

PERAN PENTING PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER

**Acep Noval Mulzaman¹, Mochamad Wisnu Aziz, Raka Muhamad Heryanto, Rival
Pratama Putra, Burhan Hambali**

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,
Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

¹E-mail m.wisnu.aziz@upi.edu

ABSTRAK

Pendidikan adalah halaman dan tertentangan untuk mewujudkan proses pembelajaran dan suasana belajar, sehingga peserta didik secara aktivitas mengembangkan kekuatan spiritual di sebagaimana peserta didik. Keagamaan, Pengendalian Diri, Kepribadian, Kecerdasan, Akhlak Mulia. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian literasi. Penelitian literasi yaitu jenis penelitian yang dilakukan dengan pendalaman terhadap buku, literatur, catatan dan berbagai informasi yang berkenaan dengan soal yang akan dibahas dan dipecahkan. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dikutip dari berbagai sumber berupa berita online, buku, dan jurnal dari peneliti terdahulu pendidikan karakter merupakan proses merubah watak dan tingkah laku individu atau kelompok agar menjadi manusia yang lebih dewasa dengan pendidikan dan pengajaran: proses pendidikan, metode dan tindakan, Berbicara tentang pendidikan jasmani, itu tidak hanya tentang latihan fisik dan prestasi atletik. Secara umum, pendidikan jasmani merupakan komponen integral dari pendidikan, yang mencakup aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik. Pendidikan merupakan hal yang penting dalam mewujudkan proses pembelajaran dan suasana belajar agar peserta didik dapat mengembangkan kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk diri sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Karakter adalah nilai-nilai perilaku manusia yang terkait dengan hubungan mereka dengan aspek dalam kehidupan, seperti Tuhan, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan negara.

Kata Kunci: Pendidikan, pendidikan jasmani, karakter

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah halaman dan tertentangan untuk mewujudkan proses pembelajaran dan suasana belajar, sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan kekuatan spiritual di sebagaimana peserta didik. Keagamaan, Pengendalian Diri, Kepribadian, Kecerdasan, Akhlak Mulia, as well as the necessary keterampilan for oneself, the community, the nation, and the state Menurut (Sisdiknas, 2003) dalam (Rohmansyah, 2017). Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan, yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran, keterampilan gerak, pemikiran kritis, keterampilan sosial, penalaran, dan keterampilan kognitif. stabilitas emosional, etika, gaya hidup sehat, dan lingkungan yang bersih. Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat dalam berbagai jenis pembelajaran. (Raden & Lampung, 2015).

Menurut Muchlas (2012; 41), karakter dapat didefinisikan sebagai nilai-nilai perilaku manusia yang berkaitan dengan hubungan mereka dengan Tuhan. Yang Maha

Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan negara yang dimanifestasikan dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan, dan tindakan berdasarkan norma agama, hukum, tatakrama, budaya, adat istiadat, dan estetika. Karakter adalah cara berpikir dan bertindak yang menjadi ciri khas setiap orang untuk hidup dan bekerja sama, baik dengan orang lain maupun dengan diri mereka sendiri dalam skala keluarga, komunitas, bangsa, dan negara (Rosmi, 2016). Orang yang baik adalah mereka yang memiliki kemampuan untuk membuat keputusan dan siap untuk mengambil tanggung jawab atas pilihan mereka. dari keputusan yang telah dibuat sebelumnya (Wakeman, 2008:18). Lebih lanjut menyatakan bahwa: “Terdapat sembilan pilar karakter yang berasal dari nilai-nilai luhur universal, yaitu: karakter cinta Tuhan dan segenap ciptaan-Nya, kemandirian dan tanggung jawab, kejujuran, amanah dan diplomatis, hormat dan santun, dermawan, suka tolong-menolong dan gotong royong serta kerjasama, percaya diri dan pekerja keras, kepemimpinan dan keadilan, baik dan rendah hati, karakter toleransi, kedamaian dan kesatuan”.

Menurut Weinberg dan Gould (2007), karakter adalah konsep moral yang terdiri dari sejumlah sifat yang dapat dibentuk melalui olahraga. Setidaknya, beberapa nilai-nilai ini dapat dibentuk melalui olahraga, termasuk rasa kasih sayang (compassion), keadilan (fairness), sikap sportif (sportpersonship), dan integritas (integritas). Ada banyak nilai afektif yang dapat diakui, seperti sportivitas, fair play, empati, simpati, tutur kata yang santun, dan sikap spiritual.

sebagai bagian dari pendidikan jasmani dan olahraga. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dalam kurikulum 2013 juga secara tidak langsung menitikberatkan pada perkembangan karakter yang luas, mulai dari kognitif, emosional, dan psikomotorik. Oleh karena itu, pendidik harus memahami pentingnya pendidikan jasmani dalam kurikulum 2013 (Victoria et al., 2021). Oleh karena itu, pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam menentukan kesehatan, pengetahuan, dan kepribadian siswa (Syafuddin et al., 2022).

Di semua jenjang pendidikan, upaya pembentukan karakter individu harus lebih diutamakan daripada upaya pengembangan karakter individu. Tema gerak, gerak, dan kesehatan (PJOK) bertanggung jawab atas peran penting dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Kemampuan untuk menanamkan nilai-nilai afektif dalam setiap pembelajaran melalui praktik adalah bagian penting dari PJOK (Tifal, 2023). Konsep penjasorkes berada di ruang afektif. Selain itu, proses penanaman, yang memperluas lingkup afektif, dapat dilakukan dengan sukses di lembaga pendidikan, keluarga, dan lingkungan masyarakat. Di tingkat unit, peningkatan nilai afektif dimasukkan ke dalam proses pembelajaran masing-masing jurusan disesuaikan dengan kehidupan sehari-hari dan kegiatan luar kelas (Purwanto & Susanto, 2018).

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pembentukan karakter dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran, keterampilan gerak, pemikiran kritis, keterampilan sosial, penalaran, dan keterampilan kognitif siswa. Pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah juga memberi siswa kesempatan untuk terlibat dalam berbagai jenis pembelajaran. Kurikulum 2013 secara tidak langsung menitikberatkan pada pembentukan karakter yang luas, mulia, dan fleksibel.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian literasi. Penelitian literasi yaitu jenis penelitian yang dilakukan dengan pendalaman terhadap buku, literatur, catatan dan berbagai informasi yang berkenaan dengan soal yang akan dibahas dan dipecahkan. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dikutip dari berbagai sumber berupa berita online, buku, dan jurnal dari peneliti terdahulu. Artikel yang dikumpulkan sebagai sumber penelitian dicari secara online dengan menggunakan kata kunci “pendidikan”, “Pendidikan karakter” dan “Pendidikan jasmani”. Kriteria berita dan artikel yang dipilih adalah artikel tentang pendidikan karakter, PJOK sebagai sarana pendidikan karakter, dan strategi pembentukan karakter peserta didik melalui pembelajaran pendidikan jasmani. Berikut rangkuman metode penelitian dibuat secara singkat dengan berbentuk diagram di bawah ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hakekat pendidikan karakter

Pusat Bahasa Departemen Pendidikan mendefinisikan karakter sebagai “bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, watak”. Istilah karakter (character) berasal bahasa Yunani yaitu “charassian” yang memiliki arti menandai dan menumpukan penerapan beberapa nilai kebaikan dengan wujud tindakan atau perilaku, maka ketika seseorang serakah, berbohong, korup, pemarah, sewenang-wenang dan berperilaku buruk, orang tersebut dikatakan berkarakter buruk (Hendayani, 2019). Rutland M. (2003) dalam (Tifal, 2023) menyatakan bahwa karakter berasal dari bahasa Latin dan berarti "dipahat", dan kehidupan seperti batu granit yang dipahat, jadi harus dipahat dengan baik. Kebajikan dan nilai-nilai yang ditanamkan dalam kehidupan manusia disebut karakter.



Gambar 1. Diagram Metode Penelitian

Pendidikan karakter merupakan proses merubah watak dan tingkah laku individu atau kelompok agar menjadi manusia yang lebih dewasa dengan pendidikan dan pengajaran: proses pendidikan, metode dan tindakan (Tysara, 2021). Pendidikan karakter

dapat dianggap sebagai upaya untuk bekerja sama untuk mewujudkan harapan bangsa yang terkandung dalam Pancasila dan Pembukaan UUD 1945 (Tifal, 2023). Strategi implementasi pembentukan karakter adalah bagian terpenting dalam perencanaan, mengatur dan mengkoordinasi pendidikan untuk meningkatkan kualitas pengajaran, dikembangkan, dilaksanakan dan dievaluasi di setiap lembaga pendidikan. Pembentukan karakter merupakan usaha terpenting yang pernah dilakukan oleh manusia untuk pembangunan karakter yang menjadi tujuan utama dari setiap sistem pendidikan praktis. Pembentukan karakter juga merupakan tugas pendidikan penting yang mengembangkan harga diri yang kuat, kecerdasan, kemampuan, kejujuran, pengetahuan tentang kemampuan dan keterbatasan diri, serta harga diri (Syafuruddin et al., 2022).

Pada dasarnya pendidikan di seluruh dunia mempunyai tujuan dan sasaran yang sama, diantaranya memberikan bantuan kepada manusia menjadi pintar dan cerdas serta memberikan bantuan kepada manusia untuk menjadi lebih baik. Menurut Ni Putu Suwardani (2020), pendidikan karakter sangat penting dan penting untuk membesarkan manusia yang baik. Pendidikan karakter harus diberikan di keluarga, di sekolah, dan di lingkungan sosial. Sebagaimana dikutip oleh Rosita (2018), Presiden Indonesia sebelumnya, Susilo Bambang Yudhoyono, menyatakan bahwa tujuan pendidikan karakter adalah untuk:

1. bentuk karakter orang Indonesia.
2. pendidikan orang Indonesia yang cerdas dan logis.
3. pendidikan orang Indonesia yang inovatif dan mau bekerja keras.
4. pembentukan masyarakat Indonesia yang optimis dan percaya diri.
5. dan pendidikan orang Indonesia yang berjiwa patriotik.

Salah satu alasan utama mengapa penting bagi generasi muda untuk mendapatkan dan menerapkan pendidikan karakter adalah bahwa, disadari atau tidak, terjadi perubahan pembiasaan perilaku hidup yang mengarah pada berbagai tingkah laku asusila yang begitu nyata dan jelas dalam kehidupan masyarakat. Menurut Ni Putu Suwardani (2020), rasa malu, berdosa, dan bersalah atas tingkah laku yang buruk serta pelanggaran terhadap standar kebaikan, agama, hukum, dan moral tidak lagi dijadikan pedoman untuk membentuk kehidupan dan kepribadian yang bertanggung jawab untuk menegakkan nilai kemanusiaan. Menurut Dickona (1991) dalam (Rohmansyah, 2017), karakter adalah nilai-nilai yang berfungsi atau yang terlihat dalam tindakan. Akibatnya, pendidikan karakter dan pendidikan nilai sama. Pendidikan karakter harus dimulai dengan prinsip-prinsip yang berasal dari agama, filsafat, ideologi, sosiokultural, dan psikologi. Nilai-nilai ini kemudian harus disesuaikan dengan kebutuhan, kondisi, dan lingkungan pendidikan.

b. Hakekat Pendidikan Jasmani

Berbicara tentang pendidikan jasmani, itu tidak hanya tentang latihan fisik dan prestasi atletik. Secara umum, pendidikan jasmani merupakan komponen integral dari pendidikan, yang mencakup aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik (Syafuruddin et al., 2022). Menurut Gunadi (2018), pendidikan olahraga memiliki lingkup yang jauh lebih luas daripada olahraga. Olahraga hanya melibatkan latihan fisik, sedangkan pendidikan jasmani melibatkan kegiatan fisik (olahraga) atau kegiatan fisik lainnya untuk mencapai tujuan

pendidikan. Pendidikan jasmani lebih menekankan pengembangan fisik dan keterampilan siswa dalam menggunakan olahraga untuk mencapai tujuan olahraga.

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengubah sikap dan tindakan manusia dan memberikan muatan dan orientasi pada kepribadian sesuai dengan tujuan manusia. Kegiatan jasmani, olahraga, dan kesehatan (penjasorkes) adalah komponen penting dari pendidikan jasmani. Secara keseluruhan memiliki manfaat khusus untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan mencakup berbagai aktivitas fisik, tujuan pendidikan jasmani dan pendidikan kesehatan adalah untuk memberikan kontribusi khusus untuk pertumbuhan dan perkembangan anak didik (Syafuruddin et al., 2022)

Pendidikan jasmani harus dimasukkan ke dalam pendidikan secara keseluruhan, bukan hanya sebagai latihan fisik terpisah. Proses ini pasti dilakukan dengan hati-hati dan melibatkan interaksi sistematis antar peserta untuk mencapai tujuan tertentu. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan seseorang secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan fisik untuk meningkatkan kesehatan dan pertumbuhan fisik, kemampuan dan ketrampilan, kecerdasan dan perkembangan watak, dan kepribadian yang harmonis (Cholik Mutohir, tahun 1992)

Semua orang terlibat dalam olahraga dan pendidikan jasmani. Pembentukan berbagai aspek akan terjadi selama interaksi dengan berbagai pihak ini, seperti peningkatan kondisi fisik, penguasaan teknik, penguasaan taktik, dan pembentukan mental, termasuk pembentukan karakter (Darmiyati Zuchdi, 2011:35).

c. Implementasi

Tidak dapat disangkal bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi ujung tombak publikasi sekolah atau perguruan tinggi (Rosmi, 2016). Nama perguruan tinggi atau sekolah dapat dikenal luas melalui media karena mereka sering menjadi juara. Bahkan olahraga kita tahu bahwa olahraga dapat membuat negara dikenal di dunia. Bahkan seorang atlet terkenal lebih dikenal daripada negaranya. Pembentukan karakter tidak dapat dilakukan dengan waktu sekejap, melainkan melalui proses yang lama dan kontinyu (Rosmi, 2016).

Untuk membangun karakter yang berkelanjutan, olahraga harus memasukkan nilai moral dalam kehidupan sehari-hari, dalam keluarga dan lapisan masyarakat, serta dalam permainan olahraga. Olahraga adalah aktivitas fisik yang dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kekuatan otot tubuh. Anda dapat melakukan aktivitas ini untuk hiburan, kesenangan, atau bahkan untuk meningkatkan kinerja Anda. Olahraga adalah jenis olahraga yang dilakukan oleh satu atau lebih orang dalam tim atau kelompok (Depdiknas, 2008:239), menurut Harta (2019).

Menurut Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005, tujuan olahraga nasional adalah untuk meningkatkan keterampilan fisik, mental, dan sosial selain membentuk karakter dan kepribadian bangsa yang berharga. Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan pengaruh aktivitas fisik terhadap aspek individu, seperti keyakinan diri, perilaku menyimpang, integrasi sosial. Hasil penelitian para ahli yang dirangkum oleh (Sitepu, 2017) membuktikan bahwa:

1. Remaja yang berolahraga memiliki penyimpangan perilaku yang lebih sedikit dibandingkan remaja yang tidak berolahraga.
2. Orang muda yang aktif secara fisik lebih fleksibel dan mampu menahan tekanan lingkungan.
3. Remaja biasanya butuh dukungan sosial, tidak hanya dari kelompoknya tetapi juga dari kelompok dan lembaga lain.
4. Individu yang aktif berolahraga menunjukkan memiliki keyakinan diri lebih tinggi dibandingkan remaja yang tidak aktif berolahraga

Didasarkan pada pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa siswa secara tidak langsung dididik melalui pendidikan jasmani. dalam pembentukan karakter yang positif. Karena pendidikan jasmani mengandung banyak nilai-nilai yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, kelas pendidikan jasmani mengajarkan siswa karakter yang positif selain meningkatkan kebugaran mereka.

SIMPULAN

Pendidikan merupakan hal yang penting dalam mewujudkan proses pembelajaran dan suasana belajar agar peserta didik dapat mengembangkan kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk diri sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Karakter adalah nilai-nilai perilaku manusia yang terkait dengan hubungan mereka dengan berbagai aspek dalam kehidupan, seperti Tuhan, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan negara. Nilai-nilai karakter bersumber dari agama, hukum, budaya, adat istiadat, dan estetika. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran, keterampilan gerak, pemikiran kritis, keterampilan sosial, penalaran, dan keterampilan kognitif siswa. Proses pendidikan jasmani tidak hanya melibatkan aktivitas fisik tetapi juga melibatkan aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik. Pembentukan karakter individu melalui pendidikan jasmani dapat dilakukan melalui nilai-nilai moral yang terbentuk dalam olahraga, seperti rasa kasih sayang, keadilan, sikap sportif, dan integritas. Metode penelitian literasi digunakan dalam penelitian ini dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber seperti artikel, buku, dan jurnal. Implementasi pembentukan karakter melalui pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan menanamkan nilai-nilai afektif melalui praktik dalam pembelajaran PJOK. Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam menentukan kesehatan, pengetahuan, dan kepribadian siswa. Pendidikan karakter merupakan upaya untuk merubah watak dan tingkah laku individu agar menjadi manusia yang lebih dewasa dengan pendidikan dan pengajaran. Implementasi pembentukan karakter merupakan bagian penting dalam perencanaan, pengaturan, dan pengkoordinasian pendidikan untuk meningkatkan kualitas pengajaran. Pendidikan karakter juga merupakan tugas penting dalam mengembangkan harga diri yang kuat, kecerdasan, kejujuran, serta kemampuan adaptasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Daniel Gould Copyright. (2011). Foundations of Sport and Exercise Psychology. eBook. 5th Edition. Human Kinetics Purwanto, S., &
- Darmiyati Zuchdi. (2011) Pendidikan Karakter dalam Perspektif Teori dan Praktik. Yogyakarta: UNY Press
- Gunadi, D. (2018). Peran Olahraga Dan Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 18(3), 1–11.
<http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/777>
- Harta, L. I. (2019). Implementasi pendidikan karakter di Era 4.0 melalui pendidikan jasmani dan olahraga di Sekolah. *Prosiding SENFIKS*, 1(1), 66–73.
- Hendayani, M. (2019). Problematika Pengembangan Karakter Peserta Didik. 7(2).
- Likcona, T. 1992. *Educating for Character*. New York: Bantam Book.
- Mutohir, Toho Cholick. 2002. *Gagasan-gagasan tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Ni Putu Suwardani. (2020). “QUO VADIS” Pendidikan Karakter dalam Merajut Harapan Bangsa yang Bermartabat. In Unhi Press.
- Raden, I., & Lampung, I. (2015). *Pendidikan jasmani dalam membentuk etika, moral, dan karakter* 302. 2(4), 302–315.
- Rohmansyah, N. A. (2017). *Pembentukan Karakter Melalui Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. 3.
- Rosmi, Y. F. (2016). Pendidikan Jasmani Dan Pengembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Wahana*, 66(1), 55–61. <https://doi.org/10.36456/wahana.v66i1.482>
- Rosita, L. (2018). PERAN PENDIDIKAN BERBASIS KARAKTER DALAM PENCAPAIAN TUJUAN PEMBELAJARAN DI SEKOLAH. *Jurnal Ilmu Politik Dan Komunikasi*, 8. <https://doi.org/10.34010/jipsi.v8i1.879>
- Samani Prof.Dr.(2008). *Konsep dan Model Pendidikan Karakter*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Robert Weinberg,
- Sitepu, I. D. (2017). Indra Darma Sitepu: Pembentukan Karakter Melalui Partisipasi Dalam Olahraga. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 3(2), 99–112.
<file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/8209-16657-1-SM.pdf>
- Suharta, A. (2012). Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Karakter Di Sekolah. *SEMINAR NASIONAL OLAHRAGA Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*, 19.
- Susanto, E. (2018). Nilai-nilai Karakter Dalam Pendidikan Jasmani. In UNY Press.
- Suyanto, (2009). Urgensi Pendidikan Karakter, <http://mandikdasmen.kemdiknas.go.id/web/pages/urgensi.html> Muchlas,

- Syafuruddin, M. A., Jahrir, A. S., Yusuf, A., Ikadarny, & Yusuf, A. (2022). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 10(2), 73–83.
- Tifal, I. N. (2023). Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Sarana Pendidikan dan Pembentukan Karakter Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Dan Kepeleatihan Olahraga*, 1(1), 1–9.
<https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko/article/view/47>
- Tysara, L. (2021). Pengertian Pendidikan Karakter Menurut Undang-Undang, Simak Penjelasannya. In Liputan6.com.
<https://www.liputan6.com/hot/read/4663401/pengertianpendidikan-karakter-menurut-undang-undang-simak-penjelasannya>
- Victoria, A., Mustafa, P. S., & Ardiyanto, D. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga berbasis Blended Learning di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(2), 170–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.4659619>