



ISU KRISIS PENDEKATAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Oleh
Sucipto
NIM : 057268

Mata Kuliah: Dimensi Psikologi Pedagogi Olahraga

**SEKOLAH PASCA SARJANA
PROGRAM PENDIDIKAN OLAHRAGA S 3
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG, DESEMBER 2006**

A. Latar Belakang

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan Pendidikan jasmani antara lain untuk; memenuhi kebutuhan anak akan gerak, mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna, menyalurkan energi yang berlebihan, dan merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional.

Implementasi program pendidikan jasmani dan olahraga di berbagai negara memiliki keunikan sendiri-sendiri. Hal ini dipengaruhi oleh sejarah, budaya, politik, dan ekonomi. Pengaruh keempat aspek tersebut menjadi menghambat atau mempercepat lajunya keterlaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga. Krisis pendidikan jasmani pada tingkat global terjadi sebagai dampak dari globalisasi dalam ekonomi, budaya, dan politik. Penyebab terjadinya krisis pendidikan jasmani dikemukakan oleh Rusli Lutan (2002) bahwa salah satunya adalah kesenjangan antara kurikulum pendidikan jasmani sebagai dokumen dan implementasinya. Sebagai gambaran ketatalaksanaan kurikulum pendidikan jasmani di beberapa negara adalah sebagai berikut. Di negara-negara Afrika implementasi kurikulum pendidikan jasmani hanya 25 %, sedangkan di Asia hanya 33%, untuk negara-negara di Amerika latin 50 %, lain halnya di Amerika Utara 72 %, Timur tengah 82 %, dan negara-negara di Eropah berkisar 87 %. Kasus lain yang menjadi penyebab kelemahan pendidikan jasmani adalah kualitas guru pendidikan jasmani yang rendah, tanpa pengetahuan atau kompetensi, sehingga dipandang seorang guru pendidikan jasmani bukan sebagai keahlian profesional.

Perekembangan pendidikan jasmani juga dipengaruhi oleh kebijakan pendidikan, dan karena itu pula, krisis pendidikan jasmani dan olahraga sebenarnya tidak lepas dari krisis pendidikan secara umum. Rusli Lutan (2003) menjelaskan tentang krisis pendidikan terjadi oleh empat faktor, yaitu: peningkatan aspirasi pendidikan yang berkaitan dengan laju pertumbuhan kependudukan, langkanya sumber daya pendukung kegiatan, lambannya sistem pendidikan yang beradaptasi dengan perubahan, dan tradisi dan sistem nilai dalam lembaga pendidikan yang menimbulkan terjadinya inertia untuk bertahan terhadap pengaruh inovasi dari luar.

Krisis pendidikan jasmani ini bukan saja terjadi di Indonesia, melainkan terjadi juga di seluruh dunia. Hasil survei Kent Hardman (Rusli Lutan, dkk., 2002) menjelaskan ada enam kesimpulan negatif tentang pendidikan jasmani, yaitu:

1. Pendidikan jasmani berada pada urutan terbawah dalam kurikulum
2. Pengurangan alokasi waktu dalam kurikulum
3. Kesenjangan antara kurikulum yang dikehendaki dan pelaksanaannya
4. Kelangkaan sumber finansial, fasilitas dan peralatan
5. Standar profesional guru pendidikan jasmani
6. Isu kesetaraan gender.

Lebih lanjut, ada kritik bahwa krisis pendidikan jasmani oleh karena pengajaran yang tidak membangkitkan keterjadian proses belajar, sehingga bidang studi itu tidak bermakna; akarnya bukan karena kelangkaan infrastruktur atau biaya. Memang sulit untuk diamati secara langsung bahwa kegiatan yang diikuti oleh anak dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan kemampuan berpikir anak. Namun demikian dapat ditegaskan di sini bahwa pendidikan jasmani yang efektif mampu merangsang kemampuan berpikir dan daya analisis anak ketika terlibat dalam kegiatan-kegiatan fisiknya.

Pola-pola permainan yang memerlukan tugas-tugas tertentu akan menekankan pentingnya kemampuan nalar anak dalam hal membuat keputusan. Dalam hal olah rasa, pendidikan jasmani menempati posisi yang sungguh unik. Keegiatannya yang selalu melibatkan anak dalam kelompok kecil maupun besar merupakan wahana yang tepat untuk berkomunikasi dan bergaul dalam lingkup sosial.

Pendidikan jasmani menyediakan pengalaman nyata untuk melatih keterampilan mengendalikan diri, membina ketekunan dan motivasi diri. Hal ini diperkuat lagi jika proses pembelajaran direncanakan sebaik-baiknya. Melalui pendidikan jasmani kepercayaan diri dan citra diri (*self esteem*) anak akan berkembang. Secara umum citra diri diartikan sebagai cara kita menilai diri kita sendiri. Citra diri ini merupakan dasar untuk perkembangan kepribadian anak. Dengan citra diri yang baik seseorang merasa aman dan berkeinginan untuk mengeksplorasi dunia.

Tidaklah sulit untuk mengetahui cara bagaimana membuat siswa menjadi fit (bugar) dari kaca mata *conditioning*. Pada umumnya guru penjas sudah mengetahui prinsip-prinsip peningkatan kondisi fisik yang meliputi pengembangan kapasitas kardiovaskular, daya tahan otot, kekuatan, kelentukan, dan power. Sebaliknya, yang tidak mudah adalah bagaimana memadukan program kebugaran ini dalam kurikulum pendidikan jasmani dan bagaimana meyakini bahwa siswa akan terus tertarik untuk mengimplementasikannya dalam kehidupannya sehari-hari. Hal ini dapat tercermin dari orientasi kurikulumnya itu sendiri. Apakah orientasi kurikulum itu pada pendidikan gerak (*movement education*), pendidikan olahraga (*sport education*), pendidikan petualangan (*adventure education*), pendidikan perkembangan (*developmental education*), pendidikan kebugaran (*fitness education*), atau pendidikan disiplin keilmuan olahraga (*kinesiological studies*).

Sehubungan dengan hal itu, seperti disarankan Prof. Dr. H. Hamid Hasan (2005) pengembangan kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan dapat dilakukan dari dimensi proses mencakup:

1. Pemantapan proses belajar mengajar yang digunakan, sehingga meyakinkan adanya “proses ajar”
2. Mempertegas teori belajar yang digunakan
3. Menelusuri dan menemukan keterkaitan antara satu kegiatan dengan kegiatan lainnya dalam konteks yang bermakna “real life system”
4. Meningkatkan dukungan lingkungan belajar (termasuk ketersediaan sarana-prasarana dan media peralatan belajar).
5. Mempertegas sumber belajar
6. Memperbaiki dan meningkatkan lingkungan kerja guru
7. Meningkatkan fasilitas belajar
8. Meningkatkan sumber finansial yang tersedia
9. Meningkatkan dukungan profesional, dan
10. Membentuk sistem evaluasi yang kokoh.

Kesepuluh butir diatas tercermin dalam satu konsep didaktik yang profesional. Dalam konteks pendidikan jasmani, prinsip didaktik dapat diorientasikan pada: 1) pengorganisasian proses belajar mengajar dengan dasar pengajuan masalah gerak

yang jelas, 2) menyusun tugas belajar dalam konteks untuk menyelesaikan masalah gerak, 3) membuat struktur lingkungan belajar, sehingga masalah gerak dapat dilihat, dipahami dan dilakukan oleh siswa, 4) mengarahkan siswa dengan cara memberikan informasi modifikasi/perubahan konteks belajar.

Pengajaran merupakan aktivitas yang kompleks. Tujuan pengajaran adalah membelajarkan siswa. Guru memiliki tanggungjawab utama dalam mengarahkan proses belajar-mengajar yang terjadi. Proses pengajaran pendidikan jasmani diarahkan pada upaya pencapaian tujuan pendidikan. Pengajaran adalah proses interaksi antara guru-siswa dalam mencapai tujuan yang telah digariskan. Manakala siswa tidak mengalami proses ajar, maka gurulah yang harus bertanggungjawab. Pengajaran bukanlah suatu ilmu yang pasti (*exact*). Guru perlu merancang dan merancang ulang pengalaman belajar siswa berlandaskan kaidah didaktik-pedagogis, pengetahuan siswa, materi belajar, dan proses belajar mengajar itu sendiri..

Guru pendidikan jasmani harus mengantarkan dan membantu siswa belajar tentang dan melalui gerak, merancang pengalaman belajar sehingga siswa akan dengan mudah tumbuh menguasai keterampilan, memahami informasi, menggunakan, memanfaatkan informasi, dan dengan perannya itu para siswa menikmati suasana belajarnya. Untuk dapat dengan mudah membelajarkan siswa, maka perlu dirancang suatu bentuk pengajaran, sehingga mampu mengantarkan para siswa sampai pada tujuan yang telah ditentukan.

Bentuk upaya profesional seorang guru dalam menjalankan tugasnya merancang pengajaran, menjelaskan, mengajukan pertanyaan, mengelola perilaku siswa, dan mendapatkan umpan balik. Semua itu dilakukan dalam upaya membantu para siswa belajar dan tumbuh berkembang. Strategi dan keterampilan seperti ini dapat ditingkatkan..

Siswa yang mengalami proses belajar perlu mengalami perubahan perilaku sebagai akibat dari pengalaman belajar dan bukan hanya sekedar perkembangan alamiah. Tentu, tidak semua belajar siswa adalah hasil dari proses pengajaran. Siswa dapat belajar dari kesalahan-kesalahan yang diperbuatnya. Meski situasi ketika siswa mengalami masalah, mereka dapat belajar sesuatu yang bernilai. Karena itu, guru perlu mempunyai sikap dan perilaku positif dalam mengarahkan siswa belajar.

Kondisi proses pengajarannya dapat dikemukakan beberapa indikasi kualitas dan efektivitas pengajaran pendidikan jasmani. Indikasi ini juga perlu dikemukakan sebagai ciri adanya “proses ajar”. Beberapa indikasi itu berada dalam rentang kualitas sebagai berikut:

1. Memelihara atau menjaga siswa dalam jumlah waktu maksimum dalam setiap pengajaran. (Tinning menyebut 80% dari waktu yang ada digunakan siswa untuk latihan).
2. Siswa menikmati pengalaman belajarnya dan memutuskan untuk terus berpartisipasi dalam aktivitas jasmani meskipun telah menyelesaikan sekolahnya.
3. Ketatnya pengendalian pengajaran dan manajemen kelas, serta siswa menghargai kewenangan guru mengajar.

Dari ketiga pandangan itu dapat diajukan bahwa pemberian masalah tugas gerak dalam proses pengajaran bergantung pada pikiran dan filosofi guru dalam melaksanakan tugas mengajarnya, yang berujung pada nilai-nilai apa yang diyakini seorang guru dalam melaksanakan tugas kewajibannya.

Bentuk aktivitas jasmani yang digunakan dalam pembelajaran tidak perlu terbelenggu oleh gerakan-gerakan teknik cabang olahraga, sehingga dalam hal modifikasi bentuk cabang olahraga pun perlu banyak dilakukan para guru pendidikan jasmani. Disinilah letak kunci pengembangan keterampilan seorang guru pendidikan jasmani mengajar. Kesetiaan dan kesungguhan dalam menjalankan tugas, dan dengan dibarengi kreativitas mencipta bentuk bentuk latihan yang akurat sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa, serta kemampuan siswa (prinsip: Development Appropriate Practice), akan membantu mengantarkan proses belajar-mengajar kearah tujuan yang ingin dicapai. Proses seperti inilah yang dimaksud memenuhi kaidah didaktik sehingga pengajaran pendidikan jasmani dapat memberikan kontribusi penting bagi pendidikan.

Disamping itu juga faktor lingkungan dan kondisi siswa, apakah lingkungan itu membuat siswa merasa diterima, didukung, dan dipercayai. Apakah dapat mengungkapkan minat yang sungguh-sungguh pada kesuksesan siswa, perlakukan seluruh siswa sebagai manusia yang berharga, mengakui respons siswa sebagai suatu

usaha yang patut dihargai, walaupun gerakannya salah, mengizinkan siswa untuk belajar tanpa mengumumkan kesalahannya di depan yang lain, menyediakan banyak kegiatan di mana siswa dapat memilih untuk terlibat dengan berhasil, atau berfokus pada apa yang dapat siswa lakukan dari pada terhadap apa yang tidak bisa dilakukan.

Hal lain, seperti kenyamanan pada diri siswa. Apakah memaksa siswa melakukan program kebugaran fisik secara berlebihan, yang menimbulkan rasa mual dan nyeri otot, gagal memberikan keselamatan, sehingga menyebabkan cedera, membuat siswa terlalu lama menunggu untuk kegiatan yang tidak perlu, memaksa siswa untuk melakukan sesuatu secara terburu-buru dan menerapkan sistem kedisiplinan yang ketat dan tak bersahabat, atau menggunakan pelajaran sebagai hukuman.

Adakalanya dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani mengundang kecemasan pada siswa, seperti bersifat sangat tidak terduga dalam hal apa yang diharapkan dan bagaimana sesuatu dinilai, mengungkapkan bahwa siswa kemungkinan tidak akan berhasil, menggunakan hukuman yang samar-samar tetapi mengancam. Jika hal ini terjadi, maka tidak mustahil siswa akan mengalami frustrasi. Sebab-sebab timbulnya frustrasi antara lain menyajikan informasi atau keterampilan lebih cepat atau lebih lambat dari pada yang dapat siswa pelajari atau memaksa semua siswa belajar pada kecepatan yang sama, mengajar satu hal, tetapi mengetes dengan hal lain, gagal atau tidak pernah memberikan umpan balik yang segera dan mencukupi, atau memberikan penekanan yang berlebihan pada suasana persaingan yang tinggi. Bisa jadi, dalam proses pembelajaran, guru penjas yang memberikan keputusan kontra produktif terhadap siswa, seperti menghukum atau memaksa melakukan sesuatu dengan sengaja di depan siswa lainnya, membiarkan kegagalan terjadi terus menerus, memberi julukan pada anak yang terasa merendahkan, mengulang-ulang pelajaran yang sudah dikuasai dengan baik oleh siswa, gagal memberikan tantangan yang tepat untuk siswa, atau gagal menggunakan cara yang menarik dalam menyajikan isi pelajaran.

Dalam menanggulangi hambatan-hambatan tersebut tersebut di atas, perlu dilakukan pendekatan pembelajaran, gaya mengajar, strategi mengajar, dan metode

mengajar. Disamping itu juga dalam teknik penyajian bahan ajar, seperti menarik perhatian siswa, memperbaiki kejelasan komunikasi, dan memilih cara komunikasi.

Gaya mengajar juga membawa pengaruh terhadap keberhasilan proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Banyak gaya mengajar yang kita kenal, seperti gaya Komando (*Command Style*), yaitu semua keputusan dikontrol guru, murid hanya melakukan apa yang diperintahkan guru. Satu aba-aba, satu respons siswa. Gaya Latihan (*Practice Style*), yaitu guru memberikan beberapa tugas, siswa menentukan di mana, kapan, bagaimana, dan tugas mana yang akan dilakukan pertama kali. Guru memberi umpan balik. Gaya Berbalasan (*Reciprocal Style*), yaitu satu siswa menjadi pelaku, satu siswa lain menjadi pengamat dan memberikan umpan balik. Setelah itu, bergantian. Gaya Menilai diri sendiri (*Self Check Style*), siswa diberi petunjuk untuk bisa menilai penampilan dirinya sendiri. Pada saat latihan, siswa berusaha menentukan kekurangan dirinya dan mencoba memperbaikinya. Gaya Partisipatif atau Inklusif (*Inclusion Style*), yaitu Guru menentukan tugas pembelajaran yang memiliki target atau kriteria yang berbeda tingkat kesulitannya, dan siswa diberi keleluasaan untuk menentukan tingkat tugas mana yang sesuai dengan kemampuannya. Dengan begitu, setiap anak akan merasa berhasil, dan tidak ada yang merasa tidak mampu. Gaya Penemuan Terbimbing (*Guided Discovery*), yaitu guru membimbing siswa ke arah jawaban yang benar melalui serangkaian tugas atau permasalahan yang dirancang guru. Guru setiap kali meluruskan atau memberikan petunjuk untuk mengarahkan anak pada penemuan itu. Gaya Pemecahan Masalah (*Problem Solving*), guru menyediakan satu tugas atau permasalahan yang akan mengarahkan siswa pada jawaban yang bisa diterima untuk memecahkan masalah itu. Oleh karena itu, jawaban atau pemecahan yang diajukan siswa bisa bersifat jamak. Dan Gaya H, I, J: Program yang dirancang siswa/Inisiatif siswa/ Pengajaran diri Sendiri (*Learner designed program/learner initiated/self-teaching*), siswa mulai mengambil tanggung jawab untuk apa pun yang akan dipelajari serta bagaimana hal itu akan dipelajari.

Dalam penerapan strategi pembelajaran, perlu diperhatikan sistem apa yang dipakai, apakah Sistem penyajian; pemilihan materi, penyajian tugas, penyusunan tahapan pembelajaran, atau pemberian umpan balik dan penilaian. Begitu juga dalam

macamnya, seperti Pengajaran interaktif (*interactive teaching*), Pengajaran berpangkalan/berpos (*station teaching*), Pengajaran sesama teman (*peer teaching*), Pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*), Strategi pengajaran diri (*Self-instructional strategies*), Strategi kognitif (*Cognitive strategies*), dan Pengajaran beregu (*Team teaching*).

B. Perumusan Masalah

Untuk selama bertahun-tahun telah menjadi fenomena umum bahwa tidak ada kontribusi penting dari pendidikan jasmani baik pada pendidikan maupun pada perkembangan dan pertumbuhan individu siswa. Hal ini terjadi seiring dengan berkurangnya dukungan ekonomi pendidikan, lemahnya dukungan sarana dan prasarana pembelajaran, dan lemahnya profesionalisme guru pendidikan jasmani. Akibatnya, peran dan fungsi pendidikan jasmani semakin berada pada kualitas terendah.

Hal lain yang menjadi penyebab kelemahan kontribusi pendidikan jasmani baik terhadap dunia pendidikan maupun pada perkembangan dan pertumbuhan individu siswa adalah lemahnya penguasaan prinsip-prinsip didaktik pendidikan jasmani dan olahraga oleh penyandang profesi guru pendidikan jasmani. Indikasi seperti ini dapat dicirikan oleh lemahnya indikasi “proses ajar” pada saat proses belajar mengajar dilakukan di sekolah. Masih ditemukan guru memberikan pengajaran sekedarnya, cukup siswa bergerak dan berkeringat sementara nilai-nilai pendidikan tidak ditanamkan, guru mengajar melalui sistem “remote kontrol” murid belajar sementara guru mengawasi dari kejauhan.

Kesemua itu, menyebabkan pendidikan jasmani kehilangan makna kontekstual dengan kenyataan hidup siswa sehari-hari (*real life system*). Dari sudut pandang ini, peran, fungsi, dan posisi pendidikan jasmani semakin disudutkan, terlebih lagi secara politis, banyak kebijakan di bidang pendidikan tidak menguntungkan implementasi pendidikan jasmani. Lemahnya pengetahuan tentang peran penting aktivitas jasmani atau gerak (termasuk olahraga) pada para penentu kebijakan dan juga kurang gigihnya perjuangan penyandang profesi pendidikan jasmani dan olahraga

menyebabkan lemahnya peran dan kontribusi pendidikan jasmani dan olahraga pada semua aspek kehidupan manusia.

Adakalanya yang menyebabkan lemahnya pendidikan jasmani adalah pendekatan guru dalam proses belajar mengajar. Masih banyak para guru pendidikan jasmani dalam menyampaikan materi pembelajaran hanya dengan metode *drill* saja, sehingga dirasakan oleh siswa sangat membosankan. Siswa terlalu lama menunggu giliran untuk mendapatkan/mencoba materi yang diajarkan, akibatnya motivasi siswa untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani menurun, malas, dan tidak tertarik lagi terhadap pembelajaran pendidikan jasmani. Jika hal ini dibiarkan, maka pendidikan jasmani di persekolahan tidak lagi dipandang sebagai materi pelajaran yang penting dan sulit untuk sejajar kedudukannya dengan mata pelajaran lainnya.

Upaya untuk mengangkat citra pelajaran pendidikan jasmani di persekolahan salah satunya menuntut kreativitas guru untuk mempelajari berbagai pendekatan dan menerapkannya dalam pembelajaran. Dong Ja Yang (2005), mengajukan ada tiga strategi peningkatan kualitas pendidikan jasmani, yaitu:

1. Libatkan dukungan profesional dari berbagai instansi terkait pendidikan jasmani dan olahraga.
2. Meningkatkan waktu aktif belajar pendidikan jasmani.
3. Mengembangkan metode pengajaran.

Banyak pendekatan yang dikenal dalam pembelajaran pendidikan jasmani, seperti pendekatan langsung dan tak-langsung, *exploratif-discovery-inquiry*, dan pendekatan menurut kecabangan yang menyangkut; pendekatan taktis dan Pendekatan teknis, pendekatan keterampilan inti dan pola gerak dominan dan pendekatan kompetitif. Di samping itu ada juga pendekatan bermain dan pendekatan konsep. Pendekatan yang sering digunakan guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu pendekatan teknik, taktik, dan kompetitif. Ketiga macam pendekatan tersebut masing-masing memiliki kelebihan dan kekurangan. Untuk pendekatan teknik, cenderung lebih dominan untuk meningkatkan yang berkaitan dengan keterampilan siswa. Pendekatan teknis, cenderung lebih dominan dalam meningkatkan pemahaman atau kognitif. Sedangkan pendekatan kompetitif

cenderung lebih dominan dalam meningkatkan sikap. Sejauh ini belum ada studi tentang perbedaan ketiga model pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Jasmani di sekolah-sekolah, berorientasi pada kecabangan olahraga dan siswa diharapkan dapat menguasai macam-macam cabang olahraga tersebut. Pendekatan taktis merupakan salah satu alternatif yang jitu dalam mencari solusinya. Hal ini mengingat, dengan menggunakan pendekatan taktis siswa selain memahami konsep bermain atau bertanding dalam cabang olahraga, ia juga dapat menerapkan keterampilan teknik dalam permainan atau pertandingan yang sebenarnya. Dengan dapat diterapkannya keterampilan taktik dalam permainan atau pertandingan, maka keterampilan teknik akan turut berkembang.

Sejalan dengan uraian tersebut diatas, maka dapat dirumuskan permasalahannya adalah *bagaimana model pendekatan taktis dalam pengajaran pendidikan jasmani di lingkungan sekolah.*

C. Tujuan Pembahasan

Atas dasar model pendekatan pengajaran pendidikan jasmani dapat memberikan kontribusi yang jelas terhadap capaian tujuan pendidikan dan perkembangan serta pertumbuhan para siswa. Hasil lebih lanjut diharapkan siswa akan meningkat kualitas hidupnya. Beberapa butir pokok yang dicapai adalah:

1. Kelas pendidikan jasmani mampu mensyaratkan para siswanya aman, lingkungan belajar mendukung untuk belajar keterampilan, strategi, apresiasi, pemahaman, pengetahuan, aturan, peraturan, dan materi informasi lainnya yang ada dalam program. Para siswa bukanlah untuk dibiarkan belajar sendiri secara bebas, tetapi perlu diarahkan dan dibimbing melalui pengajaran pro-aktif. Setiap menit waktu pengajaran harus menjadikan para siswa belajar keterampilan dan materi pengajaran pendidikan jasmani lainnya.
2. Pengajaran menjadi semakin menarik dan mendasar. Suatu keterampilan harus dipecah dan dipilah kedalam komponen-komponen dasarnya sehingga para siswa dapat memahami dengan jelas apa yang harus dicapai, dan bagaimana cara melakukannya. Penggunaan demonstrasi, poster, simulasi komputer, video tapes,

compact discs, dan berbagai media lain dapat membantu pengajaran lebih menarik dan bermakna.

3. Pengajaran menjadi progresif. Pengajaran mencirikan progresivitas mulai dari keterampilan dasar sampai yang kompleks. Keterampilan atau teknik yang dipelajari dimulai dari yang sederhana sampai pada keterampilan gerak tingkat tinggi.
4. Pengajaran mengandung standar yang jelas. Para siswa diarahkan untuk mencapai standar prestasi yang diinginkan (penguasaan materi). Berbagai keterampilan dalam olahraga renang, tenis, sepakbola, atau cabang olahraga lainnya harus bisa dicapai siswa dengan memperhatikan perbedaan karakteristik kemampuan individu siswa. Pada siswa sekolah menengah atas harus bisa mencapai tingkat penguasaan kecabangan olahraga dan jasmani mereka mencapai tingkat kebugaran jasmani menengah.
5. Pengajaran melibatkan lebih dari sekedar aktivitas jasmani. Pengajaran pendidikan jasmani tidak harus penuh pelajaran praktek di lapangan, tetapi dapat diselingi dengan kegiatan diskusi atau interaksi pengajaran pengetahuan, guru tamu, atau kunjungan wisata olahraga. pengajaran harus bermakna bagi siswa, karena itu segi konsep yang dipelajari sesuai dengan kenyataan yang dihadapi siswa. Sebagai contoh, seketika siswa memahami pentingnya aktivitas jasmani dan olahraga, siswa memahami bagaimana hubungan tubuh dengan aktivitas jasmani, aktivitas jasmani dengan pola makan, dan peran aktivitas jasmani terhadap budaya (seperti ras dan jenis kelamin), pendidikan jasmani dalam kontribusinya terhadap kehidupan sepanjang hayat siswa.
6. Ada catatan perkembangan siswa. Guru pendidikan jasmani perlu memiliki catatan perkembangan kemajuan baik itu kebugaran jasmaninya atau tingkat keterampilan siswa sampai bahkan mengenai sikap dan perilaku siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani (seperti: kejujuran, kerjasama, tingkat partisipasi, tanggungjawab, kemandirian, keberanian, dan sikap rendah hati) yang terekam dalam suatu data base pendidikan jasmani.
7. Ada pekerjaan rumah. Sangatlah beralasan pendidikan jasmani menugaskan siswa untuk belajar di rumah. Banyak materi pelajaran perlu dipelajari di luar jam

pelajaran baik itu teknik keterampilan, kebugaran jasmani, atau pengetahuan tentang jasmani dalam hubungan dengan gizi makanan, lingkungan, dan pranata sosial lainnya. Jika guru pendidikan jasmani senantiasa memberikan tugas pembelajaran di lain waktu, maka peningkatan penguasaan keterampilan, kebugaran jasmani, dan penguasaan pengetahuan dapat dicapai dan bermakna.

8. Setiap siswa diketahui catatan kesehatannya sebelum terlibat berpartisipasi dalam pendidikan jasmani. Catatan kesehatan ini dapat bermanfaat sebagai jaminan keamanan dan kesehatan diri siswa, serta efektivitas dan intensitas pengajaran pendidikan jasmani yang dilakukan.
9. Beban pengajaran disesuaikan dengan jumlah kelas yang bisa ditangani. Jumlah guru pendidikan jasmani pada suatu sekolah menengah umumnya ada tiga orang, dengan beban pengajaran setiap guru 5 sampai 6 kali mengajar per minggu. Beban seperti ini dapat saja berubah disesuaikan dengan keadaan sekolah dan jumlah siswa.

D. Manfaat

Berdasarkan tujuan pembahasan, manfaat yang diharapkan adalah didapatkan satu bentuk model pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani yang proporsional diterapkan di lingkungan persekolahan dan mampu mengembangkan empat aspek pengembangan dalam pendidikan jasmani. Selanjutnya, model pendekatan pembelajaran ini diharapkan dapat menjadi landasan kebijakan dalam upaya mengembangkan sumber daya manusia di lingkungan persekolahan..

E. Pembahasan

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

Penelaahannya menekankan pada pemaknaan aktivitas jasmani dalam berbagai dimensi yang ilmiah, termasuk: 1) aktivitas jasmani sebagai suatu perubahan posisi, status, atau postur; 2) aktivitas jasmani sebagai pengalaman internal; 3) aktivitas jasmani dalam suatu kelompok besar secara politis dan atau historis adalah penting sebagai tujuan umum (Haag, 1994).

American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (dalam Rusli Lutan, 2004) menyebutkan unsur yang berkaitan dengan kualitas pendidikan jasmani adalah:

1. Seseorang yang terdidik pendidikan jasmaninya adalah seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan sehubungan dengan jasmaninya, dan bagaimana jasmani itu berfungsi.
2. Pendidikan jasmani merupakan jaminan bagi kesehatan.
3. Pendidikan jasmani dapat menyumbang kepada prestasi akademik.
4. Sebuah program pendidikan jasmani yang baik menyumbang kepada perkembangan konsep diri (*self-concept*)
5. Sebuah program pendidikan jasmani yang baik membantu seseorang untuk memperoleh keterampilan sosial (*social skill*).

Rusli Lutan dalam rumusannya mengenai kebijakan nasional dalam pengembangan pendidikan jasmani menyebutkan tujuh faktor penting yaitu:

1. Peningkatan alokasi waktu aktif berolahraga
2. Penetapan standar minimal isi dan model kurikulum.
3. Peningkatan mutu PBM
4. Penetapan standar minimal infrastruktur Olahraga dan perlengkapannya
5. Peningkatan standar kompetensi guru pendidikan jasmani.
6. Peningkatan sumber-sumber belajar
7. Pelaksanaan sistem evaluasi dan monitoring.

Lebih lanjut, secara sosiologis-teori, aktivitas jasmani dipandang sebagai fenomena sosial yang mempengaruhi keadaan budaya masyarakat setempat. Teori fungsional-sosiologis, misalnya, menekankan bagaimana aktivitas jasmani (termasuk gerak dan olahraga) berinterrelasi dengan pranata sosial lainnya, terutama dilihat dari kajian nilai, norma, status, dan peran fenomena aktivitas jasmani dalam fungsinya mempengaruhi keadaan masyarakat (Snyder & Spreitzer, 1989).

Menurut (Siedentop, 1991) pengajaran pendidikan jasmani dicirikan oleh:

1. *Waktu, kesempatan, dan isi pembelajaran.* Siswa pada kelas pendidikan jasmani kurang mendapatkan kesempatan latihan, terutama latihan jasmani yang berhasil dilakukan siswa.

2. *Peran dan pengharapan.* Peran, keterlibatan, dan pengharapan guru tidak mencirikan suatu nilai yang tinggi (misal: menjadi peneliti yang ingin mengembangkan potensi siswa).
3. *Manajemen kelas dan keterlibatan siswa.* Guru pendidikan jasmani terlalu dominan mengatur kelas, dan para siswa banyak menunggu waktu giliran melakukan latihan, sehingga akhirnya rata-rata partisipasi keterlibatan siswa rendah.
4. *Kebermaknaan dan keberhasilan melaksanakan tugas-gerak.* Tugas-tugas latihan gerak terlampau sukar bagi siswa, atau sebaliknya terlampau mudah.
5. *Jeda dan kesempatan.* Konsistensi dalam keberhasilan siswa melakukan suatu latihan berkesinambungan dan konsisten.
6. *Pengajaran aktif.* Guru pendidikan jasmani cenderung terlalu ketat dalam mengimplikasikan isi kurikulum, tapi kurang membantu ketika siswa berlatih, dan sajian penjelasan tugas gerak terlalu memakan waktu.
7. *Pengawasan aktif.* Siswa berlatih kurang diawasi dan dibimbing guru dan siswa berganti latihan tugas gerak terlalu cepat sehingga para siswa kurang mendapatkan dampak nilai dari latihan yang dilakukan.
8. *Akuntabilitas.* Relevansi makna hasil dari suatu latihan kurang (belajar keterampilan, kebugaran, dan sebagainya kurang bermakna), tetapi sangat ketat pada kehadiran, cara berpakaian, dan perilaku menyimpang lainnya.
9. *Tegas, antusias, dan hangat.* Sangat sedikit guru yang peduli pada potensi para siswanya, dan berusaha mengembangkannya demi masa depan siswanya, antusiasme guru mendidik terbatas pada waktu dan pengabdian mereka.

Proses belajar-mengajar pendidikan jasmani dapat dipandang sebagai sistem ekologi yang terbentuk atas tiga tugas yang harus diciptakan guru. Menurut Siedentop (1991), ketiga tugas yang membentuk sistem ekologi pengajaran adalah: *sistem tugas terkait manajerial*, *sistem tugas terkait instruksional*, dan *sistem interaksi sosial-siswa*. Interaksi dari ketiga sistem ini juga menentukan tingkat keberhasilan guru dalam mengantarkan para siswanya mencapai tujuan yang telah digariskan.

Tugas dapat diartikan sebagai seperangkat kerja untuk mencapai tujuan. Tugas dapat juga diartikan sebagai seperangkat pengajaran baik implisit maupun eksplisit

terhadap satu situasi pengajaran yang diharapkan berhasil dilakukan. *Tugas yang terkait manajerial* berhubungan dengan pengorganisasian dan aspek perilaku dalam pendidikan jasmani, yaitu semua fungsi siswa dan guru yang perlu ditampilkan dalam satu periode waktu pengajaran. Sebagai contoh: perintah, bentuk empat kelompok tim bola voli dalam empat hitungan. *Tugas terkait pengajaran* berhubungan dengan aktivitas pokok bahasan atau materi pendidikan jasmani, atau perilaku belajar siswa yang diinginkan terjadi sebagai wujud partisipasi dalam aktivitas pengajaran. Sebagai contoh: bentuk pola berpasangan, kemudian lakukan pass-bawah selama mungkin. Dapatkan partisipasi penuh dari siswa, dan jika perlu agenda kegiatan belajar lebih dominan diputuskan oleh siswa. *Tugas terkait sistem interaksi sosial-siswa* berhubungan dengan interaksi diantara para siswa dalam situasi pengajaran pendidikan jasmani. Guru tidak memperdulikan pengorganisasian siswa dan pokok bahasan, tetapi lebih cenderung memperhatikan pada pola interaksi yang terjalin diantara para siswa.

Pendidikan jasmani yang menuansakan tidak hanya belajar keterampilan ini untuk menunjang pencapaian tujuan pendidikan, tujuan khusus satuan pengajaran, dan tujuan pendidikan secara umum. Pengembangan pembelajaran dalam pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan menempuh cara pembelajaran yang lebih menuansakan proses pedagogis. Beberapa faktor yang mempengaruhi pada pencapaian empat pilar pendidikan adalah: waktu aktif belajar, *learning by doing*, teaching aktif, fasilitas belajar, dan metode pengajaran.

Pengembangan pendidikan jasmani dan olahraga harus dimaknai sebagai upaya peningkatan kualitas jasmani dan wujud pendidikan nilai kepada para peserta didiknya, sehingga manusia mampu menjalani kehidupannya penuh dengan makna baik dalam hubungan dengan pengabdian kepada yang maha kuasa atau memberikan banyak manfaat bagi kehidupan orang lain. Oleh karena itu, kualitas jasmani dan nilai-nilai yang diyakini kebenarannya menjadi dampak pelengkap dari ketatalaksanaan pendidikan jasmani di sekolah. Kualitas jasmani yang memadai akan dapat mengantarkan manusia yang bersangkutan pada kualitas hidup yang diinginkannya. Jasmani adalah potensi fitrah manusia yang perlu senantiasa dipelihara dan dikembangkan kemampuannya. Aktivitas jasmani dapat bermakna

“ciri hidup” yang dapat menyebabkan manusia memiliki “gaya hidup aktif”, sehingga pada gilirannya akan mengantarkan manusia itu sampai pada tingkat “produktivitas kerja” yang efektif.

Pandangan teori pendidikan, ternyata pendidikan jasmani dapat diarahkan untuk “mendidik” manusia, yang tidak hanya untuk pengembangan psikomotor, tetapi juga dapat diarahkan untuk mengembangkan kemampuan kognitif, sosial-emosional dan afektif para siswa. Siswa dapat terbina kemampuan pengetahuan dan interpretasi nalarnya melalui pengajaran aktivitas jasmani yang dilakukan. Siswa memiliki pengetahuan tentang kesehatan, peraturan permainan, keuntungan hidup aktif, interpretasi situasi permainan, identifikasi kekuatan lawan, pemahaman hakekat aktivitas jasmani dan olahraga, sampai pada kemampuan evaluasi hasil dari suatu aktivitas jasmani yang ditampilkannya. Hal lain yang terkait pendidikan juga bahwa siswa akan lebih baik dalam kemampuan sosial-emosional sebagai akibat adanya interaksi dengan teman sejawatnya. Interaksi sosial yang terbentuk melalui kemampuan berafiliasi dengan kelompok, identifikasi kelompok, terbentuknya sikap dan perilaku kerjasama melalui gerak yang membutuhkan sinergistik kelompok, dan toleran terhadap perbedaan kemampuan setiap anggota dalam kelompok, diasumsikan dapat menyebabkan terbentuknya pengembangan domain nilai sosial-emosional dan afektif para siswa.

2. Pengertian Pendidikan Jasmani

Sebelum beranjak lebih jauh, terlebihdahulu membahas pengertian pendidikan jasmani secara jelas. Banyak para ahli yang mendefinisikan pendidikan jasmani, seperti; Rusli Lutan, dkk., (2004) juga mendefinisikan bahwa, “Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani. Annarino, Cowel, dan Hazelton (1980) adalah “Pendidikan jasmani merupakan pendidikan lewat aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.” Lebih luas Gabbard, LeBalnc, dan Lowy (1987) mendefinisikan bahwa Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang berguna untuk pengembangan psikomotor, kognitif, dan afektif anak. Dari pendapat para ahli tentang definisi pendidikan jasmani , maka dapat diambil kesimpulan bahwa pendidikan jasmani bukan sekedar

pendidikan tentang fisik semata, akan tetapi dapat mengembangkan tiga aspek penting, yaitu kognitik, afektif, dan psikomotor, melalui aktivitas fisik..

3. Manfaat Pendidikan Jasmani

Banyak manfaat yang dapat diraih melalui pendidikan jasmani, seperti dijelaskan oleh para ahli sebagai berikut; Adams (1991) menjelaskan manfaat pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan kemampuan berpikir, kepekaan rasa, keterampilan sosial, dan kepercayaan diri dan citra diri. Lebih rinci lagi manfaat pendidikan jasmani Wall dan Murray (1994) menjelaskan;

- a. memperoleh manfaat dari keterampilan fisik,
- b. meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan fisik,
- c. memelihara atau meningkatkan kebugaran jasmani,
- d. memperoleh pengetahuan dan pemahaman gerak,
- e. pengetahuan penerapan gerak dalam situasi yang bervariasi, berkembangnya perilaku hidup panjang yang positif terhadap aktivitas fisik,
- f. peningkatan kepercayaan diri dan harga diri,
- g. memperoleh keterampilan sosial yang diinginkan,
- h. meningkatkan kemampuan kreativitasnya, dan
- i. berkembangnya apresiasi estetika untuk gerak.

Hal serupa, Rusli Lutan, dkk.(2004) merinci kandungan dari pendidikan jasmani adalah sebagai berikut;

- a. Seseorang yang terdidik pendidikan jasmaninya adalah seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan sehubungan dengan jasmaninya, dan bagaimana jasmani itu berfungsi,
- b. Pendidikan jasmani merupakan jaminan bagi kesehatan,
- c. Pendidikan jasmani dapat menyumbangkan kepada prestasi akademik,
- d. Sebuah program pendidikan jasmani yang baik menyumbang kepada perkembangan konsep diri, dan
- e. Sebuah program pendidikan jasmani yang baik membantu seseorang memperoleh keterampilan social.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut di atas, maka secara umum dapat digambarkan bahwa pendidikan jasmani bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan siswa dalam pengembangan pemahaman, sikap, keterampilan, dan sosial.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, masih banyak guru penjas kurang memperhatikan penekanan tujuan pengajaran permainan dan *skill*. Ada kalanya guru

dalam mengajarkan bentuk-bentuk permainan, malah penekanannya difokuskan pada pembelajaran bagaimana siswa menampilkan *skill* dalam permainan. Sebaliknya, dalam mengajarkan *skill* guru memfokuskan pembelajaran pada bentuk-bentuk permainan. Memang pada kenyataannya, kita sadari bahwa rendahnya kualitas permainan disebabkan oleh rendahnya kemampuan *skill*, sehingga ada beberapa alternatif pada guru sebagai berikut:

1. Meneruskan permainan untuk beberapa lama, sehingga siswa dapat memahami gagasan/makna dari permainan yang dilakukannya.
2. Guru kembali pada tahapan belajar yang lebih rendah dan memberikan kebebasan kepada siswa untuk memadukan keterampilan tanpa adanya tekanan untuk menguasai strategi.
3. Guru merubah jenis keterampilan pada level yang lebih simpel, lebih dikuasai siswa, sehingga dapat berkonsentrasi terhadap strategi bermain.

Keterampilan bermain lebih kompleks dari pada keterampilan tertutup atau keterampilan terbuka. Pada keterampilan bermain, kita dituntut mampu menggunakan keterampilan, mengkombinasikan *skill* dengan orang lain dalam menerapkan strategi permainan pada kondisi yang berbeda-beda. Untuk memodifikasi pembelajaran permainan dan olahraga, maka guru harus paham terhadap tahapan belajar permainan. Pada awalnya tahapan belajar permainan melibatkan pembelajaran yang penekanannya pada penguasaan *skill*. Selanjutnya aktivitas pembelajaran diarahkan pada kompleksitas dan tingkat kesulitan permainan.

Beberapa pertimbangan dalam penggunaan tahapan bermain, antara lain:

1. Tidak melompati tahapan. Walaupun secara fisik dan kemampuan siswa mampu melakukan pada tahap berikutnya, namun hendaknya siswa memulai tahapan demi tahapan. Hal ini dimaksudkan supaya siswa memahami konsep bermain diriap tahapan.
2. Tahapan yang terlupakan. Tahapan yang sering terlupakan adalah tahap dua dan tiga. Indikasinya permainan tidak berjalan lancar dan skill nampak terkotak-kotak tidak saling berhubungan. Hal tersebut tidak akan terjadi jika guru memahami kebutuhan permainan secara bertahap sesuai dengan kemampuan siswa.

3. Menentukan skill dalam permainan. Guru menetapkan bagaimana *skill* digunakan dan strategi apa yang diterapkan dalam permainan itu. Guru memberikan tahapan aktivitas belajar untuk meningkatkan skill dan strategi bermain melalui manipulasi kompleksitas permainan dari kondisi sederhana sampai pada kondisi permainan yang sebenarnya.

Lebih rinci, Rink (1999) menjelaskan tentang pendekatan teknis adalah sebagai berikut;

1. Penguasaan satu teknik dasar
2. Menggabungkan dua atau teknik dasar
3. Anak dilibatkan dlm permainan sederhana
4. Permainan sebenarnya

4. Pendekatan Taktis

a. Pengertian

Ada dua pendekatan yang umumnya diterapkan dalam pendidikan jasmani, yaitu pendekatan teknis dan pendekatan taktis. Pendekatan teknis menekankan pembelajaran teknik dari suatu permainan, sedangkan pendekatan taktis menekankan pada taktik dari suatu permainan dalam cabang olahraga. Pendekatan taktis pada hakekatnya adalah suatu pendekatan pembelajaran keterampilan teknik dan sekaligus diterapkan dalam situasi permainan. Tujuan utama dari pendekatan taktis dalam pembelajaran adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep bermain yang sesungguhnya. Mengenai tahapan pendekatan taktis, Griffin, Linda, L. (1987) menjelaskan sebagai berikut;

1. Anak dilibatkan dalam permainan sederhana
2. Penguasaan teknik dasar didasarkan kebutuhan
3. Permainan sebenarnya
4. Pendekatan taktis mendorong siswa untuk memecahkan masalah taktik dalam permainan.

Pada pelaksanaannya pendekatan taktis mendorong siswa dalam memecahkan segala persoalan yang ada didalam permainan atau pertandingan dalam suatu cabang olahraga. Permasalahan tersebut pada dasarnya adalah bagaimana menerapkan

keterampilan teknik dalam suatu permainan atau pertandingan yang sesungguhnya. Dengan demikian siswa dapat memahami keterkaitan antara keterampilan teknik dengan taktik permainan atau pertandingan yang sebenarnya.

b. Tinjauan Pendekatan Taktis

1) Tinjauan Psikologis

Pada pendekatan taktis siswa secara langsung dapat memahami keterkaitan keterampilan teknik dalam suatu permainan atau pertandingan. Dengan bentuk pengajaran bermain atau bertanding, maka siswa dapat mengikuti pengajaran pendidikan jasmani akan lebih senang, semangat, termotivasi, menantang untuk bersaing bersama lawan mainnya atau tandingnya. Sebagai contoh dalam pengajaran sepak bola, siswa dapat memahami baik dalam konsep, maupun penerapan keterampilan teknik dalam situasi pertandingan yang sesungguhnya. Siswa secara langsung dapat memetik manfaat penggunaan teknik-teknik sepak bola dari menendang, menggiring, mengontrol, menyundul, menangkap, menembak bola, sampai lemparan ke dalam.

Lain halnya dengan menggunakan pendekatan tradisional, yaitu pendekatan teknis. Dengan menggunakan pendekatan teknis, siswa merasa jenuh/bosan, karena hampir seluruh waktu kegiatan belajar di sekolah dihabiskan hanya untuk mempelajari keterampilan teknik saja. Sedangkan penggunaan keterampilan dalam pertandingan yang sesungguhnya mereka belum pahami. Sebagai contoh dalam suatu pertemuan pengajaran sepak bola, siswa hanya mempelajari menendang shooting saja, sedangkan teknik yang mana yang sering dijumpai atau taktis digunakan dalam pertandingan, mereka belum mengetahuinya. Pemberian materi dalam bentuk drill (pengulangan) akan membosankan siswa, apalagi yang dihadapi siswa TK, SD, dan SLTP yang memiliki karakteristik masih senang bermain.

Dengan adanya rasa bosan atau jenuh akan memberikan imbasnya pada siswa tidak bersemangat bahkan frustrasi dalam mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Dengan tidak tertariknya siswa dalam mengikuti kegiatan belajar pendidikan jasmani di sekolah, maka tujuan pendidikan jasmani yang telah ditungkan dalam Kurikulum Pengajaran tidak dapat dicapai secara optimal.

2) Tinjauan Fisiologis

Pendekatan taktis akan memberikan mobilitas yang tinggi pada siswa dalam mengikuti kegiatan belajar pendidikan jasmani. Pendekatan taktis sangat cocok untuk diterapkan pada siswa SD dan SLTP yang memiliki karakteristik senang bermain dan berani berpetualang untuk menghadapi tantangan sesuai dengan hati nuraninya. Jika siswa dalam mengikuti suatu kegiatan yang sesuai dengan hati nuraninya, maka siswa akan melakukan kegiatan tersebut dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat.

Sepak bola termasuk salah satu permainan invasion (penyerangan), dimana dalam bertanding sepak bola, masing-masing pemain mencari peluang untuk memperoleh goal atau point dari lawannya. Dalam upaya mencari goal, pemain mau tidak mau harus berusaha untuk bergerak mendekati gawang lawan dengan mobilitas yang tinggi. Begitu juga dalam mempertahankan diri agar tidak kemasukkan, pemain akan berusaha untuk mempertahankan gawangnya dari serangan lawan. Dalam upaya mempertahankan gawangnya dari serangan lawan, pemain akan selalu bergerak dinamis ke segala arah.

Tanpa disadari, pergerakan yang dinamis selama dalam melakukan menyerang dan bertahan dalam pembelajaran sepak bola, akan dapat mengembangkan kebugaran jasmaninya. Unsur-unsur kebugaran jasmani yang dapat dikembangkan dalam mengikuti pembelajaran sepak bola antara lain, kecepatan, kekuatan, kelincahan, daya tahan, stamina, dan lain-lainnya. Kebugaran jasmani dapat didefinisikan sebagai kesesuaian fungsi alat-alat tubuh dalam melakukan kegiatan fisik atau olahraga.

c. Tinjauan Motorik

Gerak merupakan perwujudan dari koordinasi neuromuscular. Gerak disebabkan adanya kontraksi otot. Kontraksi otot disebabkan adanya perintah dari otak yang mendapat stimulus baik dari dalam maupun dari luar. Gerak dibedakan 3 macam, yaitu lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor ditandai dengan perubahan dari suatu tempat ke tempat lain. Contoh gerakan lokomotor dalam sepak bola adalah lari, lompat dalam upaya melakukan serangan dan pertahanan. Gerak non lokomotor ditandai dengan tidak adanya perubahan dari suatu tempat ke

tempat lain. Contoh gerakan non okomotor dalam permainan sepakbola adalah mengantisipasi bola. Sedangkan gerak manipulatif ditandai adanya benda lain yang dimanipulatif sehingga benda tersebut bergerak dari suatu tempat ke tempat lain. Contoh gerak manipulatif dalam olahraga sepak bola adalah menendang, menggiring, mengontrol, menyundul bola dll.

Pengajaran sepak bola dengan menggunakan pendekatan taktis akan mengaktifkan sistem neuromuscular yang diwujudkan dalam bentuk gerakan. Upaya untuk melakukan penyerangan dan pertahanan dalam pertandingan sepakbola harus dilakukan dengan cepat. Gerakan yang serba cepat akan melatih atau membiasakan diri untuk cepat mengambil keputusan terhadap permasalahan yang dijumpai dalam pertandingan. Disamping akan meningkatkan sensitifitas proses berfikir, akan meningkatkan pula sensitifitas otot berkontraksi akibat dari cepatnya impuls yang menuju ke otak dan ke otot untuk bergerak. Hal ini mengingat jika sinap-sinap sering dilalui oleh impuls, maka akan lebih cepat perjalanan impuls tersebut, sehingga akan lebih cepat pula kontraksinya.

4. Tinjauan Pendidikan

Banyak manfaat yang diperoleh dalam pembelajaran sepak bola dengan menggunakan pendekatan taktis, seperti pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotor. Kemampuan kognitif berkembang sejalan dengan diberikan latihan-latihan konsep pemahaman dalam pendekatan taktis, proses berfikir cepat dalam menghadapi permasalahan yang segera dipecahkan, dan pengambilan keputusan secara tepat dan akurat.

Kemampuan afektif berkembang sejalan dengan diberikan latihan-latihan yang mengarah pada sikap sportifitas, saling menghargai/menghormati sesama teman latihan-tanding, disiplin, rendah hati sesuai dengan falsafah sepak bola, dan masih banyak lagi sikap yang lainnya.

Sedangkan kemampuan psikomotor berkembang sejalan dengan diberikannya latihan-latihan yang mengarah dengan aktivitas jasmani, seperti pembelajaran sepak bola yang dinamis, menantang, menyenangkan. Dengan diberikan materi pengajaran yang dinamis, menantang, menyenangkan sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan

perkembangan siswa, maka unsur-unsur kebugaran jasmani akan berkembang pula. Dengan berkembangnya unsur-unsur kebugaran jasmani, maka akan berkembang pula kebugaran jasmaninya.

c. Memahami Pendekatan Taktis

Bermain merupakan karakteristik dari anak-anak. Jika guru pendidikan jasmani dapat merancang kegiatan olahraga yang dihubungkan dengan bermain, maka proses pembelajaran berjalan secara kondusif, menarik, dan sekaligus dapat mengembangkan kebugaran jasmani anak. Oleh karena itu olahraga dan bermain merupakan bagian yang tak dapat terpisahkan dalam pendidikan jasmani bagi anak-anak.

Para Guru pendidikan jasmani pada umumnya mengajar kecabangan olahraga secara terpisah-pisah seperti dalam mengajarkan teknik dasar. Keterkaitan teknik dasar satu dengan lainnya tidak nampak hubungannya. Sebagai contoh dalam pembelajaran sepak bola, guru pendidikan jasmani menghabiskan waktunya dengan mengajarkan materi teknik dasar menendang saja. Setelah itu pindah ke pengajaran teknik dasar berikutnya. Dengan demikian ada kesan pada siswa bahwa pembelajaran sepak bola terkotak-kotak, dimana keterkaitan antara menendang dengan koordinasi teknik dasar yang lainnya, tidak nampak pada permainan atau pertandingan yang sebenarnya.

Pada makalah ini diterapkan pembelajaran sepak bola dengan menggunakan pendekatan taktis. Dimana dalam pendekatan taktis akan memberikan proses pembelajaran taktik dan teknik permainan atau pertandingan dalam waktu yang bersamaan, sehingga siswa dapat memahami hakekat dari pembelajaran sepak bola yang utuh dan sekaligus keterampilan teknik sepak bola akan turut berkembang.

d. Dasar-dasar Pendekatan Taktis

Sebagai dasar untuk menerapkan pendekatan taktis dalam makalah ini, diharapkan dapat meningkatkan minat, pemahaman, dan penghayatan serta kemampuan siswa dalam mengikuti pendidikan jasmani.

1) Minat dan Kegembiraan.

Pendekatan tradisional hanya menekankan pada pemahaman teknik secara terpisah-pisah, sedangkan pada pendekatan taktis penekannya pada pemahaman terhadap kemampuan taktik dan teknik permainan secara terpadu. Pendekatan tradisional yang menggunakan drill secara tertutup, biasanya akan membosankan siswa, tidak menarik, dan pada akhirnya siswa akan frustrasi. Hal ini akan mengakibatkan hasil pembelajaran tidak optimal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui pendekatan taktis, Guru dan siswa termotivasi untuk belajar keterampilan secara baik.

2) Pengetahuan sebagai Pemberdayaan

Yang paling penting dalam suatu permainan dan pertandingan adalah proses pengambil keputusan yang cepat dan tepat. Proses pengambilan keputusan dengan cepat dan tepat pada pertandingan sepak bola adalah penerapan teknik dan taktik yang sesuai pada saat bertanding. Untuk memperoleh pemahaman dalam bertanding hanya melalui kesadaran pembelajaran taktik pertandingan itu sendiri. Pada umumnya siswa yang memiliki kemampuan pemahaman bertanding yang tinggi dapat mengambil keputusan dalam menerapkan keterampilan yang tepat pada situasi yang spesifik.

3) Transfer Pemahaman dan Penampilan Bermain

Pengertian transfer dalam konteks ini adalah kemampuan seseorang untuk menerapkan kecakapan, keterampilan, pengetahuan dan lainnya yang diperoleh melalui pengalaman dan latihan ke dalam situasi yang baru. Sebagai contoh siswa yang cakap dalam cabang olahraga permainan akan cakap pula dalam proses pembelajaran sepak bola. Dalam hal ini salah satu tujuan dari pendekatan taktis adalah membantu siswa untuk mentransfer pemahaman suatu olahraga permainan yang baru.

Permasalahan-permasalahan taktis yang terdapat dalam pertandingan saling menyerang (invation) seperti sepak bola adalah hampir sama. Pengalaman menunjukkan bahwa pemain memiliki tingkat keterampilan yang tinggi dalam

permainan sepak bola, ia memiliki pengalaman belajar olahraga permainan lainnya, seperti olahraga takraw. Proses transfer tidak selamanya positif, adakalanya bersifat negatif. Sebagai contoh pada tendangan takraw biasanya untuk passing-passing jarak pendek, sedangkan dalam permainan sepakbola tidak selamanya menggunakan passing jarak pendek.

Sepakbola termasuk kedalam jenis olahraga “invasion games”, untuk mendapatkan poin dengan cara memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan. Kesamaan taktis serangan tersebut dimiliki olahraga lain, seperti olahraga bola basket. Dengan demikian guru pendidikan jasmani dapat mengelompokan siswa kedalam olahraga permainan yang memiliki kesamaan taktik pertandingan, hal ini akan membantu proses pembelajaran olahraga di sekolah lebih efektif dan efisien.

e. Kerangka Kerja

Untuk menerapkan pendekatan taktis dalam pembelajaran cabang olahraga adalah membuat kerangka kerja. Hal ini untuk mengidentifikasi permasalahan taktik yang relevan dengan permainan atau pertandingan yang sesungguhnya. Pada pertandingan sepakbola masalah taktik bagi pemain adalah membuat gol dan mencegah gol.. Dalam permasalahan tersebut, pemain dihadapkan pada permasalahan permulaan permainan, membuat dan mencegah gol. Teknik mana yang cocok untuk menyerang dan bertahan, strategi mana yang efisien untuk menuju posisi yang strategis, dan koordinasi serangan dan pertahanan mana yang efektif dan efisien dalam menghadapi situasi tertentu.

Sebagai contoh, pemain yang melakukan penyerangan, biasanya menggunakan taktik permainan yang dinamis dan dalam tempo yang tinggi untuk menuju pada daerah sasaran yang strategis, baik dari jarak maupun dari segi peluangnya untuk mencetak gol.

f. Tingkat Kompleksitas Taktik

Setelah mempelajari masalah-masalah taktik dan keterampilan penting dalam pertandingan sepak bola, selanjutnya meyakinkan bahwa kompleksitas taktik

pertandingan tersebut sesuai dengan tahap perkembangan siswa. Hal ini penting dalam pengembangan pembelajaran sepak bola yang akan diterapkan. Bagi para pemain pemula mungkin ada beberapa permasalahan taktik yang kompleks yang masih sulit untuk dipahami, hal ini wajar. Yang penting, guru pendidikan jasmani mengharapkan dari pemain pemula mampu memahami bagaimana cara menciptakan dan mencegah gol dengan menggunakan permasalahan taktik yang sederhana. Baru setelah permasalahan taktik yang sederhana dipahami, selanjutnya diberikan pemahaman permasalahan taktik yang lebih kompleks.

Guru jangan mengharapkan pada para pemain pemula dapat memahami konsep serangan sambut dalam pertandingan sepak bola, itu sungguh tidak realistis. Pemahaman konsep serangan yang rumit akan didapat manakala pemain sudah banyak pengalamannya didalam bertanding. Serangan dinamis dalam tempo tinggi termasuk kedalam kategori permasalahan taktik yang sangat kompleks. Yang paling penting dalam proses pembelajaran sepak bola, guru harus meyakinkan bahwa siswa tertarik dan menyadari tujuan aktivitas tersebut. Dan guru membantu mencari alternatif pemecahan dari permasalahan taktis yang ditemui siswa dalam pertandingan sepakbola.

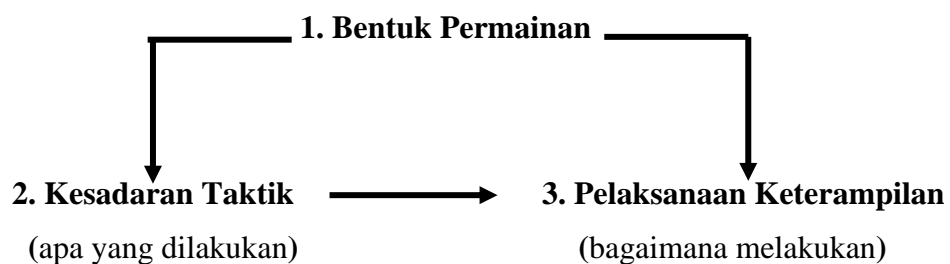
Bagi siswa yang memiliki pemahaman taktik yang tinggi dikelompokkan dengan siswa yang memiliki pemahaman taktik yang tinggi pula, dengan diberikan permasalahan taktik yang sedikit kompleks. Permasalahan taktik yang kompleks seperti penggunaan pola serangan dan pertahanan, kordinasi penyerangan dan pertahanan yang dinamis dan tempo tinggi. Untuk siswa yang pemahaman permasalahan taktiknya rendah dikelompokkan dengan siswa yang memiliki pemahaman permasalahan taktik yang rendah pula. Pemahaman permasalahan taktik yang sederhana, seperti. penggunaan pola serangan dan pertahanan, kordinasi penyerangan dan pertahanan yang sederhana pula.

TABEL I
MASALAH-MASALAH TAKTIK DALAM SEPAK BOLA

No.	Masalah Taktik	Level 1	Level 2	Level 3
1.	Membuat Goal			
	a. Mengatur posisi	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks
	b. Mencari peluang serang	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks
	c. Memilih bentuk serangan	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks
2.	Mencegah Goal			
	a. Mengatur posisi	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks
	b. Memperkecil peluang serang	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks
	c. Memilih bentuk pertahanan	Sederhana	Sedikit kompleks	Kompleks

g. Pengajaran Kesadaran Taktik dan Penguasaan Keterampilan

Untuk mengajarkan kesadaran taktik pada individu, seperti pada pemain, model yang diterapkan adalah pembelajaran permainan yang menitik-beratkan pada kesadaran taktik, bukan pada keterampilan teknik. Sebagai ilustrasi model pembelajaran ini dibagi kedalam tiga tahapan, seperti pada bagan di bawah ini.



Dari bagan tersebut, terlihat bahwa dalam mengajar kesadaran taktik, diawali dengan sebuah bentuk permainan atau modifikasi dari permainan yang menekankan pada masalah-masalah taktik. Sebagai contoh permainan dalam sepak bola, membuat gol dan mempertahankan gol hanya dengan menggunakan passing saja. Permainan tersebut mirip dengan pertandingan sebenarnya. Dengan dimodifikasinya bentuk permainan ini akan mengembangkan keterampilan taktik, sekaligus teknik pertandingan.

Agar supaya siswa lebih kritis dalam berfikir, guru harus lebih kreatif dalam memodifikasi bentuk-bentuk permainan lainnya dengan cara memodifikasi peraturan permainannya, bentuk lapangan, atau dapat juga kecepatan iramanya. Untuk meyakinkan bahwa siswa berfikir kritis, guru dapat memberikan pertanyaan-pertanyaan sebagai kunci untuk membantu siswa dalam memecahkan masalah-masalah taktis yang dihadapinya.

Pertanyaan pertama mengenai tujuan dari aktivitas, kemudian ke dua apa yang harus dilakukan oleh siswa, dan yang ke tiga mengapa keterampilan tersebut dilakukan dengan tepat. Dengan demikian siswa sadar akan pentingnya keterkaitan keterampilan teknik dan taktik permainan dan memahami mengapa keterampilan tersebut dilakukan. Contoh ilustrasi permainan dalam sepak bola sebagai berikut.

Membuat permainan “Tik-Tak 1><1”. Tujuan permainan ini untuk melancarkan tendangan dan menahan bola. Dalam posisi yang berhadapan memungkinkan untuk mengetahui apa yang harus dilakukan untuk tetap waspada baik dalam menendang maupun menahan bola.

Urutan pertanyaan guru adalah sebagai berikut:

- Guru : Apa tujuan permainan ini
- Siswa : Membuat atau mempertahankan gol
- Guru : Apa yang harus dilakukan hal tersebut
- Siswa : Menendang dan menghentikan bola
- Guru : Apa ada yang lain
- Siswa : Sikap awal menendang dan menahan bola yang efektif dan efisien.
- Guru : Ya, ada sudah dapat melakukan latihan Tik-Tak 1><1, sekarang lakukan beberapa bentuk latihan lain yang tujuannya sama.

Melalui bentuk-bentuk permainan yang menyerupai pertandingan yang sebenarnya dan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa, keterampilan guru bertanya juga penting untuk membuat siswa sadar bahwa serangan dan pertahanannya yang akurat merupakan keterampilan yang penting dalam pertandingan. Dan guru juga selama proses pembelajaran harus dapat menggambarkan bagaimana menampilkan dan gerak tertentu dalam pertandingan sepakbola.

F. Daftar Pustaka

- Abdulkadir Ateng, (1992). *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas, Ditjen Dikdasmen, Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Adams, William C., (1991). *Foundations of Physical Education, Exercise, and Sport Science*. Philadelphia: Lea & Febiger.
- Alfermann, Dorothee, (1999), Teacher–Student Interaction and Interaction Pattern in Student Group dalam *Psychology for Physical Educator*, Fepsac Human Kinetic.
- AAHPERD, (1999). *Physical Education For Lifelong Fitness: The Physical Best Teacher’s Guide*. Amerika Serikat: Human Kinetics.
- Beverly Nichols. (1994). *Moving and Learning. The Elementary Physical Education Experience*. St. Louis Missouri. Mosby Year Book, Inc.
- Brownell, Clifford, L., and Hagman, E. P., (1951). *Physical Education-Foundations and Principles*. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Cholik M., Toho dan Lutan, Rusli ,(1996/1997), *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Jakarta : Depdiknas Dirjen Dikti Bagian Proyek Pengembangan Pendidikan Guru Sekolah Dasar.
- Dougherty, Neil J. & Bonanno, Diane (1979). *Contemporary Approaches to Teaching of Physical Education*. Minnesota : Burgess Publishing Company.
- Gabbard C., LeBlanc E., and Lowy S., (1987). *Physical Education For Children: Building The Foundation*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs.
- Griffin. Linda, L. dkk. (1997). *Teaching Sport Concepts and Skill, A. Tactical Games Approach*, Human Kinetics, USA.

- Mosston, M. dan Ashworth, S. (1994). *Teaching Physical Education*. Macmillan College Publishing Cimpany, Inc.
- Rink, Judith E. (1993). *Teaching Physical Education for Learning*. Mosby Year Book, Inc.
- Rusli Lutan, (1988). *Belajar Keterampilan Motorik: Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud, Ditjen Dikti, Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Rusli, Lutan, (2005). *Olahraga, Kebijakan dan Politik*. Bandung: Program Pasca Sarjana, Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).
- Rusli Lutan (1999). *Krisis Global Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI
- Rusli Lutan, (2001). *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Rusli Lutan, dkk., (2004). *Akar Sejarah dan Dimensi Keolahragaan Nasional*. Direktorat Jendral Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield Publishing Company.
- Sugiyanto dan Sudjarwo (1991). *Materi Pokok Perkembangan dan Belajar Gerak Buku I Modul 1-6*. Jakarta : Depdikbud Proyek Penataran Guru SD Setara D II Bagian Proyek Penataran Guru Penjas.
- Tinning, Richard (1987). *Improving Teaching in Physical Education*. Victoria : Deakin University.
- Wall, Jennifer, and Murray, Nancy, (1994). *Children & Movement: Physical Education in The Elementary School*. Second Edition. Iowa: Brown & Benchmark Publishers.
- Werner, Peter H. (1979), *A Movement Approach to Games for Children*, ST. Louis-Toronto-London : The C.V. Mosby Company.

