

## **Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Pembentuk Karakter**

**Oleh:**

**Dr. Sri Winarni, M.Pd**

Kebanyakan orang sepertinya meyakini bahwa berpartisipasi dalam program aktivitas jasmani mengembangkan karakter secara otomatis, meningkatkan alasan-moral, dan mengajarkan nilai dari ciri-ciri olahragawan sejati, tetapi sedikit bukti bahwa itu semua membangun karakter Hodge (1989; dalam Gould, 2003:533). Partisipasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga tidak secara otomatis menghasilkan orang yang baik atau jahat. Karakter tidak datang dengan sendirinya, tetapi diajarkan dalam program pendidikan jasmani dan olahraga. Dan pengajaran alasan-moral dan nilai-nilai olahraga itu melibatkan penggunaan strategi tertentu yang sistematis.

Telah menjadi keyakinan umum bahwa aktivitas olahraga syarat dengan nilai-nilai karakter seperti kejujuran, sportivitas, disiplin, dan kepemimpinan. Karakter merupakan sebuah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga, antara lain: rasa terharu (*compassion*), keadilan (*fairness*), sikap sportif (*sport-personship*), integritas (*integrity*) (Weinberg & Gould, 2003:527). Semua nilai-nilai tersebut ditanamkan melalui ketaatan atau kepatuhan seseorang dalam berkompetisi sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku pada cabang olahraga yang digelutinya. Di dalam peraturan permainan melekat semangat keadilan dan tuntutan kejujuran para pelaku olahraga saat menjalankan pertandingan.

Bahkan ada ungkapan yang sudah menjadi keyakinan sejarah dari waktu ke waktu: *Sport build character* (Maksum, 2005; 2002). Kofi Anan, mantan Sekjen PBB pernah mengatakan: *Sport teaches life skill - sport remains the best school of life* (United Nation,

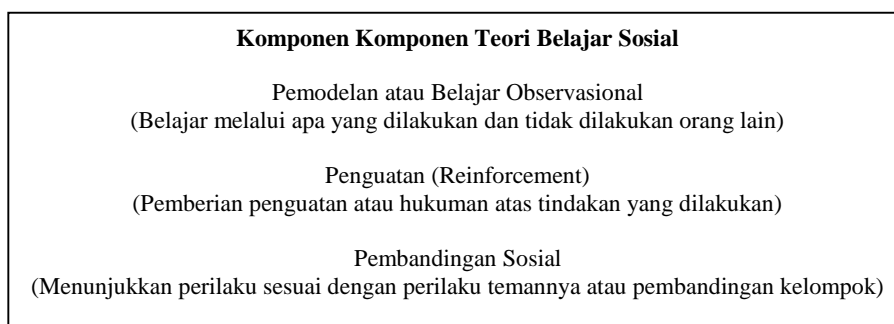
2003). *United Nations* melalui *Task force on Sport for Development and Peace* menyatakan bahwa olahraga merupakan instrumen yang efektif untuk mendidik kaum muda, terutama dalam hal nilai-nilai (lihat tabel 2.2). Sejak tahun 2000, *United Nations* mengembangkan program yang disebut *Young Education through Sport*, sebuah model program olahraga dan pendidikan bagi kaum muda. Sebagai *pilot project*, program ini telah dilakukan di Zimbabwe, mencakup 10 propinsi dengan 25 ribu partisipan (United Nations, 2003).

#### **A. Pendekatan Social Learning dalam Pengembangan Karakter dan Nilai-Nilai Olahraga**

Meskipun banyak orang berbeda pandangan tentang bagaimana mengembangkan karakter dan nilai-nilai olahraga, tetapi paling tidak ada tiga pendekatan yang sering digunakan untuk dapat menjelaskannya, yaitu: pendekatan belajar sosial (*social learning*), pengembangan struktural, dan pendekatan sosial psikologikal (Gould, 2003:528).

##### **1) Pendekatan Belajar Sosial (*Social Learning Approach*)**

Perilaku agresi dan pengembangan karakter berkaitan satu sama lain, dan dapat dijelaskan melalui teori yang sama. Berdasarkan pendekatan belajar sosial, seperti yang dikemukakan oleh Albert Bandura (1977), sikap dan perilaku olahragawan sejati dipelajari melalui pemodelan atau belajar observasional, penguatan, dan pembandingan sosial (Lihat Gambar 2.1). Pendekatan ini menunjukkan bahwa riwayat belajar sosial seseorang menentukan tingkatan olahragawan-nya.



## Gambar 2.8.

### Komponen Komponen Teori Belajar Sosial.

Sebagai contoh, melalui pengamatan bahwa seorang siswa akan terhormat ketika melaporkan jumlah capaian skor sit-up kepada instruktur. Ahmad seorang siswa yang sedang belajar pendidikan jasmani berlatih sit-up dan kebugaran jasmani. Ahmad menginginkan perhatian dan penilaian positif dari guru pendidikan jasmaninya. Perilaku Ahmad ini dilihat oleh teman-teman sekelasnya, dan mereka semua menginginkan hal yang sama mendapat penilaian dan perhatian positif dari gurunya. Guru pendidikan jasmani mencatat semua hal baik yang dilakukan para muridnya dan menguatkan dan menghargai segala perbuatan positif yang dilakukan para muridnya itu. Lingkungan belajar seperti inilah akan dapat membangun karakter.

#### 2) Pendekatan Perkembangan-Struktural (*Structural-Development Approach*)

Berbeda dengan pendekatan belajar sosial, yang menekankan pada pemodelan, penguatan, dan perbandingan sosial, pendekatan perkembangan struktural menekankan pada bagaimana perubahan secara psikologikal dan perkembangan ketika siswa itu berinteraksi dengan pengalaman-pengalaman lingkungan untuk membentuk alasan-moral (*moral reasoning*) (Weiss & Bredemeier, 1991; dalam Gould, 2003:529). Dalam hubungan ini, para ahli psikologi olahraga mengajukan beberapa istilah yang tercakup dalam pendekatan perkembangan struktural ini, yaitu perkembangan moral (*moral development*), alasan-moral (*moral reasoning*), dan perilaku moral (*moral behavior*). Tetapi perlu dicatat bahwa moral yang dimaksud disini adalah moral yang tidak ada implikasinya dengan nilai-nilai keagamaan.

*Alasan-Moral* adalah proses keputusan ketika seseorang menentukan mana yang benar atau mana yang salah dari suatu tindakan tertentu. Karena itu, alasan moral memfokuskan pada bagaimana keputusan seseorang memutuskan beberapa tindakan tertentu. Sebagai contoh; membantu pemain yang terkena cedera ketika sedang bermain sepakbola dengan cara menghentikan permainan dengan cara menendang bola ke luar lapangan secara sengaja apakah perbuatan benar atau salah. Dengan kata lain dalam pembelajaran peserta didik perlu didorong untuk dapat menemukan alasan-alasan yang melandasi keputusan moral yang tujuannya untuk mengontrol tindakan. Hal ini diperlukan agar seseorang dapat benar-benar memahami keputusan moral yang diambilnya, dapat mengidentifikasi alasan yang baik yang harus diterima dan alasan yang tidak baik yang harus ditolak atau diubah. Peserta didik harus dapat merumuskan perubahan yang perlu dilakukan. Alasan yang baik adalah yang memberikan kontribusi dalam mengatasi situasi yang problematik. Cara ini memungkinkan perkembangan intelektual, menumbuhkan kebebasan berpikir, serta dapat memadukan proses dan hasil pendidikan secara harmonis. Berkaitan dengan hal ini Darmiyati Zuchdi (2008: 6) menjelaskan bahwa fungsi lembaga pendidikan adalah menciptakan *setting sosial* yang memungkinkan implementasi pengetahuan untuk memecahkan masalah yang ada dalam masyarakat, selanjutnya yang terpenting adalah memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari dan berlatih menentukan pilihan moral yang begitu beragam di Indonesia.

*Perkembangan Moral* adalah proses pengalaman dan pertumbuhan melalui kemampuan perkembangan seseorang untuk memberikan alasan bermoral. Sebagai contoh, dalam perencanaan pengajaran pendidikan jasmani, guru pendidikan jasmani mengharapkan para siswanya mendapatkan pengalaman dan perubahan perkembangan kognitif sehingga siswa mampu menentukan tindakan yang benar dan yang salah. Konsepsi

moralitas perlu diintegrasikan dengan pengalaman dalam kehidupan sosial. Pemikiran moral dapat dikembangkan antara lain dengan dilema moral, yang menuntut kemampuan peserta didik untuk mengambil keputusan dalam kondisi yang sangat dilematis. Dengan cara ini, pemikiran moral dapat berkembang dari tingkat yang paling rendah yang berorientasi pada kepatuhan pada otoritas karena takut akan hukuman fisik, ke tingkat-tingkat yang lebih tinggi, yaitu berorientasi pada pemenuhan keinginan pribadi, loyalitas pada kelompok, pelaksanaan tugas dalam masyarakat sesuai dengan peraturan atau hukum, sampai yang paling tinggi, yaitu mendukung kebenaran atau nilai-nilai hakiki, khususnya mengenai kejujuran, keadilan, penghargaan atas hak asasi manusia, dan kepedulian sosial.

*Perilaku Moral* adalah tindakan perilaku yang terjadi benar atau salah. Dengan demikian, alasan-moral hasil dari pengalaman individual, dan perkembangan serta pertumbuhan siswa dan psikologikal yang memandu perilaku moral. Lebih lanjut, alasan moral adalah sekumpulan rentetan prinsip umum etika yang mendasari tindakan khusus secara situasional. Para pengembangan struktural menekankan bahwa kemampuan untuk memberikan alasan secara bermoral bergantung pada tingkatan kognitif dan perkembangan mental orang yang bersangkutan (misal, kemampuan anak untuk berpikir secara konkrit atau abstrak). Alasan dan perilaku moral bergantung pada tingkatan perkembangan kognitif individu itu (Gould, 2003:530). Namun demikian Darmiati Zuchdi (2008: 7) menjelaskan bahwa tindakan moral (perilaku moral) yang selaras dengan pemikiran moral (perkembangan kognitif) hanya mungkin dicapai lewat pencerdasan emosional dan spiritual serta pembiasaan. Sebagai contoh, seseorang yang mengerti bahwa budaya potong kompas dalam mencapai prestasi adalah tindakan yang tidak terpuji, tetap saja melakukan tindakan tercela tersebut apabila tidak sensitif terhadap penderitaan oranglain akibat tindakannya dan lemah iman.

### 3) Pendekatan Sosial-Psikologikal (*Social-Psychological Approach*)

Vallerand, dkk. (1997; dalam Gould, 2003:531) menawarkan pendekatan ketiga untuk mengajarkan moralitas dalam aktivitas jasmani. Secara khusus, Vallerand menyarankan menggunakan pendekatan sosial-psikologikal yang lebih luas. Maksudnya adalah melihat moralitas dan karakter yang melekat pada diri seseorang dalam pendekatan perkembangan-struktural (misal, tingkatan perkembangan moral seseorang) ditambah rentang keluasan faktor-faktor sosial (misal, tipe orang, tingkatan olahraga kompetitif, tekanan dari guru atau pelatih) yang sejalan dengan pemodelan, penguatan, dan perbandingan sosial dalam pendekatan belajar sosial. Hal penting yang perlu diperhatikan adalah bahwa agen-agen sosial (seperti: orang tua, guru dan pelatih) memberikan pelabelan atau pendefinisian olahragawan sejati. Dengan demikian, Vallerand menyarankan untuk melihat karakter dari pandangan yang lebih kompleks, perspektif personal dan faktor-faktor situasional yang menentukan ciri-ciri olahragawan sejati. Perkembangan karakter berkembang dari keputusan seseorang tentang benar atau salah dari tindakan minat orang itu dengan keterlibatan minat mutual.

Karena itu, penting mempertimbangkan sikap, nilai-nilai, dan norma-norma budaya dari kelompok atau individu tertentu, dan tahapan alasan-moral dalam upaya memahami bagaimana meningkatkan perkembangan karakter dan ciri-ciri olahragawan sejati. Ini berarti, nampaknya mengambil keuntungan dari apa yang telah dipelajari melalui pendekatan belajar sosial dan perkembangan struktural, sehingga menjadi pendekatan sosial-psikologikal.

#### **B. Strategi Untuk Meningkatkan Pengembangan Karakter Pendidikan Jasmani.**

Pendekatan Belajar Sosial, Pengembangan Struktural, dan Sosial-Psikologikal telah memberikan landasan pemahaman ciri-ciri olahragawan sejati dan pengembangan karakter. Sembilan strategi telah dikembangkan dari ketiga pendekatan di atas, dan berikut dijelaskan bagaimana ke-sembilan strategi itu dapat mengembangkan karakter.

1) Rumuskan dan Tuangkan dengan Jelas Ciri-Ciri Olahragawan Sejati di dalam Program Ketiadaan definisi universal olahragawan sejati dalam program pendidikan jasmani atau olahraga akan menyebabkan guru pendidikan jasmani dan olahraga tidak dapat merumuskan dengan jelas dan dapat diterima mana perilaku yang baik dan mana perilaku yang tidak baik. Namun demikian, guru dapat merumuskan dengan jelas ciri-cirinya seperti dituangkan dalam Tabel 2.3. terutama perilaku-perilaku yang menandakan nilai-nilai olahraga.

Tabel 2.9.  
Program Ciri Ciri Olahragawan Sejati Olahraga Usia Dini

Konsentrasi Perilaku	Perilaku Olahragawan Sejati	Perilaku Non-Olahragawan Sejati
Perilaku terhadap Wasit dan Panitia	Mengajukan pertanyaan secara baik, menugaskan kapten untuk mengajukan pendapat.	Menghina wasit Beradu pendapat terhadap panitia
Perilaku terhadap lawan bertanding	Memperlakukan lawan secara penuh respek dan layak.	Melakukan perbuatan sarkastik terhadap lawan Melakukan perilaku agresi terhadap lawan
Perilaku terhadap teman satu regu	Hanya memberikan kritik konstruktif dan gubahan positif	Membuat komentar negatif Menghina teman
Perilaku terhadap penonton	Hanya membuat komentar positif terhadap penonton	Beradu pendapat terhadap penonton mengejek penonton
Aturan dan Peraturan yang disepakati	Mengikuti aturan dari Badan Liga Keolahragaan	Mengambil keuntungan dari aturan yang diberlakukan.

2) Perkuat dan Gugah Perilaku-Perilaku Yang Mencirikan Olahragawan Sejati.

Sangatlah penting untuk menggugah dan memperkuat perilaku-perilaku atau sikap yang telah dirumuskan dalam program ciri-ciri olahragawan sejati. Sebaliknya berikan hukuman dan penekanan pada perilaku-perilaku yang tidak tepat. Penting untuk melakukan penguatan dan hukuman terhadap perilaku yang positif dan negatif secara konsisten.

### 3) Pemodelan Perilaku-Perilaku Baik dan Tepat

Identifikasi perilaku-perilaku yang diinginkan dan contohkan dalam pemodelan pada segala tindakan-tindakan yang dilakukan. Karena perilaku lebih berarti daripada hanya sekedar kata-kata verbal, maka penting dalam setiap kegiatan olahraga dan latihan memberikan atau menunjukkan melalui pemodelan dari ciri-ciri olahragawan sejati yang dimaksud. Sering kali didengar, mudah dikatakan tetapi sukar dilakukan. Tentu setiap orang mudah melakukan kesalahan. Karena itu, ketika seseorang melakukan kekeliruan perlu segera mengakui kesalahan itu dan meminta maaf atas kekeliruan yang dilakukan.

### 4) Menjelaskan Mengapa Perilaku Tertentu Baik dan Dapat Diterima.

Hanya jika orang telah terinternalisasi prinsip panduan moral dapat menentukan salah atau benar sehingga dapat secara konsisten berperilaku baik dalam berbagai situasi dan kondisi. Karena itu penting, untuk memasukkan secara rasional berbagai komponen olahragawan sejati. Rasional memberikan penjelasan yang didasarkan pada elemen dasar tingkat alasan-moral, seperti: altruisme dan keseimbangan moral yang didasarkan pada kesepakatan mutualisme (Weiss, 1987: dalam Gould, 2003:536). Sangat penting untuk senantiasa memberikan rasionalisasi semua tindakan secara reguler kepada para peserta. Sebagai contoh, jika beberapa siswa merasa kurang terampil melakukan permainan dalam kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga, maka yakinkan bahwa secara inklusi atas ketidakmampuan itu dalam beberapa alasan sebelum dilakukan keputusan (misal: penting



untuk mengetahui semua alasan di balik suatu tampilan tugas gerak yang dilakukan siswa). Berikan penjelasan secara rasional atas semua tindakan benar atau salah para siswa.

Sangatlah penting menekankan alasan di balik suatu tindakan. Kemampuan untuk menjustifikasi mulai berkembang pada usia 7 atau 8 tahun (Marten, 1982; dalam Gould, 2003:536). Pada anak usia 10 tahun dapat ditekankan pada pengambilan peran. Kemudian, pada tingkatan empati tertinggi kemampuan dua orang anak untuk melakukan perspektif satu sama lain bisa dilakukan ketika memutuskan bagaimana melakukan suatu tindakan.

#### 5) Diskusikan Dilema Moral dan Pilihan-Pilihan.

Untuk terjadinya efektivitas pendidikan moral, partisipan harus terlibat dalam dialog-diri dan diskusi kelompok tentang dilema moral dan pilihan-pilihan. Suatu dilema moral membutuhkan partisipan untuk memutuskan apakah suatu tindakan moral benar atau salah. Diskusi dapat berlangsung dalam berbagai cara pandang yang mungkin atau tidak mungkin bertentangan dengan aturan.

#### 6) Membangun Dilema Moral dan Pilihan-Pilihan ke dalam Situasi Praktik.

Setelah beberapa pemain mencoba memecahkan dilema, ikuti dengan diskusi tentang alasan moral yang melandasinya. Strategi ini untuk meningkatkan pengembangan karakter dan ciri-ciri olahragawan sejati membutuhkan waktu, perencanaan, dan usaha. Untuk suatu pengaruh optimal, para siswa harus mengulanginya secara konsisten sepanjang waktu, tidak hanya satu atau dua kali ketika para siswa dihadapkan pada suatu masalah.

#### 7) Mengajarkan Strategi Belajar Kooperatif.

Meskipun kompetisi dan kooperatif penting untuk pengembangan optimal motivasi berprestasi. Anak-anak di Amerika Serikat lebih cenderung menyukai sifat kompetisi daripada kooperatif. Oleh karena itu, dalam pengajaran aktivitas jasmani para siswa harus dibelajarkan melalui strategi belajar kooperatif. Miller dkk. (1997; dalam Gould, 2003:538)

juga menyebutkan bahwa kemampuan untuk belajar secara kooperatif adalah penting dalam pengembangan karakter. Cara belajar kooperatif ini melibatkan penggunaan tingkatan tujuan dalam suatu permainan.

8) Menciptakan Suasana Motivasional Berorientasi Tugas Gerak.

Penciptaan suasana motivasional berorientasi pada tugas gerak memaksa siswa terfokus pada tugas daripada ego-nya sendiri, sehingga dapat menjustifikasi kemampuan dirinya sendiri atas dasar penampilannya daripada melalui peningkatan perbandingan secara sosial. Sangatlah mudah mengajarkan ciri-ciri olahragawan sejati dan kompetisi dengan cara ditekankan secara berulang. Namun demikian, ini bukan berarti bahwa karakter tidak dapat dikembangkan melalui suasana kompetitif, hanya jika keuntungan untuk menirukan upaya pengembangan kearah pengembangan karakter dalam suatu suasana motivasional berorientasi pada tugas gerak. Ketika seorang pemain mengembangkan karakter yang baik, kompetisi kemungkinan justru menjadi ujian pertama apakah dia mampu mempertahankan dan mengembangkan nilai-nilai yang diyakininya itu.

9) Pemindahan Power (Kekuatan) dari Pemimpin ke Partisipan.

Pengembangan karakter dapat dipicu dengan baik pada lingkungan yang secara progresif memindahkan power (kekuatan) dari seorang pemimpin (Kapten) ke bawahan (partisipan/pemain). Hellison dan Templin (1991; dalam Gould, 2003:538). Sebagai contoh, seperti telah dikembangkan oleh Hellison bagaimana mengajarkan sikap tanggungjawab melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Pertama, secara realistis pengajaran diawali dari sikap tidak bertanggungjawab, membantu mereka untuk dapat mengendalikan diri, pengendalian diri ini dikembangkan melalui tahapan keterlibatan mereka, pengerahan diri, dan akhirnya didapatkan sikap kepedulian untuk bertanggungjawab atas segala tindakan yang dilakukannya.

