

ISBN 978-602-17322-0-5



9 786021 732205

PROCEEDING



SEMINAR NASIONAL
OLAHRAGA

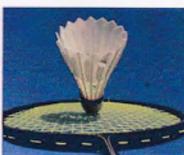
MEDAN
21 NOPEMBER 2012

**TEMA : "PENDIDIKAN OLAHRAGA AKTIF, KREATIF
DAN BERKARAKTER, SEBAGAI IMPLEMENTASI
GURU PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA DI
SEKOLAH , MASYARAKAT DAN BANGSA."**

THE
Character Building
UNIVERSITY

SEKOLAH TINGGI OLAHRAGA DAN KESEHATAN BINAGUNA (STOK BINAGUNA) MEDAN

SUMUT



PROCEEDING

SEMINAR NASIONAL

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Tema : “Pendidikan Olahraga Aktif, Kreatif dan Berkarakter, Sebagai Implementasi Guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah, Masyarakat dan Bangsa”

Cetakan, 30 Agustus 2013

Penanggung Jawab :

Drs.Liliana Puspa Sari M.Kes

Ketua Pelaksana :

Ramadan, S.Pd MM

Sekretaris :

Dicky Hendrawan S.Pd

Editor :

Ramadan S.Pd, MM

Ibrahim S, S.Pd M.Or

Drs.Samiun Alim, M.Pd

Mahmudin Matondang, S.Pd M.Or

Desaign Cover :

Ramadan, SPd, MM

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED

THE
Character Building
UNIVERSITY

DAFTAR ISI

1. MENANAMKAN PENDIDIKAN KARAKTER DALAM KELUARGA Dian Armanto.....	1
2. PENANAMAN KARAKTER MELALUI OLAHRAGA Agung Sunarno.....	11
3. PERAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENGEMBANGAN KARAKTER DI SEKOLAH Asep Suharta.....	19
4. PENYUSUNAN PERANGKAT PEMBELAJARAN YANG BERBASIS PENDIDIKAN BERKARAKTER Samion Alim STOK BINA GUNA.....	30
5. PENDIDIKAN KARAKTER GURU PENJAS DAN OLAHRAGA SEBAGAI IMPLEMENTASI MEMBANGUN PERSATUAN BANGSA Ramadan STOK BINA GUNA.....	39
6. PENDIDIKAN AKTIF DAN BERKARAKTER DILINGKUNGAN MASYARAKAT Sabar Surbakti FIK UNIMED.....	58
7. OLAHRAGA KARATE MERUPAKAN SALAH SATU WAHANA PEMBENTUKAN MENTAL DAN KARAKTER MANUSIA Pangondian Hotliber Purba FIK UNIMED.....	65
8. MENINGKATAKAN AKTIVITAS DAN KREATIVITAS MAHASISWA JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA Nurhayati Simatupang FIK UNIMED.....	73
9. GAYA MENGAJAR SEBAGAI IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KARAKTER DI SEKOLAH Mahmudin Matondang FIK UNIMED.....	82
10. PENDIDIKAN OLAHRAGA, KREATIF DAN BERKARAKTER MELALUI PEMBELAJARAN BERMAIN DALAM PENDIDIKAN JASMANI Usman Nasution FIK UNIMED.....	95

11. TINJAUAN TERHADAP METODE KEPRAMUKAAN SEBAGAI STRATEGI INTEGRASI PENDIDIKAN KARAKTER KEDALAM PENDIDIKAN JASMANI M.Irfan FIK UNIMED.....	106
12. PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA AKTIF DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA DISEKOLAH Zen Fadli FIK UNIMED.....	115
13. PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK USIA DINI MELALUI PEMBELAJARAN TENIS Nurkadri FIK UNIMED.....	125
14. IMPLEMENTASI PENDIDIKAN BERKARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA Ibrahim FIK UNIMED.....	134
15. IMPLEMENTASI ILMU KEOLAHRAGAAN DALAM PENGEMBANGAN SISTEM PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA SEBAGAI UPAYA PEMBANGUNAN KARATER BANGSA Puji Ratno FIK UNIMED.....	143
16. APLIKASI MEDIA DALAM PEMBELAJARAN BAHASA INGGRIS YANG KREATIF Widya Andayani UNIMED.....	152
17. KARAKTER DALAM PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA Andarias Ginting.....	161
18. STRATEGI PENDIDIKAN JASMANI, PENDIDIKAN KEPRAMUKAAN DAN OUTDOOR ACTIVITY SEBAGAI BASIS PENDIDIKAN KARAKTER Suryadi Damanik FIK UNIMED.....	171
19. IMPLEMENTASI GAYA MENGAJAR UNTUK MENINGKATKAN KREATIVITAS GURU DALAM PEMBELAJARAN PENJAS ORKES BERBASIS PENDIDIKAN KARAKTER Imran Akhmad LIGA Sumut.....	189

PERAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENGEMBANGAN KARAKTER DI SEKOLAH

Oleh
Asep Suharta

Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

A. Rasional

Masalah moral merupakan masalah yang sangat banyak meminta perhatian berbagai pihak sekarang ini, terutama bagi para pendidik, ulama, pemuka masyarakat, dan para orang tua. Proses demoralisasi terjadi dan terus berlangsung di tengah kehidupan masyarakat kita. Proses demoralisasi ditandai oleh semakin meningkatnya perilaku yang menyimpang dari norma-norma etika, sosial, hukum, dan agama. Nilai-nilai luhur kesopansantunan, rasa kasih sayang terhadap sesama dan rasa hormat terhadap orang tua atau guru mulai memudar. Hal ini mengindikasikan bahwa pendidikan belum secara optimal memainkan peran dalam pembangunan karakter.

Pendidikan amatlah penting berperan terhadap tumbuh kembangnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (intellect), dan tubuh anak. Bagian-bagian itu tidak boleh dipisahkan agar kita dapat memajukan kesempurnaan hidup anak-anak kita. Demikian nasehat Ki Hajar Dewantara tentang betapa besarnya peran pendidikan dalam membangun karakter anak.

Pemikiran Ki Hajar Dewantara tersebut ditegaskan dalam tujuan Pendidikan Nasional sebagaimana diamanatkan oleh Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pasal 3 yang menyatakan: "Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab." Pada pasal 4 UU Sisdiknas ayat (4) dinyatakan bahwa pendidikan diselenggarakan dengan memberi keteladanan, membangun kemauan, dan mengembangkan kreativitas siswa dalam proses pembelajaran.

Salah satu bagian penting dalam proses pendidikan adalah kegiatan pembelajaran. Kegiatan pembelajaran sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan karakter siswa. Hal ini terutama kegiatan pembelajaran yang mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik secara seimbang dengan disertai dengan pembiasaan keseharian.

Hasil penelitian Blazely, dkk (1997) menunjukkan bahwa pembelajaran di sekolah cenderung sangat teoritis dan mengabaikan lingkungan keseharian anak. Pendidikan yang berlangsung tampaknya lebih menitikberatkan pada aspek kognitif semata (90%).

Padahal usia sekolah merupakan masa kritis bagi perkembangan semua aspek, bukan saja aspek kognitif, tetapi juga kecakapan jasmani, komunikasi, sosial, emosional dan kemampuan menolong diri sendiri (mandiri). Daniel Goleman mengatakan bahwa keberhasilan seseorang di masyarakat bukan di tentukan oleh kecerdasan kognitif (IQ) tetapi ditentukan oleh kecerdasan emosi. Menurutnya, Keberhasilan seseorang tergantung dari kecerdasan emosi (80%) dan hanya 20% ditentukan kecerdasan kognitif (IQ).

Kecenderungan dalam pendidikan di Indonesia adalah anak hanya dikembangkan untuk mampu memahami informasi dan pengetahuan (kognitif), namun tidak mampu merasakan dan menghayati (afektif) serta tidak terampil mempraktekannya (psikomotor). Patut diduga bahwa merosotnya kualitas sumber daya manusia Indonesia saat ini antara lain disebabkan oleh sistem pendidikan seperti itu.

Oleh karena itu pendidikan anak yang semata berorientasi pada pengembangan kognitif (intelektualitas) harus berubah menjadi pendidikan yang berorientasi bukan hanya pada dimensi kognitif tetapi juga harus mencakup dimensi afektif dan psikomotor.

B. Pendidikan Karakter

Karakter adalah kualitas individu atau kolektif yang menjadi ciri seseorang atau kelompok. Dalam hal ini, karakter dapat dimaknai positif atau negatif. Akan tetapi dalam konteks pendidikan, karakter merupakan nilai-nilai yang unik-baik, yakni tahu nilai kebaikan, mau berbuat baik, dan nyata berkehidupan baik, yang terpatuhi dalam diri dan terejawantahkan dalam perilaku. Secara koheren, karakter memancar dari hasil olah pikir, olah hati, olahraga, serta olah rasa dan karsa seseorang atau sekelompok orang. Karakter juga merupakan ciri khas seseorang atau sekelompok orang yang mengandung nilai, kemampuan, kapasitas moral, dan ketegaran dalam menghadapi kesulitan dan tantangan.

Adapun pendidikan karakter dapat dimaknai sebagai pendidikan nilai, pendidikan budi pekerti, pendidikan moral, pendidikan watak yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan siswa agar dapat memberikan keputusan baik-buruk, memelihara apa yang baik, dan mewujudkan kebaikan itu dalam kehidupan sehari-hari dengan sepenuh hati. (Kemdiknas, 2010)

Secara umum ada tiga kelompok pendidikan karakter yang dikembangkan, yaitu: (1) pendidikan karakter yang menumbuhkan kesadaran sebagai makhluk dan hamba Tuhan Yang Maha Esa; (2) pendidikan karakter yang terkait dengan keilmuan; dan (3) pendidikan karakter yang menumbuhkan rasa cinta dan bangga menjadi orang Indonesia.

Kementerian Pendidikan Nasional (2010) telah menyusun desain pengembangan pendidikan karakter, sebagaimana gambar 1. Berdasarkan bagan pada gambar 1, desain pengembangan pendidikan Karakter secara makro dilaksanakan sebagai berikut:

1. Penanaman karakter luhur

Karakter luhur yang akan ditanamkan kepada siswa berdasarkan nilai-nilai luhur bangsa Indonesia. Nilai-nilai luhur tersebut bersumber dari ideologi bangsa dan negara Indonesia, Pancasila, UUD 1945, Bhineka Tunggal Ika, Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI), dan UU Nomor 20 Tahun 2003. Selain itu nilai-nilai luhur tersebut bersumber dari pengalaman praktik yang baik dan dikembangkan berlandaskan teori pendidikan, psikologi, nilai sosial dan budaya.

2. Pembentukan perilaku berkarakter luhur

Pendidikan karakter dilaksanakan dalam rangka pembentukan perilaku berkarakter luhur melalui:

- a. Pembiasaan keseharian yang dilakukan di lingkungan sekolah dan masyarakat,
- b. Intervensi yang dilakukan oleh sekolah, keluarga dan masyarakat.

3. Dukungan Perangkat Kebijakan

Dalam rangka menunjang pelaksanaan pendidikan karakter diperlukan dukungan perangkat dalam bentuk kebijakan; pedoman, sumber daya, lingkungan yang kondusif, sarana dan prasarana, semangat kebersamaan dan komitmen pemangku kepentingan.



Gambar 1: Bagan Strategi Makro Pengembangan Pendidikan Karakter

4. Membangun Karakter Luhur

Semua upaya yang dilakukan baik melalui pembiasaan ke sehari-hari dan intervensi di sekolah, keluarga, dan masyarakat maupun perangkat dukungan diarahkan untuk membangun perilaku siswa yang berkarakter luhur sesuai dengan nilai-nilai Pancasila.

Pendidikan karakter di sekolah diimplementasikan melalui pendekatan menyeluruh, dengan mementingkan keseimbangan pengembangan unsur karakter yakni: Ngerti (mengerti), Ngroso (merasa), dan Nglakoni (melakukan), atau pengetahuan moral

(moral knowing), perasaan moral (moral feeling), dan tindakan moral (moral action). Pendekatan menyeluruh (komprehensif) dapat digambarkan pada gambar 2:

Berdasarkan pada model sebagaimana gambar 2, pengembangan pendidikan karakter di sekolah dibagi dalam empat pilar, yakni:

- 1) kegiatan pembelajaran,
- 2) kegiatan keseharian dalam bentuk pengembangan budaya satuan pendidikan;
- 3) kegiatan ko-kurikuler dan/atau ekstra kurikuler, dan
- 4) kegiatan keseharian di rumah dan masyarakat.



Gambar 2: Model Pendidikan Karakter secara menyeluruh di sekolah
Sumber: kemdiknas, 2010

Pendidikan karakter dalam konteks mikro, berpusat pada satuan pendidikan. Satuan pendidikan merupakan sarana utama yang secara optimal memanfaatkan dan memberdayakan semua lingkungan belajar yang ada untuk menginisiasi, memperbaiki, menguatkan, dan menyempurnakan secara terus-menerus proses pendidikan karakter di sekolah. Pendidikan akan senantiasa menjadi ujung tombak dalam upaya pengembangan karakter manusia Indonesia yang bermartabat.

Program pendidikan karakter pada konteks mikro dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 5: Bagan Strategi Mikro Pengembangan Pendidikan Karakter
Sumber: kemdiknas, 2010

Berdasarkan pada gambar di atas, maka pendidikan karakter di Sekolah dapat diimplementasikan melalui:

- 1) Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar yakni dengan mengintegrasikan dalam kegiatan belajar mengajar melalui berbagai mata pelajaran yang ada di Sekolah;
- 2) Pelaksanaan kegiatan pembiasaan keseharian yang berada di Sekolah, melalui pengembangan budaya/kultur sekolah untuk pengembangan pendidikan karakter;
- 3) Pelaksanaan ekstrakurikuler seperti olah raga, pramuka, pembiasaan kehidupan keseharian di rumah yang selaras dengan kehidupan di sekolah.

Pendidikan karakter dalam kegiatan belajar-mengajar di kelas, dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan terintegrasi dalam semua mata pelajaran. Khusus untuk materi Pendidikan Agama dan Pendidikan Kewarganegaraan, karena memang misinya adalah mengembangkan nilai dan sikap. Oleh karena itu pengembangan karakter harus menjadi **misi** utama yang dapat menggunakan berbagai strategi/metode pendidikan karakter. Untuk kedua mata pelajaran tersebut, karakter dikembangkan sebagai dampak langsung dan dampak pengiring melalui pengalaman belajar tertentu. Sementara itu mata pelajaran lainnya, yang secara formal memiliki misi utama selain pengembangan karakter, wajib mengembangkan rancangan pembelajaran pendidikan karakter yang diintegrasikan ke dalam substansi/kegiatan mata pelajaran sehingga memiliki dampak langsung dan pengiring bagi berkembangnya karakter dalam diri peserta didik.

Lingkungan sekolah perlu ditata situasinya agar lingkungan fisik dan sosial kultural sekolah memungkinkan para siswa bersama dengan warga sekolah lainnya terbiasa melakukan kegiatan keseharian di sekolah yang mencerminkan perwujudan karakter yang ingin dicapai. Pola ini ditempuh dengan melakukan pembiasaan dengan pembudayaan aspek-aspek karakter dalam kehidupan keseharian di sekolah dengan pendidik sebagai teladan.

Kegiatan ekstra kurikuler merupakan (kegiatan sekolah yang bersifat umum dan terkait pada berbagai mata pelajaran. Kegiatan ekstra kurikuler meliputi kegiatan kepramukaan, Dokter Kecil, Palang Merah Remaja, Pecinta Alam, klub olahraga, dan seni budaya) perlu dikembangkan secara terprogram dan berkelanjutan. Kegiatan tersebut dilakukan melalui proses pembiasaan dan penguatan dalam rangka pengembangan karakter.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga, seni dan keterampilan dilakukan dalam bentuk pembelajaran, pelatihan, kompetisi atau festival. Berbagai kegiatan olahraga dan seni tersebut diorientasikan terutama untuk penanaman dan pengembangan sikap, perilaku, dan kepribadian para sesuai agar menjadi manusia Indonesia berkarakter baik seperti: jiwa sportif, kerjasama, kebanggaan, disiplin, menghargai orang/kelompok lain, berjiwa besar dan tanggungjawab.

Kegiatan ekstrakurikuler pramuka yang diselenggarakan oleh sekolah dimaksudkan untuk mempersiapkan generasi muda sebagai calon pemimpin bangsa yang memiliki watak, kepribadian, dan akhlak mulia serta keterampilan hidup prima.

Dalam lingkungan keluarga dan masyarakat diupayakan agar terjadi proses penguatan dari orang tua/wali serta tokoh-tokoh masyarakat terhadap karakter mulia yang dikembangkan di sekolah. Proses penguatan tersebut dilakukan secara kontinyu sehingga menjadi kegiatan keseharian di rumah dan di lingkungan masyarakat masing-masing. Hal ini dapat dilakukan lewat komite sekolah, pertemuan siswa murid, kunjungan/kegiatan siswa murid yang berhubungan dengan kumpulan kegiatan sekolah dan keluarga yang bertujuan untuk menyamakan langkah dalam membangun karakter luhur di sekolah, di rumah, dan di masyarakat.

C. Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Karakter

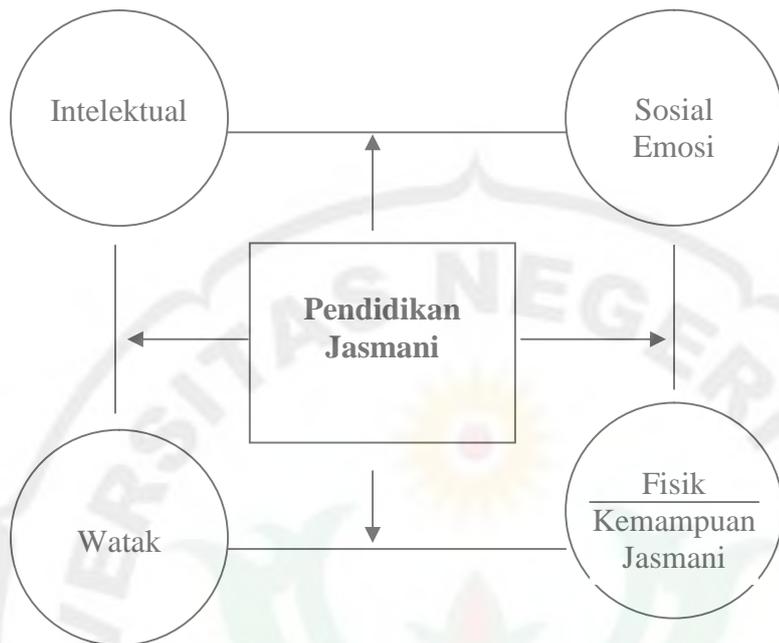
Pendidikan jasmani di sekolah merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak hanya mengembangkan kemampuan jasmani, tetapi juga dapat mengembangkan aspek-aspek intelektual, sosial emosi, dan watak sebagaimana diilustrasikan pada gambar 4 atau dengan perkataan lain pendidikan jasmani sesungguhnya sarat dengan muatan pendidikan karakter.

Hal ini selaras dengan definisi pendidikan jasmani yang penulis lansir dari dua sumber. UNESCO menyatakan bahwa "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"

Definisi lain sebagaimana tertuang dalam Kepmendikbud nomor 413/U/1987 dinyatakan bahwa "Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas fisik yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual, dan emosional"

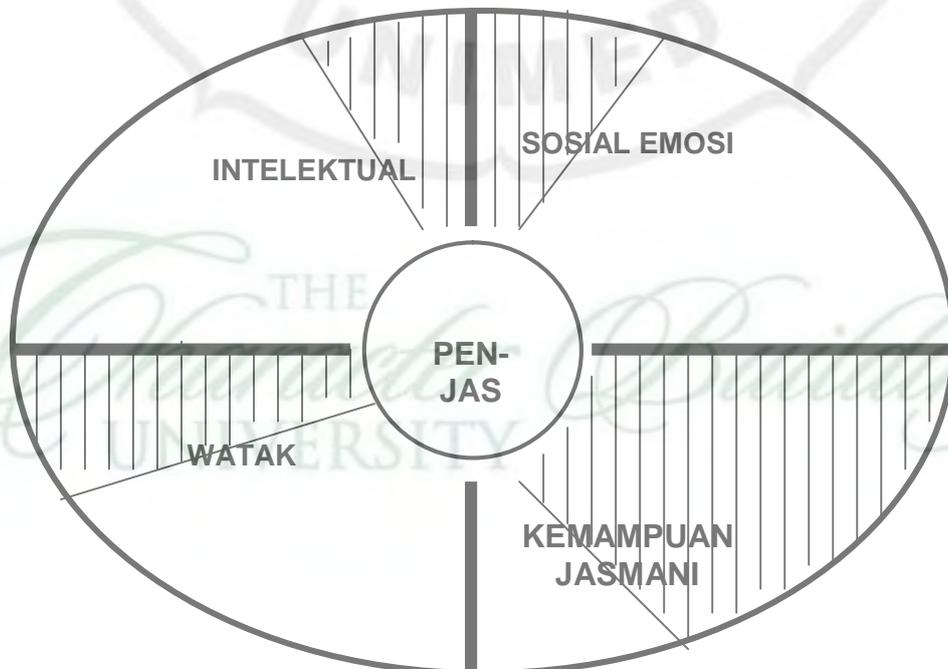
Dari uraian di muka dapat dinyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu bentuk pendidikan anak seutuhnya. Ilustrasi sebagaimana nampak pada gambar 5 menggambarkan kontribusi pendidikan jasmani dalam pendidikan anak seutuhnya.

Gambar 5 menjelaskan bahwa daerah yang di arsir adalah kontribusi pendidikan jasmani dalam berbagai aspek anak seutuhnya. Pendidikan jasmani memberikan sumbangan yang paling besar dalam pengembangan kemampuan jasmani dalam rangka pendidikan anak seutuhnya. Namun demikian pendidikan jasmani bukan satu-satunya wadah pengembangan kemampuan jasmani di sekolah. Bidang lain juga turut memberikan andil bagi pengembangan kemampuan jasmani.



Gambar 4:
Pendidikan Karakter meliputi aspek: Fisik, Sosial Emosi, Intelektual, dan Watak

Selain mengembangkan kemampuan jasmani, pendidikan jasmani juga turut memberikan andil dalam pengembangan aspek-aspek karakter anak. Gambar tersebut menunjukkan bahwa sebagian dari aspek intelektual, sosial emosi, dan pembentukan watak dikembangkan melalui pendidikan jasmani



Gambar 5:
Peran Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan Anak Seutuhnya

1. Pendidikan Jasmani dan pengembangan Sosial-Emosi

Program pendidikan jasmani dapat menumbuhkan rasa percaya diri, dan penilaian positif terhadap kemampuan diri. Perasaan mampu melakukan suatu tugas membangkitkan motivasi, disamping efek psikologis lainnya yang mendorong keadaan sehat secara mental. Istilah lain yang sering digunakan adalah sehat secara mental, yang didalamnya tercakup:

- ✓ Perasaan positif mengenal citra diri
- ✓ Pengalaman sukses
- ✓ Peningkatan kepercayaan diri

Manfaat dari segi sosial, cukup banyak yang diperoleh dari program pendidikan jasmani, seperti:

- ✓ Perolehan kesempatan untuk bergaul dan berinteraksi antara satu dengan lainnya
- ✓ Toleransi antar sesama
- ✓ Penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama
- ✓ Pengembangan rasa kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi.
- ✓ Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, memberi pertolongan, memberi perlindungan dan berkorban.
- ✓ Gotong royong
- ✓ Menghargai kerja keras
- ✓ Penyaluran Agresivitas

2. Pendidikan Jasmani dan pembentukan Watak

Pendidikan jasmani merupakan salah satu media yang cukup efektif dalam pembentukan watak anak didik di sekolah. Melalui program pendidikan jasmani, beberapa karakter dapat ditumbuhkan seperti:

- ✓ Disiplin
- ✓ Kerja Keras
- ✓ Sportivitas
- ✓ Kejujuran
- ✓ Tanggung jawab
- ✓ Saling menghargai

D. Contoh Pengembangan Karakter dalam Pendidikan Jasmani

Internalisasi nilai-nilai luhur dalam rangka pembentukan karakter siswa, dapat dilakukan melalui pengintegrasian dalam kegiatan pembelajaran penjas. Untuk dapat diimplementasikan secara konkret, beberapa contoh berikut dapat menjadi inspirasi bagi guru penjas.

- a. Pembelajaran diawali dengan berdoa dan bersyukur, bahwa hari itu kita diberi kenikmatan, dilanjutkan dengan nasehat yang dikaitkan dengan kompetensi yang sedang dipelajari, atau pelajaran yang lalu dan merupakan bagian dari apersepsi.

- b. Materi pelajaran yang dikaitkan dengan alam dan lingkungan serta dikaitkan dengan kekuasaan dan kebesaran Tuhan Yang Maha Kuasa.
- c. Pada setiap tugas gerak yang sifatnya kelompok, selalu ditekankan akan pentingnya kerja sama dengan orang lain. Kita perlu bantuan dan membantu orang lain. Perlu menghargai, menghormati pendapat dan hasil jerih payah orang lain. Sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan bersama, hasilnya akan lebih baik.
- d. Setiap memberikan tugas gerak siswa dimotivasi agar belajar tekun, cermat, kreatif, mandiri, dan percaya diri.
- e. Penanaman rasa cinta tanah air juga ditekankan saat belajar tentang keanekaragaman budaya di Indonesia, setiap daerah memiliki kelebihan. Oleh sebab itu, persatuan dan kesatuan itu penting bagi bangsa Indonesia. Berbagai suku yang ada di Indonesia adalah saudara kita sesama orang Indonesia walaupun beda suku dan agama. Dalam konteks ini lakukan pengelompokan secara heterogen.
- f. Pada saat pembelajaran berlangsung, ditekankan perlunya sikap sportivitas, menghargai kelebihan orang lain sebagai motivasi untuk maju, serta tetap mematuhi aturan yang telah disepakati dalam berbagai olahraga permainan. Perlu ditunjukkan kepada siswa, bahwa untuk mencapai kemenangan dalam permainan, juga diperlukan kerja sama saling mendukung dalam satu tim.
- g. Sebelum pelajaran berakhir perlu dilakukan refleksi, materi apa saja yang telah kita dipelajari hari itu, melakukan pendalaman dan ulasan materi.
- h. Sebelum berdoa bersama pada akhir pelajaran, guru penjas memberikan nasehat dan motivasi, agar, tetap tekun belajar dan berbakti serta membantu orang tua.
- i. Pelajaran diakhiri dengan merapikan sarana olahraga yang telah digunakan, dan berdoa.
- j. Di area pembelajaran penjas dipampang slogan, pepatah daerah, visi-misi sekolah dan slogan kelas. Tulisan-tulisan tersebut secara berkala dibahas (tidak hanya ditempel) dan diganti secara berkala. Bahkan siswa dilibatkan dalam membuat dan menyusun tulisan-tulisan tersebut. Misalnya: “ Damai Itu Indah”, “Semua Bisa Dilakukan Asal dikerjakan Bersama” , “ Jujurlah Maka Anda Akan Mujur”; “Sportif Pasti Positif”, dll.
- k. Siswa secara berkala diberi Reward and Punishment, yang salah diberikan imbalan hukuman yang mendidik, dan yang berprestasi diberikan pujian dan penghargaan.
- l. Guru penjas adalah sebagai modeling, karakter siswa sangat dipengaruhi karakter guru. Oleh sebab itu mendidik karakter siswa harus dimulai dengan membenahi karakter diri sendiri sebagai guru.

E. Metode dan Prinsip Pengembangan Karakter Melalui Pendidikan Jasmani

1. Permainan dan Kompetisi

Metode dan materi pembelajaran pendidikan jasmani yang paling tepat di sekolah adalah dilakukan dengan cara bermain dan permainan.. Permainan sangat disukai oleh anak-anak dan dapat mengembangkan aspek-aspek sebagai berikut: (1) keterampilan gerak ; (2) kebugaran jasmani; (3) keterampilan kognitif; (4) sosial; (5) emosional.

Sedangkan kompetisi bersifat menyenangkan dan menimbulkan motivasi. Hal ini selaras dengan salah satu karakteristik psikologis anak SD, yaitu menyukai aktifitas yang bersifat kompetitif.

Dalam memilih permainan harus mempertimbangkan hal-hal sebagai berikut: (1) menyenangkan; (2) memungkinkan aktivitas bagi seluruh siswa atau seluruh siswa dapat melakukan aktivitas tersebut; (3) dapat mengembangkan keterampilan motorik dan kebugaran jasmani; (4) keamanan diutamakan; (5) memungkinkan partisipasi maksimum.

Beberapa aktivitas gerak yang dapat dijadikan media permainan dan kompetisi dalam rangka pengembangan kemampuan jasmani antara lain permainan tradisional seperti sondak manda, gobak sodor, lompat tali, kasti, dll.

2. Modifikasi Permainan

Olahraga permainan seperti: bola voli, sepak bola, bulu tangkis, bola basket, dll., juga dapat menjadi media pengembangan kemampuan jasmani yang efektif. Permasalahan yang kemudian muncul adalah ketika permainan-permainan itu tidak sesuai dengan karakteristik anak SD. Bermain bola voli dengan berat bola yang sedemikian rupa misalnya telah membunuh minat anak karena mereka tidak dapat memainkan bola tersebut. Demikian pula dalam permainan bola basket, anak belum dapat menjangkau ring yang tinggi. Atau dalam permainan sepak bola, lapangan yang terlalu luas sangat menyulitkan mereka.

Untuk itu maka guru harus kreatif menciptakan permainan-permainan yang dimodifikasi. Modifikasi bertujuan: (1) agar siswa memperoleh kepuasan dan memberikan hasil yang baik; (2) untuk meningkatkan kemungkinan keberhasilan partisipasi.

Sejumlah gagasan berikut ini dapat di jadikan rujukan untuk memodifikasi permainan: (a) kurangi jumlah pemain dalam satu regu; (b) ukuran lapangan dikurangi atau diperkecil; (c) kurangi waktu permainan; (d) rendahkan net atau gelang basket; (e) mempermudah skor, umpamanya dengan memperbesar gawang, meniadakan penjaga gawang atau menambah dengan cara lain dalam membuat skor; (f) pakai alat yang lebih cocok seperti bola yang lebih ringan, bola pantai untuk bola voli atau bola yunior untuk sepak bola dan basket ; (g) pakai garis-garis batas daerah, atau batas zone, untuk menekankan permainan posisi; (h) ubah peraturan agar permainan dapat berjalan, umpamanya pindahkan lebih ke depan daerah penjaga bola voli, atau mainkan bola lebih dari tiga kali; (i) tambah aturan bermain, jika belajar menghindari lawan atau merebut bola, tambahkan peraturan bahwa bola hanya boleh dilepas setelah melampaui seseorang.

F. Penutup

Pendidikan karakter merupakan pendidikan nilai, pendidikan budi pekerti, pendidikan moral, pendidikan watak yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan siswa agar dapat memberikan keputusan baik-buruk, memelihara apa yang baik, dan mewujudkan kebaikan itu dalam kehidupan sehari-hari dengan sepenuh hati

Terdapat tiga kelompok pendidikan karakter yang dikembangkan, yaitu: (1) pendidikan karakter yang menumbuhkan kesadaran sebagai makhluk dan hamba Tuhan Yang Maha Esa; (2) pendidikan karakter yang terkait dengan keilmuan; dan (3) pendidikan karakter yang menumbuhkan rasa cinta dan bangga menjadi orang Indonesia

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak hanya mengembangkan kemampuan jasmani, tetapi juga dapat mengembangkan pendidikan karakter.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewantoro, Ki H. (1977). *Pendidikan*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa
- Kementerian Pendidikan Nasional. 2010. *Pengembangan Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa, Panduan Sekolah*. Jakarta..
- Kurtus, R. (2010). *Definition of Character*. Dokumen dari Internet, diunduh pada 12 Januari, 2010 dari <http://www.school-for-champions.com/character/definition.htm>
- Mitrafm, Kecerdasan Spiritual Menentukan Jati Diri. Diakses pada Tanggal 12 Januari 2010 dari <http://mitrafm.com/blog/2008/12/15/kecerdasan-spiritual-menentukan-jati-diri/>
- Semiawan, C. R. (2007). *Transdisiplinartitas sebagai Pendekatan Saintific Mengintegrasikan Ilmu Agama Islam dengan Ilmu Sosial dan Humaniora*. Makalah Disampaikan Dalam Rangka Seminar Nasional “Integrasi Islam dan Sainteks” diselenggarakan oleh UIN Alauddin, Makassar Tanggal 27 Januari, 2007.
- Kong, Chit-Kwang. (2008). Classroom learning experiences and students’ perceptions of quality of school life. *Learning Environ Res*, 11, 111-129.



Seminar Nasional Olahraga

“PENDIDIKAN OLAH RAGA AKTIF, KREATIF DAN BERKARAKTER SEBAGAI IMPLEMENTASI PADA GURU PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAH RAGA DI SEKOLAH, MASYARAKAT DAN BANGSA”

Gedung serba guna Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan BINAGUNA MEDAN
Rabu, 21 November 2012

Kerjasama antara :

STOK BINAGUNA - KOHI - DISPORASU - LIGA - ASIAFI SUMUT - KUNGFU NAGA SAKTI

Sertifikat

DIBERIKAN KEPADA

Dr. Asep Suharta, M.Pd

SEBAGAI

Nara Sumber

Medan, 21 November 2012
Panitia Pelaksana,

diketahui oleh :
Ketua Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan BINAGUNA MEDAN

Ramadan, S.Pd, MM
Ketua



Dicky Hendrawan, S.Pd
Sekretaris



Dra. Hj. Lela Sari, MM