

PEMBENTUKAN KARAKTER MELALUI PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Oleh :

Nur Azis Rohmansyah, S.Pd., M.Or.
Universitas PGRI Semarang
nurazisrohmansyah30@gmail.com

Abstrak:

Pendidikan adalah segenap upaya yang mempengaruhi pembinaan dan pembentukan karakter, termasuk perubahan perilaku, karena itu pendidikan jasmani dan olahraga selalu melibatkan dimensi sosial, disamping kriteria yang bersifat fisik yang menekankan keterampilan, ketangkasan dan unjuk "kebolehan". Dimensi sosial ini melibatkan hubungan antar orang, antar peserta didik sebagai fasilitator atau pengarah. Pendidikan jasmani dan olahraga sebagai salah satu sarana pendidikan karakter bagi anak. Mengajarkan pendidikan karakter sebaiknya lebih bersifat contoh. Pendidikan jasmani sebagai alat pendidikan mempercepat anak dalam mengembangkan karakter. Mengamati realitas karakter secara kritis, akan lebih dekat pada bentuk permainan, dimana mengamati realitas moral merupakan pendidikan karakter. Dukungan lingkungan sekolah dan masyarakat harus dijaga untuk menjaga iklim lingkungan sosial yang baik, agar mendukung pendidikan karakter. Sehingga diharapkan Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan laboratorium bagi pengalaman manusia, oleh sebab itu guru pendidikan jasmani harus mencoba mengajarkan pendidikan karakter dalam proses belajar mengajar, yang mengarah pada kesempatan untuk membentuk karakter anak.

Kata Kunci : Pendidikan, karakter, Pendidikan Jasmani dan Olahraga

1. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. (Sisdiknas; 2003). Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dan andil besar dalam mewujudkan tercapainya tujuan pendidikan nasional yang menunjang pendidikan karakter bangsa. Pendidikan jasmani disajikan di sekolah yang memiliki tujuan; kognitif, psikomotor, dan afektif.

Dalam pendidikan jasmani, aktivitas fisik merupakan salah satu ciri khusus yang harus ada sebagai penanda pendidikan jasmani. Dalam pendidikan jasmani, kalau anak tidak bergerak berarti belum melakukan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran yang disajikan di sekolah, menggunakan aktivitas fisik dengan persentase yang lebih banyak digunakan sebagai media pembelajaran, maka proporsi psikomotor lebih banyak proporsinya dalam pembelajaran pendidikan jasmani dibanding dengan kawasan kognitif dan afektif. Aktivitas fisik (jasmani) akan berhasil apabila dilakukan berdasarkan prinsip yang benar,

memiliki isi, strategi yang digunakan tepat, dan dilakukan evaluasi secara tepat. Pembentukan karakter berada pada tahap asosiasi; peserta didik diberi kesempatan untuk melakukan kegiatan fisik sebanyak mungkin melalui permainan dan olahraga, sehingga karakternya akan terbentuk.

Karakter tidak datang dengan sendirinya, tetapi diajarkan dalam program pendidikan jasmani dan olahraga. Pengajaran alasan-moral dan nilai-nilai olahraga itu melibatkan penggunaan strategi tertentu yang sistematis. Dalam aktivitas olahraga syarat dengan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kepemimpinan. Karakter merupakan sebuah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), integritas (*integrity*) (Weinberg & Gould, 2003:527). Semua nilai-nilai tersebut ditanamkan melalui ketaatan atau kepatuhan seseorang dalam berkompetisi sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku pada cabang olahraga yang digelutinya. Di dalam peraturan permainan melekat semangat keadilan dan tuntutan kejujuran para pelaku olahraga saat menjalankan pertandingan.

Bahkan ada ungkapan yang sudah menjadi keyakinan sejarah dari waktu ke waktu: *Sport build character* (Maksum, 2005; 2002). Kofi Anan, mantan Sekjen PBB pernah mengatakan: *Sport teaches life skill-sport remains the best school of life* (United Nation, 2003). *United Nations* melalui *Task force on Sport for Development and Peace* menyatakan bahwa olahraga merupakan instrumen yang efektif untuk mendidik kaum muda, terutama dalam hal nilai-nilai.

2. PEMBAHASAN

a. Hakikat Pendidikan Karakter

Karakter menurut Pusat Bahasa Depdiknas dinyatakan sebagai “bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, watak”. Adapun berkarakter adalah berkepribadian, berperilaku, bertabiat, dan berwatak. Menurut Musfiroh (UNY, 2008), karakter mengacu kepada serangkaian sikap (*attitudes*), perilaku (*behaviors*), motivasi (*motivations*), dan keterampilan (*skills*). Rutland M. (2003) mengemukakan; karakter berasal dari bahasa latin yang berarti “dipahat”. Sebuah kehidupan ibarat batu granit yang dipahat, sehingga memahatnya tidak boleh sembarangan, melainkan harus dilakukan secara baik. Karakter merupakan gabungan dari kebajikan dan nilai-nilai yang dipahat dalam kehidupan manusia. Sembilan karakter yang dapat mengantarkan kesuksesan seseorang

menurut Rutland M. (2003) adalah sebagai berikut: (1) keberanian, (2) kesetiaan, (3) kerajinan, (4) kerendahan hati, (5) kehematan, (6) kejujuran, (7) kelemah-lembutan, (8) penghormatan, dan (9) berterima kasih.

Pendidikan karakter dapat dimaknai sebagai pendidikan nilai, pendidikan budi pekerti, pendidikan moral, pendidikan watak, yang bertujuan mengembangkan kemampuan peserta didik untuk memberikan keputusan baik-buruk, memelihara apa yang baik, dan mewujudkan kebaikan itu dalam kehidupan sehari-hari dengan sepenuh hati (Kemdiknas, 2010). Nilai-nilai karakter yang tercantun dalam kurikulum antara lain meliputi nilai: kerjasama, sportivitas, kejujuran, semangat, percaya diri, disiplin, kerja keras, keberanian, estetika, pantang menyerah, tanggung jawab, mengikuti aturan kebersihan dan keselamatan. Karakter dikembangkan melalui tahap pengetahuan (*knowing*), pelaksanaan (*acting*), dan kebiasaan (*habit*). Karakter tidak terbatas pada pengetahuan saja. Seseorang yang memiliki pengetahuan kebaikan belum tentu mampu bertindak sesuai dengan pengetahuannya, jika tidak terlatih (menjadi kebiasaan) untuk melakukan kebaikan tersebut. Karakter juga menjangkau wilayah emosi dan kebiasaan diri. Dengan demikian diperlukan tiga komponen karakter yang baik (*components of good character*) yaitu *moral knowing* (*pengetahuan tentang moral*), *moral feeling atau perasaan* (*penguatan emosi*) *tentang moral*, dan *moral action atau perbuatan bermoral*. Hal ini diperlukan agar peserta didik dan atau warga sekolah lain yang terlibat dalam sistem pendidikan tersebut sekaligus dapat memahami, merasakan, menghayati, dan mengamalkan (mengerjakan) nilai-nilai kebajikan (moral).

Pendidikan karakter merupakan usaha untuk mendidik anak-anak agar dapat mengambil keputusan dengan bijak dan mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga mereka dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap lingkungannya. (Megawangi, 2004). Definisi lain dikemukakan Gafar (2010) yang menyatakan bahwa pendidikan karakter merupakan sebuah proses transformasi nilai-nilai kehidupan untuk ditumbuh kembangkan dalam kepribadian seseorang, sehingga menjadi satu dalam perilaku sehari-hari orang tersebut. Berdasarkan pendapat di depan, dapat disimpulkan ciri khusus pendidikan karakter ditandai oleh: (1) adanya transfer nilai-nilai yang dianut masyarakat, (2) ditumbuhkembangkan dalam kepribadian setiap orang, dan (3) dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Tiga hal

tersebut merupakan satu kesatuan yang utuh, tidak hanya kemampuan kognitif saja, tetapi harus juga dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Karakter seseorang akan tampak dalam bentuk perilaku sehari-hari. Hal tersebut selaras dengan pendapat Ki Hajar Dewantoro yang menyatakan “..... pendidikan adalah daya upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (*intellect*), dan tubuh anak. Bagian-bagian itu tidak boleh dipisahkan agar kita dapat memajukan kesempurnaan hidup anak-anak kita..” (*Ki Hajar Dewantoro*). Namun kondisi riil perencanaan pendidikan (kurikulum) belum memberikan proporsi yang berimbang pada empat pilar tersebut. Olah pikir memiliki proporsi paling banyak dalam kurikulum. Hampir 36 jam, kurikulum kita dipenuhi dengan materi olah pikir, sedangkan olah hati, olahraga dan olah rasa/karsa sisanya (4 jam).

Bertolak dari kondisi tersebut terasa wajar apabila lomba science tingkat dunia dimenangkan oleh putra-putra Indonesia, namun dibidang karya ilmiah, publikasi penelitian, karya inovatif, wakil- wakil kita seringkali kalah bersaing. Pembentukan karakter dalam diri individu menurut Kemendiknas (2010), merupakan fungsi dari seluruh potensi individu manusia (kognitif, afektif, dan psikomotorik) dalam konteks interaksi sosial kultural (dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat) dan berlangsung sepanjang hayat. Konfigurasi karakter dalam konteks tersebut adalah: (1) Olah Hati (*Spiritual and emotional development*), (2) Olah Pikir (*intellectual development*), (3) Olah Raga dan Kinestetik (*Physical and kinesthetic development*), dan (4) Olah Rasa dan Karsa (*Affective and Creativity development*).

Pendidikan karakter adalah proses pengembangan nilai untuk mewujudkan manusia berkarakter baik. Berkarakter artinya berkepribadian, berperilaku, bersifat, bertabiat, dan berwatak yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Manusia berkarakter baik dinyatakan dengan hidup berperilaku benar dalam hubungannya dengan Tuhan, sesama manusia, alam lingkungan, dan dengan diri sendiri. Lickona (1991) menyatakan bahwa karakter adalah nilai-nilai yang bersifat operasional atau nilai yang terwujud dalam perbuatan. Oleh karena itu, pendidikan karakter identik dengan pendidikan nilai. Penyelenggaraan pendidikan karakter harus berpijak kepada nilai-nilai yang bersumber dari agama, filsafat, ideologi, sosio-kultural dan psikologi, yang selanjutnya dikembangkan menjadi nilai-nilai yang lebih banyak (yang bersifat relatif) sesuai dengan kebutuhan, kondisi, dan lingkungan pendidikan.

b. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik.

Pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut berkembang, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut berkembang, baik langsung maupun secara tidak langsung. Istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh. Pendidikan jasmani menyebabkan perbaikan dalam 'pikiran dan tubuh' yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-j jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif.

Pendidikan jasmani berarti program pendidikan lewat gerak atau permainan dan olahraga. Di dalamnya terkandung arti bahwa gerakan, permainan, atau cabang olahraga tertentu yang dipilih hanyalah alat untuk mendidik. Mendidik apa? Paling tidak fokusnya pada keterampilan anak. Hal ini dapat berupa keterampilan fisik dan motorik, keterampilan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah, dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial. Pendidikan olahraga adalah pendidikan yang membina anak agar menguasai cabang-cabang olahraga tertentu. Kepada murid diperkenalkan berbagai cabang olahraga agar mereka menguasai keterampilan berolahraga. Yang ditekankan di sini adalah 'hasil' dari pembelajaran itu, sehingga metode pengajaran serta bagaimana anak menjalani pembelajarannya didikte oleh tujuan yang ingin dicapai.

c. **Pembelajaran Karakter Dalam Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani dan olahraga adalah laboratorium bagi pengalaman manusia, oleh sebab itu guru pendidikan jasmani harus mengarah pada kesempatan untuk membentuk karakter anak. Karakter anak didik yang dimaksud tentunya tidak lepas dari karakter bangsa Indonesia serta kepribadian utuh anak, selain harus dilakukan oleh setiap orangtua dalam keluarga, juga dapat diupayakan melainkan pendidikan nilai di sekolah. Menurut Johansyah Lubis (2007) pendidikan nilai di sekolah yang bisa diangkat yaitu:

1. Seluruh suasana dan iklim di sekolah sendiri sebagai lingkungan sosial terdekat yang setiap hari dihadapi, selain di keluarga dan masyarakat luas.
2. Tindakan nyata dan penghayatan hidup dari para pendidik atau sikap keteladanan mereka dalam menghayati nilai-nilai yang mereka ajarkan akan dapat secara instingtif mengimbas dan efektif berpengaruh pada peserta didik.
3. Semua pendidik di sekolah, terutama para guru pendidikan jasmani perlu jeli melihat peluang-peluang yang ada, baik secara kurikuler maupun non/ekstra kurikuler, untuk menyadarkan pentingnya sikap dan perilaku positif dalam hidup bersama dengan orang lain, baik dalam keluarga, sekolah, maupun dalam masyarakat.
4. Secara kurikuler pendidikan nilai yang membentuk sikap dan perilaku positif juga bisa diberikan sebagai mata pelajaran tersendiri,
5. Melalui pembinaan rohani siswa, melalui kegiatan pramuka, olahraga, organisasi, pelayanan sosial, karya wisata, lomba, kelompok studi, dan teater. Dalam kegiatan-kegiatan tersebut para pembina melihat peluang dan kemampuannya menjalin komunikasi antar pribadi yang cukup mendalam dengan peserta didik (Johansyah Lubis, 2007).

Pernyataan Bung Karno (9 April 1961) bahwa “*Dedication of life*” para olahragawan dan pembina olahraga, agar dapat melaksanakan Amanat Penderitaan Rakyat sesuai kerangka segi-segi cita-cita bangsa kita yang termasuk dalam “*Nation and Character Building*” Indonesia. Selaras dengan pernyataan Soekarno terkait dengan *Nation and Character Building*, Ellen G. White menyatakan bahwa Pembangunan karakter adalah usaha paling penting yang pernah diberikan kepada manusia. Pembangunan karakter adalah tujuan luar biasa dari sistem pendidikan yang benar.

Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran besar dalam

upaya pengembangan karakter, karena kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani melibatkan; kognitif, afektif dan psikomotor. Kegiatan olahraga setiap komponen yang terlibat memiliki fungsi dan peran masing-masing. Ada pemain atau atlet, pelatih, masit, dan penonton. Masing-masing memiliki peran yang berbeda, dan tidak ada yang tumpang tindih, misalnya menjadi pemain sekaligus wasit, atau wasit sekaligus penonton. Karena kejelasan peran tersebut, maka secara *ethics*, olahraga dapat digunakan sebagai alat dalam membangun karakter bangsa. Pemain, pelatih, masit, dan penonton ketika berada di lapangan mematuhi peraturan yang berlaku, kesadaran mematuhi aturan tersebut menumbuhkan sikap disiplin, sportif dan bertanggung jawab.

Seseorang yang melakukan aktivitas tersebut secara berulang-ulang, maka akan menumbuhkan kesadaran taat pada aturan yang berlaku, dan akhirnya memunculkan kebiasaan untuk hidup disiplin, sportif dan bertanggung jawab terhadap apa yang dia lakukan. Karakter akan kelihatan dari dimensi afektif dan tidak dapat diwakili oleh dimensi afektif. Karakter seseorang akan kelihatan dari kehidupan sehari-hari. Sikap jujur, disiplin, sportif, kerja sama dan bertanggung jawab dibangun melalui perilaku, “bukan teoritik”, sehingga intervensi yang dapat dilakukan adalah merancang kegiatan berupa aktivitas tertentu yang berbentuk pelaksanaan kegiatan, misalnya berbentuk festival, loma atau pertandingan. Karakter bukan berbentuk teoritik, melainkan penerapan dari pengetahuan “baik” yang sudah dimiliki dalam bentuk kegiatan praktis di lapangan. Pengembangan karakter dapat dilakukan melalui aktivitas tertentu, misalnya: simulasi permainan, bermain, dan aktivitas lain yang dilakukan secara praktis.

3. KESIMPULAN

Pendidikan karakter konsepnya bersifat abstrak, sehingga pemberiannya harus lebih banyak pada perilaku dan contoh-contoh yang konstruktif. Pendidikan jasmani sebagai alat pendidikan mempercepat anak dalam mengembangkan karakter. Mengamati realitas karakter secara kritis, akan lebih dekat pada bentuk permainan, dimana mengamati realitas moral merupakan pendidikan karakter. Dukungan lingkungan sekolah dan masyarakat harus dijaga untuk menjaga iklim lingkungan sosial yang baik, agar mendukung pendidikan karakter.

Guru pendidikan jasmani dapat mengajarkan pendidikan karakter diluar jam pelajaran, terutama saat ekstra kurikuler, kegiatan pramuka, organisasi klub olahraga sekolah dengan melihat peluang yang tepat dalam pendekatan individu. Sehingga diharapkan Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan laboratorium bagi pengalaman manusia, oleh sebab itu guru

pendidikan jasmani harus mencoba mengajarkan pendidikan karakter dalam proses belajar mengajar, yang mengarah pada kesempatan untuk membentuk karakter anak.

Daftar Pustaka

- Agus Mahendra, M.A. (2003). *Falsafah Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah Direktorat Pendidikan Luar Biasa. Bagian Proyek Pendidikan Kesehatan Jasmani Pendidikan Luar Biasa.
- Johansyah Lubis. (2007). *Etika dan Masalah-masalah dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta : UNJ.
- Rusli Lutan (ed). (2001). *Olahraga dan Etika Fair Play*. Direktorat Pemberdayaan IPTEK Olahraga, Dirjen OR, Depdiknas. Jakarta: CV.Berdua Satutujuan.
- United Nation. (2003). *Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millenium Development Goals*. Report from the United Nations Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace.