin asertif. Model ini dikembangkan oleh Canter (1976). Ia membuat model pembinaan disiplin dengan nama *Canter's Assertive Discipline*.

3. Model Sport Education

Sport education yang sebelumnya diberi nama *play education* (Jewett dan Bain 1985) dikembangkan oleh Siedentop (1995). Model ini bersumber pada *Subject Matter*, dengan berorientasi pada nilai *Disciplinary Mastery*, dan merujuk pada model kurikulum *Sport Socialization*. Siedentop banyak membahas model ini dalam bukunya yang berjudul "Quality PE Through Positive Sport Experiences:

Sport Education”. Beliau mengatakan bahwa bukunya merupakan model kurikulum dan pembelajaran Ppenjas.

4. Model Kebugaran (*Health-Related Fitness Models*)

Salah satu literatur yang banyak membahas tentang pendidikan Jasmani orientasi model kebugaran adalah *Physical Education for Lifelong Fitness* (AAHPERD). Buku ini mendeskripsikan model pembelajaran pendidikan jasmani dari perspektif *health-related fitness education* (Steinhard, 1992). Model ini memiliki pandangan bahwa generasi penerus dapat membangun tubuh yang sehat dan memiliki gaya hidup aktif dengan cara melakukan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-harinya. Namun kenyataan tersebut tidak mungkin dicapai tanpa adanya usaha karena sebagian besar generasi penerus tidak memiliki kebiasaan hidup aktif secara teratur, dan aktivitas fisik menurun secara drastis setelah dewasa. Untuk itu, program Penjas di sekolah harus membantu generasi penerus untuk tetap aktif sepanjang hidupnya.

Kesempatan membantu generasi penerus untuk tetap aktif sepanjang hidupnya menurut model ini masih tetap terbuka sepanjang merujuk pada alasan individu melakukan aktivitas fisik. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa alasan individu melakukan aktivitas fisik adalah aktivitas fisik menyenangkan, dapat dilakukan bersama-sama, dapat meningkatkan keterampilan, dapat memelihara bentuk tubuh, dan nampak lebih baik. Beberapa alasan individu melakukan aktivitas fisik tersebut harus menjadi dasar dalam menerapkan model kebugaran ini.



BAB IX

IMPLEMENTASI MODEL-MODEL PENDIDIKAN JASMANI

Perbedaan antara kurikulum, pembelajaran, dan hubungan dari keduanya merupakan permasalahan yang cukup banyak diperbincangkan. Tapi, pada umumnya para ahli lebih senang menyederhanakan perbedaan definisi kurikulum dan pembelajaran dengan menggunakan istilah “apa” dan “bagaimana”. Kurikulum lebih menekankan pada “apa” yang diajarkan, sementara pembelajaran lebih banyak menekankan pada “bagaimana” mengajarkannya. Untuk itu kurikulum lebih banyak berisikan pembahasan tentang “program, perencanaan, isi, dan pengalaman belajar”. Sementara itu pembelajaran lebih banyak berisikan pembahasan tentang “interaksi” pembelajaran termasuk: metode, gaya mengajar, strategi, implementasi, dan penampilan mengajar”. Apabila dilihat berdasarkan hubungan dari keduanya, Peter F. Oliva (1992) mengemukakan bahwa hubungan kurikulum dan pembelajaran dapat dilihat berdasarkan empat katagori, yaitu *dualistic model*, *interlocking model*, *concentric model*, dan *cyclical model*.

▫ **Model Dualistik**

Pada model dualistik, pelaksanaan proses belajar mengajar yang dikendalikan oleh guru tidak dikaitkan dengan perencanaan program kurikulum, walaupun mungkin sebenarnya berkaitan. Pembuat kurikulum mengabaikan para pengajar demikian juga para pengajar mengabaikan program kurikulum. Pada model dualistik ini, kurikulum dan proses pembelajaran mungkin berubah tanpa saling mempengaruhi satu sama lain secara signifikan.

▫ **Model Interlocking**

Pada model *interlocking*, kurikulum dan pembelajaran memiliki posisi yang sama. Keduanya saling mempengaruhi, pemisahan dari keduanya dianggap akan membahayakan. Keberhasilan pembelajaran dianggap dipengaruhi oleh perencanaan kurikulum yang baik, sebaliknya perencanaan kurikulum yang baik harus mempertimbangkan pembelajarannya.

▫ **Model Konsentrik**

Pada model konsentrik, salah satu dari keduanya merupakan subsistem dari yang lainnya. Pada model ini satu kubu berpendapat bahwa kurikulum lebih dominan dan pembelajaran sebagai subordinatnya. Sementara kubu yang lain mengatakan bahwa pembelajaran lebih dominan dan kurikulum sebagai subordinatnya.

▫ **Model Cyclical**

Model *cyclical* memanfaatkan pentingnya elemen *feedback*. Kurikulum dan pembelajaran dipisahkan dalam judul dan lingkungannya namun memanfaatkan *feedback* dari keduanya untuk saling memperbaiki. Kurikulum secara terus-menerus mempengaruhi pembelajaran, demikian juga sebaliknya pembelajaran mempengaruhi kurikulum. Sirkulasi seperti ini terus-menerus berlangsung

tanpa ada hentinya untuk saling memberikan *feedback* dalam rangka penyempurnaan dari keduanya. Walaupun hubungan kurikulum dan pembelajaran dipandang secara berbeda-beda, namun di antara mereka terdapat beberapa pernyataan yang banyak disepakati (kecuali bagi penganut model dualistik), yaitu:

- Kurikulum dan pembelajaran merupakan sesuatu yang berhubungan namun berbeda.
- Hubungan kurikulum dan pembelajaran saling memberi kontribusi dan saling mempengaruhi.
- Kurikulum dan pembelajaran dapat dipelajari dan dianalisis secara terpisah namun tidak bisa berfungsi secara terpisah.

Model pembelajaran (*models of teaching*) dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak berkembang berdasarkan orientasi dan model kurikulumnya dan bahkan nuansa kurikulumnya selalu terbawa-bawa pada model tersebut. Pembelajaran atau interaksi pembelajaran termasuk metode, gaya, strategi, dan evaluasinya akan secara otomatis beradaptasi sesuai dengan rujukan model kurikulumnya. Spesifikasi simbolik sering diberikan pada pengembangnya, content, dan/atau peruntukannya, sedangkan kesamaannya cenderung menggunakan metodologi yang bervariasi dan berorientasi pada siswa. Untuk lebih jelasnya, berikut ini dipaparkan beberapa model dari sekian banyak model pembelajaran pendidikan jasmani.

A. GAYA KOMANDO (COMMAND)

Gaya komando adalah pendekatan mengajar yang paling bergantung pada guru. Tujuannya adalah penampilan yang cermat. Guru menyiapkan semua aspek pengajaran dan ia sepenuhnya bertanggung jawab dan berinisiatif terhadap pengajaran dan memantau kemajuan besar dari perkembangan siswanya. Pada dasarnya gaya ini ditandai dengan penjelasan, demonstrasi, dan latihan. Lazimnya, gaya itu di-

mulai dengan penjelasan tentang teknik baku, dan kemudian siswa mencontoh dan melakukannya berulang kali. Evaluasi dilakukan berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan. Siswa dibimbing ke suatu tujuan yang sama bagi semuanya. Memang gaya mengajar komando kebanyakan terbukti efektif karena ilmu yang diperoleh oleh siswa akan cepat diserap dan dapat dimengerti, inilah peran guru dibutuhkan sepenuhnya. Guru menyiapkan semua aspek pengajaran yang mendukung dan yang efektif. Tujuan dari gaya ini adalah untuk mempelajari cara mengerjakan tugas dengan benar dan dalam waktu yang singkat, mengikuti semua keputusan yang dibuat oleh guru. Dalam model ini semua aktivitas pembelajaran, keterlaksanaannya hanya dan sangat tergantung pada guru. Dapat dikatakan peserta didik “akan bergerak” hanya bila gurunya memerintahkannya untuk bergerak.

Situasi demikian menyebabkan peserta didik pasif dan tidak diperkenankan berinisiatif. Akibatnya peserta didik tidak mampu mengembangkan kreativitas, khususnya kreativitas dalam bergerak. Hakikatnya adalah respons langsung terhadap stimulus. Penampilan harus akurat dan cepat. Model sebelumnya direplikasi.

1. Ciri Utama Gaya Komando

- a. Respons langsung terhadap stimulus (guru memberi contoh/ memberi aba-aba, siswa menirukan/mengikuti).
- b. Tujuannya adalah penampilan yang cermat.
- c. Guru menentukan penampilan irama.

2. Penerapan Gaya Komando

- a. Ingin diajarkan keterampilan khusus atau khas.
- b. Menangani kelas yang sulit dikendalikan.
- c. Ingin mencapai kemajuan yang lebih cepat.
- d. Sekelompok anak yang memerlukan bantuan khusus.

3. Anatomi Gaya Komando

- a. Pra pertemuan : Keputusan oleh guru
- b. Dalam pertemuan : Keputusan oleh guru
- c. Pasca Pertemuan : Keputusan oleh guru

4. Sasaran Gaya Komando

Gaya komando atau gaya perintah, ini semua keputusan diambil oleh guru. Bagian ini akan merinci peranan guru, peranan siswa, dan hasil yang akan dicapai karena menggunakan gaya yang diuraikan. Dengan menggunakan gaya komando, maka sasaran yang akan dicapai akan melibatkan siswa yang akan mengikuti petunjuk-petunjuk guru, dengan sasaran-sasaran tertentu. Sasaran yang dicapai akan melibatkan siswa dengan mengikuti petunjuk-petunjuk guru. Adapun sasaran-sasaran tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Respons langsung terhadap petunjuk yang diberikan.
- b. Penampilan yang sama/seragam.
- c. Penampilan yang disinkronkan.
- d. Penyesuaian.
- e. Mengikuti model yang telah ditentukan.
- f. Mereproduksi model.
- g. Ketepatan dan kecermatan respons.
- h. Meneruskan kegiatan dan tradisi kultural.
- i. Mempertahankan tingkat estetika.
- j. Meningkatkan semangat kelompok.
- k. Penggunaan waktu secara efisien.
- l. Pengawasan keamanan.

5. Menyusun Pembelajaran Gaya Komando

- a. Semua keputusan pra pertemuan (pokok bahasan, tugas-tugas, organisasi, dan lain-lain) dibuat oleh guru.
 - 1) Pokok bahasan
 - 2) Tugas-tugas
 - 3) Organisasi
- b. Semua keputusan selama pertemuan dibuat oleh guru:
 - 1) Penjelasan
 - 2) Penyampaian materi
 - 3) Penjelasan prosedur organisasi
 - 4) Urutan kegiatan
- c. Semua keputusan pasca pertemuan dibuat oleh guru:
 - 1) Umpan balik kepada siswa
 - 2) Sasarannya harus banyak memberi waktu untuk pelaksanaan tugas

Peran guru pada pembelajaran ini sangat dominan, yaitu sebagai pembuat keputusan pada semua tahap, karena pada tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi sepenuhnya dilakukan oleh guru, sedangkan peserta didik/siswa hanya berperan sebagai pelaku ataupun pelaksana saja yang sepenuhnya harus tunduk terhadap pengarahan, penjelasan, dan segala perintah dari guru. Esensi dari gaya komando adalah adanya hubungan yang langsung dan cepat antara stimulus guru dan respons murid. Stimulus berupa tanda/komando yang diberikan guru, akan mengawali setiap gerakan peserta didik/siswa dalam menampilkan gerakan sesuai dengan contoh dari guru. Gaya komando sangat sesuai untuk kegiatan pembelajaran *stretching*, kalestenik, dan teknik dasar.

6. Implikasi Gaya Komando:

- a. Standar penampilan sudah mantap.
- b. Materi pembelajaran dipelajari dengan meniru.
- c. Materi pembelajaran dibagi-bagi agar mudah ditiru.
- d. Tidak ada perbedaan individual.

7. Unsur-unsur Khas Gaya Komando

- a. Semua keputusan dibuat oleh guru.
- b. Menuruti petunjuk dan melaksanakan tugas merupakan kegiatan utama siswa.
- c. Menghasilkan tingkat kegiatan yang tinggi.
- d. Dapat membuat siswa merasa terlibat dan termotivasi.

8. Kelemahan Gaya Komando

- a. Penyaluran aspek sosial, emosional, dan kognitif sangat terbatas.
- b. Kurang mengembangkan penalaran.
- c. Kurang mengembangkan pembentukan sifat.
- d. Tidak demokratis, penyaluran aspek sosial, emosional, dan kognitif sangat terbatas.

9. Kelebihan Gaya Komando

- a. Keseragaman gerak.
- b. Jika dilakukan oleh banyak orang dapat membuat suasana indah dan menyenangkan.
- c. Mengembangkan perilaku disiplin.
- d. Menghasilkan tingkat kegiatan yang tinggi.

B. GAYA LATIHAN

Gaya ini memberikan siswa untuk berlatih secara individu dan mandiri, serta menyediakan guru waktu untuk memberikan umpan balik (*feedback*) kepada siswa secara individu dan pribadi. Peserta didik mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Dalam model tugas, guru mendelegasikan sebagian kewenangannya pada peserta didik. Guru memberikan tugas belajar gerak, idealnya secara tertulis berupa kartu tugas, peserta didik diberi kesempatan dan kewenangan untuk menentukan sendiri kecepatan dan kemajuan belajarnya. Dalam gaya ini siswa diberikan waktu untuk melaksanakan tugas secara perorangan, sedangkan guru memberi umpan balik kepada semua siswa secara perorangan. Di sini guru bertanggung jawab menentukan tujuan pengajaran, memilih aktivitas dan menetapkan tata urutan kegiatan untuk mencapai tujuan pengajaran. Gaya latihan sangat sesuai untuk pembelajaran dalam penguasaan teknik dasar. Di dalam gaya tugas ini siswa ikut serta menentukan cepat lambatnya tempo belajar, maksudnya guru memberikan keleluasaan bagi setiap siswa untuk menentukan sendiri kecepatan belajar dan kemajuan belajarnya. Dalam gaya ini, guru tidak menghiraukan bagaimana kelas organisasi, atau apakah siswa melakukan tugas itu secara serempak atau tidak karena hal itu tidak begitu penting baginya. Tugas dapat disampaikan secara lisan atau tulisan. Siswa melakukan tugas sesuai dengan kemampuannya dan dia juga dapat dibantu oleh temannya, atau tugas itu dilaksanakan dalam sebuah kelompok kecil.

Bahwa latihan adalah pendidikan untuk memperoleh kemahiran atau kecakapan. Berdasarkan pengertian tersebut jelas bahwa latihan dan praktik lebih ditekankan pada aspek keterampilan dan didasari oleh psikologi daya, yang mengatakan bahwa demikian kemahiran atau kecakapan tersebut perlu ditunjang oleh pengetahuan dan keterampilan. Penerapan metode latihan dalam pengajaran Matematika dan berhitung sangat dipengaruhi dan didasari oleh psikologi daya, yang mengatakan bahwa dalam diri setiap individu itu terdapat

sejumlah daya atau potensi yang perlu dikembangkan. Oleh karena itu, diperlukan latihan dan praktik untuk melatih daya-daya atau potensi-potensi agar dapat berkembang secara optimal. Terdapat banyak kesamaan antara metode latihan dengan metode penugasan, bahkan ada yang mengemukakan bahwa metode latihan merupakan bagian dari metode penugasan. Dan dalam kedua metode tersebut tentunya memerlukan praktik. Hal tersebut didasarkan pada suatu kenyataan bahwa apa-apa yang harus dilatih merupakan tugas yang harus dikerjakan yang memerlukan tindakan praktik.

Metode latihan lebih ditekankan pada pengembangan kecakapan secara individual, terutama untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Namun demikian tidak berarti bahwa metode latihan ini tidak dapat dilakukan secara kelompok atau klasikal. Dalam pelaksanaannya bisa saja dilakukan secara kelompok atau klasikal, namun yang menjadi sarasannya adalah pengembangan kemampuan individual. Metode latihan ini dapat dilakukan secara terbimbing dan bisa dilakukan secara bebas oleh peserta didik tanpa bimbingan dan pengawasan guru.

1. Gaya Latihan (*Practice Style*)

Dalam gaya ini siswa diberikan waktu untuk melaksanakan tugas secara perorangan, sedangkan guru memberi umpan balik kepada semua siswa secara perorangan.

2. Anatomi Gaya Latihan

Pra pertemuan	: Keputusan oleh guru
Dalam pertemuan	: Keputusan oleh siswa
Pasca Pertemuan	: Keputusan oleh guru

3. Sasaran Gaya Latihan

- a. Berlatih tugas-tugas yang telah diberikan sebagaimana yang

- telah didemonstrasikan dengan jelas.
- b. Memperagakan tugas yang diberikan.
 - c. Lamanya latihan berkaitan dengan kecakapan penampilan.
 - d. Memiliki pengalaman dan penampilan tentang hasil yang diberikan guru.

4. Peranan Guru dan Siswa

- a. Peranan siswa (siswa membuat keputusan selama pertemuan berlangsung)
 - 1) Sikap (postur).
 - 2) Tempat.
 - 3) Urutan pelaksanaan tugas.
 - 4) Waktu untuk memulai.
 - 5) Kecepatan irama.
 - 6) Waktu berhenti.
 - 7) Waktu sela diantara tugas.
 - 8) Memprakarsai pertanyaan-pertanyaan tugas.
- b. Peranan Guru
 - 1) Guru memberi kesempatan kepada siswa untuk bekerja sendiri.
 - 2) Memberi balikan secara individual.
 - 3) Meningkatkan interaksi kepada individu.
 - 4) Memberi kesempatan kepada siswa dalam penyesuaian diri.

5. Implikasi Gaya Latihan

- a. Mengenal/mengetahui yang diharapkan dari kelas.
- b. Menerima pemberian tugas.

- c. Membuat keputusan sambil menjalankan tugas.
- d. Menerima balikan.
- e. Membuat keputusan pada pertemuan.

6. Siklus Kegiatannya

- a. Penyampaian tugas oleh guru.
- b. Pelaksanaan tugas oleh siswa.
- c. Pengamatan dan penilaian oleh guru (balikan).

7. Peranan Baru Siswa, Keputusan dan Peranan Guru Harus Dijelaskan di Kelas

- a. Siswa perlu memahami peranannya.
- b. Diusahakan agar siswa senang.
- c. Gaya latihan dilakukan secara bertahap.

8. Pemilihan Materi Pembelajaran

Tugas-tugas dapat dilaksanakan dengan gaya tersebut. Dapat dinilai dengan kriteria dengan benar atau salah dan pengetahuan tentang hasil-hasil.

9. Cara Mengajar dengan Menerapkan Metode Latihan

Agar pembelajaran dengan menggunakan metode latihan dapat berjalan secara efektif dan mencapai tujuan yang diharapkan, maka perlu diperhatikan langkah-langkah berikut:

- a. Rumuskan tujuan yang matang dari setiap latihan yang diberikan dalam pembelajaran, dan pilihlah materi yang tepat untuk dilatihkan.
- b. Tetapkan apakah latihan yang diberikan untuk dikerjakan secara klasikal, kelompok, atau individual.

- c. Siapkanlah alat dan sumber belajar yang diperlukan oleh peserta didik dalam melaksanakan latihannya, apakah alat dan sumber tersebut sudah menunjang tercapainya tujuan.
- d. Upayakan agar semua peserta didik terlibat dalam setiap latihan yang diberikan.
- e. Berikanlah umpan balik dengan segera terhadap latihan-latihan yang diberikan.
- f. Lakukanlah evaluasi terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan, baik terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan, baik terhadap keefektifan metode latihan maupun terhadap hasil peserta didik.

10. Merencanakan Pembelajaran dengan Gaya Latihan

- a. Lembaran tugas dibuat minimal seminggu sebelum pembelajaran berlangsung. Lembaran tugas berfungsi:
 - 1) Membantu siswa untuk mengingat.
 - 2) Mengurangi pengulangan oleh guru.
 - 3) Agar siswa bertanggung jawab belajar.
 - 4) Untuk mencatat kemajuan siswa.
 - 5) Mengurangi kesempatan mengabaikan.
- b. Desain lembaran tugas:
 - 1) Berisi keterangan yang diperlukan.
 - 2) Merinci tugas-tugas khusus.
 - 3) Menyatakan banyaknya tugas.
 - 4) Memberi arah bagi siswa dalam melaksanakan tugas.
 - 5) Kriteria yang didasarkan atas hasil yang dapat diketahui dan dilihat oleh siswa.

11. Kelemahan Gaya Latihan

- a. Kurang mengembangkan kreativitas.
- b. Tugas yang kurang jelas dan terlalu panjang dapat menimbulkan lupa.
- c. Bagi sebagian anak dapat menghindari tugas yang sebenarnya.

Apabila latihan tersebut diberikan secara kelompok, sering kali yang mengerjakan hanya peserta didik tertentu saja, atau bukan hanya dikerjakan oleh seorang peserta saja, sedangkan peserta didik lainnya hanya numpang nama. Apabila latihan diberikan untuk dikerjakan di luar kelas, sulit untuk mengontrol apakah peserta didik bekerja secara mandiri atau malah menyuruh orang lain untuk menyelesaikannya. Di samping itu apabila latihan yang diberikan sama antarpeserta didik, bekerja secara mandiri atau malah menyuruh orang lain untuk menyelesaikannya. Di samping itu apabila latihan yang diberikan sama antar peserta didik, di mana peserta didik yang malas mengerjakan latihan menjiplak pekerjaan temannya yang sudah selesai mengerjakannya.

Metode latihan dengan sendirinya menuntut tanggung jawab guru yang sangat besar untuk memeriksa dan memberikan umpan balik terhadap latihan-latihan yang dikerjakan oleh peserta didik. Hal ini seringkali menyita waktu, yang mengakibatkan guru kurang tepat dalam memberikan respons. Apabila hal tersebut terjadi maka metode latihan akan membosankan peserta didik. Seringkali terjadi penyimpangan dalam penggunaan metode latihan, dari pembelajaran menjadi semacam hukuman, atau kebiasaan rutin yang diberikan oleh guru terhadap peserta didik. Apabila latihan tersebut terlalu banyak dan sulit untuk dikerjakan, maka akan menyita waktu peserta didik. Dengan demikian akan menimbulkan rasa malas bagi peserta didik untuk mengerjakan latihan yang dihadapinya, karena merasa waktunya terganggu oleh latihan, misalnya waktu bermain, waktu menonton tv, dan lain-lain.

12. Kelebihan Gaya Latihan

- a. Guru dapat memberikan umpan balik secara individual.
- b. Dapat mengembangkan rasa tanggung jawab.
- c. Memberi kesempatan kepada setiap peserta didik untuk mengembangkan potensi-potensi atau kemampuan-kemampuan yang dimilikinya secara optimal.

Metode latihan dapat digunakan untuk mengembangkan aktivitas, kreativitas, tanggung jawab, dan disiplin peserta didik dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini penting karena dalam kegiatan pembelajaran tidak selamanya peserta didik mendapat pengawasan dari guru. Dengan latihan diharapkan peserta didik bekerja secara mandiri, berdasarkan motivasi yang datang dari dalam dirinya, dan kreativitas yang dimilikinya. Peserta didik mendapat kesempatan untuk melatih diri bekerja secara mandiri. Dalam hal ini ia belajar sendiri menggunakan suatu alat atau sumber belajar dalam menyelesaikan tugas latihannya. Meskipun mungkin ia minta bantuan orang lain dalam latihannya. Metode latihan dapat merangsang daya pikir peserta didik, karena mereka dituntut untuk melatih kemampuan-kemampuan yang dimilikinya secara optimal.

Dengan demikian, dapat melahirkan pemikiran-pemikiran yang inovatif dari peserta didik, karena mereka diberi kebebasan dalam menyelesaikannya, tidak membebek atau mengikuti cara-cara yang dilakukan guru. Sama halnya dengan metode penugasan, di samping metode latihan dapat dilakukan secara individual bisa juga dilakukan secara kelompok. Dalam hal ini peserta didik dikelompokkan dalam kelompok-kelompok kecil. Hal tersebut melatih peserta didik untuk bekerja secara kelompok, bergotong royong, dan bekerja sama dengan orang lain.

C. GAYA TIMBAL BALIK (RESIPROKAL)

Pada gaya resiprokal, kelas diorganisir dan dikondisikan dalam peran-peran tertentu (dibagi menjadi dua kelompok), ada peserta didik/siswa yang berperan sebagai pelaku, dan sebagai observer (pengamat) terhadap aktivitas yang dilakukan oleh kelompok pelaku, sedangkan guru sebagai fasilitator. Kelompok siswa yang bertindak sebagai observer mengamati tampilan/aktivitas yang dilakukan oleh temannya (pelaku) dengan membawa lembar observasi (pengamatan) yang telah disusun oleh guru, selanjutnya observer tersebut mengevaluasi tampilan dari kawannya yang bertindak sebagai pelaku. Dalam hal ini evaluasi dilakukan oleh peserta didik/siswa sendiri secara bergantian. Melalui upaya mengevaluasi aktivitas temannya, diharapkan siswa juga mengetahui konsep pelaksanaan yang benar, karena setiap siswa akan berperan sebagai observer (pengamat), maka mereka akan berupaya untuk menguasai konsep gerakanya yang benar. Tanggung jawab dan pemberian umpan balik diberikan kepada siswa. Untuk pelaksanaan gaya resiprokal, siswa terlebih dahulu harus mempelajari teknik dasar, dan gaya resiprokal ini dilaksanakan pada pembelajaran teknik lanjutan. Gaya resiprokal juga memberikan kesempatan kepada teman sebaya untuk memberikan umpan balik dan peranan ini memungkinkan peningkatan interaksi sosial antarteman sebaya dan umpan balik secara langsung.

1. Tujuan Gaya Resiprokal

Struktur dan implementasi gaya resiprokal menciptakan suatu realitas yang mencapai hakikat tujuan-tujuan baru pada gaya ini. Tujuan-tujuan ini merupakan bagian dari dua aspek utama, yaitu:

- a. Hubungan sosial di antara teman-temannya.
- b. Kondisi-kondisi memberikan umpan balik segera.

a. Pokok Bahasan:

- 1) Memberikan kesempatan berulang-ulang untuk berlatih atau melakukan aktivitas/tugas dengan seorang pengamat.
- 2) Melatih aktivitas/tugas dalam kondisi-kondisi menerima umpan balik segera dari temannya.
- 3) Agar mampu membahas dan mendiskusikan dengan temannya tentang aspek-aspek aktivitas tertentu.
- 4) Memvisualisasikan dan memahami bagian-bagian dan rangkaian bagian dalam melaksanakan aktivitas.
- 5) Melatih aktivitas tanpa guru memberikan umpan balik atau mengetahui kapan kesalahan-kesalahan dikoreksi.

b. Peran:

- 1) Melibatkan siswa dalam proses sosialisasi dalam gaya ini memberi dan menerima umpan balik dari temannya.
- 2) Melibatkan siswa dalam tahap-tahap proses sosialisasi: dengan mengamati kinerja temannya, membandingkan kinerja siswa dengan kriteria, menarik kesimpulan, dan mengomunikasikan hasil kepada temannya.
- 3) Melatih pilihan-pilihan umpan balik yang ada (misalnya belajar memberikan umpan balik korektif).
- 4) Mengembangkan kesabaran, toleransi, dan kewibawaan yang diperlukan untuk keberhasilan dalam proses ini (bagaimana mengatasi bentrokan dan persekongkolan?).
- 5) Memberikan pengalaman.
- 6) Mengembangkan ikatan sosial.

2. Sasaran Gaya Resiprokal

a. Tugas (Materi Pembelajaran):

- 1) Memberi kesempatan untuk latihan berulang kali dengan seorang pengamat.
- 2) Siswa menerima umpan balik langsung.
- 3) Sebagai pengamat, siswa memperoleh pengetahuan penampilan tugas.

b. Peranan Siswa

- 1) Memberi dan menerima umpan balik.
- 2) Mengamati penampilan teman dan mengoreksi.
- 3) Menumbuhkan kesabaran dan toleransi.
- 4) Memberikan umpan balik.

Akibat ada interaksi sosial antara siswa dengan pasangannya:

- 1) Umpan balik langsung.
- 2) Guru mengamati pelaku dan pengamat, tapi hanya berkomunikasi dengan pengamat.
- 3) Guru memberikan kriteria perilaku yang harus ditampilkan sebelum pelaksanaan pembelajaran.

c. Peranan Guru:

- 1) Menjawab pertanyaan dari pengamat.
- 2) Berkomunikasi dengan pengamat.
- 3) Memantau pelaksanaan pembelajaran.

Hal-hal yang dilakukan guru sesudah pembelajaran:

- 1) Menerima kriteria perilaku.
- 2) Mengamati penampilan perilaku.
- 3) Membandingkan dan mendiskusikan penampilan dengan kriteria perilaku.
- 4) Menyimpulkan hal hal mengenai penampilan kepada perilaku.

- 5) Menyimpulkan posisi atau level penampilan dibanding dengan cerita.
- 6) Guru harus menjawab/mengomentari pertanyaan yang disampaikan siswa.

Hal yang perlu ditekankan kepada pengamat:

- 1) Pengamat harus berperilaku sesuai dengan kriteria perilaku pengamat.
- 2) Pastikan bahwa pengamat memberikan umpan balik sesuai dengan kriteria perilaku.

3. Kelebihan atau Kekurangan:

Gaya ini memberikan kelebihan antara lain sebagai berikut:

- a. Memberikan umpan balik seketika tanpa ditunda-tunda yang mempunyai pengaruh nyata terhadap proses belajar siswa. Umpan balik ini berupa informasi tentang apa yang diperbuatnya baik yang benar atau yang keliru.
- b. Dapat mengembangkan cara kerja dalam tim kecil. Sehingga aspek sosialnya berkembang.
- c. Meningkatkan proses belajar mengajar dengan cara mengamati secara sistematis gerakan atau pokok bahasan dari teman. Pada dasarnya, mengamati kegiatan belajar teman itu merupakan suatu proses belajar mengajar juga.

Kekurangan itu dapat dikemukakan sebagai berikut:

- a. Sering menimbulkan situasi yang emosional antara pelaku dan pengamat yang disebabkan pengamat berlaku berlebihan dalam menyampaikan informasi yang bersangkutan. Perilaku yang berlebihan antara lain menyampaikan dengan nada mengejek, menghakimi, bergaya mengurui yang serba tahu.

- b. Pada umumnya pelaku tidak tahan terhadap kritik siswa pengamat sehubungan dengan hasil belajar yang pernah dilakukan sebelumnya. Siswa pelaku tidak mau terima hasil pengamatan temannya. Situasi ini sering menimbulkan ketegangan antara siswa pelaku dan siswa pengamat.
- c. Sering juga terjadi pasangan ini justru memantapkan suatu perilaku belajar yang sama, disebabkan mereka salah menafsirkan deskripsi gerakan atau pokok bahasan yang tertera dalam lembaran kerja.

Contoh Penerapan pada Dunia Olahraga

Contoh Kertas Kriteria: Bulutangkis-Forhand Overhead Clear

NAMA	
KELAS	
TANGGAL	
PASANGAN	
GAYA	A B C D
KERTAS TUGAS NO	

1. Untuk para siswa: Tugas ini dilakukan secara berkelompok yang terdiri atas 3 orang, yaitu: pelaku, tosser (pelempar bola) dan pengamat.
2. Tossier: Lemparkan servis yang tinggi dan jelas kepada pemain.
3. Pelaku: Praktikkan forhand di atas kepala yang jelas sebanyak 10 kali.
4. Pengamat: Analisislah bentuk pemain dengan membandingkan pertunjukkan pada kriteria yang dicatat di bawah ini. Berikan tanggapan tentang apa yang dilakukan dengan baik dan apa yang perlu diperbaiki. Gantilah peran setelah masing-masing babak yang terdiri atas 10.

Tugas-Kriteria:

1. Ayunan belakang yang diambil dengan raket, seolah-olah akan melemparnya.
2. Tubuh sebelah kiri berputar ke net ketika beban pindah ke kaki belakang.
3. Pukulan kok di atas kepala tetapi di depan tubuh, dengan lengan yang terjulur penuh.
4. Kepala raket menyentuh bentuk burung di bawahnya.
5. Beban tubuh diletakkan ke dalam shot, ketika beban pindah ke kaki depan. Gerakan pergelangan tangan yang kuat.
6. Ikuti dengan arah terbang burung yang dikehendaki.

Contoh Lembar Kriteria: Senam – Tumbling

NAMA	
KELAS	
TANGGAL	
PASANGAN	
GAYA	A B
KERTAS TUGAS NO	

Tugas 1 : Roll Belakang

Pelaku : Lakukan 6 roll, gantilah peran setelah rol ke-3

Pengamat : Setelah roll ke-6, catatlah di bawah ini bagaimana pemain melakukan masing-masing dari kelima tahap tersebut

Hal-hal yang harus dicari	Pemain 1		Pemain 2	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak
Mulailah dengan berdiri jongkok, tangan di atas matras, jari menunjuk ke depan				
Berayun ke belakang ke pantang, biarkan kepala menghadap ke depan dan punggung melingkar				
Gapailah ke belakang sampai matras dengan tangan pada saat pinggul menyentuh matras.				
Biarkan lutut dan siku berada dekat dengan tubuh Akhir pertunjukkan dengan posisi jongkok				

D. GAYA INKLUSI

Gaya pembelajaran inklusi adalah suatu gaya pembelajaran yang digunakan oleh guru, dengan cara menyajikan materi pembelajaran secara rinci dan menawarkan tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda secara berurutan, yang bertujuan agar siswa kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, juga siswa diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan mana? untuk memulai belajar suatu gerakan. Serta diberi kebebasan dan keleluasaan pula untuk menentukan berapa kali siswa harus mengulangi gerakan, dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan.

Pada gaya inklusi, guru berperan sebagai pembuat keputusan dalam perencanaan, sedangkan peserta didik menentukan pilihan terhadap kelompok kegiatan dalam pelaksanaan dan evaluasi. Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru terlebih dahulu menyampaikan rencana kegiatan yang akan dilakukan, dan menetapkan pembagian level, atau kelompok kegiatan atas dasar kemampuan peserta didik yang terkait dengan tingkat berat dan kesulitan aktivitas yang akan dilakukan. Misal level 1 merupakan level yang paling mudah, level 2 lebih sulit dari pada level 1, level 3 lebih sulit dari pada level 2, dan seterusnya. Di samping menetapkan pembuatan level, guru juga menetapkan kriteria kemampuan pada tiap levelnya. Selanjutnya siswa secara bebas boleh memilih aktivitas pada level yang mereka anggap sesuai dengan kemampuannya (siswa) sendiri dan siswa diberi kesempatan untuk mengevaluasi kemampuan dirinya atas dasar lembar kriteria kemampuan yang telah dibuat oleh guru dan mengambil keputusan untuk berpindah level yang ada di atasnya (yang lebih tinggi). Untuk pelaksanaan gaya inklusi, siswa terlebih dahulu harus pernah melakukan pembelajaran teknik dasar.

Pendidikan inklusi adalah bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menyatukan anak-anak berkebutuhan khusus dengan anak-anak normal pada umumnya untuk belajar. Secara umum pendidikan

adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi pribadinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara (UU Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 1 Ayat 1). Oleh sebab itu inti dari pendidikan inklusi adalah hak asasi manusia atas pendidikan. Suatu konsekuensi logis dari hak ini adalah semua anak mempunyai hak untuk menerima pendidikan yang tidak mendiskriminasikan dengan kecacatan, etnis, agama, bahasa, jenis kelamin, kemampuan dan lain-lain. Tujuan praktis yang ingin dicapai dalam pendidikan ini meliputi tujuan langsung oleh anak, oleh guru, oleh orang tua dan oleh masyarakat.

1. Menurut Hildegun Olsen (Tarmansyah, 2007: 82), pengertian pendidikan inklusi adalah sekolah harus mengakomodasi semua anak tanpa memandang kondisi fisik, intelektual, sosial emosional, linguistik atau kondisi lainnya. Ini harus mencakup anak-anak penyandang cacat, berbakat. Anak-anak jalanan dan pekerja anak berasal dari populasi terpencil atau berpindah-pindah. Anak yang berasal dari populasi etnis minoritas, linguistik, atau budaya dan anak-anak dari area atau kelompok yang kurang beruntung atau termajinalisasi.
2. Menurut Lay Kekeh Marthan (2007: 145), pengertian pendidikan inklusi adalah sebuah pelayanan pendidikan bagi peserta didik yang mempunyai kebutuhan pendidikan khusus di sekolah regular (SD, SMP, SMU, dan SMK) yang tergolong luar biasa baik dalam arti kelainan, lamban belajar maupun berkesulitan belajar lainnya.
3. Menurut Staub dan Peck (Tarmansyah, 2007: 83), pengertian pendidikan inklusi adalah penempatan anak berkelainan ringan, sedang dan berat secara penuh di kelas. Hal ini menunjukkan kelas regular merupakan tempat belajar yang relevan

bagi anak-anak berkelainan, apapun jenis kelainannya.

4. Pendidikan inklusi menurut Sapon-Shevin (O'Neil, 1994) adalah sistem layanan pendidikan yang mensyaratkan anak berkebutuhan khusus belajar di sekolah-sekolah terdekat di kelas biasa bersama teman-teman seusianya.
5. Sekolah inklusi (Stainback, 1980) adalah sekolah yang menampung semua murid di kelas yang sama. Sekolah ini menyediakan program pendidikan yang layak, menantang, tetapi disesuaikan dengan kemampuan dan kebutuhan setiap murid maupun bantuan dan dukungan yang dapat diberikan oleh para guru, agar anak-anak berhasil.

Dari beberapa pendapat, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian pendidikan inklusi adalah pelayanan pendidikan untuk peserta didik yang berkebutuhan khusus tanpa memandang kondisi fisik, intelektual, sosial emosional, linguistik atau kondisi lainnya untuk bersama-sama mendapatkan pelayanan pendidikan di sekolah reguler (SD, SMP, SMU, maupun SMK).

1. Cakupan Gaya Inklusi

Tujuan gaya inklusi/cakupan:

- a. Melibatkan semua siswa.
- b. Penyesuaian terhadap perbedaan individu.
- c. Memberi kesempatan untuk memulai pada tingkat kemampuan sendiri.
- d. Memberi kesempatan untuk mulai kerja dengan tugas-tugas yg ringan ke berat, sesuai dengan tingkat kemampuan siswa.
- e. Belajar melihat hubungan antara kemampuan merasa dengan tugas apa yang dapat dilakukan oleh siswa.
- f. Individualisasi dimungkinkan, karena memilih di antara alternatif tingkat tugas yang telah disediakan.

2. Anatomi Gaya Cakupan

Pra pertemuan : Keputusan oleh guru

Dalam pertemuan : Keputusan oleh siswa

Pasca Pertemuan : Keputusan oleh siswa

Peranan Guru:

- a. Membuat keputusan pada pra pertemuan.
- b. Harus merencanakan seperangkat tugas-tugas dalam berbagai tingkat kesulitan yang disesuaikan dengan perbedaan individu dan yang memungkinkan siswa untuk beranjak dari tugas yang mudah ke tugas yang sulit.

Keputusan-keputusan Siswa:

- a. Memilih tugas-tugas yang tersedia.
- b. Melakukan penafsiran sendiri dan memilih tugas awalnya.
- c. Siswa mencoba tugasnya.
- d. Siswa menentukan untuk mengulang, memilih tugas yang lebih sulit atau lebih mudah, berdasarkan hasil tugas awal.
- e. Mencoba tugas berikutnya.
- f. Siswa menilai/menaksir hasil-hasilnya.
- g. Prosesnya dilanjutkan.

3. Pelaksanaan Gaya Cakupan

Dalam pelaksanaan gaya ini, guru menjelaskan ke siswa, siswa diminta memulai, mengamati siswa, memberi umpan balik ke siswa tentang:

- a. Tanyakan bagaimana mereka memilih tugas.
- b. Siswa supaya memilih tugas sesuai kemampuan.
- c. Amati siswa yang masih melakukan salah.

4. Implikasi Gaya Cakupan:

- a. Siswa dapat terlayani dengan perbedaan individu.
- b. Adanya perbedaan antara pengetahuan yang dimiliki siswa dengan kenyataan.
- c. Fokus perhatian ke individu siswa.
- d. Siswa membandingkan konsep mereka sendiri yang berkaitan dengan penampilan fisik.
- e. Memilih dan merancang pokok bahasan.
- f. Konsep tentang tingkat kesulitan. Belajar dari yang mudah ke yang sulit.

Contoh Bentuk Latihan:

- a. Rentangan jarak minimum dan maksimum.
- b. Tingginya basket.
- c. Ukuran lingkaran dan ukuran bola.
- d. Sudut tembakan.

Keputusan-Keputusan Siswa:

- a. Memilih tugas-tugas yang tersedia.
- b. Melakukan penafsiran sendiri dan memilih tugas awalnya.
- c. Siswa mencoba tugasnya.
- d. Siswa menentukan untuk mengulang, memilih tugas yang lebih sulit atau lebih mudah.

E. MODEL PEMBELAJARAN INKUIRI

Dari beragamnya model pembelajaran dalam pendidikan jasmani, tentunya antara model yang satu dengan lainnya saling memiliki karakteristik yang berbeda. Karakteristik dari model pembelajaran inkuiri adalah guru bukannya menunjukkan dan menceritakan pada siswa bagaimana untuk bergerak, tetapi guru menggunakan serangkaian pertanyaan untuk memunculkan keterikatan siswa pada domain psikomotor dan kognitif. Pada dasarnya, guru mengajukan sebuah pertanyaan yang memunculkan berbagai tipe pemikiran siswa, yang selanjutnya memunculkan jawaban berupa gerak (*movement answer*) yang diperlihatkan siswa. Tipe pertanyaan dapat bervariasi, disesuaikan dengan tingkat pemikiran dan jawaban gerak siswa. Pertanyaan-pertanyaan (*questions*) merupakan jantung dari model pembelajaran inkuiri. Dalam proses pembelajarannya guru membongkai masalah dan siswa memulai untuk berpikir dan bergerak, siswa diberi kebebasan untuk mengeksplorasi jawaban yang memungkinkan. Jadi dalam hal ini guru memberikan sejumlah pertanyaan untuk mendorong keingintahuan siswa yaitu pada bidang kognitif dan psikomotor. Secara esensial, guru mengajukan sebuah pertanyaan yang dapat menimbulkan beberapa jenis pemikiran dari siswanya, yang pada akhirnya siswa dapat memberikan jawaban atas dasar pemikirannya sendiri. Jadi pada intinya, model pembelajaran inkuiri dalam pendidikan jasmani akan merangsang kognitif dan psikomotor siswa, karena siswa dituntut untuk berpikir sebelum menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru, kemudian mengekspresikan jawaban baik secara verbal ataupun melalui beberapa gerakan. Tujuan digunakannya model pembelajaran inkuiri dalam pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan pemikiran siswa, memecahkan masalah dan memberi kebebasan pada siswa untuk bereksplorasi (Metzler, 2000).

1. Strategi Pembelajaran Inkuiri

Pertama, strategi inkuiri menekankan kepada aktivitas siswa secara maksimal untuk mencari dan menemukan. Artinya strategi inkuiri menempatkan siswa sebagai subjek belajar. Dalam proses pembelajaran, siswa tidak hanya berperan sebagai penerima pelajaran melalui penjelasan guru secara verbal, tetapi mereka berperan untuk menemukan sendiri inti dari materi pelajaran itu sendiri.

Kedua, seluruh aktivitas yang dilakukan siswa diarahkan untuk mencari dan menemukan jawaban sendiri dari sesuatu yang dipertanyakan, sehingga diharapkan dapat menumbuhkan sikap percaya diri (*self belief*). Dengan demikian, strategi pembelajaran inkuiri menempatkan guru bukan sebagai sumber belajar, akan tetapi sebagai fasilitator dan motivator belajar siswa. Aktivitas pembelajaran biasanya dilakukan melalui proses tanya jawab antara guru dan siswa. Karena itu kemampuan guru dalam menggunakan teknik bertanya merupakan syarat utama dalam melakukan inkuiri.

Ketiga, tujuan penggunaan strategi pembelajaran inkuiri adalah mengembangkan kemampuan berpikir secara sistematis, logis, dan kritis, atau mengembangkan kemampuan intelektual sebagai bagian dari proses mental. Dengan demikian, dalam strategi pembelajaran inkuiri siswa tak hanya dituntut untuk menguasai materi pelajaran, akan tetapi bagaimana mereka dapat menggunakan potensi yang dimilikinya. Manusia yang hanya menguasai pelajaran belum tentu dapat mengembangkan kemampuan berpikir secara optimal. Sebaliknya, siswa akan dapat mengembangkan kemampuan berpikirnya manakala ia bisa menguasai materi pelajaran. Strategi pembelajaran inkuiri merupakan bentuk dari pendekatan pembelajaran yang berorientasi kepada siswa (*student centered approach*). Dikatakan demikian, sebab dalam strategi ini siswa memegang peran yang sangat dominan dalam proses pembelajaran.

2. Prinsip Penggunaan Strategi Pembelajaran Inkuiri

- a. **Berorientasi pada pengembangan intelektual.** Tujuan utama dari strategi inkuiri adalah pengembangan kemampuan berpikir. Dengan demikian, strategi pembelajaran ini selain berorientasi kepada hasil belajar juga berorientasi pada proses belajar.
- b. **Prinsip interaksi.** Proses pembelajaran pada dasarnya adalah proses interaksi, baik interaksi antara siswa maupun interaksi siswa dengan guru, bahkan interaksi antara siswa dengan lingkungan. Pembelajaran sebagai proses interaksi berarti menempatkan guru bukan sebagai sumber belajar, tetapi sebagai pengatur lingkungan atau pengatur interaksi itu sendiri.
- c. **Prinsip bertanya.** Peran guru yang harus dilakukan dalam menggunakan strategi ini adalah guru sebagai penanya. Sebab, kemampuan siswa untuk menjawab setiap pertanyaan pada dasarnya sudah merupakan sebagian dari proses berpikir. Karena itu, kemampuan guru untuk bertanya dalam setiap langkah inkuiri sangat diperlukan. Prinsip belajar untuk berpikir belajar bukan hanya mengingat sejumlah fakta, akan tetapi belajar adalah proses berpikir (*learning how to think*), yakni proses mengembangkan potensi seluruh otak. Pembelajaran berpikir adalah pemanfaatan dan penggunaan otak secara maksimal.
- d. **Prinsip keterbukaan.** Pembelajaran yang bermakna adalah pembelajaran yang menyediakan berbagai kemungkinan sebagai hipotesis yang harus dibuktikan kebenarannya. Tugas guru adalah menyediakan ruang untuk memberikan kesempatan kepada siswa mengembangkan hipotesis dan secara terbuka membuktikan kebenaran hipotesis yang diajukannya.

3. Jenis-jenis Pendekatan Inkuiri

Pendekatan inkuiri dibagi menjadi tiga jenis berdasarkan besarnya intervensi guru terhadap siswa atau besarnya bimbingan yang diberikan oleh guru kepada siswanya. Ketiga jenis pendekatan inkuiri tersebut adalah:

a. Inkuiri Terbimbing (*Guided Inquiry Approach*)

Pendekatan inkuiri terbimbing yaitu pendekatan inkuiri dimana guru membimbing siswa melakukan kegiatan dengan memberi pertanyaan awal dan mengarahkan pada suatu diskusi. Guru mempunyai peran aktif dalam menentukan permasalahan dan tahap-tahap pemecahannya. Pendekatan inkuiri terbimbing ini digunakan bagi siswa yang kurang berpengalaman belajar dengan pendekatan inkuiri. Dengan pendekatan ini siswa belajar lebih beorientasi pada bimbingan dan petunjuk dari guru hingga siswa dapat memahami konsep-konsep pelajaran. Pada pendekatan ini siswa akan dihadapkan pada tugas-tugas yang relevan untuk diselesaikan baik melalui diskusi kelompok maupun secara individual agar mampu menyelesaikan masalah dan menarik suatu kesimpulan secara mandiri.

Pada dasarnya siswa selama proses belajar berlangsung akan memperoleh pedoman sesuai dengan yang diperlukan. Pada tahap awal, guru banyak memberikan bimbingan, kemudian pada tahap-tahap berikutnya, bimbingan tersebut dikurangi, sehingga siswa mampu melakukan proses inkuiri secara mandiri. Bimbingan yang diberikan dapat berupa pertanyaan-pertanyaan dan diskusi multiarah yang dapat menggiring siswa agar dapat memahami konsep pelajaran matematika. Di samping itu, bimbingan dapat pula diberikan melalui lembar kerja siswa yang terstruktur. Selama berlangsungnya proses belajar guru harus memantau kelompok diskusi siswa, sehingga guru dapat mengetahui dan memberikan petunjuk-petunjuk dan *scaffolding* yang diperlukan oleh siswa.

b. Inkuiri Bebas (*Free Inquiry Approach*)

Pada umumnya pendekatan ini digunakan bagi siswa yang telah berpengalaman belajar dengan pendekatan inkuiri. Karena dalam pendekatan inkuiri bebas ini menempatkan siswa seolah-olah bekerja seperti seorang ilmuwan. Siswa diberi kebebasan menentukan permasalahan untuk diselidiki, menemukan dan menyelesaikan masalah secara mandiri, merancang prosedur atau langkah-langkah yang diperlukan. Selama proses ini, bimbingan dari guru sangat sedikit diberikan atau bahkan tidak diberikan sama sekali. Salah satu keuntungan belajar dengan metode ini adalah adanya kemungkinan siswa dalam memecahkan masalah *open ended* dan mempunyai alternatif pemecahan masalah lebih dari satu cara, karena tergantung bagaimana cara mereka mengonstruksi jawabannya sendiri. Selain itu, ada kemungkinan siswa menemukan cara dan solusi yang baru atau belum pernah ditemukan oleh orang lain dari masalah yang diselidiki.

Sedangkan belajar dengan metode ini mempunyai beberapa kelemahan, antara lain:

- 1) Waktu yang diperlukan untuk menemukan sesuatu relatif lama sehingga melebihi waktu yang sudah ditetapkan dalam kurikulum.
- 2) Karena diberi kebebasan untuk menentukan sendiri permasalahan yang diselidiki, ada kemungkinan topik yang dipilih oleh siswa di luar konteks yang ada dalam kurikulum.
- 3) Ada kemungkinan setiap kelompok atau individual mempunyai topik berbeda, sehingga guru akan membutuhkan waktu yang lama untuk memeriksa hasil yang diperoleh siswa.
- 4) Karena topik yang diselidiki antara kelompok atau individual berbeda, ada kemungkinan kelompok atau individual lainnya kurang memahami topik yang diselidiki oleh kelompok atau individual tertentu, sehingga diskusi tidak berjalan sebagaimana yang diharapkan.

c. Inkuiri Bebas yang Dimodifikasikan (*Modified Free Inquiry Approach*)

Pendekatan ini merupakan kolaborasi atau modifikasi dari dua pendekatan inkuiri sebelumnya, yaitu: pendekatan inkuiri terbimbing dan pendekatan inkuiri bebas. Meskipun begitu permasalahan yang akan dijadikan topik untuk diselidiki tetap diberikan atau memedomani acuan kurikulum yang telah ada. Artinya, dalam pendekatan ini siswa tidak dapat memilih atau menentukan masalah untuk diselidiki secara sendiri, namun siswa yang belajar dengan pendekatan ini menerima masalah dari gurunya untuk dipecahkan dan tetap memperoleh bimbingan. Namun bimbingan yang diberikan lebih sedikit dari Inkuiri terbimbing dan tidak terstruktur.

Dalam pendekatan inkuiri jenis ini guru membatasi memberi bimbingan, agar siswa berupaya terlebih dahulu secara mandiri, dengan harapan agar siswa dapat menemukan sendiri penyelesaiannya. Namun, apabila ada siswa yang tidak dapat menyelesaikan permasalahannya, maka bimbingan dapat diberikan secara tidak langsung dengan memberikan contoh-contoh yang relevan dengan permasalahan yang dihadapi, atau melalui diskusi dengan siswa dalam kelompok lain. Berdasarkan pengertian dan uraian dari ketiga jenis pembelajaran dengan pendekatan inkuiri, penulis memilih pendekatan inkuiri terbimbing yang akan digunakan dalam penelitian ini. Pemilihan ini penulis lakukan dengan pertimbangan bahwa penelitian yang akan dilakukan terhadap siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama (SMP), dimana tingkat perkembangan kognitif siswa masih pada tahap peralihan dari operasi konkrit ke operasi formal, dan siswa masih belum berpengalaman belajar dengan pendekatan inkuiri serta karena siswa masih dalam taraf belajar proses ilmiah, sehingga penulis beranggapan pendekatan inkuiri terbimbing lebih cocok untuk diterapkan.

Selain itu, penulis berpendapat bahwa pendekatan inkuiri bebas kurang sesuai diterapkan dalam pembelajaran matematika, karena

dalam proses pembelajaran matematika topik yang diajarkan sudah ditetapkan dalam silabus kurikulum matematika, sehingga siswa tidak perlu mencari atau menetapkan sendiri permasalahan yang akan dipelajari.

Strategi Pembelajaran Inkuiri merupakan strategi pembelajaran yang banyak dianjurkan, karena strategi ini memiliki beberapa keunggulan, di antaranya:

- 1) Strategi ini merupakan strategi pembelajaran yang menekankan kepada pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang, sehingga pembelajaran melalui strategi ini dianggap lebih bermakna.
- 2) Strategi ini dapat memberikan ruang kepada siswa untuk belajar sesuai dengan gaya belajar mereka.
- 3) Strategi ini merupakan strategi yang dianggap sesuai dengan perkembangan psikologi belajar modern yang menganggap belajar adalah proses perubahan tingkah laku berkat adanya pengalaman.
- 4) Keuntungan lain adalah strategi pembelajaran ini dapat melayani kebutuhan siswa yang memiliki kemampuan di atas rata-rata. Artinya, siswa yang memiliki kemampuan belajar bagus tidak akan terhambat oleh siswa yang lemah dalam belajar.

Di samping memiliki keunggulan, strategi ini juga mempunyai kelemahan, di antaranya:

- 1) Jika strategi ini digunakan sebagai strategi pembelajaran, maka akan sulit mengontrol kegiatan dan keberhasilan siswa.
- 2) Strategi ini sulit dalam merencanakan pembelajaran oleh karena terbentur dengan kebiasaan siswa dalam belajar.
- 3) Kadang-kadang dalam mengimplementasikannya, memerlukan waktu yang panjang sehingga sering guru sulit me-

nyesuaikannya dengan waktu yang telah ditentukan.

- 4) Selama kriteria keberhasilan belajar ditentukan oleh kemampuan siswa menguasai materi pelajaran, maka strategi ini akan sulit diimplementasikan oleh setiap guru.

Berikut ini akan dipaparkan contoh penerapan model pembelajaran inkuiri dalam pelajaran pendidikan jasmani.

Kegiatan Pembelajaran:

I. Pemanasan

- 1) Berbaris, berdoa dan mengabsen.
- 2) Melakukan lari, peregangan dinamis dan statis.
- 3) Penjelasan tentang materi inti yang akan dilakukan pada kegiatan selanjutnya.

Hal yang perlu diingat bahwa dalam pemanasan ini siswa diberi kebebasan untuk memimpin pemanasan tanpa harus diatur atau dikomando oleh guru. Fungsi guru hanya mengawasi saja.

II. Kegiatan Inti

Siswa dibagi menjadi empat kelompok dalam barisan berbanjar dan saling berhadapan dengan jarak yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi, lalu materi yang diberikan adalah: “Melakukan berbagai keterampilan dasar permainan kasti atau rounders dengan baik (melambungkan, melempar, menangkap)”.

- 1) Tahap pertama: Menyajikan pertanyaan atau masalah. Pada tahap ini guru mengajukan pertanyaan atau masalah, dan guru membimbing siswa untuk mengidentifikasi masalah.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Coba jelaskan bagaimana cara melempar dan menangkap bola?

Siswa : Memperhatikan dan mendengarkan pertanyaan guru.

- 2) Tahap kedua: Membuat hipotesis. Pada tahap ini guru memberikan kesempatan pada siswa untuk curah pendapat dalam membentuk hipotesis.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Membiarkan siswa untuk berpikir dan berhipotesis tentang bagaimana caranya agar bisa melempar dan menangkap bola.

Siswa : Berpikir dan berhipotesis untuk dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru.

- 3) Tahap ketiga: Merancang percobaan. Pada tahap ini guru memberikan kesempatan pada siswa untuk menentukan langkah-langkah yang sesuai dengan hipotesis yang akan dilakukan. Guru membimbing siswa mengurutkan langkah-langkah percobaan. Misalnya: Guru memberi kesempatan pada siswa untuk menjelaskan urutan tentang cara melempar dan menangkap dengan cara mereka sendiri, siswa menjelaskan secara verbal dan siswa belum mempraktikkan dengan gerakan.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Memberi kesempatan pada siswa untuk menjelaskan cara melempar dan menangkap bola dengan cara mereka sendiri.

Siswa : Menjelaskan secara verbal cara melempar dan menangkap bola dengan hasil pikiran mereka sendiri, dan siswa belum mempraktikkannya dengan gerakan.

- 4) Tahap keempat: Melakukan percobaan untuk memperoleh informasi. Pada tahap ini guru membimbing siswa mendapatkan informasi melalui praktik.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Memberi kebebasan pada siswa untuk mencoba dan mempraktikkan cara melempar dan menangkap bola dengan hasil pikiran dan temuan mereka sendiri. Dalam hal ini guru membimbing dan mengawasi siswa.

Siswa : Mencoba dan mempraktikkan cara melempar dan menangkap bola dengan hasil pikiran dan temuan mereka sendiri.

- 5) Tahap kelima: Mengumpulkan dan menganalisis data. Setelah seluruh siswa mempraktikkan, guru memberi kesempatan pada siswa untuk menjelaskan tentang cara melempar dan menangkap berdasarkan hasil temuan masing-masing siswa, dan peran guru di sini adalah menganalisis hasil temuan siswa.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Dapatkah kalian menjelaskan dan mendemonstrasikan pada saya cara melempar dan menangkap bola?

Siswa : Berpikir dan bergerak

- 6) Tahap keenam: Membuat kesimpulan. Pada tahap ini guru membimbing siswa dalam membuat kesimpulan. Maksudnya guru memberi kesempatan pada siswa untuk menyimpulkan tentang hasil temuan siswa.

Kegiatan yang berlangsung dalam PBM:

Guru : Saya melihat kalian sudah dapat melempar dan menangkap bola, sekarang saya ingin anda simpulkan tentang cara melempar dan menangkap bola.

Siswa : Menyimpulkan tentang cara melempar dan menangkap bola secara verbal dan juga dengan gerakan.

III. Penutup

- 1) Siswa berbaris dan melakukan gerakan-gerakan sederhana untuk penenangan.
- 2) Evaluasi dan kesimpulan hasil belajar.
- 3) Berdoa.

Hal yang perlu diingat bahwa dalam penutup ini siswa diberi kebebasan untuk melakukan pendinginan tanpa harus diatur atau dikomando oleh guru. Fungsi guru hanya mengawasi saja. Dalam penutupan pembelajaran, evaluasi akan dilakukan oleh guru dengan cara bertanya pada siswa tentang apa yang telah mereka kerjakan dan apa yang mereka temukan. Jawaban siswa dapat bersifat verbal ataupun dengan mendemonstrasikan melalui gerak. Karakteristik yang unik dari model inkuiri adalah didasarkan pada pertanyaan (*question-based teaching*), dan berbagai strategi yang di dalamnya termasuk merumuskan seperangkat prosedur yang saling berkaitan yang dapat digunakan guru untuk memfasilitasi pemikiran, pemecahan masalah, dan eksplorasi siswa dalam pendidikan jasmani.

4. Model Pembelajaran Inkuiri dalam Pendidikan Jasmani

Dalam pelaksanaan model pembelajaran inkuiri, guru tetap mengontrol hampir keseluruhan pembelajaran. Guru memberikan kerangka permasalahan dengan memberikan sebuah pertanyaan, memberikan siswa kesempatan untuk menciptakan dan mengeksplorasi satu atau lebih solusi, dan kemudian menanyakan siswa untuk mendemonstrasikan solusinya sebagai bukti bahwa telah berlangsung pembelajaran. Setelah guru membuat kerangka permasalahan dan siswa mulai berpikir dan bergerak, maka siswa yang menentukan bagaimana mereka terlibat untuk mengeksplorasi jawaban-jawaban yang mungkin. Adapun dalam prosedur pembelajaran inkuiri, ada tahapan-tahapan yang harus dilalui. Menurut Joyce and Weil (1980)

pembelajaran inkuiri mempunyai lima tahapan, sebagai berikut:

- 1) Tahap pertama: Penyajian masalah atau menghadapkan siswa kepada situasi teka-teki. Pada tahap ini guru menyajikan masalah dan menentukan prosedur inkuiri pada siswa (berbentuk pertanyaan yang hendaknya dijawab dengan “ya” atau “tidak”).
- 2) Tahap kedua: Pengumpulan dan verifikasi data. Pada tahap ini siswa mengumpulkan informasi tentang peristiwa yang mereka lihat atau alami.
- 3) Tahap ketiga: Mengumpulkan unsur baru. Pada tahap ini siswa mengajukan unsur ke dalam suatu situasi untuk melihat perubahan yang terjadi.
- 4) Tahap keempat: Meneruskan penjelasan. Pada tahap ini guru mengajak siswa merumuskan penjelasan.
- 5) Tahap kelima: Mengadakan analisis tentang proses inkuiri. Pada tahap ini siswa diminta untuk menganalisis pola-pola penemuan mereka.

Sedangkan menurut Sudjana (1989; dalam Trianto 2007: 142) ada lima tahapan yang ditempuh dalam melaksanakan pembelajaran inkuiri yaitu:

- 1) Tahap pertama: Merumuskan masalah untuk dipecahkan oleh siswa.
- 2) Tahap kedua: Menetapkan jawaban sementara atau lebih dikenal dengan istilah hipotesis.
- 3) Tahap ketiga: Mencari informasi, data, dan fakta yang diperlukan untuk menjawab hipotesis atau permasalahan.
- 4) Tahap keempat: Menarik kesimpulan jawaban atau generalisasi.
- 5) Tahap kelima: Mengaplikasikan kesimpulan.

Selanjutnya, Trianto (2007: 141) dengan mengadopsi tahapan pembelajaran inkuiri dari Eggen dan Kauchak (1996), menjelaskan bahwa ada enam tahapan dalam pembelajaran inkuiri, yaitu:

- 1) Tahap pertama: Menyajikan pertanyaan atau masalah. Pada tahap ini guru membimbing siswa untuk mengidentifikasi masalah.
- 2) Tahap kedua: Membuat hipotesis. Pada tahap ini guru memberikan kesempatan pada siswa untuk curah pendapat dalam membentuk hipotesis.
- 3) Tahap ketiga: Merancang percobaan. Pada tahap ini guru memberikan kesempatan pada siswa untuk menentukan langkah-langkah yang sesuai dengan hipotesis yang akan dilakukan.
- 4) Tahap keempat: Melakukan percobaan untuk memperoleh informasi. Pada tahap ini guru membimbing siswa mendapatkan informasi melalui percobaan.
- 5) Tahap kelima: Mengumpulkan dan menganalisis data. Pada tahap ini guru memberi kesempatan untuk menyampaikan hasil yang diperoleh.
- 6) Tahap keenam: Membuat kesimpulan. Pada tahap ini guru membimbing siswa dalam membuat kesimpulan.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa implementasi model inkuiri dalam pembelajaran pendidikan jasmani, pada intinya siswa-siswi memiliki kesempatan untuk menciptakan sendiri pengalaman belajarnya dalam memecahkan suatu masalah yang dimulai dari identifikasi masalah, membuat hipotesis, merancang percobaan, melakukan percobaan untuk memperoleh informasi, mengumpulkan dan menganalisis data, dan membuat kesimpulan.

Jika dilihat dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani melalui model pembelajaran inkuiri jika dirinci langkah-langkahnya

sebagai berikut:

- a) Guru menyajikan pertanyaan atau masalah. Pada tahap ini peran guru membimbing siswa untuk mengidentifikasi masalah, sedangkan siswa memperhatikan dan mendengarkan pertanyaan yang diberikan oleh guru.
- b) Guru memberikan kesempatan pada siswa untuk curah pendapat (*brainstorming*) dalam membentuk hipotesis. Cara ini digunakan guru untuk merangsang dan mendorong siswa supaya dapat mengemukakan dan mengeluarkan gagasan-gagasannya ketika nanti diminta mengemukakan pendapat dan hasil temuannya. Sedangkan pada saat itu siswa berpikir dan berhipotesis untuk dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru.
- c) Guru memberikan kesempatan pada siswa untuk menentukan langkah-langkah yang sesuai dengan hipotesis yang akan dilakukan. Dalam tahap ini guru berperan membimbing dan mengarahkan siswa untuk mengurutkan langkah-langkah percobaan, sedangkan siswa menjelaskan secara verbal cara-cara yang dilakukan berdasarkan hasil pikiran mereka sendiri, dalam kesempatan ini siswa belum mempraktikkannya dengan gerakan.
- d) Guru memfasilitasi, membimbing, menggerakkan, dan mengarahkan siswa untuk mendapatkan informasi melalui praktik. Dalam tahap ini guru memberi kebebasan pada siswa untuk mencoba dan mempraktikkan cara-cara yang mereka lakukan berdasarkan hasil pikiran dan temuan mereka sendiri. Peran guru membimbing dan mengawasi siswa, sedangkan siswa mencoba dan mempraktikkan cara-cara melakukan berdasarkan hasil pikiran dan temuan mereka sendiri.
- e) Guru memberi kesempatan pada siswa untuk menjelaskan tentang cara-cara melakukan gerakan atau aktivitas ber-

dasarkan hasil temuan masing-masing siswa, dan peran guru di sini adalah menganalisis hasil temuan siswa, sedangkan siswa berpikir dan melakukan gerakan atau aktivitas.

- f) Guru membimbing dan mengarahkan siswa dalam membuat kesimpulan. Pada tahap ini guru memberi kesempatan pada siswa untuk menyimpulkan tentang hasil temuan siswa, sedangkan siswa menyimpulkan tentang cara melakukan gerakan atau aktivitas secara verbal dan juga dengan gerakan. Dalam mengimplementasikan seluruh langkah-langkah di atas, guru berperan sebagai fasilitator pembelajaran untuk menstimulasi, membimbing, mengarahkan, memudahkan, dan menjamin terjadinya pembelajaran. Peran ini relevan dengan pendapat Beyer (1971:9) yang menyatakan bahwa tugas pokok pendidik dalam pembelajaran inkuiri adalah, “*To facilitate learning—to stimulate it, guide it, make it easier, and in general to ensure that happens.*” Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Djahiri (2004) yang menyatakan bahwa peran yang diharapkan dari guru yang menerapkan model inkuiri adalah sebagai fasilitator, tutor atau orang yang melakukan rekayasa terarah dan terkendali yang meliputi tugas dan peran sebagai perancang program, pelaksana pembelajaran (sebagai manajer, motivator, mentor, *rewarder*), dan penilai pembelajaran (*evaluator*). Karakteristik yang unik dari model inkuiri adalah didasarkan pada pertanyaan (*question-based teaching*), dan berbagai strategi yang di dalamnya termasuk merumuskan seperangkat prosedur yang saling berkaitan yang dapat digunakan guru untuk memfasilitasi pemikiran, pemecahan masalah, dan eksplorasi siswa dalam pendidikan jasmani. Pada prinsipnya tema utama dari model pembelajaran inkuiri adalah siswa sebagai pemecah masalah (*problem solver*). Meskipun terdapat beberapa strategi pembelajaran yang didasarkan pada inkuiri yang digunakan dalam pendidikan jasmani saat ini,

namun seluruhnya mempunyai karakteristik umum yaitu pendekatan pembelajarannya merupakan proses pemecahan masalah. Secara khusus, permasalahannya harus dipecahkan dengan domain kognitif sebelum siswa dapat merumuskan permasalahan yang diajukan dari pertanyaan guru.

F. MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF

Menurut Davidson dan Warsham “Pembelajaran kooperatif adalah model pembelajaran yang mengelompokkan siswa untuk tujuan menciptakan pendekatan pembelajaran yang berefektivitas yang mengintegrasikan keterampilan sosial yang bermuatan akademik”. Slavin menyatakan bahwa “pembelajaran kooperatif adalah suatu model pembelajaran dimana siswa belajar dan bekerja sama dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri atas 4-6 orang dengan struktur kelompok heterogen”. Jadi, dalam model pembelajaran kooperatif ini, siswa bekerja sama dengan kelompoknya untuk menyelesaikan suatu permasalahan. Dengan begitu siswa akan bertanggung jawab atas belajarnya sendiri dan berusaha menemukan informasi untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan pada mereka. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran kooperatif adalah model pembelajaran yang mengutamakan pembentukan kelompok yang bertujuan untuk menciptakan pendekatan pembelajaran yang efektif.

1. Model Pembelajaran Kooperatif

Tujuan model pembelajaran kooperatif adalah hasil belajar akademik siswa meningkat dan siswa dapat menerima berbagai keragaman dari temannya serta pengembangan keterampilan sosial. Johnson & Johnson menyatakan bahwa tujuan pokok belajar kooperatif adalah memaksimalkan belajar siswa untuk peningkatan

prestasi akademik dan pemahaman baik secara individu maupun secara kelompok. Louisell dan Descamps juga menambahkan, karena siswa bekerja dalam suatu tim, maka dengan sendirinya dapat dapat memperbaiki hubungan di antara para siswa dari latar belakang etnis dan kemampuan, mengembangkan keterampilan-keterampilan proses dan pemecahan masalah. Jadi inti dari tujuan pembelajaran kooperatif adalah untuk meningkatkan partisipasi siswa, memfasilitasi siswa, dan memberikan kesempatan pada siswa untuk berinteraksi dan belajar bersama-sama siswa lainnya.

Prinsip dasar dalam pembelajaran kooperatif sebagai berikut:

1. Setiap anggota kelompok bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dikerjakan dalam kelompoknya dan berpikir bahwa semua anggota kelompok memiliki tujuan yang sama.
2. Dalam kelompok terdapat pembagian tugas secara merata dan dilakukan evaluasi setelahnya.
3. Saling membagi kepemimpinan antaranggota kelompok untuk belajar bersama selama pembelajaran.
4. Setiap anggota kelompok bertanggung jawab atas semua pekerjaan kelompok.

Ciri-ciri model pembelajaran kooperatif sebagai berikut:

1. Siswa dalam kelompok bekerja sama menyelesaikan materi belajar sesuai kompetensi dasar yang akan dicapai.
2. Kelompok dibentuk secara heterogen.
3. Penghargaan lebih diberikan kepada kelompok, bukan kepada individu.

Pada model pembelajaran kooperatif memang ditonjolkan pada diskusi dan kerja sama dalam kelompok. Kelompok dibentuk secara heterogen sehingga siswa dapat berkomunikasi, saling berbagi ilmu, saling menyampaikan pendapat, dan saling menghargai pendapat teman sekelompoknya. Dalam *Cooperative Learning* atau pembe-

lajaran kooperatif setiap kelompok harus bersifat heterogen, yang artinya bahwa setiap kelompok memiliki kemampuan akademis, jenis kelamin dan latar belakang sosial yang berbeda. Hal ini dimaksudkan agar setiap anggota kelompok dapat saling memberikan pengalaman, sehingga diharapkan setiap anggota dapat memberikan kontribusi terhadap keberhasilan kelompok.

Pembelajaran kooperatif mengutamakan kepada proses kerja sama dalam kelompok. Menurut Rachmadiarti (2003) ciri-ciri pembelajaran model *Cooperative Learning* sebagai berikut:

1. Siswa bekerja sama dalam satu kelompok untuk menuntaskan materi belajarnya.
2. Kelompok dibentuk dari siswa yang memiliki kemampuan tinggi, sedang, dan rendah.
3. Bila memungkinkan setiap kelompok berasal dari ras, budaya, suku dan jenis kelamin yang berbeda-beda.
4. Penghargaan diberikan secara berkelompok bukan individu.

Pada dasarnya, bahwa model pembelajaran kelompok adalah rangkaian kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa secara berkelompok untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan. Peserta adalah siswa yang melakukan proses pembelajaran dalam setiap kelompok belajar.

2. Model Pembelajaran Kooperatif Teknik Jigsaw

Jigsaw pertama kali dikembangkan dan diujicobakan oleh Elliot Aronson dan teman-teman di Universitas Texas, dan kemudian diadaptasi oleh Slavin dan teman-teman di Universitas John Hopkins (Arends, 2001). Teknik mengajar Jigsaw dikembangkan oleh Aronson et. al. sebagai metode pembelajaran kooperatif (*Cooperative Learning*). Teknik ini dapat digunakan dalam pengajaran membaca, menulis, mendengarkan, ataupun berbicara. Dalam teknik ini, guru memper-

hatikan skemata atau latar belakang pengalaman siswa dan membantu siswa mengaktifkan skemata ini agar bahan pelajaran menjadi lebih bermakna. Selain itu, siswa bekerja sama dengan sesama siswa dalam suasana gotong royong dan mempunyai banyak kesempatan untuk mengolah informasi dan meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

Pembelajaran kooperatif teknik Jigsaw adalah suatu teknik pembelajaran kooperatif yang terdiri atas beberapa anggota dalam satu kelompok yang bertanggung jawab atas penguasaan bagian materi belajar dan mampu mengajarkan materi tersebut kepada anggota lain dalam kelompoknya (Arends, 1997). Model pembelajaran kooperatif teknik Jigsaw merupakan model pembelajaran kooperatif dimana siswa belajar dalam kelompok kecil yang terdiri atas 4–6 orang secara heterogen dan bekerja sama saling ketergantungan yang positif dan bertanggung jawab atas ketuntasan bagian materi pelajaran yang harus dipelajari dan menyampaikan materi tersebut kepada anggota kelompok yang lain (Arends, 1997). Jigsaw didesain untuk meningkatkan rasa tanggung jawab siswa terhadap pembelajarannya sendiri dan juga pembelajaran orang lain. Siswa tidak hanya mempelajari materi yang diberikan, tetapi mereka juga harus siap memberikan dan mengajarkan materi tersebut pada anggota kelompoknya yang lain. Dengan demikian, “Siswa saling tergantung satu dengan yang lain dan harus bekerja sama secara kooperatif untuk mempelajari materi yang ditugaskan” (Lie, A., 1994). Para anggota dari tim-tim yang berbeda dengan topik yang sama bertemu untuk diskusi (tim ahli) saling membantu satu sama lain tentang topik pembelajaran yang ditugaskan kepada mereka. Kemudian siswa-siswa itu kembali pada tim/kelompok asal untuk menjelaskan kepada anggota kelompok yang lain tentang apa yang telah mereka pelajari sebelumnya pada pertemuan tim ahli.

Pada model pembelajaran kooperatif teknik Jigsaw, terdapat kelompok asal dan kelompok ahli. Kelompok asal yaitu kelompok

induk siswa yang beranggotakan siswa dengan kemampuan, asal, dan latar belakang keluarga yang beragam. Kelompok asal merupakan gabungan dari beberapa ahli. Kelompok ahli yaitu kelompok siswa yang terdiri atas anggota kelompok asal yang berbeda yang ditugaskan untuk mempelajari dan mendalami topik tertentu dan menyelesaikan tugas-tugas yang berhubungan dengan topiknya untuk kemudian di-jelaskan kepada anggota kelompok asal. Hubungan antara kelompok asal dan kelompok ahli digambarkan sebagai berikut (Arends, 1997).

Langkah-langkah dalam penerapan teknik Jigsaw adalah sebagai berikut:

1. Guru membagi suatu kelas menjadi beberapa kelompok, dengan setiap kelompok terdiri atas 4–6 siswa dengan kemampuan yang berbeda. Kelompok ini disebut kelompok asal. Jumlah anggota dalam kelompok asal menyesuaikan dengan jumlah bagian materi pelajaran yang akan dipelajari siswa sesuai dengan tujuan pembelajaran yang akan dicapai. Dalam teknik Jigsaw ini, setiap siswa diberi tugas mempelajari salah satu bagian materi pembelajaran tersebut. Semua siswa dengan materi pembelajaran yang sama belajar bersama dalam kelompok yang disebut kelompok ahli (*Counterpart Group* atau CG). Dalam kelompok ahli, siswa mendiskusikan bagian materi pembelajaran yang sama, serta menyusun rencana bagaimana menyampaikan kepada temannya jika kembali ke kelompok asal. Kelompok asal ini oleh Aronson disebut kelompok Jigsaw (gigi gergaji). Misal suatu kelas dengan jumlah 40 siswa dan materi pembelajaran yang akan dicapai sesuai dengan tujuan pembelajarannya terdiri atas 5 bagian materi pembelajaran, maka dari 40 siswa akan terdapat 5 kelompok ahli yang beranggotakan 8 siswa dan 8 kelompok asal yang terdiri atas 5 siswa. Setiap anggota kelompok ahli akan kembali ke kelompok asal memberikan informasi yang telah diper-

oleh atau dipelajari dalam kelompok ahli. Guru memfasilitasi diskusi kelompok baik yang ada pada kelompok ahli maupun kelompok asal.

2. Setelah siswa berdiskusi dalam kelompok ahli maupun kelompok asal, selanjutnya dilakukan presentasi masing-masing kelompok atau dilakukan pengundian salah satu kelompok untuk menyajikan hasil diskusi kelompok yang telah dilakukan agar guru dapat menyamakan persepsi pada materi pembelajaran yang telah didiskusikan.
3. Guru memberikan kuis untuk siswa secara individual.
4. Guru memberikan penghargaan pada kelompok melalui skor penghargaan berdasarkan perolehan nilai peningkatan hasil belajar individual dari skor dasar ke skor kuis berikutnya.
5. Materi sebaiknya secara alami dapat dibagi menjadi beberapa bagian materi pembelajaran.
6. Perlu diperhatikan bahwa jika menggunakan Jigsaw untuk belajar materi baru maka perlu dipersiapkan suatu tuntunan dan isi materi yang runtut serta cukup sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Dalam pelaksanaan pembelajaran di sekolah tidaklah selalu berjalan dengan mulus meskipun rencana telah dirancang sedemikian rupa. Hal-hal yang dapat menghambat proses pembelajaran terutama dalam penerapan model pembelajaran kooperatif di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pemahaman guru mengenai penerapan pembelajaran kooperatif.
2. Jumlah siswa yang terlalu banyak yang mengakibatkan perhatian guru terhadap proses pembelajaran relatif kecil sehingga yang hanya segelintir orang yang menguasai arena kelas, yang lain hanya sebagai penonton.

3. Kurangnya sosialisasi dari pihak terkait tentang teknik kooperatif.
4. Kurangnya buku sumber sebagai media pembelajaran.
5. Terbatasnya pengetahuan siswa akan sistem teknologi dan informasi yang dapat mendukung proses pembelajaran.

Agar pelaksanaan pembelajaran kooperatif dapat berjalan dengan baik, maka upaya yang harus dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Guru senantiasa mempelajari teknik-teknik penerapan model pembelajaran kooperatif di kelas dan menyesuaikan dengan materi yang akan diajarkan.
2. Pembagian jumlah siswa yang merata, dalam artian tiap kelas merupakan kelas heterogen.
3. Diadakan sosialisasi dari pihak terkait tentang teknik pembelajaran kooperatif.
4. Meningkatkan sarana pendukung pembelajaran terutama buku sumber.
5. Mensosialisasikan kepada siswa akan pentingnya sistem teknologi dan informasi yang dapat mendukung proses pembelajaran.

G. MODEL PEMBELAJARAN PERMAINAN TEKNIK (*TECHNICAL GAMES*)

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosuder yang sistematis dalam mengorganisasi pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi para pengajar dalam melaksanakan aktivitas belajar mengajar. **Model Pembelajaran Penjas (*models of teaching*)** dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak berkembang berdasarkan orientasi dan model kurikulumnya. Dalam hal ini, model pembelajaran lebih sering dilihat sebagai pilihan guru untuk melihat manfaat dari pendidikan

jasmani terhadap siswa, atau lebih sering disebut sebagai orientasi. **Metode pembelajaran** dijabarkan ke dalam **teknik** dan **taktik pembelajaran**.

Dengan demikian, **teknik pembelajaran** *dapat diartikan sebagai cara yang dilakukan seseorang dalam mengimplementasikan suatu metode secara spesifik*. Misalkan, penggunaan metode ceramah pada kelas dengan jumlah siswa yang relatif banyak membutuhkan teknik tersendiri, yang tentunya secara teknis akan berbeda dengan penggunaan metode ceramah pada kelas yang jumlah siswanya terbatas. Demikian pula, dengan penggunaan metode diskusi, perlu digunakan teknik yang berbeda pada kelas yang siswanya tergolong aktif dengan kelas yang siswanya tergolong pasif. Dalam hal ini, guru pun dapat berganti-ganti teknik meskipun dalam koridor metode yang sama.

Pendekatan teknis dalam pembelajaran permainan didasarkan pada pemahaman bahwa siswa akan dapat melakukan permainan jika mereka sudah menguasai teknik dasarnya. Oleh karena itu, dalam pendekatan metode pembelajaran ini, guru akan memulai pembelajaran permainan dengan pengenalan teknik dasar dalam permainan. Perkembangan pemain dalam permainan dapat digolongkan menjadi empat tahapan, tahapan tersebut dapat dideskripsikan sebagai berikut.

1. Tahap satu

Dalam tahap satu guru berkepentingan dengan siswa untuk mengontrol benda (objek). Siswa pemula dihadapkan dengan masalah masalah ketidaktahuan ketika siswa memukul, menangkap dan melempar. Pengontrolan yang dimaksud:

- a. Aksi melontarkan (misalnya menendang, memukul, dan melempar) siswa dapat mengarahkan benda ke suatu tempat atau sasaran dengan kekuatan daya.

- b. Aksi menerima (misalnya menangkap, dan mengumpulkan) siswa dapat menguasai benda yang dapat terhadapnya.
- c. Aksi membawa (misalnya menggiring bola) siswa dapat menguasai penguasaan terhadap suatu benda.

Perkembangan keterampilan dalam tahap satu melibatkan pemberian pengalaman dalam menangkap dan melempar, pengalaman pertama demikian di berikan kepada kondisi yang mudah dan bertahap.

2. Tahap Dua

Pada tahapan kedua ini pembelajaran masih pada peningkatan penguasaan dan pengontrolan terhadap objek. Melatih keterampilan dengan penggabungan merupakan hal yang kritis dan sering diabaikan dalam pembelajaran permainan. Anak yang sudah dapat melakukan dribble, pass, dan shoot sebagai keterampilan tunggal belum tentu dapat dengan mudah melakukan dribble langsung shoot atau dribble langsung pass. Ini disebabkan persiapan untuk melakukan keterampilan kedua dilakukan selama berlangsungnya keterampilan pertama (transisi). Banyak anak yang pemula akan melakukan dribble, stop, baru kemudian shoot.

Oleh karena itu, fokus kegiatan dari pembelajaran tahap dua adalah pada gerak transisi di antara keterampilan. Misalnya, bagaimana dalam dribbling sepakbola anak harus menempatkan bola pada posisi yang memungkinkan ia segera menembak setelah dribbling-tidak berhenti dulu, kemudian ia mundur mengambil ancap-ancap, dan menembak. Meskipun banyak anak akan sampai pada kemampuan ini dengan baik melalui latihan, tetapi akan banyak pula anak yang tidak akan mampu melakukannya tanpa bantuan guru. Berikut adalah contoh penggabungan keterampilan yang harus dipelajari khusus dalam sepakbola ketika anak-anak memasuki tahapan dua.

Menerima bola dari *passing* anak lain kemudian langsung *dribble*,

kemudian *passing*, *dribble* kemudian menembak ke gawang, menerima bola *passing*, *dribble*, kemudian menembak ke gawang. Bahkan dalam situasi permainan yang melibatkan keterampilan tunggal yang singkat (diskrit), melatih keterampilan secara gabungan ini tetap perlu dilakukan. Dalam permainan voli misalnya, seorang anak dapat membuat *passing* bawah ke anak lain, yang berikutnya melakukan *toss* ke anak lain lagi, atau melakukan *set up*, sehingga anak yang pertama tadi kemudian dapat melakukan *spike*.

Untuk menentukan keterampilan apa yang harus dilatih dalam gabungan, guru harus menganalisis permainan yang dipelajari untuk menentukan keterampilan-keterampilan yang akan digabungkan. Akhirnya, keterampilan-keterampilan tersebut harus dilatih dengan cara yang sama ketika keterampilan itu digunakan dalam permainan, bahkan hingga ke saat servis dilakukan dan perpindahan posisi (contoh dalam bola voli). Tahap dua juga melibatkan siswa dalam kegiatan latihan bekerja sama dengan siswa lain, seperti mencoba menjaga agar bola terus dapat berada di udara tanpa jatuh dalam permainan voli atau menjaga agar *shuttle cock* selalu bisa menyeberangi net dalam badminton. Pada tahap ini, tujuan dari permainan adalah menguasai dan mengontrol bola atau *cock*, dan bukan berkompetisi dengan pasangan untuk saling mengalahkan.

3. Tahap Tiga

Dalam tahap tiga, fokus pembelajaran adalah pelaksanaan taktik penyerangan dan pertahanan secara sederhana dengan menggunakan keterampilan yang sudah dikuasai. Ketika tahap ini dilaksanakan, siswa diasumsikan sudah mampu menguasai dan mengontrol bola tanpa kesulitan lagi, sehingga dapat berkonsentrasi pada penggunaan keterampilan itu dalam proses penyerangan atau bertahan. Tahap tiga mempertimbangkan strategi yang sangat mendasar yang ada dalam permainan tertentu dan mulai membangun strategi tersebut secara bertahap dalam wawasan siswa. Hal ini dilakukan, pertama-

tama dalam kondisi yang sangat sederhana dan kemudian bergeser ke kondisi yang lebih kompleks. Secara mendasar olahraga permainan dapat dibedakan menjadi dua jenis permainan dengan strateginya masing-masing. Pertama adalah permainan invasi (*invasion games*), yang berciri semua pemain menggunakan lapangan yang sama dalam penyerangan dan pertahanan serta terus-menerus bertukar peranan tergantung siapa yang menguasai bola. Permainan bola basket, sepak bola, hockey, bola tangan, merupakan contoh dari permainan jenis invasi tersebut. Dalam permainan jenis ini tujuan permainannya adalah menjaga penguasaan terhadap bola dan segera membuat skor ketika menyerang. Adapun regu yang tidak menguasai bola bertindak secara defensif untuk menggagalkan pembuatan skor oleh regu lawan dan segera mencoba merebut penguasaan terhadap bola agar bisa balas menyerang dan membuat skor. Kegiatan tahap tiga dalam permainan jenis ini berkepentingan dengan menetapkan cara untuk mendapatkan dan memelihara penguasaan terhadap bola agar mampu membuat skor.

Contoh berikut tentang permulaan strategi dari jenis permainan invasi menggambarkan keterampilan dan kemampuan yang harus diajarkan pada tahap ini. Strategi permainan invasi meliputi:

1. Bagaimana memelihara penguasaan bola dalam permainan satu lawan satu.
2. Bagaimana mendapatkan penguasaan bola dalam permainan satu lawan satu.
3. Bagaimana memelihara penguasaan bola dalam permainan dua lawan satu.
4. Bagaimana mendapatkan penguasaan bola dalam permainan dua lawan satu.
5. Bagaimana memelihara penguasaan bola dalam permainan dua lawan dua.

6. Bagaimana mendapatkan penguasaan bola dalam permainan dua lawan dua.
7. Bagaimana memelihara penguasaan bola dalam permainan tiga lawan dua.
8. Bagaimana mendapatkan penguasaan bola dalam permainan tiga lawan dua.
9. Bagaimana memelihara penguasaan bola dalam permainan tiga lawan tiga.
10. Bagaimana mendapatkan penguasaan bola dalam permainan dua lawan dua.

Setiap gagasan yang digambarkan di atas mempunyai serangkaian tanda-tanda penting berkaitan dengan strategi yang menjadi bagian permainan. Setiap pemain penyerang (pemain yang menguasai bola dan yang tidak menguasai bola) mempunyai 7 peranan yang berbeda. Demikian juga dengan setiap pemain bertahan (pemain yang menguasai bola dan yang tidak menguasai bola) juga memiliki peranan yang berbeda. Jika peranan tersebut diajarkan sebelum permainan menjadi semakin kompleks, siswa memiliki dasar untuk memainkan permainan dalam bentuk yang lebih kompleks.

Jenis permainan kedua populer disebut permainan net. Contohnya adalah bola voli, badminton, tenis; di mana pemain yang berhadapan dipisahkan dalam lapangan yang berbeda oleh adanya net. Tujuan permainan net adalah membuat skor dengan berusaha membuat lawan atau regu lawan kehilangan bola. Strategi penyerangan dan pertahanan meliputi pembelajaran tentang bagaimana mempertahankan daerah sendiri dan belajar bagaimana agar lawan kehilangan bola. Strategi dari permainan net meliputi:

1. Strategi penyerangan: Menempatkan bola di lapangan lawan di daerah yang tidak terjaga dengan baik.

- a. Gunakan pukulan menyerang yang sulit dikembalikan (misalnya *smash* atau *spike*).
 - b. Gunakan pukulan yang berubah arah (*drop short*), sehingga lawan salah mengantisipasi.
 - c. Arahkan bola pada titik yang menjadi kelemahan lawan.
2. Strategi pertahanan:
- a. Pertahankan seluruh daerah lapangan sendiri dengan baik.
 - b. Antisipasi ke mana bola akan diarahkan.
 - c. Blok pukulan-pukulan penyerangan.

(Dalam tahap ini anak harus mampu menggunakan strategi menyerang dan bertahan di bawah situasi permainan yang tidak terlalu kompleks terlebih dahulu, sehingga menjadi dasar strategi permainan berikutnya)

Seperti halnya permainan invasi, perkembangan keterampilan dalam permainan net berlangsung dari yang sederhana ke yang kompleks. Kompleksitas dikembangkan dengan menambah jumlah pemain, luas lapangan, pembuatan skor, dan peraturan untuk berlangsungnya kegiatan latihan. Ketika elemen 8 lain dari kesulitan ditambahkan, siswa harus dibantu menyesuaikan respons mereka pada apa yang ditambahkan. Harus pula diingat, penambahan kompleksitas permainan dilakukan secara bertahap. Trend yang sedang tumbuh dalam mengajar permainan dewasa ini, terutama di Amerika Serikat dan Inggris, adalah bahwa siswa harus mulai belajar bagaimana memainkan permainan dimulai pada tahap tiga, bukan dari tahap satu atau tahap dua. Asumsinya adalah bahwa strategi dianggap sebagai bagian yang paling bermakna dari permainan dan bahwa siswa akan mengembangkan keterampilan yang diperlukan setelah benar-benar dibutuhkan. Pengajaran permainan yang demikian populer disebut sebagai pendekatan taktis (*tactical approach*), yang saat ini sedang berusaha dikembangkan di negara kita.

Dengan pendekatan ini, siswa akan belajar tentang bagaimana mengarahkan bola ke daerah-daerah kosong tanpa mengetahui nama teknik yang digunakan. Guru dapat ikut campur dalam membantu siswa menghaluskan keterampilan siswa ketika mereka merasa sudah siap. Siswa yang belajar sepak bola, misalnya, akan belajar permainan dalam kondisi yang paling sederhana tetapi berkaitan dengan strategi tanpa harus menekankan pada bagaimana mendribble bola atau bagaimana mengoper atau menembak. Pendekatan strategi permainan pada pengajaran permainan memiliki kesamaan dengan pendekatan strategi kognitif. Ini adalah cara lain dalam memandang pada bagaimana mendekati materi atau isi pembelajaran. Dalam kurangnya fakta penelitian yang menunjang terhadap pendekatan strategi-untuk-keterampilan dan pendekatan keterampilan-untuk-strategi ini, guru hendaknya tetap bersikap terbuka dan berusaha mencoba kedua pendekatan ini pada pengajarannya.

Tidak ada batas yang jelas di mana pengalaman pada tahap tiga berakhir dan pengalaman tahap empat dimulai. Pengalaman tahap empat bersifat sangat kompleks. Tahap ini meliputi tidak saja permainan penuh, tetapi juga termasuk kegiatan-kegiatan yang dimodifikasi untuk membantu siswa mencapai targetnya. Untuk kebanyakan jenis permainan, tahap empat dimulai ketika pemain penyeran dan bertahan ditetapkan secara khusus sesuai peranannya. Para pemain jumlahnya 9 ditambah, keterampilan yang dipelajari digunakan, dan aturan permainan sudah semakin kompleks. Ketika siswa mencapai tahap empat, hal itu dianggap bahwa siswa telah menguasai dengan baik keterampilan individual dan melampaui strategi permainan dasar yang digunakan dalam kondisi permainan yang disederhanakan. Diasumsikan bahwa siswa dapat bertahan melawan pemain penyerang secara individual atau dengan pemain lain dalam permainan invasi, atau mereka sudah dapat menempatkan bola jauh dari pemain lawan dan dapat mempertahankan daerahnya sendiri

dalam permainan net. Aspek kunci untuk melaksanakan kegiatan tahap empat dengan cara yang bermakna adalah konsep bahwa permainan harus berlangsung berkelanjutan. Maksudnya, jika suatu peraturan atau bagian dari permainan yang ditampilkan dalam cara tertentu memperlambat aliran permainan atau sering menghentikan kelangsungan permainan, permainan itu harus dimodifikasi untuk menjaga keberlanjutannya. Jika siswa tidak dapat menggunakan semua pemain dalam suatu regu, jumlah pemain harus dikurangi. Contoh dari modifikasi permainan meliputi:

1. Menghilangkan tembakan hukuman,
2. Mengganti tindakan servis pada permainan voli,
3. Pukulan pada softball diganti dengan lemparan atau menempatkan bola pada batting tee untuk sebagian pemain,
4. Memulai permainan tanpa ada bola keluar,
5. Mengurangi ukuran lapangan permainan, dan sebagainya.

H. MODEL PEMBELAJARAN PERMAINAN TAKTIK (*TACTICAL GAMES*)

Pendekatan pembelajaran dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran, yang merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya masih sangat umum, di dalamnya mewadahi, menginspirasi, menguatkan, dan melatari metode pembelajaran dengan cakupan teoretis tertentu. Dilihat dari pendekatannya, pembelajaran terdapat dua pendekatan, yaitu: (1) Pendekatan pembelajaran yang berorientasi atau berpusat pada siswa (*student centered approach*) dan (2.) Pendekatan pembelajaran yang berorientasi atau berpusat pada guru (*teacher centered approach*).

Dari pendekatan pembelajaran yang telah ditetapkan, selanjutnya diturunkan ke dalam strategi pembelajaran. Newman dan Logan

(Abin Syamsuddin Makmun, 2003) mengemukakan empat unsur strategi dari setiap usaha, yaitu:

1. Mengidentifikasi dan menetapkan spesifikasi dan kualifikasi hasil (*output*) dan sasaran/target yang harus dicapai.
2. Mempertimbangkan dan memilih jalan pendekatan utama (*basic way*) yang paling efektif untuk mencapai sasaran/target.
3. Mempertimbangkan dan menetapkan langkah-langkah (*steps*) yang akan ditempuh sejak titik awal sampai dengan sasaran.
4. Mempertimbangkan dan menetapkan tolok ukur (kriteria) dan patokan ukuran standar untuk mengukur dan menilai taraf keberhasilan usaha.

Jika kita terapkan dalam konteks pembelajaran, keempat unsur tersebut adalah

1. Menetapkan spesifikasi dan kualifikasi tujuan pembelajaran, yakni perubahan profil perilaku dan pribadi peserta didik.
2. Mempertimbangkan dan memilih sistem pendekatan pembelajaran yang dipandang paling efektif.
3. Mempertimbangkan dan menetapkan langkah-langkah atau prosedur, metode dan teknik pembelajaran.
4. Menetapkan norma-norma dan batas minimum ukuran keberhasilan atau kriteria dan ukuran baku keberhasilan.

Sementara itu, model pembelajaran *tactical games* sering disebut dengan model pembelajaran pendekatan taktik atau taktis, ialah model pembelajaran yang sering diterapkan pada permainan olahraga yang lebih menekankan kepada pemahaman taktik bermain. Jika mengajarkan keterampilan teknik suatu cabang olahraga dan sekaligus mengajarkan bagaimana penerapannya dalam situasi permainan, maka pendekatan taktis merupakan satu pendekatan yang tepat untuk digunakan. Tujuan utama pendekatan taktis dalam pe-

ngajaran cabang olahraga permainan adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep bermain. Melalui pendekatan taktis, siswa didorong untuk memecahkan masalah taktik dalam permainan. Masalah taktik pada hakikatnya adalah penerapan keterampilan teknik dalam situasi permainan.

Dari hasil temuan pada disertasi Turner (1995: 151) menyatakan bahwa “pembelajaran permainan olahraga melalui pendekatan taktik dapat membantu siswa dalam pengambilan keputusan taktik dan strategi ketika melakukan permainan”. Begitu pula yang dinyatakan oleh Thomas (1994) dalam disertasi Turner (1995: 151), bahwa “pembelajaran permainan dengan menggunakan model pendekatan taktik merupakan metode yang paling efektif dalam pengambilan keputusan dalam permainan olahraga, dan harus dijadikan sebagai tujuan utama dalam pembelajaran permainan olahraga”. Maka dari itu, permainan masuk sebagai komponen penting dalam kurikulum penjas yang menurut penelitian Werner, Thorpe & Bunker, 1996 (Pearson, et.al., 2006) mengungkapkan “sebaiknya 65% dalam pembelajaran penjas lebih banyak dalam bentuk permainan. Hasil risetnya Mandigo dan Holt (2004: 5) menjelaskan bahwa “lebih dari 50% waktu yang disediakan dalam program pendidikan jasmani di Sekolah Alberta lebih banyak diarahkan kepada pembelajaran permainan”.

Format permainan dari banyak program penjas di persekolahan dapat membantu siswa dalam kebutuhan keterampilan, pengetahuan dan sikap pola hidup aktif serta gaya hidup sehat. Berikut adalah kelebihan siswa jika belajar permainan.

- a. Mereka memiliki pengetahuan dan pemahaman yang memungkinkan untuk mengantisipasi pola-pola permainan.
- b. Penguasaan keterampilan teknik dan taktik untuk merespons imajinatif dan kesesuaian.
- c. Dapat merasakan pengalaman motivasi yang positif untuk memudahkan aktivitas berbagai permainan.

Telah dijelaskan sebelumnya, awal dikenalnya pendekatan taktis ini didasari oleh temuan Bunker dan Thorpe di tahun 1982, melalui konsep *Teaching Game for Understanding* (TGfU). Dalam TGfU siswa yang belajar suatu permainan olahraga diarahkan kepada kesadaran taktik bermain dan pemecahan masalah ketika aksi taktik dilakukan. Hal ini dinyatakan pula dalam tesisnya Chouirnard (2007: 2) bahwa “*Teaching Game for Understanding* didesain untuk difokuskan kepada pengembangan *tactical awareness* dan *decision making* dengan bingkai kerja dari *appropriate game* atau bentuk *game*”. Dengan demikian, ketika kita menerapkan model pendekatan taktis dalam pembelajaran permainan, maka konsep TGfU harus sudah melekat dalam pemikiran seorang guru penjas. Pola ini tergambar dalam rangkaian urutan pembelajaran permainan dalam “bingkai TGfU, yakni (1) *game*, (2) *game appreciation*, (3) *tactical awareness*, (4) *making decisions*, (5) *skill execution*, (6) *performance*” (Bunker dan Thrope, 1982). Dalam tesisnya Chouirnard (2007 : 4–7) dijelaskan bahwa Griffin Mitchel dan Oslin (1997) mengusulkan bahwa “dalam TGfU perlu dipertimbangkan kebutuhan akan pengetahuan dan pemahaman taktis dari suatu permainan, namun banyak guru melarang penggunaan model tersebut, terutama dalam hal pemberian materi permainan dan batasan penjas”.

Konsekuensinya, TGfU yang original disederhanakan ke dalam tiga tingkatan pendekatan taktik (*Tactical Games Approach/TGA*) yang difokuskan kepada tiga komponen dasar dalam pembelajaran penjas. Ketiga komponen itu adalah:

1. Memodifikasi dan mempermudah permainan.
2. Mengembangkan kesadaran taktik dan memecahkan masalah.
3. Mengembangkan keterampilan.

Modifikasi permainan dirancang atau dikondisikan ke arah taktik dalam berbagi situasi permainan, seperti mempertahankan area atau mengarahkan bola ke target tujuan. Kondisi-kondisi permainan selalu

terkait dengan aturan, cara penskoran, dan tujuan dari permainan, serta memberikan struktur dan maksud dari permainan, serta memberikan struktur dan maksud dari permainan. Mitchell, et. al. (2006) menyatakan, “Pembelajaran permainan melalui pendekatan taktik akan memperoleh kegembiraan, kegairahan, dan motivasi yang sangat tinggi.”

Setelah mempelajari beberapa konsep TGfU yang dijelaskan oleh beberapa ahli, dan didasarkan atas pendapat Metzler dan Housner (2009: 9), diketahui bahwa TGFU yang dikembangkan di Inggris pada tahun 1980-an itu menurut Griffin, Mitchel dan Oslin istilahnya adalah “*Tactical Games Model* atau biasa disingkat TGM”. Menurut Metzler (2000), *Tactical Games Model* (TGM) sama dengan *Tactical Game Approach* (TGA) yang dalam implementasi pembelajarannya mengacu kepada hubungan dan keseluruhan rencana pembelajaran yang meliputi:

1. Dasar-dasar teori,
2. Pernyataan hasil belajar,
3. Keahlian pengetahuan guru,
4. Mengembangkan penyesuaian dan pengelompokkan aktivitas belajar,
5. Mengharapkan perilaku guru dan siswa,
6. Struktur tugas yang unik,
7. Menilai hasil belajar, dan
8. Memberikan arah kepada kemampuan mengimplementasikan model itu.

Tactical Games Model memberikan minat belajar kepada siswa dalam rangka pengembangan keterampilan dan pengetahuan taktik yang dibutuhkan untuk kompetensi penampilan bermain. “Penampilan bermain meliputi membuat keputusan, mendukung permainan, penjagaan, kerja sama tim, penyesuaian posisi dalam permainan, dan

memastikan lingkungan cukup menempatkan posisinya dalam permainan”. (Griffin, Mitchell & Oslin, 1997). Berangkat dari pendapat tersebut, maka istilah dan makna *Teaching Games for Understanding* pada intinya sama dengan *Tactical Games Model*, atau sama dengan *Tactical Games Approach* atau Pendekatan Taktik.

Berikut adalah pendapat-pendapat mengenai pendekatan taktik:

1. Dalam tulisan Cushion (2002) menjelaskan, “Kunci utama pendekatan pembelajaran dalam olahraga permainan ada pada pendekatan taktik atau *game sense*.”;
2. Pendekatan ini menekankan kepada “apresiasi permainan dan mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan” (Brooker, et. al., 2001);
3. “Pendekatan taktik bukan merupakan konsep baru dan sudah menjadi bahan riset pada tahun 1980-an” (Kirk & McPhail, 2002);
4. “Beberapa riset telah memberikan pandangannya terhadap jawaban dari tantangan pendekatan teknik” (Rink, 1996; Turner * Martiniek, 1992, 1999), dan;
5. “Lebih berkonsentrasi terhadap hasil belajar kognitif-psi-komotor” (Holt, Williams, Streaan & Bengoechea, 2002)

Rangkuman O’Connor (2006: 9-13), bersumber dari beberapa pendapat ahli, menjelaskan bahwa “pendekatan taktik merupakan model pembelajaran yang bertujuan untuk mengantarkan anak kepada situasi awal permainan dalam proses belajar untuk memperoleh pengetahuan (deklaratif dan prosedural) melalui kesempatan dalam pengambilan keputusan taktik”.

Dalam pendekatan taktik tidak akan menyangka bahwa “kesadaran taktik atau strategi dalam permainan harus dikembangkan ke arah penguasaan keterampilan bermain” (Werner, Thorpe, dan Bunker, 1996). Tugas guru pendidikan jasmani adalah untuk meng-

implementasikan permainan kepada siswa melalui kondisi dan situasi pemahaman terhadap permainan itu sendiri, dan bagaimana membelajarkan siswa mengenai cara membuat keputusan taktik berdasarkan kondisi-kondisi permainan ketika itu. Keterampilan teknik, peraturan dan peralatan dimodifikasi agar pemain dapat berkonsentrasi terhadap pengembangan kesadaran taktik.

Dyson, Griffin, dan Hastie (2004: 231) berpendapat bahwa, terdapat tiga asumsi utama dalam pembelajaran permainan dengan pendekatan taktik, yaitu :

1. Permainan dimodifikasi secara representatif untuk memudahkan dalam bentuk dan kondisi permainan, seperti perubahan dalam peraturan permainan yang mengarah kepada permasalahan taktis yang ditemukan dalam permainan.
2. Permainan memberikan kemudahan dalam penilaian.
3. Permainan secara umum memiliki permasalahan taktik. Sistem klasifikasinya meliputi empat kategori utama, yaitu:
 - a. Permainan target;
 - b. Permainan berlari atau lapangan;
 - c. Permainan net, dan;
 - d. Permainan invasi.

Permainan target adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran atau target akan semakin baik. **Definisi permainan target** adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam pendekatan *Teaching Games for Understanding* atau pembelajaran pendekatan taktik yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai.

Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003: 7-8) permainan target

adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mencapai sasaran yang sudah ditentukan dan semakin sedikit untuk menuju pukulan atau perlakuan menuju sasaran akan semakin baik. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lainnya, karena hampir di setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasaran. Misalnya, permainan bola basket, sepakbola, dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam. Bentuk jenis permainan target yang biasa dilakukan, misalnya panahan, golf, bowling, billiard, snooker dengan berbagai modifikasinya. Dalam permainan golf, golf adalah permainan luar ruang yang dimainkan secara perorangan atau tim yang berlomba memasukan bola ke dalam lubang-lubang yang ada di lapangan dengan jumlah pukulan tersedikit mungkin.

Dalam permainan target, para siswa didorong mengembangkan kesadaran taktikal dan kemampuan untuk membuat keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran. Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan, para siswa harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Dalam beberapa jenis permainan, termasuk di dalamnya permainan invasi ada beberapa jenis aktivitas yang jika diamati akan menyerupai permainan taerget, misalnya dalam tes bola voli ada sasaran yang dinilai. Pada saat bermain bola voli, pemain yang akan melakukan servis akan mengarahkan bola ke pemain lawan yang dinilai mempunyai kemampuan passing yang buruk. Sedangkan pada permainan bola basket, pemain melakukan shooting ataupun melakukan free throw untuk memasukan bola ke dalam ring, sehingga dapat dikatakan bahwa dalam permainan invasi terdapat aktivitas bermain target. Pada permainan bola basket terdapat unsur bermain target, yaitu hars memasukan bola ke dalam target yaitu ring basket. Dengan adanya unsur permainan target, permainan

bola basket akan sangat baik diajarkan saat latihan maupun saat ekstrakurikuler di sekolah. Keuntungan lainnya adalah target dapat diganti ataupun dimodifikasi sendiri sesuai dengan keinginan.

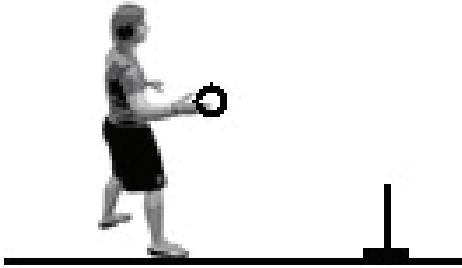
Melakukan modifikasi target yang berbeda akan menjadikan siswa tidak merasa bosan dalam melakukannya, serta akan lebih efisien dalam waktu karena target bias dibuat banyak dan siswa tidak jenuh dalam hal menunggu untuk melakukan kesempatan. Tetapi dalam melakukan bermain modifikasi, permainan target ini siswa tetap menggunakan teknik shooting yang benar saat menembak ke sasaran yang telah ditentukan. Berikut adalah beberapa contoh permainan target:

a) Bermain golf dengan sasaran botol



Pada permainan ini, siswa harus menjatuhkan satu botol yang sudah menjadi target. Dalam usaha menjatuhkan botol, siswa diharapkan menjatuhkan botol dengan kesempatan seminimal mungkin.

b) Memasukkan gelang karet ke dalam sasaran



Pada permainan ini, siswa diharapkan bisa memasukkan gelang karet ke dalam paku atau sasaran lain yang telah disediakan dengan jarak lempar sejauh 1 meter dari sasaran.

c) Menjatuhkan botol dengan bola kasti



Pada permainan ketiga ini, siswa melakukan permainan bowling dengan sasaran berupa botol dan bola yang digunakan adalah bola kasti. Siswa diharapkan bisa menjatuhkan botol dengan kesempatan melempar sebanyak lima kali.

d) Menjatuhkan botol dengan menggunakan freesbee



Sama seperti permainan ketiga, namun kali ini siswa melakukan permainan bowling dengan freesbee sebagai pengganti bola untuk menjatuhkan botol. Siswa diharapkan bisa menjatuhkan botol dengan kesempatan melempar sebanyak lima kali.

e) Shooting ke sasaran angka



Di permainan ini siswa diberikan kesempatan shooting sebanyak lima kali dan diharapkan mampu mengumpulkan poin sebanyak-banyaknya. Poin maksimal yang diperoleh adalah 15 poin.

Permainan berlari atau lapangan, atau biasa dikenal sebagai striking dan fielding adalah permainan yang terdiri atas tim striking atau offens dan fielder dimana angka hanya dapat dicetak oleh tim mencegah atau menghentikan pelari untuk mencetak skor. Contoh permainan ini adalah softball, baseball, kasti dan lain-lain.

Permainan net adalah permainan dimana pemain atau tim berusaha menciptakan skor dengan memukul bola atau proyektil lain ke dalam area lapangan lawan agar lawan tidak dapat mengembalikan bola atau proyektil sebelum menyentuh lantai lapangan atau pun setelah menyentuh lapangan sebanyak sesuai aturan yang berlaku. Area lapangan kedua tim atau pemain dibatasi oleh net sehingga bola atau proyektil harus melewati net. Kesadaran ruang sangat penting dalam permainan net agar pemain dapat meletakkan serangan ke dalam area yang tepat ataupun untuk mempertahankan area dari serangan lawan. Contoh permainan net adalah permainan bola voli, bulu tangkis, tenis, dan sebagainya.

Permainan invasi adalah permainan strategi dimana tujuannya adalah untuk menyerang daerah lawan dan menciptakan gol atau poin dan mencoba bertahan agar lawan tidak menciptakan goal atau poin di daerah kita. Hakikat permainan invasi adalah menguasai atau mempertahankan objek permainan agar selalu berada dalam timnya dengan jalan melakukan passing atau dribbling, dan berusaha untuk mendapatkan objek permainan dari tim lawan dengan jalan menghadang, atau merebutnya, untuk membuat atau mencegah terjadinya goal ataupun poin. Permainan invasi ini dapat dilakukan oleh siapa saja dan kapan saja, selain itu permainan invasi dapat dilangsungkan dimana saja, tetapi pada umumnya dilakukan di lapangan ataupun daerah yang mempunyai area dan lahan kosong cukup luas. Berbagai jenis cabang olahraga permainan dapat dimasukkan pada kelompok permainan invasi, dimana ciri adalah asalah gerak yang terkandung dalam permainan tersebut adalah berupa passing dan intercepting. Passing dapat dilakukan dengan operan menggunakan tangan atau

dengan kaki secara langsung, atau dapat melakukan gerakan *dribbling* dengan tangan atau kaki. *Intercepting*, aktivitasnya dapat bermacam-macam, misalnya dapat dengan *man to man*, *zone defence*, dan sebagainya.

Pada tujuannya, *intercepting* tiada lain adalah upaya untuk menghambat atau menghalangi lajunya pemain lawan dalam usaha membuat goal atau poin. Ciri khas permainan invasi adalah adanya kontak fisik secara langsung dari seluruh pemain, baik dengan pemain dari regu sendiri atau dengan pemain regu lawan. Contoh dari permainan invasi adalah sepakbola, bola basket, bola tangan. Sebagai kesimpulan pembahasan tentang pendekatan taktik dalam proses pembelajaran keterampilan bermain sebagai berikut.

1. Melalui latihan yang mirip dengan permainan yang sesungguhnya, minat dan kegembiraan seluruh siswa akan meningkat. Secara khusus bagi siswa yang memiliki kemampuan teknik rendah, pendekatan taktis adalah tepat. Karena tidak menekankan pada keterampilan teknik, namun kepada pengembangan taktik atau pemecah masalah.
2. Peningkatan pengetahuan taktik, penting bagi siswa untuk menjaga konsistensi keberhasilan pelaksanaan keterampilan teknik yang sudah dimiliki. Untuk siswa, hal ini merupakan langkah pertama yang positif untuk meningkatkan keterampilan bermain.
3. Dengan menggunakan pendekatan taktis, dapat memperdalam pemahaman bermain dan meningkatkan kemampuan mentransfer pemahaman secara lebih efektif dari satu permainan ke permainan yang lainnya. Kemampuan mentransfer ini meningkatkan peluang pemain untuk meningkatkan permainan, yaitu dengan bertambahnya keluwesan dalam beradaptasi dengan aktivitas dan situasi baru apabila diperlukan.

Untuk menyimpulkan pembahasan tentang model pembelajaran *tactical games* atau pendekatan taktik, kita dapat menekankan kembali bahwa ada empat hal esensial pada pendekatan taktis ketika mengajarkan cabang olahraga permainan, yaitu:

1. Mempertimbangkan kompleksitas pemecahan dari masalah-masalah tersebut. Keputusan tersebut akan bergantung pada pengalaman dan kemampuan siswa.
2. Menata awal pembelajaran merupakan komponen penting pada pendekatan taktis. Sebagai guru atau pelatih diwajibkan untuk memodifikasi awal pembelajaran dengan permainan, sehingga para peserta didik akan dihadapkan langsung pada masalah-masalah taktik dan keterampilan.
3. Mengembangkan pemahaman kritis dan tanggapan yang lebih efektif terhadap realita dan dinamika dari kompleksitas situasi dan pengembangan suatu permainan.
4. Menggambarkan cakupan yang luas dalam strategi pembelajaran, seperti berpikir kritis, komunikasi antarpribadi, analisi reflektif, penentuan sasaran, belajar kerja sama, pengalaman berpartisipasi dan pemecahan masalah.
5. Jika pendekatan taktik ini merupakan program penjas yang baru, maka rencana aktivitas permainan yang realistis dapat di tata bersama-sama.
6. Guru penjas perlu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk merasakan berbagai posisi dalam pembelajaran permainan agar mereka mampu untuk memahami perannya dalam tim. Melalui pendekatan taktik, secara menyeluruh dapat belajar menempatkan diri dalam semua posisi dan mengembangkan keterampilan bermain yang tepat dan sesuai dengan aturan dari permainan itu sendiri.
7. Aktivitas dalam bentuk pendekatan taktik dapat dijadikan sebagai strategi dalam pembelajaran atau pelatihan untuk

direncanakan sebagai strategi aktivitas permainan di masa yang akan datang.

Menurut Alison & Thorpe (1997: 9-13) pendekatan taktik sangat efektif dan berpengaruh dalam metode belajar. Hasil risetnya tentang perbandingan pendekatan pembelajaran antara pendekatan teknik dengan pendekatan taktik dalam permainan hoki dan bola basket, dijelaskan sebagai berikut.

Siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah memiliki permasalahan teknik dalam pelaksanaan pembelajaran teknik karena situasi pembelajarannya kurang memberikan pengertian, rendah motivasi, kurang bergairah, dan konsep diri yang rendah pula. Namun pembelajaran permainan hoki dan bola basket melalui pendekatan taktik memberikan signifikansi yang tinggi terhadap kegairahan dan usaha belajar siswa. Di samping itu, pendekatan taktik memberikan peningkatan dalam penguasaan teknik, pengetahuan taktik, dan pemahaman dalam bermain.

Begitu pula yang dilakukan oleh Turner, Allison, dan Pissanos (2001) dalam tulisannya Mandigo & Holt (2004) menghasilkan bahwa “melalui pendekatan taktik bermanfaat dalam mengajar permainan hoki untuk siswa setingkat SMP atau usia antara 11–13 tahun. Terbukti, pembelajaran dengan menggunakan pendekatan taktik akan memperoleh kecakapan dalam hal taktik dan teknik bermain hoki”.

Khususnya dalam permainan bola voli, melalui model pendekatan taktik siswa diarahkan kepada pola-pola pembelajaran permainan taktik ketika bermain bola voli. ”Proses mempelajari dan penguasaan teknik bermain bola voli dilakukan dengan penerapan berbagai pola permainan melalui berbagai formasi dan modifikasi”(Griffin, Oslin, & Mitchell, 1997 dan Metzler, 2000). Artinya, dalam pendekatan taktis permainan diorganisir ke arah aktivitas yang menggembirakan dimana masalah taktis dan strategis disampaikan dalam bentuk

modifikasi permainan untuk merangsang siswa kepada kemampuan membuat keputusan.

I. MODEL PEMBELAJARAN TANGGUNG JAWAB PRIBADI (TEACHING FOR PERSONAL RESPONSIBILITY)

Salah satu model pembelajaran pendidikan jasmani yang termasuk dalam kategori model rekonstruksi sosial adalah model Hellison, (1995), yang berjudul *Teaching Responsibility Through Physical Activity*. Pembelajaran pendidikan jasmani dalam model ini lebih menekankan pada kesejahteraan individu secara total, pendekatannya lebih berorientasi pada siswa, yaitu *self-actualization* dan *social reconstruction*. Steinhart mengatakannya sebagai model humanistik. Model pembelajaran pendidikan jasmani dari Hellison ini diberi nama *level of affective development*. Tujuan model Hellison ini adalah meningkatkan perkembangan personal dan *responsibility* siswa dari *irresponsibility, self control, involvement, self direction* dan *caring* melalui berbagai aktivitas pengalaman belajar gerak sesuai kurikulum yang berlaku. Hellison dalam bukunya ini mengungkap beberapa bukti keberhasilan modelnya dalam mengatasi masalah pribadi dan sosial siswa. Model Hellison ini sering digunakan untuk membina disiplin siswa (*self-responsibility*) untuk itu model ini sering digunakan pada sekolah-sekolah yang bermasalah dengan disiplin siswanya. Hellison mempunyai pandangan bahwa perubahan perasaan, sikap, emosional, dan tanggung jawab sangat mungkin terjadi melalui penjas, namun tidak terjadi dengan sendirinya. Perubahan ini sangat mungkin terjadi manakala penjas direncanakan dan dicon-tohkan dengan baik dengan merefleksikan kualitas yang diinginkan. Potensi ini diperkuat oleh keyakinan Hellison bahwa siswa secara alami berkeinginan untuk melakukan sesuatu yang baik dan penghargaan ekstrinsik adalah “*counter productive*”. Melalui model ini guru berharap bahwa siswa berpartisipasi dan menyenangi aktivitas untuk kepentingannya sendiri dan bukannya untuk mendapatkan peng-

hargaan ekstrinsik. *Fair play* dalam penjas akan direfleksikan dalam kehidupannya sehari-hari. Oleh karena itu, pada dasarnya model Hellison ini dibuat untuk membantu siswa mengerti dan berlatih rasa tanggung jawab pribadi (*self-responsibility*) melalui pendidikan jasmani.

Tanggung Jawab Pribadi yang dikembangkan dalam model ini terdiri atas lima tingkatan, yaitu level 0, 1, 2, 3, dan level 4.

1. Level 0: Irresponsibility

Pada level ini anak tidak mampu bertanggung jawab atas perilaku yang diperbuatnya dan biasanya anak suka mengganggu orang lain dengan mengejek, menekan orang lain, dan mengganggu orang lain secara fisik. Contoh lain misalnya: (di rumah) menyalahkan orang lain (di tempat bermain): memanggil nama jelek terhadap orang lain (di kelas): berbicara dengan teman saat guru sedang menjelaskan (dalam Penjas): mendorong orang lain pada saat mendapatkan peralatan olahraga.

2. Level 1: Self-Control

Pada level ini anak terlibat dalam aktivitas belajar tetapi sangat minim sekali. Anak didik akan melakukan apa-apa yang diminta guru tanpa mengganggu yang lain. Anak didik nampak hanya melakukan aktivitas tanpa usaha yang sungguh-sungguh. Sebagai contoh misalnya (di rumah): menghindari dari gangguan atau pukulan dari saudaranya walaupun hal itu tidak disenanginya. (di tempat bermain): berdiri dan melihat orang lain bermain (di kelas): menunggu sampai datang waktu yang tepat untuk berbicara dengan temannya (dalam Penjas): berlatih tapi tidak terus-menerus.

3. Level 2: Involvement

Anak didik pada level ini secara aktif terlibat dalam belajar. Mereka bekerja keras, menghindari bentrokan dengan orang lain,

dan secara sadar tertarik untuk belajar dan untuk meningkatkan kemampuannya. Sebagai contoh misalnya (di rumah): membantu mencuci dan membersihkan piring kotor di (tempat bermain): bermain dengan yang lain di kelas: mendengarkan dan belajar sesuai dengan tugas yang diberikan dalam (Penjas): mencoba sesuatu yang baru tanpa mengeluh dan mengatakan tidak bisa.

4. Level 3: Self-Responsibility

Pada level ini anak didik didorong untuk mulai bertanggung jawab atas belajarnya. Ini mengandung arti bahwa siswa belajar tanpa harus diawasi langsung oleh gurunya dan siswa mampu membuat keputusan secara independen tentang apa yang harus dipelajari dan bagaimana mempelajarinya. Pada level ini siswa sering diminta membuat permainan atau urutan gerakan bersama temannya dalam suatu kelompok kecil. Kegiatan seperti ini sangat sulit dilakukan oleh siswa pada level sebelumnya. Mereka biasanya menghabiskan waktu untuk berargumentasi daripada untuk melakukan gerakan bersama-sama. Beberapa contoh perilaku siswa pada level tiga ini misalnya (di rumah): membersihkan ruangan tanpa ada yang menyuruh (di tempat bermain): mengembalikan peralatan tanpa harus diminta (di kelas): belajar sesuatu yang bukan merupakan bagian dari tugas gurunya (dalam Penjas): berusaha belajar keterampilan baru melalui berbagai sumber di luar pelajaran pendidikan jasmani dari sekolah.

5. Level 4: Caring

Anak didik pada level ini tidak hanya bekerja sama dengan temannya, tetapi mereka tertarik ingin mendorong dan membantu temannya belajar. Anak didik pada level ini akan sadar dengan sendirinya menjadi sukarelawan (*volunteer*) misalnya menjadi partner teman yang tidak terkenal di kelas itu, tanpa harus diminta oleh gurunya untuk melakukan itu. Beberapa contoh misalnya (di rumah):

membantu memelihara dan menjaga binatang peliharaan atau bayi. Di (tempat bermain): menawarkan pada orang lain (bukan hanya pada temannya sendiri) untuk ikut sama-sama bermain. (di kelas): membantu orang lain dalam memecahkan masalah-masalah pelajaran. dalam (Penjas): antusias sekali untuk bekerja sama dengan siapa saja dalam Penjas.

Strategi Pembelajaran

Terdapat tujuh strategi pembelajaran yang digunakan Hellison dalam mengajar tanggung jawab pribadi melalui penjas, yaitu:

1. Penyadaran (*awareness*)
2. Tindakan
3. Refleksi
4. Keputusan pribadi
5. Pertemuan kelompok
6. Konsultasi
7. Kualitas pengajar

Strategi penyadaran dan tindakan dimaksudkan untuk menyadarkan siswa tentang definisi tanggung jawab baik secara kognitif maupun dalam bentuk tindakan. Strategi refleksi dimaksudkan untuk membantu siswa mengevaluasi sendiri mengenai komitmen dan tandakan rasa tanggung jawabnya. Strategi keputusan pribadi dan pertemuan kelompok dimaksudkan untuk memberdayakan siswa secara langsung dalam membuat keputusan pribadi dan kelompoknya. Strategi konsultasi dan kualitas mengajar dimaksudkan untuk menyediakan beberapa struktur dan petunjuk bagi siswa untuk dapat berinteraksi mengenai kaulitas rasa tnggung jawab yang dikembangkannya.

Contoh Bentuk Latihan *Levels of Affective Development*

Pembinaan rasa tanggung jawab melalui pendekatan model Hellison dilakukan secara terintegrasi dalam pelajaran Penjas dan berlangsung secara terus-menerus semenjak awal hingga akhir tahun ajaran. Penjelasan tentang tingkat perkembangan rasa tanggung jawab pribadi yang terdiri atas lima tingkatan tersebut di atas terlebih dahulu harus diberikan yang selanjutnya diikuti oleh latihan-latihan. Beberapa contoh latihan dalam *Levels of Affective Development* sebagai berikut.

1. Pada kasus mengambil peralatan olahraga. Guru menanyakan dan menyuruh siswa tentang bagaimana perilaku seseorang pada level 0, level 1, 2, 3, dan 4 pada waktu mengambil peralatan itu.
2. Pada saat belajar keterampilan baru (*new skill*), siswa diminta bekerja pada level yang paling baik. Selanjutnya guru memberikan penghargaan, pujian, atau poin pointing terhadap siswa yang bekerja lebih baik.
3. Pada saat siswa berperilaku menyimpang, siswa tersebut mendapat "*time out*" dan diberi tugas untuk memikirkan mengapa perilaku menyimpang adalah level 0. Selanjutnya setelah siswa tahu perilaku siswa pada level 1 atau level yang lebih tinggi serta cukup meyakinkan guru bahwa ia mampu berperilaku pada level yang lebih tinggi, maka gurunya mengizinkan siswa itu untuk kembali mengikuti pelajaran sebagaimana mestinya.
4. Pada saat siswa mengeluh tentang perbuatan siswa yang lainnya, guru menyuruh anak yang mengeluh itu untuk mengidentifikasi pada level mana perbuatan siswa yang dikeluhkan tersebut serta bagaimana cara-cara bergaul dengan siswa yang dikeluhkan tersebut.

5. Pada kasus kerja kelompok. Sebelum melakukannya guru dan siswa mendiskusikan bagaimana perilaku siswa pada level 4 dalam bekerja sama pada sebuah group. Topik diskusi adalah bagaimana bekerja sama dengan siswa yang mempunyai level 0 dan level 1.

Evaluasi *Levels of Affective Development*

Program evaluasi dalam model ini merupakan masalah tersendiri terutama bagi para guru yang belum terbiasa melakukan penilaian kualitatif. Selain penilaian yang berhubungan dengan keolahragaan dan pendidikan jasmaninya. Beberapa bentuk penilaian yang berhubungan dengan rasa tanggung jawab ini dan seringkali menjadi fokus utama adalah sebagai berikut: a) catatan harian; b) observasi; c) refleksi siswa; d) tes pengetahuan rasa tanggung jawab; e) wawancara dengan orang lain.

Model *Canter's Assertive*

Selain model Hellison sebagaimana tersebut di atas, terdapat model lain dalam pendidikan jasmani yang sering digunakan secara terintegrasi untuk mengembangkan disiplin siswa dengan strategi yang relatif sama, yaitu model **disiplin asertif**. Model ini dikembangkan oleh Canter (1976). Ia membuat model pembinaan disiplin dengan nama *Canter's Assertive Discipline*. **Perbedaan model yang dikembangkan oleh Hellison dan Canter terutama terletak pada motivasi yang dijadikan landasan untuk mengembangkan disiplin siswa.** Model Hellison lebih menekankan pada motivasi intrinsik yang dilandasi pada keyakinan bahwa siswa secara alami berkeinginan untuk melakukan sesuatu yang baik dan penghargaan ekstrinsik adalah “counter productive”. Sementara itu, model Canter lebih menekankan pada motivasi ekstrinsik, seperti penghargaan, pujian, dan dorongan, termasuk konsekuensi.

Model Canter's Asertif didasarkan pada beberapa asumsi sebagai berikut:

1. Semua siswa dapat berperilaku baik
2. Pengawasan yang ketat atau kokoh akan tetapi tidak pasif dan tidak menakutkan adalah layak untuk diberikan.
3. Harapan atau keinginan guru yang rasional mengenai perbuatan siswa yang sesuai dengan perkembangannya (seperti dibuat dalam peraturan) harus diberitahukan kepada siswa.
4. Guru harus mengharapkan siswa berperilaku secara layak dan pantas namun harus mendapat dukungan dari orang tua siswa, guru lain, dan kepala sekolah.
5. Tingkah laku siswa yang baik harus segera didukung atau dihargai sementara tingkah laku yang tidak baik harus mendapat konsekuensi yang logis.
6. Konsekuensi logis akibat penyimpangan perilaku harus ditetapkan dan disampaikan kepada siswa.
7. Konsekuensi harus dilaksanakan secara konsisten tanpa bias.

Ciri Keberhasilan Model Hellison dan *Canter's Assertive*

Pertanyaan yang sering muncul dilontarkan oleh para pendidik Penjas adalah model mana yang paling efektif digunakan? Apakah model yang didasarkan pada motivasi ekstrinsik (*assertive discipline*) atau motivasi intrinsik (*levels of affective development*)? Pertanyaan ini agak sulit dijawab karena nampaknya keberhasilan pembinaan disiplin bukan terletak pada jenis model yang digunakan akan tetapi terletak pada bagaimana karakteristik model yang digunakan tersebut. Paling tidak ada empat karakteristik model pembinaan disiplin yang dapat dikatakan berhasil, yaitu sebagai berikut:

1. Siswa betul-betul memahami dan mengerti pelaksanaan sistem pembinaan disiplin berikut alasan-alasan mengapa pembi-

naan disiplin perlu diterapkan. Oleh karena itu, hendaknya sistem pembinaan disiplin dijelaskan secara teliti dan hati-hati kepada siswa. Selanjutnya diikuti oleh contoh-contoh yang jelas dan latihan-latihan secara memadai yang dimulai dari setiap awal tahun ajaran. Sehingga siswa akan mengerti mengapa pembinaan disiplin sangat penting dan siswa juga mengerti bagaimana pembinaan disiplin itu diterapkan.

2. Guru secara konsisten menerapkannya. Sekali kegiatan rutin dan peraturan diterapkan, maka guru harus terus menerapkan dan menggunakan standar yang sama dari hari ke hari, sehingga siswa akan mengerti dan memahami betul apa-apa yang sebenarnya diharapkan (*expectations*) oleh gurunya. Hal ini sangat mudah dikatakan tetapi sangat sulit diterapkannya. Guru lebih cenderung menerapkan sistem pembinaan disiplin ini hanya pada awal-awal pertemuan saja. Misal: pada awal-awal pertemuan, pada saat guru bilang “stop”, semua siswa meletakkan bola yang dipegangnya. Namun demikian, setelah beberapa pertemuan, seorang siswa tidak meletakkan bola setelah gurunya bilang “stop” dan guru mengabaikannya. Dalam contoh itu, guru kurang konsisten dalam menerapkan sistem pembinaan disiplin. Secara bertahap, bagaimanapun, hal ini menjadi bertambah banyak: dua siswa, tiga siswa, enam siswa yang akhirnya pembinaan disiplin mejadi pudar kembali.
3. Sistem pembinaan disiplin itu didukung oleh kepala sekolah dan guru kelas. Pada saat tertentu mungkin guru Penjas akan menemukan siswa yang tidak disiplin; siswa tidak mau menerapkan peraturan dan penghargaan maupun “*time out*” tidak berpengaruh terhadap disiplin siswa tersebut. Dalam kesempatan itu, guru Penjas memerlukan bantuan kepala sekolah dan guru kelas. Mereka mungkin menyadari dan mengetahui mengapa siswa berbuat seperti itu dan bagai-

mana strategi yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah itu. Oleh karena itu maka salah satu konsekuensi bagi siswa yang berperilaku menyimpang adalah harus berhadapan dengan kepala sekolah yang mungkin akan dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh guru Penjas.

4. Sistem pembinaan disiplin itu harus didukung oleh orang tua siswa. Seperti halnya bantuan kepala sekolah dan guru kelas, manakala orang tua siswa mengetahui dan mendukung sistem pembinaan disiplin yang digunakan oleh guru Penjas, maka orang tua siswa akan cenderung mau membantu guru Penjas dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapi siswa dari orang tua tersebut.

Dari data di atas pertanyaan yang sering muncul dilontarkan oleh para pendidik Penjas adalah model mana yang paling efektif digunakan? Apakah model yang didasarkan pada motivasi ekstrinsik (*assertive discipline*) atau motivasi instrinsik (*levels of affective development*)? Pertanyaan ini agak sulit dijawab karena tampaknya keberhasilan pembinaan disiplin bukan terletak pada jenis model yang digunakan akan tetapi terletak pada bagaimana karakteristik model yang digunakan tersebut. Paling tidak ada empat karakteristik model pembinaan disiplin yang dapat dikatakan berhasil, yaitu sebagai berikut:

1. Siswa betul-betul memahami dan mengerti pelaksanaan sistem pembinaan disiplin berikut alasan-alasan mengapa pembinaan disiplin perlu diterapkan. Oleh karena itu hendaknya sistem pembinaan disiplin dijelaskan secara teliti dan hati-hati kepada siswa. Selanjutnya diikuti oleh contoh-contoh yang jelas dan latihan-latihan secara memadai yang dimulai dari setiap awal tahun ajaran. Sehingga siswa akan mengerti mengapa pembinaan disiplin sangat penting dan siswa juga mengerti bagaimana pembinaan disiplin itu diterapkan.

2. Guru secara konsisten menerapkannya. Sekali kegiatan rutin dan peraturan diterapkan, maka guru harus terus menerangkan dan menggunakan standar yang sama dari hari ke hari, sehingga siswa akan mengerti dan memahami betul apa-apa yang sebenarnya diharapkan (*expectations*) oleh gurunya. Hal ini sangat mudah dikatakan tetapi sangat sulit diterapkannya. Guru lebih cenderung menerapkan sistem pembinaan disiplin ini hanya pada awal-awal pertemuan saja. Misal: pada awal-awal pertemuan, pada saat guru bilang “stop”, semua siswa meletakkan bola yang dipegangnya. Namun demikian, setelah beberapa pertemuan, seorang siswa tidak meletakkan bola setelah gurunya bilang “stop” dan guru mengabaikannya. Dalam contoh itu, guru kurang konsisten dalam menerapkan sistem pembinaan disiplin. Secara bertahap, bagaimanapun, hal ini menjadi bertambah banyak: dua siswa, tiga siswa, enam siswa yang akhirnya pembinaan disiplin mejadi pudar kembali.
3. Sistem pembinaan disiplin itu didukung oleh kepala sekolah dan guru kelas. Pada saat tertentu mungkin guru Penjas akan menemukan siswa yang tidak disiplin; siswa tidak mau menerapkan peraturan dan penghargaan maupun “*time out*” tidak berpengaruh terhadap disiplin siswa tersebut. Dalam kesempatan itu, guru Penjas memerlukan bantuan kepala sekolah dan guru kelas. Mereka mungkin menyadari dan mengetahui mengapa siswa berbuat seperti itu dan bagaimana strategi yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah itu.
4. Sistem pembinaan disiplin itu harus didukung oleh orang tua siswa. Seperti halnya bantuan kepala sekolah dan guru kelas, manakala orang tua siswa mengetahui dan mendukung sistem pembinaan disiplin yang digunakan oleh guru Penjas, maka orang tua siswa akan cenderung mau membantu guru Penjas dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapi siswa dari orang tua tersebut.

Model Pembelajaran Personal

Model pembelajaran personal adalah “model pembelajaran yang menekankan pada pengembangan konsep diri setiap individu. Hal ini meliputi pengembangan proses individu dan membangun serta mengorganisir dirinya sendiri. Model pembelajaran memfokuskan pada konsep diri yang kuat dan realistis untuk membantu membangun hubungan yang produktif dengan orang lain dan lingkungannya”. Pembelajaran secara personal adalah kegiatan mengajar guru yang menitik beratkan pada bantuan dan bimbingan belajar kepada masing-masing individu. Ciri-ciri dari pembelajaran personal dapat ditinjau dari segi:

1. Tujuan pembelajaran
2. Siswa sebagai subjek yang belajar
3. Guru sebagai pembelajaran
4. Program pembelajaran
5. Orientasi dan tekanan utama dalam pelaksanaan pembelajaran

J. MODEL PEMBELAJARAN *TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING*

Pengajaran permainan untuk pemahaman (TGfU) dikembangkan oleh para peneliti di Loughborough University di Inggris untuk memenuhi keinginan yang melekat anak-anak untuk bermain. Bunker dan Thorpe (1982) mengembangkan konsep mengajar permainan anak-anak dengan bermain game. Butler et. al (2008) mengidentifikasi enam konsep dasar TGfU:

1. Ajarkan game melalui permainan.
2. Mematahkan permainan ke dalam format yang paling sederhana-kemudian meningkatkan kompleksitas.
3. Peserta yang berkinerja cerdas dalam permainan.

4. Setiap peserta didik adalah penting dan terlibat.
5. Peserta perlu mengetahui materi pelajaran.
6. Harus mencocokkan keterampilan dan tantangan peserta

Pendekatan baru TGfU telah menganjurkan pendekatan tematik untuk game mengajar. Daripada mengajar unit olahraga-spesifik (misalnya unit voli, unit sepakbola), anak-anak dan memperoleh keterampilan pemuda serta pengetahuan untuk diterapkan ke olahraga yang berbeda dengan bermain berbagai permainan yang berhubungan dengan 4 kategori permainan:

1. **Target Games**, peserta mendorong sebuah objek, sebaiknya dengan tingkat akurasi yang tinggi pada target.
2. **Net/Wall Permainan**, peserta mendorong sebuah benda ke ruang angkasa dan membuat lawan sulit untuk mengembalikannya.
3. **Mencolok/Fielding Games**, peserta menyerang sebuah objek sehingga ditempatkan jauh dari pembela di lapangan.
4. **Wilayah Games**, peserta menguasai wilayah lawan untuk mencetak gol.

Kategori ini mewakili permainan dan aktivitas yang mirip dalam struktur. Dengan mengekspos anak-anak dan remaja dengan aturan utama, keterampilan dasar, dan masalah taktis yang terkait dengan masing-masing kategori, mereka menjadi melek huruf di berbagai permainan, kegiatan olahraga dan dalam mengembangkan pemahaman, kompetensi keterampilan dan taktik yang berkaitan dengan bermain olahraga. Keterampilan dan strategi yang digunakan dalam kegiatan playsport berlaku untuk beberapa olahraga yang berbeda. Misalnya, jika seorang anak memahami konsep dasar di balik menjaga kepemilikan dari sebuah objek dalam sebuah game wilayah (misalnya, menggunakan umpan-umpan pendek, melindungi bola, mendukung pemain dengan bola), ini akan membantu mereka untuk memainkan

berbagai game wilayah taktik yang dapat diterapkan untuk olahraga terkait (misalnya, basket, sepak bola, bola tangan, lacrosse, basket kursi roda, goalball). Dalam playsport, kegiatan telah dikelompokkan ke dalam kategori tertentu yang mewakili permainan dan olahraga yang mirip dalam struktur dan mencakup aspek olahraga tertentu.

Banyak anak-anak dan remaja lebih memilih kegiatan yang tidak melibatkan permainan tim, dan ini dapat memberikan banyak kesempatan untuk bersenang-senang melalui pengembangan kebugaran dan gerakan keterampilan yang berkaitan dengan kontrol ritme tubuh, estetika gerakan, kreativitas, komposisi dan stabilitas. Dengan pemikiran ini, playsport juga mencakup kegiatan pursuit (pengajaran yang memerlukan gerakan dan tenaga) individu. Ini adalah permainan di mana anak-anak bekerja secara individual dengan peralatan mereka sendiri, atau dalam beberapa kasus berinteraksi dengan orang lain, memonitor perilaku mereka sendiri, gerakan dan pengeluaran fisik. Mengajar Game untuk memahami adalah pendekatan yang berpusat pada anak di mana pemimpin bertindak sebagai fasilitator dan peserta membuat adaptasi mereka sendiri untuk memaksimalkan tingkat tantangan dan menyenangkan.

Langkah-langkah berikut adalah elemen dari game pengajaran untuk pendekatan *understanding*:

1. **Kegiatan Apresiasi:** mencoba versi kegiatan dalam kelompok kecil.
2. **Kesadaran Taktis:** mengembangkan pemahaman tentang unsur-unsur umum dari permainan dan taktik yang dibutuhkan untuk sukses.
3. **Pengambilan Keputusan:** belajar dan berlatih membuat keputusan dalam tindakan, dalam menanggapi situasi yang berbeda.
4. **Aplikasi Keterampilan:** mengidentifikasi dan mempraktikkan keterampilan yang dibutuhkan untuk meningkatkan bermain.

5. **Kinerja:** menempatkan itu semua bersama-sama, menerapkan keterampilan, pengambilan keputusan dan taktik dalam situasi permainan.

Guru yang kreatif senantiasa mencari pendekatan baru dalam memecahkan masalah, tidak terpaku pada cara tertentu yang monoton, melainkan memilih variasi lain yang sesuai. Model bermain dalam pembelajaran merupakan salah satu alternatif yang dapat ditempuh. Hasil penelitian dan percobaan yang dilakukan oleh para ahli menunjukkan bahwa model bermain dalam pembelajaran merupakan salah satu model yang dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran. Dalam hal ini, metode bermain diarahkan pada pemecahan masalah yang menyangkut hubungan antar manusia, terutama yang menyangkut kehidupan peserta didik.

Metode pembelajaran bermain perlu diberikan kepada semua peserta didik mulai dari Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) untuk membekali mereka dengan kemampuan berpikir logis, analitis, sistematis, kritis, dan kreatif serta kemampuan bekerja sama. Dalam membelajarkan bermain kepada siswa, apabila guru masih menggunakan paradigma pembelajaran lama dalam arti komunikasi dalam pembelajaran calistung berlangsung satu arah umumnya dari guru ke siswa, guru lebih mendominasi pembelajaran maka pembelajaran cenderung monoton sehingga mengakibatkan peserta didik (siswa) merasa jenuh dan tersiksa.

Oleh karena itu dalam membelajarkan bermain kepada siswa, guru hendaknya lebih memilih berbagai variasi pendekatan, strategi, metode yang sesuai dengan situasi sehingga tujuan pembelajaran yang direncanakan akan tercapai. Perlu diketahui bahwa baik atau tidaknya suatu pemilihan model pembelajaran akan tergantung tujuan pembelajarannya, kesesuaian dengan materi pembelajaran, tingkat perkembangan peserta didik (siswa), kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran serta mengoptimalkan sumber-sumber

belajar yang ada.

Permainan (*games*), populer dengan berbagai sebutan antara lain pemanasan (*ice-breaker*) atau penyegaran (*energizer*). Arti harfiah *ice-breaker* adalah ‘pemecah es’. Jadi, arti pemanasan dalam proses belajar adalah pemecah situasi kebekuan pikiran atau fisik peserta. Permainan juga dimaksudkan untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. Karakteristik permainan adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (*fun*) serta serius tapi santai (*sersan*). Permainan digunakan untuk penciptaan suasana belajar dari pasif ke aktif, dari kaku menjadi gerak (*akrab*), dan dari jenuh menjadi riang (*segar*). Metode ini diarahkan agar tujuan belajar dapat dicapai secara efisien dan efektif dalam suasana gembira meskipun membahas hal-hal yang sulit atau berat. Sebaiknya permainan digunakan sebagai bagian dari proses belajar, bukan hanya untuk mengisi waktu kosong atau sekedar permainan. Permainan sebaiknya dirancang menjadi suatu ‘aksi’ atau kejadian yang dialami sendiri oleh peserta, kemudian ditarik dalam proses refleksi untuk menjadi hikmah yang mendalam (prinsip, nilai, atau pelajaran-pelajaran). Wilayah perubahan yang dipengaruhi adalah ranah sikap-nilai.

Metode pembelajaran bermain merupakan suatu metode pembelajaran yang mengutamakan adanya kelompok-kelompok. Setiap siswa yang ada dalam kelompok mempunyai tingkat kemampuan yang berbeda-beda (tinggi, sedang dan rendah) dan jika memungkinkan anggota kelompok berasal dari ras, budaya, suku yang berbeda serta memperhatikan kesetaraan gender. Metode pembelajaran bermain mengutamakan kerja sama dalam menyelesaikan permasalahan untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran.

Semua metode pembelajaran ditandai dengan adanya struktur tugas, struktur tujuan dan struktur penghargaan. Struktur tugas, struktur tujuan dan struktur penghargaan pada metode pembel-

jaran bermain berbeda dengan struktur tugas, struktur tujuan serta struktur penghargaan metode pembelajaran yang lain. Tujuan metode pembelajaran (*learning*) bermain adalah hasil belajar akademik siswa meningkat dan siswa dapat menerima berbagai keragaman dari temannya, serta pengembangan keterampilan sosial.

1. Prinsip Dasar dan Ciri-ciri Metode Pembelajaran Bermain

- a. Setiap anggota kelompok (siswa) bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dikerjakan dalam kelompoknya.
- b. Setiap anggota kelompok (siswa) harus mengetahui bahwa semua anggota adalah tim.
- c. Kelompok mempunyai tujuan yang sama.
- d. Setiap anggota kelompok (siswa) harus membagi tugas dan tanggung jawab yang sama di antara anggota kelompoknya.
- e. Setiap anggota kelompok (siswa) akan dikenai evaluasi.
- f. Setiap anggota kelompok (siswa) berbagi kepemimpinan dan membutuhkan keterampilan untuk belajar bersama selama proses belajarnya.
- g. Setiap anggota kelompok (siswa) akan diminta mempertanggungjawabkan secara individual materi yang ditangani dalam kelompok bermain.

2. Ciri-ciri Metode Pembelajaran Bermain

- a. Siswa dalam kelompok secara bermain menyelesaikan materi belajar sesuai kompetensi dasar yang akan dicapai.
- b. Kelompok dibentuk dari siswa yang memiliki kemampuan yang berbeda-beda, baik tingkat kemampuan tinggi, sedang dan rendah, jika mungkin anggota kelompok berasal.
- c. Dari ras, budaya, suku yang berbeda serta memperhatikan kesetaraan gender.

- d. Penghargaan lebih menekankan pada kelompok dari pada masing-masing individu.

Permainan biasanya digunakan untuk memperagakan atau menirukan keadaan sebenarnya. Keadaan tersebut tidak bias dihadirkan langsung dalam ruang kelas. Melalui permainan yang dirancang khusus siswa dapat mengalami sendiri secara langsung suatu kejadian. Dengan permainan siswa dapat merumuskan pemahaman suatu konsep atau keterampilan misalnya menjelaskan paragraph atau teks yang memang tidak ada wujud bendanya. Permainan akan menjadi lebih menarik jika dimasukkan unsur-unsur persaingan atau perlombaan di dalamnya sekaligus sebagai unsur untuk menghibur. Permainan dalam belajar jika dimanfaatkan secara bijaksana dapat memberikan manfaat antara lain:

- a. Menyingkirkan keseriusan yang menghambat proses belajar;
- b. Menghilangkan stres dalam lingkungan belajar;
- c. Mengajak siswa terlibat penuh dalam kegiatan belajar, dan;
- d. Meningkatkan proses aktivitas belajar.

Pembelajaran tidak selalu membutuhkan permainan, dan permainan sendiri tidak selalu dapat mempercepat pembelajaran, namun permainan yang dilaksanakan dengan tepat dapat menambah variasi, semangat, dan minat pada sebagian program belajar.

3. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Bermain

a. Kelebihan Metode Permainan

- 1) Melatih anak untuk mendramatisasikan sesuatu serta melatih keberanian.
- 2) Metode ini akan menarik perhatian anak sehingga suasana kelas menjadi hidup.

- 3) Anak dapat menghayati suatu peristiwa sehingga mudah mengambil kesimpulan berdasarkan penghayatan sendiri.
- 4) Anak dilatih untuk menyusun pikirannya dengan teratur.

b. Kekurangan Metode Permainan

- 1) Tidak semua topik dapat disajikan melalui permainan.
- 2) Memerlukan banyak waktu.
- 3) Penentuan kalah menang dan bayar-membayar dapat berakibat negatif.
- 4) Mungkin juga terjadi pertengkaran.
- 5) Mengganggu ketenangan belajar di kelas-kelas lain.

c. Karakteristik Metode Permainan

- 1) Lebih banyak mengaktifkan siswa.
- 2) Banyak menggunakan media/alat peraga.
- 3) Membutuhkan kreativitas guru.
- 4) Membutuhkan waktu yang lama.
- 5) Dapat memotivasi siswa dalam pembelajaran.
- 6) Dapat menciptakan pemahaman siswa dan daya ingat siswa tidak akan mudah hilang.

Dworetzky, dalam Moeslichatoen R. (1996) mengemukakan sedikit terdapat lima kriteria dalam kegiatan bermain, yaitu:

- 1. Memotivasi intrinsik.** Tingkah laku bermain dimotivasi dari dalam diri anak, karena itu dilakukan demi kegiatan itu sendiri dan bukan karena adanya tuntutan masyarakat atau fungsi-fungsi tubuh.
- 2. Pengaruh positif.** Tingkah laku itu menyenangkan atau mengembirakan untuk dilakukan.

3. **Bukan dikerjakan sambil lalu.** Tingkah laku itu bukan dilakukan sambil lalu, karena itu tidak mengikuti pola atau urutan yang sebenarnya, melainkan lebih bersifat pura-pura.
4. **Cara atau tujuan.** Cara bermain lebih diutamakan daripada tujuannya. Anak lebih tertarik pada tingkah perilaku itu sendiri daripada keluaran yang dihasilkan.
5. **Kelenturan.** Bermain itu perilaku yang lentur. Kelenturan ditunjukkan baik dalam bentuk maupun dalam hubungan serta berlaku dalam setiap situasi.

Tujuan kegiatan bermain bagi anak adalah untuk mengembangkan seluruh aspek perkembangan anak, baik motorik, kognitif, bahasa, kreativitas, emosi dan sosial. Dalam kegiatan bermain itu terlebih dahulu dikomunikasikan kepada anak dan diutarakan apa yang akan diperoleh dari kegiatan bermain tersebut dalam bahasa yang dapat dipahami oleh anak-anak. Setelah menentukan tujuan, sesuaikan dengan tema yang telah ditetapkan dan tertera dalam kurikulum. Dalam menentukan jenis kegiatan bermain harus diperhatikan kemungkinan-kemungkinan yang akan menjadi hambatan dalam melakukan kegiatan. Kegiatan permainan sebaiknya merupakan permainan yang mendidik atau lebih dikenal dengan “Edu Fun Game”. Permainan yang seru, menyenangkan, tetapi sarat dengan makna pendidikan dalam rangka membantu anak untuk mengembangkan berbagai jenis kecerdasannya. Jika permainan yang dilakukan tidak dapat mengoptimalkan seluruh bidang kecerdasan, guru dapat memfokuskan pada salah satu jenis kecerdasan apa yang ingin dicapai sebagai tujuan pembelajaran. Hal ini dapat menjadi dasar dalam pemilihan permainan. Permainan yang baik adalah permainan yang dapat mengakomodir seluruh bidang kecerdasan anak secara optimal. Waktu permainan juga perlu diperhatikan, agar dalam waktu yang cukup, dapat digunakan semaksimal mungkin dan dapat memberi kesempatan kepada seluruh

anak untuk mengikuti kegiatan. Selama kegiatan permainan berlangsung, perlu diperhatikan keselamatan anak-anak. Aktivitas anak yang kadang tidak terkontrol oleh guru. Kecelakaan kecil mungkin saja terjadi apabila kegiatan permainan tersebut dilakukan penuh dengan kegiatan fisik.

Tempat bermain ditentukan di luar atau di dalam ruangan, tergantung fasilitas yang ada di sekolah, jenis permainan yang akan dilakukan, cuaca, dan tema serta tujuan kegiatan permainan tersebut. Dalam hal ini guru perlu menyiapkan kegiatan alternatif apabila terjadi sesuatu yang di luar dugaan. Tanpa mengurangi tujuan pembelajaran yang ditetapkan, lakukan kegiatan permainan alternatif, sehingga kegiatan pembelajaran tidak terhambat. Sebelum melakukan kegiatan bermain, berbagai bahan dan peralatan pendukung hendaknya dipersiapkan dengan saksama, karena akan menentukan kelancaran kegiatan pembelajaran melalui permainan ini.

Syarat utama bahan dan alat yang digunakan adalah aman untuk dipegang, atau dimainkan oleh anak. Keselamatan anak adalah hal yang paling utama untuk diperhatikan. Urutan langkah permainan benar-benar dipahami oleh guru. Dalam membimbing anak bermain, komunikasikan terlebih dahulu peraturan yang harus ditaati oleh anak. Hargai pendapat anak apabila anak mengemukakan pendapat yang berhubungan dengan pelaksanaan permainan tersebut. Urutan langkah permainan ini terdapat dalam permainan yang sifatnya terpimpin, atau dibimbing langsung oleh guru. Sedangkan untuk permainan yang sifatnya bebas (anak menentukan sendiri permainannya) peraturan permainan berkisar pada waktu, mengingatkan untuk bias saling berbagi antar sesama teman, dan sebagainya. Perencanaan permainan juga harus memperhatikan kegiatan pra-bermain, saat bermain dan kegiatan penutup.

Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberi-

kan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

Model pembelajaran dengan pendekatan bermain erat kaitannya dengan perkembangan imajinasi perilaku yang sedang bermain, karena melalui daya imajinasi, maka permainan yang akan berlangsung akan jauh lebih meriah. Oleh karena itu sebelum melakukan kegiatan, maka guru pendidikan jasmani, sebaiknya memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswanya imajinasi tentang permainan yang akan dilakukannya, permainan yang diberikan dapat berupa permainan tradisional ataupun jenis permainan olahraga seperti sepak bola, voli, basket kesemuanya disesuaikan materi yang ada dalam kurikulum.

Contoh Model Pembelajaran dengan Pendekatan Bermain

Kegiatan Olahraga Tradisional

Pemanasan

Dalam kegiatan pemanasan kita buat dalam bentuk-bentuk permainan yang menyenangkan. Misalnya: berlari kecil berkelompok sambil memegang bahu sambil bernyanyi bersama, berlari sambil berpegangan tangan dengan bervariasi dari arah kanan ke arah kiri bergantian, berlari kecil sambil meloncat dilakukan berpasangan berdua atau bertiga, bahkan dapat dilakukan dengan kelompok yang lebih banyak asalkan jumlahnya ganjil, satu orang berada diantara kelompok sebagai pusat pegangan dan masih banyak lagi bentuk kegiatan pemanasan sambil bermain.

Kegiatan inti

Dalam kegiatan ini dilaksanakan kegiatan outdoor games. Bentuk kegiatan outdoor games yang pertama dilaksanakan bentuk kegiatan

yang berorientasi pada melatih kekuatan, kelincahan, kelenturan tubuh disamping juga melatih unsur kognitif dan afektif siswa. Sebenarnya banyak sekali jenis *outdoor games* yang dapat dilaksanakan dalam pendidikan jasmani, namun sebagai contoh adalah permainan tradisional bentengan. Permainan ini berasal dari permainan anak-anak yang awalnya mempergunakan pohon atau tiang sebagai sarana bentengnya. Supaya ada bentuk variasi lain maka kita kembangkan jenis permainan ini dengan media lain. Prasarana: berupa lapangan seluas lapangan basket. Sarana: bekas botol plastik, bekas tempat bola tenis, dengan jumlah 5 sampai 10 buah, sebagai benteng yang harus direbut dan dilarikan dari daerah musuh. Cara bermainnya sama dengan permainan bentengan lainnya, hanya saja pada bentengan ini yang diperebutkan adalah bekas tempat bola tenis, atau botol bekas minuman. Langkah pertama peserta dibagi dua team dengan jumlah sama banyak. Benteng yang terbuat dari botol, atau gelas plastik berada dibelakang tim masing-masing. Tiap tim dibagi dalam 3 kelompok masing-masing sebagai tim penyerang, pengecoh lawan dan yang mempertahankan benteng. Tim pemenang adalah team yang berhasil lebih dahulu merebut seluruh benteng lawan. Bila dibatasi dengan waktu maka tim pemenang adalah tim yang paling banyak mengumpulkan benteng lawan.

Kegiatan Akhir

Dalam kegiatan akhir setelah penenangan diadakan evaluasi sekaligus pemberian motivasi pada mereka yang masih belum maksimal dalam beraktivitas.

K. MODEL PEMBELAJARAN PENEMUAN (*DISCOVERY LEARNING*)

Metode *discovery learning* adalah teori belajar yang didefinisikan sebagai proses pembelajaran yang terjadi bila pelajar tidak disajikan dengan pelajaran dalam bentuk finalnya, tetapi diharapkan mengorganisasi sendiri. Sebagaimana pendapat Bruner, bahwa “*discovery learning can be defined as the learning that takes place when the student is not presented with subject matter in the final form, but rather is required to organize it him self*” (Lefancois dalam Emetembun, 1986: 103). Dasar ide Bruner ialah pendapat dari Piaget yang menyatakan bahwa anak harus berperan aktif dalam belajar di kelas.

Bruner memakai metode yang disebutnya *discovery learning*, di mana murid mengorganisasi bahan yang dipelajari dengan suatu bentuk akhir (Dalyono, 1996:41). Metode *discovery learning* adalah memahami konsep, arti, dan hubungan, melalui proses intuitif untuk akhirnya sampai kepada suatu kesimpulan (Budiningsih, 2005:43). *Discovery* terjadi bila individu terlibat, terutama dalam penggunaan proses mentalnya untuk menemukan beberapa konsep dan prinsip. *Discovery* dilakukan melalui observasi, klasifikasi, pengukuran, prediksi, penentuan dan inferi. Proses tersebut disebut *cognitive process* sedangkan *discovery* itu sendiri adalah *the mental process of assimilating concepts and principles in the mind* (Robert B. Sund dalam Malik, 2001: 219).

Sebagai strategi belajar, *discovery learning* mempunyai prinsip yang sama dengan inkuiri (*inquiry*) dan *problem solving*. Tidak ada perbedaan yang prinsipil pada ketiga istilah ini, pada *discovery learning* lebih menekankan pada ditemukannya konsep atau prinsip yang sebelumnya tidak diketahui. Perbedaannya dengan *discovery* ialah bahwa pada *discovery* masalah yang diperhadapkan kepada siswa semacam masalah yang direkayasa oleh guru, sedangkan pada inkuiri masalahnya bukan hasil rekayasa, sehingga siswa harus mengerahkan seluruh pikiran dan keterampilannya untuk mendapatkan

temuan-temuan di dalam masalah itu melalui proses penelitian.

Problem solving lebih memberi tekanan pada kemampuan menyelesaikan masalah. Akan tetapi prinsip belajar yang nampak jelas dalam *discovery learning* adalah materi atau bahan pelajaran yang akan disampaikan tidak disampaikan dalam bentuk final akan tetapi siswa sebagai peserta didik didorong untuk mengidentifikasi apa yang ingin diketahui dilanjutkan dengan mencari informasi sendiri kemudian mengorganisasi atau membentuk (konstruktif) apa yang mereka ketahui dan mereka pahami dalam suatu bentuk akhir. Dengan mengaplikasikan metode *discovery learning* secara berulang-ulang dapat meningkatkan kemampuan penemuan diri individu yang bersangkutan. Penggunaan metode *discovery learning*, ingin mengubah kondisi belajar yang pasif menjadi aktif dan kreatif. Mengubah pembelajaran yang *teacher oriented* ke *student oriented*. Mengubah modus ekspositori siswa hanya menerima informasi secara keseluruhan dari guru ke *modus discovery* siswa menemukan informasi sendiri.

1. Konsep Belajar Metode *Discovery Learning*

Dalam konsep belajar, sesungguhnya metode *Discovery Learning* merupakan pembentukan kategori-kategori atau konsep-konsep, yang dapat memungkinkan terjadinya generalisasi. Sebagaimana teori Bruner tentang kategorisasi yang tampak dalam *Discovery*, bahwa *Discovery* adalah pembentukan kategori-kategori, atau lebih sering disebut sistem-sistem *coding*. Pembentukan kategori-kategori dan sistem-sistem *coding* dirumuskan demikian dalam arti relasi-relasi (*similaritas & difference*) yang terjadi di antara objek-objek dan kejadian-kejadian (*events*). Bruner memandang bahwa suatu konsep atau kategorisasi memiliki lima unsur, dan siswa dikatakan memahami suatu konsep apabila mengetahui semua unsur dari konsep itu, meliputi: 1) nama; 2) contoh-contoh baik yang positif maupun yang negatif; 3) karakteristik, baik yang pokok maupun tidak;

4) rentangan karakteristik; 5) kaidah (Budiningsih, 2005:43). Bruner menjelaskan bahwa pembentukan konsep merupakan dua kegiatan mengategori yang berbeda yang menuntut proses berpikir yang berbeda pula.

Di dalam proses belajar, Bruner mementingkan partisipasi aktif dari tiap siswa, dan mengenal dengan baik adanya perbedaan kemampuan. Untuk menunjang proses belajar perlu lingkungan memfasilitasi rasa ingin tahu siswa pada tahap eksplorasi. Lingkungan ini dinamakan *Discovery Learning Environment*, yaitu lingkungan dimana siswa dapat melakukan eksplorasi, penemuan-penemuan baru yang belum dikenal atau pengertian yang mirip dengan yang sudah diketahui. Lingkungan seperti ini bertujuan agar siswa dalam proses belajar dapat berjalan dengan baik dan lebih kreatif. Untuk memfasilitasi proses belajar yang baik dan kreatif harus berdasarkan pada manipulasi bahan pelajaran sesuai dengan tingkat perkembangan kognitif siswa. Manipulasi bahan pelajaran bertujuan untuk memfasilitasi kemampuan siswa dalam berpikir (merepresentasikan apa yang dipahami) sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Menurut Bruner perkembangan kognitif seseorang terjadi melalui tiga tahap yang ditentukan oleh bagaimana cara lingkungan, yaitu: *enactive*, *iconic*, dan *symbolic*. Tahap *enactive*, seseorang melakukan aktivitas-aktivitas dalam upaya untuk memahami lingkungan sekitarnya, artinya dalam memahami dunia sekitarnya anak menggunakan pengetahuan motorik, misalnya melalui gigitan, sentuhan, pegangan, dan sebagainya. Tahap *iconic*, seseorang memahami objek-objek atau dunianya melalui gambar-gambar dan visualisasi verbal. Maksudnya, dalam memahami dunia sekitarnya anak belajar melalui bentuk perumpamaan (tampil) dan perbandingan (komparasi). Tahap *symbolic*, seseorang telah mampu memiliki ide-ide atau gagasan-gagasan abstrak yang sangat dipengaruhi oleh kemampuannya dalam berbahasa dan logika. Dalam memahami dunia sekitarnya anak belajar melalui simbol-simbol bahasa, logika, matematika, dan

sebagainya. Komunikasinya dilakukan dengan menggunakan banyak simbol. Semakin matang seseorang dalam proses berpikirnya, semakin dominan sistem simbolnya. Secara sederhana teori perkembangan dalam fase *enactive*, *iconic*, dan *symbolic* adalah anak menjelaskan sesuatu melalui perbuatan (fase *enactive*). Kemudian pada fase *iconic* menjelaskan keseimbangan pada gambar atau bagan/menggunakan bahasa (Syaodih, 85:2001).

Dalam mengaplikasikan metode *discovery learning* guru berperan sebagai pembimbing dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar secara aktif, sebagaimana pendapat guru harus dapat membimbing dan mengarahkan kegiatan belajar siswa sesuai dengan tujuan (Sardiman, 2005:145). Kondisi seperti ini ingin meubah kegiatan belajar mengajar yang *teacher oriented* menjadi *student oriented*. Hal yang menarik dalam pendapat Bruner yang menyebutkan hendaknya guru harus memberikan kesempatan muridnya untuk menjadi seorang *problem solver*, seorang *scientist*, historian, atau ahli matematika. Dalam metode *discovery learning* bahan ajar tidak disajikan dalam bentuk akhir, siswa dituntut untuk melakukan berbagai kegiatan menghimpun informasi, membandingkan, mengategorikan, menganalisis, mengintegrasikan, mereorganisasikan bahan serta membuat kesimpulan-kesimpulan. Hal tersebut memungkinkan murid-murid menemukan arti bagi diri mereka sendiri, dan memungkinkan mereka untuk mempelajari konsep-konsep di dalam bahasa yang dimengerti mereka. Dengan demikian, seorang guru dalam aplikasi metode *discovery learning* harus dapat menempatkan siswa pada kesempatan-kesempatan dalam belajar yang lebih mandiri.

Bruner mengatakan bahwa proses belajar akan berjalan dengan baik dan kreatif jika guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menemukan suatu konsep, teori, aturan, atau pemahaman melalui contoh-contoh yang ia jumpai dalam kehidupannya (Budiningih, 2005: 41). Pada akhirnya yang menjadi tujuan dalam metode *Discovery Learning* menurut Bruner adalah hendaklah guru

memberikan kesempatan kepada muridnya untuk menjadi seorang *problem solver*, seorang *scientist*, historian, atau ahli matematika. Melalui kegiatan tersebut siswa akan menguasainya, menerapkan, serta menemukan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya. Karakteristik yang paling jelas mengenai *discovery* sebagai metode mengajar ialah bahwa sesudah tingkat-tingkat inisial (pemulaan) mengajar, bimbingan guru hendaklah lebih berkurang dari pada metode-metode mengajar lainnya. Hal ini tak berarti bahwa guru menghentikan untuk memberikan suatu bimbingan setelah problema disajikan kepada pelajar.

2. Fakta Empirik Keberhasilan Pendekatan dalam Proses dan Hasil Pembelajaran

Berdasarkan fakta dan hasil pengamatan, penerapan pendekatan *discovery learning* dalam pembelajaran memiliki kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahan.

a. Kelebihan Penerapan *Discovery Learning*

- 1) Membantu siswa untuk memperbaiki dan meningkatkan keterampilan-keterampilan dan proses-proses kognitif. Usaha penemuan merupakan kunci dalam proses ini, seseorang tergantung bagaimana cara belajarnya.
- 2) Pengetahuan yang diperoleh melalui metode ini sangat pribadi dan ampuh karena menguatkan pengertian, ingatan, dan transfer.
- 3) Menimbulkan rasa senang pada siswa, karena tumbuhnya rasa menyelidiki dan berhasil.
- 4) Metode ini memungkinkan siswa berkembang dengan cepat dan sesuai dengan kecepatannya sendiri.
- 5) Menyebabkan siswa mengarahkan kegiatan belajarnya sendiri dengan melibatkan akalanya dan motivasi sendiri.

- 6) Metode ini dapat membantu siswa memperkuat konsep dirinya, karena memperoleh kepercayaan bekerja sama dengan yang lainnya.
- 7) Berpusat pada siswa dan guru berperan sama-sama aktif mengeluarkan gagasan-gagasan. Bahkan guru pun dapat bertindak sebagai siswa, dan sebagai peneliti di dalam situasi diskusi.
- 8) Membantu siswa menghilangkan skeptisme (keragu-raguan) karena mengarah pada kebenaran yang final dan tertentu atau pasti.
- 9) Siswa akan mengerti konsep dasar dan ide-ide lebih baik.
- 10) Membantu dan mengembangkan ingatan dan transfer ke-pada situasi proses belajar yang baru.
- 11) Mendorong siswa berpikir dan bekerja atas inisiatif sendiri.
- 12) Mendorong siswa berpikir intuisi dan merumuskan hipotesis sendiri.
- 13) Memberikan keputusan yang bersifat intrinsik.

b. Kelemahan Penerapan *Discovery Learning*

- 1) Metode ini menimbulkan asumsi bahwa ada kesiapan pikiran untuk belajar. Bagi siswa yang kurang pandai, akan mengalami kesulitan abstrak atau berpikir atau mengungkapkan hubungan antara konsep-konsep, yang tertulis atau lisan, sehingga pada gilirannya akan menimbulkan frustrasi.
- 2) Metode ini tidak efisien untuk mengajar jumlah siswa yang banyak, karena membutuhkan waktu yang lama untuk membantu mereka menemukan teori atau pemecahan masalah lainnya.
- 3) Harapan-harapan yang terkandung dalam metode ini dapat buyar berhadapan dengan siswa dan guru yang telah terbiasa dengan cara-cara belajar yang lama.

- 4) Pengajaran *discovery* lebih cocok untuk mengembangkan pemahaman, sedangkan mengembangkan aspek konsep, keterampilan dan emosi secara keseluruhan kurang mendapat perhatian.
- 5) Pada beberapa disiplin ilmu, misalnya IPA kurang fasilitas untuk mengukur gagasan yang dikemukakan oleh para siswa.
- 6) Tidak menyediakan kesempatan-kesempatan untuk berpikir yang akan ditemukan oleh siswa karena telah dipilih terlebih dahulu oleh guru.

3. Langkah-langkah Operasional Implementasi dalam Proses Pembelajaran

Berikut ini langkah-langkah mengaplikasikan model *discovery learning*.

- a. Menentukan tujuan pembelajaran.
- b. Melakukan identifikasi karakteristik siswa (kemampuan awal, minat, gaya belajar, dan sebagainya).
- c. Menentukan topik-topik yang harus dipelajari siswa secara induktif (dari contoh-contoh generalisasi).
- d. Mengembangkan bahan-bahan belajar yang berupa contoh-contoh, ilustrasi, tugas dan sebagainya untuk dipelajari siswa.
- e. Melakukan penilaian proses dan hasil belajar siswa.

4. Prosedur Aplikasi Metode *Discovery Learning*

Menurut Syah (2004: 244) dalam mengaplikasikan metode *discovery learning* di kelas, ada beberapa prosedur yang harus dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar secara umum sebagai berikut:

a. Stimulation (Stimulasi/Pemberian Rangsangan)

Pertama-tama pada tahap ini pelajar dihadapkan pada sesuatu yang menimbulkan kebingungannya, kemudian dilanjutkan untuk tidak memberi generalisasi, agar timbul keinginan untuk menyelidiki sendiri. Di samping itu guru dapat memulai kegiatan PBM dengan mengajukan pertanyaan, anjuran membaca buku, dan aktivitas belajar lainnya yang mengarah pada persiapan pemecahan masalah. Stimulasi pada tahap ini berfungsi untuk menyediakan kondisi interaksi belajar yang dapat mengembangkan dan membantu siswa dalam mengeksplorasi bahan. Dalam hal ini Bruner memberikan stimulasi dengan menggunakan teknik bertanya, yaitu dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang dapat mendapatkan siswa pada kondisi internal yang mendorong eksplorasi.

b. Problem Statement (Pernyataan/Identifikasi Masalah)

Setelah dilakukan stimulasi langkah selanjutnya adalah guru memberi kesempatan pada siswa untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin agenda-agenda masalah yang relevan dengan bahan pelajaran, kemudian salah satunya dipilih dan dirumuskan dalam bentuk hipotesis (jawaban sementara atas pertanyaan masalah) (Syah 2004: 244), sedangkan menurut permasalahan yang dipilih itu selanjutnya harus dirumuskan dalam bentuk pertanyaan, atau hipotesis, yakni pernyataan (*statement*) sebagai jawaban sementara atas pertanyaan yang diajukan. Memberikan kesempatan siswa untuk mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang mereka hadapi, merupakan teknik yang berguna dalam membangun siswa agar mereka terbiasa untuk menemukan suatu masalah.

c. Data Collection (Pengumpulan Data)

Ketika eksplorasi berlangsung guru juga memberikan kesempatan kepada para siswa untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya yang relevan untuk membuktikan benar atau tidaknya

hipotesis (Syah, 2004: 244). Pada tahap ini berfungsi untuk menjawab pertanyaan atau membuktikan benar tidaknya hipotesis. Dengan demikian, anak didik diberi kesempatan untuk mengumpulkan (*collection*) berbagai informasi yang relevan, membaca literatur, mengamati objek, wawancara dengan narasumber, melakukan uji coba sendiri dan sebagainya. Konsekuensi dari tahap ini adalah siswa belajar secara aktif untuk menemukan sesuatu yang berhubungan dengan permasalahan yang dihadapi, dengan demikian secara tidak disengaja siswa menghubungkan masalah dengan pengetahuan yang telah dimiliki.

d. Data Processing (Pengolahan Data)

Menurut Syah (2004: 244) pengolahan data merupakan kegiatan mengolah data dan informasi yang telah diperoleh para siswa baik melalui wawancara, observasi, dan sebagainya, lalu ditafsirkan. Semua informasi hasil bacaan, wawancara, observasi, dan sebagainya, semuanya diolah, diacak, diklasifikasikan, ditabulasi, bahkan bila perlu dihitung dengan cara tertentu serta ditafsirkan pada tingkat kepercayaan tertentu (Djamarah, 2002:22). *Data processing* disebut juga dengan pengodean *coding*/kategorisasi yang berfungsi sebagai pembentukan konsep dan generalisasi. Dari generalisasi tersebut siswa akan mendapatkan pengetahuan baru tentang alternatif jawaban/ penyelesaian yang perlu mendapat pembuktian secara logis.

e. Verification (Pembuktian)

Pada tahap ini siswa melakukan pemeriksaan secara cermat untuk membuktikan benar atau tidaknya hipotesis yang ditetapkan tadi dengan temuan alternatif, dihubungkan dengan hasil data *processing* (Syah, 2004: 244). *Verification* menurut Bruner, bertujuan agar proses belajar akan berjalan dengan baik dan kreatif.

f. *Generalization* (Menarik Kesimpulan/Generalisasi)

Tahap generalisasi atau menarik kesimpulan adalah proses menarik sebuah kesimpulan yang dapat dijadikan prinsip umum dan berlaku untuk semua kejadian atau masalah yang sama, dengan memperhatikan hasil verifikasi (Syah, 2004: 244). Berdasarkan hasil verifikasi maka dirumuskan prinsip-prinsip yang mendasari generalisasi. Setelah menarik kesimpulan siswa harus memperhatikan proses generalisasi yang menekankan pentingnya penguasaan pelajaran atas makna dan kaidah atau prinsip-prinsip yang luas yang mendasari pengalaman seseorang, serta pentingnya proses pengaturan dan generalisasi dari pengalaman-pengalaman itu.

6. Sistem Penilaian

Dalam model pembelajaran *discovery learning*, penilaian dapat dilakukan dengan menggunakan tes maupun nontes, sedangkan penilaian yang digunakan dapat berupa penilaian kognitif, proses, sikap, atau penilaian hasil kerja siswa. Jika bentuk penilaiannya berupa penilaian kognitif, maka dalam model pembelajaran *discovery learning* dapat menggunakan tes tertulis. Jika bentuk penilaiannya menggunakan penilaian proses, sikap, atau penilaian hasil kerja siswa, maka pelaksanaan penilaian dapat menggunakan contoh-contoh format penilaian seperti tersebut di bawah ini.

a. Penilaian Tertulis

Penilaian tertulis merupakan tes dimana soal dan jawaban yang diberikan kepada peserta didik dalam bentuk tulisan. Dalam menjawab soal peserta didik tidak selalu merespons dalam bentuk menulis jawaban tetapi dapat juga dalam bentuk yang lain seperti memberi tanda, mewarnai, menggambar dan lain sebagainya. Ada dua bentuk soal tes tertulis, yaitu berikut ini:

- 1) Soal dengan memilih jawaban.
 - a) pilihan ganda
 - b) dua pilihan (benar-salah, ya-tidak)
 - c) menjodohkan
- 2) Soal dengan mensuplai-jawaban.
 - a) isian atau melengkap
 - b) jawaban singkat
 - c) soal uraian

Dari berbagai alat penilaian tertulis, tes memilih jawaban benar-salah, isian singkat, dan menjodohkan merupakan alat yang hanya menilai kemampuan berpikir rendah, yaitu kemampuan mengingat (pengetahuan). Tes pilihan ganda dapat digunakan untuk menilai kemampuan mengingat dan memahami. Pilihan ganda mempunyai kelemahan, yaitu peserta didik tidak mengembangkan sendiri jawabannya tetapi cenderung hanya memilih jawaban yang benar dan jika peserta didik tidak mengetahui jawaban yang benar, maka peserta didik akan menerka. Hal ini menimbulkan kecenderungan peserta didik tidak belajar untuk memahami pelajaran tetapi menghafalkan soal dan jawabannya. Alat penilaian ini kurang dianjurkan pemakaiannya dalam penilaian kelas karena tidak menggambarkan kemampuan peserta didik yang sesungguhnya.

Tes tertulis bentuk uraian adalah alat penilaian yang menuntut peserta didik untuk mengingat, memahami, dan mengorganisasikan gagasannya atau hal-hal yang sudah dipelajari, dengan cara mengemukakan atau mengekspresikan gagasan tersebut dalam bentuk uraian tertulis dengan menggunakan kata-katanya sendiri. Alat ini dapat menilai berbagai jenis kemampuan, misalnya mengemukakan pendapat, berpikir logis, dan menyimpulkan. Kelemahan alat ini antara lain cakupan materi yang ditanyakan terbatas.

Dalam menyusun instrumen penilaian tertulis perlu dipertimbangkan hal-hal berikut:

- 1) Materi, misalnya kesesuaian soal dengan indikator pada kurikulum;
- 2) Konstruksi, misalnya rumusan soal atau pertanyaan harus jelas dan tegas.
- 3) Bahasa, misalnya rumusan soal tidak menggunakan kata/kalimat yang menimbulkan penafsiran ganda.

b. Penilaian Diri

Penilaian diri (*self assessment*) adalah suatu teknik penilaian, subjek yang ingin dinilai diminta untuk menilaid dirinya sendiri berkaitan dengan, status, proses dan tingkat pencapaian kompetensi yang dipelajarinya dalam mata pelajaran tertentu. Teknik penilaian diri dapat digunakan dalam berbagai aspek penilaian, yang berkaitan dengan kompetensi kognitif, afektif, dan psikomotor. Dalam proses pembelajaran di kelas, berkaitan dengan kompetensi kognitif, misalnya: peserta didik dapat diminta untuk menilai penguasaan pengetahuan dan keterampilan berpikir sebagai hasil belajar dalam mata pelajaran tertentu, berdasarkan kriteria atau acuan yang telah disiapkan. Berkaitan dengan kompetensi afektif, misalnya peserta didik dapat diminta untuk membuat tulisan yang memuat curahan perasaannya terhadap suatu objek sikap tertentu. Selanjutnya, peserta didik diminta untuk melakukan penilaian berdasarkan kriteria atau acuan yang telah disiapkan. Berkaitan dengan kompetensi psikomotorik, peserta didik dapat diminta untuk menilai kecakapan atau keterampilan yang telah dikuasainya sebagai hasil belajar berdasarkan kriteria atau acuan yang telah disiapkan. Penggunaan teknik ini dapat memberi dampak positif terhadap perkembangan kepribadian seseorang.

c. Penilaian Sikap

Contoh Format Penilaian Sikap

Mata Pelajaran : Semester :

Kelompok : Kelas :

No.	Nama Siswa	Skor Komitmen Tugas	Nilai Kerja Sama	Ketelitian	Minat	Jumlah Skor
1						
2						
3						
4						
5						
..						
..						

d. Format Penilaian Kinerja

Contoh Format Penilaian Kinerja

Nama Siswa : Tanggal:

Kelas :

No.	Aspek yang Dinilai	Tingkat Kemampuan			
		1	2	3	4
1					
2					
3					
...					
Jumlah					

Kriteria Penskoran		Kriteria Penilaian	
1. Baik Sekali	4	10 – 12	A
2. Baik	3	7 – 9	B
3. Cukup	2	4 – 6	C
4. Kurang	1	≤ 3	D

Keterangan:

- A. Pengelompokan yang dilakukan siswa sangat baik, uraian yang dijabarkan rinci dan diperoleh dengan menggunakan seluruh indra disertai dengan gambar-gambar atau diagram.
- B. Pengelompokan yang dilakukan siswa baik, uraian yang dijabarkan kurang rinci dan diperoleh dengan menggunakan sebagian besar indra dengan gambar-gambar atau diagram.
- C. Pengelompokan yang dilakukan siswa cukup baik, uraian yang dijabarkan tidak rinci dan diperoleh dengan menggunakan sebagian kecil indra dengan gambar-gambar atau diagram.
- D. Pengelompokan yang dilakukan siswa kurang baik, uraian yang dijabarkan kurang sesuai dan diperoleh dengan menggunakan sebagian besar indra dengan gambar-gambar atau diagram.

L. MODEL PEMBELAJARAN *SPORT EDUCATION*

Pendidikan Jasmani, yang dalam kurikulum disebut secara paralel dengan istilah lain menjadi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, merupakan salah satu mata pelajaran yang disajikan di sekolah, mulai dari SD sampai dengan SMA. 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, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan (CDC, 2000; Disman, 1990; Pate dan Trost, 1998).

Sejauh ini proses pembelajaran pendidikan jasmani masih berlangsung secara konservatif. Artinya pola pembelajaran masih berpusat pada guru (*teacher centered*) dengan penyampaian teknik-teknik dasar cabang olahraga yang terpisah dari permainan cabang olahraga tertentu. Sebaliknya model *sport education* berorientasi pada keterlibatan siswa secara langsung (*student centered*) dimana program pembelajarannya dikemas dalam bentuk kompetisi olahraga. Metode ini dipercaya mampu mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral yang baik, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih.

Pembelajaran pendidikan jasmani di beberapa sekolah baik SD, SMP maupun SMA, masih disampaikan secara terpisah antara teknik dasar olahraga dengan suasana permainan sebenarnya. Apabila melakukan permainan, permainan tersebut tidak sesuai dengan hakikat kemampuan siswa serta kehilangan nilai-nilai keolahragaan. Terlebih proses pembelajaran tidak memberikan pengalaman yang lengkap pada siswa dalam berolahraga. Hal ini dianggapnya tidak sesuai dengan konsep "*developmentally appropriate practices*". Bahkan dalam kenyataannya pun, untuk sebagian besar siswa cara seperti ini kurang menyenangkan dan kurang melibatkan siswa secara aktif.

Berikut ini adalah ciri-ciri pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah yang selama ini diterapkan oleh guru, antara lain:

1. Metode pembelajaran berorientasi pada *teacher centered* bukan *student centered*.
2. Pelaksanaan pembelajaran mengajarkan teknik dan gerak dasar

(*basic movement*).

3. Hanya mengembangkan ranah motorik, tetapi ranah afektif, kognitif, sosial terabaikan.
4. Menggunakan unit pembelajaran yang biasanya pendek.
5. Sangat sedikit menggunakan sistem kompetisi olahraga.
6. Minimnya unsur-unsur permainan dalam proses pembelajaran.
7. Nilai-nilai olahraga seperti nilai kompetisi, *fair play*, dan kerja sama kurang tampak.
8. Proses pembelajaran kurang menyenangkan bagi siswa dan cenderung monoton.
9. Partisipasi siswa terbatas atau sedikit.

Model *sport education* memiliki tujuan untuk mendidik siswa menjadi pemain dalam arti sesungguhnya serta membantu mereka berkembang untuk menjadi olahragawan yang kompeten, bijaksana dan berpengetahuan, serta antusias. Model *sport education* menawarkan metode pembelajaran yang lebih lengkap dengan apa yang selama ini dilakukan oleh guru-guru pendidikan jasmani. Sebelumnya model *sport education* sudah dulu eksis di negara Amerika Serikat, yang diperkenalkan oleh Daryl Siedentop sejak tahun 1994. Salah satu bentuk model *sport education* di sekolah yang sukses dan telah mendapatkan apresiasi luar biasa dari pemerintah Indonesia adalah bergulirnya Kompetisi Bola Basket SMA se-Indonesia (Honda DBL Jawa Pos Competition) yang terselenggara di seluruh daerah di Indonesia. Model *sport education* memiliki tujuan khusus antara lain untuk:

1. Mengembangkan keterampilan dan kebugaran yang khusus untuk cabang olahraga.
2. Menghargai dan dapat melakukan permainan strategis dalam olahraga.

3. Berperan serta secara layak sesuai dengan tahap perkembangannya.
4. Berbagi peran dalam perencanaan dan administrasi program olahraga.
5. Memberikan dan mengembangkan kepemimpinan yang bertanggung jawab.
6. Bekerja secara efektif dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama.
7. Menghargai ritual dan konvensi keunikan makna dari setiap cabang olahraga.
8. Mengembangkan kapasitas untuk mengambil keputusan yang tepat dan bijaksana berkaitan dengan isu-isu dalam olahraga.
9. Mengembangkan dan menerapkan pengetahuan tentang perwasitan, penilaian dan pelatihan.

1. Model *Sport Education* dalam Pendidikan Jasmani

Sport education yang sebelumnya diberi nama *play education* (Jewett dan Bain, 1985) dikembangkan oleh Siedentop (1995). Model ini berorientasi pada nilai rujukan *disciplinary mastery* (penguasaan materi), dan merujuk pada model kurikulum *sport socialization*. Siedentop banyak membahas model ini dalam bukunya yang berjudul *Quality PE Through Positive Sport Experiences: Sport Education*. Inspirasi yang melandasi penelitian ini terkait dengan kenyataan bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang digunakan oleh guru dan siswapun senang melakukannya, namun di sisi lain terlihat bahwa pembelajaran olahraga dalam konteks pendidikan jasmani tidak lengkap dan tidak sesuai diberikan kepada siswa karena nilai-nilai yang terkandung di dalamnya sering terabaikan. Pembelajaran pendidikan jasmani lebih sering diajarkan melalui teknik-teknik olahraga yang sering terpisah dari suasana permainan sebenarnya atau jika pun melakukan permainan,

permainan tersebut tidak sesuai dengan hakikat kemampuan siswa serta kehilangan nilai-nilai keolahragaan dan yang lebih penting, tidak memberikan pengalaman yang lengkap pada siswa dalam berolahraga.

Hal ini dianggapnya tidak sesuai dengan konsep “*developmentally appropriate practices*”. Bahkan dalam kenyataannya pun, untuk sebagian besar siswa cara seperti ini kurang menyenangkan dan kurang melibatkan siswa secara aktif. Model *sport education* diharapkan mampu mengatasi berbagai kelemahan pembelajaran yang selama ini sering dilakukan oleh para guru. Enam karakteristik model *sport education* yang seringkali absen dari pembelajaran pendidikan jasmani pada umumnya adalah: musim, anggota tim, pertandingan formal, puncak pertandingan, catatan hasil, perayaan hasil kompetisi. Berikut ini dijelaskan karakteristik tersebut:

- a. Musim (*season*) merupakan salah satu karakteristik dari model *sport education* yang di dalamnya terdiri atas musim latihan dan kompetisi serta seringkali diakhiri dengan puncak kompetisi.
- b. Anggota team merupakan karakteristik kedua dari model *sport education*. Semua mahasiswa harus menjadi salah satu anggota dari tim olahraga dan akan tetap sebagai anggota sampai satu musim selesai.
- c. Kompetisi formal merupakan karakteristik ke tiga dari model *sport education*. Kompetisi dalam model ini mengandung tiga arti, yaitu: festival, usaha meraih kompetensi, dan mengikuti pertandingan pada level yang berurutan. Kompetisi formal dilakukan secara berselang-seling dengan latihan dan format yang berbeda-beda: misal dua lawan dua, tiga lawan tiga dan seterusnya hingga pada tingkatan yang sesuai dengan kemampuan mahasiswa. Penjadwalan ditetapkan dari sejak awal perkuliahan sehingga mahasiswa mengetahui waktunya

- secara pasti dan dari sejak kapan mereka harus mempersiapkan diri.
- d. Puncak pertandingan merupakan ciri khas dari *event* olahraga untuk mencari siapa yang terbaik pada musim itu, dan ciri khas ini dijadikan karakteristik keempat dari model *sport education*. Dalam pembelajaran permainan pada umumnya, pertandingan seperti ini sering dilakukan, namun setiap mahasiswa belum tentu masuk anggota tim sehingga terkadang lepas dari konteksnya.
 - e. Catatan hasil merupakan karakteristik ke lima dari model *sport education*. Catatan ini dilakukan dalam berbagai bentuk, dari mulai dari catatan masuk goal, tendangan ke gol, curang, kesalahan-kesalahan, dan sebagainya disesuaikan dengan kemampuan siswa. Catatan ini dilakukan siswa dan guru untuk dijadikan *feedback* baik bagi individu maupun team.
 - f. Perayaan hasil kompetisi merupakan karakteristik keenam dari model *sport education*. Perayaan hasil kompetisi seperti upacara penyerahan medali berguna untuk meningkatkan makna dari partisipasi dan merupakan aspek sosial dari pengalaman yang dilakukan siswa. Keenam karakteristik model *sport education* ini oleh Siedentop dijadikan alasan untuk mengatakan bahwa proses pembelajaran pada umumnya tidak lengkap dalam mengajar siswa melalui olahraga.

2. Perbedaan Sport Education dengan Sport

Perbedaan yang mencolok antara *sport education* dengan *sport* (olahraga) adalah: persyaratan partisipasi (*participation requirements*), keterlibatan yang sesuai dengan perkembangan siswa (*developmentally appropriate involvement*), dan peran yang lebih beragam (*more diverse roles*).

- a. Persyaratan partisipasi (*participation requirements*). Sport education menuntut adanya partisipasi penuh dari semua mahasiswa pada semua musim. Tuntutan ini akan mempengaruhi pertimbangan dalam memilih jumlah tim dan anggota pada masing-masing tim, dan karakteristik kompetisi yang dilakukannya. Beberapa hal yang perlu diperhatikan antara lain:
- 1) Sistem gugur sedapat mungkin dihindari.
 - 2) Jumlah anggota tim yang terlalu banyak juga harus dihindari sebab permainan cenderung akan didominasi oleh siswa yang sudah terampil.
 - 3) Puncak pertandingan harus merupakan even untuk semua siswa tidak hanya untuk mahasiswa atau tim yang paling baik.
 - 4) Semua siswa (tidak hanya yang berbakat) mendapat kesempatan yang sama pada semua peran baik sebagai pemain, wasit, pemimpin, dan anggota tim.
- b. Keterlibatan yang sesuai dengan perkembangannya (*developmentally appropriate involvement*). Bentuk olahraga yang digunakan dalam *sport education* harus sesuai dengan pengalaman dan kemampuan siswa. Bahkan Siedentop menganggap bahwa semua olahraga formal secara penuh tidak cocok diberikan pada siswa dalam konteks *sport education*. Semua olahraga harus diberikan secara bertahap dan dimodifikasi namun menyeluruh pada keenam karakteristik *sport education* tersebut di atas. Modifikasi dapat dilakukan dari jumlah anggota team misal 1 lawan 1 hingga pada jumlah yang sesuai dengan kemampuan siswa, dari alat yang digunakan, demikian juga peraturannya dari mulai bisa mengatakan masuk atau keluar hingga pada peraturan yang sesuai dengan kemampuan siswa untuk dapat diterapkannya.

- c. Peran yang lebih beragam (*more diverse roles*). Model *sport education* menuntut siswa memainkan banyak peran daripada olahraga pada umumnya yang hanya berperan sebagai pemain. Dalam model *sport education*, selain belajar berperan sebagai pemain, siswa juga belajar sebagai pelatih, wasit, dan pencatat skor. Pada kasus model tertentu, siswa dapat belajar sebagai manager, instruktur, penyiari, dan penulis berita olahraga. Untuk itu model ini dapat juga mengembangkan karir siswa dalam bidang profesi olahraga.

3. Implementasi Model Sport Education

Menurut Siedentop (1995) seperti model-model pembelajaran lain, model *sport education* dapat diimplementasikan secara baik atau sebaliknya. Keberhasilan dan kegagalan model ini bergantung kepada bagaimana para guru, mengimplementasikannya. Menurut Siedento et. al (2004) terdapat beberapa petunjuk dan saran untuk membantu para guru memulai implementasi model *sport education* kemudian membangun keberhasilan pada pelaksanaannya. Jika para guru mencoba model *sport education*, maka mulailah dengan kemauan untuk berhasil melaksanakannya. Hal tersebut akan membuat perencanaan menjadi penting.

Model *sport education* memerlukan partisipasi penuh dari para siswa. Sedangkan permasalahannya tetap klasik, yaitu bahwa waktu untuk pembelajaran sangat terbatas, padahal mahasiswa harus tetap memiliki pengalaman berhasil sebanyak mungkin. Oleh karena itu, cabang olahraga formal yang dilaksanakan dengan format sebenarnya harus dipertimbangkan akibatnya. Hampir semua cabang olahraga dapat dimodifikasi untuk membuatnya lebih bersifat tepat sesuai perkembangan (*developmentally appropriate*) serta memastikan adanya keterlibatan penuh dari siswa. Partisipasi di sini berarti benar-benar melaksanakan keterampilan dan terlibat dalam permainan strategis sebagai seorang anggota regu. Sudah bukan rahasia bahwa

permainan yang dilakukan secara formal akan menyebabkan siswa yang terlibat dalam permainan tidak benar-benar berpartisipasi.

4. Panjang Musim Pertandingan

Ciri utama dari model *sport education* adalah bahwa pembelajaran dilaksanakan dalam sebuah musim, atau lazim disebut musim pertandingan. Musim ini dalam pelajaran biasa merupakan pengganti dari unit pembelajaran, yang biasanya berlangsung lebih pendek, misalnya dalam satu unit pembelajaran voli, yang biasanya terdiri atas dua atau tiga pertemuan. Musim pertandingan selayaknya berlangsung cukup panjang agar tujuan dari model *sport education* dapat tercapai; yaitu memberikan pengalaman yang lengkap pada siswa dalam hal menguasai keterampilan olahraga sekaligus menginternalisasi nilai-nilai olahraga agar menjadi pelengkap perkembangan kepribadian siswa. Bahkan di samping keterampilan dan nilai, siswa pun diberi pengalaman untuk pernah menjadi wasit, official, pelatih, asisten pelatih, pencatat nilai, atau peranan lainnya. Mengapa disebut lengkap? Terutama juga dalam hal penguasaan keterampilan. Belajar untuk bergerak secara meyakinkan dan berpengetahuan sebagai seorang pemain bertahan atau pemain penyerang pada suatu regu dalam situasi bertanding adalah lebih sulit dan lengkap daripada hanya menguasai suatu keterampilan awal dalam *setting* yang terpisah-pisah.

Tugas-tugas pembelajaran yang kompleks tersebut akan memerlukan waktu yang lebih lama, jauh lebih lama daripada waktu yang disediakan untuk unit pembelajaran pada waktu perkuliahan yang umum. Ketersediaan waktu adalah fungsi dari panjangnya waktu pelajaran serta banyaknya pembelajaran dalam satu unit. Karenanya cukup sulit untuk untuk menetapkan rumus atau formula dalam menentukan waktu yang tepat dari suatu musim.

5. Pemilihan Regu

Sport education mengharuskan agar para siswa menjadi anggota regu di awal musim pertandingan dan menjaga afiliasi mereka sepanjang waktu. Afiliasi atau keterikatan adalah suatu faktor kunci dalam meningkatkan pertumbuhan kepribadian positif di antara siswa. Pemilihan regu akhirnya akan menjadi faktor kritis dari keberhasilan program model *sport education*. Dua isu biasanya berhubungan dengan pemilihan regu. Isu pertama adalah ukuran regu dan isu lainnya adalah metode pemilihan regu. Ukuran regu berkaitan dengan bagaimana guru memodifikasi olahraga yang dipilih serta jenis musim kompetisi yang diinginkan. Dalam permainan format regu dapat dibuat 6 lawan 6, atau 7 lawan 7, atau lebih. Lima cara berikut untuk pemilihan regu dapat dicoba oleh guru.

- a. Guru dapat memilih regu terlebih dahulu didasarkan pada pengetahuannya tentang keterampilan, sikap, serta catatan kehadiran siswa.
- b. Guru dapat memilih (atau siswa yang mengadakan pemilihan) sebuah tim pemilih dari siswa, sehingga bersama-sama guru dapat membuat pemilihan regu.
- c. Guru dapat memilih atau siswa dapat menjadi sukarelawan untuk menjadi kapten regu, yang setelahnya bersama pengajar memilih regu yang merata. Kapten regu tersebut kemudian ditugaskan untuk masuk ke dalam regu dengan undian.
- d. Siswa dapat memilih sebuah panitia pemilih yang bertugas memilih regu didasarkan pada ukuran penampilan atau pengetahuan awal tentang rekan-rekannya.
- e. Tes keterampilan, ujicoba, atau tangga kompetisi dapat digunakan untuk meranking para pemain, dan dengan ranking itulah pemilihan pemain didasarkan.

- f. Karena salah satu tujuan *sport education* adalah untuk mendorong siswa untuk secara bertahap memikul tanggung jawab untuk mengarahkan dan mengatur pengalaman berolahraganya sendiri, banyak guru yang memulai pemilihan oleh guru di masa-masa awalnya, kemudian berikutnya memberi kesempatan pada siswa untuk melakukan pemilihan.

Saran-saran tersebut tentang ukuran regu dan pemilihan regu telah dirumuskan oleh para pengajar dalam bentuk komentar atau umpan balik setelah mereka melaksanakan model *sport education*. Diharapkan, apapun keputusan yang dipilih, siswa akan tetap menunjukkan perhatian besar. Pemilihan regu biasanya menarik minat para siswa, dan memberikan kesempatan yang baik untuk mengajar dan mendorong tumbuhnya konsep keadilan (*fairness*). Peran utama yang menentukan model *sport education* dasar adalah pelatih atau kapten regu, wasit, pencatat nilai, dan jurnalis. Peranan lain yang sudah dibuktikan berhasil oleh para pengajar adalah manajer, trainer, anggota panitia pemilih, dan penyiar. Setiap peranan tersebut perlu didefinisikan secara jelas. Apapun peranan yang dimanfaatkan harus tercakup di dalam sistem akuntabilitas. Pengajar tidak dapat mengharapkan siswa melamar peranan tersebut bagi dirinya kecuali jika hal itu bermakna bagi regunya dan penilaian individualnya. Meskipun hakikat khusus dari setiap peran berbeda dari situasi ke situasi, berikut adalah tugas yang harus dijalankan oleh setiap peran tersebut:

- a. **Pelatih** atau kapten regu bertugas memimpin pemanasan, mengarahkan latihan keterampilan dan strategi, membantu membuat keputusan tentang susunan pemain, menyerahkan susunan pemain tadi kepada pengajar atau manajer, dan umumnya memberikan pengarahan untuk regunya sendiri.
- b. **Asisten Pelatih** atau kapten membantu kapten dan mengambil alih peranan mereka jika mereka tidak hadir.

- c. **Wasit** bertugas memimpin pertandingan, membuat keputusan tentang peraturan, dan secara umum menjaga agar pertandingan berlangsung tanpa gangguan yang tak jelas.
- d. **Pencatat nilai** mencatat skor penampilan ketika hal itu terjadi, menjaga penghitungan yang masih berubah dari kompetisi yang masih berlangsung, mengumpulkan skor, dan menyerahkan hasil akhir kepada personel yang tepat (guru, manajer, atau statistisian).
- e. **Statistisian** mencatat data penampilan yang menonjol, menggabungkannya ketika sudah tuntas, menyimpulkan keseluruhan kompetisi, dan menyerahkan data tersebut kepada pihak yang berwenang (guru, reporter, atau manajer).
- f. **Reporter** mengambil catatan dan statistik yang terkumpul dan mempublikasikannya. Publikasi ini diterbitkan melalui lembaran mingguan olahraga, koran sekolah, poster, atau *newsletter* khusus model *sport education*.
- g. **Manajer** sering digunakan untuk membedakan peran kepemimpinan dari pelatih dari tugas administratif suatu regu. Manajer bertugas menyerahkan formulir yang diperlukan, membantu menetapkan peranan yang tepat sebagai atlet, wasit, pencatat nilai, atau sejenisnya, dan secara umum menetapkan fungsi-fungsi administratif tentang tanggung jawab regu.
- h. **Trainer** bertanggung jawab untuk mengetahui cedera umum yang terkait dengan olahraga, mendapatkan akses pada tindakan pertolongan pertama, dan untuk melapor kepada pengajar tentang setiap masalah cedera selama latihan atau pertandingan. Meskipun mereka tidak harus memberikan pertolongan pertama tanpa pengawasan pengajar, mereka dapat membantu pengajar dalam pengadministrasian pertolongan pertama dalam rehabilitasi berikutnya.

- i. **Penyiar** dapat memperkenalkan para pemain dan menjelaskan jalannya permainan yang sedang berlangsung selama pertandingan.

Peran-peran tersebut di atas dapat dengan mudah dipelajari ketika terdapat deskripsi yang dan kriteria yang jelas terhadap penampilan peran tersebut. Salah satu cara untuk mengatasi masalah ini adalah dengan membuat sebuah booklet yang menjelaskan tugas dari setiap peran dan menjelaskan secara tepat tugas yang harus diselesaikan serta kapan harus dilaksanakannya. Booklet semacam itu harus diserahkan kepada para siswa dan dikembalikan secara utuh pada akhir musim pertandingan (pengajar membuat aturan tentang pengembalian dalam sistem akuntabilitas yang harus dipenuhi). Banyak siswa mampu mengembangkan keterikatannya dengan regunya dan hal ini harus didukung dengan cara tertentu. Regu harus memiliki nama dan mereka dapat memilih seragam, tetapi hal itu harus dilakukan dalam kriteria yang ditetapkan yang memperhitungkan biaya dan standar lokal. Foto regu dapat dibuat tanpa banyak biaya serta dipasang pada papan pengumuman atau pada jadwal pertandingan. Regu harus mempunyai wilayah latihan (semacam markas) tetap di lapangan atau hall. Anggota regu melapor ke markas ini pada awal pelajaran dan melakukan pemanasan serta latihan keterampilan dan strategi.

6. Event Puncak

Event puncak menandai akhir dari musim pertandingan. *Event* ini berperan sebagai festival, perayaan hari olahraga. Puncak kegiatan akan menentukan siapa atau regu mana yang akan menjadi juara. Hal itu menambah suatu dimensi spesial pada pertandingan olahraga, sekaligus juga menjadi proses kependidikan dari model *sport education*. Pengajar harus memastikan bahwa aspek festival dari kegiatan puncak ini diberi penekanan melebihi aspek dari persai-

ngannya. Kegiatan puncak ini ditujukan bagi semua siswa dan para siswa harus mengalaminya secara positif. Tidak ada batas akhir untuk mendefinisikan kegiatan puncak ini. Kegiatan ini dapat secara tegas difokuskan sebagai kegiatan puncak sebuah kelas, atau diperluas sebagai kegiatan yang melibatkan seluruh kelas dari satu sekolah, dengan penentuan hasil pertandingan berlaku hanya untuk kelas masing-masing. Kegiatan puncak ini berfungsi sebagai suatu pertandingan antarkelas, dengan mempertandingkan juara-juara dari setiap kelas.

Kegiatan puncak harus bersifat sangat meriah, menekankan pada tradisi dan ritual dalam olahraga. Kegiatan ini dapat diiringi dengan parade bermusim seperti pelaksanaan *deville* pada pertandingan besar ketika setiap regu memasuki lapangan. Bendera atau spanduk regu ditempatkan pada setiap markas regu di sekitar lapangan atau *hall*. Pemain dan ofisial dapat memulai pertandingan dengan membaca semacam sumpah atlet dan sumpah wasit. Para pemain dapat diperkenalkan kepada publik. Tamu khusus dapat diundang, seperti orang tua atau dewan sekolah. Semua peristiwa tersebut dapat didokumentasikan baik dalam bentuk foto-foto maupun video.

7. Mengajar *Fair Play* dan Kompetisi yang Adil

Tujuan utama dari model *sport education* adalah mengembangkan sifat-sifat olahragawan yang baik. Jika tujuan tersebut ingin dicapai, siswa harus belajar menghargai *fair play* dan kompetisi yang adil. Banyak masalah yang menghancurkan olahraga prestasi, dari mulai olahraga pelajar hingga olahraga elit, yang merupakan hasil dari perilaku orang-orang yang berada dalam posisi penanggung jawab yang berkompromi dengan nilai-nilai tersebut. *Sport education* berpendirian bahwa olahragawan yang baik harus melampaui dari sekadar terampil dan pemain yang berpengetahuan. Tetapi, mereka harus menghargai nilai *fair play* dan kompetisi yang adil hingga mereka sendiri berkeinginan untuk berperilaku dalam cara yang

menjaga nilai-nilai tersebut. Beberapa saran berikut akan membantu dalam mencapai tujuan-tujuan kependidikan penting tersebut.

- a. Pastikan bahwa perilaku khusus yang terkait dengan *fair play* dibuat jelas bagi para siswa. Definisi *fair play* dan tidak *fair play* cenderung berubah sesuai olahraganya, sehingga pengajarannya perlu spesifik berdasarkan olahraganya.
- b. Gunakan sistem akuntabilitas untuk mendukung perilaku *fair play*. Pengajar telah menggunakan penghargaan regu dan penghargaan individu untuk *fair play*. Hukuman untuk pelanggaran terhadap aturan *fair play* perlu diangkat sebagai hal yang penting. Wasit harus diajari bagaimana mengatasi tindakan tidak sportif dan apa konsekuensi yang harus diterapkan.
- c. Perilaku penonton yang mendukung dan positif harus diajarkan dan didorong terus. Para siswa harus belajar untuk mendukung regunya secara layak dan sopan sambil sekaligus menghargai usaha-usaha lawan regunya.
- d. Buatlah penghargaan buat perilaku *fair play* sepenting untuk penghargaan kemenangan regu. Hal ini akan berimplikasi pada bagaimana pengajar mengatur sistem penilaian untuk memberi penghargaan pada perilaku *fair*.
- e. Ajarkan dan hargai penggunaan ritual yang tepat dalam olahraga. Memberi hormat pada lawan, menghormati wasit pada senam, membariskan siswa untuk bersalaman dengan regu lawan adalah ritual-ritual olahraga yang positif serta mengajarkan pada para siswa bahwa menunjukkan *fair play* dan menghormati lawan adalah penting dalam olahraga.

8. Program Evaluasi

Pada umumnya seorang pengajar mempunyai tanggung jawab untuk penilaian dan memberi nilai. Pemberian nilai tersebut malahan

sering menjadi penanda penting dari berakhirnya semester dan akhir tahun. Persoalannya, pemberian nilai ini dihasilkan dari cara dan metode yang berbeda-beda antar pengajar. Ada yang menghasilkan nilai dari hal-hal seperti kehadiran, kedisiplinan dalam seragam, keikutsertaan siswa, yang kadang-kadang tidak ada kaitannya dengan penilaian formal dengan hasil pembelajarannya sama sekali.

a. Penilaian Otentik

Dalam masa 20 tahun terakhir ini telah timbul sebuah gerakan dalam hal penilaian dan pemberian nilai, yaitu penilaian otentik, dan gerakan tersebut belakangan sudah mendapatkan momentum untuk bisa bergulir di Indonesia. Penilaian yang menjadi sistem penilaian alternatif ini berasal dari pendapat bahwa penilaian harus berkaitan langsung dengan hasil pembelajaran yang penting dan relevan. Dalam menilai seberapa baik anak menulis, misalnya, penilaian otentiknya mengharuskan anak menunjukkan kemampuannya dalam menulis karangan atau cerita, daripada hanya menyelesaikan tes pilihan ganda tentang penulisan.

Penilaian otentik sebenarnya sudah juga dilakukan sejak lama dalam beberapa segmen pembelajaran. Misalnya, dalam pembelajaran renang yang bertujuan agar siswa dapat menguasai renang gaya bebas sepanjang satu lap, maka siswa akan dinilai dengan cara menyuruh siswa berenang sebanyak satu lap dalam gaya yang dipelajari. Bisanya siswa berenang merupakan hasil yang penting dan relevan sebab hal itu menggambarkan kemampuan renang dalam jarak yang sama seperti dipelajari dalam pelajaran.

Bentuk penilaian lain dalam belajar gerak biasanya kurang otentik, khususnya yang dihubungkan dengan tes keterampilan. Tes untuk menilai kemampuan siswa dalam passing bawah voli, biasanya digunakan tes passing ke tembok yang dihitung frekuensinya. Tes semacam itu sering digunakan dalam suatu penilaian untuk memberikan nilai dalam unit pembelajaran voli. Jika tujuan dari

pembelajaran voli adalah agar anak dapat bermain voli, tentu cara menilai dengan pelaksanaan passing ke tembok dipandang kurang otentik. Karena seharusnya, penilaiannya adalah seberapa baik siswa bermain voli dalam situasi bermain.

Umumnya tes keterampilan olahraga memerlukan waktu yang lama dalam pelaksanaannya dan biasanya tidak berhubungan dengan tujuan pembelajarannya. Tetapi sebagaimana kita tahu, tes keterampilan biasanya akan menghasilkan angka, atau skor, yang dapat digunakan untuk pengukuran objektif perkembangan keterampilan. Benar bahwa skor hasil tes keterampilan bersifat objektif, tetapi keterampilan tersebut memiliki nilai relevansi yang kecil. Sedangkan *sport education*, di pihak lain, memberikan bentuk penilaian yang lebih otentik sebagai bagian dari implementasi dasar dari modelnya.

b. Penilaian dalam *Sport Education*

Contoh-contoh penilaian di bawah ini menggambarkan bagaimana *sport education* dinilai. Pengajar menggunakan daftar periksa (*checklist*) keterampilan untuk menetapkan tingkat kemampuan siswa dalam pertandingan. Daftar periksa tersebut dapat juga digunakan untuk tujuan penilaian. Daftar tersebut menunjukkan kemajuan dan penyelesaian yang berhasil dalam keterampilan yang relevan. Dalam senam, pelaksanaan rangkaian dalam kompetisi dinilai oleh pengajar, dan penilaian ini dapat juga digunakan untuk tujuan pemberian nilai belajar gerak. Rangkaian adalah suatu seri keterampilan yang digabungkan bersama untuk menghasilkan efek estetis menyeluruh. Rangkaian itu merupakan jenis penampilan yang relevan untuk dinilai dan mewakili keterampilan otentik dalam *sport education*.

Dalam beberapa model, tes tertulis tentang bagaimana memainkan dan mewasiti suatu cabang olahraga dapat juga digunakan. Dalam pembelajaran voli, siswa melakukan satu paket keterampilan setiap hari dengan dicatat oleh kapten regu penampilannya.

Penampilan harian ini dikumpulkan dan disajikan sebagai sebuah penampilan semusim pertandingan. Kumpulan catatan demikian juga memberikan informasi penilaian yang berguna. Catatan demikian menunjukkan kemajuan selama pembelajaran dan sekaligus tingkat penampilan otentik dan absolut dari siswa.

Dalam model *sport education* yang memilih program peningkatan kebugaran (kekuatan), terdapat tantangan harian dan mingguan di samping catatan angkatan dalam seluruh musim. Data tersebut tentu akan dapat digunakan untuk tujuan penilaian. Catatan tersebut dapat digunakan untuk menentukan tingkat kemajuan dan juga tingkat penampilan absolut siswa. Dalam model *sport education*, tujuan dari pembelajaran atau musim kompetisi dalam cabang olahraga tertentu disajikan bersama-sama dengan cara penilaiannya. Data dari hasil penilaian tersebut dikumpulkan sebagai satu bagian teratur dari siswa selama musim *sport education*.



BAB X

PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KARAKTER

Nation and character building yang ditegaskan oleh Bung Karno dalam membangun bangsa ini adalah hal yang sangat filosofis dan menyangkut pengembangan esensi pembangunan sumber daya manusia. Pembangunan ekonomi, politik, hukum, pendidikan, serta penguasaan sains dan teknologi harus menyatu dengan pembangunan karakter manusia sebagai pelaku agar berujung pada kemaslahatan dan kesejahteraan umat manusia. Salah satu permasalahan yang dihadapi bangsa Indonesia adalah lunturnya moral dan identitas kebangsaan pada generasi muda. Nilai-nilai afektif pendidikan sedikit demi sedikit mulai hilang dalam diri generasi muda akibat efek globalisasi dan modernisasi. Menanamkan nilai-nilai afektif sejak dini merupakan usaha untuk membangun manusia berkarakter. Proses pembudayaan dan pemberdayaan nilai-nilai afektif dapat terlaksana dengan baik apabila dilakukan di satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat. Pada tingkat satuan pendidikan gerakan pembudayaan nilai-nilai afektif dilakukan terintegrasi dengan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) pada setiap mata pelajaran.

Globalisasi dan modernisasi telah merubah struktur masyarakat Indonesia menjadi bangsa yang kehilangan jati diri dan kepribadiannya. Pada aspek sosial, jati diri bangsa Indonesia cen-

derung mengarah pada dimensi pragmatis dan materialistis dari pada spi-ritual dan humanis. Adapun dari aspek pendidikan, generasi muda sekarang lebih dekat dengan kekerasan, individualis dan asosial. Berbagai fenomena perkuliahian pelajar mewarnai halaman utama surat kabar dan *news flash* televisi. Ditambah maraknya praktik *bullying* yang dilakukan pelajar Sekolah Menengah Umum. Pendidikan sekarang yang lebih mengedepankan aspek kognitif membuat siswa mengalami tekanan psikis yang berujung pada “pemberontakan”, “kekecewaan”, dan “keputusasaan”. Pangabaian aspek afektif dan psikomotorik telah merampas hak anak untuk mendapatkan pendidikan yang berkelanjutan (*sustainable education*) dan berkarakter kebangsaan (*nation and character*).

Salah satu penyebab ini adalah sistem dan model pendidikan yang diterapkan. Sistem yang dimaksud adalah sentralistik, sedangkan model pendidikannya adalah klasik. Seharusnya pendidikan dipahami sebagai seni untuk menumbuhkan dimensi moral, emosional, fisik, psikologikal, serta spiritual dalam perkembangan anak. Setiap anak tidak sekedar hanya pekerja di masa depan, tetapi kecerdasan dan kemampuannya jauh lebih kompleks daripada angka nilai dan tes yang telah distandardisasikan. Di lain pihak dewasa ini dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) berkembang begitu pesat berbagai model pembelajaran yang dapat mengembangkan ranah afektif (karakter) tersebut.

Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk mengembangkan nilai-nilai kesehatan, kebugaran jasmani dan nilai-nilai afektif sepanjang hayat. Nilai-nilai afektif seperti kejujuran, *fair play*, sportif, empati, simpati, berbicara santun,

sikap mental yang baik, bisa dikenali sebagai bagian integral dari pendidikan jasmani dan olahraga.

Berdasarkan studi pendahuluan, diketahui bahwa pihak sekolah sering menanyakan keberadaan RPP berbasis karakter kepada mahasiswa ketika terjun ke sekolah dalam rangka kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Kejadian ini sering peneliti hadapi saat mengantar mahasiswa PPL. Namun faktanya masih banyak terjadi proses pembelajaran pendidikan jasmani yang meninggalkan nilai-nilai afektif tersebut. Pelaksanaan pendidikan jasmani sering terjebak dengan tujuan akhir untuk kesehatan dan kebugaran jasmani peserta didik tetapi meninggalkan penghayatan nilai-nilai afektif. Tetapi di sisi lain pendidikan jasmani merupakan salah satu media promosi gaya hidup aktif, penanaman nilai-nilai moral, etika, dan sikap sportif.

A. HAKIKAT PENDIDIKAN KARAKTER

Tidak ada pendidikan yang netral. Pendidikan dapat berfungsi sebagai sarana yang digunakan untuk mempermudah integrasi generasi muda ke dalam logika dari sistem yang sedang berlaku dan menghasilkan kesesuaian terhadapnya, atau ia menjadi praktik kebebasan, yakni sarana dengan apa manusia berurusan secara kritis dan kreatif dengan realitas, serta menemukan bagaimana cara berperan serta untuk mengubah dunia mereka. Pendidikan gaya menghafal dan pengulangan dalam mencapai standar nilai masih belum mampu menampilkan sisi humanis. Namun demikian generasi itu akan miskin daya cipta, rasa, karya dalam sistem pendidikan yang dalam keadaan terbaikkpun masih salah arah.

Nilai-nilai karakter muncul dari beberapa materi pembelajaran pendidikan jasmani yang diamati, antara lain materi eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, keterampilan non-lokomotor, keterampilan manipulatif, kids atletik, aktivitas ritmik, uji diri, mekanika

tubuh, kebugaran jasmani, permainan sepakbola, dan lain sebagainya. Materi pelajaran di sekolah dasar memang cenderung didominasi oleh unsur permainan mengingat usia sekolah dasar adalah usia bermain. Namun demikian materi pelajaran yang bersifat dasar gerak juga diajarkan seperti lari, lempar, lompat, dan sebagainya. Dari materi pelajaran tersebut dapat diidentifikasi nilai-nilai karakter yang melekat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Nilai-nilai itulah yang selama ini belum dijadikan agenda rutin guru dalam mengampu pelajaran pendidikan jasmani. Secara khusus guru juga belum memiliki buku panduan maupun modul yang menitik tekankan pada penanaman nilai-nilai karakter. Nilai-nilai karakter di atas muncul sebagai budaya santun yang muncul dari lingkungan sekolah dan dari kepribadian guru. Hal ini sesuai dengan teori di atas bahwa penanaman nilai-nilai karakter mutlak sepenuhnya berawal dari peran sentral guru baik di dalam maupun di luar proses pembelajaran.

Kini keprihatinan terhadap dunia pendidikan lebih sering mengemuka. Dunia pendidikan tak hentinya dirundung kritik. Baik dari konsep kurikulum, pelaksanaan di lapangan, berkembangnya kapitalisme dalam pendidikan, dan juga campur tangan birokrasi yang berlebihan. Pendidikan mestinya mengabdikan kepada pemekaran diri anak, tapi kenyataannya mengabdikan pada kepentingan industri, pemerintah, gengsi orang tua dan kepentingan lain tanpa menghargai dan mengerti kebutuhan anak. Berbagai permasalahan tersebut di era reformasi tidak berkurang. Persoalan pendidikan melulu pada hal-hal sekunder dan teknis, seperti gedung sekolah hancur, nilai angka, dan kertas sertifikasi.

Pendidikan di Indonesia lebih menitikberatkan pada pengembangan intelektual semata, sedangkan aspek-aspek yang lain yang ada dalam diri peserta didik, yaitu aspek afektif dan kebajikan moral kurang mendapatkan perhatian. Koesoema (*Kompas*, 1 Desember 2009), menegaskan bahwa integrasi pendidikan dan pembentukan

karakter merupakan titik lemah kebijakan pendidikan nasional kita. Fenomena masyarakat semacam ini tampaknya sudah dipahami dan disadari pemerintah dalam hal ini oleh Menteri Pendidikan Nasional. Pemerintah bertekad untuk memperkuat karakter dan budaya bangsa tersebut melalui pendidikan di sekolah (*Kompas*, 1 Desember 2009).

Lumpkin (2008: 45) menegaskan bahwa dalam kondisi seperti ini para guru yang mengajar mata pelajaran apapun harus memiliki perhatian dan menekankan pentingnya pendidikan karakter pada para peserta didik. Sekolah dan para guru memegang peran dan tanggung jawab yang lebih besar dalam pembelajaran peserta didik, tidak hanya ditunjukkan untuk memenuhi harapan agar kinerja peserta didik berhasil dalam aspek kognitif tetapi harus menekankan pada pembelajaran aspek afektif. Dengan kata lain peningkatan dan penekanan pada aspek kognitif harus diimbangi dengan upaya peningkatan dalam aspek pengembangan afektif peserta didik atau dalam arti pendidikan karakter tidak boleh diabaikan.

Pendidikan karakter juga bermakna, *“In character education, it’s clear we want our children are able to judge what is right, care deeply about what is right, and then do what they believe to be right—even in the face of pressure from without and temptation from within”* Lumpkin (2008: 45). Dengan demikian bisa diharapkan muncul nilai-nilai: *trustworthiness, respect, responsibility, fairness, caring, honesty, courage, diligence, integrity, citizenship.*

B. PENGEMBANGAN KARAKTER PESERTA DIDIK MELALUI PENDIDIKAN JASMANI

Mengembangkan karakter peserta didik dapat dilakukan melalui peningkatan dan optimalisasi pembelajaran ranah afektif mata pelajaran pendidikan jasmani. Menurut Hansen (2008: 9), ranah afektif lebih menekankan terhadap pengalaman belajar yang terkait dengan

emosi seseorang. Seperti sikap, minat, perhatian, kesadaran, dan nilai-nilai yang diarahkan berupa terwujudnya perilaku afektif. Tommie dan Wendt (1993: 68) mengatakan beberapa tema umum muncul dalam penelitian yang berkaitan dengan aspek psiko-sosial dalam pendidikan jasmani. Tema-tema ini membentuk tujuan dasar yang terkait dengan mengajar ranah afektif. Menanamkan rasa hormat dan tanggung jawab merupakan bagian dari pembentukan karakter yang perlu diajarkan oleh guru dan pelatih kepada siswa atau atlet muda (Lumpkin; 2008: 45).

Guru pendidikan jasmani berada dalam posisi yang sangat sentral dan berpengaruh, maka dia harus menanamkan nilai-nilai dan filosofi melalui olahraga karena berdampak langsung terhadap pengalaman partisipatif olahraga. Hansen (2008: 11), menegaskan bahwa ranah moral lebih menekankan pada belajar emosi dan pengalaman peserta didik yang terkait dengan sikap, minat, perhatian, kesadaran dan nilai-nilai agar siswa dapat menunjukkan perilaku afektif. Graham, Holt, dan Parker (2001: 10) menyatakan bahwa, "*physical education activities provide a wide variety of opportunities to teach youngsters important lessons about cooperation, winning and losing, and teamwork*".

C. STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KARAKTER

Guru atau pelatih yang terlibat dalam pembinaan olahraga usia remaja memiliki tanggung jawab untuk mengajar afektif dan memperkuat penalaran moral mereka. Salah satu caranya guru atau pelatih harus tetap dapat menunjukkan komitmen mereka terhadap pengajaran nilai-nilai dengan berpegang teguh dan menjalankan kode etik yang berlaku, di antaranya seperti yang tertuang dalam *positive coaching alliance*. Lumpkin (2008: 46) lebih lanjut mengatakan bahwa ikhtisar dari *positive coaching alliance* merupakan suatu

petunjuk bagaimana pelatih dapat mengajar afektif yang menekankan pada pengembangan aspek rasa hormat dan tanggung jawab. **Strategi mengajar rasa hormat.** Menurut Strans (1996: 66), sebelum mengajarkan anak untuk menghormati atau *respect*, pelatih atau guru harus mengerti apa itu menghormati. Secara umum, menghormati berarti mengakui bahwa seseorang, situasi atau sesuatu hal memiliki nilai dan bertindak dengan sesuai. Mengembangkan rasa hormat yang dikembangkan dalam kelas sangat penting.

Proses ini dimulai dengan cara guru menunjukkan rasa hormat terhadap peserta didik, tanpa memandang suku, ras, gender dan status sosial. Guru harus luwes dalam menanggapi berbagai tingkat keterampilan dan kemampuan yang ditampilkan oleh peserta didik. Rencana pengajaran yang terbaik bagi seorang guru untuk mengajarkan rasa hormat kepada peserta didik adalah dengan cara selalu waspada dan tetap menghormati sikap peserta didik serta mengoreksinya setiap saat dengan segera yang tidak hanya berlaku untuk siswa tertentu, tetapi seluruh kelas. Pendidikan moral didasarkan pada guru, dan guru harus menunjukkan kepedulian dan menyadari bahwa peserta didik adalah individu yang unik. Menghormati atau *respect* merupakan unsur yang sangat penting dalam semua olahraga. Para guru atau pelatih menuntut bahwa semua pemain harus menghormati rekan-rekan setimnya, *official*, lawan, dan pelatih selama waktu latihan dan permainan.

Modul Pembelajaran Pendidikan Jasmani Karakter

Berikut ini adalah contoh salah satu isi dalam modul pembelajaran pendidikan jasmani berbasis karakter yang dikembangkan:

Modul 1

“Hakikat Pembelajaran Penjasorkes Berbasis Karakter”

Penyelenggaraan program pendidikan jasmani hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri, yaitu “Developmentally Appropriate Practice” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian, tugas ajar tersebut disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang diajarnya. Perkembangan atau kematangan dimaksud mencakup fisik, psikis, sosial, maupun keterampilannya. Tugas ajar itu juga harus mampu mengakomodasi setiap perubahan dan perbedaan karakteristik individu dan mendorongnya ke arah perubahan yang lebih baik. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk mengembangkan nilai-nilai kesehatan, kebugaran jasmani dan nilai-nilai afektif sepanjang hayat. Nilai-nilai afektif seperti kejujuran, *fair play*, sportif, empati, simpati, berbicara santun, sikap mental yang baik, bisa dikenali sebagai bagian integral dari pendidikan jasmani dan olahraga.

Setelah mempelajari modul ini guru diharapkan:

1. Memahami tentang pengertian dan esensi pembelajaran Penjas berbasis karakter.
2. Memahami esensi pembelajaran Penjas yang berkaitan dengan tujuan, karakteristik materi, kondisi lingkungan dan evaluasi pembelajaran.

Kegiatan Belajar 1: Hakikat Pendidikan Jasmani Berbasis Karakter

Agar dapat memahami materi modul ini dengan baik serta mencapai kompetensi yang diharapkan, gunakan strategi belajar sebagai berikut.

1. Bacalah uraian materi setiap kegiatan belajar dengan saksama.
2. Lakukan latihan sesuai dengan petunjuk dalam kegiatan ini.
3. Cermati dan kerjakan tugas-tugas, gunakan hasil pemahaman yang dimiliki.
4. Kerjakan tes formatif seoptimal mungkin.
5. Nilailah hasil belajar anda sesuai dengan indikatornya.

Latihan Soal

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

1. Apa yang dimaksud dengan tugas ajar harus sesuai dengan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*)?
2. Mengapa tugas ajar harus sesuai DAP?
3. Apa yang dimaksud dengan istilah “karakter”?
4. Apa esensi utama dari pendidikan karakter dalam penjas?
5. Sebutkan dua tujuan penjas yang terkait dengan nilai karakter?

Rangkuman

1. Prinsip utama yang harus diperhatikan dalam penyelenggaraan program pendidikan jasmani adalah prinsip “*Developmentally Appropriate Practice*” (DAP). Artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut.
2. Esensi pendidikan karakter dalam pendidikan jasmani terletak pada muatan ranah afektif. Proses pembudayaan dan pemberdayaan ranah afektif dapat terlaksana dengan baik apabila dilakukan di tingkat satuan pendidikan, keluarga, dan masyarakat.

Tes Formatif

Pilih salah satu jawaban yang benar!

1. Tugas ajar yang akan diberikan harus sesuai dengan DAP, artinya:
 - a. Harus mempertimbangkan usia peserta didik.
 - b. Harus mempertimbangkan latar belakang sosial peserta didik.
 - c. Harus mempertimbangkan perubahan kemampuan atau kondisi psiko-fisik siswa.
 - d. Harus memperhatikan perilaku peserta didik.
2. Maksud dari esensi pendidikan karakter penjas pada muatan ranah afektif adalah
 - a. Proses pembudayaan ranah afektif di lingkungan keluarga.
 - b. Proses pembudayaan ranah afektif di lingkungan sekolah.
 - c. Proses pembudayaan ranah afektif di lingkungan masyarakat.
 - d. Proses pembudayaan ranah afektif di tingkat keluarga dan sekolah.
 - e. Proses pembudayaan ranah afektif di tingkat keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Dampak sosial dari pembelajaran jasmani sekolah dasar memang terjadi pada pada peserta didik, namun guru menempati peran kunci. Guru pendidikan jasmani menjadi individu yang paling signifikan dalam menentukan nilai-nilai dan kecakapan hidup mereka. Pembelajaran yang menekankan ranah afektif, banyak tergantung pada guru dan lingkungan konstruksi individu tersebut. Oleh karena guru pendidikan jasmani berada dalam posisi yang sangat sentral dan berpengaruh, maka dia harus menanamkan nilai-nilai dan filosofi melalui aktivitas jasmani dan olahraga karena berdampak langsung terhadap pengalaman partisipatif peserta didik. Sebagaimana diungkap Hansen (2008: 11), bahwa

ranah moral lebih menekankan pada belajar emosi dan pengalaman peserta didik yang terkait dengan sikap, minat, perhatian, kesadaran dan nilai-nilai agar siswa dapat menunjukkan perilaku afektif. Dengan demikian guru memegang peran sentral dalam menanamkan nilai-nilai afektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar.



DAFTAR PUSTAKA

- Aliance American for Health, Physical Education, Recreation, and Dance, (AAHPERD, 1999), *Physical Education for Lifelong Fitness; The Physical Best Teacher's Guide*, Human Kinetics.
- Belka, David E. (1994), *Teaching Children Games: Becoming a Master Teacher*, Human Kinetics.
- Bloom, B.S. (1982). *All our children learning, a primer for parent, teachers and other educators*. McGraw-Hill Paperbacks.
- Bucher, Charles, A., (1979): *Foundation of Physical Education*. (8th Ed.). Mosby Company. St. Louis, MI.
- Buschner, Craig A., (1994), *Teaching Children Movement Concepts and Skills: Becaming a Master Teacher*, Human Kinetics.
- Ennis, Chaterine D., and Weimo Zhu (1991), *Value Orientation: A Description of Teachers' Goals for Student Learning*, Research Quarterly fo Exercise and Sport, 62 (1).
- Gallahue, David L. (1991), *Developmental Physical Education for Today's Elementary School Children*, Macmillan Publishing Company.
- Graham, G., Holt, S.A., Parker, M. (1993) *Children Moving, A Reflective Approach to Teaching Physical Education*. California: Mayfield.

- Graham, George, (1992), *Teaching Children Physical Education: Becoming a Master teacher*, Human Kinetics Publishers, Campaign, Illinois.
- Grineski, Steve, (1996), *Cooperative Learning in Physical Education*, Human Kinetics.
- Hellison, Don (1995) *Teaching Responsibility Through Physical Activity*. Champaign, IL.: Human Kinetics.
- Jewet, A.E. (1994) *Curriculum Theory and Research in Sport Pedagogy*, dalam Sport Science Review. Sport Pedagogy. Vol. 3 (1), h. 11-18.
- Jewett; Bain; dan Ennis, (1995), *The Curriculum Process in Physical Education*, Second Edition, Brown & Benchmark Publishers.
- Oliva, Feter F. (1992), *Developing The Curriculum*, 3rd Edition, Harper Collins Publisher.
- Pate, Russell R., dan Trost, Steward G., *Internet: How to Create a Physically Active Future for American Kids*, Jurnal, American College of Sport Medicine, Health & Fitness, Desember, 1998, Vol. 2, No. 6.
- Ratliffe, Thomas and Ratliffe, Laraine, M., (1994), *Teaching Children Fitness: Becoming A Master Teacher*, Human Kinetics.
- Rink, Judith E., (2002), *Teaching Physical Education for Learning*, Fourth Edition, Mosby, Toronto.
- Wuest, D.A., dan Bucher, C.A. (1995). *Foundations of Physical Education & Sport*. London, New York, Tokyo: Mosby Year Book Inc.
- Siedentop, D., (1991), *Developing Teaching Skills in Physical Education*, Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D., (1994), *Quality PE Through Positive Sport Experiences: Sport Education*, Human Kinetics.

- Siedentop, Daryl (1990): *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*, Mayfield Publishing Company, Mountain View, CA.
- Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan*. Yayasan Nuansa Cendekia. Bandung.
- Suryobroto, Agus S. (2004). *Peningkatan Kemampuan Manajemen Guru Pendidikan Jasmani*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* Volume 1 Nomor 1, halaman 62-68, November 2004.



GLOSARIUM

<i>Abduksi</i>	: Gerak yang menjauhi garis tengah tubuh
<i>Adduksi</i>	: Gerak yang mendekati garis tengah tubuh
<i>Affective</i>	: Perilaku-perilaku yang menekankan aspek perasaan dan emosi
<i>Agility</i>	: Kelincahan
<i>Amphidiarthrosis</i>	: Sendi yang sedikit dapat gerak
<i>Attitude</i>	: Sikap, tingkah laku (perilaku) seseorang dalam berinteraksi ataupun berkomunikasi dengan sesama manusia.
<i>Balance</i>	: Keseimbangan
Behaviorisme	: Teori perkembangan perilaku, yang dapat diukur, diamati dan dihasilkan oleh respons pelajar terhadap rangsangan
<i>Compassion</i>	: Rasa belas kasih
<i>Cognitive</i>	: Perilaku-perilaku yang menekankan aspek intelektual
<i>Court</i>	: Lapangan
<i>Coordination</i>	: Koordinasi

<i>Desire of happines</i>	: Nilai-nilai kebahagiaan
Diarthrosis	: Sendi yang dapat bergerak bebas
<i>Deffense</i>	: Formasi bertahan
Didaktif	: Teori dan praktik penerapan pembelajaran
<i>Discovery</i>	: Pendekatan untuk mengalami dan melakukan percobaan menemukan jati diri berdasarkan pengalaman dalam dunia nyata
<i>Drill</i>	: Pengulangan gerak
<i>Dribbling</i>	: Keterampilan menggiring bola (dengan tangan)
<i>Dualism</i>	: Dua substansi
Ekstensi	: Gerak meluruskan atau memperbesar sudut dari dua tulang
Eksplorasi	: Tindakan mencari atau melakukan penjelajahan dengan tujuan menemukan sesuatu
<i>Exercise</i>	: Latihan
<i>Endurance</i>	: Daya tahan
<i>Fair play</i>	: Bersikap atau bermain secara adil
<i>Fairness</i>	: Keadilan
<i>Fast break</i>	: Menyerang balik dengan segera
<i>Flexibility</i>	: Kelentukan
Fleksi	: Gerak membungkuk atau memperkecil sudut dari dua tulang
<i>Flexibility</i>	: Kelentukan
<i>Gymnastic</i>	: Olahraga senam
<i>Gesture</i>	: Bentuk komunikasi non-verbal dengan aksi tubuh yang terlihat mengkomunikasikan pesan-pesan tertentu.
<i>Heart rate test</i>	: Tes denyut nadi

<i>Holism</i>	: Cara pandang suatu masalah
<i>Hygiene</i>	: Usaha mempertahankan atau memperbaiki kesehatan
<i>Injury</i>	: Cedera
<i>Indoor</i>	: Di dalam ruangan
<i>Interval</i>	: Periode waktu
<i>Intelligence</i>	: Kecerdasan
<i>Integritas</i>	: Konsep yang menunjuk konsistensi antara tindakan dan prinsip
<i>Inquiry</i>	: Proses pembelajaran dengan menemukan sendiri (penyelidikan)
<i>Invasion games</i>	: Permainan menyerang (invasi)
<i>Jigsaw</i>	: Model pembelajaran kooperatif yang terdiri atas beberapa anggota dalam satu kelompok yang bertanggung jawab atas penguasaan bagian materi belajar dan mampu mengajarkan materi tersebut kepada anggota lain dalam kelompoknya model (model gigi gergaji)
<i>Jump Shoot</i>	: Tembakan dengan posisi badan meloncat
<i>Kognitivisme</i>	: Teori belajar yang berkaitan dengan kognitif suatu individu
<i>Kooperatif</i>	: Pendekatan pembelajaran yang saling berinteraksi satu sama lain dimana pembelajaran tergantung pada ahli dalam kelompok
<i>Long pass</i>	: Lemparan dengan jarak jauh
<i>Medulla oblongata</i>	: Ujung atas dari sumsum tulang belakang yang berhubungan dengan otak dan serabut gerak dan indra
<i>Metodik</i>	: Langkah-langkah pembelajaran

<i>Moral values</i>	: Nilai-nilai moral
<i>Muscle endurance</i>	: Daya tahan otot
<i>Muscle strength</i>	: Kekuatan otot
<i>Neuromuskuler</i>	: Berkaitan dengan syaraf dan otot
<i>Obligation of truth</i>	: Kebenaran yang pasti
<i>Obstacles</i>	: Halangan atau rintangan
<i>Offense</i>	: Formasi menyerang
<i>Outdoor education</i>	: Pendidikan luar kelas
<i>Outdoor</i>	: Di luar ruangan atau di lapangan
<i>Passing</i>	: Keterampilan melempar/ mengumpan bola
Partisipatorik	: Pendekatan yang mendorong tumbuh-berkembangnya jiwa demokrasi dan kemampuan mengemukakan dan menerima pendapat
Pedagogi	: Ilmu Pendidikan, Ilmu Pengajaran
<i>Performance</i>	: Unjuk kerja
<i>Positioning</i>	: Posisi pemain dalam konteks permainan
<i>Power</i>	: Daya ledak
<i>Psychomotor</i>	: Perilaku-perilaku yang menekankan aspek kete-rampilan gerak
<i>Practice</i>	: Latihan gerak
<i>Preventive</i>	: Sikap/ tindakan untuk berhati-hati
Psikomotor	: Ranah yang berkaitan dengan gerak atau motorik
<i>Reaction time</i>	: Kecepatan reaksi
<i>Reciprocal</i>	: Gaya mengajar timbal balik
<i>Scaffolding</i>	: Pembelajaran yang berjenjang dan sistematis dan memungkinkan peserta didik untuk mendapat keterampilan baru

<i>Shooting</i>	: Keterampilan menembak bola dengan tujuan mencetak gol
<i>Short Pass</i>	: Lemparan dengan jarak dekat
<i>Speed</i>	: Kecepatan
<i>Sportivitas</i>	: Bersikap dengan nilai-nilai sportif
<i>Sportsmanship</i>	: Bersikap dan berperilaku sportif
<i>Speed of movement</i>	: Kecepatan gerak
<i>Spectrum of teaching</i>	: Tangga pembelajaran dari yang berpusat pada siswa hingga yang berpusat pada guru
<i>Sport education</i>	: Model pembelajaran dengan pendekatan siswa sebagai pemain/ atlet dalam arti sesungguhnya
<i>Striking dan Fielding</i>	: Permainan yang terdiri atas tim <i>striking / offens</i> dan <i>fielder</i>
<i>Stretching</i>	: Penguluran otot
<i>Strenght</i>	: Kekuatan
<i>Synarthrosis</i>	: Sendi dapat gerak
<i>Teacher centered</i>	: Pendekatan pembelajaran yang berpusat pada guru
TGfU	: Pembelajaran dengan pendekatan permainan untuk pemahaman
<i>Understanding</i>	: Pemahaman tentang sesuatu hal pengetahuan
<i>Warming-Up</i>	: Pemanasan

