

PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK MELALUI AKTIVITAS BERMAIN DALAM PENDIDIKAN JASMANI

A.M. Bandi Utama

Universitas Negeri Yogyakarta

Abstrak

Pendidikan merupakan usaha sadar untuk mempengaruhi peserta didik agar mampu mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimilikinya agar mampu berkembang menjadi manusia yang seutuhnya. Manusia utuh ditandai dengan berkembangnya domain pendidikan yaitu kognitif, afektif, fisik, maupun psikomotorik ke arah positif.

Karakter anak merupakan hasil dari suatu pendidikan secara umum baik informal yang berlangsung di keluarga dengan bentuk pembiasaan hal-hal yang baik, etika, dan budaya, pendidikan nonformal yang berlangsung di masyarakat dengan bentuk pelatihan-pelatihan, kursus, kerja social, maupun pendidikan formal yang berlangsung di sekolah-sekolah. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan formal yang berlangsung di sekolah-sekolah dari pendidikan dasar sampai dengan menengah. Pendidikan jasmani diartikan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Aktivitas jasmani dapat berupa olah raga atau non olah raga diantaranya bermain. Melalui aktivitas bermain akan merangsang potensi- potensi yang dimiliki anak untuk berkembang kearah yang lebih baik terutama yang dikemas dalam pendidikan jasmani. Melalui aktivitas bermain yang dikelola secara baik akan memacu perkembangan fisik, social dan psikis anak, sehingga aktivitas bermain bagi anak mempunyai fungsi untuk mengembangkan aspek fisik, sosial, dan psikis secara proposional.

Aktivitas bermain oleh anak dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja sehingga pengembangan potensi anak pun akan berlangsung bersamaan dengan aktivitas bermain tersebut. Keadaan semacam ini dapat dikatakan bahwa bermain merupakan pendidikan praktis. Hal ini berlangsung terus menerus dalam kurun waktu yang relative lama sehingga terbentuk suatu tingkah laku yang menetap dan diakui oleh orang lain sebagai karakter pribadi seseorang.

Kata kunci: karakter, bermain, dan pendidikan jasmani

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan usaha sadar untuk mempengaruhi peserta didik agar mampu mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimiliki agar mampu menjalani hidup dengan sebaik-baiknya. Potensi yang ada dalam diri setiap peserta didik ada yang bersifat positif maupun negatif. Potensi mana yang akan berkembang tergantung dari stimulus atau lingkungan yang mempengaruhinya. Oleh sebab itu diciptakanlah suatu lingkungan yang memungkinkan untuk menstimulus potensi-potensi positif yang dimiliki peserta didik agar dapat berkembang dan teraktualisasi dalam tingkah laku yang positif, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik dalam bentuk pendidikan. Hal ini sejalan dengan pengertian pendidikan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu usaha sadar untuk menciptakan lingkungan yang mampu mempengaruhi potensi peserta didik agar berkembang ke arah tingkah laku yang positif melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani inilah bentuk rangsangan yang diciptakan untuk mempengaruhi potensi-potensi yang dimiliki peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah mulai dari jenjang pendidikan usia dini sampai pendidikan menengah. Melalui aktivitas jasmani ini diharapkan tujuan pendidikan yang meliputi ranah kognitif, afektif, fisik, dan psikomotorik dapat terwujud. Bentuk aktivitas jasmani yang disajikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat berbentuk olahraga maupun non olahraga. Olahraga seperti atletik, senam, permainan, beladiri, dan akuatik, sedang non olahraga dalam bentuk bermain, modifikasi cabang olahraga, dan aktivitas jasmani lainnya. Secara lengkap ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah (BSNP. 2006:177) meliputi: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas

ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas, dan kesehatan. Bermain merupakan bagian dari ruang lingkup pendidikan jasmani yang dapat digunakan untuk mewujudkan tujuan pendidikan. Bermain mampu membawa anak ke arah perubahan yang positif baik dalam aspek fisik, psikis, maupun sosial.

Fungsi bermain dalam pendidikan jasmani adalah mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik secara nyata yaitu terwujudnya peserta didik yang berkarakter, hal ini menunjukkan bahwa tujuan pendidikan secara umum dapat tercapai.

PEMBAHASAN

Hakikat Karakter

Karakter merupakan perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang dalam kehidupan sehari-hari yang mempunyai kecenderungan kearah positif maupun negatif. Dalam pendidikan tentu saja karakter positif yang ingin ditanamkan dalam diri para peserta didik. Peserta didik yang berkarakter inilah yang selalu diharapkan oleh semua pihak. Menurut pandangan Suharjana dalam Darmiyati Zuchdi (2011:28) yang dimaksud karakter adalah sebuah cara berfikir, bersikap, dan bertindak yang menjadi ciri khas seseorang yang menjadi kebiasaan yang ditampilkan dalam kehidupan bermasyarakat. Sedang Suyata dalam Darmiyati Zuchdi (2011:15) menyatakan bahwa karakter diartikan sebagai tersusun atas ciri-ciri yang akan memandu seseorang melakukan hal-hal yang benar atau tidak mengerjakan hal-hal yang tidak benar. Sedang orang yang memiliki karakter baik menurut Effendie Tanumiharja dalam Darmiyati Zuchdi (2011:507) adalah orang yang mampu mengendalikan diri, memiliki antusiasme, fleksibel, rasa humor, memiliki integritas tinggi, selalu merasa bersyukur, berhati tabah, bekerja keras, memiliki cinta kasih tanpa diskriminasi, rendah hati, bijaksana, dan adil.

Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan pada umumnya yang mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas jasmani. Melalui aktivitas jasmani anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman yang berharga untuk kehidupan seperti kecerdasan, emosi, perhatian, kerjasama,

keterampilan, dsb. Aktivitas jasmani untuk pendidikan jasmani ini dapat melalui olahraga atau non olahraga. Pengertian pendidikan jasmani telah banyak diterangkan oleh para ahli pendidikan jasmani diantaranya adalah :

Williams menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah semua aktivitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Singer memberi batasan mengenai pendidikan jasmani sebagai pendidikan melalui jasmani berbentuk suatu program aktivitas jasmani yang medianya gerak tubuh dirancang untuk menghasilkan beragam pengalaman dan tujuan antara lain belajar, sosial, intelektual, keindahan dan kesehatan. Bucher menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari seluruh proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan fisik, mental, emosi, dan sosial, melalui aktivitas jasmani yang telah dipilih untuk mencapai hasilnya. Frost menyatakan bahwa pendidikan jasmani terdiri dari perubahan dan penyesuaian yang terjadi pada individu bila ia bergerak dan mempelajari gerak. SK Mendikbud nomor 413/U/1987 menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian yang integral dari pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual, dan emosional. Rusli Lutan menyatakan bahwa pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai proses sosialisasi melalui aktivitas jasmani, bermain, dan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan. Melalui aktivitas jasmani ini peserta didik memperoleh beragam pengalaman kehidupan yang nyata sehingga benar-benar membawa anak kearah sikap dan tindakan yang baik.

Tujuan Pendidikan Jasmani

Berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang meliputi berbagai aktivitas jasmani dan olahraga hanya sebagai alat atau sarana untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Secara rinci tujuan pendidikan terdapat dalam UU No. 20 Th. 2003 bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif. Mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Hakikat Bermain

Batasan mengenai bermain sangat luas dan sulit untuk menemukan pengertian bermain secara nyata dan tepat dalam arti satu batasan dapat mencakup seluruh pengertian bermain. Sehingga perlu melihat beberapa ahli mengemukakan pendapatnya mengenai batasan bermain walaupun belum satu bahasa tetapi dapat sebagai acuan untuk memberi pengertian bermain dalam pendidikan jasmani pada khususnya. Adapun pendapat para ahli mengenai pengertian bermain adalah sebagai berikut: James Sully dalam Tedjasaputra (2001) menyatakan bahwa tertawa adalah tanda dari kegiatan bermain dan tertawa ada di dalam aktivitas sosial yang dilakukan bersama sekelompok teman, yang penting dan perlu ada di dalam kegiatan bermain adalah rasa senang yang ditandai oleh tertawa. Soemitro (1991) menyatakan bahwa bermain adalah belajar menyesuaikan diri dengan keadaan. Sehingga Sukintaka (1998) menyatakan bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktivitas tersebut.

Hurlock (1978:320) menyatakan bahwa bermain adalah setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkannya, tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Sedang Piaget dalam Hurlock (1978) menjelaskan bahwa bermain terdiri atas tanggapan yang diulang sekedar untuk kesenangan fungsional.

Sedang Drijarkara dalam Sukintaka (1998) menyatakan bahwa bermain adalah gejala manusia yang merupakan aktivitas dinamika manusia yang dibudayakan. Selanjutnya Drijarkara menyatakan bahwa dalam bermain bukan hanya merupakan aktivitas jasmani saja tetapi juga menyangkut fantasi, logika, dan bahasa. Sehingga dalam bermain dibutuhkan keterpaduan antara fisik dalam hal ini aktivitas jasmani dan psikis yaitu logika, persepsi, asumsi, emosi, keberanian, kecerdasan dan lain-lain. Menurut Drijarkara dalam bermain harus ada dua watak yaitu *eros* dan *agon*. *Eros* dalam arti bahwa bermain hendaknya didasari rasa senang/cinta terhadap komponen yang ada dalam bermain itu sendiri seperti teman bermain, sarana dan prasarana bermain, waktu

bermain, situasi bermain dan sebagainya. Sedang *agon* berarti perjuangan untuk mengalahkan segala tantangan/kesulitan/hambatan atau permasalahan dalam bermain.

Fungsi Bermain dalam Pendidikan Jasmani

Bermain mempunyai peranan penting dalam kehidupan manusia yang dapat dilihat dari aspek psikis, fisik, dan sosial. Beberapa komponen aspek psikis akan berkembang melalui bermain antara lain dalam hal kecerdasan, motivasi, emosi, mental, percaya diri, minat, kemauan, kecemasan, agresivitas, perhatian, konsentrasi, dan sebagainya. Misalkan faktor kecerdasan berkembang melalui bermain disebabkan bahwa melalui bermain anak akan menghadapi berbagai masalah yang timbul dalam permainan tersebut dan harus diselesaikan/diputuskan pada saat itu juga dengan cepat dan tepat, atau faktor motivasi melalui bermain anak akan menampilkan apa saja yang mereka punyai dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat karena dalam bermain itu suasananya menggembirakan dan menyenangkan sehingga bebas beraktivitas dengan penuh semangat sesuai dengan kemampuannya. Melalui bermain anak akan terbiasa dengan tekanan-tekanan baik dari dirinya sendiri maupun dari luar sehingga akan mampu mengelola emosi, kecemasan dan rasa percaya diri dengan baik. Melalui bermain anak akan mampu mengembangkan, mempertahankan, dan mengendalikan aspek-aspek psikis tersebut.

Aspek fisik pun juga akan berkembang dengan baik melalui aktivitas bermain ini meliputi pertumbuhan dan perkembangan jasmani, kebugaran jasmani, kesehatan jasmani, kemampuan gerak dasar, unsur-unsur fisik yang ada. Faktor pertumbuhan dan perkembangan fisik anak pun akan berkembang melalui aktivitas bermain. Pertumbuhan fisik berkenaan dengan bertambahnya ukuran tubuh secara nyata yang dapat diukur secara pasti, misalnya bertambahnya tinggi badan, berat badan, dan besar atau bertambah secara kuantitatif. Sedang perkembangan fisik adalah semakin berkualitaskan kemampuan tubuh atau sekelompok otot dalam beraktivitas/gerak. Misalnya kemampuan melempar bola kecil semakin jauh dari hasil sebelum melakukan aktivitas bermain walaupun jumlah serabut otot-ototnya relatif sama. Melalui bermain juga memberi kesempatan pada anak untuk melatih kemampuan gerak dasar seperti gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Kemampuan gerak dasar ini semakin baik dan

berkualitas. Melalui aktivitas bermain maka kemampuan fisik anak akan berkembang secara optimal.

Aspek sosial pun juga akan berkembang dengan baik melalui aktivitas bermain ini antara dalam hal kerja sama, komunikasi, saling percaya, menghormati, bermasyarakat, tenggang rasa, kebersamaan dan sebagainya. Melalui bermain anak mampu menciptakan suatu bentuk kerjasama untuk mencapai tujuan bersama, dalam kerjasama dipastikan ada komunikasi antar anggota regu, dan dalam kerjasama juga ada rasa saling percaya dan saling menghormati antar anggota untuk meraih tujuan bersama yang diinginkan.

Hal tersebut sependapat dengan Cowel dan Hazelton dalam Sukintaka (1998:9) yang menyatakan bahwa melalui bermain akan terjadi perubahan yang positif dalam hal jasmani, sosial, mental, dan moral. Perubahan yang positif dalam hal jasmani meliputi pertumbuhan dan perkembangan jasmani yaitu terjadinya arah pertumbuhan dan perkembangan jasmani yang baik/proposional, kebugaran jasmani yaitu terjadinya kemampuan anak dalam hal meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmaninya, sehat jasmani dalam arti melalui bermain anak beraktivitas jasmani yang merupakan salah satu pemenuhan kebutuhan hidup anak yaitu gerak yang berakibat sehat secara fisik bagi anak, selanjutnya melalui bermain juga memberikan perubahan secara fisik dalam hal peningkatan kemampuan unsur-unsur fisik seperti kecepatan, kekuatan, daya ledak, kelentukan, keseimbangan, kelincahan, daya tahan, ketepatan dan koordinasi. Selanjutnya melalui bermain juga membawa perubahan positif dalam hal fisik terutama kemampuan gerak dasar anak yang meliputi gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif.

Perubahan positif dalam ranah sosial melalui aktivitas bermain yaitu terjadinya kesadaran akan bekerjasama, rasa saling mempercayai, saling menghormati, saling tenggang rasa, rasa solider, saling menolong antar anggota untuk berusaha bersama mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Melalui aktivitas bermain anak juga belajar menaati suatu peraturan, disiplin, dan tanggungjawab sehingga anak mampu bermasyarakat secara baik

Perubahan positif dalam mental terjadi melalui aktivitas bermain terutama dalam hal pengembangan rasa percaya diri. Melalui bermain anak terlatih dan terbiasa dengan menghadapi berbagai tantangan baik dai dalam dirinya seperti rasa takut, cemas, keberanian, minat, motivasi,

rasa lelah, malas atau dari luar dirinya seperti lawan/teman bermain dalam hal teknik, taktik, fisik maupun psikis, penonton, situasi atau keadaan arena permainan yang bervariasi sehingga anak-anak mampu menyesuaikan diri yang berdampak kepada rasa percaya diri yang tinggi.

Perubahan secara positif pada faktor moral yaitu bahwa melalui aktivitas bermain anak-anak dituntut untuk selalu bertindak jujur, disiplin, adil, tidak curang, tanggung jawab, fair play, menghargai teman atau lawan main, yang semuanya mengarah kepada perbuatan atau tingkah laku yang baik, sehingga dengan kebiasaan semacam itu dapat diduga anak-anak akan mengalami perubahan tingkah laku yang mengarah kepada perbuatan yang baik berarti anak mengalami perubahan moral secara positif.

Selanjutnya Hurlock (1978:323) menyatakan mengenai pengaruh bermain lam dunia anak bahwa bermain mempunyai pengaruh dalam perkembangan anak, pengaruh tersebut antara lain: dorongan berkomunikasi, penyaluran bagi energi emosional yang terpendam, sumber belajar, perkembangan wawasan diri, belajar bermasyarakat, standard moral.

Dorongan Berkomunikasi

Melalui aktivitas bermain mendorong anak untuk belajar membangun komunikasi antara anak agar terjadi suatu bentuk aktivitas yang mengalir dan menyenangkan dalam permainan tersebut. Komunikasi dalam bermain adalah terjadinya persamaan pendapat mengenai suatu objek atau makna dalam permainan tersebut. Bentuk komunikasi dalam bermain dapat komunikasi lisan, tertulis maupun isyarat. Melalui bermain mempermudah anak untuk berkomunikasi antar mereka hal ini terjadi karena adanya dorongan yang kuat untuk memahami konsep bersama atau individu-individu. Sebagai contoh anak-anak dari berbagai sudut daerah berkumpul di tempat mungkin di rumah kakeknya atau taman bermain, anak-anak tersebut hanya mengetahui bahasa ibu masing-masing tetapi melalui bermain kelereng atau jenis lainnya mereka mampu memahami peraturan bermain melalui komunikasi yang mereka bangun. Hal ini menunjukkan bahwa melalui bermain anak belajar komunikasi yang pada akhirnya mampu berkomunikasi melalui aktivitas bermain tersebut.

Penyaluran bagi Energi Emosional yang Terpendam

Bermain merupakan media penyaluran ketegangan-ketegangan ataupun energi potensial yang disebabkan oleh pembatasan lingkungan terhadap perilaku hidup mereka. Melalui bermain energi yang tersimpan atau emosi anak akan dapat dikeluarkan dengan lancar tanpa mengalami hambatan apapun, anak dalam bermain akan mengeluarkan apa saja yang menjadi tekanan/hambatan dengan bebas seperti berteriak keras-keras di lapangan, menendang bola sekuat tenaga, atau memukul bola dengan sekeras-kerasnya, sehingga memudahkan untuk membuat keseimbangan psikis yang dapat mengembalikan berperilaku anak normal kembali. Selain itu melalui aktivitas bermain tersebut membawa anak mampu untuk melatih dan mengelola emosi yang pasti timbul dalam kegiatan bermain.

Sumber Belajar

Bermain memberi kesempatan secara luas pada anak untuk mempelajari berbagai bidang yang tidak diperoleh melalui belajar di sekolah, keluarga dan masyarakat. Melalui bermain anak akan memperoleh pengalaman langsung dari berbagai bidang dalam hal kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Pengalaman langsung dalam domain kognitif melalui bermain tebak-menebak, teka-teki, video games/play station, ular tangga, permainan dengan menggunakan peraturan sederhana maupun baku. Melalui bermain tersebut anak akan bertambah pengetahuan dan pemahaman suatu objek serta pengambilan keputusan yang cepat dan tepat dalam arti kecerdasan praktis. Pengalaman langsung pada domain afektif dalam aktivitas bermain yaitu pada saat anak-anak mampu menaati/melaksanakan peraturan yang mereka sepakati atau peraturan permainan yang baku dengan sukarela, jujur dalam bertindak, *fair play*, mampu bekerja sama, dan berperilaku baik. Sedang pengalaman langsung dalam domain psikomotor adalah pada saat anak-anak aktif melakukan kegiatan dalam permainan tersebut seperti berlari, melempar, menangkap, menendang, memukul, berguling, melompat, meloncat, merayap, memutar, menyelam, mengapung, berenang, bergoyang, mendorong, menarik, bertepuk tangan, dan sebagainya dengan berbagai variasi gerakannya.

Perkembangan Wawasan Diri

Bermain merupakan cermin dalam kehidupan anak-anak. Melalui bermain anak mampu melihat dirinya sendiri karena ada tolok ukur atau pembanding yaitu teman atau lawan bermainnya, sehingga mereka mengetahui kelebihan dan kekurangannya dalam berbagai bidang seperti fisik, psikis, dan sosial. Melalui bermain anak-anak mengetahui tingkat kemampuannya. Misalnya si A lebih cepat dalam berlari

dari pada si B, atau si C lebih pandai dari pada si B, dan si B lebih kuat dari pada si A, dan sebagainya. Hal ini memungkinkan anak-anak tersebut untuk mengembangkan konsep dirinya dengan lebih pasti dan nyata.

Belajar Bermasyarakat

Bermain juga dapat diartikan pusat kegiatan “masyarakat” bagi anak-anak. Dalam kehidupan bermasyarakat dipastikan ada komunikasi, hubungan sosial, nilai kerjasama, saling menolong, ada aturan yang harus ditaati, ada tujuan bersama yang ingin dicapai, saling menghormati, saling percaya, ada rasa senang, cinta, kebersamaan, kerukunan, dan kedamaian. Melalui aktivitas bermain anak akan belajar bermasyarakat dengan cara berkomunikasi dengan orang lain, belajar menghormati, mempercayai, belajar menaati aturan, kebersamaan dan kerjasama. Jika anak-anak sudah terbiasa dengan menaati aturan, kerjasama, saling menolong dan berkomunikasi dengan orang lain dalam setiap kesempatan bermain maka dapat diduga kebiasaan ini akan dibawa dalam kehidupan yang akan datang sehingga hidup bermasyarakat yang sesungguhnya dapat terwujud.

Standard Moral

Bermain juga dapat sebagai standard moral yang berarti melalui bermain dapat dilihat baik buruknya sikap atau tingkah laku anak pada saat bermain. Dalam aktivitas bermain anak-anak bebas mengekspresikan segala kemampuan yang dimilikinya secara bebas dalam hal sikap, tingkah laku maupun tutur kata, sehingga anak yang mempunyai kebiasaan bertingkah laku baik atau buruk akan tampak dalam kegiatan bermain tersebut. Selain itu anak-anak pasti sudah belajar di keluarga maupun di sekolah mengenai hal yang baik dan buruk serta penerapannya, tetapi pelaksanaan standard moral paling teguh ada dalam aktivitas bermain.

Fungsi Bermain dalam Pendidikan

Sudah sejak lama bahwa bermain itu mempunyai fungsi yang penting dalam dunia pendidikan secara umum. Bermain mampu membawa anak kearah perkembangan kepribadian yang layak. Dengan bermain semua potensi yang dimiliki anak akan berkembang dengan baik.

Semua anak mempunyai potensi yang dibawa sejak lahir, baik potensi ke arah positif atau potensi ke arah negatif. Potensi yang ada ini akan berkembang atau tidak tergantung dari lingkungan yang mempengaruhinya. Bermain sebagai salah satu lingkungan yang mampu mempengaruhi dan mengembangkan potensi positif yang dimiliki oleh anak baik fisik, psikis, maupun social. Termasuk pendidikan adalah lingkungan yang sengaja dibuat untuk mempengaruhi atau menstimulus potensi yang ada dalam diri siswa agar berkembang dengan baik. Oleh karena itu tidak berlebihan bahwa bermain itu bagian dari pendidikan, karena bermain mampu mempengaruhi potensi yang dimiliki siswa secara positif. Hal ini sejalan dengan Colloza (Sukintaka,1998:6) menyatakan bahwa bermain betul-betul bagian dari pendidikan.

Sedang Frobel dalam Sukintaka (1998) menyatakan bahwa bermain itu merupakan organ kehidupan/unsur kehidupan dan selalu berperan sebagai wahana pendidikan. Bermain merupakan unsure kehidupan berarti setiap ada kehidupan ada kegiatan bermain yang selalu menyertainya. Melalui bermain anak akan menemukan kepribadiannya. Frobel menekankan pada permainan imajinatif, apapun bendanya boleh digunakan sebagai alat permainan apa saja menurut imajinasi anak. Dalam hal ini anak benar-benar bebas berimajinasi sehingga mampu mengembangkan potensi dirinya. Oleh sebab itu tidaklah berlebihan bahwa bermain dikatakan sebagai saran pendidikan dalam arti pengembangan diri ke arah perilaku yang positif. Sehubungan pendapat Frobel bahwa bermain bebas berimajinasi, lain halnya dengan Montessori menyatkan bahwa bermain sebagai sarana untuk mempelajari fungsi, dalam hal ini bermain harus mendorong anak untuk mempelajari sesuatu sesuai dengan fungsinya. Sebagai contoh anak bermain dengan kursi maka hendak anak mampu memahami dan mengerti serta menerapkan fungsi kursi tersebut. Tidak boleh kursi dimainkan sebagai becak atau mobil mogok.

Sedang Huizinga berpendapat bahwa bermain itu mempunyai makna pendidikan praktis (Sukintaka,1998:7). Pendidikan formal dalam memperoleh pengetahuan, sikap, dan keterampilan melalui suatu pembelajaran yang direncanakan dengan sistematis sesuai dengan kurikulum, terikat waktu, tempat, dan guru. Sedang melalui bermain anak akan memperoleh peningkatan pengetahuan, pengalaman, sikap dan keterampilan tanpa terikat oleh waktu, tempat, kurikulum, atau guru

Dari pendapat para ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa bermain mempunyai fungsi yang mulia yaitu mampu membawa anak ke arah pribadi yang baik yang ditunjukkan melalui

perubahan dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik sesuai dengan perubahan dalam ranah pendidikan bahkan mampu membawa anak ke arah kesempurnaan hidup.

Hubungan antara Bermain dan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aktivitas jasmani merupakan gerak manusia yang dipilih oleh para pakar pendidikan jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan tersebut. Aktivitas jasmani dapat berbentuk olahraga atau non olahraga. Bermain juga merupakan salah satu aktivitas jasmani yang dapat digunakan sebagai sarana pendidikan jasmani, oleh karena itu tidak berlebihan bahwa bermain merupakan bagian dari pendidikan jasmani. Dari sudut pandang ruang lingkupnya maka pendidikan jasmani lebih luas dari pada bermain. Melalui bermain anak melakukan berbagai aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmabi, anak akan mengalami berbagai pengalaman langsung dalam bermain dan membantu peningkatan berbagai aspek pendidikan seperti kecerdasan, kreativitas, sikap positif, keterampilan, sportivitas, kejujuran, kedisiplinan dan masih banyak lagi yang diperolehnya melalui bermain.

Dilihat dari tugas dan fungsinya antara pendidikan jasmani dan bermain, keduanya memiliki tugas dan fungsi yang sama yaitu sama-sama meningkatkan kualitas hidup manusia. Kualitas hidup ditandai dengan kepribadian baik yang dimiliki oleh anak-anak. Menurut Sukintaka (1998:28) menyatakan bahwa kualitas manusia dapat dikelompokkan ke dalam empat aspek pribadi manusia yaitu: makhluk Tuhan, makhluk social, psikis, dan jasmani

Keempat aspek kepribadian ini akan berkembang dengan baik melalui bermain atau pendidikan jasmani. Anak yang mampu mengembangkan aspek-aspek kepribadian itu dengan baik maka dapat dipastikan mempunyai kualitas hidup yang baik pula yang berarti anak mempunyai karakter yang baik pula.

Manusia hendaknya selalu menyadari dengan penuh keyakinannya bahwa dalam hidup ini seluruh kegiatan yang terlaksana pasti ada campur tangan langsung dari Tuhan, tanpa pertolonganNya segala sesuatu tidak mungkin dan akan terjadi dalam hidup sehari-hari.

Keyakinan seperti ini harus ditanamkan oleh guru pendidikan jasmani kepada seluruh anak didik dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah. Keyakinan ini harus terus menerus dihidupkan dalam pendidikan jasmani kepada para peserta didik agar mereka mampu mengembangkan kesadaran dirinya akan kedudukannya sebagai makhluk Tuhan. Selain itu kesadaran sebagai makhluk Tuhan, manusia dalam segala aktivitas hidup hendaknya dipandang sebagai suatu ibadah. Ibadah dalam arti selain berdoa kepada Tuhan juga berbuat baik untuk siapa saja tanpa membedakan status dan kedudukannya atau ras dan kepercayaannya. Olahraga dan aktivitas jasmani pun dipandang sebagai suatu ibadah dalam hidupnya karena mampu membawa anak berkembang ke arah yang positif dalam aspek psikis, fisik, maupun sosial. Guru pendidikan jasmani hendaknya mampu membawa anak didik ke arah kesadaran yang penuh kepercayaan bahwa tanpa adanya campur tangan dan pertolongan Tuhan mereka tidak mampu berbuat apa-apa dalam pembelajaran pendidikan jasmani maupun dalam kehidupan sehari-hari.

Secara umum manusia mempunyai sifat azasi sebagai makhluk individu sekaligus sosial. Kedua sifat ini dapat dibedakan dalam sikap dan perilakunya namun tidak dapat dipisahkan dalam diri pribadi manusia, seperti sekeping mata uang logam yang terdiri dari dua sisi berbeda yang membentuk satu kesatuan nilai uang tersebut. Manusia seharusnya menyadari hal tersebut untuk membangun kehidupan yang beradab, dalam segi pribadi manusia itu sendiri maupun secara luas dalam arti bermasyarakat. Kehidupan bermasyarakat dibangun melalui perilaku sosial yang dinyatakan dalam bentuk kerjasama, menghargai, mempercayai, menghormati, membantu antar individu yang satu dengan individu lain. Hasil pembelajaran salah satunya adalah aspek sosial yaitu terwujudnya manusia yang mampu bekerjasama dengan orang lain, bersikap positif, menghargai dan mempercayai, serta saling membantu orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Adanya rasa saling (saling dalam arti positif seperti saling membantu, saling menghargai, saling menghormati, saling mempercayai, saling membutuhkan, saling berkomunikasi dan lain sebagainya) inilah yang mengantarkan manusia mampu hidup aman, tenteram, dan damai. Peserta didik diharapkan mampu menyadari dan mempercayai secara nyata bahwa hidup ini akan berarti jika berhubungan dan bekerja sama dengan orang lain. Selain itu peserta didik mempunyai anggapan dasar yang kuat bahwa hidup wajib membutuhkan bantuan orang lain. Kemampuan sosial anak mengalami perkembangan dalam kehidupan atau sering disebut proses sosialisasi. Pada awalnya anak mempunyai sifat asosial atau pra sosial yang selanjutnya tumbuh dan berkembang menjadi makhluk sosial selaras dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan

serta lingkungan yang mendampinginya. Hal ini sejalan dengan pendapat Baldwin dalam Sukintaka (1998:32) yang menyatakan bahwa perkembangan sosial dalam diri anak merupakan proses sosialisasi dalam bentuk imitasi atau meniru, yang berlangsung melalui adaptasi dan seleksi (penyesuaian dan pemilihan). Sedang Hurlock (1978:250) menyatakan bahwa proses sosialisasi dalam perkembangan sosial anak melalui : belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial, memainkan peran sosial yang dapat diterima, dan perkembangan sikap sosial.

Aspek psikis manusia tidak dapat tampak secara nyata seperti pada aspek fisik, tetapi dapat dilihat dari gejala yang tampak dalam fisiknya. Seperti raut wajah berseri-seri menunjukkan gejala jiwa yang senang, riang gembira, puas, atau lega. Sebaliknya raut wajah murung menunjukkan keadaan jiwa yang sedih atau jengkel. Gejala jiwa yang lain masih banyak seperti kecerdasan, emosi, minat, perhatian, motivasi, empati, tanggapan, kecemasan, ketakutan, keberanian, percaya diri, agresivitas, akal, penalaran dan sebagainya. Kemampuan psikis tersebut dapat berkembang melalui kegiatan bermain dan pendidikan jasmani, sebab aspek psikis juga merupakan salah satu tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Melalui aktivitas bermain, anak-anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman secara psikis seperti kemampuan kecedasan secara praktis yaitu memutuskan masalah secara tepat dan cepat, mampu mengelola emosi dan rasa cemas atau takut karena faktor ini dapat menyebabkan kemampuan berfikir dan gerak menjadi kacau atau susah dikontrol jika tidak dikelola dengan baik, mampu menumbuhkan rasa percaya diri, atau menumbuhkan semangat atau motivasi diri yang tinggi pula, melatih perhatian, menumbuhkan minat belajar yang tinggi, dan sebagainya.

Aspek fisik merupakan bagian dari aspek kepribadian manusia yang harus dibina dan ditingkatkan secara optimal. Aspek fisik baik akan menunjang kualitas hidup manusia pada umumnya. Sasaran pendidikan jasmani dalam aspek fisik adalah membantu pertumbuhan dan perkembangan fisik secara baik, membantu meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmani siswa, membantu meningkatkan kemampuan gerak dasar, mengembangkan kemampuan unsur-unsur kondisi fisik siswa. Kegiatan bermain yang dilakukan anak lebih banyak menyangkut aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani yang dikelola dengan baik, terencana, terukur, dan maju berkelanjutan akan mempengaruhi keadaan fisik anak secara menyeluruh yang berakibat organ-organ tubuh akan berfungsi dengan baik. Hal ini akan bermanfaat untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan fisik secara nyata yaitu bertambah besar, tinggi, dan berat secara proporsional

dan kemampuan keterampilan motoriknya semakin berkualitas. Melalui bermain kemampuan fisik semakin baik seperti kecepatan, kekuatan, kelentukan, koordinasi, kelincahan dan daya tahan. Daya tahan baik membawa makna bahwa kebugaran jasmani anak semakin baik juga.

KESIMPULAN

Bermain merupakan aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sungguh-sungguh dan sukarela serta menyenangkan yang sering dilakukan oleh sebagian besar anak. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui aktivitas bermain mampu membawa peserta didik untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan atau potensi yang dimilikinya ke arah positif dalam arti potensi peserta didik dalam segi kognitif, afektif, fisik, dan psikomotorik berkembang dengan baik, hal ini berarti melalui bermain dalam pendidikan jasmani dapat membentuk pribadi yang berkarakter baik.

DAFTAR PUSTAKA

Arma Abdullah dan Agus Manadji. 1994. *Dasar- Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta:

Depdikbud

Darmiyati Zuchdi. (Ed.). 2011. *Pendidikan Karakter Dalam Perspektif Teori dan Praktik*.

Yogyakarta:UNY Press

Hurlock, Elizabeth H. 1978. *Perkembangan Anak Jilid 1*. Terjemahan. Jakarta:

Erlangga

Matakupan. 1993. *Teori Bermain*. Jakarta: Depdikbud

Montolalu, dkk. 2007. *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka

Mayke S. Tedjasaputra. 2001. *Bermain, Mainan, dan Permainan untuk Pendidikan*

Usia Dini. Jakarta: Gramedia

Mitchell, Stephen A. dkk. 2005. *Teaching Sport Concepts an Skills A Tactical Games*

Approach. USA; Human Kinetics

- Nanang Hanafiah dan Cucu Suhana. 2010. *Konsep Strategi Pembelajaran*. Bandung: Refika Aditama
- Oemar Hamalik. 2009. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Rusli Lutan. 2001. *Pembaharuan Pendidikan Jasmani di Indonesia*. Jakarta: Depdiknas
- Siedentop, Daryl dkk. 2004. *Complete Guide to Sport Education*. Ohio: Human Kinetics
- Soemitro. 1991. *Permainan Kecil*. Jakarta: Depdikbud
- Sukintaka. 1998. *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FPOK IKIP
- Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdiknas