

---

# KONTRIBUSI PENDIDIKAN JASMANI DALAM MEMBENTUK KARAKTER PESERTA DIDIK

**Paiman**

Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Wates, Jl. Wates - Purworejo Triharjo, Wates  
email: paiman@yahoo.co.id

---

## Abstract

*Lately the character the young generation of Indonesian is at the level of worrying There are many bad behaviour done by young people such as juvenile delinquency, drugs, and some uncivilized actions such as corruption, nepotism, tribe conflicts. Those are indicated that the moral decadencies happened in all aspects of life. In a wider context, if we cannot improve the condition, this bad behaviours will lead the disintegration of Indonesia as a united nation and united country. This proves the character building of Indonesian should have the first priority in developing the country especially in the national education system in Indonesia. The good characters of students will influence students performance in learning and its result. The base character of the students are good in spiritual, patriotism, discipline, responsibility, wide point of view, optimism, deep spiritual view, and deep nationalism. Those characters must be internalized into every individual through education in schools and colleges. Physical education as one of subject at school has strategic role in internalizing the good characters. This can be done through the activity of giving advices, simulation and discussion, example in real practice through games and teaching learning activities. The most effective technique is example. The Indonesian's proverb says that one example is more effective than thousands of advices. Through games and sport activities, teacher can internalize the good characters into student's personalities as well as fun.*

*Keywords: Character Building, Students, Physical Education.*

## Abstrak

*Akhir-akhir ini karakter generasi muda Indonesia ada pada tingkat yang mengkhawatirkan karena ada banyak perilaku buruk yang dilakukan oleh generasi muda seperti kenakalan remaja, narkoba, dan beberapa tindakan seperti korupsi, nepotisme, konflik antar suku. Mereka menunjukkan bahwa penurunan moral terjadi dalam semua aspek kehidupan. Dalam konteks yang lebih luas, jika kita tidak dapat memperbaiki kondisi, perilaku buruk ini akan menyebabkan disintegrasi Indonesia sebagai sebuah negara kesatuan dan satu bangsa. Ini membuktikan pembangunan karakter di Indonesia memiliki prioritas pertama terutama dalam sistem pendidikan nasional di Indonesia. Karakter baik siswa akan mempengaruhi hasil belajar siswa. Karakter dasar siswa haruslah baik dalam spiritual, patriotis, disiplin, bertanggung jawab, berpandangan luas, optimis, pandangan spiritual yang mendalam, dan nasionalisme yang kuat. Karakter-karakter tersebut harus diinternalisasikan ke dalam setiap individual melalui pendidikan di sekolah-sekolah dan perguruan tinggi. Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran di sekolah memiliki peran strategis dalam internalisasi karakter yang baik. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan nasihat, simulasi dan diskusi, misalnya dalam praktik nyata permainan dan kegiatan belajar mengajar. Teknik yang paling efektif adalah memberi contoh. Pepatah mengatakan bahwa satu contoh lebih efektif daripada ribuan nasihat. Melalui permainan dan kegiatan olahraga, guru dapat menginternalisasi karakter yang baik dalam kepribadian siswa dengan cara yang menyenangkan. Kata Kunci : Pembentukan Karakter, Siswa, Pendidikan Jasmani.*

## PENDAHULUAN

Akhir-akhir ini perbincangan tentang perlunya pendidikan karakter bagi generasi muda marak dibicarakan. Issu tentang pentingnya pendidikan karakter dilatarbelakangi oleh merebaknya budaya

kekerasan dan perilaku anti norma yang dilakukan oleh sebagian anak bangsa. Kerusakan karakter bangsa tidak hanya dilakukan oleh kalangan rakyat jelata, tetapi kalangan terhormat di negara ini pun juga ada yang melakukannya. Contoh

dari fenomena-fenomena tersebut adalah adanya tawuran antar pelajar, antar suporter olahraga, bentrokan antar suku, antar agama, maraknya korupsi, kolusi, nepotisme, serta perilaku yang mengarah kepada disintegrasi bangsa, misalnya: gerakan Papua merdeka, Republik Maluku Selatan (RMS), dan sebagainya.

Dahulu bangsa Indonesia dikenal sebagai bangsa yang ramah-tamah, suka bergotong royong, memiliki toleransi yang tinggi, memiliki kejujuran, dan kearifan lokal yang diteladani oleh bangsa lain. Namun dengan adanya arus informasi dan globalisasi nampaknya budaya adiluhung itu semakin terkikis ditelan waktu. Generasi muda termasuk pelajar cenderung lebih bangga dengan budaya barat dibanding dengan budaya sendiri yang adiluhung dan telah teruji berabad-abad lamanya. Bangsa ini sepertinya sudah kehilangan jati diri dan kebanggaan nasional.

Degradasi moral juga melanda dunia pendidikan yang sebagian besar peserta didiknya adalah remaja dan generasi muda. Gejala adanya degradasi moral itu, misal: adanya tawuran antar pelajar dan mahasiswa, kecurangan pelaksanaan ujian nasional, mencari nilai tinggi dengan menghalalkan segala cara, dan hilangnya semangat belajar, kejujuran, kemandirian, memaksakan pendapat, dan semangat kompetisi yang menjadi roh dari proses pendidikan yang hanya mengejar kebanggaan sesaat. Demikian juga indikasi lain dari adanya kemerosotan karakter di dunia pendidikan adalah adanya fenomena maraknya penggunaan minuman keras, narkoba, film dan gambar porno, seks bebas, menurunnya rasa hormat terhadap orang tua dan guru di kalangan pelajar. Keadaan tersebut di atas apabila tidak diatasi secara sungguh-sungguh jelas-jelas akan merusak citra bangsa pada umumnya dan dunia pendidikan pada khususnya.

Husaini Usman (2001: 112-114) menyatakan tentang adanya fenomena-fenomena memprihatinkan yang terjadi dalam dunia pendidikan Indonesia. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa hampir 90% perkuliahan di kampus-kampus bersifat satu arah (ceramah). Penggunaan metode ceramah cenderung tidak memberdayakan potensi mahasiswa untuk berfikir kritis, kreatif, dan inovatif (Daldjoeni, 1996).

Engkoswara (1989) menyatakan bahwa data penelitian menemukan bahwa pendidikan belum menjamin lulusannya siap pakai. Pendidikan masih kurang menekankan pada unsur afektif, kreativitas, kemampuan berfikir, sikap membangun, dan landasan moralitas operasional. Pendidikan masih menghasilkan kehidupan yang bersifat materialistis yang dapat menimbulkan KKN, merendahkan moralitas, dan generasi santai yang kurang memiliki solidaritas nasional dan patriotisme. Produktivitas pendidikan masih rendah ditandai dengan rendahnya prestasi, iklim akademis kurang kondusif, ekonomi belum efisien (Engoswara, 1989), prestasi dapat dilihat dari masukan belum merata, jumlah tamatan belum banyak, kualitas pendidikan masih rendah, serta relevansi pendidikan dengan kebutuhan dunia kerja masih kurang. Iklim akademik dicerminkan oleh motivasi peserta didik rendah, etos kerja pendidik dan tenaga kependidikan masih rendah, dan terjadi pemborosan di bidang pendidikan ditunjukkan dengan belum efesiennya penyelenggaraan pendidikan, dalam hal ini diperkirakan terjadi kebocoran APBN berkisar 30%. Penelitian internasional menemukan kategori etos kerja bangsa Indonesia sebagai bangsa yang beretos kerja rendah, sebagai bangsa termalas nomor tiga di dunia dari 42 negara termalas di dunia (Pidarta, 1999). Dalam hal kesusilaan, penelitian menunjukkan bahwa 6% dari 620.283 siswa di 1.783 SMU di Jawa Tengah melakukan hubungan seks bebas, 60%nya dilakukan di rumah sendiri dan 40% dilakukan di penginapan dan hotel (Suprastowo, 1999), dan masih banyak lagi potret-potret suram di dunia pendidikan Indonesia.

Di *global Competitiveness Index* (GCI) dalam Suyanto (2010: 1) dinyatakan kondisi Indonesia dapat dibandingkan dengan negara-negara lain adalah sebagai berikut:

**Tabel 1. Global Competitiveness Index (GCI)**

Country	2010-2011		2009-2010
	Rank	score	Rank
Switzerland	1	5.63	1
Sweden	2	5.56	4
Singapore	3	5.48	3
United State	4	5.43	2
Japan	6	5.37	8

Malaysia	26	4.88	24
China	27	4.88	29
Brunei Darussalam	28	4.75	32
Thailand	38	4.51	36
<b>Indonesia</b>	<b>44</b>	<b>4.43</b>	<b>54</b>
India	51	4.33	49
Vietnam	59	4.27	75

Apabila keadaan seperti ini tidak dilakukan penanganan yang serius, kiranya sangat sulit bagi bangsa Indonesia ini untuk dapat mengejar ketertinggalannya dengan bangsa lain di segala bidang pada umumnya dan bidang olahraga pada khususnya. Budaya hedonisme yaitu gaya hidup untuk selalu ingin bersenang-senang rupanya telah merambah kehidupan peserta didik. Budaya hedonisme jelas-jelas bertentangan dengan suasana kompetisi dalam segala bidang. Prestasi tinggi hanya dapat dicapai melalui perjuangan yang berat, disiplin, kerja keras, semangat yang membara, keyakinan yang tinggi, keteguhan jiwa, dan cita-cita tinggi. Untuk membentuk sifat peserta didik seperti tersebut di atas memerlukan proses yang panjang dan waktu yang lama. Proses tersebut dimulai dari pengenalan melalui penyampaian pengetahuan atau informasi, melakukan, membiasakan, dan akhirnya menjadi sebuah karakter.

### KARAKTER MULIA BAGI PESERTA DIDIK

Menurut Rutland dalam M. Furqon Hidayatullah (2011: 2) dinyatakan bahwa karakter berasal dari akar kata bahasa latin yang berarti "dipahat". Sebuah kehidupan dapat ibaratkan seperti sebuah balok granit yang dipahat dengan hati-hati yang menghasilkan maha karya atau dipukul dengan sembarangan yang akhirnya menjadi puing-puing yang hancur berantakan tak berharga. Karakter adalah gabungan dari kebajikan dan nilai-nilai yang dipahat dengan hati-hati di dalam batu hidup yaitu diri manusia sehingga menjadi sesuatu yang permanen dan menjadi watak peserta didik. Dengan karakter mulia ini peserta didik dapat mengelola diri dari hal-hal yang bersifat negatif. Demikian juga dengan karakter mulia ini peserta didik dapat terdorong untuk melakukan perbuatan yang sesuai dengan kata

hatinya, yang mana kata hati itu selalu mengatakan hal-hal yang baik sesuai perintah Tuhan.

Pengertian karakter memiliki makna yang identik dengan istilah akhlak dalam agama Islam. 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. Peserta didik adalah calon pemimpin dan pewaris negara di masa depan, maka dengan berbekal karakter mulia akan dapat menata bangsa dan negara secara aman, makmur, adil, dan sejahtera di bawah bimbingan nilai keTuhanan.

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, misalnya: keluarga pada masa kecil dan juga bawaan seseorang sejak lahir. Dari pendapat di atas tampak jelas bahwa karakter adalah sifat khas yang dimiliki seseorang. Sifat khas yang dimiliki seseorang tersebut terbentuk sebagai hasil dari proses interaksi seseorang dengan lingkungan, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial budaya.

Faktor lingkungan dan keturunan keduanya 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 selalu 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. Menurut Sutari Imam Barnadib (1989: 35) dinyatakan bahwa ada 5 faktor yang mempengaruhi proses pendidikan, antara lain: (1) Tujuan, (2) pendidik, (3) anak didik/peserta didik, (4) alat-alat, dan (5) alam sekitar/lingkungan (*milieu*).

Agar peserta didik dapat berprestasi tinggi dibutuhkan beberapa karakter dasar yang harus dimiliki di antaranya adalah sebagai berikut: spiritualitas (KeTuhanan), kepekaan sosial, ulet, kerja keras, disiplin, bertanggung jawab, berwawasan luas, optimis, dan jiwa nasionalisme. Karakter dasar tersebut jika dapat dimiliki peserta didik secara utuh maka akan dapat menjadi individu yang matang yang mampu menghadapi segala tantangan yang selalu berubah. Individu yang matang baik jasmani maupun rohani tidak terbentuk dalam waktu sesaat namun memerlukan proses yang panjang dan rumit.

*Spiritualitas (KeTuhanan)*, keimanan yang kuat sangat penting bagi diri peserta didik sebab sumber kebaikan adalah aturan agama. Dengan rasa KeTuhanan yang tinggi ini menjadikan peserta didik merasa dekat dengan Tuhan sehingga segala gerak-gerik, tingkah laku, dan ucapan merasa selalu diawasi oleh Tuhan. Hukum agama berupa pahala, dosa, boleh, dan makruh merupakan indikator tata laku orang yang beriman.

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. Bagi seorang mu'min sejati perintah Allah dalam Alqur'an dan perintah Rosul dalam hadist diyakini sebagai kewajiban yang harus dilakukan, demikian juga perintah tentang anjuran untuk mencari ilmu. Oleh karena itu kegiatan belajar apabila didasari oleh motivasi ibadah maka seberat apapun aktivitas tersebut akan dapat dilakukan secara ikhlas.

*Kepekaan sosial* adalah ketajaman (*sensitivity*) rasa dalam interaksinya sesama manusia. Kepekaan sosial memunculkan sifat empati, toleransi, tepa selira, kerja sama, rela menolong, gotong royong, dan sebagainya. Keimanan yang kuat akan menumbuhkan kembangkan kepekaan sosial karena setiap agama pasti mengajarkan agar berbuat baik kepada sesama manusia sebagai makhluk Tuhan. Munculnya sikap anarkis, memaksakan kehendak, premanisme, vandalisme, egoistis, serakah, tamak, dan sikap menang sendiri disebabkan terkikisnya nilai kepekaan sosial ini.

*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. Peserta didik yang memiliki sikap ini kelak setelah dewasa akan selalu dapat menyesuaikan keadaan yang mungkin serba sulit. Realita di masyarakat menunjukkan bahwa kehidupan penuh dengan persaingan/kompetisi, dan hanya manusia yang memiliki daya kompetitif tinggi yang menang dalam persaingan.

*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. Sikap disiplin bagi peserta didik yang harus dilakukan antara lain, adalah ketaatan: waktu belajar, waktu berlatih, waktu beristirahat, dan perilaku yang dilarang pendidik yang dapat menurunkan prestasi belajar. Sikap disiplin ini akan dapat melahirkan

perilaku yang istikomah dalam mempertahankan prestasi belajar.

Sikap disiplin bagi peserta didik merupakan sesuatu yang sangat penting yang senantiasa harus dilakukan. Tanpa kedisiplinan yang tinggi semua program yang disusun oleh guru, dan manajer sekolah tidak akan dapat berjalan dengan baik. Program yang dilakukan secara serampangan, tidak sistematis dan progresif tidak akan dapat menciptakan prestasi yang tinggi.

*Bertanggungjawab* adalah sikap bersungguh-sungguh dalam menerima tugas dan kemauan yang kuat untuk mencurahkan segala kemampuan dan pikiran demi tercapainya tugas yang dipikulnya. Peserta didik yang memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi akan mencurahkan segala kemampuan dan pikiran yang dimilikinya demi pencapaian prestasi tertinggi, yang mana hal ini dapat mengharumkan nama diri sendiri, sekolah, orang tua, masyarakat, bangsa dan negara yang memberi tanggung jawab. Dengan sikap bertanggungjawab ini peserta didik akan memiliki komitmen yang lurus, dan idealisme yang mantap terhadap sesuatu yang diyakini.

Peserta didik yang memiliki sikap bertanggung jawab terhadap tugas dan perannya akan dapat terhindar dari perbuatan-perbuatan yang buruk yang dapat menurunkan prestasi dan menodai citra positif pelajar. Perbuatan-perbuatan buruk tersebut antara lain: budaya menyontek, perbuatan asusila, kebiasaan mengkonsumsi minuman keras dan rokok, berperilaku kasar, tidak sopan terhadap guru, melakukan perkelaian, anarkis, dan sebagainya.

*Berwawasan luas* berarti bahwa peserta didik harus gemar mencari informasi, pengetahuan, dan keterampilan baru yang sesuai dengan kemajuan IPTEK kekinian yang relevan dengan ilmu yang ditekuni. Pencapaian prestasi belajar sangat erat dengan kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan yang mendukung. Peserta didik harus selalu haus akan ilmu pengetahuan dan teknologi. Untuk itu penguasaan teknologi informasi mutlak diperlukan.

*Optimis* adalah keyakinan disertai rasa penuh harapan bahwa segala cita-cita akan dapat diraih apabila dilakukan dengan usaha dan doa yang sungguh-sungguh serta semangat pantang menyerah. Usaha yang dilakukan peserta didik

meliputi usaha lahir dan usaha batin. Usaha lahir berupa belajar dan berlatih keras, peningkatan kualitas gizi yang dikonsumsi, dan peningkatan motivasi berprestasi terus-menerus. Sedang usaha batin adalah rajin berdoa, minta didoakan oleh teman atau saudara, tawakal, dan pemenuhan kebutuhan non teknik lainnya. Sikap optimis ini akan dapat mendorong peserta didik memiliki semangat pantang menyerah, terhindar dari sifat cengeng, dan memiliki banyak cara untuk meraih sukses.

*Nasionalisme* adalah sikap merasa menjadi warga suatu bangsa dan bangga dengan bangsa yang dimiliki. Peserta didik harus ditanamkan kesadaran yang dalam akan arti nasionalisme ini karena di negara ini dilahirkan, dibesarkan, mencari penghidupan, mati dan dikuburkan. Pendidik agar berusaha keras menanamkan kesadaran jiwa nasionalisme ini kepada peserta didiknya, dan mencegah rasa rendah diri menjadi bangsa Indonesia, sebaliknya bangga memakai atribut bangsa lain.

Peserta didik dengan Jiwa nasionalisme yang tinggi memungkinkan untuk memiliki daya juang yang luar biasa dalam meraih prestasi di iven-iven internasional. Prestasi yang tinggi di kancah internasional akan dapat mengangkat citra bangsa dan kehormatan negara Indonesia.

## **SUMBANGSIH PENJAS DALAM MENANAMKAN KARAKTER MULIA BAGI PESERTA DIDIK**

Karakter mulia peserta didik merupakan hasil kumulatif nilai-nilai yang diperoleh dari berbagai sumber pendidikan. Pendidikan karakter tidak hanya tugas dari pendidikan agama, dan PKN semata, tetapi mata pelajaran yang lain juga memiliki sumbangan yang berarti, tak terkecuali Penjas. Mata pelajaran satu dengan yang lainnya saling bahu-membahu membentuk karakter peserta didik.

Sukadiyanto (2008: 3) menyatakan bahwa Penjas mempunyai dua pengertian yakni pendidikan melalui aktivitas jasmani. Pendidikan melalui aktivitas jasmani mempunyai pengertian bahwa aktivitas jasmani dalam Penjas digunakan sebagai alat/media untuk mendidik, sedang tujuan pendidikannya adalah sama dengan pendidikan secara umum yakni aspek

kognitif, afektif, psikomotor, dan kinestetik. Penjas memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai alat untuk mendidik. Pendidikan memiliki pengertian yang lebih luas dan dalam dibanding dengan mengajar. Aspek gerak (*kinesthetic*) memang merupakan tujuan dominan dari Penjas, namun demikian tidak berarti bahwa aspek yang lain diabaikan, misalnya: kognitif, afektif dan psikomotor juga mendapat perhatian yang serius.

Menurut Bucher (1983: 17), dalam pendidikan jasmani adanya perhatian seseorang terhadap pengetahuan perihal peran aktivitas jasmani dalam hubungannya dengan fisik, mental, emosional, dan perkembangan sosial dari seorang individu. Mencermati pendapat Bucher tersebut dapat dipahami bahwa Penjas tidak hanya menangani perihal fisik semata namun lebih dari pada itu aspek mental, emosional, dan sosial juga mendapat perhatian.

Menurut BNSP mengenai standar isi (2004: 513), tujuan Penjasorkes di antaranya adalah "... (4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis, ...".

Untuk membentuk karakter mulia peserta didik bukan hal yang sederhana, namun demikian bukan sesuatu yang mustahil untuk dilakukan. Membentuk karakter dibutuhkan kesabaran, keuletan, waktu yang panjang, metode yang tepat, dan teknik atau strategi yang sesuai, serta lingkungan yang mendukung. Demikian juga pembentukan karakter tidak dapat dilakukan oleh satu atau dua mata pelajaran secara parsial tetapi harus dilakukan oleh seluruh mata pelajaran secara komprehensif.

Peserta didik agar memiliki karakter mulia seperti tersebut di atas tidak cukup hanya mendapatkan pengajaran tentang karakter mulia tersebut. Keteladanan dinyakini lebih efektif dari pada pengajaran. Satu keteladanan lebih efektif dari pada seribu nasehat. Hal ini sesuai yang disampaikan oleh Doni Koesoema A (2009: 146) mengutip pepatah latin *verba movent exempla trahunt* (kata-kata itu menggerakkan orang, namun teladan memikat

hati). Keteladanan itu harus dilakukan oleh orang dewasa yang berperan dalam membimbing peserta didik, di antaranya adalah: guru penjas, orang tua, dan pelatih. Dengan keteladanan ini peserta didik dapat melihat dengan nyata karakter mulia yang praktikkan oleh orang dewasa yang menjadi idolanya. Hal ini sesuai yang disampaikan dalam Al Qur'an "Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri teladan yang baik." (Al Ahzab: 21), "Dan tidaklah Kami mengutus kamu (Muhammad Saw) melainkan untuk rahmat bagi semesta alam." (al-Anbiya': 107), "Sesungguhnya aku telah diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia." (H.R. Ahmad dari Abu Hurairah Ra.). Hal seperti yang telah disebutkan di atas menjelaskan kepada kita bahwa keteladanan itu mudah dipahami dan dikerjakan dibanding pengajaran.

Penanaman nilai kerja sama juga dapat dilakukan lewat Penjas yakni dengan pembiasaan kerja sama tim/kelompok pada olahraga permainan. Kesuksesan olahraga beregu sangat ditentukan oleh kerja sama/keompakan dari setiap anggota tim. Kebiasaan bekerja sama dalam permainan olahraga ini diharapkan dapat diimplikasikan dalam kehidupan bermasyarakat dalam bidang yang lebih luas.

*Disiplin*, materi Penjas berupa permainan dan olahraga syarat dengan peraturan yang mengikat. Pembiasaan taat peraturan dalam permainan dan olahraga ini diharapkan dapat diimplikasikan dalam bidang kehidupan lain yang lebih luas. Kepatuhan terhadap peraturan merupakan salah satu indikasi sikap disiplin dan bertanggung jawab.

*Kepekaan sosial*, untuk menanamkan nilai ini melalui Penjas dapat dilakukan dengan beberapa tindakan di antaranya adalah membiasakan peserta didik membantu guru menyiapkan alat pembelajaran, menanamkan rasa empati terhadap teman atau lawan bermain ketika menderita kecelakaan, menjenguk teman yang sakit, menggalang dana sosial lewat iven olahraga, melakukan olahraga dengan sikap sportif, dan pertandingan persahabatan. Kepekaan rasa sosial di lapangan olahraga ini diharapkan dapat diimplementasikan dalam kehidupan bermasyarakat sehingga memunculkan rasa saling menyayangi, tolong-menolong, dan empati terhadap penderitaan orang lain.

Agar peserta didik memiliki jiwa optimis melalui Penjas dapat 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.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Akhir-akhir ini karakter generasi muda dan peserta didik berada pada tingkat yang mengawatirkan. Hal ini ditandai dengan maraknya budaya kekerasan, memaksakan pendapat, dan perilaku anti norma yang dilakukan oleh anak bangsa di antaranya adanya: tawuran antar pelajar, suporter olahraga, antar suku, daerah, dan agama, 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. Kemerosotan karakter juga merambah pada insan-insan pendidikan di antaranya adalah oknum pejabat di jajaran Depdiknas, oknum manajer sekolah, oknum guru, serta oknum peserta didik. Untuk itu pendidikan karakter mutlak diperlukan demi terciptanya suasana aman, nyaman, dan damai di negara Indonesia tercinta.

Karakter mulia bagi peserta didik besar pengaruhnya terhadap pencapaian prestasi belajar yang dapat mengangkat harkat, martabat serta keharuman nama bangsa. Beberapa karakter dasar yang harus dimiliki oleh peserta didik antara lain; spiritualitas yang mantap, kepekaan sosial, ulet, kerja keras, disiplin, tanggung jawab, berwawasan luas, optimis dan jiwa nasionalisme. Karakter dasar tersebut harus dimiliki oleh peserta didik melalui proses pendidikan dan keteladanan dari semua pihak yang terlibat dalam pendidikan.

Beberapa kiat yang dapat dilakukan oleh Penjas dalam menanamkan karakter mulia dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: penanaman kesadaran dengan pengarahan,

nasehat, tayangan film, pembiasaan, penegakan norma dan peraturan, serta yang paling utama adalah keteladanan. Keteladanan lebih efektif daripada seribu nasehat. *Verba movent exempla trahunt* (kata-kata itu menggerakkan orang, namun teladan memikat hati)

## DAFTAR PUSTAKA

- 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). Riadhus Shalihin II. (Terjemahan Salim Bahreisj). Bandung: PT. Alma'arif.
- BNSP. (2004). *Standar Isi*. Jakarta: Depdiknas.
- Bucher, C.A. (1983). *Foundations of Psysical Education & Sport (6th ed)*. London: The C.V. Mosby Company.
- 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.
- Husaini Usman. (2009). *Administrasi Pendidikan dan Cita-cita Mewujudkan Generasi Baru*. Kumpulan Makalah dengan judul Kearifan Sang Profesor Membumikan Pendidikan Kejuruan. Yogyakarta: Penerbitan UNY.
- M. Furqon Hidayatullah. (April 2011). *Peningkatan Kualitas Pendidik dalam Membangun Karakter Peserta Didik*. Makalah disampaikan dalam Seminar Nasional Ikatan Alumni Universitas Negeri Yogyakarta, di Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sutari Imam Barnadib. (1989). *Pengantar Ilmu Pendidikan Sistematis*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Suyanto. (Desember 2010). *Peran Pendidikan Profesi Guru (PPG) Dalam Menyiapkan Tenaga Kependidikan yang Profesional dan Berkarakter*. Makalah disajikan dalam Seminar Pendidikan Teknik Boga dan Busana, di Universitas Negeri Yogyakarta.
- Winarno Surakhmad. (1980). *Pengantar Interaksi Mengajar-Belajar Dasar dan Teknik Metodologi Pengajaran*, Edisi keIV. Bandung: Tarsito.