

## PEMBENTUKAN NILAI-NILAI SOSIAL PADA PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH DASAR

Iyakrus

[iyakrusanas@yahoo.com](mailto:iyakrusanas@yahoo.com)

Penjaskes FKIP Universitas Sriwijaya

**Abstract:** Physical education is a means to achieve the goal of education, or an education through a process of adaptation to physical activities, organs, neuromuscular, intellectual, cultural, emotional, and social ethics, which involves the interaction between the learner with the environment managed through physical activity systematically towards the formation of the whole man to cultivate social values of children. Social values of primary school age children in physical education are expected to be achieved with a lot of moving with regular physical activity. Sensory stimulation at an early age is important to develop basic capabilities, the ability to analyze, and may even be a factor intermediaries that allow rapid learning process is achieved at the mature stage in response to motion of the sport. Therefore, physical education in primary schools is concerned with: (1) satisfy the desire to move in accordance with the basic skills; (2) stimulate the growth and development of physical and motor development; (3) maintain and improve health and physical fitness; (4) instill discipline, teamwork, sportsmanship, following rules, and regulations; (5) increase the formation of the physical aspects of development.

**Keywords:** *value, physical education, primary school*

**Abstrak:** Pendidikan jasmani adalah suatu alat untuk mencapai tujuan pendidikan, atau suatu pendidikan melalui proses adaptasi aktivitas-aktivitas jasmani (*physical activities*) seperti organ tubuh, neuromuscular, intelektual, kultur, emosional, etika dan sosial, yang melibatkan interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya dalam menumbuh kembangkan nilai-nilai sosial anak. Nilai-nilai sosial anak usia sekolah dasar pada pendidikan jasmani diharapkan dapat dicapai dengan banyak bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada usia dini penting untuk mengembangkan kemampuan dasar, kemampuan menganalisis, dan bahkan dapat menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapai proses belajar yang cepat pada tahap dewasa dalam merespon gerak olahraga. Oleh karena itu, pendidikan jasmani di sekolah dasar lebih ditekankan kepada: (1) memenuhi hasrat untuk bergerak sesuai dengan keterampilan dasar; (2) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta perkembangan gerak; (3) memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani; (4) menanamkan disiplin, kerjasama, sportifitas, mengikuti peraturan, dan ketentuan yang berlaku; (5) meningkatkan pembentukan perkembangan aspek fisik.

**Kata Kunci:** *nilai-nilai, pendidikan jasmani, sekolah dasar*

Kebutuhan untuk melengkapi anak-anak dengan pengalaman belajar dalam pendidikan jasmani telah diakui secara universal dan telah mengalami perubahan secara meyakinkan dalam isi dan strategi pengajarnya di sekolah dasar (SD). Pendidikan jasmani akan merupakan bagian yang sangat vital dan bermakna di sekolah jika dibimbing secara layak di sekolah. Menurut Seaton (2001) Pendidikan jasmani akan membantu mewujudkan tujuan-tujuan

yang menyangkut perkembangan bidang masyarakat, kerjasama, kesan tentang pribadi yang menyenangkan, pengambilan keputusan, ekspresi yang kreatif, keterampilan motorik, kesegaran jasmani, pengetahuan, pemahaman tentang gerakan manusia dan yang lebih utama menuju prestasi olahraga.

Salah satu kontribusi mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah terutama di SD terhadap prestasi olahraga,

menurut Cholik (2009) adalah membekali peserta didik dalam pengembangan fisik dan mental. Mengingat anak-anak usia sekolah dasar berkisar antara 6-12 tahun adalah usia yang tepat untuk memberikan landasan kuat dalam pengembangan gerak, tentu memerlukan penangan yang lebih profesional dalam latihan olahraga. Pada usia 6-12 adalah usia yang akan menentukan tingkat keberhasilan dalam pencapaian prestasi di masa yang akan datang.

Pengenalan olahraga pada usia dini, terutama pada usia SD menurut Bempa (2009) merupakan hal yang mutlak dilakukan agar pencapaian prestasi puncak dapat diraih. Penanaman gerak pada usia dini terutama di masa-masa sekolah akan menanamkan pola gerak untuk mempersiapkan fisik anak pada cabang-cabang olahraga yang diminati siswa.

Prestasi olahraga merupakan kaitan yang erat dengan keberhasilan dalam program pembelajaran di SD karena isi dan tujuan pembelajaran jasmani adalah membentuk watak, karakter dan mental serta pembentukan nilai-nilai sosial untuk persiapan seseorang berprestasi dalam olahraga. Pendidikan jasmani yang merupakan bagian pendidikan keseluruhan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi sosial antara anak didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial. Aktifitas tersebut dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak SD. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak tumbuh dan berkembang menjadi anak yang sehat dan bugar, serta perkembangan pribadi secara harmonis.

Definisi pendidikan jasmani yang dikemukakan Lutan (2004) pendidikan jasmani adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan

perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Oleh karena itu, menurut Lutan (2004), pendidikan jasmani pada usia SD ibarat tanah liat dan mereka siap dibentuk, karena proses tumbuh kembang kemampuan motorik anak berhubungan dengan proses tumbuh kembang kemampuan gerak anak. Sifat khas anak adalah haus untuk melakukan gerak, maka melalui kegiatan itu mereka akan tumbuh dan berkembang secara subur, optimal, dan wajar. Dengan demikian perkembangan kemampuan anak akan dapat terlihat secara jelas melalui berbagai aktivitas gerakan yang diterimanya dalam pelajaran pendidikan jasmani seperti pada kegiatan permainan yang dapat mereka lakukan. Wujud dari pelaksanaan pendidikan jasmani di SD bertitik tolak pada gerak dasar yang terlihat jelas dalam bentuk-bentuk aktivitas jasmaninya. Namun bukanlah semata-mata hanya berfungsi untuk merangsang dan mengembangkan bagian-bagian tubuh serta fungsinya saja, tetapi juga adalah untuk pembentukan dan pengembangan kepribadian anak secara utuh dan harmonis di dalam kehidupannya. Seperti yang diungkapkan oleh Lutan (2004) bahwa sumbangan unik pendidikan jasmani adalah memperkaya rangsangan kepada anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar dan meningkatkan bakat, minat maupun kemampuan belajarnya.

Selain itu, pendidikan jasmani juga merupakan landasan yang menentukan perkembangan sosial berikutnya. Oleh sebab itu, apabila pendidikan jasmani di SD dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya dengan diarahkan, dibimbing, dan dikembangkan secara wajar, maka akan dapat menjadi bagian yang sangat penting bagi kehidupan anak dan akan sangat berarti serta bermanfaat dalam pembentukan perkembangan sosialnya kelak.

Dengan demikian, tidaklah berlebihan bila dikatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan sarana yang ampuh untuk mewu-

judkan tercapainya tujuan pendidikan. Tidak ada mata pelajaran lain yang tujuannya sedemikian majemuk dan selengkap pendidikan jasmani. Tujuan yang hendak dicapai bukan saja perkembangan aspek jasmani, tetapi juga aspek lainnya seperti mental, moral dan sosial. Sayangnya tujuan yang ideal tersebut tidak sepenuhnya dapat tercapai karena disebabkan oleh berbagai hal, di antaranya pelaksanaan pendidikan jasmani di lembaga pendidikan SD belum sepenuhnya sesuai dengan harapan.

Konsep pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan yang secara sadar disusun dengan sistemik dan berjujukan untuk mengembangkan fitness, fungsi organ tubuh, kontrol neuro-muscular, kekuatan intelektual, pengendalian emosi, pertumbuhan perkembangan anak melalui aktivitas jasmani yang dipilih dengan tujuan yang jelas. Pendidikan jasmani juga mengembangkan kepribadian siswa melalui aktivitas jasmani.

### **NILAI-NILAI SOSIAL PENDIDIKAN JASMANI**

Menurut Gabbard (2007) domain kognitif (pengetahuan), psikomotor (keterampilan fisik), dan afektif (sikap) yang diperoleh melalui pelajaran pendidikan jasmani merupakan dasar yang kelak akan dapat menumbuhkan nilai-nilai sosial dalam kegiatan olahraga. Nilai-nilai sosial pendidikan jasmani dapat dilihat dari peranannya sebagai wahana untuk mendidik anak dan masyarakat untuk menjaga kesehatan. Dengan berolahraga dalam kerangka pendidikan jasmani diajarkan nilai kerjasama, solidaritas, saling menghargai, sportivitas serta membina fisik, mental, emosi, dan sosial pada setiap individu ke arah yang positif. Nilai-nilai sosial dapat ditanamkan melalui pendidikan jasmani dalam setiap kegiatan olahraga. Olahraga ini tidak hanya terbatas dalam olahraga prestasi ataupun pendidikan tetapi juga termasuk di dalamnya adalah olahraga rekreasi.

Menurut Fox (2009) pendidikan jasmani melihat pada cara berpikir dan mencari kebenaran yang dapat ditemukan. Filsafat pendi-

dikan jasmani membantu individu-individu mengevaluasi diri mereka dalam hubungan dengan dunia sepuas dan sejelas mungkin, dengan memberikan kepada mereka suatu pegangan bagaimana harus berhubungan dengan masalah hidup dan mati, benar dan salah, baik dan buruk, bebas dan terikat, indah dan jelek.

Pendidikan jasmani dapat menumbuhkan kepuasan intelektual dan apresiasi keindahan, di samping adanya peraturan-peraturan, strategi-strategi, teknik-teknik, prinsip-prinsip kinesiologi dan peraturan-peraturan latihan yang dapat dipelajari. Pendidikan jasmani juga bertujuan untuk aspek fisik, mental, emosi, dan sosial pada setiap individu ke arah yang positif. Pendidikan jasmani juga merupakan dasar untuk olahraga. Di sini dapat dilihat komponen-komponen fisik seperti mobilitas, kekuatan, kelincahan, dan daya tahan. Hasil dari beberapa komponen fisik tersebut ditentukan, dihasilkan, dikembangkan, dan ditingkatkan melalui pendidikan jasmani.

Kita tidak dapat hanya memandang keadaan fisik pada saat anak melakukan gerak, melainkan terdapat berbagai aspek yang terlibat di dalamnya. Beberapa ahli menegaskan bahwa pada saat itu anak sedang melakukan interaksi dengan dunia luarnya yakni dunia bermain dan dunia realitas yang dihadapi. Karena bermain tidak dapat dipandang hanya sebagai aspek biologis, melainkan pada saat itu sedang terjadi interaksi psikologis sosial yang memberikan pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Bermain dan bergerak merupakan fenomena universal manusia. Dalam pertumbuhan dan perkembangan, bermain dan bergerak merupakan pemicu awal yang dapat menggerakkan keseluruhan aspek pertumbuhan dan perkembangan. Sementara itu pembelajaran pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik untuk merealisasikan programnya. Melalui pendidikan jasmani dorongan keinginan untuk bergerak misalnya melalui bermain dikemas sedemikian rupa sehingga berbagai nilai-nilai sosial dapat

terinternalisasi dalam kepribadian anak. Melalui pemberian pengalaman konkrit dalam kegiatan bergerak, berbagai nilai-nilai sosial dapat diadopsi dan terinternalisasi dalam kehidupan anak.

Pendapat Fox (2009) Dewasa ini, peran pendidikan jasmani dalam menginternalisasi nilai-nilai sosial masyarakat terasa terabaikan karena hanya ditujukan pada upaya pembentukan karakter kognitif, afektif dan psikomotor yang kurang berpijak pada realitas masyarakat. Kondisi tersebut menjadi trade mark yang melekat pada konsep substansi pendidikan di Indonesia selama bertahun-tahun. Walaupun telah dilakukan reorientasi, tampaknya upaya untuk mengembalikan peran dan fungsi pendidikan jasmani pada perubahan definisi belum pada substansi makna, peran dan fungsi.

Menurut Gabbard (2007) hal-hal yang dapat memberikan pengalaman konkrit tentang berbagai makna nilai-nilai sosial, seperti nilai saling menghargai, kerjasama, berkompetisi dengan sehat, tidak kenal lelah, pantang menyerah, dan bersahabat, adalah merupakan nilai-nilai sosial yang dapat diinternalisasikan melalui program pendidikan jasmani. Apabila pendidikan jasmani diajarkan dengan baik, akan dapat memberikan sumbangan terhadap tujuan pendidikan pada umumnya, antara lain percaya terhadap diri sendiri. Seorang yang mempunyai dasar kesehatan yang baik, dan perkembangan badan yang kuat melalui pendidikan jasmani akan memiliki pandangan dan semangat hidup yang lebih besar, juga akan memiliki daya tahan dan tenaga yang cukup besar. Tenaga ini diperlukan untuk menyelesaikan tugas dan kegiatan rutinnnya, bagi siswa diperlukan pada waktu belajarnya.

Pendidikan jasmani dapat memberikan beberapa sumbangan terhadap perkembangan ketangkasan dalam proses dasar untuk berbicara, membaca, menulis dan berhitung. Pendidikan jasmani juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan mengukur jarak, kecepatan dan ketepatan gerak dalam ruang, membantu siswa memperkirakan

tubrukan, tekanan dan berat, dan dengan cara mengikat perhatian siswa dengan bersungguhsungguh pada bidang olahraga.

Ada beberapa bukti yang menyatakan bahwa keterbatasan gerak pada masa anak-anak, mempunyai pengaruh yang merugikan kemampuan belajar berbicara, walaupun pernyataan ini belum dapat dipastikan. Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan dalam mewujudkan pengetahuan kesehatan dengan menolong siswa mengetahui batas kesanggupan dan keterbatasan dirinya dengan cara memberikan pengetahuan bagaimana ia dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan dirinya, dan dengan memberikan pengetahuan tentang beberapa kegiatan olahraga yang dapat digunakan untuk memelihara tingkat kesehatan dan kebugaran jasmaninya yang tinggi dalam kehidupannya. Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan prinsip-prinsip kebiasaan hidup sehat. Partisipasi dalam kegiatan olahraga dapat membantu siswa dalam belajar mengontrol emosinya.

Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan yang besar terhadap perkembangan keperibadian ke arah yang diinginkan, melalui situasi emosi yang terjadi dan tekanan pengemar. Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap tujuan yang hubungannya dengan kemanusiaan. Pendidikan jasmani dapat bertindak sebagai media untuk mengajar rasa hormat terhadap sesama atau saling menghormati sesama manusia.

Pendapat Seaton (2001) program pendidikan jasmani dapat direncanakan dan diselenggarakan, untuk dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan sikap kooperatif atau kerjasama. Sikap ini dapat dilakukan dengan cara memberikan pengalaman kepada siswa, baik sebagai pemimpin maupun sebagai teman bermain. Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan budi luhur yang manifestasinya antara lain dengan memperlakukan lawan secara adil di dalam kehidupan sehari-

hari di masyarakat. Hal-hal yang menyenangkan ini, secara implisit dipelajari dan diajarkan.

Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan apresiasi dan pemeliharaan kehidupan keluarga, dengan mengajarkan kegiatan-kegiatan rekreasi, yang di kemudian hari dapat diikuti oleh anak-anak, istri atau suami mereka. Kegiatan itu misalnya: berenang, berkemah, bermain bulutangkis, tenis dan lain-lain. Kegiatan rekreasi ini dapat memberikan suasana akrab dalam keluarga dan sangat menarik hati semua anggota keluarga.

Dalam pelajaran-pelajaran yang berkaitan dengan pendidikan jasmani seperti pendidikan kesehatan, PPPK dan pendidikan keselamatan yang sering diajarkan oleh guru, maka siswa akan mendapatkan bekal yang sangat banyak untuk pembentukan karakter sosial (Luthan 2004).

Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan sikap untuk melaksanakan demokrasi di rumah. Pendidikan jasmani mempunyai potensi untuk memberikan sumbangan terhadap perasaan keadilan sosial yang merupakan tanggung jawab kemasyarakatan. Persahabatan dengan orang-orang dari berbagai latar belakang pun akan dapat menimbulkan rasa toleransi yang baik. Kegiatan di alam terbuka akan dapat menjadi bagian dari kurikulum pendidikan jasmani, dan dapat diarahkan untuk melestarikan alam. Pendidikan jasmani dapat membantu mencapai tujuan sebagai warga dunia melalui pelajaran tentang cita-cita Olympic Games, di mana semangat persaudaraan antar bangsa diutamakan, tanpa membedakan suku, warna kulit dan faham politik.

## **PENUTUP**

Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan watak dan pembentukan aspek sosial untuk patuh terhadap pelaksanaan undang-undang, sebab dalam pelajaran pendidikan jasmani dan sebagai anggota tim olahraga, siswa harus patuh terhadap peraturan permainan, dan bagi atlet yang baik

akan dapat mengontrol dorongan dan menundukkan keinginannya yang akan merugikan kelompoknya. Pendidikan jasmani dapat dijadikan sebagai laboratorium untuk pengembangan kualitas demokrasi yang diinginkan bila siswa diberi banyak kesempatan untuk berpartisipasi dalam mengambil keputusan tentang tindakan yang dilakukan oleh tim. Hal ini akan mempengaruhi mereka, bila mereka diberi pengalaman menjadi anggota dan pemimpin, dengan demikian mereka diajar untuk menghargai martabat dan harga diri seseorang.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani diajarkan dengan baik, dapat memberikan sumbangan pada pembentukan nilai nilai sosial pada masyarakat kelak, dengan cara memimpin siswa melaksanakan olahraga secukupnya. Pendidikan jasmani dapat memberikan sumbangan yang besar atau paling besar terhadap tujuan kegiatan rekreasi masyarakat, apabila dibandingkan dengan mata pelajaran yang lain .

Berdasarkan hal-hal tersebut diatas maka betapa pentingnya bentuk-bentuk keterampilan gerak dasar bagi anak-anak di kelas-kelas permulaan SD sebagai wahana dalam pembentukan nilai nilai sosial . Oleh karena itu, program pengajaran pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar, hendaknya dapat menciptakan berbagai bentuk keterampilan gerak dasar bagi anak-anak di kelas-kelas permulaan sekolah dasar. Melalui berbagai bentuk keterampilan gerak dasar, maka selain akan dapat meningkatkan aktifitas pengembangan kemampuan jasmani dan sosial anak, juga akan sangat berguna untuk:

- (1) menyempurnakan dan menghaluskan berbagai bentuk gerakan yang banyak corak ragamnya;
- (2) menghaluskan berbagai bentuk gerakan dasar;
- (3) mengalihkan bentuk-bentuk gerakan dasar dari satu tempat ketempat yang lainnya;

- (4) mengembangkan kemampuan untuk bertindak di dalam melakukan bentuk gerakan secara lebih terampil;
- (5) menerapkan berbagai bentuk gerakan dengan lebih mudah dan efisien di dalam lingkungannya;
- (6) mempertahankan keseimbangan di dalam melakukan berbagai bentuk gerakan;
- (7) memperoleh bentuk-bentuk gerakan yang baru;
- (8) dapat di terapkan dalam berbagai cabang olah raga;
- (9) membina dan meningkatkan kesegaran jasmani;
- (10) meningkatkan kesanggupan anak-anak di dalam memfungsikan dirinya, serta tindakannya di lingkungan sesuai dengan tingkat pengembangan dan kemampuan jasmaninya.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Bompa. 2009. *Theory and methodology of training*, Dubuque, Iowa, Publishing Company.
- Cholik,T. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta: Proyek Pengembangan Guru SD.
- Fox. 2009. *Physiological Basis of Physical Education and Athletics*. Philadelphia: Saunders College Publishing.
- Gabbard. 2007. *Physical Education for Children: Building The Foundation*, Texas, New Jersey: Prentice Hall Inc.
- R. Luthan. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Seaton Don Cash. 2001. *Physical Education Hand Books*. New Jersey: Prentice Hall, Inc. Englewood Cliffs,