

PENGALAMAN BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI YANG MENYENANGKAN PADA PENDIDIKAN DASAR

Oleh: Soni Nopembri
Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY

Abstrak

Awal tulisan ini akan memaparkan secara empirik suatu realitas pembelajaran pada pendidikan dasar. Perlunya suatu pembelajaran yang mengakomodasi kebutuhan anak, bukan pembelajaran yang berbasis materi yang menyebabkan anak merasa terbebani dan tidak menyenangkan. Pendidikan jasmani diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan bagi anak, dengan pedoman Kurikulum Berbasis Kompetensi.

Bagian kedua tulisan ini mendeskripsikan bermain sebagai suatu pengalaman belajar yang menyenangkan. Kemudian menjelaskan pendidikan jasmani secara teoritis, baik secara definisi maupun argumentasi. Akhir bagian ini menjelaskan tentang pembelajaran pendidikan jasmani yang dapat dilakukan melalui bermain.

Tulisan ini diakhiri dengan suatu kesimpulan yang mencakup seluruh isi tulisan ini. Penulis memaparkan secara argumentatif mengenai ide dan gagasan dalam kesimpulan ini.

Kata Kunci : Pembelajaran, Pendidikan Jasmani, Bermain

Pembelajaran merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam pendidikan. Pembelajaran sangat penting keberadaannya dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan yang sebenarnya. Dalam pembelajaran seharusnya terdapat suatu hubungan yang kreatif, kritis, dan interaktif yang memberikan arah untuk tumbuhnya kreativitas, berfikir kritis, dan percaya diri. Guru dalam hal ini membantu menciptakan peluang-peluang untuk terjadinya proses belajar pada diri peserta didik, sehingga sikap profesionalitas harus tinggi agar dapat melaksanakan tugas secara optimal.

Dewasa ini pembelajaran di tingkat pendidikan dasar mengalami penurunan mutu proses dan hasil belajar anak. Salah satunya adalah proses

pembelajaran yang terlalu “menuntut” anak untuk menguasai materi kurikulum yang disediakan bagi setiap tingkatan kelas. Guru dengan segala cara “menjejal” anak untuk menguasai kurikulum yang telah ditargetkan tanpa melihat kesesuaiannya dengan minat dan kepentingan hidup anak. Bukan berarti penguasaan kompetensi tidak penting dalam proses belajar anak, tapi disadari atau tidak, kompetensi yang harus dikuasai anak makin hari makin banyak. Di sisi lain minat (*interest*) dan kemampuan anak kurang diperhatikan proses pembelajarannya, sehingga timbul perasaan pada anak, bahwa belajar di sekolah merupakan suatu “beban” dan bukan sesuatu yang “menyenangkan” dirinya (Nina Sutresna, dkk., 2003 : 2).

Dalam upaya peningkatan kualitas pembelajaran di tingkat pendidikan dasar, maka penyajian pembelajaran pendidikan jasmani haruslah disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan siswa di tingkat ini. Melalui program pendidikan jasmani yang teratur, terencana, dan terbimbing diharapkan dapat dicapai seperangkat tujuan yang meliputi pembentukan dan pembinaan bagi pertumbuhan dan perkembangan aspek jasmani, intelektual, emosional, sosial, dan moral spiritual. Mengacu pada pentingnya proses pertumbuhan dan perkembangan anak, maka pembelajaran pendidikan jasmani melalui pengalaman belajar yang menyenangkan merupakan salah satu inovasi yang dapat memberikan wahana bagi anak dalam beraktivitas yang sesuai dengan minat dan kebutuhannya. Pengalaman belajar melalui bermain memang bukan merupakan hal yang baru dalam pendidikan jasmani, tetapi pengalaman belajar ini merangsang suatu pola

pemikiran yang kreatif dan inovatif bagi guru dalam meramu proses pembelajaran agar anak merasa senang.

Keberadaan kurikulum berbasis kompetensi menjadi kajian yang cukup menarik, karena kurikulum ini memberikan keleluasaan kepada guru untuk menggunakan berbagai pengalaman belajar yang disesuaikan dengan kemampuan atau kompetensi anak sekolah dasar. Kurikulum ini juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk beraktualisasi diri sesuai dengan kemampuannya. Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar (KBK Penjas SD/MI) memberikan pedoman pada guru pendidikan jasmani dan siswa untuk melakukan pembelajaran sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan sekolah. Kurikulum berbasis kompetensi memberikan kemudahan juga pada guru dalam rangka menyusun pengalaman belajar. Pengalaman belajar yang menyenangkan itu perlu dipikirkan dan diramu oleh guru pendidikan jasmani dengan sebaik-baiknya agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Untuk itulah tulisan ini dibuat agar pengalaman belajar yang menyenangkan dapat tercipta pada pembelajaran pendidikan jasmani sehingga siswa menjalani belajar dengan rasa senang.

Bermain sebagai Pengalaman Belajar yang Menyenangkan

Bermain mempunyai pengertian yang luas. Bermain merupakan suatu kata kerja, yang mempunyai arti mengerjakan sesuatu permainan. Dalam bermain kita akan merasakan senang, namun rasa senang itu akan makin terpenuhi bila yang bermain atau semua yang bermain akan bermain sungguh-sungguh, tetapi bermain itu sendiri bukan merupakan suatu kesungguhan. Rasa senang bermain itu harus

disebabkan karena bermain itu sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sungguh-sungguh atas dasar rasa senang (Sukintaka, 1990 :2).

Papalia, seorang ahli perkembangan manusia dalam bukunya *Human Development*, mengatakan bahwa anak berkembang dengan cara bermain (Martina Rini S. Tasmin, 2002 : 2). Dunia anak-anak adalah dunia bermain. Anak-anak bermain menggunakan otot tubuhnya, menstimulasi indra-indra tubuhnya, mengeksplorasi dunia sekitarnya, menemukan seperti apa lingkungan yang ia tinggali dan menemukan seperti apa diri mereka sendiri. Pada saat bermain, anak-anak juga menemukan dan mempelajari hal-hal atau keahlian baru dan belajar (*learn*) kapan harus menggunakan keahlian tersebut, serta memuaskan apa yang menjadi kebutuhannya (*need*). Fisik anak akan terlatih, kemampuan kognitif, dan kemampuan berinteraksi dengan orang lain akan berkembang ketika anak bermain. Sedangkan Menurut Hughes (1999) dalam Martina Rini S. Tasmin (2002 : 2), seorang ahli perkembangan anak dalam bukunya *Children, Play, and Development*, mengatakan harus ada 5 (lima) unsur dalam suatu kegiatan yang disebut bermain. Kelima unsur tersebut yaitu ; (1) Tujuan bermain yang merupakan permainan itu sendiri dan si pelaku mendapat kepuasan karena melakukannya (tanpa target), bukan untuk misalnya mendapatkan uang ; (2) Dipilih secara bebas, permainan dipilih sendiri dan dilakukan atas kehendak sendiri dan tidak ada yang menyuruh ataupun memaksa ; (3) Menyenangkan dan dinikmati ; (4) Ada unsur kayalan dalam kegiatannya ; (5) Dilakukan secara aktif dan sadar. Fromberg dalam (Dockett & Flear, 1999 : 16) mendefinisikan bahwa

bermain bagi anak adalah simbolis, sangat bermakna, aktif, menyenangkan, sukarela, aturan yang tidak baku, dan berkisah. Semua itu merupakan elemen-elemen penting dalam bermain.

Ketika bermain, anak berimajinasi dan mengeluarkan ide-ide yang tersimpan di dalam dirinya. Anak mengekspresikan pengetahuan yang dia miliki tentang dunia dan kemudian juga sekaligus bisa mendapatkan pengetahuan baru, dan semua dilakukan dengan cara yang menggembirakan hatinya. Tidak hanya pengetahuan tentang dunia yang ada dalam pikiran anak yang terekspresikan lewat bermain, tapi juga hal-hal yang ia rasakan, ketakutan-ketakutan dan kegembiraannya. Orangtua akan dapat semakin mengenal anak dengan mengamati ketika anak bermain. Bahkan lewat permainan (terutama bermain peran/*role-playing*) orangtua juga dapat menemukan kesan-kesan dan harapan anak terhadap orangtuanya dan keluarganya. Bermain peran menggambarkan pemahamannya tentang dunia dimana ia berada. Menurut Mary Go Setiawani (2000:41-44), fungsi dan nilai bermain yaitu : (1) Melatih fisik, Bermain merupakan latihan olahraga yang terbaik bagi tubuh. Karena bermain dapat membina kemampuan anak dalam berolahraga, kecerdasan, dan ketangkasan otak ; (2) Belajar hidup bersama/berkelompok. Bermain adalah kesempatan yang baik bagi anak untuk terjun ke dalam kelompok dan belajar menyesuaikan diri dalam kehidupan yang harmonis di masyarakat ; (3) Menggali potensi diri sendiri, dengan bermain, anak diberi kesempatan untuk menyelesaikan kesulitan dengan kemampuan dirinya sendiri ; (4) Menaati peraturan, Orang dewasa harus membantu anak bersikap sportif dalam bermain dan membimbing mereka untuk menaati peraturan

Berdasarkan manfaatnya bagi perkembangan jiwa anak, permainan terdiri atas dua macam, yaitu Permainan Aktif dan Permainan Pasif (Temu Ilmiah Tumbuh Kembang Jiwa Anak dan Remaja, 2003 : 1). Permainan Aktif terdiri atas :

- (a) Bermain bebas dan spontan atau eksplorasi, dalam permainan ini anak dapat melakukan segala hal yang diinginkannya, tidak ada aturan-aturan dalam permainan tersebut. Anak akan terus bermain dengan permainan tersebut selama permainan tersebut menimbulkan kesenangan dan anak akan berhenti apabila permainan tersebut sudah tidak menyenangkannya. Dalam permainan ini anak melakukan eksperimen atau menyelidiki, mencoba, dan mengenal hal-hal baru ;
- (b) Drama, dalam permainan ini, anak memerankan suatu peranan, menirukan karakter yang dikagumi dalam kehidupan yang nyata, atau dalam mass media ;
- (c) Bermain musik, Bermain musik dapat mendorong anak untuk mengembangkan tingkah laku sosialnya, yaitu dengan bekerja sama dengan teman-teman sebayanya dalam memproduksi musik, menyanyi, berdansa, atau memainkan alat musik ;
- (d) Mengumpulkan atau mengoleksi sesuatu, kegiatan ini sering menimbulkan rasa bangga, karena anak mempunyai koleksi lebih banyak daripada teman-temannya. Di samping itu, mengumpulkan benda-benda dapat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan sosial anak. Anak terdorong untuk bersikap jujur, bekerja sama, dan bersaing ;
- (e) Permainan olah raga, dalam permainan ini anak banyak menggunakan energi fisiknya, sehingga sangat membantu perkembangan fisiknya. Di samping itu, kegiatan ini mendorong sosialisasi anak dengan belajar bergaul, bekerja sama, memainkan peran pemimpin, serta menilai diri dan kemampuannya secara realistik dan sportif.

Permainan Pasif terdiri atas : (a) Membaca, membaca merupakan kegiatan yang sehat. Membaca akan memperluas wawasan dan pengetahuan anak, sehingga anakpun akan berkembang kreativitas dan kecerdasannya ; (b) Mendengarkan radio, mendengarkan radio dapat mempengaruhi anak baik secara positif maupun negatif. Pengaruh positifnya adalah anak akan bertambah pengetahuannya, sedangkan pengaruh negatifnya yaitu apabila anak meniru hal-hal yang disiarkan di radio seperti kekerasan, kriminalitas, atau hal-hal negatif lainnya ; (c) Menonton televisi, pengaruh televisi sama seperti mendengarkan radio, baik pengaruh positif maupun negatifnya (Temu Ilmiah Tumbuh Kembang Jiwa Anak dan Remaja, 2003 : 1).

Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani para peserta didik sebagai wahana untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional. Bucher (1995:40) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan umum, yang bertujuan untuk mengembangkan jasmani, mental, emosi, dan sosial anak menjadi baik, dengan aktivitas jasmani sebagai wahananya. Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani (2003:1) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk

mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan aktivitas olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Gabbard, Leblanc, dan Lowy (1987) dalam Sukintaka (1990:10) mengutarakan bahwa pertumbuhan, perkembangan, dan belajar lewat aktivitas jasmani akan mempengaruhi : (1) Ranah Kognitif : kemampuan berpikir (bertanya, kreatif, dan menghubungkan), kemampuan memahami (*Perceptual Ability*), menyadari gerak, dan penguatan akademik ; (2) Ranah Psikomotor : pertumbuhan biologik, kesegaran jasmani, juga menyangkut kesehatan, keterampilan gerak, dan peningkatan keterampilan gerak ; (3) Ranah Afektif : rasa senang, penanggapan yang sehat terhadap aktivitas jasmani, kemampuan menyatakan dirinya (mengaktualisasi diri), menghargai diri sendiri, dan ada konsep diri. Beberapa ahli menambahkan satu ranah lagi yaitu Ranah Jasmani

yang berisi kekuatan otot, kekuatan daya tahan otot, kelentukan, dan daya tahan kardiovaskuler.

Pada pendidikan jasmani terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan gerak. Keterampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga dan gerakan untuk berolahraga. Gerak untuk berolahraga, bagi anak sekolah dasar, bukan berarti anak sekolah dasar harus dilatih untuk pencapaian prestasi tinggi, tetapi anak sekolah dasar harus disiapkan sesuai dengan tahap perkembangannya, dan tahap kematangannya (Sukintaka, 1990:10). Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Bermain

Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran wajib di sekolah dasar tentunya harus mempunyai pendekatan pembelajaran yang mengacu pada karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar. Banyak sekali pengalaman belajar dalam pembelajaran yang dapat digunakan untuk jalannya proses pembelajaran, sehingga perlu adanya pemilihan pengalaman belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang tepat dan sesuai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar.

Salah satu pengalaman belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang bisa digunakan untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan

anak sekolah dasar adalah pengalaman belajar bermain. Seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa bermain sangat dibutuhkan oleh setiap anak, terutama anak usia sekolah dasar. Bermain sebagai pengalaman belajar yang dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Keberadaan bermain sangat penting, sebab bermain adalah bekerja bagi anak. Secara pedagogi, bermain merupakan cara belajar yang bersifat alami. Dunia anak adalah dunia bermain. Anak melihat ibunya yang sedang memasak di dapur, kemudian bermain dan belajar memasak dengan kompor kecilnya atau bermain meniru, seperti dokter memeriksa pasien, bermain membuka toko-toko dagangan, bahkan naik ke planet/bulan pun bisa dijadikan permainan. Begitulah anak belajar dalam bermain, sehingga bermain peran sebagai seorang dokter sebenarnya anak sedang belajar mengatasi ketegangan dan ketakutan terhadap dokter

Bermain merupakan suatu bentuk kegiatan yang sangat di senangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan pendidikan, dalam hal ini pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani harus dapat mengetahui dan memilih kegiatan bermain itu bermakna persiapan (pemanasan), pembentukan tubuh (penguatan otot, atau latihan kelentukan), belajar atau berlatih suatu teknik olahraga, mengembangkan rasa sosial anak, atau merupakan modifikasi dari cabang olahraga prestasi. Bentuk permainan dapat disajikan kepada semua tahap perkembangan anak, hanya suatu bentuk bermain itu mempunyai makna yang berbeda-beda terhadap suatu tahap perkembangan. Misalnya, suatu permainan

dapat bermakna pembentukan otot tungkai bagi anak kelompok umur 6 – 8 tahun, tetapi bagi anak berumur 17 tahun mungkin permainan tersebut akan bermakna sebagai permainan rekreasi.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dikenal adanya skema pembelajaran pendidikan jasmani, yang terdiri atas : Pendahuluan, Inti, Penenangan. Bagian pendahuluan terdapat kegiatan-kegiatan baris, berdoa, *presensi*, penjelasan singkat tentang materi yang akan disampaikan (*Apersepsi*). Selain itu, ada Persiapan/Pemanasan yaitu latihan yang bertujuan untuk menggerakkan sebagian besar otot-otot besar, antara lain otot-otot tungkai, dan otot lengan, dan usaha-usaha pemindahan perhatian anak kepada pelajaran. Dalam pendahuluan juga terdapat pembentukan tubuh yang berisi latihan kekuatan otot, kelentukan otot, dan latihan koordinasi, yang kesemuanya bertujuan untuk menunjang teknik yang akan diberikan.

Pada bagian inti terdapat kegiatan pembelajaran yang sesungguhnya, berupa penyampaian materi pelajaran yang sesuai dengan program pembelajaran yang telah disusun. Berbagai macam bentuk atau pengalaman belajar dapat diterapkan dalam bagian ini. Dalam bagian penenangan terdapat kegiatan-kegiatan berupa latihan yang bertujuan untuk mendinginkan dan menenangkan tubuh setelah beraktivitas. Kegiatan tersebut bisa berupa pemberian saran-saran kepada anak tentang jalannya pembelajaran (*Evaluasi*), pemberian tugas untuk kesiapan pelajaran yang akan datang, berdoa, dan mempersiapkan diri untuk kembali ke dalam kelas.

Banyak kebutuhan anak-anak yang dapat dipenuhi dalam kegiatan bermain jika kita mengadakan kegiatan bermain berdasarkan pada 10 prinsip kegiatan bermain menurut Mary Go Setiawani (2000, 41-44), berikut ini :

1. Bermain berikan kesempatan kepada anak-anak untuk mengembangkan kehidupan fisiknya secara normal dan alami.
2. Tegaskan keseimbangan antara permainan yang memerlukan keaktifan dan ketenangan serta bermain di dalam dan di luar ruangan.
3. Gunakan permainan yang bervariasi dengan durasi waktu yang singkat berdasarkan lamanya minat mereka.
4. Berikan kegiatan bermain yang bermanfaat dan ajarkan mereka untuk belajar serta mengambil manfaat dari pengalaman bermain mereka.
5. Pilihlah permainan yang sesuai dengan tingkat umur mereka.
6. Berikan pengawasan yang secukupnya dari orang dewasa dalam semua kegiatan bermain mereka.
7. Berikan contoh yang baik untuk ditiru.
8. Berikan petunjuk yang jelas dalam sebuah permainan, hati-hati; jika perlu peragaan apa yang harus dilakukan.
9. Sediakan kesempatan untuk mengekspresikan imajinasi dan kreativitas mereka.
10. Pilihlah guru-guru yang berjiwa muda dan menyenangkan untuk mendampingi, membimbing, dan menghadapi anak-anak selama kegiatan bermain diadakan.

Selain prinsip-prinsip tersebut perlu juga di perhatikan adalah beberapa prinsip memilih permainan untuk anak (Mary Go Setiawani, 2000 : 41-44), yaitu :

- (1) Beri permainan yang dapat mengembangkan fisik ;
- (2) Perlu ada keseimbangan antara permainan yang bersifat tenang dan yang banyak bergerak dalam ruangan atau di luar ruangan ;
- (3) Berikan macam-macam permainan untuk memusatkan perhatian mereka ;
- (4) Sediakan permainan atau kegiatan yang bertujuan memberikan pengalaman belajar bagi mereka;
- (5) Pilihlah permainan yang sesuai dengan usia mereka ;
- (6) Persiapkan seorang atau orang dewasa untuk memimpin mereka dalam bermain atau berekreasi, Berikan kesempatan untuk menggunakan daya imajinasi dan kreativitas mereka.

Ada enam hal dasar yang harus dipertanyakan dalam merencanakan kegiatan bermain(Mary Go Setiawani, 2000 : 41-44), yaitu :

1. Siapa? -- Bagaimana sifat, kebutuhan, hobi, dan kemampuan peserta?
2. Mengapa? -- Apa tujuan permainan itu?
3. Apa? -- Apa inti dari permainan itu? Bagaimana jenis permainan itu?
4. Di mana? -- Apakah tempatnya sesuai dengan sifat permainan itu? Di dalam atau di luar ruangan?
5. Kapan? -- Setiap minggu atau setiap bulan? Berapa lama?
6. Bagaimana? -- Bagaimana merencanakannya? Bagaimana aturan permainannya, caranya, dan materinya?.

Kurikulum Berbasis Kompetensi memberikan keleluasaan pada guru untuk merancang skenario pembelajaran pendidikan jasmani. KBK pada pendidikan dasar seperti prasekolah dan sekolah dasar berisi kompetensi yang dimplikasikan pada hasil belajar dan indikator. Hasil belajar diharapkan dapat tercapai dengan bentuk bermain. Materi pelajaran yang ada pada kurikulum diskenario agar anak-anak merasa senang dan tidak terpaku pada tuntutan-tuntutan yang ada, penilaian pun dilakukan pada aspek-aspek kognitif, afektif, dan psikomotornya. Pengalaman belajar bermain merupakan pengalaman belajar yang efektif dan menyenangkan bagi anak, terutama anak sekolah dasar. Efektif dan menyenangkan, dalam artian bahwa hasil belajar dapat tercapai dengan pengalaman belajar yang menyenangkan.

Kesimpulan

Pembelajaran pada pendidikan dasar harus memperhatikan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak pada tingkat tersebut. Pembelajaran pada pendidikan dasar jangan terlalu menuntut untuk menguasai suatu kompetensi tertentu yang mengakibatkan anak tidak merasa nyaman belajar di sekolah. Pada Anak tingkat pendidikan dasar, pengalaman belajar yang menyenangkan dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhannya. Hal ini berarti bahwa pembelajaran harus mengadopsi suatu pengalaman belajar yang menyenangkan bagi anak. Pembelajaran yang diarahkan pada suatu kondisi yang menyenangkan merupakan dambaan setiap anak, sehingga guru harus kreatif dan inovatif dalam meramu kegiatan pembelajarannya.

Kurikulum berbasis kompetensi pendidikan jasmani memberikan suatu keleluasaan pada guru untuk mengembangkan kompetensi anak melalui berbagai pengalaman belajar. Kurikulum ini juga merekomendasikan pada guru agar pengalaman belajar yang dirancang diarahkan pada suatu pembelajaran yang menyenangkan. Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat menyenangkan. Bermain bukan semata-mata anak bermain bergitu saja tanpa arah, tetapi guru yang akan mengadopsi bermain sebagai pengalaman belajar harus memperhatikan beberapa prinsip bermain dan pemilihan aktivitas bermain. Selain itu pula dalam membuat rancangan permainan untuk anak-anak perlu diperhatikan pertanyaan-pertanyaan sekitar permainan, seperti : siapa, mengapa, tujuan permainan, dan sebagainya. Setelah guru menetapkan permainan yang cocok untuk pengembangan suatu kompetensi tertentu, maka guru menuangkannya dalam silabus pembelajaran dan rencana pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Bucher, C.A. 1995. *Foundation of Physical Education*. St. Louis. C.V. Mosby Company.
- Ihat Hatimah. 2003. *Strategi dan Pengalaman belajar Pembelajaran*. Bandung. CV. Andira.
- Kurikulum Berbasis Kompetensi. 2003. *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.
- Nina Sutresna, Nurlan Kusmaedi, Soni Nopembri, Dewi Astriyati. 2003. *Model Pembelajaran Terpadu (Integrated Learning) Penjas di Sekolah Taman Kanak-Kanak*. Proposal Penelitian Tindakan Kelas. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Martina Rini S. Tasmin. 2002. *Belajar Lebih Penting Daripada Bermain?* Jakarta. Available on line at www.psi.ut.ac.id/data/pend-pra.htm
- Sukintaka. 1990. *Teori Bermain*. Yogyakarta. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Institut Keguruan Ilmu Pendidikan Yogyakarta.
- Mary Go Setiawani. 2000. *Menerobos Dunia Anak*. Bandung. Yayasan Kalam Hidup.
- Temu Ilmiah Tumbuh Kembang Jiwa Anak dan Remaja. 2003. *Pengaruh Permainan pada Perkembangan Anak*. Senin, 22-Desember-2003 available on line at www.iqqq.web.id
- Dockett, Susan & Fler, Marilyn. 1999. *Play and Pedagogy in Early Childhood : Bending The Rules*. Marrickville, Australia. Hartcourt Brace & Company.