

MAKNA DAN PERAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN INSAN YANG MELEK JASMANIAH/TER-LITERASI JASMANIAHNYA

Agung Widodo¹

Universitas Muhammadiyah Sukabumi

agungwidodo@ummi.ac.id

Abstrak

Pendidikan jasmani saat ini mengalami pergeseran makna, orientasi, serta implementasinya pada pengajaran di sekolah seiring dengan munculnya istilah olahraga pendidikan dan pendidikan olahraga. Pengajaran pendidikan jasmani di sekolah yang seharusnya berupa kegiatan pendidikan sering bergeser menjadi kegiatan latihan olahraga. Hal ini menjadi sebuah ironi dalam pendidikan, karena pada hakikatnya pendidikan jasmani itu sendiri merupakan bagian integral dari pendidikan nasional. Pendidikan jasmani bukan sekedar pendidikan untuk jasmani melainkan juga pendidikan melalui aktivitas jasmani. Artinya, jasmani tidak hanya menjadi obyek melainkan juga dapat menjadi subyek. Oleh karena itu, pendidikan jasmani memiliki peran yang penting dalam pembentukan manusia seutuhnya karena tujuan pendidikan jasmani sangat komprehensif yaitu menasar pada perkembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik. Melalui pendidikan jasmani diharapkan peserta didik menjadi insan yang terliterasi jasmaninya. Istilah tersebut berasal dari Bahasa Inggris yaitu *physical literacy* yang dalam tulisan ini disebut dengan istilah melek jasmaniah. Tulisan ini merupakan kajian pemikiran ilmiah yang mencoba memberikan wacana tentang orientasi pendidikan jasmani yang sebenarnya di sekolah dalam upaya membentuk individu yang melek jasmaniah.

Kata Kunci: pendidikan, jasmani, melek jasmaniah

Literasi pada mulanya hanya berkaitan dengan kegiatan baca dan tulis semata. Akan tetapi, seiring dengan perkembangan zaman makna dan cakupan literasi menjadi lebih luas. Pada awal abad ke-21 mulai diperkenalkan istilah *physical literacy*. Adalah Margaret Whitehead yang merupakan tokoh utama *physical literacy*. Beberapa negara terutama Inggris dan Kanada dalam beberapa tahun terakhir mengangkat topik tentang *physical literacy* yang selanjutnya menjadi fokus utama pendidikan jasmani di negara tersebut.

Physical literacy merupakan istilah dalam Bahasa Inggris yang sampai saat ini belum ditemukan konsep tersebut dalam istilah Bahasa Indonesia. Sehingga, beberapa pakar pendidikan jasmani di Indonesia masih menggunakan istilah-istilah yang berbeda-beda untuk menerjemahkan konsep *physical literacy*. Ada yang menggunakan istilah literasi fisik, literasi jasmani, melek fisik, maupun melek jasmaniah. Adapun penulis dalam hal ini menggunakan istilah melek jasmaniah guna menerjemahkan istilah *physical literacy* tersebut. Insan yang melek jasmaniah berarti seseorang yang cerdas atau terdidik dalam hal yang berkaitan dengan jasmani/badan/tubuhnya. Individu yang melek jasmaniah akan mampu melakukan berbagai aktivitas dalam kehidupannya

¹ Agung Widodo; Dosen PJKR FKIP Universitas Muhammadiyah Sukabumi

yang sebagian besar membutuhkan aktivitas jasmani tersebut dengan percaya diri, kompeten, efektif, dan efisien serta optimal.

Sementara itu di Indonesia, konsep melek jasmaniah belum begitu begitu familiar dalam pendidikan jasmani. Selain itu, makna dan implementasi pendidikan jasmani di sekolah akhir-akhir ini mengalami pergeseran dan cenderung bernuansa pendidikan olahraga. Hal ini terjadi seiring hadirnya konsep tiga domain ruang lingkup olahraga sebagaimana tertuang dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang meliputi: (1) olahraga pendidikan; (2) olahraga rekreasi; dan (3) olahraga prestasi. Selanjutnya, berdasarkan undang-undang tersebut pendidikan jasmani dimasukkan ke dalam bagian dari olahraga pendidikan. Hal ini, yang kemudian menyebabkan pergeseran makna, orientasi, serta implementasi pendidikan jasmani.

Sementara itu Bambang Abduljabar (2018: 2) menyatakan bahwa saat ini olahraga prestasi dan olahraga pendidikan berbaur atau bahkan bercampur dengan olahraga kesehatan dan rekreasi, sehingga menimbulkan orientasi yang tidak jelas. Bahkan kini istilah olahraga lebih menguat dan memunculkan kajian luas ilmu keolahragaan atau *sport science*. Akibatnya pendidikan jasmani semakin mengecil dan tidak diperhatikan. Dan istilah olahraga semakin menguat dan mudah dikembangkan. Bahkan di sekolah maupun di masyarakat luas saat ini penamaan pendidikan jasmani sering disamakan dengan pendidikan olahraga dan guru pendidikan jasmani sering disebut guru olahraga, selain itu dari segi pelaksanaan serta tujuannya juga mengalami pergeseran. Lebih lanjut, Bambang Abduljabar (2018: 2) memaparkan temuan fakta otentik pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah sebagai berikut:

Tabel 1.

Kondisi pengajaran pendidikan jasmani saat ini (Bambang Abduljabar, 2018: 2)

10-15 menit	Gerak pemanasan, peregangan statis dan dinamis dilanjut gerakan-gerakan kalestenik
60-70 menit	Kegiatan materi inti dalam bentuk <i>drilling</i> dan latihan jasmani sebagai upaya penanaman penguasaan teknik-teknik dasar cabang olahraga
10-15 menit	Penyampaian <i>resume</i> dan evaluasi belajar

Berdasarkan tabel 1 tersebut diatas, dapat dilihat bahwa pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani telah mengalami pergeseran menjadi pendidikan olahraga, artinya aktivitas jasmani yang seharusnya menciptakan suasana belajar dalam situasi gerak aktivitas jasmani berubah menjadi belajar dalam situasi olahraga yang berupa latihan untuk penguasaan keterampilan gerak cabang olahraga tertentu.

Sebenarnya tidak sepenuhnya salah ketika menggunakan cabang olahraga tertentu sebagai pilihan dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena hakikatnya olahraga itu sendiri merupakan aktivitas jasmani. Pembentukan habituasi olahraga seperti suasana yang menggembirakan, penanaman sportivitas, serta pengayaan khasanah gerak siswa melalui pengalaman belajar gerak adalah beberapa relevansi pendidikan jasmani dengan olahraga. Akan tetapi, permasalahan yang terjadi adalah seringkali pelaksanaannya mengikuti peraturan maupun sarana dan prasarana baku/standar olahraga sehingga tidak semua peserta didik mampu mengikuti pembelajaran dengan baik. Akibatnya, situasi belajar yang diharapkan dalam aktivitas jasmani tidak tercipta karena lebih mengarah pada situasi berlatih. Ditegaskan oleh Made Pramono (2017: 12) bahwa pendidikan jasmani tidak valid untuk diarahkan membentuk olahragawan prestasi karena sekali lagi bukan itu tujuan pendidikan jasmani. Oleh karena itu, tulisan ini mencoba memberikan wacana tentang orientasi pendidikan jasmani yang sebenarnya di sekolah dalam upaya membentuk individu yang melek jasmaniah.

Makna dan Tujuan Pendidikan Jasmani

Terdapat beberapa pengertian pendidikan jasmani, antara lain menurut Dini Rosdiani (2015: 1) menyatakan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral. Lebih lanjut, Agung Widodo & M. Thariq Azis (2018: 49) berpendapat bahwa pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah pendidikan untuk jasmani dan juga pendidikan melalui aktivitas jasmani. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani guna mencapai tujuan pendidikan yang menyeluruh. Hal ini, sebagaimana dinyatakan oleh Dini Rosdiani (2014: 138) bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Oleh karena itu, sebagaimana sering dipahami bersama bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan nasional sehingga pendidikan kurang lengkap tanpa kehadiran pendidikan jasmani itu sendiri.

Sementara itu, tujuan pendidikan jasmani sejalan dengan tujuan pendidikan itu sendiri. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh M. Furqon Hidayatullah (2012: 7) yang menyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani bukan aktivitas jasmani itu sendiri, tetapi untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani. Hal tersebut, sejalan sebagaimana yang dijelaskan oleh Dini Rosdiani (2015: 2) bahwa tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada

pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah perkembangan zaman. Berdasarkan penjelasan tersebut, pendidikan jasmani memiliki misi untuk menghasilkan insan yang terdidik jasmaniahnya. Artinya, melalui pendidikan jasmani selanjutnya mampu mengembangkan potensi siswa secara menyeluruh meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dilihat dari tujuannya tersebut, dapat dipahami bahwa pendidikan jasmani berbeda dengan pendidikan olahraga yang lebih menekankan pada penguasaan keterampilan olahraga.

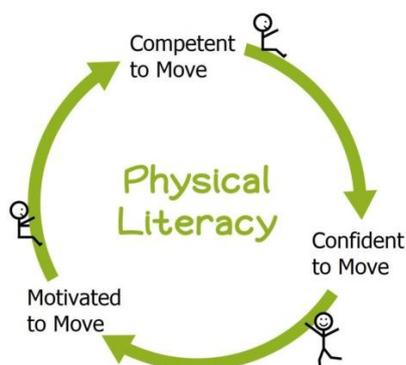
Hakikat Melek Jasmaniah

Istilah melek jasmaniah dalam tulisan ini digunakan untuk mendefinisikan konsep *physical literacy* yang sampai saat ini belum ditemukan istilahnya dalam bahasa Indonesia. *Physical literacy* mulai muncul pada awal abad 21 tepatnya pada tahun 2004 ketika UNESCO menyatakan latar belakang dan pendefinisian tentang literasi. Oleh UNESCO, literasi diidentifikasi lebih dari sekedar kegiatan membaca dan menulis. Lebih dalam, bahwa literasi adalah tentang bagaimana berkomunikasi sosial dan ini mencakup juga praktek dan hubungan-hubungan sosial sebagaimana pengetahuan, bahasa, dan budaya (Made Pramono, 2017: 3).

Margaret Whitehead dalam Made Pramono (2017: 4) mendeskripsikan *physical literacy/melek jasmaniah* dengan memperluas pandangan dari UNESCO diatas sebagai: kemampuan untuk mengidentifikasi, memahami, menginterpretasi, mencipta, merespon secara efektif, dan mengkomunikasikan menggunakan dimensi ketubuhan manusia dalam cakupan luas situasi dan konteks. Literasi jasmani meliputi pembelajaran kontinum yang memungkinkan individu untuk mencapai tujuannya dalam membangun pengetahuan dan potensinya serta untuk berpartisipasi penuh dan berkomunikasi dalam masyarakat yang lebih luas. Lebih lanjut, Keegan, R., Barnett, L., & Dudley, D. (2017: 5) menyatakan bahwa “*Physical literacy is recognised as the foundation of both lifelong participation and performance excellence in human movement and physical activity. To date, the consensus is that individuals who demonstrate good physical literacy are more likely to be active for life – although the true meaning of such an attribute, or set of attributes, has rarely been articulated*”.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa *physical literacy/melek jasmaniah* merupakan fondasi bagi individu yang digunakan dalam berbagai aktivitas kehidupan maupun dalam upaya meraih keunggulan kinerja. Individu yang literat atau melek secara jasmaniah akan bergerak dengan percaya diri dan kompeten diantara spektrum luas kondisi dan peluang aktivitas fisik, termasuk aktivitas di berbagai medan gerak antara lain di tanah, salju, es, air, dan udara (PHE

Canada dalam Made Pramono, 2017: 5). Adapun, konsep *physical literacy*/melek jasmaniah dapat diilustrasikan dalam gambar 1 berikut:



Gambar 1.

Physical Literacy (Richard Monette, 2016).

Berdasarkan pada gambar diatas, dapat dipahami siklus yang saling memiliki keterhubungan bahwa individu yang melek jasmaniah akan memiliki motivasi untuk bergerak atau beraktivitas yang dilakukan dengan kompeten dan penuh percaya diri sehingga dihasilkan gerak yang efektif dan efisien.

Membentuk Insan yang Melek Jasmaniah melalui Pendidikan Jasmani

Badan Standar Nasional Pendidikan (2006: 512) telah menetapkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengetahuan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Sehingga tujuan pendidikan jasmani sejalan dengan tujuan pendidikan itu sendiri. *Physical literacy*/melek jasmaniah merupakan muara dari pendidikan jasmani tersebut.

Oleh karena itu, pendidikan jasmani di sekolah idealnya mampu mengantarkan peserta didik menjadi insan yang terdidik atau terliterasi secara jasmaniah sebagai akibat dari pengalaman dalam kegiatan belajar melalui aktivitas jasmani. Bambang Abduljabar (2018: 15) mengemukakan alasan mengapa pendidikan jasmani perlu diarahkan pada peraih atau capaian belajar berupa belajar siswa yang diarahkan pada sosialisasi gerak sehingga siswa terdidik secara jasmaniah sebagai berikut:

Tabel 2.

Argumentasi perlunya pergeseran sosialisasi olahraga menjadi sosialisasi gerak dalam pendidikan jasmani di sekolah

(Sumber: Bambang Abduljabar, 2018: 15)

Pertama	Sekolah sebagai lembaga pendidikan yang perlu mengutamakan proses belajar siswa dan sekolah adalah organisasi belajar agar siswa terdidik melalui proses belajar yang dialami.
Kedua	Kenyataan pembendaharaan gerak siswa lebih rendah dari tuntutan gerak pada olahraga, sehingga hal yang perlu dilakukan adalah olahraga mengadaptasi siswa dan bukan siswa mengadaptasi olahraga.
Ketiga	Gerak tubuh perlu menjadi bekal hidup siswa agar berbudaya gerak dan menjamin keberlangsungan kualitas hidupnya kini maupun masa mendatang.
Keempat	Penguasaan budaya gerak dapat dijadikan upaya untuk menangkal penyakit akibat budaya hipokinetik berupa penyakit-penyakit nono-generatif, seperti obesitas, diabetes, osteoporosis, cancer, dan penyakit sejenis lainnya.
Kelima	Tingginya tekaan kemajuan teknologi industry dan pangan yang mengindikasikan pentingnya aktif bergerak sepanjang hayat untuk mendapatkan keadaan sehat sepanjang hayat.

Guna mewujudkan sasaran tersebut dibutuhkan sebuah reorientasi pendidikan jasmani yang saat ini pelaksanaannya telah bergeser ke nuansa pendidikan olahraga menjadi pendidikan jasmani yang sebenarnya. Dibutuhkan pelurusan makna pendidikan jasmani sebagai pendidikan untuk jasmani dan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Made Pramono (2017: 6-12) memaparkan sebuah konsep literasi jasmani dalam/melalui pendidikan jasmani. Terdapat tiga perspektif yang diajukan sebagai objek formal pendidikan jasmani yaitu: (1) jasmani yang dididik; (2) jasmani sebagai medium proses mendidik; dan (3) jasmani yang mendidik.

Jasmani yang dididik. Orientasi dalam perspektif ini tertuju pada aspek jasmani atau tubuh. Fokus dan tujuan tersebut dapat berupa kesehatan, kepulihan, ketangkasan, kelincahan, kecepatan, daya tahan, dan sebagainya. Penekanan utama dari perspektif ini adalah kebutuhan dan kepentingan tubuh sebagai tujuan terpenting yang berkonsekuensi pada kebutuhan dan kepentingan jiwa. Meskipun demikian, seluruh scenario adegan pergaulan yang bersifat mendidik juga tertuju pada aspek pengembangan kognitif dan afektif sehingga pendidikan jasmani merupakan intervensi

sistematik yang bersifat total, mencakup pengembangan aspek fisik, mental, emosional dan moral spiritual.

Jasmani sebagai medium proses mendidik. Berbeda tipis dari perspektif pertama, titik tekan perspektif tubuh sebagai medium proses pendidikan ini adalah pada tujuan lain sebagai hasil proses pendidikan jasmani dan bukan didominasi untuk berhenti pada kebutuhan dan kepentingan tubuh.

Jasmani yang mendidik. Pendidikan jasmani menurut perspektif ini berarti optimalisasi tubuh yang membentuk karakter tertentu, memberi pengetahuan tertentu, menuntun untuk bersikap tertentu, dan memungkinkan bergerak sesuai ukuran tertentu.

SIMPULAN

Pendidikan jasmani yang saat ini mengalami pergeseran makna, orientasi, dan pelaksanaannya di sekolah perlu untuk dikembalikan kepada makna yang sebenarnya yaitu pendidikan untuk jasmani dan pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematik guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral. Objek formal pendidikan jasmani dibagi menjadi tiga perspektif yaitu: (1) jasmani yang dididik; (2) jasmani sebagai medium proses mendidik; dan (3) jasmani yang mendidik. Capaian belajar siswa bermuara ke dalam insan yang melek jasmaniahnya. Capaian belajar ini diperoleh melalui pengalaman belajar selama proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang diikuti.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Widodo & M. Thariq Azis. 2018. Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) terintegrasi dengan Al-Islam Kemuhammadiyah Bahasa Arab (ISMUBA) di SD/MI Muhammadiyah. *Jurnal Jendela Olahraga Volume 3, Nomor 1, hal 14-21*.
- Bambang Abduljabar. 2018. *Re-Orientasi Pendidikan Jasmani kedalam Perspektif Kependidikan dan Kemanusiaan: Meraih Belajar Siswa Mengantar Terdidik Jasmaniah Siswa*. Makalah dalam Seminar Nasional Pendidikan Jasmani UMMI ke-1 Sukabumi, 28 Juli 2018.
- BNSP. 2006. *Lampiran Standar Isi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: BNSP.
- Dini Rosdiani. 2014. *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Dini Rosdiani. 2015. *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Keegan, R., Barnett, L., & Dudley, D. 2017. *Physical Literacy: Informing a Definition and Standard for Australia*. Australia: Australian Sports Commission.

- M. Furqon Hidayatullah. 2012. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Media Pendidikan dalam Membangun Insan Berkarakter dan Bermartabat*. Makalah Seminar Nasional Membangun Insan yang berkarakter dan Bermartabat melalui Olahraga. Yogyakarta, 12 Mei 2012.
- Made Pramono. 2017. *Literasi Jasmani: Orientasi Tubuh-Subjek*. Tersedia online: <https://www.slideshare.net/madpram1/literasi-jasmani> diakses pada 15 Agustus 2018.
- Richard Monette. 2016. *Born to Move: An introduction to physical literacy*. Tersedia online: <https://www.slideshare.net/ActiveforLife/born-to-move-an-introduction-to-physical-literacy> diakses pada 10 Agustus 2018.