

## PEMBENTUKAN KARAKTER PESERTA DIDIK MELALUI PENDIDIKAN JASMANI

Paiman  
SMPN 5 Wates

### ABSTRAK

Akhir-akhir ini karakter generasi muda berada pada tingkat yang mengawatirkan. Hal ini tandai dengan maraknya budaya kekerasan, memaksakan pendapat, dan perilaku anti norma yang dilakukan oleh anak bangsa baik kalangan rakyat jelata maupun kalangan terhormat di negara ini, tawuran antar pelajar, tawuran antar suporter olahraga, bentrokan antar suku, daerah, dan agama, maraknya korupsi, kolusi, nepotisme, serta perilaku yang mengarah disintegrasi bangsa. Jika keadaan seperti ini tidak segera diatasi maka tidak mustahil terjadi disintegrasi bangsa.

Karakter mulia bagi peserta didik sangat besar pengaruhnya terhadap pencapaian prestasi belajar. Karakter dasar yang harus dimiliki oleh peserta didik antara lain; spiritualitas, kerja sama, taat peraturan, kepekaan sosial, disiplin, kerja keras, bertanggung jawab, berwawasan luas, dan optimis. Karakter dasar tersebut harus dimiliki oleh peserta didik melalui proses pendidikan dan keteladanan dari semua pihak yang terlibat dalam pendidikan.

Beberapa kiat yang dilakukan untuk menanamkan karakter mulia melalui Penjas dapat dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: penanaman kesadaran dengan pengarahan, nasehat, pembiasaan, penegakan peraturan, serta keteladanan. Keteladanan lebih efektif daripada seribu nasehat. Verba movent exempla trahunt (kata-kata itu menggerakkan orang, namun teladan memikat hati).

**Kata Kunci:** Karakter, peserta didik, Penjas

### PENDAHULUAN

Akhir-akhir ini perbincangan tentang perlunya pendidikan karakter bagi generasi muda marak dibicarakan. Issu tentang pentingnya pendidikan karakter dilatarbelakangi oleh maraknya budaya kekerasan dan perilaku anti norma yang dilakukan oleh anak bangsa, hal itu tidak hanya dilakukan oleh kalangan rakyat jelata, bahkan kalangan terhormat di negara ini pun juga melakukannya. Contoh dari fenomena-fenomena tersebut adalah tawuran antar pelajar, tawuran antar suporter olahraga, bentrokan antar suku, daerah, dan agama, perkelaian wakil rakyat di DPR, maraknya

korupsi, kolusi, nepotisme, serta perilaku yang mengarah disintegrasi bangsa.

Degradasi moral juga melanda dunia pendidikan yang sebagian besar peserta didiknya adalah remaja dan generasi muda. Gejala adanya degradasi moral itu misal: tawuran antar pelajar, antar mahasiswa, kecurangan pelaksanaan ujian nasional, dan hilangnya semangat belajar, kejujuran, kemandirian, dan semangat kompetisi yang menjadi roh dari proses pendidikan yang hanya mengejar kebanggaan sesaat. Demikian juga indikasi lain dari adanya kemerosotan karakter adalah adanya fenomena semakin maraknya penggunaan minuman keras, narkoba, film dan gambar porno, seks bebas, menurunnya rasa hormat terhadap orang tua dan guru.

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang besar dengan jumlah penduduk yang banyak dan luas wilayah yang besar. Berdasarkan data sensus 2010 penduduk Indonesia kurang lebih 230 juta jiwa. Penduduk yang besar apabila dibaring dengan kualitas sumber daya manusia yang tinggi maka hal tersebut merupakan modal yang sangat penting bagi kemajuan suatu bangsa. Namun sebaliknya jika jumlah penduduk banyak tetapi kualitas SDM rendah maka hal ini justru menjadikan beban bagi negara.

Hal ini dapat di contohkan negara Cina dengan jumlah penduduk lebih dari satu milyar yang dikelola dengan baik mampu menjadikan negara tersebut menjadi negara raksasa dalam bidang ilmu pengetahuan, teknologi dan olahraga. Hal ini dapat dibuktikan Cina mampu menjadi juara umum Olympiade tahun 2009, juara umum Asian Game 2010, dan penyelenggara olympiade dan dengan teknologi termutakhir sepanjang sejarah. Secara genetik postur tubuh penduduk Cina tidak berbeda jauh dari penduduk Indonesia. Namun Cina mampu menorehkan prestasi yang luar biasa di bidang olahraga dan bidang lainnya misalnya bidang ekonomi, teknologi, militer dan sebagainya, Demikian juga negara Asia lain misalnya; Korea Selatan, Jepang, Cina Taipei, dan India mampu menciptakan kemajuan yang luar biasa di segala bidang.

Indonesia dengan jumlah penduduk jauh lebih banyak dibanding Korea Selatan, Jepang, dan Cina Taipei namun belum mampu berprestasi tinggi di tingkat dunia; bahkan ditingkat Asia maupun Asia Tenggara cenderung mengalami penurunan. Di era tahun 80-an di bidang olahraga di ajang SEA Game selalu menjadi juara umum, namun kini keadaan seperti itu sulit dicapai. Di bidang kesejahteraan sebenarnya kondisi sosial ekonomi masyarakat Indonesia telah lebih baik dibanding era tahun 80-an. Kualitas asupan gizi masyarakat menjadi lebih baik, sarana prasarana kesehatan semakin baik, tingkat pendidikan dan sumber informasi juga semakin baik. Namun perbaikan hal-hal tersebut belum dapat dibarengi dengan peningkatan secara maksimal prestasi di segala bidang pada umumnya dan bidang olahraga pada khususnya.

Di bidang pembangunan manusia hasil laporan UNDP tahun 2010 (*human development index*) Indonesia termasuk kelompok negara dengan indek prestasi rendah. Di tingkat Asia tenggara masih kalah dengan Malaysia, Singapura, bahkan Timor Leste. Apabila keadaan seperti ini tidak dilakukan perubahan yang dramatis, kiranya sangat sulit bagi bangsa Indonesia ini untuk dapat menjadi bangsa terhormat di segala bidang pada umumnya dan bidang olahraga pada khususnya. Budaya hedonisme yaitu gaya hidup untuk selalu bersenang-senang rupanya telah merambah dalam kehidupan generasi muda bangsa Indonesia, termasuk pelajar dan mahasiswa. Budaya hedonisme yang senantiasa menghendaki kenikmatan hidup jelas-jelas bertentangan dengan suasana kompetisi dalam segala bidang.

## **PEMBAHASAN**

### **A. Perlunya Karakter Mulia Bagi Peserta Didik**

Menurut Doni Koesoema A. (2007: 80) dinyatakan bahwa karakter dianggap sama dengan kepribadian. Kepribadian dianggap sebagai ciri atau karakter atau gaya atau sifat khas dari diri seseorang yang bersumber dari

bentukan-bentukan yang diterima dari lingkungan. Pengertian karakter dari sudut pandang Islam memiliki makna yang identik dengan istilah akhlak. Menurut Ahmad Amin dalam Hamdani Bakran (2008: 615) dinyatakan tentang makna akhlak adalah suatu ilmu yang menjelaskan arti baik dan buruk, menerangkan apa yang seharusnya dilakukan oleh setiap manusia kepada lainnya, menyatakan tujuan yang harus dituju oleh manusia dalam perbuatan mereka, dan menunjukkan jalan untuk melakukan apa yang harus diperbuat. Mengacu dari pengertian akhlak tersebut di atas maka peserta didik yang berkarakter mulia adalah yang dapat bertindak dengan mempertimbangkan baik buruk, berbuat selalu berorientasi kepada tujuan yang baik, dan memahami dengan benar arah dan maksud dari setiap perbuatan yang dilakukan.

Lingkungan sosial budaya tempat di mana peserta didik berada sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan karakter. Misalnya peserta didik hidup di keluarga atau masyarakat yang memiliki kedisiplinan tinggi, tentu saja kultur yang demikian akan berpengaruh positif terhadap kedisiplinan peserta didik dalam belajar, konsistensi dalam meraih cita-cita, dan sebagainya. Peserta didik yang hidup di keluarga atau masyarakat yang memiliki apresiasi yang tinggi terhadap prestasi tentu akan dapat mempengaruhi semangat peserta didik dalam meraih prestasi tinggi karena prestasi sangat dihargai di masyarakat tersebut. Hal ini sesuai pendapat Maslow (1970) dalam Sudibyo Setyobroto (2001: 23) dinyatakan bahwa manusia mempunyai beberapa kebutuhan di antaranya adalah: *need for self actualization: desire to self fulfillment, to the tendency for him to become actualized in what he is potentially*. Kebutuhan aktualisasi diri adalah kebutuhan agar potensi diri yang dimiliki peserta didik diakui atau dihargai oleh orang lain. Pemenuhan terhadap kebutuhan ini akan menjadikan peserta didik semakin percaya diri (*self confidence*), dan merasa harga dirinya meningkat.

Karakter sebagai sifat khas seseorang dapat disebabkan faktor keturunan. Hal ini dapat dicontohkan sebagai berikut: atlet berprestasi biasanya keturunan olahragawan berprestasi, seniman kondang biasanya keturunan seniman, rohaniwan biasanya keturunan rohaniwan, dan sebagainya. Contoh khususnya di bidang olahraga; pelari cepat (*sprinter*) dibutuhkan orang yang memiliki reaksi cepat. Atlet yang memiliki kemampuan reaksi cepat biasanya otot tubuhnya didominasi otot putih. Banyaknya otot putih dalam diri atlet disebabkan faktor keturunan.

Faktor lingkungan dan keturunan ini saling kait mengkait serta saling mempengaruhi di dalam pembentukan karakter peserta didik. Agar peserta didik memiliki karakter yang baik maka antara kedua faktor tersebut harus mendapat perhatian yang serius. Diyakini bahwa pada dasarnya semua orang yang dilahirkan di dunia ini memiliki karakter yang baik, namun dalam perjalanan hidupnya jika berinteraksi dengan lingkungan yang baik maka karakter baik itu tetap akan menjadi baik, sebaliknya jika berinteraksi dengan lingkungan yang buruk maka yang semula baik akan berubah menjadi buruk. Oleh karena itulah peserta didik harus diinteraksikan dengan lingkungan yang baik agar tetap menjadi baik. Hal ini sesuai dengan teori belajar konvergensi dalam Ki Sutikno (2009: 73) dinyatakan bahwa anak yang lahir sudah membawa tulisan yang samar-samar, ada yang baik ada yang buruk. Tugas pendidik adalah menebalkan tulisan yang baik dan membiarkan tulisan yang samar-samar. Dari pendapat di atas jelas sekali bahwa faktor bawaan dan faktor lingkungan memiliki peran yang saling mempengaruhi terhadap pembentukan karakter peserta didik.

Peserta didik agar dapat berprestasi tinggi dibutuhkan beberapa karakter dasar di antaranya adalah sebagai berikut: spiritualitas (KeTuhanan), kepekaan sosial, ulet, kerja keras, disiplin, bertanggung jawab, berwawasan luas, dan optimis. Karakter dasar tersebut akan dapat membentuk kepribadian peserta didik secara utuh sehingga menjadi

individu yang matang yang mampu menghadapi segala tantangan atau situasi yang mungkin mudah berubah dan serba sulit. *Spiritualitas (KeTuhanan)*, keimanan yang kuat sangat penting artinya bagi peserta didik sebab sumber kebaikan adalah aturan agama. Dengan rasa KeTuhanan yang tinggi ini menjadikan peserta didik merasa dekat dengan Tuhan, merasa selalu diawasi, dan memiliki jiwa optimis. Tuhan akan mendengar segala doa manusia apabila dilakukan dengan sungguh-sungguh dan berusaha sekuat tenaga dengan berlatih dan belajar. Keimanan yang kuat juga dapat menjadikan peserta didik memiliki jiwa rendah hati (*tawaduk*), dan tidak terlalu percaya diri (*over confidence*) sehingga meremehkan kemampuan orang lain. Spiritualitas yang kuat pada diri peserta didik dapat menciptakan motivasi intrinsik yang luar biasa, karena segala yang dilakukan dalam kiprahnya sebagai seorang pelajar diyakini sebagai ibadah dan mencari keridhoan Tuhan. Hal ini sesuai yang disampaikan oleh Salim Bahreisj (1989: 313) dinyatakan tentang firman Allah yakni " Katakanlah: Tuhanku tambahkanlah bagiku ilmu pengetahuan..."(Toha: 114), Allah mengangkat derajat orang yang percaya dan orang yang berilmu pengetahuan beberapa derajat (Mujadalah: 11), dan hadist Rasulullah saw," Mu'awijah r.a berkata Rasulullah s.a.w bersabda: Siapa yang dikehendaki oleh Allah akan mendapat kebaikan, maka dipandaikan dalam agama. (H.R. Buchary, Muslim), serta hadist-hadist lain yang memerintahkan untuk menuntut ilmu.

*Kepekaan sosial*, adalah ketajaman rasa (*sensitivity feel*) dalam interaksinya sesama manusia. Kepekaan sosial memunculkan sifat empati, toleransi, tepa selira, kerja sama, rela menolong, gotong royong, dan sebagainya. *Ulet dan kerja keras*, adalah keadaan jiwa dan raga untuk mencapai cita-cita dengan sepenuh kemampuan, tabah menghadapi hambatan atau kesulitan, serta kreatif mencari solusi untuk pemecahan masalah. Sikap ulet dan kerja keras harus ditanamkan kepada peserta didik sebab dengan memiliki sikap ini peserta didik kelak setelah menjadi orang

dewasa sebagai anggota masyarakat akan selalu dapat menyesuaikan keadaan yang mungkin serba sulit.

*Disiplin*, adalah sikap yang diwujudkan dalam perilaku yang dilandasi rasa keikhlasan untuk menaati ketentuan, norma, atau peraturan yang telah disepakati sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Sikap disiplin bagi peserta didik sangat besar perannya dalam pencapaian prestasi.

*Bertanggung jawab*, adalah sikap bersungguh-sungguh dalam menerima tugas dan kemauan yang kuat untuk mencurahkan segala kemampuan demi tercapainya tugas yang dipikulnya. Peserta didik yang memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi akan mencurahkan segala kemampuan yang dimiliki demi pencapaian prestasi tertinggi yang dapat mengharumkan nama diri sendiri, orang tua, masyarakat, bangsa dan negara yang memberi tanggung jawab.

*Berwawasan luas*, dalam hal ini berarti bahwa peserta didik harus gemar mencari informasi, pengetahuan, dan keterampilan baru yang sesuai dengan kemajuan IPTEK kekinian yang relevan dengan ilmu yang ditekuni. *Optimis*, adalah keyakinan disertai rasa penuh harapan bahwa segala cita-cita dapat diraih apabila didasari oleh usaha yang sungguh-sungguh dan semangat pantang menyerah. Usaha yang dilakukan peserta didik meliputi usaha lahir dan usaha batin.

## **B. Peran Penjas dalam membentuk Karakter mulia Peserta Didik**

Sukadiyanto (2008: 3) menyatakan bahwa Penjas mempunyai dua pengertian yakni pendidikan untuk jasmani dan pendidikan melalui aktivitas jasmani. Menurut Bucher (1983: 17) dinyatakan bahwa dalam pendidikan jasmani adanya perhatian seseorang terhadap pengetahuan perihal peran aktivitas jasmani dalam hubungannya dengan fisik, mental, emosional, dan perkembangan sosial dari seorang individu. Sukintaka (1999: 21) menyatakan bahwa Dikjas merupakan proses interaksi antara

peserta didik dan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia seutuhnya.

Aspek gerak (*kinesthetic*) merupakan tujuan dominan dari Penjasorkes namun demikian tidak berarti aspek yang lain tidak mendapat perhatian. Aspek kognitif dalam Penjasorkes dikembangkan dengan cara meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami rangsangan (*stimulus*) dan kemampuan bertindak cepat, mengambil keputusan dengan cepat dan tepat. Aspek afektif dikembangkan melalui penanaman nilai disiplin, taat peraturan, menghormati guru, menghargai lawan dan kawan, jiwa sportivitas (*fair play*), semangat pantang menyerah, tahan menderita, dan sebagainya. Aspek psikomotor ditandai dengan semakin meningkatnya keterampilan gerak olahraga misalnya: menendang, mengguling, menggantung, berenang, gerak berirama, petualangan di alam terbuka, dan sebagainya.

Menurut BNSP mengenai standar isi (2004: 513) dinyatakan bahwa tujuan Penjasorkes di antaranya adalah: meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Penjasorkes dan mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis. Untuk membentuk karakter mulia bagi peserta didik bukan hal yang sederhana, namun demikian sebaliknya hal ini bukan sesuatu yang mustahil dilakukan. Membentuk karakter tidak dapat dilakukan secara instan tetapi dibutuhkan kesabaran, keuletan, waktu yang panjang, metode yang tepat, dan teknik atau strategi yang sesuai. Penjas memiliki peran dalam pembentukan karakter peserta didik lewat aktivitas yang dilakukan baik di lapangan maupun di dalam ruangan. Nilai-nilai karakter yang dapat di tanamkan kepada peserta didik di antaranya adalah: spiritualitas, kerja sama, taat peraturan, kepekaan sosial, disiplin, kerja keras, bertanggung jawab, berwawasan luas, dan optimis.

Dalam pembentukan karakter keteladanan diyakini lebih efektif dari pada pengajaran. Satu keteladanan lebih efektif dari pada seribu nasehat. Hal ini sesuai yang disampaikan oleh Doni Koesoema (2009: 146) mengutip pepatah latin *verba movent exempla trahunt* (kata-kata itu menggerakkan orang, namun teladan memikat hati). Hal ini sesuai yang disampaikan dalam Al Qur'an (al-Anbiya': 107) "Dan tidaklah Kami mengutus kamu (Muhammad Saw) melainkan untuk rahmat bagi semesta alam." "Sesungguhnya aku telah diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia." (H.R. Ahmad dari Abu Hurairah Ra.).

Untuk membentuk jiwa spiritual yang kuat pada peserta didik melalui Penjas dapat dilakukan dengan cara pembiasaan berupa selalu berdoa sebelum dan sesudah proses pembelajaran, berlatih olahraga, bertanding, dilakukan kajian secara reguler kitab-kitab agama, penanaman pemahaman akan pentingnya melakukan kegiatan olahraga dari sudut pandang agama, melakukan acara doa bersama atau ritual keagamaan secara khusus sebelum pengiriman kontingen olahraga pada turnamen-turnamen besar. Hal ini penting agar peserta didik senantiasa memiliki rasa keimanan dan ketaqwaan yang kuat sehingga terhindar dari perbuatan buruk yang dapat menurunkan prestasi..

Penanaman nilai kerja sama dalam Penjas dilakukan dengan pembiasaan kerja sama tim/kekompok pada olahraga permainan. Olahraga beregu kesuksesannya sangat ditentukan oleh kerja sama/kekompakan dari setiap anggota tim. Kebiasaan bekerja sama dalam permainan olahraga ini diharapkan dapat diimplikasikan dalam kehidupan masyarakat dalam bidang yang lebih luas.

Materi Penjas berupa permainan dan olahraga syarat dengan peraturan yang mengikat. Dalam melakukan permainan peserta didik yang tidak mentaati peraturan tidak akan disukai oleh teman-temannya, bahkan dapat berakibat dikucilkan. Pembiasaan taat peraturan dalam permainan dan olahraga ini diharapkan dapat diimplikasikan dalam bidang kehidupan

lain yang lebih luas. Kesuksesan organisasi dalam meraih tujuan tidak terlepas dari kepatuhan anggotanya dalam mengikuti peraturan yang berlaku, disiplin, kerja keras, dan bertanggung jawab.

Kepatuhan terhadap peraturan merupakan salah satu indikasi sikap disiplin dan bertanggung jawab. Untuk menumbuh kembangkan sikap disiplin dan tanggung jawab terhadap peserta didik melalui Penjas dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut, antara lain: (1) tertib administrasi, (2) diberlakukan penghargaan dan hukuman, dan (3) dilakukan proses bimbingan, pengarahan, dan penyadaran akan pentingnya kedisiplinan dan rasa tanggung jawab demi tercapainya prestasi belajar yang tertinggi.

Untuk membuat peserta didik berwawasan luas melalui Penjas dapat dilakukan dengan cara membiasakan peserta didik untuk: senang membaca, dan mengakses informasi dari media cetak maupun elektronik. Tempat di mana peserta didik berkumpul disediakan majalah, jurnal, atau tabloid yang membahas tentang pengetahuan olahraga, gizi, hasil penelitian termutakhir, dan berita-berita catatan prestasi atlet nasional dan internasional.

Agar peserta didik memiliki jiwa optimis melalui Penjas perlu dilakukan beberapa tindakan antara lain: (1) penyadaran terus-menerus bahwa setiap peserta didik memiliki potensi tinggi untuk berprestasi namun keberhasilannya tergantung tingkat usaha, dedikasi, semangat, dan daya juang masing-masing, (2) menanamkan jiwa keihlasan dan senantiasa mengharap keridhoan dari Tuhan atas kiprahnya dalam bidang Penjas, dan (3) rajin berdoa dengan penuh harap agar prestasi yang dicita-citakan dikabulkan Tuhan.

## **SIMPULAN**

Akhir-akhir ini karakter generasi muda dan peserta didik berada pada tingkat yang mengawatirkan. Hal ini tandai dengan maraknya budaya kekerasan, memaksakan pendapat, dan perilaku anti norma yang

dilakukan oleh anak bangsa baik kalangan rakyat jelata maupun kalangan terhormat di negara ini, tawuran antar pelajar, suporter olahraga, bentrokan yang berbahu SARA, pornoaksi dan pornografi, miras narkoba, pergaulan bebas, dan hilangnya rasa hormat terhadap orang tua dan guru. Jika keadaan seperti ini tidak segera diatasi maka tidak mustahil terjadi kekacauan yang berujung pada disintegrasi bangsa.

Karakter mulia bagi peserta didik sangat besar pengaruhnya terhadap pencapaian prestasi belajar. Karakter dasar yang harus dimiliki oleh peserta didik antara lain; spiritualitas yang mantap, kepekaan sosial, ulet, kerja keras, disiplin, tanggung jawab, berwawasan luas, dan optimis. Karakter dasar tersebut dimiliki oleh peserta didik melalui proses pendidikan dan keteladanan dari semua pihak yang terlibat dalam pendidikan.

Beberapa kiat untuk menanamkan karakter mulia melalui Penjas dapat dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: penanaman kesadaran dengan pengarahan, nasehat, pembiasaan, penegakan peraturan, serta keteladanan. Keteladanan lebih efektif daripada seribu nasehat. *Verba movent exempla trahunt* (kata-kata itu menggerakkan orang, namun teladan memikat hati).

## REFERENSI

- Abdullah Nashih Ulwan. (1981). *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*. (Terjemahan Saifullah Kamalie dan Hery Noer Ali). Semarang: Asy-Syifa'.
- Adz-Dzaki, Hamdani Bahran. (2008). *Psikologi Kenabian; Prophetic Psychology*. Yogyakarta: Al Manar.
- An-Nawawi, Imam Abu Zakaria Yahya bin Syarf. (1986). *Riadhush Shalihin II*. (Terjemahan Salim Bahreisj). Bandung: PT. Alma'arif.
- Doni Koesoema A. (2007). *Pendidikan Karakter Strategi Mendidik Anak di Zaman Global*. Jakarta: PT Gramedia.

Doni Koesoema. (2009). *Pendidikan Karakter di Jaman Keblinger*. Jakarta: PT Grasindo.

Ki Sutikno. (2009). *Ketamansiswaan Untuk Pamong, Karyawan, dan Mahasiswa*. Yogyakarta: UST.

Sudibyo Setobroto. (2001). *Mental Training*. Jakarta: Percetakan SOLO