Kontribusi Pendidikan Jasmani terhadap Pengembangan Budaya Olahraga

Wawan S. Suherman

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

*wansuherman@uny.ac.id*

Pendahuluan

Suatu pagi di taman kota nan rindang, anak-anak dan remaja berlarian dengan riang gembira, orangtua bergerak dengan cekatan. Tubuh mereka tampak sehat dan kuat. Gerakannya ringan, cekatan dan tak tampak kelelahan. Wajah-wajah mereka tampak berseri-seri dan sumringah tak menampakkan kesedihan. Kondisi ini menunjukkan masyarakat yang memiliki kebugaran jasmani yang memadai, ceria, dan sehat. Dapatkah kondisi demikian kita saksikan di taman kota atau lapangan di sekitar rumah kita pada saat ini? Sebuah pertanyaan yang agak sulit untuk mendapatkan jawabannya.

Gambaran ideal suasana masyarakat yang ceria, bugar, dan sehat di atas diidamkan semua orang akan terwujud apabila masyarakat telah memiliki budaya olahraga. Ketika memperbincangkan Budaya Olahraga, kemudian yang terbayang dalam ingatan adalah masyarakat yang memiliki kebugaran jasmani yang lebih dari memadai, dan memiliki prestasi olahraga yang membanggakan dalam kancah dunia. Bayangan itu tidak sepenuhnya salah karena kebugaran jasmani dan prestasi olahraga merupakan buah dari Budaya olahraga. Dengan kata lain, prestasi olahraga merupakan bagian dari Budaya olahraga. Bangsa yang memiliki budaya olahraga akan memiliki prestasi olahraga yang tinggi.

Budaya olahraga merupakan kondisi masyarakat yang sudah memiliki kesadaran yang tinggi terhadap olahraga. Tidak hanya memiliki kesadaran yang tinggi, tetapi masyarakat telah mempraktikkan olahraga secara teratur dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga telah menjadi kebutuhan hidup dalam bermasyarakat. Karenanya, olahraga sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan keseharian bangsa tersebut.

Dengan kondisi demikian, masyarakat yang telah berolahraga secara teratur dan berkesinambungan akan memiliki kebugaran jasmani yang memadai. Setelah memiliki kebugaran jasmani yang memadai, atlit-atlit berprestasi akan lahir, dan prestasi olahraga merupakan sebuah keniscayaan yang ada pada masyarakat tersebut. Budaya olahraga merupakan kondisi yang dicapai oleh masyarakat yang berbudaya.

Di sisi lain, terdapat sistem pendidikan yang berkaitan dengan olahraga yaitu Pendidikan Jasmani. Lebih lanjut, Sukintaka (2004: 21) menyatakan bahwa Penjas merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional dalam kerangka menuju manusia Indonesia seutuhnya dengan wahana aktivitas jasmani.

Memperhatikan tujuan Penjas dan gambaran ideal masyarakat yang telah berbudaya olahraga di atas, ada pertanyaan besar untuk mengaitkan keduanya yaitu: Dapatkah Penjas membantu perkembangan budaya olahraga di Indonesia agar masyarakat Indonesia memiliki tingkat kebugaran jasmani yang tinggi dan prestasi olahraga yang membanggakan di tingak dunia? Jawaban atas pertanyaan tersebut memfokuskan diskusi pada apa yang dimaksud dengan budaya olahraga? apa yang dimaksud dengan pendidikan jasmani? dan bagaimana kontribusi pendidikan jasmani terhadap pengembangan budaya olahraga?

**Budaya Olahraga**

Raymond Williams, sejarawan Inggris, memperingatkan bahwa ketika memperbincangkan budaya akan rumit untuk mendefinisikan budaya menjadi satu rumusan karena budaya merupakan salah satu kata dalam bahasa Inggris yang memiliki banyak makna dan banyak unsur. Budaya akan memiliki makna baru seiring perjalanan waktu tanpa kehilangan makna lamanya. Namun demikian, Wikipedia memaknai budaya sebagai sesuatu yang sudah berkembang (beradab, maju); atau sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan yang sudah sukar diubah. Suatu cara hidup yang berkembang, dan dimiliki bersama oleh sebuah kelompok orang, dan diwariskan dari generasi ke generasi. Budaya terbentuk dari banyak unsur yang rumit, termasuk [sistem](https://id.wikipedia.org/wiki/Sistem" \o "Sistem) [agama](https://id.wikipedia.org/wiki/Agama) dan [politik](https://id.wikipedia.org/wiki/Politik), adat istiadat, [bahasa](https://id.wikipedia.org/wiki/Bahasa" \o "Bahasa), perkakas, [pakaian](https://id.wikipedia.org/wiki/Pakaian" \o "Pakaian), [bangunan](https://id.wikipedia.org/wiki/Bangunan), dan karya [seni](https://id.wikipedia.org/wiki/Seni" \o "Seni).

Sedangkan olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Undang-undang nomor 3/2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional). *The Council of Europe* (2001: 1) menyatakan bahwa olahraga adalah berbagai bentuk aktivitas jasmani yang melalui keikutsertaan secara informal atau terorganisasi bertujuan untuk mengekspresikan atau meningkatkan kebugaran jasmani dan kesejahteraan mental, membentuk hubungan sosial, dan mencapai prestasi pada semua tingkatan kompetisi.

Jika budaya dan olahraga dihubungkan maka olahraga merupakan salah satu wujud dari kebudayaan. Olahraga adalah aktivitas jasmani yang dilaksanakan oleh manusia. Aktivitas adalah wujud kebudayaan sebagai suatu tindakan berpola dari manusia dalam masyarakat itu. Wujud ini sering pula disebut dengan **sistem sosial**. Sistem sosial ini terdiri dari aktivitas-aktivitas manusia yang saling [berinteraksi](https://id.wikipedia.org/wiki/Interaksi" \o "Interaksi), mengadakan kontak, serta bergaul dengan [manusia](https://id.wikipedia.org/wiki/Manusia" \o "Manusia) lainnya menurut pola-pola tertentu yang berdasarkan adat tata kelakuan. Sifatnya [konkret](https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Konkret&action=edit&redlink=1" \o "Konkret (halaman belum tersedia)), terjadi dalam kehidupan sehari-hari, dan dapat diamati, dan didokumentasikan.

Di Soviet, budaya olahraga disebut dengan budaya jasmani (*physical culture*) yang dimaknai sebagai salah satu aspek budaya masyarakat berupa aktivitas jasmani untuk meningkatkan kesehatan pribadi, mengembangkan kapabilitas pribadi, dan menerapkan keterampilan jasmani untuk mengabdi dalam masyarakat. bentuk utama budaya jasmani adalah latihan jasmani, kompetisi, dan rekreasi (Kolesov dan Ponomarev, 2010). Dengan demikian budaya olahraga adalah segala kegiatan jasmani yang terpola dan sistematis atau cara hidup berolahraga hasil olahpikir manusia yang terus berkembang yang dimiliki bersama dan dilaksanakan oleh sekelompok masyarakat, dan diwariskan dari generasi ke generasi.

**Pendidikan Jasmani**

Dari sisi keilmuan, Penjas mengalami pergulatan yang cukup panjang. Penjas mulai berkembang sejak abad ke 19 dengan tiga tokoh terkenal, yaitu Gustsmuths (Jerman), Pestalozzi (Swedia), dan Per Henrik Ling (Swedia) (Lutan, 2004: 11). Sejak itu, Penjas menyebar ke Eropa, Amerika Utara, dan seluruh dunia. Penjas mengalami keemasan ketika ia menjadi salah satu kajian dalam pendidikan pascasarjana program doktor di universitas, walaupun status akademiknya saat itu masih mengalami perdebatan. Akhir-akhir dekade ini, terjadi diskursus mengenai perlunya penggantian nama Penjas, sehingga ada yang mengubahnya, terutama di kawasan Eropa, menjadi Ilmu Keolahragaan agar mencakup berbagai kajian tentang gerak manusia.

Dari sisi implementasi, Penjas mengalami pasang surut dalam perjalanannya. Tahun 1980-an, Penjas mengalami kemunduran secara global karena pengaruh ekonomi, politik, dan perubahan pada pendidikan itu sendiri. Krisis ini tidak hanya pada tingkat nasional suatu negara seperti di AS, Australia, Inggris, dan Jerman, namun hampir merata di seluruh dunia, dan menjadi akut di bekas Negara blok sosialis. (Lutan, 2004: 13). Berbagai upaya perbaikan terus dilakukan untuk menghentikan kemunduran tersebut, beberapa diantaranya adalah penyelenggaraan *World Summit of Physical Education* di Berlin, 3-5 November 1999, dan penetapan resolusi PBB nomor 58/5, 3 November 2003:  *proclaimed the year of 2005 as the International Year for Sport and Physical Education.* (GA of UN, 2005).

Di Indonesia, Penjas merupakan bidang studi di perguruan tinggi, dan salah satu mata ajar di sekolah dasar sampai sekolah menengah. Keberadaan tersebut merupakan indikator bahwa Penjas sebenarnya merupakan bagian penting dalam sisten pendidikan di Indoensia. Nama Penjas mengalami beberapa kali pergantian, terakhir sesuai Permen 22/2006 menjadi Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Walaupun telah mengalami beberapa pergantian nama, namun tujuan penjas tidak mengalami perubahan. Penjas bertujuan membentuk karakter peserta didik agar sehat jasmani dan rohani, dan menumbuhkan rasa sportivitas. (Permen 23/2006).

Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasman isebagai alat untuk membantu seseorang memperoleh keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap untuk memperoleh perkembangan dan kesejahteraan yang optimal ((Wuest dan Bucher, 2009: 9). untuk kepentingan diskusi ini, istilah pendidikan jasmani dipergunakan sebagai mata pelajaran yang ada di sekolah.

**Kontribusi Pendidikan Jasmani terhadap Pengembangan Budaya Olahraga**

Salah satu peran pendidikan adalah menyiapkan generasi muda untuk memasuki kehidupan baru yang ada di hadapannya. Pendidikan jasmani sebagai bagian dari proses pendidikan perlu mengemban peran tersebut. Salah satu bagian dari kehidupan manusia yang perlu diwariskan dan dikembangkan adalah budaya olahraga. Karenanya, budaya olahraga sebagai hasil olahpikir manusia memerlukan peran pendidikan untuk melestarikan dan mengembangkannya. Salah satu bagian yang berdekatan dengan budaya olahraga adalah pendidikan jasmani. Oleh karena itu, pendidikan jasmani harus turut serta dalam pengembangan budaya olahraga.

Sejalan dengan peran pendidikan, Pendidikan jasmani memiliki tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup manusia yang berpartisipasi di dalam programnya. Pendidikan jasmani memberikan bekal pengetahuan, keterampilan, dan sikap untuk berpartisipasi secara aktif dalam aktivitas jasmani sepangjang hidupnya.

Crum (dalam Håkan Larsson & Inger Karlefors, 2015) menyatakan bahwa pendidikan jasmani seharusnya bertujuan untuk mengenalkan secara terencana budaya gerak (*movement culture*) dan sekolah mendukungnya dengan mengembangkan kompetensi siswa untuk berpartisipasi dalam budaya jasmani (olahraga) sepanjang hayat.

Selaras dengan anjuran Crum, pendidikan jasmani di sekolah dasar Swedia bertujuan untuk mengembangkan seluruh kapasitas gerak siswa dan menumbuhkembangkan minat untuk memiliki gaya hidup aktif serta menghabiskan waktu dalam aktivitas luar ruangan. Karenanya, para siswa harus memiliki perlu memiliki pengetahuan dalam perencanaan, penerapan, penilaian berbagai jenis aktivitas untuk budaya gerak (olahraga) (SNAE dalam Håkan Larsson & Inger Karlefors, 2015)

Sejalan dengan anjuran Crum, dan memperhatikan bahasan tentang tujuan pendidikan jasmani serta makna budaya olahraga atau budaya gerak atau budaya jasmani, maka Pendidikan jasmani dapat memberikan kontribusi yang cukup signifikan dalam pengembangan budaya olahraga. Kontribusi tersebut adalah sebagai berikut.

Pertama, pendidikan jasmani menyusun rencana pengembangan budaya olahraga melalui pendidikan jasmani. Rencana pengembangan ini dapat disusun melalui (1) rencana induk pengembangan untuk jangka waktu sepuluh tahun, (2) Renstra pengembangan untuk rencana pengembangan lima tahunan, dan rencana pengembangan tahunan atau Renop.

Kedua, pendidikan jasmani melaksanakan program pengembangan budaya olahraga melalui pendidikan jasmani dengan kegiatan:

1. pembekalan pemahaman, pengetahuan, keterampilan dan sikap guru mengenai makna, peran dan tujuan penjas untuk mengembangkan budaya olahraga. Dengan pembekalan ini guru Penjas memiliki kompetensi untuk mengembangkan budaya olahraga melalui pembelajaran pendidikan jasmani,
2. penyelenggaraan pembelajaran yang mengembangkan budaya olahraga dengan membekalkan pengetahuan, dan keterampilan aktivitas jasmani agar dapat membentuk sikap dan pola hidup aktif untuk berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan jasmani dalam kehidupan sehari-hari;
3. pelaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai wahana bagi siswa yang memiliki minat untuk berlatih menekuni cabang olahraga dalam rangka mengembangkan bakat untuk mencapai prestasi olahraga. Siswa bebas memilih cabang olahraga yang diminati sesuai bakatnya, juga difasilitasi oleh pelatih yang baik;
4. penyelenggaraan kompetisi antar sekolah (*scholastics competition*). Kompetisi ini dibutuhkan sebagai wahana bagi para siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler untuk menerapkan hasil latihan dan mengukur kemampuan yang telah diperoleh dari kegiatan ekstrakurikuler.

Ketiga, pendidikan jasmani mengadakan evaluasi terhadap program pengembangan budaya olahraga melalui pendidikan jasmani dan hasil program tersebut. hasil evaluasi diperlukan untuk mengetahui seberapa jauh program telah terlaksana dan seberapa besar program telah mencapai tujuan yang ditetapkan. dengan demikian, program yang tercantum dalam Renop dapat dinilai tingkat keberhasilannya untuk bahan perencanaan Renop tahun berikutnya, dan dibandingkan dengan tahapan pencapaian yang terdapat dalam Renstra.

Tentu saja, kontribusi penjas terhadap pengembangan budaya olahraga yang dipaparkan di atas masih perlu dielaborasi lebih lanjut, disesuaikan dengan kondisi lingkungan internal dan eksternal pendidikan jasmani yang ada.

**Penutup**

Paparan ini merupakan gagasan awal menanggapi isu tentang pengembangan budaya olahraga yang sering berhembus kencang saat peringatan hari olahraga nasional, dan mata pelajaran pendidikan jasmani, yang saat ini bernama pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Bila memperhatikan peran dan tujuan pendidikan jasmani, maka buday olahraga akan berkembang dengan baik dalam masyarakat Indonesia yang pada dasarnya sudah memiliki budaya jasmani, seperti terlihat dalam khasanah permainan tradisional yang banyak dimiliki oleh seluruh suku yang ada di Indonesia. Upaya perlu kita lakukan dengan mengembangkan orientasi dari permainan menjadi olahraga.

Tentu saja, gerakan ini harus didukung oleh semua komponen bangsa. Pendidikan jasmani berkedudukan sebagai leading sector yang menjadi penggerak dari gerakan ini. dengan bergeloranya gerakan ini, diharapkan prestasi olahraga Indonesia akan mendunia.

Daftar Pustaka

Håkan Larsson & Inger Karlefors (2015) Physical education cultures in Sweden: fitness, sports, dancing … learning?, Sport, Education and Society, 20:5, 573-587, DOI: 10.1080/13573322.2014.979143.

Lutan, Rusli, Prof. Dr. (2004). *Pembaruan Pendidikan Jasmani di Indonesia.* Jakarta: Ditjen Olahraga Depdiknas.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2006 Tentang Standar Kompetensi Lulusan untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah

Kolesov, A.I. and Ponomarev, N.I. (2010). *The great Soviet Encyclopedia*, 3rd Edition (1970-1979). The Gale Group, Inc.

Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan jasmani: Filosofi, pembelajaran, dan masa depan.* Bandung: Penerbit Nuansa.

Undang-undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

Wuest, D.A. and Bucher, C.A. (2009). *Foundations of physical education, exercise science, and sport. 16th ed.* Boston: Mc GrowHill.