

ISBN: 978-602-60013-1-3



**PROSIDING**  
**SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLARAHAGA**  
**“PENINGKATAN KUALITAS**  
**PENDIDIKAN JASMANI DAN OLARAHAGA MELALUI LITERASI”**



Alamat redaksi  
Kampus STKIP PGRI Jombang  
Jl. Pattimura III/20 Jombang  
Telp (031)861319

ISBN 978-602-60013-1-3



9 786026 001313

Jombang 28 Juli 2018  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN  
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

**STKIP PGRI JOMBANG**



## DAFTAR ISI

<b>PERUBAHAN PARADIGMA DALAM PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH</b> (Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.) .....	1-6
<b>MENDORONG PENGEMBANGAN LITERASI KEOLAHRAGAAN NASIONAL</b> (Prof. Dr. M.E. Winarno, M.Pd.) .....	7-14
<b>MODEL-MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI (Prof. Dr. Hari Amirullah Rachman, M.Pd.).....</b>	15-49
<b>HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 JOMBANG</b> (Arsika Yunarta, M.Pd. & Rahayu Prasetyo, M.Pd.).....	50-55
<b>PROFIL GURU PJOK DALAM MENINGKATKAN BERPIKIR KREATIF PESERTA DIDIK</b> (Ilmul Ma'arif, M.Pd. & Zakaria Wahyu Hidayat, M.Pd.).....	56-66
<b>PENGARUH METODE <i>PART AND WHOLE</i> TERHADAP HASIL BELAJAR SENAM LANTAI GULING DEPAN PADA SISWA KELAS X SMK SULTAN AGUNG 1 TEBUIRENG TAHUN PELAJARAN 2017/2018</b> (Muhamad Dedi Safa'at, S.Pd. & Kahan Tony Hendrawan, M.Pd.) .....	67-79
<b>PENGARUH TINGKAT KESEGERAN JASMANI SAAT MENSTRUASI DAN TIDAK MENSTRUASI PADA SISWI KELAS XI di SMK MUHAMMADIYAH 1 BERBEK NGANJUK TAHUN 2017</b> (Novita Nur Synthiawati, M.Pd. & Guntum Budi Prsetyo, M.Pd.) .....	80-86
<b>SURVEY KINERJA GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA GURU SMP NEGERI SE-KECAMATAN PETERONGAN KABUPATEN JOMBANG TAHUN 2017/2018</b> (Rendra Wahyu Pradana, M.Pd. & Puguh Satya Hasmaru, M.Pd.).....	87-95
<b>PEMULIHAN KEKUATAN DAN ROM SETELAH LATIHAN EKSENTRIK DENGAN PEMBERIAN SUPLEMEN GLUTAMIN</b> (Afif Rusdiawan, M.Pd. & Taufikkurrachman, M.Pd.) .....	96-107
<b>MODEL PEMBELAJARAN <i>PROJECT BASED LEARNING</i> TERHADAP KETERAMPILAN SMASH KEDENG PERMAINAN SEPAK TAKRAW</b> (Ali Priyono, M.Pd.) .....	108-114

<b>MENINGKATKAN KECERDASAN KINESTETIK MELALUI PERMAINAN PROPERTI</b> (Davi Sofyan, M.Pd.) .....	115-124
<b>DAMPAK PERCAYA DIRI DAN <i>POWER LENGAN</i> TERHADAP HASIL <i>FLYING SHOOT</i> DALAM PERMAINAN BOLA TANGAN</b> (Indra Prabowo, M.Pd. & Davi Sofyan, M.Pd.) .....	125-130
<b>STUDI DESKRIPTIF AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENGHAMBATAN <i>MENOPAUSE</i></b> (Indrayogi, M.Pd.) .....	131-140
<b>PERKEMBANGAN KESEIMBANGAN DAN KECEPATAN PADA ANAK-ANAK USIA 6 SAMPAI DENGAN 12 TAHUN DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI DAERAH KABUPATEN GROBOGAN</b> (Novianto Arie Budiawan, Prof. Dr. Sugiyanto, & Dr. Sapta Kunta Purnama, M.Pd.) .....	141-149
<b>EFEKTIFITAS TEKNIK <i>RECOVERY</i> DALAM MENURUANKAN KADAR ASAM LAKTAT</b> (Rubbi Kurniawan, M.Pd. & Amjad Elfarabi, M.Pd.) .....	150-156
<b>PENGARUH LATIHAN <i>PLYOMETRIC ALTERNATE LEG BOX BOUND</i> DAN <i>PLYOMETRIC SINGLE LEG SPEED HOP</i> TERHADAP KECEPATAN LARI 50 METER PADA SISWA SMP NEGERI 1 BARON KABUPATEN NGANJUK</b> (Ruruh Andayani Becti, M.Pd.) .....	157-162
<b>PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN DENGAN PERMAINAN BOLA GANTUNG BERANGKA UNTUK MENINGKATKAN GERAK DASAR ANAK USIA DINI DI KECAMATAN PANYINGKIRAN KABUPATEN MAJALENGKA</b> (Udi Sahudi, M.Pd. & Maya Nurhayati, M.Pd.).....	163-172
<b>PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN BEBAN UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN FISIK PEMAIN BOLAVOLI</b> ( <i>Studi Pengembangan pada Pemain Bolavoli Putra Tingkat Intermediet di Kota Kediri</i> ) (Nur Ahmad Muharram, M.Or. & Wing Prasetya Kurniawan, M.Pd.).....	172-179
<b>PROFIL GURU PJOK DALAM MENINGKATKAN BERPIKIR KREATIF PESERTA DIDIK</b> (Basuki, S.Or., M.Pd.) .....	180-187



## PERUBAHAN PARADIGMA DALAM PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH

Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd.<sup>1,2</sup> ([wahyu.indra@stkipjb.ac.id](mailto:wahyu.indra@stkipjb.ac.id))

### ABSTRAK

*Pendidikan jasmani bermaksud membekali kecakapan fisikalnya, mengarahkan peserta didik untuk terdidik secara jasmaniah. Kecakapan jasmaniah ini dalam bahasa Inggris identik dengan physical literacy. Pembelajaran pendidikan jasmani dalam gerakan literasi memiliki tugas meliterasi gerak peserta didik dan membangun partisipasi aktif peserta didik dalam belajar gerak untuk mengembangkan kecerdasan jasmani sehingga diharapkan akan berdampak pada cerdas rohani, cerdas mental, cerdas sosial, dan cerdas secara spiritual.*

### PENDAHULUAN

Pada abad ke-21 ini, kemampuan berliterasi peserta didik berkaitan erat dengan tuntutan keterampilan membaca yang berujung pada kemampuan memahami informasi secara analitis, kritis, dan reflektif. Akan tetapi, pembelajaran di sekolah saat ini belum mampu mewujudkan hal tersebut. Kondisi memprihatinkan ini mendapatkan dampak positif dengan keluarnya peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan nomor 23 tahun 2015 tentang gerakan literasi di sekolah (GLS). Pengertian Literasi Sekolah dalam konteks GLS adalah kemampuan mengakses, memahami, dan menggunakan sesuatu secara cerdas melalui berbagai aktivitas, antara lain membaca, melihat, menyimak, menulis, dan/atau berbicara. Kegiatan literasi terbagi menjadi tiga tahap, yakni: pembiasaan, pengembangan, dan pembelajaran. Pada tahap pembiasaan dilakukan dengan penumbuhan minat baca melalui kegiatan membaca. Tahap pengembangan dilakukan dengan meningkatkan kemampuan literasi melalui kegiatan menanggapi buku pengayaan, dan tahap pembelajaran meliputi kegiatan meningkatkan kemampuan literasi di semua mata pelajaran menggunakan buku pengayaan dan strategi membaca di semua mata pelajaran. Tahap pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Pembelajaran pendidikan jasmani dalam gerakan literasi memiliki tugas meliterasi gerak peserta didik dan membangun partisipasi aktif peserta didik dalam belajar gerak untuk mengembangkan kecerdasan jasmani sehingga diharapkan akan berdampak pada cerdas rohani, cerdas mental, cerdas sosial, dan cerdas secara spiritual.

### PENDIDIKAN JASMANI DAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

Terjadinya pergeseran istilah dari pendidikan jasmani menjadi pendidikan olahraga dibuktikan dengan adanya, pertama fakta filosofis, dari pemanfaatan jasmani dalam wujud aktivitas jasmani menjadi pembahasan mengenai olahraga. Kedua, fakta praktis pedagogis, yaitu kondisi realita pengajaran secara pedagogis yang lebih mengarah pada pengajaran teknik-teknik dasar kecakapan olahraga, sebagai upaya sosialisasi olahraga pada generasi muda. Fakta ini mengubah makna literasi secara jasmaniah menjadi literasi olahraga. Kedua fakta ini menunjukkan adanya kehampaan makna kontribusi pendidikan jasmani pada pendidikan, terutama kepada ketiadaan belajar siswa. Tanpa pendekatan pedagogis yang hati-hati, mengajarkan kandungan isi pelajaran olahraga dalam penjas justru dapat melanggengkan ketidakadilan sosial. Contoh yang lain adalah dari Sidentop & Lock (1997) yang mengkritisi keluaran pembelajaran pendidikan jasmani yang terlalu berorientasi pada teknik berolahraga. Menurut mereka, pendidika jasmani dengan orientasi teknik olahraga bersifat lemah dalam membantu peserta didik untuk aktif secara jasmani sepanjang hayat.

Pemberian pengalaman belajar gerak dapat membangun tercapainya kualitas hidup yang

<sup>1</sup> Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, STKIP PGRI Jombang, Jawa Timur

<sup>2</sup> Pemateri Seminar Nasional Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Ke-2 Tahun 2018

lebih baik. Pemahaman fungsi bergerak dan kemauan untuk ikut berpartisipasi aktif di



dalamnya serta melalui mediasi aktivitas jasmani yang baik maka kualitas hidup yang lebih baik akan mereka dapatkan. Pengembangan belajar gerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani memiliki tahapan pelatihan/pengulangan dan pembiasaan. Pembiasaan bergerak aktif dapat mengantarkan peserta didik menjadi sehat dan bugar, merasakan kenikmatan dan kesenangan dalam bergerak, dan berkembang ke dalam karakter positif sebagai efek dari berolahraga seperti *fair play*, *sportif*, percaya diri, disiplin, bersemangat, jujur, tanggungjawab, toleransi, mengakui kelemahan diri sendiri, patuh aturan, mengakui keunggulan lawan, dan sebagainya.

Bentuk penugasan dalam pembelajaran menjadi alternatif positif untuk meliterasi gerak peserta didik. Penugasan dapat diawali dengan mencari, membaca, menginventarisir berbagai jenis dan bentuk gerakan dapat menjadi awal yang baik untuk ketertarikan peserta didik pada ragam gerak. Wawasan dalam bidang gerak mereka akan bertambah. Dengan bertambahnya wawasan ini dapat menjadikan motivasi mereka untuk mau melakukan gerak sesuai dengan bakat dan minat peserta didik. Pengetahuan yang dimiliki dapat memperkaya khasanah pengetahuan peserta didik baik tentang gerak, permainan, ataupun berbagai gerak olahraga lainnya dapat meningkatkan pengembangan daya nalar untuk membentuk pengetahuan tertentu. Kekuatan menginterpretasikan atau menganalisis pola gerak, pandai memposisikan dirinya saat melakukan olahraga permainan, pandai mengenali ruang dan waktu, adalah ciri-ciri kecakapan dan kepandaian dalam mengembangkan daya nalar hasil literasi gerak.

Tetapi saat ini, di Indonesia, pendidikan jasmani berada dalam pusaran wacana pendidikan karakter. Pendidikan jasmani sering diklaim sebagai salah satu jalan dalam mendidik karakter anak bangsa. Walaupun dalam literatur belum pernah tertulis suatu model pembelajaran pendidikan jasmani untuk pengembangan karakter, pakar pendidikan jasmani dan para penentu kebijakan masih saja tetap menggaungkan wacana karakter dalam pendidikan jasmani sebagai bentuk usaha dalam mempertahankan eksistensi diri. Kenyataannya praktik pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih berkuat pada apa yang disebut sebagai pendidikan jasmani sebagai teknik olahraga (Krik, 2012), belum menjadi pendidikan jasmani sebagai budaya gerak.

### **PHYSICAL LITERACY**

Pembelajaran pendidikan jasmani yang membangun sifat belajar peserta didik memiliki ciri antara lain, pertama adanya proses belajar yang reflektif-kognitif atas peristiwa dalam belajar gerak. Pembelajaran menggunakan daya nalar yang tinggi untuk membentuk pengetahuan tertentu pada peserta didik baik tentang gerak, permainan, ataupun olahraga tertentu. Kedua belajar sikap terkait dengan motorik peserta didik, misalnya mengalami interaksi sosial yang baik, terjalin komunikasi yang baik antar teman, serta muncul karakter positif. Ketiga dengan belajar motorik kemampuan keterampilan motorik peserta didik dalam menjalani tugas dan aktivitas sehari-hari meningkat. Jadi pengajaran pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk membekali kecakapan gerak peserta didik untuk masa kini dan masa yang akan datang.

Meskipun pembelajaran pendidikan jasmani telah dipandang sebagai pendidikan olahraga, suatu proses pendidikan kedalam olahraga. Kini, pembelajaran dalam pendidikan jasmani telah diyakini sebagai pendidikan teknik-teknik cabang olahraga. Namun demikian, pada saat yang bersamaan pendidikan jasmani di sekolah telah pula dimaknai sebagai pendidikan nilai, suatu upaya pendidikan tentang nilai-nilai yang terkandung dalam kegiatan olahraga. Pembelajaran pendidikan jasmani telah diarahkan pada upaya-upaya promosi sekolah melalui jalur prestasi olahraga.

Pendidikan jasmani beranalog pada tujuan yang sama dengan istilah pendidikan bahasa atau pendidikan matematika. Pendidikan bahasa bermaksud mengantarkan siswa menjadi sejahtera dan mandiri karena kemampuan bahasanya. Siswa yang ter-literasi secara bahasa diharapkan mampu membaca, menikmati puisi, membaca teks, berkomunikasi, atau bahkan mengembangkan kemampuan berbahasanya dalam berbagai ragam bahasa. Pendidikan



matematika adalah juga proses pendidikan yang memanfaatkan angka-angka dalam logika aljabar, aritmetika, geometri untuk pembekalan pada diri siswa agar siswa sejahtera dan mandiri karena pengetahuan matematikannya. Siswa yang ter-literasi secara matematis diharapkan mampu mengembangkan kemampuan logika dan nalarnya dalam mengatasi semua permasalahan logika matematis dalam kegidupannya. Dengan demikian pendidikan bermaksud membekali peserta didik dari keadaan yang ada pada keadaan yang semestinya atau seharusnya.

Pendidikan jasmani bermaksud membekali kecakapan fisikalnya, mengarahkan peserta didik untuk terdidik secara jasmaniah. Kecakapan jasmaniah ini dalam bahasa Inggris identik dengan *physical literacy*. Suatu pembelajaran yang bermaksud memberikan kecakapan dan keterampilan gerak yang menyebabkan siswa ter-literasi secara jasmaniah, sehingga para siswa mendapat pengalaman-pengalaman gerak yang membekali diri siswa cakap dan mandiri serta sejahtera karena kepemilikan tubuhnya. Tubuhnya tidak membebani dirinya, tubuhnya memudahkan segala kebutuhan hidupnya, tubuhnya memandirikan dirinya, dan tubuhnya mensejahterakan dirinya. Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani menjadi multi-tujuan. Pembelajaran bisa diarahkan pada upaya upaya peraih kesehatan, kesenangan-keriangan-keceriaan-kebahagian siswa (upaya rekreatif), peraih nilai-nilai olahraga (olahraga pendidikan), dan prestasi olahraga tingkat tinggi (olahraga prestasi).

Pergumulan olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga kesehatan, dan olahraga prestasi di sekolah telah menimbulkan suatu keadaan yang tidak jelas, pembelajaran yang tidak mengandung *teaching-learning process* pun sah-sah saja dilakukan. Dampak lebih lanjut telah pula menimbulkan keberadaan profesi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah tidak kredibel bahkan cenderung bukan profesi yang memberikan kontribusi pada pendidikan. Pembelajaran pendidikan jasmani harusnya mengorientasikan diri pada keterjadian proses mengajar (*teaching proses*) dan menimbulkan pada keterjadian belajar siswa (*student learning*). Suatu pembelajaran yang mampu mengantarkan siswa pada pengalaman bermakna, bertujuan, dan berkontekstual dengan segala kebutuhan hidup siswa kini maupun di masa-masa mendatang. Pembelajaran mempertimbangkan koherensi diantara tujuan dan kebutuhan hidup peserta didik saat ini dan yang akan datang. Pembelajaran yang mengantarkan pada kebermaknaan *teaching learning process* melalui berbagai ragam aktivitas jasmani, olahraga, permainan, ataupun kegiatan jasmani yang terpilih sesuai dengan standar kesehatan dan norma-norma sosial.

Tetapi banyak permasalahan yang terjadi dalam kenyataan yang ada, permasalahan utama yang dihadapi dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah:

1. Guru pendidikan jasmani tidak secara sengaja merancang pembelajarannya untuk membantu siswa belajar kedalam gerak. Pembelajaran yang tidak membekali kecakapan gerak siswa yang mengantarkan siswa bisa mandiri dan sejahtera karena kepemilikan tubuh dan potensi gerak tubuhnya.
2. Pembelajaran pendidikan jasmani dibebani oleh kepentingan olahraga prestasi, olahraga kesehatan, dan olahraga rekreasi, sehingga berada dalam arah yang tidak jelas.
3. Terlalu banyak guru pendidikan jasmani tidak melaksanakan pembelajarannya sebagai upaya mengajar, sehingga tidak menimbulkan belajar siswa.

Krik (2010) menggaungkan gagasan Lawson (2007) bahwa ada keterkaitan yang bersifat intim antara tujuan penjas di sekolah dengan status pendidikan keguruan penjas di perguruan tinggi. Saat ini jurusan penjas di perguruan tinggi sedang sibuk berjibaku memperebutkan kursinya di dunia akademik. Salah satu senjata efektifnya adalah dengan mendapatkan status akademik dan gengsi dengan cara melakukan "*sciencetification*" penjas melalui penyelenggaraan secara padat matakuliah-matakuliah yang berkaitan dengan ilmu eksakta seperti biomekanika, anatomi, dan fisiologi. Namun dampak "*sciencetification*" yang jarang dikritisi adalah gelombang perubahan jurusan yang menaungi persiapan guru pendidikan jasmani dari yang bersifat kependidikan menjadi lebih bersifat sains. Beberapa mata kuliah



kependidikan tergeser oleh mata kuliah yang berakar ilmu alam. Kalaupun masih bertahan, nuansa kurikulumnya memberi tekanan bahwa pendidikan jasmani adalah ilmu eksakta.

Lingkungan infrastruktur kebutuhan sarana dan prasarana serta peralatan atau bahkan gedung olahraga sebagai tempat pembelajaran pendidikan jasmani tidak pernah dimiliki oleh sekolah. Kompetensi guru pendidikan jasmani tidak sesuai dengan standar kompetensi yang diinginkan sebagai akibat dari keragaman kualifikasi dan kompetensi produk lulusan yang dihasilkan program studi. Pendidikan jasmani di Indonesia akan tetap bertahan seperti ini jika akademisi pendidikan jasmani di perguruan tinggi tidak mengembalikan pada misi utama mempersiapkan tenaga pendidik yang paham anak-anak sebagai manusia utuh, bukan melulu sebagai susunan tulang belakang dan seonggok daging.

Secara filosofis, perlu dirumuskan secara jelas dan tegas apa yang ingin dicapai dari keterlaksanaan pendidikan jasmani di sekolah. Arah orientasi yang ingin diraih dari keterlaksanaan pendidikan jasmani di sekolah perlu diarahkan pada keterjadian proses ajar dan belajar siswa. Peserta didik perlu mendapatkan pengalaman gerak dan atau olahraga yang bermakna bagi perkembangan tubuh selanjutnya. Peserta didik mendapatkan hikmah dari pengalaman gerak atau olahraga yang dijalannya. Esensi filosofis perlu didekatkan pada aspek-aspek yang terkait dengan kepentingan pendidikan. Pendidikan jasmani perlu diarahkan pada penciptaan mengembangkan potensi utuh siswa melalui jalur aktivitas jasmani, olahraga, atau permainan.

## PARADIGMA BARU DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan jasmani paradigma baru perlu mengutamakan gerak tubuh peserta didik, mengantarkan peserta didik pada kemampuan mengenali tubuhnya dan mengembangkan potensi tubuhnya dalam berbagai keragaman aktivitas jasmani. Gerak tubuh siswa perlu menjadi perhatian guru pendidikan jasmani, karena gerak tubuh akan membekali kepentingan hidup peserta didik saat ini dan yang akan datang. Gerak tubuh perlu diutamakan agar siswa bisa mengenali potensi gerak tubuhnya dan segala pengalaman belajar gerak yang dialami peserta didik dalam membekali dirinya untuk hidup sejahtera dan mandiri. Tema-tema gerak tubuh itu perlu menjadi garis-garis pokok pembelajaran pendidikan jasmani. Suatu garis pembelajaran yang mempertegas dan mengarahkan belajar siswa. Garis pembelajaran itu berupa tema-tema gerak yang kemudian dapat dikembangkan dalam bentuk permainan-permainan menyerupai olahraga sesuai dengan prinsip *developmentally appropriate practice* dalam rentang keragaman tingkat kemudahan dan kesulitan yang bervariasi. Sebagai contoh: materi gerak yang dimaksud adalah keseimbangan, koordinasi, melempar, menangkap, berjalan, berlari, berayun, lompat-loncat, dan sejumlah tema-tema gerak lainnya. Garis pembelajaran seperti sangat tepat disampaikan pada peserta didik pada tingkat sekolah dasar. Pada tingkat sekolah menengah pertama berbentuk pengembangan keterampilan gerak dan implementasinya dalam bentuk permainan, sedangkan pada tingkat sekolah menengah atas dapat berupa pembelajaran keterampilan olahraga dalam bingkai modifikasi kedalam bentuk permainan-permainan menyerupai olahraga, sehingga terjadi keragaman bentuk dalam skala mudah sampai sukar, berat sampai ringan, atau sederhana sampai kompleks.

Manakala pembelajaran pendidikan jasmani harus mencerminkan adegan *teaching process*, yang menimbulkan belajar siswa dalam konteks belajar kognitif-reflektif; belajar afektif-emosional; belajar sosial; dan belajar gerak, maka dibutuhkan pendekatan pedagogis dengan memperhatikan pada prinsip-prinsip didaktik dan metodik. Pendekatan pedagogis ini diperlukan agar dapat mengangkat harkat dan kredibilitas pendidikan jasmani di sekolah dan di masyarakat. Pembelajaran dalam pendidikan jasmani seharusnya menghasilkan partisipasi dan belajar siswa, sehingga kemudian siswa berada dalam budaya gerak. Artinya, membekali peserta didik untuk cakap dan siap dalam melakukan gerak di sepanjang hayatnya. Pengembangan olahraga di sekolah sebaiknya dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler, sebagai upaya menjembatani kegiatan olahraga di sekolah dengan olahraga di klub-klub yang ada



masyarakat. Namun untuk memudahkan pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga di masyarakat ini diperlukan perubahan dalam pendidikan guru pendidikan jasmani di tingkat Perguruan Tinggi, perubahan kurikulum, perubahan dalam praktik-praktik pembelajaran, dan perubahan didalam cara melakukan dan berpikir. Sudah saatnya perguruan tinggi penghasil guru pendidikan jasmani berorientasi pada persiapan guru yang tidak saja handal secara teknis, tetapi juga bertanggung jawab secara sosial. Karena, lahirnya guru yang reflektif dan transformatif dimulai dari mereka yang mendidik calon guru.

Pembelajaran pendidikan jasmani memerlukan paradigma baru karena empat hal alasan, yaitu: 1) masyarakat modern membutuhkan pemahaman akan kepemilikan tubuhnya. Karena berkembangnya teknologi dan transportasi menyebabkan tubuh terpisah dari kepentingan hidup sejahtera, 2) secara personal kebebasan, partisipasi dan kepuasan dalam budaya gerak sangat bergantung kepada bekal kecakapan dan kompetensi gerak individu itu sendiri. Bekal kompetensi gerak itu tidak datang dengan sendirinya secara otomatis, tetapi membutuhkan proses belajar-mengajar gerak yang berstruktur, bermakna, bertujuan, dan berkontekstual dengan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, 3) meskipun pengembangan olahraga dapat dilakukan di sekolah, tetapi pengembangan itu membutuhkan waktu dan cara-cara tertentu, terutama bila diorientasikan pada peraih prestasi dalam bidang olahraga. Kegiatan yang harus dilakukan adalah memperkenalkan para peserta didik dengan berbagai cabang olahraga dalam bingkai modifikasi, terutama berada dalam konsep *Developmentally Appropriate Practice*, 4) secara ilmiah, ternyata gerak dapat mempengaruhi kondisi mood emosional-afektif dalam koridor fisiologis dan psikologis. Gerak tubuh berkaitan dengan domain kognitif, afektif-emosional, dan sosial siswa. Karena itu, keragaman gerak tubuh dalam bentuk aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga (kesehatan, rekreasi, prestasi) perlu dipahami sebagai keluasan tema gerak tubuh.

Pengajaran pendidikan jasmani harus mencerminkan adegan *teaching process*, yang menimbulkan belajar siswa dalam konteks belajar kognitif-reflektif; belajar afektif-emosional; belajar sosial; dan belajar gerak, maka dibutuhkan pendekatan pedagogis dengan memperhatikan pada prinsip-prinsip didaktik dan metodik. Pendekatan pedagogis ini diperlukan agar dapat mengangkat harkat dan kredibilitas pendidikan jasmani di sekolah dan di masyarakat. Beberapa panduan metodik yang dimaksud adalah: 1) mencipta tugas belajar gerak secara jelas; 2) mengorganisasikan proses belajar mengajar dalam kerangka kejelasan masalah gerak; 3) mencipta tugas belajar gerak dalam konteks belajar untuk memecahkan masalah gerak; 4) mampu menata lingkungan belajar gerak secara bermakna, bertujuan, dan berkontekstual; 5) struktur lingkungan belajar sedemikian rupa sehingga masalah utama belajar gerak dikenali, dipahami, dan dialami oleh siswa; 6) berikan siswa dengan informasi untuk mengubah/memodifikasi belajar siswa (*landscaping*); 7) menggunakan *scaffolding* (lapisan belajar gerak dalam struktur mudah-sukar; sederhana-kompleks; ringan-berat) dalam struktur garis pembelajaran yang jelas.

Sedangkan, beberapa panduan didaktiknya adalah: 1) kenali dan terima setiap perbedaan siswa baik dalam ciri gerak maupun cara belajar geraknya; 2) berikan tanggungjawab pada siswa untuk belajar dengan caranya sendiri; 3) libatkan siswa dalam perencanaan, pengorganisasian dan evaluasi proses belajar-mengajar; 4) stimulasi siswa untuk merefleksikan diri dalam pemecahan masalah geraknya sendiri dan demikian juga dengan proses belajarnya.

## PENUTUP

Di Indonesia, pendidikan jasmani sudah mapan secara konsep dan pedagogi, tetapi lemah dalam sisi penguasaan kandungan isi pembelajaran dan model-model pedagogis pendidikan jasmani terkini. Secara personal, ada beberapa ilmuan di perguruan tinggi yang belajar dan meneliti isi dan pedagogi mutakhir tersebut, namun hal tersebut tidak bersifat sistemik dan menggejala sebagai nafas dan urat nadi pendidikan jasmani. Dan pada akhirnya, guru pendidikan jasmani akan menyampaikan kandungan isi pembelajaran pendidikan jasmani





yang tidak melulu olahraga. Jika mereka harus melakukannya, mereka akan melakukannya secara hati-hati dalam merencanakan pembelajarannya dengan tujuan untuk membantu peserta didik menjadi kritis terhadap praktik olahraga kekinian. Selain itu, program berbasis olahraga tidak akan dipahami secara sempit yang hanya memfokuskan pada keterampilan teknik. Tetapi sebelum itu, mahasiswa calon guru penjasokes harus dibekali dengan pengembangan pengetahuan tentang kandungan isi dan pedagogi dalam pendidikan jasmani. Semua pengetahuan dasar untuk mengajarkan ini harus berinspirasi pada pendidikan dan pedagogi yang bersifat kritis.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Kemendikbud. 2015. *Permendikbud Nomor 23 Tahun 2015 tentang Gerakan Literasi Sekolah*. [Online]. Tersedia: <http://www.kemdikbud.go.id/> (diakses tanggal 26 Mei 2018).
- Kirk, D. (2006). Sport Education, Critical Pedagogy and Learning Theory: Toward an intrinsic justification for physical education and youth sport. *Quest*. 58: 255-264.
- Kirk, D. (2010). *Physical Education Future*. London: Routledge.
- Lawson, H. (2007). Renewing Core Curriculum. *Quest*. 59: 219:243.
- Sidentop, D. & Lock, L. (1997). Making difference for physical education: what professors and practitioners must build together. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 68: 25-33.