

BERMAIN DAN KREATIVITAS DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

*Oleh:
Yuyun Ari Wibowo
Universitas Negeri Yogyakarta*

Abstract

Play is an activity that is done with excitement, satisfaction without compulsion, by the perpetrators. Creativity is a result of human thinking to resolve pressure and problem. This paper wants to reveal the relationship between play, creativity, and teaching physical education.

Playing rough to develop muscle and smooth muscle, improve reasoning, and understand the existence of their environment, shaping the imagination, the fantasy, and creativity. Playing any culprit will be able to make do creatively. Actually, everyone would love to play. Playing basically always use physical activity and psychological, so play can be made for learning, especially learning of physical education.

Physical education learning enables submitted with the form of play. Physical education learning approach to play will be able to foster creativity for students through games that they do.

Keywords: Games, Creativity, Teaching Physical Education.

PENDAHULUAN

Bermain merupakan salah satu aktivitas yang dapat menimbulkan kegembiraan bagi pelakunya. Bermain akan mampu mengembangkan berbagai aspek baik dari kognitif, afektif, dan psikomotor. Dengan bermain, anak dapat mengembangkan otot kasar dan otot halus, meningkatkan penalaran, dan memahami keberadaan lingkungannya, membentuk daya imajinasi, daya fantasi, dan kreativitas. Bermain sendiri dapat dilakukan siapapun tanpa batasan usia, jadi dari anak-anak sampai orang tua sebenarnya dapat melakukan permainan atau bermain. Karena pada dasarnya semua orang itu suka bermain. Semua orang pada dasarnya senang bermain karena dalam bermain seseorang akan dapat berekspresi

dengan bebas dan dapat mendapatkan kepuasan dalam bermain itu sendiri. Kegembiraan merupakan salah satu kepuasan yang membuat orang mau bermain.

Bermain merupakan hak asasi setiap insan manusia. Semua manusia memiliki kesempatan yang sama untuk bermain. Bermain tidak membutuhkan keterampilan, karena bermain hanya membutuhkan kemauan dan tidak bersifat memaksa serta bukan kemenangan semata yang dicari. Kepuasan merupakan hal terpenting dalam bermain. Karena kepuasan merupakan salah satu tujuan dari bermain.

Bermain juga dapat digunakan untuk mengekspresikan diri. Bermain dengan ketidak terpaksaan akan mampu membuat pelakunya merasa nyaman untuk berbuat atau bertindak sesuai dengan kemauannya. Sehingga pelaku bermain akan mampu mengekspresikan diri mereka dalam permainan.

Bermain mengembangkan daya penalaran ataupun kreativitas bagi para pelakunya. Dengan kreatif orang akan mampu berbuat banyak untuk kehidupannya. Sehingga kemampuan kreatif sangat dibutuhkan dalam semua bidang kegiatan manusia. Orang yang tidak kreatif dalam kehidupannya akan nampak statis dan akan sulit untuk meraih sukses atau keberhasilan. Kreativitas perlu dikembangkan dalam diri anak sejak dini, sebab kreatif merupakan manifestasi dari individu yang akan berfungsi sepenuhnya. Kreativitas disini merupakan salah satu faktor penting yang dapat menunjang keberhasilan siswa. Siswa kreatif akan mampu menciptakan ide-ide baru, memiliki daya imajinasi yang baik serta rasa ingin tahu mereka sangat tinggi.

Bakat kreatif sesungguhnya dimiliki oleh setiap anak, namun perkembangannya bergantung akan lingkungan mereka berada. Kreativitas sesungguhnya dapat dibina, ditumbuhkan, dikembangkan, dan ditemukan melalui sebuah proses pembelajaran. Dengan begitu sebuah kreativitas dapat dimunculkan melalui sebuah aktivitas bermain.

Bermain

Bermain adalah belajar menyesuaikan diri dengan keadaan. (Soemitro, 1992: 2). Sementara Menurut Sukintaka (1997: 9) bermain dapat dirumuskan sebagai aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktivitas tersebut. Untuk bermain baik anak-anak maupun orang dewasa pasti mereka membutuhkan teman bermain, sebab pada dasarnya mereka bermain berawal dari naluri Bergeraknya dan terdorong baik untuk memenuhi kebutuhan isyarat-isyarat dari dorongan. Dimana anak-anak bermain tanpa memikirkan akan tujuan dari permainan mereka. Menurut Huizinga dalam Sukintaka (1997: 1) menyatakan bahwa bermain lebih tua daripada kebudayaan, sebab kebudayaan itu didasari oleh pemikiran dan segala peristiwa srawung antara manusia.

Manusia bermain untuk mendapatkan kesenangan, kegembiraan, dan kenikmatan. Sehingga akan ada unsur sukarela, dan akan berperilaku jujur serta tidak akan melukai teman bermainnya karena keinginan untuk memperoleh kesenangan bersama. Manusia bermain juga untuk rekreasi, pelepasan energi dan juga untuk memperoleh kepuasan. Menurut teori rekreasi dalam Sukintaka (1997: 4) teori ini

mengatakan bahwa bermain itu merupakan kegiatan manusia yang berlawanan dengan kerja dan kesungguhan hidup, dan merupakan imbalan antara kerja dengan istirahat.

Tujuan bermain pada dasarnya adalah untuk mencari sebuah kepuasan, kesenangan, memanfaatkan waktu luang, untuk rekreasi, dan juga bisa sebagai sarana untuk menyalurkan energi yang berlebih. Menurut teori rekreasi dalam Soemitro (1992: 8) orang bermain didasarkan oleh pemikiran bahwa manusia membutuhkan bermain sebagai usaha untuk mengembalikan gairah hidup.

Permainan dapat dikelompokkan ke dalam beberapa kategori tergantung sudut pandang kita terhadap permainan atau bermain itu sendiri. Menurut Soemitro (1992: 11) ada tiga kelompok yakni: (1) pengelompokan berdasarkan pada jumlah pemain, (2) pengelompokan berdasarkan sifat permainan, (3) pengelompokan berdasarkan alat yang digunakan. Sementara bermain dapat dikategorikan menjadi beberapa bentuk, kesemuanya memiliki manfaat yang besar untuk pendidikan atau pembelajaran bagi anak. Menurut Soemitro (1992: 10) ada tiga kategori pengelompokan bermain yakni: (1) tipe bermain aktif, (2) tipe bermain pasif, (3) tipe bermain intelektual.

Tipe bermain aktif adalah bermain aktif meliputi gerakan fisik secara aktif. Contoh model bermainnya adalah kejar-kejaran, berenang, dan yang lain. Dengan jalan berperanserta secara aktif maka anak akan mendapatkan keuntungan dalam hal psikomotor, kognitif, afektif, dan fisik. Namun sebenarnya dari bermain anak juga akan mendapatkan pelajaran mengenai mental, sosial serta emosional.

Tipe bermain pasif adalah dimana si pelaku tidak turut serta dalam permainan itu tetapi memperoleh kesenangan, ketenangan, dan yang lain dengan melihat permainan atau proses bermain itu sendiri. Sebagai contoh seorang penikmat permainan bola voli meskipun dia tidak terlibat langsung dalam permainan serta hanya melihat permainan, namun perasaan senang itu ada.

Tipe bermain intelektual disini bukan berarti bentuk permainan yang lain tidak memerlukan intelektual. Permainan intelektual ini berkaitan erat dengan pemikiran yang mendalam serta konsentrasi yang terpusat. Contoh permainannya seperti: catur, dam-daman dan lain-lain.

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat kompleks. Bermain apa saja tentunya akan memiliki peranan serta manfaat tersendiri. Sebab dengan bermain tentunya akan kita peroleh banyak manfaat. Horlock dalam Sukintaka (1997: 20) peranan bermain dalam perkembangan anak:

(1) Perkembangan fisik: anak akan memperoleh pertumbuhan dan perkembangan otot dengan baik, (2) belajar berkomunikasi: kebahagiaan dalam bermain diperoleh karena adanya teman bermain, sehingga tidak boleh tidak mereka akan berkomunikasi, (3) Dengan bermain energy emosionalnya akan tersalur dalam aktivitas bermain, (4) jalan ke luar untuk mendapatkan yang dibutuhkan dan sesuatu yang dicita-citakan, (5) sebagai sumber belajar, (6) memacu kreativitas, (7) pengembangan pengenalan diri, (8) belajar bermasyarakat, (9) standard moral, (10) mengetahui pembedaan dan peranan seks, (11) perkembangan kepribadian yang layak.

Kreativitas

Kreativitas merupakan sebuah bentuk jawaban atas sebuah permasalahan yang ada. Menurut Clark Moustakas dalam Utami Munandar (1999: 24) kreativitas adalah pengalaman mengekspresikan dan mengaktualisasikan identitas individu dalam

bentuk terpadu dalam hubungan dengan diri sendiri, dengan alam, dan dengan orang lain. Sementara menurut Rogers dalam Utami Munandar (1999: 24) sumber kreativitas adalah kecenderungan untuk mengaktualisasi diri, mewujudkan potensi, dorongan untuk berkembang dan menjadi matang, kecenderungan untuk mengekspresikan dan mengaktifkan semua kemampuan organisme.

Menurut Utami Munandar (1999: 33) kreativitas bisa diartikan sebagai kemampuan dalam menciptakan sesuatu penemuan baru, dalam mewujudkan pemberian gagasan-gagasan baru untuk diterapkan dalam memecahkan masalah yang dihadapi, kreativitas juga dapat dikatakan sebagai kemampuan dalam melihat hubungan baru dari unsur-unsur yang telah ada sebelumnya. Sementara menurut Gregory dalam Oon Seng Tan (2009: 7) *The creative ability may be understood as a form of cognitive fluidity underpinning the capacity to operate on familiar symbolic representations that allows novel ones to be generated.*

Kreativitas bisa dikembangkan dengan banyak cara. Namun sebelum kita bahas bagaimana kreativitas dapat dikembangkan, terlebih dahulu kita lihat mengapa kreativitas itu perlu dipupuk sejak dini dalam peserta didik. Menurut Utami Munandar (1999: 43) ada empat hal yang menjadi alasan mengapa kreativitas perlu dipupuk sejak dini yakni: (1) dengan kreativitas orang akan dapat mewujudkan dirinya, (2) Kreativitas atau berfikir kreatif sebagai kemampuan untuk melihat bermacam-macam kemungkinan penyelesaian terhadap suatu masalah merupakan bentuk pemikiran yang sampai saat ini masih kurang mendapatkan perhatian dalam pendidikan, (3) bersibuk diri secara kreatif tidak hanya bermanfaat bagi diri pribadi dan lingkungan,

tetapi berlebih-lebih juga memberikan kepuasan kepada individu, (4) Kreativitaslah yang memungkinkan manusia meningkatkan kualitas hidupnya.

Kreativitas secara umum dapat dibentuk, berikut ini ada beberapa teori yang melandasi pengembangan kreativitas. Menurut Utami Munandar (1999: 44-45) Sebenarnya banyak teori yang melandasi pengembangan kreativitas namun secara garis besar ada tiga teori yakni: teori Psikoanalisis, teori Humanistik, teori Csikszentmihalyi.

a) Teori Psikoanalisis

Teori ini memiliki tokoh-tokoh seperti: Sigmund Freud, Ernst Kris, dan Carl Jung. Teori ini pada dasarnya melihat kreativitas sebagai hasil mengatasi suatu masalah yang telah dimulai ketika masih masa anak-anak. Teori Psikoanalisis ini juga memandang bahwa pribadi yang kreatif sebagai seseorang yang pernah mengalami pengalaman traumatis, yang memungkinkan memunculkan gagasan baru yang disadari maupun tidak disadari sebagai pemecahan inovatif dari trauma.

b) Teori Humanistik

Teori ini memiliki tokoh diantaranya adalah: Abraham Maslow dan Carl Rogers. Teori Humanistik berbeda pandangan dengan psikoanalisis, teori ini memandang kreativitas sebagai hasil dari kesehatan psikologis tingkat tinggi. Aliran ini juga percaya bahwa kreativitas dapat berkembang selama hidup.

c). Teori Csikszentmihalyi.

Teori ini tokohnya ialah Csikszentmihalyi. Teori ini memandang bahwa ciri utama yang memudahkan tumbuhnya kreativitas adalah *predisposisi genetik* untuk ranah tertentu. Csikszentmihalyi mengemukakan bahwa yang menandai orang-orang kreatif ialah kemampuan mereka yang luar biasa untuk menyesuaikan diri pada situasi yang dihadapi untuk melakukan apa yang perlu dalam mencapai tujuannya.

Kreativitas merupakan sebuah hasil karya manusia sebagai akibat dari pemikiran serta hasil dari mengatasi sebuah tekanan atau permasalahan. Maka dari itu kreativitas sangat dibutuhkan oleh setiap insane manusia untuk mengarungi kehidupan.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Menurut Crow & Crow dalam Sri Rumini (1995: 16) pendidikan terdiri dari: pendidikan formal dan pendidikan informal. Pendidikan informal didapat dari belajar secara relatif kurang atau tanpa disadari, pendidikan berlangsung bebas sesuai dengan kehidupan sehari-hari. Sementara pendidikan formal ialah pendidikan yang didapat dari hasil belajar dengan program terencana. Pendidikan dapat diartikan sebagai proses mentransfer ilmu kepada peserta didik atau proses pendewasaan.

Pendidikan jasmani menurut Nixon dan Jewett dalam Arma Abdoelah (1996: 2) pendidikan jasmani ialah suatu aspek dari proses pendidikan keseluruhan

yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang sukarela dan berguna serta berhubungan langsung dengan respons mental, emosional dan sosial. Sementara menurut Baley dalam Husni Thamrin (2006: 4) "*Physical education is a process through which favorable adaptations and learning organic, neuromuscular, intellectual, social, cultural, emotional and aesthetic result from and proceed through selected and fiarlay virgorius physical activities*". Dari dua pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan pembelajaran pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara pendidik dan peserta didik untuk pendewasaan melalui aktivitas jasmani.

Bermain dan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan sebuah wahana yang tepat untuk mengembangkan aspek jasmani yang dikelola secara formal. Bila kita lihat dalam kenyataanya didalam bermain ada aktivitas jasmani, tentunya aktivitas jasmani yang ada dalam bermain akan dapat dikelola untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani. Rasa senang yang dihasilkan dari proses bermain memungkinkan bermain dapat digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani. Selain itu bermain juga digemari semua orang sehinga tanpa susah payah akan lebih mudah membuat anak aktif bergerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Dewasa ini pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani banyak digalakkan. Munculnya pendekatan bermain yang kita kenal dengan *teaching game for understanding*. Pendekatan *teaching game for understanding* menurut Griffin & Patton (2005: 2) ialah sebuah pendekatan pembelajaran yang berpusat pada permainan dan siswa, untuk membelajarkan tentang permainan

yang berhubungan erat dengan olahraga dengan sifat pembelajaran yang konstruktifis.

Pendekatan bermain ini sudah banyak dikenalkan di beberapa Negara, namun hanya namanya saja yang berbeda. seperti istilah *Games sense approach* yang dikenal di Australia, sementara *Games center approach* di Singapura. Sedangkan di Amerika dikenal dengan nama *A Tactical games approach*.

Pendidikan jasmani akan lebih menarik bila kita sampaikan lewat *game* atau bermain. Sebagian besar pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah sebenarnya disampaikan dengan bentuk bermain. Sehingga dapat kita simpulkan kalau bermain dan pendidikan jasmani merupakan dua hal yang tak terpisahkan.

Bermain dapat meningkatkan Kreativitas

Aktivitas bermain akan dapat membuat para pelakunya berfikir akan bagaimana memperoleh kesenangan, kepuasan, rasa gembira, dan keindahan yang tinggi. Selain itu bermain sebenarnya memiliki banyak fungsi yakni dari fisik, psikologi, dan juga fisiologis. Bermain berhubungan erat dengan pendidikan jasmani. Selain itu bermain juga akan mampu membuat pelakunya kreatif.

Bermain memungkinkan pelakunya untuk menemukan hal yang baru dan menciptakan sesuatu. Bila perilaku itu dikaitkan dengan landasan teori kreativitas tentang menemukan hal baru, maka bermain disini dapat membuat

pelakunya kreatif. Selain itu bermain akan mampu membuat perilakunya tertantang untuk berbuat lebih baik.

Bermain dalam bentuk apa pun akan dapat meningkatkan kreativitas pelakunya. Pentingnya permainan atau bermain pada dasarnya akan mampu meningkatkan keterampilan sosial serta menumbuhkan kemampuan bekerjasama dan mengembangkan kreativitas. Kreativitas sesungguhnya merupakan satu hal yang harus dimiliki seseorang ketika bermain. Sebab dalam bermain mau tidak mau seseorang harus berfikir bagaimana memenangkan sebuah permainan. Permainan beregu sekalipun membutuhkan pemikiran dari anggotanya.

Bermain dan kreativitas dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Bermain merupakan salah satu aktivitas yang dapat menimbulkan kegembiraan bagi pelakunya. Sehingga karakteristik bermain itu ialah: menyenangkan, tidak memiliki tujuan ekstrinsik, motivasinya lebih bersifat intrinsik, bersifat spontan dan sukarela, dan memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti kreativitas, pemecahan masalah, belajar bahasa, perkembangan sosial dan sebagainya

Peranan bermain yang pertama adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik, dengan bermain maka pertumbuhan dan perkembangan otot akan berlangsung dengan baik. Kedua adalah mengenai pertumbuhan sosialnya, dengan bermain anak akan dapat bersosialisasi dengan siapa saja yang terlibat dalam permainan itu. Berikutnya bermain juga akan berpengaruh pada emosi,

serta intelektual anak. Sekarang ini banyak model permainan digunakan untuk meningkatkan intelektual anak. Tidak ketinggalan dengan bermain juga akan membuat anak lebih kreatif.

Pentingnya permainan atau bermain pada dasarnya akan mampu meningkatkan keterampilan sosial serta menumbuhkan kemampuan bekerjasama dan mengembangkan kreativitas. Kreativitas dapat dikembangkan dengan bermain, sebab dalam bermain akan muncul usaha-usaha untuk menemukan hal yang baru serta menciptakan sesuatu. Dalam bermain sesuatu kita butuh daya kreatif yang tinggi agar hasil yang dicapai dapat maksimal. Bila dalam permainan yang akan ada yang memenangkan maka kreatif, sangat penting dimiliki. Seorang yang kreatif dalam bermain bolavoli misalnya maka pada saat melakukan smash ia akan memiliki banyak cara dan arah yang dituju, lebih mudahnya akan memiliki banyak cara untuk mendapatkan poin.

Bermain dalam dunia pendidikan memang tidak begitu asing terutama pada pembelajaran pendidikan jasmani. Proses pembelajaran dengan pendekatan bermain dirasa lebih efektif, dan mampu memunculkan kreativitas peserta didik, sebab anak akan merasa senang serta tertantang. Dengan tertantang biasana anak akan berfikir untuk bisa melewati tantangan itu. Kreativitas akan bisa muncul lewat rasa tertantang tersebut. Sebab dengan tertantang anak akan berfikir dan menemukan caranya tersendiri untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya saat pembelajaran.

Sebagai contoh dalam pembelajaran permainan bola voli, di awal pertemuan kita sampaikan mengenai teknik memukul bola atau lebih dikenal dengan *spike*

setelah mereka dirasa mampu maka akan di berikan permainan sederhana yang lebih banyak memakai teknik memukul bola. Bila sudah bermain tentunya akan ada rintangan sehingga peserta didik harus berfikir untuk mengatasi masalah itu. Karena saat bermain mereka akan ketemu dengan pemain yang melakukan bendungan dan pemain yang menjaga wilayahnya.

Kesimpulan

Bermain memiliki banyak manfaat diantaranya adalah dalam segi fisik, emosi, sosial, dan intelektual. Bermain juga akan dapat membuat pelakunya mendapatkan kesenangan serta kepuasan, sebab pada dasarnya orang melakukan kegiatan bermain untuk mencari kesenangan. Bermain berhubungan erat dengan pendidikan jasmani sebab dalam bermain biasanya akan menggunakan aktivitas jasmani, sehingga dengan aktivitas jasmani yang ada maka dapat dikemas dengan baik untuk sebuah pendidikan jasmani. Sekarang ini banyak Negara yang menggunakan pendekatan bermain untuk menyampaikan materi dalam pembelajaran jasmaninya. Hanya saja setiap Negara menamakan pendekatan bermain ini dengan berbagai nama berbeda namun prinsipnya sama yakni dengan pendekatan bermain.

Bermain akan membuat pelakunya kreatif, sebab dalam bermain pelaku akan berusaha untuk menemukan hal yang baru dan menciptakan sesuatu. Kreatif sangat penting untuk dikembangkan sebab kreatiflah yang membuat orang akan mampu meningkatkan kualitas hidupnya. Sehingga pembelajaran pendidikan jasmani memungkinkan disampaikan dengan bentuk bermain. Pembelajaran

pendidikan jasmani dengan pendekatan bermain akan mampu menumbuhkan kreativitas bagi peserta didik lewat permainan yang dilakukan.

A. Daftar Pustaka

- Arma Abdoellah. (1996). *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: Depdikbud
Direktur Jendral Pendidikan Tinggi.
- Griffin, L., & Patton, K. (2005). *Two decades of teaching game for
understanding: Looking at the past, present, and future*. In L. Griffin &
J. Butler (Eds.). *Teaching game for understanding: Theory, research,
and practice (pp. 1- 18)*. Windsor: Human Kinetics.
- Husni Thamrin (2006). *Peranan Pendidikan Jasmani dalam Pembangunan
Nasional*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, POR FIK-UNY, 4,
0216-1699
- Oen-Seng Tan. (2009). *Problem-Based Learning and Creativity*. Singapore.
Paul Tan.
- Soemitro. (1992). *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud.
- Sri Rumini. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP Universitas
Negeri Yogyakarta
- Sukintaka. (1997). *Bermain*. Yogyakarta: FPOK- IKIP Yogyakarta.
- Utami Munandar. (1999). *Kreativitas dan keberbakatan*. Jakarta: PT
Gramedia Pustaka Utama.