

---

## SIKAP SISWA SEKOLAH DASAR TERHADAP PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Esti Widayati

SD Negeri Keputran 2 Yogyakarta, Jl. Kadipaten Kidul No. 17 Yogyakarta

email: hellowakakaka@gmail.com

---

### Abstract

*This study aims to determine the attitude of elementary school students to sports and health education, involving like or dislike and favorite order of the twelve areas of study in the Elementary School. Population of elementary school students Keputran 1, 2 Keputran Primary School, Primary School A and School Keputran Kraton basis, a sample of 400 students from each school consisted of 100 respondents with a composition of 50 sixth grade students, 30 fifth grade students and 20 fourth grade students. Comparison of 50 % female students and 50 % male students. Random sampling technique and proportional (proportional random sampling). Research instrument in the form of a questionnaire which is a mixed open. results closed questionnaire and questionnaire research showed that the Physical Education Health Sports ranks 1 out of 12 students preferred field of study that is in elementary school. The attitude of the students stated that 130 students (34 %) stated thrilled and 196 students (53 %) felt happy, felt normal 50 students (13 %). Students are happy to justify the benefits of Physical Education Sports Health for health reasons (43 %) as in outer space free (22 %) , close student-teacher relationship (13 %), the material is not a lot of thinking (26 %), while learning playing around quipped (17 %), want to see famous athletes (18 %), the reason others include: making new friends , see the sights outside (10 %). On the abolition of primary school curriculum sports and health education of 361 students (96 %) disagreed, 12 students (3 %) of the unaware, 1 student (0.03 %) disagree and 4 students (0.97 %) corrupted data. Students' opinions about the presentation sports and health education 260 students (69 %) blend of theory and practice in a room outside the room, 99 students (26 %) only requires practice, 4 students (1 %) require only a theory, 9 students (2.4 %) did not answer and 6 students (1.6 %) of the indifferent.*

*Keywords: Attitude, Elementary Students, Sports And Health Education.*

### Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sikap siswa Sekolah Dasar terhadap matapelajaran Penjasorkes, yang menyangkut rasa senang atau tidak senang serta urutan kesukaan dari dua belas bidang studi di Sekolah Dasar. Populasi siswa Sekolah Dasar Keputran 1, Sekolah Dasar Keputran 2, Sekolah Dasar Keputran A dan Sekolah Dasar Kraton, sampel sebanyak 400 siswa dari masing- masing sekolah terdiri dari 100 responden dengan komposisi 50 siswa kelas VI, 30 siswa kelas V dan 20 siswa kelas IV. Perbandingan 50% siswa perempuan dan 50% siswa laki- laki. Teknik sampling secara acak dan proporsional (proporsional random sampling). Instrument penelitian berupa angket yang merupakan perpaduan angket tertutup dan angket terbuka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan menempati urutan ke- 1 yang disukai siswa dari 12 bidang studi yang ada di Sekolah Dasar. Sikap siswa menyatakan bahwa 130 siswa (34%) menyatakan senang sekali dan 196 siswa (53%) merasa senang, 50 siswa merasa biasa saja (13%) .Siswa yang senang memberikan alasan besarnya manfaat Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dengan alasan kesehatan (43%) karena di luar ruang lebih bebas (22%), hubungan siswa dan guru akrab (13 %), materi tidak banyak berfikir (26%), sambil belajar bersendau gurau (17%), ingin melihat atlet terkenal (18%), alasan lain diantaranya: mendapat teman baru, melihat pemandangan luar (10%). Tentang dihapuskannya penjasorkes dari kurikulum Sekolah Dasar 361 siswa (96%) tidak setuju, 12 siswa (3%) masa bodoh, 1 siswa (0,03%) setuju dan 4 siswa (0,97%) data rusak. Pendapat siswa tentang penyajian penjasorkes 260 siswa (69%) perpaduan teori didalam ruangan dan praktik di luar ruangan, 99 siswa (26%) menghendaki praktek saja, 4 siswa (1%) menghendaki teori saja, 9 siswa (2,4%) tidak menjawab dan 6 siswa (1,6%) masa bodoh.*

*Kata Kunci: Sikap, Siswa, Penjasorkes, Sekolah Dasar.*

## **PENDAHULUAN**

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional. Bab II tentang dasar Fungsi dan Tujuan pada pasal 3 menyebutkan Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani mempunyai peran dan fungsi merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani siswa. Usia sekolah dasar adalah fase yang sangat cepat dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu masa- masa yang sangat baik ini perlu disikapi dengan perlakuan yang tepat dan terukur, sehingga proses pertumbuhan yang sangat cepat ini dapat berlangsung secara wajar tanpa ada hambatan yang berarti. Jaman modern dengan semakin menjamurnya alat teknologi informasi dan permainan elektronik menjadikan anak dan remaja malas melakukan aktifitas jasmani. Anak dalam waktu berjam- jam lamanya dihabiskan didepan TV, game komputer, mainan kartu dan sebagainya akibatnya menjadikan jasmani mereka kurang terlatih, sehingga berdampak pada penurunnya derajat kesegaran jasmani. Tidak jarang pada usia Sekolah Dasar ini siswa telah mengalami obesitas bahkan ada yang telah menderita gangguan jantung koroner.

Keadaan ini dipengaruhi lagi dengan semakin hilangnya ruang publik yang dapat dipakai untuk berolahraga. Banyak lahan yang semula berupa lapangan telah beralih fungsi menjadi gedung- gedung menjulang. Pembangunan sekolah baru cenderung tidak memperhatikan keberadaan lapangan olahraga yang dapat dipakai oleh siswa untuk memenuhi kebutuhan gerak.

Sebenarnya di dalam tubuh remaja tersimpan energi yang berlebih tanpa ada wahana untuk penyaluran kelebihan energi, akibatnya kelebihan energi akan disalurkan ke hal- hal yang negatif,

atau destruktif (merusak). Misalnya: tawuran antar pelajar, perkelahian dan pencurian dan sebagainya. Pendidikan wahana penyaluran kelebihan energi pada siswa. Setelah melakukan aktifitas Pendidikan Jasmani atau Olahraga tentu siswa merasakan kelelahan, sehingga siswa memerlukan waktu untuk beristirahat, dan diharapkan perilaku destruktif bisa dikurangi.

Besar manfaat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi siswa oleh karena itu peran aktif siswa dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan sangat diharapkan. Penanaman kesadaran kepada para siswa tentang pentingnya kegiatan jasmani atau Olahraga sangat perlu dan demi terciptanya keadaan kesegaran jasmani siswa yang optimal. Kesegaran Jasmani siswa baik akan berperan besar bagi produktifitas belajar siswa hal ini dapat ditandai dengan meningkatnya hasil belajar siswa, hal ini dapat ditandai dengan meningkatnya hasil belajar secara umum. Namun kenyataannya di lapangan masih ada sebagian siswa yang kurang bersungguh- sungguh dalam mengikuti kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di sekolah, sehingga tingkat kesegaran jasmani rendah. Hal ini akan berdampak pada hasil belajar, khususnya hasil belajar Penjasorkes.

Untuk meningkatkan efektifitas pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan sesuai dengan tujuannya, diperlukan umpan balik (feed back) dari siswa terhadap pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan yang diikuti. Selanjutnya dari hasil umpan balik tersebut dapat dipergunakan sebagai masukan (input) demi perbaikan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. Penilaian ini bertujuan untuk mengetahui sikap siswa terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan di Sekolah Dasar Kecamatan Kraton, Yogyakarta.

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia pengertian sikap adalah perbuatan dan sebagainya yang berdasar pendirian (pendapat atau keyakinan) misalnya menentukan hidupnya, bagaimana mereka terhadap kabinet? ( Porwadarminta, 1975: 944). Dalam penelitian ini pengertian sikap adalah rasa atau kesan siswa terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan setelah siswa secara aktif

berpartisipasi dalam proses belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. Menurut Abu Ahmadi, dkk (1991: 21) menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani dalam arti yang sebenarnya adalah tidak sama dengan olahraga. Pendidikan Jasmani tidak hanya berupa latihan jasmani saja, yang bertujuan memperkuat otot, mempertinggi koordinasi dan menuju kesehatan tubuh. Pendidikan jasmani juga bertujuan untuk pembentukan watak para siswa. Adapun caranya melalui pendidikan Jasmani dapat dikembangkan sifat- sifat jujur, sportif, disiplin, tanggung jawab dan kerjasama. Dengan demikian Pendidikan Jasmani tidak hanya bertujuan untuk sehat jasmani semata, namun lebih dari itu bertujuan pula untuk membuat sehat rohani sehingga terjadi keselarasan antara kesehatan jiwa dan raga.

Engkos Kosasih (1994: 1) menyatakan Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai melalui anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak. Dengan demikian tujuan dari Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan sama dengan tujuan pendidikan secara keseluruhan yakni membentuk kedewasaan baik jasmani maupun rohani atau menjadi manusia seutuhnya.

Menurut Steffen Reiche yang dikutip ( Rusli Lutan, 2001:47) menegaskan bahwa Pendidikan Jasmani sebagai landasan bagi olahraga kompetitif dan pertandingan olahraga dalam Olympiade. Melalui aktifitas jasmnai dan ketrampilan gerak dasar yang dilaksanakan dengan intensitas yang cukup keras, pendidikan jasmani juga mengandung kemaslahatan dari dimensi sosial, seperti bidang pendidikan lainnya, pendidikan jasmani bertujuan untuk mencapai pendidikan bersifat holistik. Gutsmuths (1793) menyatakan tujuan Pendidikan Jasmani tidak menekankan pada prestasi ( achievement) tetapi sebagai wahana penddikan yang bersifat menyeluruh.

Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan secara spesifik mempunyai dua makna yaitu: (1) pendidikan untuk jasmani, (2) pendidikan melalui aktifitas jasmani. Pendidikan untuk jasmani mempunyai

pengertian bahwa pendidikan untuk meningkatkan kualitas jasmani misalnya: kekuatan, kelenturan, daya tahan, kecepatan dan sebagainya. Pendidikan melalui aktifitas jasmani adalah aktifitas jasmani dipergunakan sebagai alat/ cara untuk mencapai tujuan pendidikan yakni aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Hal ini sesuai dengan pendapat Wuest dan Bucher dalam ( Sukadiyanto, 2008:3) olahraga berfungsi sebagai sarana untuk (1) penyaluran emosi, (2) penguatan identitas, (3) kontrol sosial, (4) sosialisasi, (5) agen perubahan, (6) penyaluran kata hati dan (7) mencapai keberhasilan.

Usia Sekolah Dasar kurang lebih ( 7 – 13 tahun ) merupakan masa pertumbuhan yang cepat. Apalagi di usia anak kelas 4 sampai 6. Untuk itu perlu penciptaan kondisi agar dapat memacu pertumbuhan siswa seoptimal mungkin dan selaras dengan pertumbuhan orang lain. Pertumbuhan merupakan perubahan kuantitas sel akibat pembelahan dan penambahan cairan intra seluler. Pertumbuhan ditandai dengan bertambahnya tinggi, panjang dan berat. Hal ini dapat diukur dengan satuan panjang dan berat.

Pertumbuhan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain gizi dan aktifitas olahraga atau aktifitas Pendidikan jasmani. Mmenurut Tjaliek Sugiarda (1992:91) Pertumbuhan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah aktifitas, tinggi badan seseorang sangat dipengaruhi oleh kualitas gerak seseorang selama masa tumbuh. Siswa yang memiliki kegemaran melakukan aktifitas jasmani atau olahraga akan lebih baik pertumbuhannya dibandingkan dengan siswa yang tidak, apabila faktor- faktor yang mempengaruhi pertumbuhan yang lain kondisinya sama, misalnya faktor genotatif dan gizi.

Aktifitas jasmani atau olahraga akan dapat meningkatkan derajat kesegaran jasmani. Menurut Charles yang dikutip Woeryati (1987:9) kesegaran jasmani adalah kemampuan untuk melaksanakan tugas sehari- hari dengan giat dan penuh kewaspadaan tanpa mengalami kelelahan yang berarti dan energi yang cukup untuk menikmati waktu senggangnya dan menghadapi hal- hal yang darurat yang tidak terduga sebelumnya.

Aktifitas jasmani atau olahraga yang dilakukan secara kontinyu dan terprogram dapat meningkatkan

kinerja sistem sirkulasi darah (cardiovaskuler), fungsi otot dan syaraf (Nervusmuskulus). Dengan derajat kesegaran jasmani yang optimal memungkinkan siswa dapat belajar dengan baik yang selanjutnya akan dapat meningkatkan prestasi belajar.

Menurut teori hubungan jiwa dan raga dari Plato yang dikutip Wisnoe Wardana (1989:6) menyatakan jiwa terkait oleh raga. Hubungannya dengan dunia luar lewat panca indera. Dalam bahasa Yunani ada pepatah yang menyatakan *menssana in corpore sano* yang artinya di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat pula. Hal ini menunjukkan betapa eratnya hubungan fisik dan psikis. Menurut para ahli aktifitas jasmani dapat menjadi penyeimbang aktifitas rohani. Seseorang bekerja keras secara psikis atau rohani, maka rohani akan mendapat beban (load) dan tekanan (stress) yang pada akhirnya psikis mengalami kelelahan dan kejenuhan. Pada kondisi seperti ini aktifitas jasmani misalnya: sekedar berdiri, berjalan mondar-mandir, senam ringan atau bermain sesuatu dapat mengurangi kejenuhan psikis. Hal ini berarti aktifitas jasmani dapat berguna untuk mengurangi kejenuhan psikis. Hal ini sesuai dengan kajian psikolog California State University Robert Thayer yang dikutip (Matthew Hoffman & William LeGro, 1996:625) telah membuktikan pengurangan nyata ketegangan setelah berjalan-jalan selama beberapa menit saja. Berjalan-jalan bukan saja memberikan suatu pelarian yang begitu didambakan dari ketegangan, barangkali juga meningkatkan produksi tubuh akan bahan-kimia-otak yang meningkatkan rasa gembira yang disebut endorfin. Lebih lanjut studi di Florida menemukan bahwa para peserta di dalam program jalan kaki delapan minggu telah sanggup menurunkan stress yang dialami ditempat kerja sebanyak 30%.

Menurut Winarno Surahmad (1982: 78) menyebutkan bila seseorang secara fisiologik mengalami kelelahan, di dalam badannya terdapat substansi yang beracun. Pada kelelahan mental dapat dilihat adanya kelesuan dan kebosanan sehingga manusia kehilangan minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu. Pergantian situasi dapat memberikan kesegaran dan mengurangi kelelahan mental. Enam hari dalam seminggu siswa senantiasa terlibat dalam kegiatan pembelajaran

yang didominasi oleh aktifitas psikis yakni pada bidang psikis ke situasi yang didominasi aktifitas fisik tentu akan memberikan kesegaran, kegairahan dan mengurangi kelelahan mental.

Konsep ki Hajar Dewantara yang dikutip Wisnoe Wardana (1989:10) menyebutkan dalam diri manusia ada tenaga- tenaga sebagai bekal hidupnya yang perlu untuk pemeliharaan dan kemajuan hidupnya ini dimaksud kodrat alam. Karena kodrat alam ini manusia akan berkembang kearah keselamatan dan kebahagiaan lahir batin.

Dari kutipan diatas secara kodrat alam manusia akan berdaya upaya mencapai keselamatan dan kebahagiaan lahir batin. Untuk mendapatkan keselamatan tentu saja keadaan jasmani tidak dapat dianggap kecil. Dari sejarah kehidupan manusia telah membuktikan bahwa agar manusia dapat selamat dari serangan hewan buas, kondisi yang sehat, kuat dan tangguh. Pada zaman modern seperti sekarang ini jasmani yang sehat, kuat dan tangguh tetap sangat dibutuhkan di segala segi kehidupan. Keadaan jasmani yang prima dapat meningkatkan produktifitas. Sedang yang dimaksud kebahagiaan lahir adalah keadaan jasmani yang sehat, kuat, tidak mempunyai kelemahan dan cacat. Hal ini dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan batin.

Di dalam ruang lingkup pendidikan formal atau sekolah Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan berperan membentuk jasmani yang sehat, kuat dan tangkas. Dengan keadaan jasmani yang demikian manusia akan mampu mempertahankan keselamatan dan memperoleh kebahagiaan lahir batin sesuai dengan kodrat alam manusia.

Proses kegiatan belajar mengajar penjasorkes mempunyai situasi yang berbeda jika dibandingkan dengan situasi yang terjadi pada proses belajar mengajar bidang studi yang lain. Bidang studi lain terselenggara dalam ruangan yang dibatasi dinding-dinding, dengan demikian kebebasan siswa sangat dibatasi. Hal ini sangat bertentangan dengan sifat dasar manusia yang senantiasa ingin memperoleh kebebasan. Interaksi siswa guru terkesan ada jarak yakni hubungan guru siswa tersebut seakan menempatkan guru pada tingkat (strata) yang lebih tinggi dibanding kedudukan siswa. Interaksi guru siswa tidak dapat berjalan secara wajar seperti

layaknya hubungan individu dengan individu atau individu dengan kelompok individu yang mempunyai tingkatan (strata) yang setara. Situasi interaksi yang demikian membuat siswa enggan menyampaikan permasalahan- permasalahannya yang dialami, sebab merasa ada jarak antara siswa dengan guru.

Lain halnya dengan situasi proses belajar mengajar penjasorkes, interaksi guru siswa berlangsung diluar ruangan. Di luar ruangan siswa lebih bebas mengekspresikan keadaan jiwanya, dan siswa dapat melampiaskan nalurinya untuk bergerak. Siswa Sekolah Dasar terutama kelas 5 sampai kelas 6 adalah masa dimana memasuki usia remaja sedang dalam proses pertumbuhan yang sangat cepat sehingga aktifitas gerak fisik merupakan kebutuhan. Hal ini sesuai dengan pendapat Sardjono (1981: 4) pelajaran di dalam kelas anak- anak kebebasan gerakannya dibatasi, karena di dalam kelas anak- anak merasa dikekang gerakannya, maka pada waktu keluar untuk berolahraga atau istirahat mereka berebut keluar atau berlari- lari.

Interaksi diluar ruangan memungkinkan lebih bersifat informal bukan interaksi yang kaku dan berjarak. Interaksi yang demikian menjadikan siswa tidak merasa takut atau enggan mengungkapkan masalah- masalah yang mereka alami kepada guru. Dalam hal interaksi guru siswa pada pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan peran guru tidak selalu menjadi pengatur siswa, satu- satunya sumber informasi dan pemberi nilai, namun dalam keadaan tertentu guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dapat berperan sebagai teman bermain, lawan tanding, dan pemimpin regu. Hal ini memungkinkan rasa keakraban siswa dengan guru dapat terjalin dengan baik.

Suasana diluar ruangan juga dapat memungkinkan guru dan siswa duduk bersama, berbincang- bincang masalah non formal, hal ini dapat menciptakan keakraban guru dan siswa. Kebiasaan guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan mempresentasi siswa dengan memanggil satu – persatu siswa yang diasuhnya. Hal ini dapat menjadikan guru lebih mengenal dengan siswa- siswanya, tidak hanya nama, tetapi lebih dari itu yakni kenal orang tuanya, alamat rumahnya dan kebiasaannya. Sebab apa yang ditampilkan siswa dilapangan adalah keadaan

yang sewajarnya atau keadaan yang sesungguhnya, bukan perbuatan yang didramatisir atau pura- pura. Kedekatan interaksi guru siswa ini, akan bermanfaat bagi guru untuk membimbing siswanya dengan segala macam perbedaan individual yang dimiliki ke arah pencapaian tujuan pendidikan.

Profil guru bidang studi ikut mempengaruhi sikap dan prestasi siswa terhadap mata pelajaran yang diajarkan. Penampilan guru yang menarik dan disenangi siswa akan menjadi motivasi bagi siswa untuk mempelajari bidang studi yang diajarkannya. Sebagai contoh pelajaran Matematika dan IPA secara umum merupakan dirasa pelajaran yang sulit bagi siswa. Sesuatu yang dianggap sulit cenderung tidak diminati. Namun dengan penampilan guru yang menarik, misalnya suka humor, menguasai bahan, pandai menjelaskan, sabar dan dekat dengan siswa, pelajaran yang sulit bukan hal yang ditakuti tetapi sebagai tantangan. Siswa termotivasi dengan figur guru tersebut sehingga berusaha lebih keras mengatasi tantangan. Sebaliknya pelajaran yang mudah tetapi diajar oleh guru yang tidak disukai siswa misalnya: keras, kejam, otoriter, tidak punya humor, tidak menguasai bahan, tidak pandai menerangkan, gila hormat, dan menjaga jarak terlalu jauh dengan siswa sehingga pelajaran yang mudah menjadi kurang diminati siswa.

Suatu bidang studi agar mendapat simpatik dari siswa, guru yang mengajar harus memiliki profesionalitas yang tinggi dan menunjukkan seorang profil guru yang baik. Menurut Sardjono (1981:11-13) menyebutkan ciri- ciri guru yang baik adalah: (1) memahami sepenuhnya bahan pelajaran yang diajarkan, (2) menguasai metode mengajar sesuai bahan pelajarannya, (3) menguasai metode mengajar sesuai bahan pelajarannya, (4) menyesuaikan bahan pelajaran dengan kemampuan setiap siswanya, (5) mengaktifkan murid dalam belajar mengajar, (6) memberikan pengertian bukan kata- kata belaka, (7) menghubungkan pelajaran dengan kebutuhan anak, (8) mempunyai tujuan tertentu dengan tiap pelajaran yang diberikan, (9) selain mengajarkan atau menyampaikan ilmu pengetahuan kepada anak- anak juga senantiasa membentuk pribadi anak.

Untuk menjadi guru yang baik hendaknya memiliki sifat- sifat sebagai berikut: (1) suka membantu dalam

pelajaran sekolah, menerangkan dengan jelas, suka memberi contoh- contoh saat mengajar (2) riang gembira dan suka humor, (3) bersikap bersahabat dengan siswa, (4) ada perhatian dan memahami murid (5) berusaha agar pekerjaan menarik, (6) tegas, menguasai kelas, dan membangkitkan rasa hormat pada murid, (7) tidak pilih kasih, (8) tidak suka mencela, mengomel dan sarkastis, (9). Murid betul- betul belajar dari guru itu, (10) mempunyai pribadi yang menyenangkan.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap sikap siswa terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan yang meliputi hal- hal: (1) urutan 10 bidang studi yang paling disukai, (2) perasaan senang atau tidak senang terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, (3) alasan yang melatar belakangi senang atau tidak senang, dan (4) cara penyajian Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan yang disukai.

Penelitian ini bertempat di empat Sekolah Dasar di Kecamatan Kraton, Kota Yogyakarta dengan populasi penelitian adalah seluruh siswa di empat Sekolah Dasar di Kecamatan Kraton, yakni: Sekolah Dasar Keputran 1, Sekolah Dasar Keputran 2, Sekolah Dasar Keputran A dan Sekolah Dasar Kraton. Sampel terdiri dari 400 siswa disekolah tersebut dilakukan secara acak ( random sampling) dengan komposisi 50% siswa laki- laki dan 50% siswa perempuan. Masing- masing sekolah diambil sampel sebanyak 100 peserta dengan perbandingan 50 siswa kelas VI, 30 siswa kelas V dan 20 siswa kelas IV.

Metode penelitian yang digunakan adalah survey, dengan cara memberikan angket kepada siswa yang terpilih secara acak dan proporsional (*proporsional random sampling*). Instrumen dan pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Angket yang digunakan adalah perpaduan antara angket tertutup dan angket terbuka. Prosedur penelitian sebagai berikut: (1) membagikan angket, (2)menganalisis data: data angket tentang urutan kesukaan dari sepuluh bidang studi, pilihan pertama maka bidang studi tersebut diberi skor paling tinggi (10), bidang studi pilihan nomer sepuluh diberi skor 1.

**Tabel 1. Penghitungan Pilihan Bidang Studi**

Bidang studi	Pilihan	1	2	3	4	5
	Skor	5	4	3	2	1
Penjasorkes						
Bhs. Indonesia						
IPA						

**Tabel 2. Penghitungan Frekuensi Bidang Studi**

B	FREKUENSI	FX SKOR	JUMLAH	TOTAL JUMLAH
PENJASORKES	5	5 X 5	25	
	7	7 X 4	28	
	3	3 X 3	9	
	5	5 X 2	10	
BAHASA INDONESIA	2	2 X 1	2	74
	4	4 X 5	20	
	7	7 X 4	28	
	4	4 X 3	12	
	5	5 X 2	10	
	1	1 X 1	1	71
	6	6 X 5	30	
IPA	3	3 X 4	12	
	3	3 X 3	8	
	4	4 X 2	8	
	2	2 X 1	2	61

Setelah total skor masing- masing bidang studi diketahui, selanjutnya skor tersebut diurutkan mulai skor tertinggi hingga skor terendah untuk menentukan kedudukan kesukaan siswa terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. Data latar belakang siswa senang atau tidak senang terhadap bidang studi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dianalisis dengan cara prosentase dari masing- masing pilihan dibanding dengan jumlah keseluruhan sampel. Data alasan menyenangi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dianalisis dengan prosentase yakni jumlah setiap alasan yang dipilih dibandingkan seluruh sampel yang menyatakan senang/senang sekali demikian juga bagi yang tidak senang. Data sistem penyajian Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dianalisis dengan cara prosentase yakni dengan cara membandingkan jumlah sampel masing- masing pilihan dengan keseluruhan sampel.

## **HASIL PENELITIAN**

Angket yang dibagikan sebanyak 400 eksemplar, angket yang kembali sebanyak 378 eksemplar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan menempati urutan (rangking) ke-1 kesukaan dari sepuluh bidang studi yang ada di Sekolah Dasar dengan urutan sebagai berikut: Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Skor 3217), Bahasa Indonesia (Skor 2601), IPA (skor 2544), Matematika (Skor 2543), IPS (Skor 2536), Agama (Skor 2424), Bahasa Inggris (Skor 2306), PKN (Skor 1777), SBK (Skor 1709), Bahasa Jawa (Skor 1701). Sikap terhadap Penjasorkes 130 siswa (34%) menyatakan senang sekali dan 196 siswa (52%) merasa senang, 50 siswa (13%) merasa biasa-biasa saja. Siswa yang senang memberikan alasan: (1) besarnya manfaat Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan untuk kesehatan (42%), (2) Kegiatan diluar ruangan lebih bebas (22%), (3) Hubungan siswa dan guru akrab (13%), (4) Materi tidak banyak berpikir (26%), (5) Sambil belajar dapat bersenda gurau (17%), (6) ingin menjadi atlit terkenal (18%), (7) alasan- alasan lain: mendapat teman baru, melihat pemandangan indah diluar (10%). Tentang dihapuskannya Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dari kurikulum Sekolah Dasar 361 orang (96%)siswa tidak setuju ,12 siswa (3%) masa bodoh dan 4 siswa (1%) menghendaki teori saja, 6 siswa (1,5%) masa bodoh, dan 9 siswa (2,5%) tidak menjawab.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan merupakan bidang studi yang paling disukai di Sekolah Dasar sehingga lewat pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dapat dipergunakan sebagai alat pembentukan watak bagi siswa, karena akan merasa kecewa/ rugi apabila tidak dapat mengikuti pelajaran, lewat media pelajaran ini guru dapat mengarahkan siswa kepada perilaku yang baik.

Sebagian besar siswa menyenangi pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan disadari alasan bahwa mereka mengerti besarnya manfaat olahraga bagi kesehatan tubuhnya., dan sebagian besar siswa tidak setuju jika Pendidikan Jasmani

Olahraga Kesehatan dihilangkan dari Kurikulum Sekolah Dasar. Dalam hal ini perlu dipersiapkan sarana dan prasarana olahraga di sekolah secara cukup agar pola perilaku hidup sehat yakni gemar berolahraga ini dapat menjadi kebiasaan hidup sehari- hari saat berada di tengah- tengah masyarakat sehingga dapat membantu mensukseskan gerakan mengolahragakan masyarakat dan memasyarakatkan olahraga.

Dalam penyajian materi Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan sebagian besar siswa menghendaki adanya perpaduan praktek diluar ruangan dan penyampaian teori di dalam ruangan, keadaan ini perlu disikapi dengan arif dan bijaksana terutama oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan sehingga pembelajaran tidak hanya mengutamakan psikomotor atau ketrampilan fisik semata semata tetapi aspek kognitif, dan afektif siswa juga dapat berkembang secara optimal. Demikian juga untuk menejemen sekolah perlunya kesadaran bahwa kualitas sekolah tidak hanya ditentukan oleh keberhasilan akademik semata namun kebugaran jasmani siswa merupakan pendukung yang sangat besar terhadap keberhasilan sekolah. Prestasi dibidang olahraga mampu mengangkat citra dan kebanggaan sekolah, daerah, bangsa dan negara sehingga kelancaran proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan perlu mendapatkan perhatian.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan merupakan bidang studi yang paling digemari oleh siswa Sekolah Dasar sehingga lewat pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dapat dipergunakan sebagai alat untuk mendidik siswa pada perilaku yang baik, kepekaan emosi, rasa sosial dan spiritual. Adapun saran- saran yang dapat dikemukakan antara lain karena keterbatasan peneliti tentu saja penelitian ini banyak kelemahan sehingga disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk meningkatkan kualitas kajiannya misalnya banyak sampel, penyusunan instrumen, sistem analisis dan sebagainya. Hasil penelitian ini patut untuk dijadikan bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan terutama yang berkaitan dengan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dirjen Dikdasmen. (1995). *Petunjuk Teknis Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Engkos Kosasih.(1994). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Harsuki,dkk. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Matthew Hoffman, William LeGro. (1996). *Bebas dari Penyakit Mencegah, Mengobati, dan Menyembuhkan dari 100 Penyakit dan Idapan*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Poerwadarminta, W.J.S.(1976). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Depdikbud.
- Rusli Lutan. (2001). *Pembaharuan Pendidikan Jasmani di Indonesia*. Jakarta : Depdiknas Dirjen Dikdasmen Dirjen Olahraga.
- Sardjono. (1981). *Metodik Senam*. Yogyakarta : Bagian penerbitan IKIP.
- Sukadiyanto. (November 2008 ). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bagi Guru SD / MI. Makalah Pengajaran disajikan dalam pengabdian pada masyarakat (PPM). Di Dinas Pendidikan Kulonprogo.
- Tjaliek Sugiardo. (1992), *Ilmu Faal*, Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPTK.
- Winarno Surakmad. (1982). *Pengantar Interaksi Mengajar- Belajar Dasar dan Teknik Metodologi*. Bandung: Tarsito.
- Wisnoe Wardana. (1989 ). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : Institut Kesenian Wisnoe Wardhana.