

PROSIDING SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



THE
Character Building
UNIVERSITY



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Meningkatkan Hasil <i>Passing Chest Pass</i> Melalui Pendekatan Variasi Pembelajaran Siswa SMA <i>Windi Naully</i>	294
Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa SMP <i>Al Azharsyah</i>	299
Membangun Karakter Berbangsa Melalui Musik Gerak Campur Sari Sejak Usia Dini <i>Eva Faridah</i>	304
Pengaruh <i>The Divergent Style, The Convergent Style</i> Dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Belajar Shooting Permainan Sepak Bola <i>Agung Cristo Manik</i>	311
Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Kemampuan <i>Passing Chest Pass</i> <i>Anggi Erna Yani Siregar</i>	316
Peningkatan Hasil Belajar <i>Passing Atas Bola Voli</i> Melalui Pemanfaat Media Audio Visual <i>Khairul Fahmi Fadhlani</i>	320
Penerapan Pembelajaran Gaya Latihan Untuk Meningkatkan Hasil Belajar <i>Dribbling</i> Menggunakan Kaki Bagian Luar Pada Permainan Sepak Bola <i>Mar'i Muhammad</i>	325
Upaya Meningkatkan Hasil Belajar <i>Chest Pass</i> Bola Basket Melalui Gaya Mengajar Resiprokal Dengan Modifikasi Alat <i>Isa Daulay</i>	329
Pertumbuhan Dan Perkembangan Belajar Gerak Anak SD Yang Diaplikasikan Ke Dalam Proses Pembelajaran Penjas <i>Muhammad Arfa</i>	335
Analisis Kemampuan Manajemen Guru PJOK Di SD mi Negeri Se-Kecamatan Medan Tembung <i>Syahrul Effendy Naution, Wahyo</i>	341
Pembelajaran Mototrik <i>Annes Enjelita Putri Siregar</i>	348
Peningkatan Hasil Belajar <i>Passing Atas Bola Voli</i> dgn Menggunakan Variasi Pembelajaran Model Circuit <i>Deasy Natalia Sitepu</i>	353
Pendidikan Jasmani Sebagai Pengembangan Karakter <i>Dedi Asmajaya</i>	359



PENDIDIKAN JASMANI SEBAGAI PENDIDIKAN BERKARAKTER

Dedi Asmajaya

Pascasarjana Universitas Negeri Medan

Abstrak. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan. Karena itu pula tujuannya pun bersifat mendidik. Dalam pelaksanaannya, aktivitas jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar, dan melalui pengalaman itulah peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai pendidikan. Dengan kata lain pendidikan jasmani adalah proses ajar melalui aktivitas jasmani dan sekaligus sebagai proses ajar untuk menguasai keterampilan jasmani. Kehidupan dengan jalan yang lurus itu disebut dengan kehidupan berkarakter. Perilaku cerdas hendaknya disertai tindakan yang berkarakter dan perilaku berkarakter diisi upaya yang cerdas. Untuk itu lembaga pendidikan (sekolah) hendaknya melaksanakan, jangan hanya mendidik dan mengajar inteletnya saja, tetapi juga mendidik dan mengajar emosinya, sehingga anak akan tumbuh dan berkembang secara seimbang antara intelet dan emosinya, yang dilandasi oleh nilai-nilai yang terkandung dalam kebudayaan, adat-istiadat, dan nilai-nilai moral.

Kata Kunci : Pendidikan Jasmani, Karakter

PENDAHULUAN

Kita sepakat bahwa pendidikan merupakan sesuatu yang tidak asing bagi kita, terlebih lagi karena kita bergerak di bidang pendidikan. Juga pasti kita sepakat bahwa pendidikan diperlukan oleh semua orang. Bahkan dapat dikatakan bahwa pendidikan ini dialami oleh semua manusia dari semua golongan. Tetapi seringkali orang melupakan makna dan hakikat pendidikan itu sendiri. Layaknya hal lain yang sudah menjadi rutinitas, cenderung terlupakan makna dasar dan hakikatnya. Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Ki Hajar Dewantara mengartikan pendidikan sebagai upaya untuk memajukan budi pekerti, pikiran serta jasmani anak, agar dapat memajukan kesempurnaan hidup dan menghidupkan anak yang selaras dengan alam dan masyarakatnya.

Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (UU Sisdiknas) merumuskan fungsi dan tujuan pendidikan nasional yang harus digunakan untuk mengembangkan pendidikan nasional di Indonesia. Pasal 3 UU Sisdiknas menyebutkan, "Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, dengan tujuan dapat berkembangnya potensi peserta didik 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".



Ketika pencapaian soft skill ini tercapai melalui pendidikan, maka kesadaran individu terhadap lingkungan hidup akan semakin memberikan aspek positif dimasa depan nanti. Jika kita lihat memalui berbagai sudut pandang, pasti ada mata pelajaran yang menunjukkan aspek positif terhadap lingkungan di masa depan. Yaitu Pendidikan Jasmani yang diajarkan dari SD, SMP, SMA. Karena pembentuka karakter atau watak seseorang dimulai sejak dini bahkan ketika individu didalam rahim ibunya.

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan. Karena itu pula tujuannya pun bersifat mendidik. Dalam pelaksanaannya, aktivitas jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar, dan melalui pengalaman itulah peserta didik tumbuh dan berkembang untuk mencapai pendidikan. Dengan kata lain pendidikan jasmani adalah proses ajar melalui aktivitas jasmani dan sekaligus sebagai proses ajar untuk menguasai keterampilan jasmani.

Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Dengan Pendidikan Jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia dan kehidupan sekitar.

PEMBAHASAN

Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan potensi - potensi manusiawi yang ada pada peserta didik baik potensi fisik, potensi cipta, rasa, maupun karsanya, agar potensi itu menjadi nyata dan dapat berfungsi dalam perjalanan hidupnya Imran Akmad (2018) .Pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah proses pendidikan dengan menggunakan aktivitas jasmani atau fisik yang menghasilkan perubahan holistic terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu secara menyeluruh dan tidak dapat dipisahkan.

Seorang pakar pendidikan jasmani dari Amerika Serikat, Siedentop mengatakan bahwa pada masa tahun 1990-an pendidikan jasmani dapat diterima secara luas sebagai model "pendidikan melalui aktivitas jasmani", yang berkembang sebagai akibat dari merebaknya telaahan pendidikan gerak padaakhir abad ke-20 dan menekankan pada kebugaran jasmani, penguasaan keterampilan, pengetahuan, dan perkembangan sosial. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa: "pendidikan jasmani adalah pendidikan dari, tentang, dan melalui aktivitas jasmani".

Menurut Jesse Feiring Williams pendidikan jasmani adalah sejumlah aktivitas jasmani manusiawi yang terpilih dilaksanakan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Pengertian ini didukung oleh adanya pemahaman bahwa: 'Manakala pikiran (mental) dan tubuh disebut sebagai dua unsur yang terpisah, pendidikan jasmani yang menekankan pendidikan fisik. melalui pemahaman sisi kealamiahannya fitrah



manusia ketika sisi keutuhan individu adalah suatu faktayang tidak dapat dipungkiri, pendidikan jasmani diartikan sebagai pendidikan melalui fisik. Pemahaman ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani juga terkait dengan respon emosional, hubungan personal, perilaku kelompok, pembelajaran mental, intelektual, emosional, dan estetika.

Pendidikan melalui fisik maksudnya adalah pendidikan melalui aktivitas fisik (aktivitas jasmani), tujuannya mencakup semua aspek perkembangan kependidikan, termasuk pertumbuhan mental, sosial siswa. Manakala tubuh sedang ditingkatkan secara fisik, pikiran (mental) harus dibelajarkan dan dikembangkan, dan selain itu perlu pula berdampak pada perkembangan sosial, seperti belajar bekerjasama dengan siswa lain.

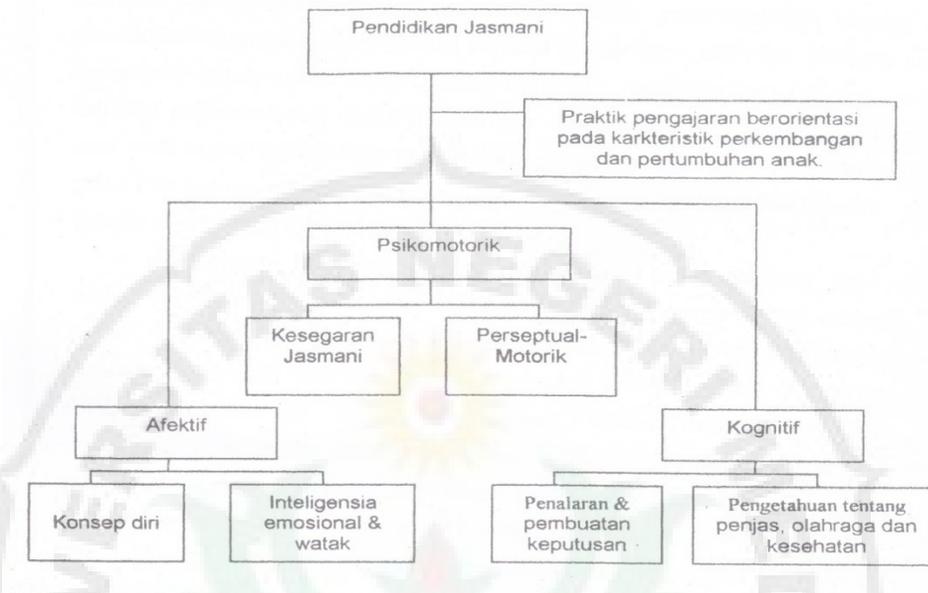
Dalam menempatkan posisi pendidikan jasmani, diyakini pula bahwa kontribusi pendidikan jasmani hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman gerak (aktivitas jasmani) dalam pendidikan jasmani berhubungan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh di masyarakat. Dengan demikian, manakala pengalaman dalam pendidikan jasmani tidak memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmaninya.

Pendidikan fisik yang dimaksud adalah aktivitas jasmani yang membutuhkan upaya yang sungguh-sungguh. Lebih lanjut kedua ahli ini menyebutkan bahwa: "Pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani".

Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar (gross motorik), memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia. Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas 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 organic, neuromuskuler, intelektual dan sosial.

Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat dikategorikan ke dalam tiga kelompok bagian, yaitu:

1. Pendidikan jasmani dilaksanakan melalui media fisik, yaitu: beberapa aktivitas fisik atau beberapa tipe gerakan tubuh.
2. Aktivitas jasmani meskipun tidak selalu, tetapi secara umum mencakup berbagai aktivitas gross motorik dan keterampilan yang tidak selalu harus didapat perbedaan yang mencolok.
3. Meskipun para siswa mendapat keuntungan dari proses aktivitas fisik ini, tetapi keuntungan bagi siswa tidak selalu harus berupa fisik, non-fisik pun bisa diraih seperti: perkembangan intelektual, sosial, dan estetika, seperti juga perkembangan kognitif dan afektif.



Gambar 1. Pendidikan jasmani menuju perkembangan menyeluruh

Bagan diatas menunjukan cakupan ideal pendidikan jasmani yang pelaksanaannya dilandaskan pada pendekatan pengajaran yang berorientasi pada taraf perkembangan dan pertumbuhan anak. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh dan memerlukan waktu jangka panjang, maka dapat dirumuskan kedalam beberapa tujuan jangka pendek, dengan tidak melupakan tujuan hakiki yang ingin dicapai.

Dampak yang unik dari pendidikan jasmani adalah memberikan sumbangan kepada prestasi akademik. Sebagian ahli percaya, sumbangannya melalui perantara perkembangan konsep diri yang lebih positif. Sebagian lagipercaya, kemampuan akademis itu didukung oleh perkembangan perceptual-motorik yang merangsang keceradasan otak seseorang.

Hakikat Karakter

Kata karakter berasal dari bahasa inggris *character*, artinya watak. Kata ini menjadi semakin populer setelah Mendiknas RI mencanangkan pendidikan berbasis karakter pada saat peringatan Hari Pendidikan Nasional pada tahun 2010.

Ki Hadjar Dewantara telah jauh berpikir dalam masalah pendidikan karakter. Mengasah kecerdasan budi sungguh baik, karena dapat membangun budipekerti yang baik dan kokoh, hingga dapat mewujudkan kepribadian (*persoonlijkheid*) dan karakter (jiwa yang berasas hukum kebatinan). Jika itu terjadi orang akan senantiasa dapat mengalahkan nafsu dan tabiat-tabiatnya yang asli (bengis, murka, pemarah, kikir, keras, dan lain-lain).

Kehidupan dengan jalan yang lurus itu disebut dengan kehidupan berkarakter. Perilaku cerdas hendaknya disertai tindakan yang berkarakter dan perilaku berkarakter diisi upaya yang cerdas. Untuk itu



lembaga pendidikan (sekolah) hendaknya melaksanakan, jangan hanya mendidik dan mengajar inteleginya saja, tetapi juga mendidik dan mengajar emosinya, sehingga anak akan tumbuh dan berkembang secara seimbang antara intelek dan emosinya, yang dilandasi oleh nilai-nilai yang terkandung dalam kebudayaan, adat-istiadat, dan nilai-nilai moral.

Karakter adalah sifat pribadi yang relatif stabil pada diri individu yang menjadi landasan bagi penampilan perilaku dalam standar nilai dan norma yang tinggi. Standar nilai/norma meliputi kondisi yang mengacu kepada akidah agama, ilmu dan teknologi, hukum, adat, kebiasaan, yang tercermin dalam perilaku sehari-hari dengan indikator iman dan takwa, pengendalian diri, disiplin, kerja keras dan ulet, bertanggung jawab dan jujur, membela kebenaran, kepatutan, kesopanan, ketaatan pada peraturan, loyal, demokratis, sikap kebersamaan, musyawarah, gotong royong, toleran tertib, damai dan anti kekerasan, hemat, konsisten.

Meliputi: pembiasaan akhlak mulia, kegiatan Masa Orientasi Sekolah (MOS), kegiatan Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS), tata krama dan tata tertib kehidupan sosial sekolah, kepramukaan, upacara bendera, pendidikan pendahuluan bela negara, pendidikan berwawasan kebangsaan, UKS, PMR, serta pencegahan penyalahgunaan narkoba dan pendidikan luar kelas untuk menerapkan mencintai lingkungan. Untuk itu lembaga pendidikan (sekolah) hendaknya melaksanakan, jangan hanya mendidik dan mengajar inteleginya saja, tetapi juga mendidik dan mengajar emosinya, sehingga anak akan tumbuh dan berkembang secara seimbang antara intelek dan emosinya, yang dilandasi oleh nilai-nilai yang terkandung dalam kebudayaan, adat-istiadat, dan nilai-nilai moral.

DAFTAR PUSTAKA

Adang Suherman (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Abdul Kadir Ateng (1992). *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

CITRA UMBARA (2010). *Undang-Undang RI Nomor 14 Tahun 2005 & Peraturan Pemerintah RI Nomor 74 Tahun 2008*.

Hasbullah (2009). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. PT RAJAGRAFINDO PERSADA.

<http://www.plbjabar.com>. Diakses pada tanggal 23 September 2012.

http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Konsep_Pendidikan_Jasmani_.pdf diakses pada tanggal 10 Mei 2012

<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/131656343/PENDIDIKAN%20KARAKTER%20MENURUT%20KI%20HAJAR%20DEWANTORO.pdf> diakses pada tanggal 10 Mei 2012



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

<http://sertifikasiguru.unm.ac.id/> diakses pada tanggal 10 Mei 2012

Husdarta dan Yudha M. Saputra (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Muhammad Nur Habibi, Imran Akhmad, Budi Valianto. 2018. Efek Latihan Berbeban Terhadap Fungsi Kerja Otot. *Jurnal Pedagogik Olahraga*. Vol 4 No 2. Hal. 44-59.

Kartini Kartono (1971). *Teori Kepribadian dan Mental Hygiene*. Perpustakaan FIK UNIMED.

Prayitno dan Belferik Manulang (2010). *Pendidikan Karakter dalam Pembangunan Bangsa*. Pascasarjana Unimed.

Rusli Lutan (2000). *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Rusli Lutan (2000). *Pengukuran dan Evaluasi Penjaskes*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Penataran Guru SLTP Setara D-III.

THE
Character Building
UNIVERSITY