

Pengembangan Konsep Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Drs. Purwadi, S.Pd.



PENDAHULUAN

Terdapat perbedaan pendapat mengenai pengertian olahraga dan pendidikan jasmani yang digunakan di Indonesia. Ada yang berpendapat bahwa olahraga dan pendidikan jasmani adalah dua istilah yang mempunyai satu pengertian yang sama, apabila berbeda pada intensitasnya. Pendapat lain mengatakan bahwa pendidikan jasmani sangat berbeda dalam hal konsep, prinsip dan prosedur yang dilakukannya. Oleh karena itu akan dideskripsikan beberapa istilah yang pernah digunakan di Indonesia serta perbedaan konsep antara olahraga dan pendidikan jasmani dengan membahas konsep *play*, *games*, dan *sport*.

Untuk dapat membahas tentang pengertian olahraga dan pendidikan jasmani perlu kiranya ditelusuri tentang, kapan istilah olahraga dan pendidikan jasmani dipakai di Indonesia.

Beberapa istilah yang pernah digunakan dalam pendidikan jasmani di sekolah yang sekarang ini dimulai dengan istilah; gerak badan (1945-1950), pendidikan jasmani (1950-1961), olahraga (1962-1967), pendidikan olahraga dan kesehatan (1967-1982), pendidikan jasmani dan kesehatan (1982-1995). Sejalan dengan perkembangan istilah yang digunakan untuk pendidikan jasmani tentu akan berpengaruh terhadap lembaga pendidikan, isi pelajaran yang diajarkan dan predikat dari masing-masing lulusan dari lembaga pendidikan tersebut.

Pada tahun era gerak badan (1945-1950), gerak badan sudah masuk dalam bagian pendidikan yang diajarkan di sekolah-sekolah dengan materi pelajaran adalah atletik dan senam dan ditambah latihan militer (Harsono; 1990 dan Subroto; 1987). Hal yang menarik dalam pelaksanaan gerak badan tersebut adalah anak laki-laki dan anak perempuan dipisahkan dan perlu adanya nasihat dokter.

Pada era pendidikan jasmani (1950-1961) ini lahir landasan yuridis formal yang mengatur pendidikan jasmani yaitu dengan lahirnya Undang-undang No.4/1950, kemudian menjadi Undang-undang No. 12/1959 yang sebagian isinya berbunyi:

Bangsa Indonesia kuat dan sehat lahir batin. Oleh karena itu, pendidikan jasmani berkewajiban juga memajukan dan memelihara kesehatan badan terutama dalam arti preventif dan juga secara *correctief*.

Untuk mengawasi jalannya pendidikan jasmani tersebut oleh pemerintah dibentuk Inspeksi Pendidikan Jasmani (IPJ) dan untuk memenuhi kebutuhan guru, didirikan Sekolah Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani (SGPD), Akademi Pendidikan Jasmani, Kursus B-I, B-II.

Pada era olahraga (1962-1967), perkembangan olahraga semakin baik, dengan berbagai kebutuhan sekolah maka SGPD digantikan dengan nama SMOA dan istilah olahraga yang digunakan.

Pada era pendidikan jasmani dan kesehatan (1967-1982), istilah ini muncul karena olahraga tidak ditangani oleh Departemen Olahraga, akan tetapi ditangani oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Pada era pendidikan jasmani dan kesehatan (1982-1995) istilah pendidikan jasmani maka kokoh dengan dimasukkannya dalam Undang-undang No. 2/1989.

SK Mendikbud No. 0413/U/1987 menekankan bahwa kurikulum tingkat sekolah dasar sampai menengah adalah pendidikan jasmani. Dan untuk Perguruan Tinggi berdasarkan SK Dirjen Dikti No. 556a/D/Q/1992 tentang Kurikulum Pendidikan Tenaga Kependidikan Sekolah Menengah (PTKSM), pada IKIP/FKIP nama program studi yang digunakan yaitu pendidikan jasmani.

Istilah lain yang sering dipakai dalam studi pendidikan jasmani meliputi Pendidikan gerak (*movement education*), Ilmu Gerak (kinesiologi), pendidikan olahraga (*sport education*), ilmu-ilmu fisik terapan (*applied physical science*), pendidikan motorik (*motor education*), serta pendidikan jasmani dan olahraga (*physical education and sport*) (Bucher 1983), ilmu keolahragaan (*sport science*), (Haag, 1975).

Ketetapan MPR RI No. II/MPR/1978, TAP No. II/MPR/1983 dan TAP No. II/MPR/ 1988 dalam Garis-garis Besar Haluan Negara menggunakan istilah pendidikan jasmani tidak ada, yang ada hanya istilah olahraga. Dalam Surat Keputusan Menteri Negara Pemuda dan Olahraga No. 0013/

MENPORA/84 tanggal 1 Juni 1984 tentang ”POLA DASAR PEMBANGUNAN OLAHRAGA” memberikan pengertian keolahraagaan, olahraga, dan pendidikan jasmani dan olahraga yang merupakan satu pengertian yang sama ruang lingkupnya dengan *physical edication and sport* yang dinyatakan dalam *Internasional Charte of Physical and Sport* dari UNESCO.

Berdasarkan perkembangan istilah yang pernah digunakan untuk kegiatan olahraga di sekolah, istilah olahraga dan pendidikan jasmani dapat ditelusuri dari sumber keputustaannya. Olahraga merupakan terjemahan dari bahasa Inggris sport, sedangkan pendidikan jasmani berasal dari *physical education*.

Berdasarkan dokumen yang resmi ada istilah pendidikan jasmani digunakan untuk kalangan pendidikan sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan olahraga untuk kegiatan di luar pendidikan yang berorientasi pada peningkatan prestasi melalui pertandingan dan perlombaan untuk dapat membedakan pengertian olahraga dan pendidikan jasmani. Karena dalam pengertian pendidikan jasmani mengandung unsur bermain dan olahraga.

Dari uraian materi dan tujuan yang akan dicapai oleh modul ini, tampak bahwa modul ini memiliki arti dan fungsi penting dalam upaya membentuk kompetensi guru pendidikan jasmani. Dengan memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani dan olahraga, diharapkan guru pendidikan jasmani dapat melakukan tugas-tugas kompetensi profesional dengan proporsional dan optimal.

Dari uraian di atas tampak bahwa pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani dan olahraga merupakan hal yang memiliki arti penting bagi para guru pendidikan jasmani dalam tugas profesinya sehari-hari. Pemahaman tentang definisi operasional pendidikan jasmani akan membantu guru dalam mengarahkan subjek didik ke arah tujuan pendidikan jasmani.

Dan secara khusus setelah mempelajari modul ini, diharapkan Anda dapat:

1. Menguraikan dan menjelaskan Dasar-dasar Pendidikan Jasmani;
2. Menguraikan dan menjelaskan Dasar-dasar Olahraga;
3. Menganalisis Perbedaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga;
4. Menganalisis tentang Persamaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga.

KEGIATAN BELAJAR 1

Definisi Operasional Pendidikan Jasmani

Dasar yang melatarbelakangi istilah dari pendidikan jasmani adalah surat keputusan Mendikbud 413/U/1987 yang menyatakan nama "Pendidikan Olahraga dan Kesehatan" diubah menjadi "Pendidikan Jasmani".

A. PENGERTIAN PENDIDIKAN JASMANI

Nixom dan Cozens (1959) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah pase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut. Volter dan Eslinger (Bucher 1964) mengemukakan "Pendidikan jasmani adalah phase pendidikan melalui aktivitas fisik. UNESCO yang tertera dalam *International Charte of Physical Education* (1974) mengemukakan: Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Ateng (1983) mengemukakan: Pendidikan jasmani merupakan bagian integrasi dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional.

Websters New Collegiate Dictionary (1980) menyatakan bahwa pendidikan jasmani (*physical Education*) adalah pengajaran yang memberikan perhatian pada pengembangan fisik dari mulai latihan *kalistenik*, latihan untuk kesehatan, senam serta performan dan olahraga pertandingan. *Ensiklopedia* Indonesia menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan di sekolah-sekolah, terdiri dari latihan-latihan tanpa alat dan dengan alat, dilakukan di dalam ruangan dan di lapangan terbuka. Demikian pula menurut Menpora, pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Menpora 1984).

Menurut Bucher (1983) kata pendidikan jasmani terdiri dari dua kata jasmani (*physical*) dan pendidikan (*education*). Kata jasmani memberi pengertian pada kegiatan bermacam-macam kegiatan jasmani, yang meliputi kekuatan jasmani, pengembangan jasmani, kecakapan jasmani, kesehatan jasmani dan penampilan jasmani. Sedangkan tambahan kata pendidikan yang kemudian menjadi pendidikan jasmani (*physical education*) merupakan satu pengertian yang tidak dapat dipisahkan antara pendidikan dan jasmani saja. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Walaupun pengembangan utamanya adalah jasmani, namun tetap berorientasi pendidikan, pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan, akan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

Ketika seorang sedang melakukan kegiatan jasmani dalam bermain, berenang, berlari, sepak bola, senam dan kegiatan jasmani yang lain, maka intensi pendidikan harus selalu ada dalam permainan itu. Dengan berpartisipasi dalam program pendidikan jasmani akan bermanfaat untuk:

- a) memperbaiki tingkat kesehatan jasmani,
- b) memberikan dasar keterampilan yang akan membuat bekerja lebih efisien, menarik dan hidup penuh semangat, serta
- c) sebagai pendidikan sosial yang akan memberi sumbangan pada pembentukan karakter dan hubungan antara manusia yang baik.

Rijsdrop (1975) dari Belanda menggunakan istilah *gymnologi* yang berasal dari kata *gyzanien* yaitu latihan, berlatih dan *pasivum* artinya melatih diri. *Gynologi* adalah ilmu yang menelaah aksi motorik dalam ruang lingkup pendidikan dan pembentukan. Pendidikan jasmani bukanlah pendidikan daripada badan, tetapi suatu pergaulan *paedagogik* dalam dunia gerak dan pengalaman jasmani. Gerak manusia merupakan perubahan dalam hubungan manusia dengan dunia sekitar. Dalam ruang lingkup pendidikan aksi motorik yang disempurnakan, dimaksudkan untuk mengembangkan kepribadian menuju ke arah kedewasaan, kedewasaan manusia berarti secara berdikari mampu menunaikan hidupnya.

Seaton (1974) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan yang memberikan perhatian pada pengajaran pengetahuan, sikap dan keterampilan gerak manusia. Pendidikan jasmani mempunyai keunikan dibandingkan dengan pendidikan yang lain, yaitu yang memberikan kesempatan untuk mengembangkan karakter dan sifat sosial yang lebih besar untuk diwujudkan dalam praktik pengajaran. Pendidikan jasmani adalah satu

aspek dari pendidikan melalui jasmani. Demikian pula pendapat Baley dan Field (1976) yang memberikan pengertian pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan adaptasi pada organik, syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional dan estetika.

Dari berbagai pendapat tentang pengertian pendidikan jasmani, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga mempunyai perbedaan dan persamaan. Berdasarkan ruang lingkup kegiatannya maka pendidikan jasmani lebih luas dari olahraga (*sport*), *games*, bermain (*play*) dan segala aktivitas untuk mengembangkan kualitas manusia melalui gerak.

Dalam pendidikan jasmani (*physical education*) mempunyai unsur bermain dan olahraga, tetapi tidak semata-mata hanya bermain dan olahraga saja melainkan kombinasinya keduanya. Dengan nama pendidikan jasmani aktivitas fisik berorientasi pada tujuan pendidikan, yaitu mencoba melakukan kegiatan mendidik melalui aktivitas fisik. Akan tetapi pada kegiatan bermain dan olahraga tidak berorientasi pada tujuan pendidikan.

Untuk menetapkan batasan tentang pendidikan jasmani, harus dipertimbangkan kaitannya dengan bermain dan olahraga. Meskipun secara implisit ketiganya hampir tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok karena ketiganya saling melingkupi. Bermain menggunakan aktivitas permainan yang menghasilkan kegembiraan. Bermain adalah kegiatan non-kompetitif, atau non-pertandingan dari kegembiraan gerak fisik, meskipun bermain tidak selalu harus kegiatan fisik. Bermain tidak perlu harus olahraga atau pendidikan jasmani, meskipun unsur-unsurnya dapat terlihat pada keduanya.

Pendidikan jasmani memiliki kedua komponen bermain dan olahraga, tetapi tidak mesti harus selalu ada keduanya, baik salah satu atau lengkap dalam takaran yang berimbang antara keduanya. Mengingat namanya pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang mempunyai tujuan pendidikan. Yang akan dicapai adalah pendidikan, tapi olahraga dan bermain meskipun keduanya dapat dipakai dalam proses pendidikan tidak selalu mengandung takaran pendidikan sebagai tujuan yang penting.

Bermain, olahraga dan pendidikan jasmani semuanya mengandung bentuk gerak fisik, dan ketiganya dapat cocok dalam konteks pendidikan jika dipakai sebagai relaksasi dan kegembiraan, tanpa tujuan pendidikan. Sama seperti olahraga yang dapat hidup demi olahraga itu sendiri tanpa nilai pendidikan. Olahraga profesional tidak memiliki tujuan pendidikan, namun

tetap olahraga karena pelakunya tidak selalu harus amatir. Olahraga dan bermain dapat dilakukan, semata-mata hanya untuk kesenangan, pendidikan atau kombinasi anantara keduanya. Kesenangan atau kegembiraan tidak terpisahkan dari pendidikan, keduanya dapat dan harus disatukan.

Catur dan *Bridge* yang tidak tergolong aktivitas fisik, juga merupakan permainan dan berbentuk pertandingan. Keduanya dapat saja disebut olahraga, meskipun bukan olahraga murni mengingat arti asal dari olahraga, olah dan raga. Jika keduanya disebut sport, mungkin istilahnya masih memadai karena sport arti aslinya adalah bersenang-senang (Ateng, 1992).

Bidang-bidang lain yang berkaitan erat dengan pendidikan jasmani adalah pendidikan kesehatan, rekreasi dan tari. Lebih lanjut, Ateng (1992) mengemukakan: Pendidikan kesehatan meliputi pengajaran kesehatan, pelayanan kesehatan dan kesehatan lingkungan, tujuannya adalah kebiasaan hidup sehat.

Pengertian lain pendidikan jasmani merupakan usaha dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, *neuromuskular*, intelektual dan sosial.

Berabad-abad manusia dinyatakan sebagai *homo sapiens*, sebagai makhluk (manusia) yang mengetahui. Manusia memang berintikkan kesadaran diri meskipun bukan satu-satunya ciri manusia.

Abad yang lalu manusia disebut *homo faber*, makhluk yang membuat alat perkakas. Dalam karakteristik ini ditunjukkan perbedaan dengan makhluk yang tidak membuat perkakas dalam memudahkan hidupnya. Seorang filsuf kebudayaan Belanda, Huizinga, menamakan manusia sebagai *homoludens*, manusia yang bermain. Ini merupakan tambahan yang tepat bagi ciri manusia *faber*. Permainan manusia adalah ciri dari kesadaran diri manusia. Budaya manusia terbentuk karena tidak seluruh hidupnya dipakai untuk mencari nafkah sehari-hari, untuk memenuhi kebutuhan kelangsungan hidup. Rijsdrop lebih lanjut memilih ciri untuk manusia *homo semovens*, manusia yang menggerakkan dirinya sendiri. Manusia yang menyadari tindakannya pergaulannya dengan yang lain, dengan benda-benda sekitarnya dan dengan kejasmanian dirinya, berkewenangan para relasi atau hubungan dengan yang lain, dengan benda-benda dan dengan dirinya sendiri. Dinamika relasi ini menyebabkan ia mengenal manusia, benda-benda di sekitarnya; termasuk

dirinya sendiri. Manusia menemukan dunianya secara nyata. Ia menemukan kualitas dunianya dengan cara menggerakkan dirinya dengan dunia tersebut. Dalam semua gerakan dan perubahan itu, dia sendiri bergerak dan berubah. Dia adalah *homo semovens*.

Pendidikan jasmani yang berpangkal dari gerak manusia, serta mengarah kepada kepribadian yang bulat dan kreatif dari manusia adalah dasar dari segala pendidikan, demikian Rijsdrop.

Guru pendidikan jasmani merealisasikan tujuannya dengan mengajarkan dan meningkatkan aktivitas jasmani, dengan bimbingan tujuan pendidikan. Kegiatan pekerjaan sehari-hari berwujud mengajarkan aktivitas jasmani, meskipun tugas yang sesungguhnya adalah usaha bantuan mengembangkan keseluruhan pribadi anak didik.

Hal ini berarti bahwa murid-muridnya harus belajar sesuatu daripadanya. Mereka harus memperoleh kemajuan dalam kemampuan aktivitas fisiknya dengan nyata. Tidak dapat hanya asal mereka senang dalam kesibukannya. Mengajar berarti membuat kemajuan. Guru pendidikan jasmani gagal dalam tugasnya, jika murid-muridnya tidak mendapat kemajuan dalam penguasaan aktivitas jasmani yang diajarkan; kemajuan dalam memperhalus gerakan atau kemajuan dalam prestasi.

Bahan ajar yang diperlukan dalam pengajarannya adalah aktivitas jasmani dapat berupa permainan, tari-tarian dan latihan-latihan. Bagaimana mendapatkan aktivitas jasmani tersebut, terdapat perbedaan-perbedaan yang besar dalam tiap lingkungan budaya.

- a. Penyesuaian geografik. Gunung, danau dan sungai, perairan yang tenang memberikan kesempatan untuk aktivitas-aktivitas yang spesifik sesuai dengan keadaan fisik geografik, renang, berkelana, mendayung, memanjat atau kegiatan lain.
- b. Tergantung dari pola budaya akan dijumpai aktivitas dalam rangka upacara agama, sebagai pelepas keterangan bersama yang mengikat dengan peraturan-peraturan yang dirasakan sangat ketat. Kadang-kadang aktivitas keagamaan dan hiburan itu merupakan aktivitas yang sama.
- c. Aktivitas-aktivitas tradisional, yang fungsi kemasyarakatannya sudah hilang, namun sebagai tradisi masih terus hidup.
- d. Aktivitas yang berubah karena pengaruh kemasyarakatan atau politik. Larangan pemerintah Jerman terhadap turnamen mengubah aktivitas dari lapangan terbuka ke dalam bangsal tertutup hingga mengubah pula watak dan perkembangan teknik daripadanya. Olahraga masa Rusa

dilandasi oleh pendirian bahwa top prestasi hanya cocok untuk masyarakat kapitalis. Tetapi ketika pada tahun tiga puluhan komunisme mulai terjun ke dalam pergaulan dunia luar, watak olahraga komunis berubah pula.

- e. Daerah tetangga yang berdekatan dapat berpengaruh pula pada aktivitas-aktivitas jasmani yang ada. Meskipun berkemungkinan bahwa sepak raga itu berasal dari Sulawesi Selatan, namun Indonesia telah mengambil sepak takraw dari tetangganya, negara-negara yang sudah terlebih dahulu mengembangkannya yaitu Malaysia dan Thailand.
- f. Kontak dengan dunia luar, orang-orang dengan lingkungan budaya lain, akan menyebabkan ditirunya aktivitas-aktivitas hanya karena hal tersebut menarik hati. Secara tidak rasional merasa tertarik, atau karena kontak tersebut mengakibatkan rasa positif dan karena itu mengambil contoh apa yang disajikan orang lain. Judo dari Jepang telah tersebar ke seluruh dunia. Permainan-permainan Amerika seperti *softball* dan bola basket demikian pula.
- g. Badminton mendapat rangsangan impor komersial langsung dari Jerman pada tahun 1949, ketika pedagang alat-alat olahraga mempropagandakannya. Sekarang di Negeri itu sudah menjadi aktivitas tetap.
- h. Juga terjadi ekspor yang disengaja. Nielsbuk mengeksport *gymnastik* lantai dari Denmark ke seluruh belahan dunia Barat, sebagai bagian spektakuler dari sistemnya.

Setelah terlihat perbedaan besar dari aktivitas jasmani dalam berbagai lingkungan budaya, beserta pertukarannya, terdapat pula ciptaan-ciptaan baru dari aktivitas jasmani yang dibuat manusia.

- a. Aktivitas, tersebar dekonstruksi, lengkap dengan etika dan disertai tujuan dan gunanya, tersebar dengan cepat karena disukai orang. Konstruksi-konstruksi semacam itu diterima, bahkan lama dipakai berpuluh-puluh tahun. Latihan-latihan senam Swedia umpamanya telah populer selama berabad-abad.
- b. Dibuat pula rangkaian latihan baru dengan tujuan yang sangat tertentu. Umpamanya latihan-latihan kelentukan dari Bukh, latihan beban untuk para atlet dan latihan-latihan pelepasan dari Schultz.

- c. Kreasi-kreasi latihan lain didasarkan hubungan musik dengan gerak, seperti senam irama dan ritmik. Pengaruh yoga umpamanya terdapat di dunia Barat seperti ajaran raga dari Meadaw.
- d. Faktor komersial dapat menciptakan aktivitas baru, jika ada alat baru yang diciptakan, contohnya Trempolin.
- e. Lingkungan hidup dapat menciptakan permainan baru. Basket tercipta dari kebutuhan gerak intensif dan rekreatif dari pengusaha di kota-kota besar, yang dapat dikerjakan dalam bangsal dengan ukuran yang terbatas.

B. PEMILIHAN BAHAN AJAR

Bagaimanakah guru pendidikan jasmani memilih aktivitas yang cocok untuk melaksanakan tugasnya dari sekian banyak aktivitas itu? Jelas ia tidak dapat mempergunakannya semua. Penggunaan yang terlalu banyak akan membawa kedangkalan pengajaran. Terlalu sedikit akan merugikan kebutuhan yang menyeluruh. Mengikuti mode menyebabkan ia terbawa arus, sedangkan sebenarnya ia harus jadi penunjuk jalan. Berpegang teguh kepada barang yang sudah ada, dengan tidak memperdulikan kepada pandangan-pandangan baru, akan menyebabkan kekacauan.

Kriteria untuk mengadakan seleksi bahan ajar adalah sebagai berikut.

1. Dimulai dengan pertanyaan, Apakah tujuan Anda dengan pendidikan jasmani? Khususnya apakah tujuan pendidikan Anda?
2. Apakah aktivitas-aktivitas yang Anda pilih itu berguna bagi tujuan itu? Aktivitas harus sesuai dengan lingkungan geografis, iklim dan keadaan lingkungan. Dan seharusnya sesuai dengan adat dan kebiasaan penduduk.
3. Guru pendidikan jasmani harus memeriksa apakah aktivitas-aktivitas yang ia pilih sesuai dengan penghayatan gerak dan pengalaman jasmani murid-muridnya. Ia satu generasi lebih tua dan tidak boleh membatasi bentuk-bentuk gerak dari masa remajanya kalau hal itu sudah tidak sesuai lagi. Harus dipertimbangkan bahwa aktivitas-aktivitas itu memperoleh motivasi pada murid-muridnya.
4. Sebagai seorang ahli, guru pendidikan jasmani harus betul-betul menguasai metodik dan aktivitas-aktivitas yang akan diajarkannya. Guru pendidikan jasmani yang tidak berbakat musik umpamanya, jangan mencoba-coba untuk memberikan senam irama.

C. TUJUAN PENDIDIKAN DARI PENDIDIKAN JASMANI

Pendidikan jasmani adalah pergaulan pedagogik dalam dunia gerak dan penghayatan jasmani. Juga dikatakan bahwa guru pendidikan jasmani mencoba mencapai tujuannya dengan mengajarkan dan memajukan aktivitas-aktivitas jasmani. Dirjen Dikti mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya. Dilanjutkan oleh Rijsdorp mengatakan bahwa pendidikan jasmani itu pendidikan yang menolong anak, dan orang muda menuju kedewasaannya. Selanjutnya dikatakan juga pendidikan jasmani itu merupakan pergaulan pendidikan dalam bidang gerak dan pengetahuan tentang tubuh.

Tujuan pendidikan jasmani sudah tercakup dalam pemaparan di atas yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial dan emosional. Dalam bentuk bagan dapat digambarkan sebagai berikut: Gabbard, Leblanc dan Lowy mengutarakan bahwa pertumbuhan dan perkembangan belajar melalui aktivitas jasmani akan mempengaruhi hal-hal di bawah ini (lihat skema di bawah ini).

Berkaitan dengan ranah pendidikan, Annarino, Cowell dan Hazelton menambahkan satu ranah lagi yaitu Kesegaran Jamani yang isinya sebagai berikut: Kekuatan otot, daya tahan otot, kelentukan dan daya tahan kardiovaskular

Dalam pendidikan jasmani terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan. Keterampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga, dan gerak untuk olahraga. Gerak untuk olahraga bagi anak-anak sekolah dasar, bukan berarti anak-anak tersebut harus dilatih untuk mencapai prestasi tinggi, namun anak sekolah dasar harus disiapkan gerakannya melalui olahraga sesuai dengan perkembangan dan kematangannya, maksudnya menurut Gabbard dkk adalah penyiapan gerak dan efisiensi gerak, sedangkan menurut Annarino, dkk adalah gerak fundamental, keterampilan olahraga dan tari. Untuk mencapai gerak tersebut maka harus ditunjang oleh keadaan jasmani mengenai kekuatan otot, daya tahan otot, kelentukan dan daya tahan kardiovaskular.

Dari uraian di atas dapat diperjelas sebagai berikut; pendidikan jasmani sebagai pengajaran gerak. Isi dari aspek pendidikan ini ditentukan oleh intensi-intensi pedagogis atau tujuan-tujuan pendidikan yang dipakai sebagai pegangan guru pendidikan jasmani. Sesuai dengan berbagai modalitas dari hubungan manusia dengan dunianya, dengan benda-benda, dengan orang lain dan dengan dirinya sendiri maka tujuan yang dapat diraih adalah sebagai berikut:

a. Pembentukan gerak

- 1) Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak;
- 2) Penghayatan ruang, waktu dan bentuk serta pengembangan perasaan irama;
- 3) Mengenal kemungkinan gerak sendiri;
- 4) Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap.;
- 5) Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak dengan melakukan pengalaman gerak.

b. Pembentukan prestasi

- 1) Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengajarkan ketangkasan-ketangkasan;
- 2) Belajar mengarahkan diri pada pencapaian prestasi (kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri);
- 3) Penguasaan emosi;

- 4) Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri;
 - 5) Meningkatkan sikap tepat terhadap nilai yang nyata dari tingkat dan bidang prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat dan dalam olahraga.
- c. Pembentukan sosial
- 1) Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama;
 - 2) Mengikutsertakan ke dalam struktur kelompok fungsional belajar bekerja sama, menerima pimpinan dan memberikan pimpinan;
 - 3) Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi;
 - 4) Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberikan pertolongan, memberi perlindungan dan berkorban;
 - 5) Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktivitas untuk pengisian waktu senggang.
- d. Pertumbuhan badan
- 1) Peningkatan syaraf-syaraf yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk dapat berprestasi secara optimal (kekuatan dan mobilitas, pelepasan ketegangan dan kesiapsiagaan).
 - 2) Meningkatkan keserasian jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.
Rangkuman tujuan pendidikan jasmani ini karenanya adalah sebagai berikut:
 - a) Pendidikan jasmani memberikan bantuan kepada siswa untuk mengenal dunianya dengan kualitas-kualitas serta tempat dirinya di dalamnya;
 - b) Dia meningkatkan kesenangan bergerak, kepastian gerak dan kekayaan gerak;
 - c) Dia meningkatkan kekayaan jasmani, rohani dan sosial serta kegairahan hidup;
 - d) Mensiagakan menghadapi tugas dan waktu senggang;
 - e) Membimbing ke arah penguasaan kewajiban dengan matang sebagai pribadi yang kreatif bulat.

Tidak ada pendidikan jasmani yang tidak bertujuan pendidikan. Tidak ada pendidikan yang lengkap, tanpa pendidikan jasmani, sebab pendidikan jasmani untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri.



LATIHAN

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

- 1) Apa yang mendasari pendidikan jasmani di Indonesia?
- 2) Sebutkan bahan ajar pendidikan jasmani?
- 3) Sebutkan tujuan pendidikan jasmani dari unsur prestasi!
- 4) Sebutkan 5 perbedaan nyata antara pendidikan jasmani dan olahraga!
- 5) Apa persamaan antara Pendidikan Jasmani dan Olahraga?

Petunjuk Jawaban Latihan

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas, gunakan rambu-rambu di bawah ini, sebagai berikut,

- 1) Surat Keputusan Mendikbud 413/U/1987
- 2) Pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial, dan pertumbuhan badan.
- 3) Tujuan pendidikan jasmani untuk prestasi meliputi
 - a. Mengembangkan kemampuan dan ketangkasan
 - b. Mengembangkan kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan, kepercayaan pada diri sendiri.
 - c. Penguasaan emosi
 - d. Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri.
- 4) Perbedaan Pendidikan Jasmani dan Olahraga

<i>Child centered</i>	<i>Subject Centered</i>
a. Pribadi anak seutuhnya	Kinerja motorik
b. <i>Entry behavior</i>	<i>Talent Scouting</i>
c. Pengaturan disesuaikan	Aturan baku
d. Gerak kehidupan sehari-hari	Gerak fungsional

- 5) Sama-sama aktivitas yang menggunakan jasmani.



RANGKUMAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional. Sedangkan istilah dari pendidikan jasmani adalah Surat Keputusan Mendikbud 413/U/1987 yang menyatakan: nama "Pendidikan Olahraga dan Kesehatan" *diubah* menjadi "Pendidikan Jasmani".

Bahan ajar pendidikan meliputi; pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial, dan pertumbuhan badan. Sedangkan yang dapat dijadikan bahan pelajaran di dalam pendidikan jasmani meliputi lingkungan sekitar (geografik) suatu daerah, kebudayaan daerah, aktivitas-aktivitas tradisional dan sebagainya.

Perbedaan pendidikan jasmani dengan olahraga sebagai berikut.

Pendidikan Jasmani	Olahraga
<i>Child centered</i>	<i>subject centered</i>
Pribadi anak seutuhnya	kinerja motorik
<i>Entry behavior</i>	<i>talent scounting</i>
Pengakuan disesuaikan	aturan baku
Gerak kehidupan sehari-hari	gerak fungsional
Cabang	
Perhatian ekstra bagi anak lamban	ditinggalkan
Tidak mesti bertanding	selalu bertanding
Wajib	bebas



TES FORMATIF 1

Pilihlah satu jawaban yang paling tepat!

- 1) Aktivitas fisik yang dilakukan dengan tujuan untuk mengembangkan individu secara totalitas disebut
- olahraga
 - pendidikan jasmani
 - pendidikan kesehatan
 - pendidikan rekreasi

- 2) Pendidikan jasmani merupakan bentuk pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai media. Sehubungan dengan hal tersebut pengembangan jasmani
 - A. bukan merupakan tujuan tetapi hanya alat untuk mencapai tujuan pendidikan
 - B. merupakan tujuan pendidikan
 - C. merupakan bagian utama dari tujuan pembelajaran
 - D. merupakan bagian integral dari tujuan pendidikan

- 3) Aktivitas bermain dan aktivitas olahraga dalam pendidikan jasmani merupakan
 - A. bagian integral dari aktivitas pendidikan jasmani
 - B. bagian aktivitas yang memiliki orientasi pada pendidikan
 - C. aktivitas pendidikan
 - D. aktivitas yang mendapatkan sentuhan pendidikan

- 4) Bahan ajar dalam pendidikan jasmani harus memperhatikan
 - A. usia dan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan subjek didik
 - B. orientasi bahan pada pertumbuhan dan perkembangan subjek didik
 - C. materi yang mudah dan tidak berbahaya
 - D. alat-alat dan saran pembelajaran

- 5) Bila pendidikan jasmani diorientasikan pada tujuan memenuhi serta mempertahankan keinginan bergerak disebut pembentukan
 - A. prestasi
 - B. gerak
 - C. sosial
 - D. badan

- 6) Bila pendidikan jasmani diorientasikan pada tujuan mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan mengerjakan ketangkasan-ketangkasan disebut pembentukan
 - A. prestasi
 - B. gerak
 - C. sosial
 - D. badan

- 7) Bila pendidikan jasmani diorientasikan pada tujuan agar anak dapat menguasai emosi disebut pembentukan
 - A. prestasi
 - B. gerak

- C. sosial
D. badan
- 8) Bila pendidikan jasmani diorientasikan pada tujuan belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktif untuk pengisian waktu luang disebut pembentukan
A. prestasi
B. gerak
C. sosial
D. badan
- 9) Bila aktivitas fisik yang dilakukan dengan berorientasi pada peningkatan kinerja motorik seseorang, sehingga ia dapat memiliki keterampilan optimal disebut
- A. olahraga
B. pendidikan jasmani
C. rekreasi
D. pendidikan kesehatan
- 10) Koneksi yang nyata antara pendidikan jasmani dan olahraga tampak pada kegiatan di bawah ini
A. intrakurikuler
B. ekstrakurikuler
C. kokurikuler
D. latihan bersama

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 1 yang terdapat di bagian akhir modul ini. Hitunglah jawaban yang benar. Kemudian, gunakan rumus berikut untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar 1.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah Jawaban yang Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan: 90 - 100% = baik sekali
80 - 89% = baik
70 - 79% = cukup
< 70% = kurang

Apabila mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat meneruskan dengan Kegiatan Belajar 2. **Bagus!** Jika masih di bawah 80%, Anda harus mengulangi materi Kegiatan Belajar 1, terutama bagian yang belum dikuasai.

KEGIATAN BELAJAR 2**Definisi Operasional Olahraga****A. PENGERTIAN OLAHRAGA**

Istilah olahraga menurut *Webster's New Collegiate Dictionary* (1980) yaitu ikut dalam serta dalam aktivitas fisik untuk mendapat kesenangan, dan aktivitas khusus seperti berburu atau dalam olahraga pertandingan (*athletic games*). Dalam Ensiklopedia Indonesia disebutkan bahwa olahraga adalah gerak badan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang merupakan regu atau rombongan. Sedangkan dalam Pola Pembangunan Olahraga yang disusun Kantor Menpora menyebutkan bahwa olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal, (Menpora, 1984).

1. Ciri Hakiki dalam Olahraga**a. Olahraga merupakan subbagian dari permainan**

Seperti kita telah bahas dalam uraian tentang permainan, ciri khas olahraga juga ditandai dengan kebebasan dan kegiatan suka rela tanpa paksaan. Olahraga sejati bukan sesuatu yang mendatangkan mudarat atau tak menyenangkan, namun merupakan sumber kesukaan dan kebahagiaan atau maslahat (Fink, 1957). Karena itu, olahraga tidak bertujuan untuk memperoleh uang atau sebagai kegiatan bisnis, tetapi sebagai pengembangan diri melalui kegiatan jasmani. Itulah sebabnya, alasan untuk berbuat atau aktif itu terutama karena dorongan dari dalam, kendati begitu erat kaitannya dengan dorongan dari luar.

b. Ciri khas di dalam olahraga

Olahraga mengandung ciri khas yang membedakannya dengan jenis permainan pada umumnya (permainan untung-untungan, permainan intelektual atau "sport otak"). Ciri khas itu ialah: Olahraga berorientasi pada kegiatan jasmani dalam wujud keterampilan motorik, daya tahan, kekuatan, dan kecepatan. Berbeda halnya dengan permainan catur yang disebut sebagai "olahraga" maka ciri olahraga yang sejati ialah lebih menekankan pada

peragaan kemampuan gerak ketimbang non-motorik. Karena itu unsur jasmaniah amat menonjol. Kemampuan atau keterampilan berolahraga dipelajari dan dilatih. Penguasaan keterampilan itu berlangsung dalam suasana kebersamaan melalui proses belajar-mengajar atau bahkan peniruan terhadap model. Dalam perkembangannya olahraga juga mengandung seperangkat nilai, mitos, ideologi, dan acara ritual yang membangun budaya dalam olahraga. Hal ini tak ubahnya dengan norma, nilai, tradisi, dan peran dalam kelompok dan masyarakat yang lebih luas.

1) Olahraga sebagai sebuah realitas

Agak berbeda dengan pengertian bermain pada dasarnya tak sungguhan, atau olahraga dilakukan dalam suasana yang tak sebenarnya, namun keterlibatan seseorang dalam olahraga merupakan sesuatu yang nyata. Kedua petinju benar-benar baku pukul tapi dalam alur aturan. Para pelari, benar-benar berlari secepat-cepatnya untuk mencatat waktu terbaik. Apa yang mereka lakukan bukan perbuatan berpura-pura, atau ilusi. Mereka berbuat sungguh-sungguh. Namun berbeda halnya jika orang *main sabun* dalam sepak bola atau pertarungan sandiwara dalam gulat profesional, maka makna olahraga jungkir balik karena berubah menjadi tontonan yang hasilnya telah diatur sebelumnya.

2) Prinsip prestasi dalam olahraga

Barangkali ciri yang paling mudah kita pahami ialah semua jenis kegiatan yang disebut olahraga berlandaskan asas pencapaian prestasi. Yang menonjol ialah drama dari setiap tindakan. Faktor ketegangan merupakan ciri utama yang membangkitkan pesona. Di dalamnya terkandung unsur ketidakpastian, kejutan dan bahkan juga ada unsur keberuntungan (*luck*). Untuk mencapai tujuan, si pemain atau atlet mengandalkan kemampuannya, keterampilannya, atau kekuatannya sendiri. Dorongan berprestasi atau mencapai hasil yang lebih baik merupakan ciri hakiki pada manusia. Karena itulah, manusia dapat bertahan terus dan kian maju melalui proses aktif dalam "membentuk dirinya" dan dunia sekitarnya (Lenk, 1983).

Dalam ikhtiar mencapai hasil yang lebih baik, terdapat faktor risiko, kesulitan, dan bahkan kegagalan yang diakhiri dengan frustrasi.

Berlandaskan pada uraian itu, secara umum dapat dikemukakan yakni prinsip prestasi dalam olahraga ditandai oleh:

- (a) Peragaan kemampuan jasmani, sehingga jelas prestasi olahraga diarahkan pada penguasaan, pemeliharaan, dan peningkatan hingga tingkat mentok keterampilan motorik (Wiss,1980);
- (b) Kegiatan berolahraga dilaksanakan secara sukarela;
- (c) Kegiatan olahraga bertujuan *bukan* untuk menghancurkan lawan.

Selanjutnya, *prinsip prestasi* seperti terkandung dalam motto "*citius, altius, fortius*" dan orientasi mencapai rekor merupakan ungkapan dari dorongan terdalam yaitu mencapai kesempurnaan. Meskipun yang ingin dicapai ialah keunggulan, tapi hal itu tak berarti membangkitkan naluri rendah (misalnya kebrutalan dalam olahraga, menciderai lawan, memukul wasit). Olahraga harus merupakan kegiatan orang banyak yang manusiawi yang berlandaskan pada etika dan moral *fair play*. Hal ini akan kita kupas lebih lanjut dalam bagian lainnya. Prinsip prestasi ini tak diterapkan secara mutlak dalam masyarakat. Masih ada tempat bagi mereka yang tidak berkemampuan, yang kalah, tak berprestasi, atau cacat fisik. Prinsip prestasi ini bergabung dalam mekanisme penggolongan sosial (Bolte,1979). Sebagai contoh kita mengenal pertandingan olahraga khusus bagi orang cacat. Dalam cabang olahraga tinju, judo, pencak silat, karate misalnya, ada pembagian kelas. Juga ada penggolongan atas dasar usia 'kelompok yunior dan senior dalam sepak bola, atau pertandingan antarkelompok umur dalam renang), dan jenis kelamin (olahraga untuk pria dipisahkan dengan wanita).

3) Aspek sosial dari olahraga

Dalam permainan yang sebenarnya seseorang dapat sepenuhnya lumat dalam fantasinya sendiri. Olahraga tidak demikian. Meskipun kebebasan tetap ada pada pemain, tetapi suasana kemasyarakatan tak dapat diabaikan. Yang jelas, olahraga itu kian bermakna jika dilakukan di lingkungan sosial. Selanjutnya, olahraga itu dipelajari di lingkungan sosial. Pelaksanaan olahraga terjadi melalui kontak antar orang dan selalu ada suasana saling menilai. Karena itu, si pelaku tak berdiri sendiri, melainkan sebagai bagian dari kelompok. Pada akhirnya, keseluruhan pelaku membentuk kelompok sosial.

Dalam situasi seseorang saling berinteraksi atau baku tindak itu, maka keberhasilan suatu permainan atau pertandingan bergantung pada kesediaan para pelaku mengakui hak sesamanya dan menaati peraturan. Jika tidak, maka terjadi kekalutan atau kekacauan. Tak mengherankan,

dalam suasana demikian seseorang harus mampu menahan diri, mengendalikan emosi dan mengatasi frustrasi. Dengan kata lain, jalinan sosial dalam olahraga terbentuk bukan karena paksaan dari luar, tapi karena kesadaran para pelaku yang saling berinteraksi. Harkat individu dihargai dalam hal memikul tugas dan tanggung jawabnya

Kita juga mengenal pembagian peranan. Ada unsur kepemimpinan dan yang dipimpin. Juga tak terelakkan yakni dalam kebersamaan ada persaingan, dan bahkan konflik serta ketegangan emosi.

2. Ciri-ciri Pelengkap dari Olahraga

Analisis tentang ciri hakiki olahraga dapat dilakukan berdasarkan

- (1) tujuan,
- (2) alat yang dipakai untuk mencapai tujuan,
- (3) peraturan,
- (4) keterlaksanaan berdasarkan kemampuan yang berorientasi pada jasmani atau keterampilan, dan
- (5) sikap si pelaku. Keseluruhan ciri yang hakiki ini menjadi kabur atau bahkan lenyap sama sekali karena pengaruh beberapa faktor yang mencampuri olahraga. Faktor itu, seperti kata Allison (1986) dan Edward (1984) ialah faktor komersial dan kepentingan politik yang kian jauh melumat ke dalam olahraga. Gejala komersialisasi dalam olahraga juga mulai berkembang di Indonesia.

Mengapa hal seperti itu terjadi? Alasan utama ialah, bahwa sulit bagi kita untuk memagar batas olahraga dengan aspek lainnya dalam kehidupan bermasyarakat. Bahkan, batas-batasnya tak begitu kaku karena terjadi hubungan timbal balik, sebagai contoh, ada kaitan antara olahraga dan ekonomi serta perluasan waktu luang. Reeve (1910) misalnya, mengemukakan hasil penelitiannya bahwa olahraga dan rekreasi menjadi faktor penting dalam ekonomi Amerika.

Kini makin nyata bahwa olahraga menjelma menjadi semacam mata dagangan dan ketergantungan pada sponsor baik kepada pihak swasta bahkan pada perlindungan "bapak angkat" dari kalangan penguasa yang memiliki kekuasaan untuk mengerahkan sumber daya. Persoalannya memang terkait dengan pelaksanaan olahraga, khususnya olahraga prestasi yang memerlukan dana yang besar. Dalam situasi demikian, tak mengherankan jika faktor ekonomi banyak mengubah ciri klasik olahraga yang lebih menekankan

unsur kehormatan, kejujuran, dan solidaritas. Komersialisasi itu nyata kian menguat dalam olahraga profesional. Kalangan pers, baik media cetak maupun elektronik juga memanfaatkan olahraga sebagai objek informasi yang menarik. Bahkan monopoli hak siaran yang berorientasi untuk meningkatkan keuntungan juga telah (dipraktikkan, misalnya oleh perusahaan televisi swasta (misalnya di AS).

Usaha dalam bidang pengadaan alat-alat olahraga juga makin berkembang dan sekaligus mengubah sikap para olahragawan terhadap alat-alat yang digunakannya. Umumnya orang berorientasi pada alat yang tahan lama, mendukung peningkatan prestasi, dan juga indah dilihat. Prinsip olahraga yang murah dan meriah dengan memanfaatkan alat yang sederhana sukar diterapkan, karena peranan penonton juga kian dominan. Pertandingan olahraga seolah-olah tak lengkap jika tanpa penonton. Gedung atau stadion disiapkan dengan penuh kenyamanan. Suasana tambah semarak dengan acara pelengkap seperti pertunjukkan seni. Gelanggang olahraga berubah menjadi pusat hiburan yang membawa masalah baru, terutama yang berkenaan dengan kecenderungan pola perilaku penonton yang kian fanatik untuk mendukung pemain atau regu kesayangannya. Ancaman terhadap keamanan antarsesama penonton kian serius. Kebrutalan dan penggerogotan terhadap *fair play* juga telah terjadi.

Berkaitan dengan nilai inti dalam olahraga seperti tersebut di atas, kita kutip definisi olahraga menurut *International Council of Sport and Physical Education* (ICSPE) yaitu:

- a. Setiap kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan dengan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam disebut olahraga;
- b. Kalau kegiatan ini meliputi juga pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat/jiwa sportif. Tidak mungkin ada olahraga dalam arti sebenarnya tanpa isi *fair play*;
- c. Olahraga seperti dinyatakan di atas merupakan alat pendidikan yang ampuh.

Karena itu kita harus menghayati prinsip *moral fair play*. Apa makna istilah ini? Mari kita ikuti uraian dalam bagian berikut ini.

Lain dari itu, Chu (1982) mengatakan untuk memberi pengertian untuk olahraga secara tepat sulit untuk dilakukan, karena banyak sudut pandangnya.

Untuk menjelaskan pengertian olahraga ia mengutip pendapat (1973), pengertian olahraga harus bergerak dari konsep *bermain*, *games* dan *sport*.

B. BERMAIN, GAMES DAN SPORT

Karakteristik bermain (*play*) meliputi:

1. Bebas, sukarela, tanpa paksaan dalam berpartisipasi;
2. Aktivitas bermain terpisah dari pembatasan ruang dan waktu;
3. Hasil dari aktivitas bermain adalah sesuatu yang tidak diketahui/tidak direncanakan sebelumnya;
4. Hanya murni aktivitas saja dan tidak produktif, tidak menghasilkan nilai permanen;
5. Peraturan bermain tergantung pada kondisi, tunduk pada kesepakatan situasional;
6. Kualitas bermain merupakan bagian kehidupan nyata/ sehari-hari.

1. Karakteristik Games

Games merupakan bagian dari bermain (*play*). *Games* memiliki karakteristik yang ada pada bermain (*play*), akan tetapi semua diatur dalam peraturan yang sengaja dibuat (disusun) yang harus ditaati bersama. Ciri utama dari *games* adalah kompetisi, sehingga hanya individu atau kelompok yang mempunyai standar keterampilan yang tinggi yang akan berhasil. Untuk mempunyai standar keterampilan yang tinggi yang akan berhasil. Untuk berhasil dalam kompetisi akan selalu tergantung pada keterampilan teknik, fisik strategi atau kesempatan.

Olahraga (*sport*) merupakan bagian dari permainan pertandingan, perbedaan terletak pada prasyarat tingkat kecakapan dan olahraga merupakan permainan pertandingan yang sudah dilembagakan dalam masyarakat seperti halnya pendidikan, agama dan pemerintahan.

Menurut Ateng (1992) ada berbagai sebab mengapa orang melakukan olahraga:

- a. Penyesuaian terhadap lingkungan hidup sendiri. Kesempatan yang kebetulan untuk melakukan olahraga. Datang dari kegiatan olahraga yang tetap ada di sekitar tempat tinggal atau sekolah atau lingkungan pekerjaan;

- b. Penyesuaian Geofisika. Iklim mempengaruhi pilihan seseorang. Demikian pula alam sekitar, perairan, padang rumput, gunung dan sebagainya;
- c. Penyesuaian harapan. Kadang-kadang orang menghendaki olahraga tertentu sesuai dengan lingkungan. Besar sekali pengaruh kawan-kawan, tradisi sekolah, atau bahkan "lingkungan sekitar" atau "lingkungan golongan";
- d. Peniruan bintang lapangan, nasional bahkan juga lokal. Daya tarik datang dari peristiwa olahraga yang besar dan dari olahraga yang dianggap penting;
- e. Penyesuaian ke dalam lingkungan. Sekolah baru, status masyarakat baru, pindah rumah dapat menyebabkan pemilihan olahraga baru;
- f. Pemerintahan berbagai negara memanfaatkan nilai keberhasilan perolehan medali kejuaraan dengan motivasi para atlet-atlet peningkatan prestasi, demi *prestise* bangsa dan pribadi;
- g. Pengaruh dunia bisnis membentuk para atlet profesional dan menjadikan olahraga sarana nafkah;
- h. Pengaruh penerangan tentang pemeliharaan kesehatan tubuh. Khususnya kesegaran jasmani, menyebabkan peserta klub-klub olahraga terus bertambah.

Melihat hubungan bermain *games* dan *sport* tidak dapat dipisahkan, Freeman (1987) membawa hubungan antara bermain (*play*, *games* dan *sport* sebagai berikut: Bermain (*play*) adalah bentuk kegiatan yang tidak bermanfaat/produktif untuk menyenangkan diri. Bentuk bermain ada dua macam yaitu yang secara spontanitas dan yang diorganisasikan dinamakan *games*. Bermain yang diorganisasikan pun ada dua jenis yang tidak dipertandingkan dan yang dipertandingkan. Yang dipertandingkan dinamakan *contest*. Bermain yang diorganisasikan dan dipertandingkan juga ada dua bentuk, yaitu yang menggunakan fisik dan bukan fisik, yang menggunakan keterampilan fisik dinamakan olahraga (*sport*). Olahraga adalah bentuk bermain yang diorganisasikan sedemikian rupa dengan peraturan dan dipertandingkan menggunakan pertumbuhan dari permainan dengan arah dan tujuan yang disadari dan tertentu. Sifat pertandingan merupakan ciri dari olahraga, sehingga teknik, taktik dan perbaikan kondisi fisik ikut menentukan semua itu memerlukan latihan yang teratur dan sistematis. Momentum bertanding dalam olahraga adalah bentuk bermain-

pemainnya mempertaruhkan upah dan simbol. Mereka bersepakat tentang tujuan dan peraturan-peraturannya, harus ditaati untuk mencapai tujuan itu. Siapa yang mencapai tujuan terlebih dahulu atau terbaik adalah pemenang. Yang dimenangkan adalah *simbol*, ia tetap ada dalam batas-batas permainan

Dalam *declaration on sport* yang dikeluarkan UNESCO, dikemukakan batasan yang disusun oleh Majelis Internasional Olahraga dan Pendidikan Jasmani (*Internasional Council of Sport Physical Education, ISCPE*) sebagai berikut. "Setiap aktivitas fisik berupa permainan dan dilakukan dalam bentuk pertandingan, baik melawan unsur-unsur alam, orang lain maupun diri sendiri disebut olahraga. Selanjutnya dalam deklarasi tersebut dikemukakan tentang sportivitas dan *fair play*, yaitu memandang lawan sebagai kawan bermain. Sportivitas berfungsi memurnikan olahraga dan menjadikan olahraga sebagai alat yang ampuh bagi pendidikan.

Catatan lain dalam deklarasi tersebut adalah anjuran agar sepertiga dari seluruh jadwal waktu sekolah dipergunakan untuk aktivitas fisik dan semakin berkurang pada tingkat-tingkat yang lebih tinggi. Anjuran ini tentu berlaku bagi masyarakat perkotaan yang padat bangunan, tanpa ada cukup ruang atau lapangan bermain bagi anak-anak di luar jam sekolah. Penelitian bahwa kebutuhan anak akan aktivitas setiap hari rata-rata sampai enam jam sehari.

Anjuran lain adalah bahwa latihan-latihan hendaknya menyeluruh dan cenderung ke cabang-cabang olahraga sesuai dengan tingkat usia anak.

Demikian pula perlu diperhatikan saran yang berbunyi "Jangan memaksa anak berlatih lebih dan diinginkannya sendiri, meskipun ia sangat berbakat". Olahraga belum tentu menjamin masa depan anak, demikian dikatakan. Sarana tersebut dapat dipahami mengingat bahwa untuk dapat menjadi juara pada akhir abad XX ini terlebih juara dunia, seorang olahragawan harus mengorbankan segalanya, pekerjaan dan biaya yang tidak sedikit.

Ruang lingkup bermain (*play*), *games* dan olahraga (*sport*) digambarkan sebagai berikut.

PLAY, karakteristik:

- Terpisah.
- Bebas.
- Tidak tentu.
- Tidak produktif.
- Ditentukan dengan peraturan yang sifatnya tidak ketat.

GAMES, Karakteristik

- Ada kompetisi.
- Hasil ditentukan oleh keterampilan fisik, dan kesempatan.

SPORT, karakteristik

- Permainan yang dilembagakan keterampilan, mempertunjukkan.

2. Konsep Olahraga Menurut Loy, dalam Chu (1982)

Bermain (*play*) mempunyai sifat esensial adalah aktivitas untuk hiburan, tidak dipertandingkan. Bermain merupakan unsur yang selalu ada dalam olahraga dan pendidikan jasmani. Olahraga adalah suatu permainan yang diorganisasikan. Pengorganisasian bermain ini juga kemudian diadopsi dalam pendidikan jasmani. Sifat olahraga yang paling penting adalah kompetisi, bentuk kompetisi yang sopan dan berada dengan adanya peraturan. Peraturan baik tertulis maupun tidak, selalu digunakan dalam olahraga. Peraturan ini tidak dapat diubah selama kompetisi berlangsung. Olahraga tanpa kompetisi hanya merupakan aktivitas bermain atau rekreasi.

Bermain (*Play*)

Spontanitas

Diorganisasi (*Games*)

Tidak
Dipertandingkan

Dipertandingkan
(*Contest*)

Intelektual

Fisik (*Sports*)

Hubungan antara Bermain dan olahraga (adaptasi dari Gutman dalam Freeman, 1987)

C. PERBANDINGAN SISTEM PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Kemajuan teknologi yang terjadi pada abad ke-20 membuat dunia semakin "*kecil*" komunikasi menjadi lebih mudah dan bangsa-bangsa di dunia harus berhubungan antara satu dengan yang lain. Kadang-kadang dapat timbul konflik karena yang satu tidak memahami yang lain. Kejadian pendidikan jasmani perbandingan adalah usaha dari para pendidik seluruh dunia untuk mempelajari bangsa lain dengan memahami program nasionalnya.

Kajian demikian `kadang-kadang disebut kajian budaya silang dari pendidikan, kajian komparatif atau kajian perbandingan. *Pertama*, kajian akan membantu para pendidik mengetahui berbagai program seluruh dunia. *Kedua*, kajian akan membantu dalam pengembangan pembinaan dengan mengetahui *item* yang akan dapat dipakai sebagai perbandingan. Ini memerlukan penilaian mana yang lebih baik dari yang lain atau apakah memang sistem tersebut adalah yang terbaik bagi masyarakat masing-masing. Proses ini perlu bagi pengembangan secara terus-menerus dari setiap sistem pendidikan. *Ketiga*, pendidikan dapat belajar tentang tujuan, gagasan-gagasan dari pengalaman dari budaya masyarakat lain. Pengetahuan ini berguna untuk menilai apakah sistem yang sedang berjalan dapat memenuhi kebutuhan masyarakat. Jika tidak, pengetahuan tadi dapat membantu menentukan bagaimana sistem itu telah bergeser dari jalur yang dimaksudkan. *Keempat*, studi perbandingan dapat dipakai sebagai pengukur untuk memperbaiki sistem sendiri dengan melihat bagaimana bangsa lain dengan perbedaan dan persamaan berusaha memenuhi kebutuhan pendidikannya. *Kelima*, studi demikian dapat meningkatkan kerja sama internasional, khususnya dalam bidang riset pendidikan. Kajian komparatif pendidikan internasional merupakan fase membina saling pengertian hingga membawa ke arah perdamaian yang lebih baik antara bangsa-bangsa di dunia.

1. Studi Komparatif dapat Didasarkan atas Beberapa Asumsi

Asumsi pertama, setiap pendidikan berpola sekurang-kurangnya pada nilai tradisi dan praktik budaya masing-masing. Setiap sistem pendidikan diduga bagian terbesar merupakan refleksi dan interpretasi sejarah bangsanya, tradisi dan praktik budaya yang berlaku sepanjang sejarahnya.

Sistem pendidikan adalah usaha untuk memelihara tradisi bangsa dan mewariskan kepada generasi muda.

Asumsi kedua, apabila sebuah negara pada suatu kurun waktu tertentu menjadi koloni bangsa lain. Diasumsikan bahwa pengaruh penguasa koloni ini kuat sekali bahkan mungkin permanen. Perkembangan selanjutnya akan kurang dilandasi oleh tradisi budaya sendiri.

Sebuah koloni biasanya mewarisi sistem pendidikan yang sama dengan sistem pendidikan bangsa penguasa, karena kaum kolonial percaya sistemnya tanpa atau sedikit sekali memperhitungkan budaya atau tradisi koloninya, maka manfaatnya hampir tidak ada bagi pendidikan penduduknya, karena tidak cocok dengan pola budaya dan kebutuhan yang ada. Pola demikian akan mudah dilihat di bekas koloni-koloni Kerajaan Inggris. Sekolah-sekolah *Inggris* diselenggarakan sesuai pola sosial Inggris yang bahkan sama sekali tidak terdapat di koloni yang bersangkutan. Sekolah didasarkan atas budaya dan pola sosial Inggris dan hampir tidak bermanfaat bagi budaya penduduk koloni tersebut.

Asumsi ketiga, apabila negara tertentu merupakan negara yang baru terbentuk biasanya dihadapi dua bahaya yang mengancam masa depan pendidikan bangsa di negara tersebut. Bahaya pertama adalah apabila bangsa tersebut terus meneruskan sistem pendidikan yang diwariskan pemerintah kolonial yang sudah disebut terdahulu yang sebenarnya tidak sesuai dengan budaya bangsa itu. Bahaya yang kedua adalah apabila menghapuskan sama sekali sistem warisan kolonial dan mengganti dengan sistem yang ditiru dengan negara lain yang tidak sesuai benar dengan kebutuhan sendiri dalam membuat sistem pendidikannya agar dengan demikian dapat efektif bagi bangsa itu sendiri.

Asumsi keempat, bangsa yang baru berdiri menghadapi bahaya bila berasumsi bahwa kualitas program baru itu sudah sesuai dan karenanya membiarkan saja bagaimana adanya. Setiap sistem pendidikan seharusnya terus berubah secara tetap, meskipun perubahan itu terjadi sedikit demi sedikit. Karena sebenarnya pendidikan harus secara tetap menyesuaikan dengan perkembangan zaman. Bangsa-bangsa baru perlu secara terus-menerus menilai dan merevisi program-programnya dalam usaha mencari dan mendekati kebutuhan sendiri. Tidak ada sistem pendidikan yang dapat dibiarkan statis, kecuali jika bangsa bersangkutan ingin berhenti membangun. Kehidupan budaya tergantung pada perkembangan pertumbuhan. Jika gagal berkembang, maka sistem pendidikan akan mati.

Kebanyakan program pendidikan yang sekarang berkembang di negara-negara baru, dipengaruhi pemikiran pendidikan negara-negara Barat. Kekurangannya adalah bahwa ia tidak didasarkan atas budaya yang sesuai dengan yang ada di negara itu. Ketika bangsa Barbar menguasai kekaisaran Romawi, mereka sering menghendaki sistem Romawi yang mereka anggap baik. Akibatnya adalah hancurnya sistem Romawi karena tidak cocok dengan budaya kaum Barbar. Sebaliknya kekuatan kekaisaran Romawi sebelumnya adalah dengan mengambil sedikit saja budaya bangsa yang ditaklukkannya membiarkan sistem budaya penduduk yang dianut tetap berjalan. Orang-orang Romawi berhasil menciptakan stabilitas dengan cara mempertahankan budaya sendiri dan membiarkan budaya taklukannya sebagaimana adanya. Baik Romawi maupun daerah jajahannya, tidak dipaksa untuk mengambil sistem lain secara radikal yang berlainan dengan sistem tradisi masing-masing.

Beberapa masalah dapat timbul bila sepenuhnya mengambil sistem pendidikan Barat bagi negara-negara yang bukan Barat. Salah satu masalah adalah apakah kehidupan bangsa tersebut kompetitif atau non-kompetitif. Banyak sekali bangsa yang tidak berpandangan hidup kompetitif dan apabila bangsa tersebut mengambil sistem pendidikan Barat akan timbul kesulitan-kesulitan. Masyarakat Barat biasanya kuat berorientasi kompetitif di dalam maupun di luar sekolah.

Masalah lain adalah masalah wanita di sekolah. Dalam beberapa program bagi wanita, dapat sama saja dengan program pria, sedang dalam hal lain wanita seharusnya diberi program yang berlainan. Perbedaan menjadi sangat penting karena tergantung pada kedudukan wanita tersebut di negara yang bersangkutan. Persamaan kedudukan antara wanita dan pria di negara yang satu, tidak berarti sama dengan persamaan kedudukan di negara-negara lainnya.

Sekolah harus merefleksikan pola budaya bangsa. Jika tidak, ia akan berakibat parah. Masalah ketiga adalah perbedaan yang menyangkut kebutuhan akan aktivitas fisik. Dikebanyakan negara-negara Barat, program aktivitas fisik relatif sangat dibutuhkan, sedang di negara-negara berkembang tidak demikian, lebih-lebih di daerah yang penduduknya bermata pencaharian pekerjaan yang banyak membutuhkan aktivitas fisik. Pola pendidikan harus disesuaikan dengan kebutuhan penduduk setempat dan bukan didasarkan atas keperluan yang tidak nyata.

Masalah keempat yang menyangkut tari-tarian. Tari-tarian ini menduduki tempat yang tidak sama dalam berbagai masyarakat. Jika tari-tarian menduduki tempat yang sangat penting dalam pola budaya masyarakat, perhatian terhadap hal ini perlu diberikan dalam menyusun program pendidikan. Sekali lagi pola pendidikan setiap negara harus merupakan refleksi dari pola budaya dan kebutuhan sendiri.

Kajian praktik dari negara-negara lain di seluruh dunia dapat merupakan saham yang penting bagi saling pengertian antarbangsa. Gagasan hubungan internasional yang erat sudah menjadi perhatian sejak berabad-abad lamanya sampai sekarang. Barron Piere de Coubertin dari Perancis prihatin terhadap kurangnya saling pengertian ini dan mulai mengemukakan gagasan menghidupkan kembali Olimpiade. Ketika Olimpiade modern dilaksanakan pada tahun 1896, tujuan utama adalah persahabatan antara para atlet dari berbagai bangsa. Selama zaman Griik, Olimpiade adalah masa damai dan harmonis, tempat semua orang dari semua bangsa bertemu dan bergaul dengan tenteram. Cobertin menekankan aspek bergerak bebas dari para atlet ini untuk saling mengenal lawan-lawan bertanding dari segenap pelosok dunia. Sebagai akibat dari penekanan terhadap budaya dari Olimpiade ini, masuk pula ke dalamnya berbagai pameran seni dan kreativitas budaya lainnya.

Paham terhadap saling pengertian internasional ini merupakan bagian yang penting dalam pembentukan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) tahun 1945. Usaha-usaha sebelumnya untuk mengadakan pertemuan dan bertukar pandangan antarbangsa-bangsa di dunia, seperti dalam Liga Bangsa-Bangsa, selalu gagal. PBB dibentuk sesudah Perang Dunia ke-2 sebagai usaha untuk mengadakan forum tempat bangsa-bangsa memperbincangkan masalah-masalah bersama dan menjelaskan pandangan masing-masing kepada yang lain.

Banyak pertentangan di dunia sebagai akibat salah pengertian atau karena kegagalan komunikasi antarbangsa yang satu dengan yang lainnya. Karena teknologi maju dengan pesat, salah pengertian demikian menjadi semakin bahaya. Bahaya perang hanya karena salah pengertian di dunia yang penuh dengan senjata nuklir sangat mungkin terjadi. Bangsa-bangsa di dunia memerlukan wadah tempat mempelajari segala sesuatu mengenai bangsa lain. Saluran-saluran komunikasi harus dibentuk antarbangsa-bangsa untuk mencegah terjadinya perang.

Setiap kelompok di dunia sekarang, masing-masing memiliki kepentingan bersama. Kepentingan para pendidik jasmani dalam organisasi internasional adalah fungsi dalam bidang pendidikan, pendidikan jasmani dan olahraga.

Alasan umum dalam olahraga internasional adalah bahwa kompetisi merupakan alat untuk bertukar budaya. Meskipun begitu, olahraga dapat juga dipakai sebagai alat untuk meningkatkan prestise bangsa di dunia internasional. Persahabatan juga dapat diciptakan melalui pengiriman tim olahraga, sebagaimana tim olahraga tenis meja Amerika dan Cina.

Olahraga internasional dapat meningkatkan pemupukan sikap nasionalisme. Keberhasilan dalam pertandingan internasional dapat mengangkat rasa kebanggaan.

D. PERBEDAAN DAN PERSAMAAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Ateng (1992) membedakan antara kegiatan olahraga dan pendidikan jasmani berdasarkan tujuan, isi pembelajaran, orientasi pembelajaran dan sifat kegiatannya. Tujuan pendidikan jasmani disesuaikan dengan tujuan pendidikan yang menyangkut pengembangan seluruh pribadi anak didik, sedangkan tujuan olahraga adalah prestasi unjuk laku motorik setinggi-tingginya untuk dapat memenangkan dalam pertandingan. Isi pembelajaran dalam pendidikan jasmani disesuaikan dengan tingkat kemampuan anak didik, sedangkan pada olahraga, isi pembelajaran atau isi latihan merupakan sasaran yang harus dikuasai. Orientasi pembelajaran pada pendidikan jasmani berpusat pada anak didik. Anak didik yang belum mampu mencapai tujuan pada waktunya diberi kesempatan lagi, sedangkan pada olahraga, atlet yang tidak mencapai tujuan sesuai dengan target waktu dianggap tidak berbakat dan harus diganti dengan atlet lain. Sifat kegiatan pendidikan jasmani pada pemanduan bakat-bakat dipakai untuk mengetahui *entry behavior*, sedangkan pada olahraga bertujuan memilih atlet berbakat. Sifat peraturan dalam pendidikan jasmani tidak ada pembakuan peraturan, peraturan dapat diubah sesuai dengan kondisi pembelajaran, sedangkan pada olahraga, latihan-latihan harus disesuaikan dengan situasi pertandingan yang akan dihadapi.

Pendidikan Jasmani	Olahraga
<i>Child centered</i>	<i>Subject centered</i>
Pribadi anak seutuhnya	Kinerja motorik
<i>Entry behavior</i>	<i>Talent scouting</i>
Aturan disesuaikan	Aturan baku
Gerak kehidupan sehari-hari	Gerak fungsional cabang olahraga
Perhatian ekstra bagi anak lamban	Anak lamban ditinggalkan
Tidak mesti bertanding	Selalu bertanding
Wajib	Bebas

Selain adanya perbedaan, terdapat pula persamaannya, yaitu bahwa pendidikan jasmani dan olahraga berupa aktivitas fisik sekelompok otot besar yang keduanya berbentuk permainan. Pendidikan jasmani dirancang secara sengaja untuk mencapai tujuan pendidikan, sedangkan olahraga mempunyai nilai-nilai pendidikan, apabila dilakukan dengan semangat sportivitas bahkan bisa hilang nilai pendidikannya apabila tidak dilandasi oleh semuanya itu. Rijdsdrop (1975) berpendapat bahwa pendidikan jasmani dan olahraga banyak persamaannya, metode dan keaktivitasannya menyerupai satu sama lainnya, tugas pelatih dan guru pendidikan jasmani adalah juga mendidik. Namun demikian, pendidikan jasmani tetap memegang intensitasnya untuk membantu ke arah kedewasaan melalui aktivitas jasmani.

Beberapa nilai pendidikan dalam kegiatan olahraga dikatakan Siregar (1978) bahwa penggunaan olahraga untuk tujuan pendidikan, merupakan suatu alat dengan kemungkinan-kemungkinan yang tidak terbatas dalam membentuk kepribadian, yaitu:

1. olahraga memberikan kesempatan belajar bagaimana bertingkah laku, kalah atau menang;
2. olahraga memberikan kesempatan bagi perorangan untuk mengorganisasi sendiri pertandingan-pertandingan olahraga dan membentuk regunya, dengan demikian kepada perorangan diajarkan mendidik dan mengorganisasi diri sendiri,;
3. dalam olahraga memungkinkan guru atau pelatih mengamati perilaku anak didik yang tidak mungkin dilakukan dalam kondisi kehidupan normal;
4. sebagian besar cabang olahraga memungkinkan seorang mengambil bagian dalam kelompok yang menganut kepentingan bersama;

5. olahraga seperti lintas alam, mendaki gunung dan sebagainya, memberikan pengalaman untuk mengenali lingkungan hutan, lembah, sungai dan sebagainya;
6. prestasi dihasilkan melalui proses yang panjang, ini akan membentuk kepribadian dan ketanggahan dalam mewujudkan cita-cita.

Olahraga dapat memandag sekolah yang melakukan aktivitas pendidikan, jasmani sebagai bibit atlet, karena keberhasilan pendidikan jasmani akan meningkatkan salah satu tujuan olahraga yaitu peningkatan kondisi fisik, kemampuan teknik olahraga, pengembangan mental yang akan menjadi olahragawan tangguh. Sedangkan pendidikan jasmani dapat menggunakan olahragawan berprestasi untuk memberikan motivasi dalam menggiatkan dan meningkatkan keterampilan motoriknya.



LATIHAN

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

- 1) Jelaskan tentang pengertian olahraga!
- 2) Bagaimanakah ciri-ciri sebuah permainan!
- 3) Apakah yang dimaksud dengan *games*!
- 4) Apakah yang dimaksud dengan *sport*?
- 5) Apa yang menandai prinsip prestasi dalam olahraga?

Petunjuk Jawaban Latihan

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan di atas, gunakan rambu-rambu di bawah ini.

- 1) Olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi, kemenangan dan rekreasi.
- 2) Ciri yang paling khas di dalam bermain adalah sukarela, sehingga tidak bertumpu kepada satu tujuan yang ingin dicapai, dan biasanya kegiatan bermain ini adalah kegiatan rutinitas sehari-hari.
- 3) *Games* memiliki karakteristik yang ada pada bermain (*play*), akan tetapi semua diatur dalam peraturan yang sengaja dibuat (disusun) yang harus

- ditaati bersama. Ciri utama dari *games* adalah kompetisi, sehingga hanya individu atau kelompok yang mempunyai standar keterampilan yang tinggi yang akan berhasil.
- 4) Olahraga (*sport*) merupakan bagian dari permainan pertandingan, perbedaan terletak pada prasyarat tingkat kecakapan, dan olahraga merupakan permainan pertandingan yang sudah dikembangkan.
 - 5) a. Peragaan kemampuan jasmani, sehingga jelas prestasi olahraga diarahkan pada penguasaan, pemeliharaan, dan peningkatan hingga tingkat mentok keterampilan motorik (Wiss, 1980).
b. Kegiatan berolahraga dilaksanakan secara suka rela. Kegiatan olahraga bertujuan bukan untuk menghancurkan lawan.



RANGKUMAN

Olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi, kemenangan dan rekreasi. Peraturan di dalam olahraga adalah baku, yang telah ditetapkan dan disepakati oleh para pelakunya. Untuk dapat membedakan secara nyata tentang olahraga perlu diketahui tentang apa yang dinamakan *bermain*, *games* dan *sport*.

Ciri yang paling khas di dalam bermain adalah sukarela sehingga tidak tertumpu kepada satu tujuan yang ingin dicapai dan biasanya kegiatan bermain ini adalah kegiatan rutinitas sehari-hari. *Games* merupakan bagian dari bermain (*play*). *Games* ini memiliki karakteristik yang ada pada bermain (*play*), akan tetapi semua diatur dalam peraturan yang sengaja dibuat (disusun) yang harus ditaati bersama. Ciri utama dari *games* adalah kompetisi, sehingga hanya individu atau kelompok yang mempunyai standar keterampilan yang tinggi yang akan berhasil.

Olahraga (*sport*) merupakan bagian dari permainan pertandingan, perbedaan terletak pada prasyarat tingkat kecakapan dan olahraga merupakan permainan pertandingan yang sudah dikembangkan dalam masyarakat seperti halnya pendidikan, agama dan pemerintahan.

**TES FORMATIF 2**

Pilihlah satu jawaban yang paling tepat!

- 1) Aktivitas fisik yang dilakukan, dengan memberi peraturan tertentu yang harus ditaati, disebut
 - A. *play*
 - B. *games*
 - C. *sport*
 - D. rekreasi

- 2) Aktivitas fisik yang dilakukan dengan bebas, sukarela dan sesuai dengan kondisi tertentu, disebut
 - A. *play*
 - B. *games*
 - C. *sport*
 - D. rekreasi

- 3) Kompetisi merupakan nilai esensi dari olahraga. Hal ini disebabkan
 - A. tanpa kompetisi, olahraga tidak memiliki nilai-nilai olahraga
 - B. dengan kompetisi, peraturan permainan dapat dikembangkan dan diorganisasikan
 - C. melalui kompetisi, bermain akan memiliki nilai-nilai pertandingan
 - D. olahraga tanpa kompetisi hanya merupakan aktivitas bermain

- 4) Jangan memaksa anak berlatih dari keinginannya sendiri, meskipun ia sangat berbakat. Kalimat tersebut menunjukkan bahwa
 - A. latihan dan aktivitas olahraga hendaknya memperbaiki keinginan dan kemampuan anak
 - B. latihan dan aktivitas olahraga hendaknya diberikan sesuai dengan usia pertumbuhan anak
 - C. latihan dan aktivitas olahraga hendaknya diberikan dengan dikonversikan pada keadaan anak
 - D. jangan memaksa anak untuk melakukan latihan setiap hari

- 5) Anjuran ICSPE agar menggunakan $\frac{1}{3}$ dari seluruh jam pelajaran sekolah untuk pendidikan jasmani, hal ini menunjukkan pemikirannya yang dilandasi oleh
 - A. bahwa anak membutuhkan waktu untuk aktivitas fisiknya paling sedikit enam jam sehari

- B. bahwa anak di sekolah memerlukan aktivitas fisik seperti aktivitas belajar lainnya untuk memenuhi hasrat geraknya
 - C. di rumah mereka masih melakukan aktivitas fisik lain
 - D. diupayakan agar anak dapat melakukan kegiatan lainnya
- 6) Freeman menegaskan bahwa bermain adalah bentuk yang tidak bermanfaat atau tidak produktif. Hal ini disebabkan oleh
- A. bermain hanya bersifat aktivitas saja dan tidak menghasilkan nilai yang permanen
 - B. bermain hanya merupakan aktivitas pengisi waktu luang
 - C. bermain tidak memuat nilai-nilai sosial
 - D. bermain erat kaitannya dengan aktivitas anak-anak
- 7) Untuk mencapai keberhasilan dalam *games*, maka dibutuhkan
- A. teman-teman
 - B. standar keterampilan
 - C. peraturan permainan
 - D. sarana/prasarana bermain
- 8) Pengaruh dari perkembangan bisnis terhadap nilai-nilai olahraga menyebabkan
- A. olahraga dipandang sebagai kegiatan yang memiliki nilai ekonomi
 - B. olahraga dapat dijadikan sebagai sarana mencari nafkah
 - C. olahraga dapat berkembang dengan pesat
 - D. A dan B benar
- 9) Akibat dari gencarnya promosi nilai-nilai kesehatan yang ada dalam aktivitas olahraga, menyebabkan semakin
- A. berkembangnya klub-klub olahraga kebugaran jasmani
 - B. berkurangnya waktu luang yang tersisa
 - C. luasnya wawasan manusia tentang olahraga
 - D. sempurnanya nilai-nilai olahraga
- 10) Akibat dari makin diperlukannya keterampilan, teknik dan fisik yang tinggi pada berbagai pertandingan olahraga adalah
- A. latihan dilakukan dengan penuh konsentrasi
 - B. latihan fisik, teknik dan keterampilan dilakukan makin teratur dan sistematis
 - C. olahraga makin membutuhkan pendekatan yang kompleks
 - D. olahraga makin banyak digemari oleh kalangan ilmuwan

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 2 yang terdapat di bagian akhir modul ini. Hitunglah jawaban yang benar. Kemudian, gunakan rumus berikut untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar 2.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah Jawaban yang Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan: 90 - 100% = baik sekali

80 - 89% = baik

70 - 79% = cukup

< 70% = kurang

Apabila mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat meneruskan dengan Kegiatan Belajar 3. **Bagus!** Jika masih di bawah 80%, Anda harus mengulangi materi Kegiatan Belajar 2, terutama bagian yang belum dikuasai.

Kunci Jawaban Tes Formatif

Tes Formatif 1

- 1) A Olahraga
- 2) A Pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan tetapi hanya alat untuk mencapai tujuan pendidikan
- 3) B Bagian aktivitas yang memiliki orientasi pada pendidikan
- 4) A Usia dan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan subjek didik
- 5) B Pembentukan gerak
- 6) B Pembentukan prestasi
- 7) C Pembentukan sosial
- 8) C Pembentukan sosial
- 9) A Olahraga
- 10) B Ekstrakurikuler

Tes Formatif 2

- 1) A *Games*
- 2) B *Play*
- 3) C Olahraga tanpa kompetisi merupakan aktivitas fisik biasa
- 4) D Latihan dan aktivitas olahraga hendaknya memperhatikan keinginan dan kemampuan anak
- 5) B Bahwa anak memerlukan aktivitas fisik $\frac{1}{3}$ dari jumlah jam belajar lainnya untuk memenuhi hasrat Bergeraknya
- 6) A Bermain hanya berisi aktivitas saja dan tidak menghasilkan nilai yang permanen
- 7) B Standar keterampilan yang tinggi
- 8) D A dan B benar
- 9) A Makin berkembangnya klub-klub olahraga kebugaran jasmani
- 10) B Latihan fisik, teknik dan keterampilan dilakukan makin teratur dan sistematis

Daftar Pustaka

- Ateng, A. (1992). *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Ateng, A. (1993). *Pendidikan Jasmani di Indonesia*. Buletin P31K No.1. Diterbitkan oleh Pusat Pengkajian dan Pengembangan Ilmu Keolahragaan, Yayasan Ilmu Keolahragaan: GUNA KRIDA PRAKASA JATI, FPOK IKIP Jakarta
- Ateng, A. (1993). *Keefektifan Model Pemasaran dan Kontribusinya terhadap usaha Pencapaian Prestasi Olahraga 4 Besar Asia Tahun 2002*. Makalah, Seminar Ilmiah Olahraga PON XIII, Jakarta.
- Baley; J.A. dan Field D.A. (1976). *Physical Education and Physical Educator*. (Ed.2) Boston: Allyn and Bacon, Inc.
- Bucher, Charles A. (1964). *Foundations of Physical Education Saint Lois*. The CV. Mosby Company.
- Bucher, Charles A. (1983). *Foundation of Physical Education and Sport*. Missouri: CV Mosby Company.
- Clarkke, D.H. dan Clarke, H.H. (1984). *Research Process in Physical Education*. (2"d) Ed. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Ensiklopedia Indonesia*. (1984). Jakarta Ikhtisar baru - Van Hoeve.
- Freeman, W.H. (1987). *Physical Education and Sport in Changing Society*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Haag, H. (1975). *Principle and Pedagogical Aspect*, dalam Swanpo, S dan Mary, SM (Eds). *Concepts of SPORT Science*. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga KONI.

Ketetapan-ketetapan Majelis Permusyawaratan Rakyat Republik Indonesia tahun 1978-1983. Semarang: *Suara Merdeka*.

Ketetapan-ketetapan Majelis Permusyawaratan Rakyat Republik Indonesia tahun 1983-1988. Semarang: *Suara Merdeka*.

Ketetapan-ketetapan Majelis Permusyawaratan Rakyat Republik Indonesia tahun 1993-1998. Surabaya: *Bina Pustaka Tama*.

Menpora. (1984). *Pola Dasar Pembangunan Olahraga*. Jakarta: Kantor Menpora.

Rijsdrop, K. (1975). *Gymnology*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga dan Pemuda Depdikbud.

Rusli Lutan. (1991). *Ilmu Keolahragaan dan Beberapa Isu Filosofis*, dalam Manusia Dan Olahraga, Seri Bahan Kuliah Olahraga ITB, Bandung: ITB, IKIP Bandung.

Siregar M.F. (1978). Peranan Olahraga dalam Pembangunan Bangsa. *Majalah Prisma*, 4:46-70.

Soemosasmito, S. (1990). Pendidikan Jasmani Suatu Analisis. *Makalah*, Seminar Keolahragaan Menyongsong Abad XXI, IKIP Malang.

UNESCO. (1974). *International Charter of Physical Education*. Paris, Place du Fotenio.