

---

# OPTIMALISASI PEMBENTUKAN KARAKTER DAN KEDISIPLINAN SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

**Cerika Rismayanthi**

Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No.1, Karangmalang Yogyakarta 55281

email: cerika\_rismayanthi@uny.ac.id

---

## Abstract

*Physical education, sport, and health is an integral part of overall education, which aims to develop individual organically, neuromuscular, intellectually and emotionally. In the process of learning, growth and intellectual development, social and child emotional occurs largely through movement or motor activity that kids do. Physical education, sport, and health emphasize the holistic aspects of education such as health, physical fitness, critical thinking skills, emotional stability, social skills, reasoning and moral action, which is the goal of education in general or specifically through the learning of physical education, students do activities in the form of the game-sport and exercise tailored to the growth and development of children. Education in primary schools is a formal education is first and foremost, so it became the foundation of all subsequent education. Therefore, through school education was expected of all parties involved to provide the best in terms of optimizing the formation of character and discipline for primary school students. Character formation and cultivation of the values of discipline is appropriate to get considerable attention. Physical education, sport, and health is an educational tool that aims to develop students' personalities in order to fully human formation and implementation of physical education is closely linked to educational efforts that are orderly, planned and sustained level starting from elementary school.*

Keywords: characters forming, discipline, physical education, sport and health

## Abstrak

*Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional. Dalam proses pembelajaran penjasorkes, pertumbuhan dan perkembangan intelektual, sosial dan emosional anak sebagian besar terjadi melalui aktivitas gerak atau motorik yang dilakukan anak. Penjasorkes menekankan aspek pendidikan yang bersifat menyeluruh antara lain kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral, yang merupakan tujuan pendidikan pada umumnya. Atau secara spesifik melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa melakukan kegiatan berupa permainan (game), dan berolahraga yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pendidikan di sekolah dasar merupakan pendidikan formal yang pertama dan utama, sehingga menjadi landasan dari semua pendidikan selanjutnya. Oleh karena itu, melalui pendidikan Sekolah diharapkan semua pihak yang terkait memberikan yang terbaik dalam rangka optimalisasi pembentukan karakter dan kedisiplinan bagi siswa Sekolah dasar. Pembentukan Karakter dan penanaman nilai-nilai kedisiplinan sudah selayaknya mendapatkan perhatian yang cukup besar. Penjasorkes merupakan suatu sarana pendidikan yang bertujuan mengembangkan kepribadian siswa dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya dan pelaksanaan pendidikan jasmani tersebut berhubungan erat dengan usaha-usaha pendidikan yang teratur, terencana dan berkelanjutan dimulai dari jenjang Sekolah Dasar.*

Kata Kunci: Pembentukan Karakter, Kedisiplinan, Penjasorkes

## PENDAHULUAN

Pendidikan karakter kini memang menjadi isu utama pendidikan, selain menjadi bagian dari proses

pembentukan akhlak anak bangsa, pendidikan karakter ini pun diharapkan mampu menjadi pondasi utama dalam mensukseskan Indonesia Emas 2025.

Di lingkungan Kemdiknas sendiri, pendidikan karakter menjadi fokus pendidikan di seluruh jenjang pendidikan yang dibinannya. Jenjang pendidikan formal di Indonesia dimulai dari sekolah dasar (SD) atau sederajat. Di tingkat inilah, anak akan menjalani fase penyesuaian metode pendidikan, dari gaya bermain saat Taman kanak-Kanak (TK) menjadi gaya belajar yang terstruktur oleh kurikulum yang di gunakan di sekolah tersebut. Dari pendidikan taman kanak-kanak, siswa yang diberi materi pengenalan terhadap dunia pendidikan yang mendasar. Selain memasuki pendidikan sekolah dasar maka anak akan mengalami perubahan yang berbeda antara di TK dan SD.

Anak yang akan memasuki Sekolah Dasar akan menyesuaikan pelajaran yang diberikan melalui jadwal pelajaran yang sudah di tentukan di sekolah, sehingga siswa akan menyesuaikan segala kegiatan pelajaran sesuai dengan jadwal. Anak SD masih membawa kebiasaan di TK, anak masih suka menangis, suka berkelahi, suka bermain sendiri, dan masih banyak lagi kebiasaan-kebiasaan lainnya. Namun anak akan merasa senang ketika mereka mempunyai teman yang baru, karena mereka akan belajar komunikasi yang baru, mulai membentuk komunitas atau teman dekat dan dapat dikatakan sebagai sahabat. Setelah melewati jenjang pendidikan dari kelas bawah yaitu kelas 1,2, dan 3, kemudian naik ke kelas 4,5,dan 6. Siswa dikelas atas tersebut sudah mulai bisa mengeluarkan pendapat dan mulai mengeluarkan ide-idenya.

Seorang siswa dalam mengikuti kegiatan belajar disekolah tidak lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan disekolahnya, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya. Kepatuhan dan ketaatan siswa terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku disekolahnya biasa dinamakan disiplin. Sedangkan peraturan, tata tertib, dan berbagai ketentuan lainnya yang berupaya mengatur perilaku siswa disebut disiplin sekolah. Disiplin sekolah adalah usaha sekolah untuk memelihara perilaku siswa agar tidak menyimpang dan dapat mendorong siswa untuk berperilaku sesuai dengan norma, peraturan dan tata tertib yang berlaku disekolah. Sebutan orang yang memiliki disiplin tinggi biasanya tertuju kepada orang yang hadir tepat waktu,

taat terhadap aturan, berperilaku sesuai dengan norma-norma yang berlaku, dan sejenisnya. Sebaliknya, sebutan orang yang kurang disiplin biasanya ditujukan kepada orang-orang yang kurang atau tidak dapat menaati peraturan dan ketentuan yang berlaku dengan baik.

## **KARAKTERISTIK SISWA SEKOLAH DASAR**

Anak yang berada di kelas awal SD adalah anak yang berada pada rentangan usia dini. Masa usia dini ini merupakan masa perkembangan anak yang pendek tetapi merupakan masa yang sangat penting bagi kehidupannya. Oleh karena itu, pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong sehingga akan berkembang secara optimal. Karakteristik perkembangan anak pada kelas satu, dua dan tiga SD biasanya pertumbuhan fisiknya telah mencapai kematangan, mereka telah mampu mengontrol tubuh dan keseimbangannya. Mereka telah dapat melompat dengan kaki secara bergantian, dapat mengendarai sepeda roda dua, dapat menangkap bola dan telah berkembang koordinasi tangan dan mata untuk dapat memegang pensil maupun memegang gunting. Selain itu, perkembangan anak dari sisi sosial, terutama anak yang berada pada usia kelas awal SD antara lain mereka telah dapat menunjukkan keakuannya tentang jenis kelaminnya, telah mulai berkompetisi dengan teman sebaya, mempunyai sahabat, telah mampu berbagi, dan mandiri.

Perkembangan anak usia 6-8 tahun dari sisi emosi antara lain anak telah dapat mengekspresikan reaksi terhadap orang lain, telah dapat mengontrol emosi, sudah mampu berpisah dengan orang tua dan telah mulai belajar tentang konsep nilai misalnya benar dan salah. Untuk perkembangan kecerdasannya anak usia kelas awal SD ditunjukkan dengan kemampuannya dalam melakukan seriasi, mengelompokkan obyek, berminat terhadap angka dan tulisan, meningkatnya perbendaharaan kata, senang berbicara, memahami sebab akibat dan berkembangnya pemahaman terhadap ruang dan waktu. Anak SD merupakan anak dengan katagori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik. Usia anak SD yang berkisar antara 6 – 12 tahun menurut Seifert dan Haffung (2007) memiliki tiga jenis perkembangan, yaitu:

### **Perkembangan Fisik**

Hal tersebut mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang. Pada usia 10 tahun baik laki-laki maupun perempuan tinggi dan berat badannya bertambah kurang lebih 3,5 kg. Namun setelah usia remaja yaitu 12 -13 tahun anak perempuan berkembang lebih cepat dari pada laki-laki, Sumantri dkk (2005); (2) Perkembangan Kognitif, hal tersebut mencakup perubahan – perubahan dalam perkembangan pola pikir.

### **Perkembangan Kognitif**

Hal ini dapat dijelaskan berdasarkan tiga pendekatan perkembangan yaitu: Tahapan Pra Operasional, Tahapan Operasional Konkrit, Tahapan Operasional Formal;

### **Perkembangan Psikososial**

Hal tersebut berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu. Perkembangan individu harus sejalan dengan perkembangan aspek lain seperti di antaranya adalah aspek psikis, moral dan sosial. Syaodih (2007) menjelaskan tahapan perkembangan anak jika dipandang rangsangan fisik yang sering diberikan maka faktor fisik anak yang berkembang demikian juga halnya dengan faktor kognitif dan psikososial.

Karakteristik Pertumbuhan Fisik atau Jasmani pada anak usia Sekolah dasar, diantaranya: (1) Perkembangan fisik atau jasmani anak sangat berbeda satu sama lain, sekalipun anak-anak tersebut usianya relatif sama, bahkan dalam kondisi ekonomi yang relatif sama pula. Sedangkan pertumbuhan anak-anak berbeda ras juga menunjukkan perbedaan yang menyolok. Hal ini antara lain disebabkan perbedaan gizi, lingkungan, perlakuan orang tua terhadap anak, kebiasaan hidup dan lain-lain; (2) Nutrisi dan kesehatan amat mempengaruhi perkembangan fisik anak. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan pertumbuhan anak menjadi lamban, kurang berdaya dan tidak aktif. Sebaliknya anak yang memperoleh makanan yang bergizi, lingkungan yang menunjang, perlakuan orang tua serta kebiasaan hidup yang baik akan menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak; (3) Olahraga juga merupakan faktor penting pada pertumbuhan fisik anak. Anak yang kurang berolahraga atau tidak aktif sering kali menderita kegemukan atau

kelebihan berat badan yang dapat mengganggu gerak dan kesehatan anak; (4) Orang tua harus selalu memperhatikan berbagai macam penyakit yang sering kali diderita anak, misalnya bertalian dengan kesehatan penglihatan (mata), gigi, panas, dan lain-lain. Oleh karena itu orang tua selalu memperhatikan kebutuhan utama anak, antara lain kebutuhan gizi, kesehatan dan kebugaran jasmani yang dapat dilakukan setiap hari sekalipun sederhana.

### **PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PENJASORKES)**

Definisi Pendidikan Jasmani dari pandangan holistik ini cukup banyak mendapat dukungan dari para ahli Pendidikan Jasmani lainnya. Misalnya, Siedentop (1990), mengemukakan, Pendidikan Jasmani modern yang lebih menekankan pada pendidikan melalui aktivitas jasmani didasarkan pada anggapan bahwa jiwa dan raga merupakan satu kesatuan yang tidak bisa dipisah-pisahkan. Pandangan ini memandang kehidupan sebagai totalitas.

Wall dan Murray (1994), mengemukakan hal serupa dari sudut pandang yang lebih spesifik, masa anak-anak adalah masa yang sangat kompleks, dimana pikiran, perasaan, dan tindakannya selalu berubah-ubah. Oleh karena sifat anak-anak yang selalu dinamis pada saat mereka tumbuh dan berkembang, maka perubahan satu element sering kali mempengaruhi perubahan pada elemen lainnya. Oleh karena itulah, adalah anak secara keseluruhan yang harus kita didik, tidak hanya mendidik jasmani atau tubuhnya saja. Oleh karena itu dapatlah dikatakan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun demikian, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan.

Melalui Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Oleh karena itu tidaklah mengherankan apabila banyak yang meyakini dan mengatakan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan bagian dari pendidikan

menyeluruh, dan sekaligus memiliki potensi yang strategis untuk mendidik. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut; (1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih; (2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik; (3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; (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, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan

demokratis, (6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, (7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

## **PEMBENTUKAN KARAKTER**

Indonesia memerlukan sumberdaya manusia dalam jumlah dan mutu yang memadai sebagai pendukung utama dalam pembangunan. Untuk memenuhi sumberdaya manusia tersebut, pendidikan memiliki peran yang sangat penting. Hal ini sesuai dengan UU No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3, yang menyebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berdasarkan fungsi dan tujuan pendidikan nasional, jelas bahwa pendidikan di setiap jenjang, termasuk Sekolah Menengah Pertama (SMP) harus diselenggarakan secara sistematis guna mencapai tujuan tersebut. Hal tersebut berkaitan dengan pembentukan karakter peserta didik sehingga mampu bersaing, beretika, bermoral, sopan santun dan berinteraksi dengan masyarakat. Bahkan orang-orang tersukses di dunia bisa berhasil dikarenakan lebih banyak didukung kemampuan soft skill daripada hard skill. Hal ini mengisyaratkan bahwa mutu pendidikan karakter peserta didik sangat penting untuk ditingkatkan.

Karakter merupakan nilai-nilai perilaku manusia yang berhubungan dengan Tuhan Yang Maha Esa, diri sendiri, sesama manusia, lingkungan, dan kebangsaan yang terwujud dalam pikiran, sikap, perasaan, perkataan, dan perbuatan berdasarkan norma-norma agama, hukum, tata krama, budaya, dan adat istiadat. Pendidikan karakter adalah suatu

sistem penanaman nilai-nilai karakter kepada warga sekolah yang meliputi komponen pengetahuan, kesadaran atau kemauan, dan tindakan untuk melaksanakan nilai-nilai tersebut, baik terhadap Tuhan Yang Maha Esa (YME), diri sendiri, sesama, lingkungan, maupun kebangsaan sehingga menjadi manusia insan kamil.

Pada pendidikan karakter di sekolah, semua komponen (*stakeholders*) harus dilibatkan, termasuk komponen-komponen pendidikan itu sendiri, yaitu isi kurikulum, proses pembelajaran dan penilaian, kualitas hubungan, penanganan atau pengelolaan mata pelajaran, pengelolaan sekolah, pelaksanaan aktivitas atau kegiatan ko-kurikuler, pemberdayaan sarana prasarana, pembiayaan, dan ethos kerja seluruh warga dan lingkungan sekolah. Terlepas dari berbagai kekurangan dalam praktik pendidikan di Indonesia, apabila dilihat dari standar nasional pendidikan yang menjadi acuan pengembangan kurikulum (KTSP), dan implementasi pembelajaran dan penilaian di sekolah, tujuan pendidikan di SD sebenarnya dapat dicapai dengan baik. Pembinaan karakter juga termasuk dalam materi yang harus diajarkan dan dikuasai serta direalisasikan oleh peserta didik dalam kehidupan sehari-hari. Permasalahannya, pendidikan karakter di sekolah selama ini baru menyentuh pada tingkatan pengenalan norma atau nilai-nilai, dan belum pada tingkatan internalisasi dan tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai upaya untuk meningkatkan kesesuaian dan mutu pendidikan karakter, Kementerian Pendidikan Nasional mengembangkan grand design pendidikan karakter untuk setiap jalur, jenjang, dan jenis satuan pendidikan. Grand design menjadi rujukan konseptual dan operasional pengembangan, pelaksanaan, dan penilaian pada setiap jalur dan jenjang pendidikan. Konfigurasi karakter dalam konteks totalitas proses psikologis dan sosial-kultural tersebut dikelompokkan dalam: Olah Hati (*Spiritual and emotional development*), Olah Pikir (*intellectual development*), Olahraga dan Kinestetik (*Physical and kinesthetic development*), dan Olah Rasa dan Karsa (*Affective and Creativity development*). Pengembangan dan implementasi pendidikan karakter perlu dilakukan dengan mengacu pada grand design tersebut.

Selama ini, pendidikan informal terutama dalam lingkungan keluarga belum memberikan kontribusi berarti dalam mendukung pencapaian kompetensi dan pembentukan karakter peserta didik. Kesibukan dan aktivitas kerja orang tua yang relatif tinggi, kurangnya pemahaman orang tua dalam mendidik anak di lingkungan keluarga, pengaruh pergaulan di lingkungan sekitar, dan pengaruh media elektronik ditengarai bisa berpengaruh negatif terhadap perkembangan dan pencapaian hasil belajar peserta didik.

Salah satu alternatif untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui pendidikan karakter terpadu, yaitu memadukan dan mengoptimalkan kegiatan pendidikan informal lingkungan keluarga dengan pendidikan formal di sekolah. Dalam hal ini, waktu belajar peserta didik di sekolah perlu dioptimalkan agar peningkatan mutu hasil belajar dapat dicapai, terutama dalam pembentukan karakter peserta didik. Pendidikan karakter di sekolah juga sangat terkait dengan manajemen atau pengelolaan sekolah. Pengelolaan yang dimaksud adalah bagaimana pendidikan karakter direncanakan, dilaksanakan, dan dikendalikan dalam kegiatan-kegiatan pendidikan di sekolah secara memadai. Pengelolaan tersebut antara lain meliputi, nilai-nilai yang perlu ditanamkan, muatan kurikulum, pembelajaran, penilaian, pendidik dan tenaga kependidikan, dan komponen terkait lainnya. Dengan demikian, manajemen sekolah merupakan salah satu media yang efektif dalam pendidikan karakter di sekolah.

Menurut Mochtar Buchori (2007), pendidikan karakter seharusnya membawa peserta didik ke pengenalan nilai secara kognitif, penghayatan nilai secara afektif, dan akhirnya ke pengamalan nilai secara nyata. Permasalahan pendidikan karakter yang selama ini ada di sekolah dasar perlu segera dikaji, dan dicari alternatif-alternatif solusinya, serta perlu dikembangkannya secara lebih operasional sehingga mudah diimplementasikan di sekolah. Pendidikan karakter bertujuan untuk meningkatkan mutu penyelenggaraan dan hasil pendidikan di sekolah yang mengarah pada pencapaian pembentukan karakter dan akhlak mulia peserta didik secara utuh, terpadu, dan seimbang, sesuai standar kompetensi lulusan. Melalui pendidikan karakter

diharapkan peserta didik Sekolah Dasar mampu secara mandiri meningkatkan dan menggunakan pengetahuannya, mengkaji dan menginternalisasi serta mempersonalisasi nilai-nilai karakter dan akhlak mulia sehingga terwujud dalam perilaku sehari-hari.

Pendidikan karakter pada tingkatan institusi mengarah pada pembentukan budaya sekolah, yaitu nilai-nilai yang melandasi perilaku, tradisi, kebiasaan keseharian, dan simbol-simbol yang dipraktikkan oleh semua warga sekolah, dan masyarakat sekitar sekolah. Budaya sekolah merupakan ciri khas, karakter atau watak, dan citra sekolah tersebut di mata masyarakat luas. Sasaran pendidikan karakter adalah seluruh Sekolah dasar di Indonesia negeri maupun swasta. Semua warga sekolah, meliputi para peserta didik, guru, karyawan administrasi, dan pimpinan sekolah menjadi sasaran program ini. Sekolah-sekolah yang selama ini telah berhasil melaksanakan pendidikan karakter dengan baik dijadikan sebagai *best practices*, yang menjadi contoh untuk disebarluaskan ke sekolah-sekolah lainnya.

Melalui program ini diharapkan siswa memiliki keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berkarakter mulia, kompetensi akademik yang utuh dan terpadu, sekaligus memiliki kepribadian yang baik sesuai norma-norma dan budaya Indonesia. Pada tataran yang lebih luas, pendidikan karakter nantinya diharapkan menjadi budaya sekolah. Keberhasilan program pendidikan karakter dapat diketahui melalui pencapaian indikator oleh peserta didik.

## **KEDISIPLINAN**

Siswa adalah orang yang terlibat langsung dalam dunia pendidikan. Dalam perkembangannya harus melalui proses belajar. Termasuk di dalamnya belajar mengenal diri, belajar mengenal orang lain, dan belajar mengenal lingkungan sekitarnya. Ini dilakukan agar siswa dapat mengetahui dan menempatkan posisinya di tengah-tengah masyarakat sekaligus mampu mengendalikan diri. Sifat pengendalian diri harus ditumbuhkembangkan pada diri siswa. Pengendalian diri di sini dimaksudkan adalah suatu kondisi di mana seseorang dalam perbuatannya selalu dapat menguasai diri sehingga tetap mengontrol dirinya dari berbagai keinginan yang terlalu meluap-luap dan

berlebih-lebihan. Berarti dalam sifat pengendalian diri tersebut terkandung keteraturan hidup dan kepatuhan akan segala peraturan. Dengan kata lain, perbuatan siswa selalu berada dalam koridor disiplin dan tata tertib sekolah. Bila demikian, akan tumbuh rasa kedisiplinan siswa untuk selalu mengikuti tiap-tiap peraturan yang berlaku di sekolah. Mematuhi semua peraturan yang berlaku di sekolah merupakan suatu kewajiban bagi setiap siswa.

Masalah kedisiplinan siswa menjadi sangat berarti bagi kemajuan sekolah (Nursisto, 2002:78). Di sekolah yang tertib akan selalu menciptakan proses pembelajaran yang baik. Sebaliknya, pada sekolah yang tidak tertib kondisinya akan jauh berbeda. Pelanggaran-pelanggaran yang terjadi sudah dianggap barang biasa dan untuk memperbaiki keadaan yang demikian tidaklah mudah. Hal ini diperlukan kerja keras dari berbagai pihak untuk mengubahnya, sehingga berbagai jenis pelanggaran terhadap disiplin dan tata tertib sekolah tersebut perlu dicegah dan ditangkal.

Menyimak dan menyaksikan pemberitaan di media massa dan elektronik akhir-akhir ini menggambarkan bahwa tingkat kedisiplinan siswa umumnya masih tergolong memprihatinkan. Kuantitas pelanggaran yang dilakukan oleh siswa semakin bertambah dari waktu ke waktu. Dari berbagai jenis pelanggaran tata tertib sekolah, misalnya banyaknya siswa yang bolos atau mingsgat pada waktu jam belajar, perkuliahan, terlambat datang ke sekolah, malas belajar, sering tidak masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru, tidak membuat pekerjaan rumah, merokok, dan lain-lain. Secara garis besar banyaknya pelanggaran yang dilakukan oleh siswa akan berpengaruh terhadap kemajuan dan prestasi belajar di sekolah.

Menciptakan kedisiplinan siswa bertujuan untuk mendidik siswa agar sanggup memerintahkan diri sendiri. Mereka dilatih untuk dapat menguasai kemampuan, juga melatih siswa agar ia dapat mengatur dirinya sendiri, sehingga para siswa dapat mengerti kelemahan atau kekurangan yang ada pada dirinya sendiri. Menanamkan kedisiplinan siswa merupakan tugas tenaga pengajar (guru). Untuk menanamkan kedisiplinan siswa ini harus dimulai dari dalam diri kita sendiri, barulah kita dapat

mendisiplinkan orang lain sehingga akan tercipta ketenangan, ketentraman, dan keharmonisan. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Darmodihardjo (1980:12) yang mengatakan bahwa "Seorang guru tidak akan efektif mengajar apabila ia sendiri tidak mengetahui apa yang menjadi keinginan siswa, dan seorang guru tidak akan hidup dengan norma Pancasila bila dia tidak meyakini dan menghayatinya."

Perilaku siswa terbentuk dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor lingkungan, keluarga, dan sekolah. Sekolah merupakan salah satu faktor dominan dalam membentuk dan mempengaruhi perilaku siswa. Sikap, teladan, perbuatan, dan perkataan guru yang dilihat dan didengar serta dianggap baik oleh siswa dapat meresap masuk begitu dalam hati sanubarinya dan dampaknya kadang-kadang melebihi pengaruh dari orang tuanya di rumah. Sikap dan perilaku yang ditampilkan tersebut pada dasarnya merupakan bagian dari upaya pendisiplinan siswa di sekolah.

## **MEMBANGUN KARAKTER DAN KEDISIPLINAN MELALUI PENJASORKES**

Kurikulum baru (1994) yang mencakup pendidikan jasmani bagi sekolah dasar dan menengah telah dibuat dan diputuskan. Demikian pula kurikulum baru bagi program Diploma II, dimana guru-guru sekolah dasar yang didalamnya terdapat mata kuliah Pendidikan Jasmani dan Kesehatan telah dipersiapkan sebagai penyempurnaan kurikulum lama. Upaya pembaharuan kegiatan ekstra kurikuler yang selama ini diselenggarakan sekolah merupakan salah satu media yang potensial untuk pembinaan karakter dan peningkatan mutu akademik peserta didik. Kegiatan Ekstra Kurikuler merupakan kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah. Melalui kegiatan ekstra kurikuler diharapkan dapat mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial, serta potensi dan prestasi peserta didik.

Keefektifan pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah pada beberapa tahun terakhir telah

menjadi isu nasional yang menarik. Isu tersebut sering dibicarakan secara serius dalam forum diskusi atau seminar tingkat nasional oleh berbagai kalangan termasuk para pakar dan praktisi pendidikan jasmani. Berbagai saran dan rekomendasi sering diajukan dalam upaya meningkatkan pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah-sekolah termasuk perbaikan kurikulum, peningkatan kemampuan guru, penyediaan lapangan dan fasilitasnya. Pengajaran pendidikan jasmani yang efektif dalam kenyataan lebih dari sekedar mengembangkan keterampilan olahraga. Pengajaran tersebut pada hakikatnya merupakan proses sistematis yang diarahkan pada pengembangan pribadi anak seutuhnya.

Seorang guru Penjas seharusnya memiliki kemampuan dasar umum yang mencakup: penguasaan dan pengorganisasi materi yang hendak diajarkan dan penguasaan metode penyampaian serta penilaiannya. Secara rinci karakteristik yang seharusnya dimiliki guru Penjasorkes sebagai berikut: (1) memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi karakteristik anak tentang: pertumbuhan fisik, perkembangan mental, perkembangan sosial dan emosional sesuai dengan fase-fase pertumbuhan; (2) mampu membangkitkan dan memberi kesempatan pada anak untuk berkreasi dan aktif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, serta mampu menumbuhkembangkan potensi kemampuan dan keterampilan motorik anak; (3) mampu memberikan bimbingan dan pengembangan anak dalam proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani; (4) mampu merencanakan, melaksanakan, mengendalikan dan menilai serta mengoreksi dalam proses pembelajaran bidang studi pendidikan jasmani di sekolah dasar; (5) memiliki pemahaman dan penguasaan keterampilan gerak; (6) memiliki kemampuan tentang unsur-unsur kondisi fisik; (7) memiliki kemampuan untuk menciptakan, mengembangkan, dan memanfaatkan faktor-faktor lingkungan yang ada dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani; (8) Memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi potensi peserta didik dalam dunia olahraga; (9) memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya peserta didik dalam dunia olahraga; (10) memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam olahraga.

## KESIMPULAN

Membentuk karakter merupakan proses yang berlangsung seumur hidup. Siswa akan tumbuh menjadi pribadi yang berkarakter jika siswa tumbuh pada lingkungan yang berkarakter pula. Untuk itu, siswa melihat tiga pihak yang mempunyai peran penting, yakni, keluarga, sekolah, dan komunitas. Dalam pembentukan karakter, ada tiga hal yang berlangsung secara terintegrasi, yaitu: siswa mengerti baik dan buruk, mengerti tindakan apa yang harus diambil, mampu memberikan prioritas hal-hal yang baik. Kemudian, mempunyai kecintaan terhadap kebajikan, dan membenci perbuatan buruk. Kecintaan ini merupakan obor atau semangat untuk berbuat kebajikan. Siswa mampu melakukan kebajikan, dan terbiasa melakukannya.

Karakter yang penting ditanamkan pada siswa sekolah dasar. Siswa dapat memulainya dari cinta Tuhan dan alam semesta beserta isinya; tanggung jawab, kedisiplinan, dan kemandirian; kejujuran; hormat dan santun; kasi sayang, kepedulian, dan kerja sama; percaya diri, kreatif, kerja keras, dan pantang menyerah; keadilan dan kepemimpinan; baik dan rendah hati; toleransi, cinta damai, dan persatuan. Karakter baik ini harus dipelihara. Perilaku siswa terbentuk dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor lingkungan, keluarga dan sekolah. Tidak dapat dipungkiri bahwa sekolah merupakan salah satu faktor dominan dalam membentuk dan mempengaruhi perilaku siswa.

Guru pendidikan jasmani selaku memberikan motivasi kepada siswanya agar tidak mudah menyerah dan selalu berusaha dengan keras. Berusaha selalu menghargai waktu, karena kehilangan waktu sedikitpun akan banyak keberhasilan yang tertunda. Begitu pula dengan kegiatan olahraga yang menanamkan sikap disiplin untuk membuahkan hasil

yang maksimal. Menanamkan sikap disiplin pada siswa merupakan tugas tenaga pengajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hamzah. (2007). *Profesi kependidikan*. Jakarta: Bumi aksara
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Johanes Hartono. 2000. *Peningkatan Pertumbuhan dan Perkembangan Anak melalui Aktivitas jasmani*.
- Kemendiknas. 2010. *Olahraga Pendidikan di Sekolah Dasar Menuju Olahraga Prestasi*. Jakarta: Dit. Pembinaan TK dan SD.
- Mochtar Buchori (2007). <http://baliteacher.blogspot.com/2010/02/karakteristik-anak-sd.html>. Diposkan oleh Teacher Creative Corner di Kamis, Februari 11, 2010.
- Nursisto, 2002:78 dalam <http://tarmizi.wordpress.com/2008/12/12/kedisiplinan-siswa-di-sekolah/>
- Siedentop (1990), dalam <http://massofa.wordpress.com/2008/01/25/karakteristik-anak-usia-sekolah-dasar/>
- Seifert dan Haffung (2007). Dalam <http://khadijah2sby.com/goresan-pena-sd/76-memahami-karakteristik-siswa-sd-dalam-pembelajaran.html>
- Sumantri dkk (2005). Dalam <http://beranda.blogspot.com/2008/02/07/membangun-karakter-anak/>
- Undang-undang Republik Indonesia No2 tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 4.
- Wall dan Murray (1994) dalam [http:// detiknews.com/](http://detiknews.com/) menangkal pelanggaran disiplin dan tata tertib sekolah; antara hukuman dan disiplin sekolah/Vera Farah Bararh/.