

MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DENGAN PENDEKATAN PERMAINAN

Oleh **Andri Akhiruyanto**
Universitas Negeri Semarang

Abstract

The development of physical education and school sport needs to be maintained. One of the development is to focus on the teaching process through methodic in physical education. Physical education programs should be self driven on the students motor development which is able to bring/ equip them as a qualified final motor, that is by using games approach. This means that it is not only thorough a movement but also includes social, affective, and cognitif dimension. This motor quality is expected to influence students quality, which in turn will impact on the lifetime human quality.

Kata Kunci : Model, Pembelajaran, Pendidikan Jasmani, Permainan

PENDAHULUAN

Pendidikan pada dasarnya berperan mencerdaskan kehidupan bangsa, yang sasarannya adalah peningkatan kualitas manusia Indonesia baik itu sosial, spiritual maupun intelektual, serta kemampuan yang profesional. Pembangunan keolahragaan perlu dikembangkan dan ditingkatkan di seluruh tanah air, terutama di sekolah-sekolah yang nantinya dapat menunjang proses belajar siswa Pendidikan sebagai suatu pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada anak didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematika. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan

psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogik, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, karena gerak merupakan aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Dalam perkembangannya yang terjadi selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandang ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta life skill.

Atas dasar kondisi yang semakin memperparah kontribusi pendidikan, khususnya pendidikan jasmani, maka perlu disarankan pengajaran yang "back to basic". Melihat kenyataan yang ada kita harus menekankan dua hal penting, yaitu: pertama, mendiagnosis secara akurat landasan dasar pendidikan jasmani, dan kedua, pengajuan konsep pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran yang memiliki kekuatan di lingkungan sekolah modern. Perlunya pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan bermain. Hal ini sesuai dengan kenyataannya bahwa permainan itu telah lama disenangi dan mempengaruhi kepribadian dan kehidupan manusia, permainan lebih tua daripada kebudayaan (Huizinga, 1952:1). Pendekatan bermain nantinya akan memberikan suatu pengembangan keragaman dan kualitas gerak. Hal ini dapat dibuktikan ketika disampaikan berbagai bentuk permainan yang menarik, beririgasi dengan penekanan pada kesetaraan dalam adu keterampilan (*balance skill competences*).

Pendekatan bermain sangat berhubungan erat dengan tujuan pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Hal ini sesuai dengan amanat kurikulum yang menempatkan mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, kemampuan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. Pendidikan Jasmani dapat juga kita artikan suatu pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan Jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindakan, dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian manusia dengan cita-cita kemanusiaan. Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat dirumuskan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

Pada usia sekolah anak diharapkan bergerak dengan aktifitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada usia dini penting untuk mengembangkan kemampuan, kemampuan menganalisis dan bahkan menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapainya proses belajar yang cepat pada tahap dewasa.

PERMASALAHAN PENDIDIKAN JASMANI

Esensi masalah dalam pendidikan jasmani bukanlah pada pengajaran yang buruk (dengan rendahnya jumlah waktu aktif mengajar, pengajaran tidak tepat, umpan balik tidak tepat, akuntabilitas, dan sebagainya). Situasi sebenarnya lebih merupakan suatu keadaan yang tidak stabil, bergantung pada kesempatan dan peluang serta tidak konsisten. Masyarakat pendidikan jasmani dalam kaitannya dengan professional atau amatir, tidak secara sengaja dalam satu wadah komitmen kuat bahwa para pendidik jasmani tidak memfungsikan dirinya sebagai orang yang membantu siswa untuk belajar. Mayoritas guru pendidikan jasmani tidak sungguh-sungguh berkomitmen atau termotivasi bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bahtera penting.

Berdasarkan pengamatan penulis dalam beberapa tahun belakangan ini di sekolah-sekolah, inginan siswa untuk berolahraga masih dirasakan sangat kurang tidak seperti yang diharapkan terutama siswa perempuan. Kurang aktifnya siswa dalam proses pembelajaran di lapangan. Guru lebih menekankan aspek keterampilan cabang olahraga dari pada nilai-nilai olahraga seperti yang tercantum pada tujuan pembelajaran. Hal itu, mengakibatkan guru lebih cenderung melatih dari pada mengajar, sehingga proses pembelajaran pendidikan jasmani lebih menekankan kepada aspek psikomotor siswa saja sedangkan aspek kognitif dan afektif terabaikan. Penekanan pada aspek keterampilan olahraga mengakibatkan hanya siswa dengan keterampilan saja yang aktif, sedangkan siswa yang tidak senang berolahraga tidak aktif sama sekali. Oleh karena itu, perlu adanya pendekatan pembelajaran yang dapat menjembatani antara siswa yang mempunyai keterampilan olahraga dengan yang tidak mempunyai keterampilan olahraga.

PENDIDIKAN JASMANI DAN GERAK

Pendidikan jasmani di sekolah bukan sekedar mendidik jasmani dan mendidik melalui aktivitas jasmani yang mengibaratkan tubuh sebagai mesin. Pendidikan jasmani lebih menekankan pada konsep tentang gerak siswa, mengajar siswa untuk bergerak, dan memecahkan masalah gerak. Hal ini sesuai dengan misi pendidikan jasmani yang ingin

memperkenalkan para generasi muda pada cakrawala dunia makna gerak dan mengantarkan siswa menjadi terbiasa dalam situasi gerak. Ciri guru pendidikan jasmani yang mengajar dengan baik adalah memberikan kesempatan pada siswa untuk mendapatkan identitas gerak personalnya dan menjadi suatu kebiasaan di rumah dan masyarakat. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk memiliki kompetensi dan berpartisipasi dalam budaya gerak.

Tubuh dalam hubungan dengan pendidikan jasmani adalah subjek. Tubuh diundang untuk berpartisipasi dalam pendidikan jasmani, dan sekaligus pula diundang untuk berpartisipasi dalam cakrawala dunia. Gerak insani merupakan bentuk dialogis antara manusia dengan lingkungan. Tubuh berkomunikasi dengan alam semesta dalam bentuk gerak. Dalam kaitan ini, ada bentuk upaya siswa untuk berdialog dengan lingkungan. Pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan gerak untuk kualitas kehidupan. Oleh karena itu, pendidikan gerak perlu menjadi referensi dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani. Dalam penyelenggaraannya itu, budaya gerak adalah bentuk reaksi masyarakat untuk dapat memahami dan mengenali serta sekaligus perwujudan (*embodiment*) kegiatan hidup sehari-hari. Oleh karena itu, partisipasi dalam budaya gerak berkontribusi pada kualitas hidup.

Nampak jelas bahwa pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah sangat bergantung pada kriteria keputusan guru dalam melaksanakan tugas pengajarannya. Terjadi atau tidaknya proses ajar sangat bergantung pada keputusan guru itu sendiri. Hal lain yang juga perlu diperhatikan adalah bahwa budaya gerak perlu menjadi titik akhir dari semua referensi penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah. Semua paparan di atas berujung pada perlunya pendidikan jasmani mendapatkan pengaturan yang cermat. Pengaturan itu dilakukan mulai dari tataran kurikulum, isi kegiatan, sarana-prasarana dan peralatan, kualifikasi guru, keterkaitan antar kegiatan, sampai makna utuh dari pendidikan jasmani itu sendiri.

Ada beberapa alasan penting perlunya paradigma baru dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani. pertama, bukti adanya keterkaitan tubuh sebagai

subyek jendela masuk kedalam lingkungan dunia. Tubuhlah yang utama ketimbang unsur-unsur lain yang ada pada diri manusia. Tubuhlah yang berhubungan dengan dunia. Manusia hadir didunia ketika tubuh juga diakui kehadirannya didunia, dan bahkan tubuhlah sebagai pemicu pengenalan terhadap dunia. kedua, gerak sebagai bentuk dialogis dengan dunia dan lingkungan dunialah yang mengundang manusia untuk bergerak. Gerak diinterpretasikan sebagai bentuk perilaku yang bermakna. Gerak bukanlah pemisah antara diri manusia dengan lingkungan dunia. Sebagai contoh : belajar menangkap bola atau berenang bukanlah bentuk belajar yang memisahkan diri manusia dari lingkungan dunia, tetapi belajar untuk memecahkan masalah lingkungan yang dihadapi manusia.

Pemisahan tubuh dan gerak dapat ditinjau dari sudut pandang substansial dan relasional. Secara substansial, tubuh adalah instrumen, merupakan objek, membentuk batasan jelas antara "inner" dan "outer". Sedangkan, gerak adalah pemisahan ruang-temporal atau bagian dari tubuh, seperti: bentuk membungkukkan badan atau lengan, membengkokkan badan ke belakang atau memutar kepala adalah wujud gerak secara substansial. Menurut pandangan relasional, tubuh adalah subjek (karena tubuhlah kita hadir di dunia), suatu bentuk keterhubungan tubuh dengan dunia. Berbeda dengan gerak, secara relasional, gerak adalah cara mengetahui dunia dalam bentuk perilaku (*action*). Bentuk kegiatannya bisa berupa berenang, berlari, melempar, menangkap, dan sebagainya.

PERMAINAN DAN PENDIDIKAN JASMANI

Drijarkara (1955:18) mengatakan bahwa permainan seusia umurnya dengan manusia, kapan dan dimana ada manusia di situ ada permainan. Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Oleh sebab itu, permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan pendidikan jasmani. Telah dibahas sebelumnya bahwa tujuan pendidikan jasmani ialah meningkatkan kualitas manusia, atau membentuk manusia Indonesia seutuhnya, yang mempunyai sasaran keseluruhan aspek pribadi manusia. Berdasarkan hal itu, maka munculah pertanyaan

“bagaimana peranan bermain/permainan dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani ?

Anak yang bermain permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani akan melakukannya dengan rasa senang (pada umumnya anak merasa lebih senang melakukan permainan, dari pada melakukan cabang olahraga yang lain). Anak juga akan mengungkapkan keadaan pribadi yang asli pada saat mereka bermain, baik berupa watak asli maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku. Bermain dapat meningkatkan kualitas anak sesuai dengan aspek pribadi manusia (Sukintaka, 1992:11). Situasi yang timbul ini memudahkan seorang guru pendidikan jasmani untuk melaksanakan kewajibannya. Guru dapat memberikan pengarahan, koreksi, saran, latihan atau dorongan yang tepat agar anak didiknya berkembang lebih baik dan dapat mencapai kedewasaan yang diharapkan.

Pendekatan permainan adalah suatu proses penyampaian pengajaran dalam bentuk bermain tanpa mengabaikan materi inti. Permainan yang dimaksudkan disini adalah permainan yang materinya disesuaikan dengan standar kompetensi dalam kurikulum. Permainan ini dapat digunakan untuk mengajarkan berbagai aktivitas yang ada hubungannya dengan pendidikan jasmani. Cholik (1997) berpendapat bahwa pelajaran pendidikan jasmani di sekolah bukan untuk mengejar prestasi (aspek skill) tetapi menyalurkan dorongan-dorongan untuk aktif bermain. Pendidikan jasmani untuk anak harus lebih menekankan kepada aspek permainan dari pada tekniknya. Dengan demikian, permainan dikonsentrasikan pada pendekatan memahami masalah yang didasarkan atas domain kognitif dan dirancang oleh guru untuk mengarahkan siswa memahami kegiatan dan tujuan keterampilan dalam kegiatan tersebut. Pendekatan ini memungkinkan guru untuk membantu kelompok kecil atau individu yang tekniknya masih kurang. Penekanan pada domein kognitif, afektif, dan psikomotor dalam kegiatan fisik berupa bermain diharapkan dapat menarik keinginan siswa bila mereka dibantu dan dorong oleh gurunya.

Pendekatan permainan akan mempunyai dampak

dalam proses belajar mengajar, yaitu; (1) menempatkan permainan menjadi fokus dari mata pelajaran Pendidikan jasmani yang dapat meningkatkan kegembiraan dan kepuasan pada diri siswa dalam melakukan gerakan-gerakan untuk bermain, dalam rangka mencapai unsur kesegaran jasmani, (2) memungkinkan siswa yang kurang terampil berolahraga dan kurang menyenangi olahraga akan menyenangi kegiatan jasmani atau olahraga seperti kawan-kawan lain yang secara jasmaniah berbakat dalam olahraga, (3) Keterampilan olahraga tidak mutlak harus dimiliki oleh siswa laki-laki saja tetapi siswa perempuan harus mampu untuk melakukannya.

Panduan Teoritis Pengajaran

Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah perlu mendapatkan sentuhan modifikasi. Modifikasi yang dimaksud berarti bentuk “pengaturan”. Pengaturan yang baik berkaitan dengan; (1) pengaturan orang (pemain/siswa) dan benda (lapangan dan peralatan), (2) ukuran lapangan permainan (lapangan kecil atau lebih besar), (3) material (bola, pemukul, raket) (softball-slower;small-long racket), (4) Jumlah pemain (11 – 11; 5 – 5; with or without camelion; via 6 – 3 sampai 4 – 4, (5) aturan bermain (aturan pertandingan sampai aturan sendiri; sedikit aturan di awal sampai aturan yang lebih kompleks di tahap selanjutnya; aturan yang diubah sampai tidak aturan sama sekali), (6) Cara mencetak angka (besar – kecil; satu atau lebih; dengan atau tanpa penjaga gawang), dan (7) Struktur bermain (mulai dari yang sederhana sampai yang lebih kompleks).

KESIMPULAN

Pada umumnya guru sering melupakan kenyataan bahwa anak hanya dapat di didik dengan baik jika guru mengerti bagaimana dan mengapa mereka belajar. Demikian halnya dengan pendidikan jasmani, pengetahuan tentang apa dan bagaimana anak belajar, amat menentukan keberhasilan pembelajaran yang diberikan oleh guru. Salah satu upaya untuk memberikan keyakinan pada semua pihak bahwa mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang bermakna sangat penting bagi proses pendidikan anak secara total adalah peningkatan kualitas keberadaan dan

metodik pembelajarannya di sekolah-sekolah. Pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan Pendekatan Permainan akan dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, dan perilaku yang pada akhirnya diharapkan dapat tercapai pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas, serta merupakan upaya pencapaian prestasi olahraga dalam waktu jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, I. (1988) *Pendidikan Jasmani dengan Pendekatan Pemahaman*. Jakarta : Dirjen DIKDASMEN.
- Cholik, M. 1977. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta, Proyek Pengembangan Guru Sekolah Dasar.
- Depdiknas, 2003b. *Kurikulum 2004; Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMP dan MTs*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Drijarkara, S.J. (1955). *Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : Mercurius Nasional.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD PENJASKES*. Jakarta : Depdikbud
- UPI Bandung. (2005). *Pembelajaran Penjas Berbasis Masalah Gerak*. Bandung: FPOK UPI Bandung.