

## **BAB II**

### **SURVEI SARANA DAN PRASARANA OLAHRAGA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Pengertian Sarana Olahraga**

Sarana olahraga atau alat adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Sarana olahraga pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, dapat dibawa kemana-mana atau di pindahkan dari suatu tempat ke tempat lain. Contoh : bola, raket, tongkat, pemukul, balok, bet tenis meja dan lain-lain. Sarana olahraga atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktivitas dengan sungguh-sungguh dan akhirnya tujuan aktivitas dapat tercapai. Agus S. Suryobroto (2004:4). Sarana olahraga adalah terjemahan dari *facilities*, yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga yang mudah dipindahkan bahkan dibawa oleh pelaku atau siswa. Contoh alat yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yaitu bola, raket, pemukul, net, lembing, dan lain-lain.

Sarana olahraga merupakan peralatan yang sangat membantu dalam proses belajar mengajar di pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Sarana olahraga pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, dapat dibawa kemana-mana atau dipindahkan dari suatu tempat ke tempat lain. Soepartono (2000:6) menyatakan sarana olahraga adalah terjemahan dari fasilitas yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Dan sarana dapat juga diartikan sebagai sesuatu yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang mudah

dipindahkan bahkan mudah dibawa oleh pemakai. Sedangkan sarana dapat dibedakan menjadi dua yaitu :

- a. Peralatan ialah sesuatu yang digunakan. Contoh peti loncat, palang tunggal, palang sejajar dan lain sebagainya.
- b. Perlengkapan ialah :
  - 1) Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana. Misalnya : net, bendera untuk tanda, garis batas.
  - 2) Sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki. Misalnya : bola, raket, dan pemukul.

## 2. Pengertian Prasarana Olahraga

Prasarana olahraga atau perkakas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang mudah dipindahkan (bisa semi permanen) tetapi berat atau sulit. Contoh : matras, peti lompat kuda-kuda, palang tunggal, palang sejajar, palang bertingkat, meja tenis meja, trampolin dan lain-lain. Perkakas ini idealnya tidak dipindah-pindah agar tidak mudah rusak, kecuali kalau memang tempatnya terbatas sehingga harus selalu bongkar pasang. Agus S. Suryobroto (2004:4). Prasarana olahraga atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang bersifat permanen atau tidak dapat dipindah-pindahkan. Contoh : lapangan sepak bola, voli, basket, bola tangan, tenis lapangan, bulutangkis, *softball*, *kasti*, *rounders*, *hoki*, aula, kolam renang dan lain-lain. Fasilitas harus memenuhi standar minimal untuk pembelajaran, antara lain ukuran sesuai dengan kebutuhan, bersih, terang, pergantian udara lancar dan tidak membahayakan penggunaannya atau siswa. Agus S. Suryobroto (2004:4).

Prasarana olahraga yang pada dasarnya merupakan sesuatu bersifat permanen. Kelangsungan proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan tidak terlepas dari tersedianya prasarana olahraga yang baik dan memadai. Prasarana yang baik dan memadai

maka proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dapat berjalan dengan baik. Prasarana olahraga adalah sesuatu yang merupakan penunjang terlaksananya suatu proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Soepartono (2000:5). Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan prasarana olahraga didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar proses pembelajaran. Salah satu sifat yang dimiliki oleh prasarana olahraga adalah sifatnya relatif permanen atau susah untuk dipindah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 893), prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha, pembangunan proyek, dan lain sebagainya. Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada dasarnya merupakan segala sesuatu yang bersifat permanen. Kelangsungan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tidak terlepas dari tersedianya prasarana yang baik dan memadai. Prasarana yang baik dan memadai akan menunjang proses pembelajaran jasmani dengan baik pula. Prasarana olahraga yang dimaksud dalam pendapat di atas dapat diartikan sebagai prasarana dengan ukuran standar seperti lapangan maupun gedung olahraga, tetapi mungkin masih ada sekolah tidak dapat menyelenggarakan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dengan prasarana olahraga standar, sering pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dilaksanakan di halaman sekolah, disela-sela bangunan gedung, mungkin sebagian dapat menggunakan prasarana olahraga standar yang terdapat disekitar sekolah namun harus berbagi dengan sekolah lain maupun masyarakat.

Fasilitas olahraga dalam artian luas adalah kelengkapan-kelengkapan yang harus dipenuhi oleh suatu sekolah untuk keperluan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Fasilitas luar adalah lapangan bola voli, lapangan bola basket, lapangan sepak bola, lapangan bulutangkis, lapangan tenis dan lain sebagainya. Sedangkan

fasilitas dalam ruangan adalah tertutup dan sewaktu waktu dapat dipergunakan sekalipun dalam keadaan cuaca yang tidak kondusif.

Fasilitas ialah segala sesuatu yang dapat mempermudah atau memperlancar dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat yang relatif permanen tersebut adalah susah untuk dipindah. Contoh: halaman sekolah, lapangan sepak bola, lapangan bola basket, lapangan bola voli, gedung serba guna, bak lompat jauh, dan sejenisnya. Untuk kepentingan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, prasarana olahraga lain yang dapat dimanfaatkan misalnya : ruang kelas yang kosong, parit, pohon, selokan, tangga, taman dan kelengkapan lainnya. Mungkin sebagian besar sekolah tidak memiliki fasilitas pembelajaran untuk kegiatan pembelajaran yang memadai, baik mutu apalagi jumlahnya. Padahal sarana dan prasarana olahraga dan media pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan salah satu faktor yang menentukan dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (H.J.S. Husdarta, 2011: 177).

### **3. Tujuan Sarana dan Prasarana Olahraga**

Menurut Agus S. Suryobroto (2004:4). Tujuan sarana dan prasarana olahraga adalah untuk :

- a. Memperlancar jalannya pembelajaran. Hal mengandung arti bahwa dengan adanya sarana dan prasarana olahraga akan menyebabkan pembelajaran menjadi lancar, seperti tidak perlu antri atau menunggu siswa yang lain dalam melakukan aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
- b. Memudahkan gerak. Dengan sarana dan prasarana olahraga diharapkan akan mempermudah proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
- c. Mempersulit gerakan. Maksudnya bahwa secara umum melakukan gerakan tanpa alat akan lebih mudah jika dibandingkan dengan menggunakan alat.

- d. Memacu siswa dalam bergerak. Maksudnya siswa akan terpacu melakukan gerakan jika menggunakan bola, dibandingkan hanya membayangkan saja. Begitu pula melempar lembing lebih tertarik dengan alat lembing dibandingkan hanya gerakan bayangan.
- e. Kelangsungan aktivitas, karena jika tidak maka tidak jalan. Contohnya main bola tanpa ada lapangan tidak akan berjalan atau terlaksana.
- f. Menjadikan siswa tidak takut untuk melakukan gerak/aktivitas. Sebagai misalnya untuk melakukan gerakan salto ke depan atau lompat tinggi gaya flop, jika ada busa yang tebal maka siswa berani melakukan dibandingkan hanya ada busa yang tipis.

Adapun manfaat sarana dan prasarana olahraga untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan menurut Agus S. Suryobroto (2004:5-6) adalah :

- a. Dapat memacu pertumbuhan dan perkembangan siswa, karena siswa bersikap, berfikir dan bergerak. Dalam hal ini dengan adanya sarana dan prasarana dapat lebih memotivasi siswa dalam bersikap, berfikir dan melakukan aktivitas jasmani dan fisik.
- b. Gerakan dapat lebih mudah atau sulit. Dengan sarana dan prasarana olahraga dapat memudahkan gerakan yang sulit, contoh : guling lenting lebih mudah dibantu dengan peti lompat dibanding tanpa menggunakan peti lompat. Sebaliknya dalam kaitanya mempersulit gerakan yang mudah, sebagai contoh secara umum melakukan gerakan awal tanpa alat lebih mudah dibandingkan dengan menggunakan alat.
- c. Dapat dijadikan sebagai tolak ukur keberhasilan. Contoh : seberapa tinggi siswa dalam lompat tinggi maka diperlukan tiang mistar lompat tinggi.
- d. Menarik perhatian siswa. Siswa akan lebih tertarik menggunakan alat yang diberikan hiasan atau warna yang memang menarik dari

pada lazimnya. Contoh : lembing yang diberi ekor akan menghasilkan lemparan yang menarik.

Adanya sarana dan prasarana olahraga dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan hopefully dapat memperlancar proses pembelajaran dan tujuan pembelajaran pun bisa tercapai tanpa melalaikan unsur keamanan para siswa dalam menggunakan sarana dan prasarana olahraga yang ada. Seperti yang diungkapkan oleh Agus S. Suryobroto (2004:16-18) tentang persyaratan sarana dan prasarana olahraga pendidikan jasmani dan kesehatan yaitu :

- a. Aman, unsur keamanan merupakan unsur pokok dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan artinya keamanan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan prioritas utama sebelum unsur lain.
- b. Mudah dan murah, sarana dan prasarana olahraga tersebut murah dan mudah didapat dan jika membeli tidaklah mahal harganya namun tidak mudah rusak.
- c. Menarik, sarana dan prasarana olahraga yang baik jika menarik bagi penggunanya, artinya siswa senang menggunakannya bukan sebaliknya.
- d. Memacu untuk bergerak dengan adanya sarana dan prasarana olahraga akan memacu siswa untuk bergerak.
- e. Sesuai dengan kebutuhan, dengan menyediakan sarana dan prasarana olahraga hendaknya disesuaikan dengan kebutuhan siswa atau penggunanya.
- f. Sesuai dengan tujuan sarana dan prasarana olahraga hendaknya sesuai dengan tujuan.
- g. Tidak mudah rusak, maksudnya adalah penggunaan sarana dan prasarana olahraga hendaknya tidak hanya digunakan satu atau dua kali saja.
- h. Sesuai dengan lingkungannya, maksudnya adalah jangan sampai mengadakan sarana dan prasarana olahraga yang tidak sesuai

dengan kondisi misalnya sarana dan prasarana olahraga yang cocok untuk dilapangan lunak namun digunakan dilapangan keras.

Sarana dan prasarana olahraga dibutuhkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan menjadi hal yang penting dalam proses pembelajaran, karena tanpa adanya sarana dan prasarana membuat proses pembelajaran berjalan kurang baik dan tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan tidak tercapai.

#### **4. Kebutuhan Sarana dan Prasarana Olahraga**

Kebutuhan sarana dan prasarana olahraga adalah sangat vital artinya bahwa harus menggunakan sarana dan prasarana yang sesuai dengan kebutuhan. Agus S. Suryobroto (2004:6). Utamanya fasilitas harus ada tidak boleh tidak ada. Misalnya lapangan, gedung, kolam renang, alam terbuka dan lain-lain. Menurut Depdikbud dalam Yetty Sarjono (2007:70) sarana dan prasarana olahraga merupakan sumber daya yang penting dan utama dalam menopang kegiatan belajar mengajar di sekolah apabila sekolah tidak memiliki fasilitas, seperti lapangan maka ini merupakan kendala yang sangat berarti bagi kelancaran proses pembelajaran. Jika yang kurang itu hanya alat maka masih bisa dialih oleh guru, seperti halnya dapat dialihkan dengan memodifikasinya. Namun jika tidak ada fasilitas mungkin guru tidak bisa berbuat banyak terhadap kondisi tersebut dan menyebabkan hak siswa untuk bergerak dan bermain tidak dapat disalurkan.

#### **5. Standar Sarana Dan Prasarana Olahraga**

Sarana berperan penting dalam pendidikan jasmani olahraga di sekolah contoh: Bola basket, pemukul, tongkat, bed, raket, shuttcock, dan lain-lain. Kemudian prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak dapat dipindah-pindahkan. Contoh: lapangan (sepak bola, bola voli, bola basket, bola tangan, bola keranjang, tenis lapangan, bulu tangkis, softball, dan lain-

lain. Prasarana itu sendiri dibagi menjadi dua yaitu prasarana atau perkakas dan prasarana atau fasilitas.

**Tabel 2.1 Standar Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani**

Prasarana Pendidikan Jasmani			
No	Jenis	Rasio	Deskripsi
1.	Tempat bermain/ olahraga		<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tempat bermain/ olahraga berfungsi sebagai area bermain, berolahraga, pendidikan jasmani, upacara, dan kegiatan ekstrakurikuler.</li> <li>b. Minimum 3m<sup>2</sup>/ peserta didik.</li> <li>c. Terdapat tempat bermain/ berolahraga yang berupa ruang terbuka sebagian ditanami pohon penghijauan</li> <li>d. Tempat bermain atau berolahraga tidak mengganggu proses pembelajaran dikelas.</li> <li>e. Tidak digunakan sebagai tempat parkir</li> <li>f. Ruang bebas yang dimaksud diatas memiliki permukaan datar, drainase baik, tidak terdapat pohon, saluran air, serta benda-benda lain yang mengganggu proses pembelajaran.</li> </ul>
	Tiang bendera	1 buah/sekolah	Tinggi sesuai ketentuan yang berlaku
	Bendera	1 buah/sekolah	Ukuran sesuai ketentuan yang berlaku
Sarana Pendidikan Jasmani			



2.	Peralatan bola basket	1 set	Minimum 6 Bola
2.	Peralatan Bola Voli	1 set	Minimum 6 Bola
3.	Peralatan Sepak Bola	1 set	Minimum 6 Bola
4.	Peralatan Senam	1 set	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Matras</li> <li>2. Peti loncat</li> <li>3. Simpai</li> <li>4. Tape recorder</li> </ol>
5.	Peralatan Atletik	1 set	<p>Minimum</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lembing</li> <li>2. Cakram</li> <li>3. Peluru</li> <li>4. Tongkat estafet</li> <li>5. Bola loncat</li> </ol>

Sumber : *PERMENDIKNAS No. 24 Tahun 2007*

Peraturan Menteri Pendidikan Jasmani Nasional Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 tentang standar sarana dan prasarana pendidikan jasmani untuk SMP/MTs adalah sebagai berikut.

- 1) Tempat bermain berolahraga sebagai area bermain, berolahraga, pendidikan jasmani, upacara dan kegiatan ekstrakurikuler.
- 2) Tempat bermain/berolahraga memiliki rasio luas minimum 3m<sup>2</sup>/peserta didik. Untuk satuan pendidikan dengan banyak peserta didik kurang dari 334, luas minimum tempat bermain/berolahraga 100m<sup>2</sup>. Di dalam luas tersebut terdapat ruang bebas untuk tempat berolahraga berukuran 30m x 20m.
- 3) Tempat bermain/berolahraga yang berupa ruang terbuka sebagian ditanami pohon penghijau.
- 4) Tempat bermain/berolahraga diletakkan di tempat yang tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas.
- 5) Tempat bermain/berolahraga tidak digunakan untuk tempat parkir.

- 6) Ruang bebas yang dimaksud diatas memiliki permukaan datar, drainase baik, dan tidak terdapat pohon, saluran air, serta benda-benda lain yang mengganggu kegiatan olahraga.

Standar fasilitas menurut Soepartono (2000:15) mengatakan bahwa standar fasilitas olahraga untuk sekolah-sekolah di Indonesia sebagai berikut :

- a. Kebutuhan prasarana olahraga adalah 1.400
- b. Jenis kebutuhan prasarana olahraga yang disediakan adalah sebagai berikut : lapangan olahraga serbaguna = 115 x 3 prasarana di sekolah yang paling utama adalah aman, mudah dan murah, menarik, memacu untuk bergerak, sesuai dengan kebutuhan, sesuai dengan tujuan, tidak mudah rusak dan sesuai dengan lingkungan. Agus S. Suryobroto (2004:16). Fasilitas bagi anak sekolah berupa tersedianya sarana dan prasarana olahraga yang digunakan untuk mencapai tujuan dari proses pembelajaran, memerlukan sarana media pembelajaran, alat dan perlengkapan. Alat dan media sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik akan mengembangkan potensi serta keterampilan secara optimal. Karena itu dalam memilih alat dan media yang harus dipakai dalam pembelajaran diperlukan pertimbangan yang mendalam. H.J.S. Husdarta (2011:175-176).

Berikut ini akan diutarakan kebutuhan minimal lapangan olahraga yang seharusnya dimiliki suatu sekolah dengan jumlah murid tertentu. Suatu sekolah dengan jumlah murid 300 siswa perlu memiliki lapangan olahraga minimal 5.000 atau setengah hektar. Lapangan seluas ini dalam waktu bersamaan, dapat dipergunakan dua kelas bersama-sama jumlah murid tiap kelas antara 40-50 siswa dengan sampai 4 jenis kegiatan bersama-sama. Kebutuhan lapangan ini harus ditambah sekurang-kurangnya 1000 atau kurang apabila dibandingkan standar sekolah di Amerika Serikat. Setiap sekolah di Amerika Serikat, sekurang-kurangnya harus memiliki lapangan olahraga seluas 20.000 sedangkan untuk suatu sekolah dengan jumlah murid 500

siswa harus memiliki lapangan olahraga sekurang-kurangnya 40.000, fisik, mental, serta emosional. Memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. H.J.S Husdarta (2011:3).

## **6. Perawatan Sarana dan Prasarana Olahraga**

Agar sarana dan prasarana pendidikan jasmani dan kesehatan dapat digunakan dengan layak dan awet, maka sangat perlunya perawatan yang baik dan benar sesuai jenis bahan dan jenis pembuatannya. Menurut Agus S. Suryobroto (2004:19), perawatan yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut :

- a. Perawatan alat dan perkakas yang terbuat dari kayu dan bambu
  1. Disimpan ditempat yang kering
  2. Tidak disimpan ditanah
  3. Setelah dipakai dibersihkan
  4. Jangan ditumpuk terlalu banyak
  5. Meja tenis meja tidak dibongkar pasang dan tidak digunakan untuk duduk.
- b. Perawatan alat dan perkakas yang terbuat dari karet
  1. Jangan disimpan ditempat yang panas
  2. Jangan sampai terkena minyak atau gas
- c. Perawatan alat dan perkakas terbuat dari besi
  1. Disimpan ditempat yang kering
  2. Tidak disimpan ditanah
  3. Setelah dipakai dibersihkan
  4. Jangan ditumpuk terlalu banyak
- d. Perawatan fasilitas lapangan yang berumput
  1. Pemakaian tidak terus menerus untuk memberi kesempatan rumput berkembang
  2. Pada musim kemarau disiram agar rumput tidak mati
  3. Dilarang untuk mengembala hewan

4. Dilarang untuk dilewati semua kendaraan
- e. Perawatan fasilitas lapangan yang keras dan tidak berumput
  1. Dijaga kebersihannya
  2. Harus terhindar dari genangan air dan kotoran, pasir, tanah
- f. Perawatan gedung olahraga (hall/aula)
  1. Dijaga kebersihannya
  2. Untuk pelajaran senam dan bela diri supaya melepas alas kaki, untuk materi permainan boleh/perlu dengan sepatu
  3. Penerangan cukup
  4. Pintu atau jendela pergantian udara dibuka.

## 7. Definisi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan

Menurut Aip Syarifuddin, dkk dalam Nurhadi Santoso, (2009:3) pendidikan jasmani dan kesehatan adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan. Dang Suherman (2000) menjelaskan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari program pendidikan umum yang memberi kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Pendidikan jasmani dan kesehatan menyampaikan ilmu dengan melalui aktivitas fisik merupakan salah satu unsur yang menjadi ciri pendidikan jasmani dan kesehatan. Melalui permainan yang membuat mereka para siswa merasa senang dan sekaligus mendapat ilmu. Aip Syarifuddin dalam Sugeng Purwanto, (2006:15) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan pendidikan keseluruhan. Melalui berbagai aktivitas jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organis, neuromuscular, intelektual dan emosional. Dalam pelaksanaannya aktivitas jasmani tampak dalam aktivitas gerak siswa pada saat mereka melakukan tugas-tugas gerak

dalam proses pembelajaran. Dari penjelasan dapat dilihat bahwa pendidikan jasmani dan kesehatan lebih banyak menggunakan gerakan-gerakan fisik, baik yang dilakukan oleh guru maupun siswa.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang melibatkan aktivitas jasmani, yang disusun secara sistematis dan bertahap berdasarkan tingkat pertumbuhan serta perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, membentuk potensi-potensi yang ada kemudian membentuk kepribadian individu yang berintelektual dan kepribadian sosial.

#### **8. Dimensi Olahraga Dalam Penjaskes**

Olahraga pada era sekarang ini semakin menjadi kebutuhan mendasar bagi setiap manusia dalam rangka memperoleh rekreasi atau kesenangan. Olahraga akan memberi pondasi dalam membentuk kepribadian yang kuat dan jiwa yang sehat serta tangguh dan kreatif agar dapat menghadapi perubahan dan persaingan yang selalu bergerak secara dinamis. Olahraga memiliki manfaat diantaranya untuk latihan sebagai alat pendidikan, mata pencaharian, media kebudayaan, memelihara kesehatan, dan membentuk insan yang sehat secara jasmani dan rohani. Hampir semua negara menaruh perhatiannya terhadap olahraga, hal tersebut dikarenakan olahraga tidak hanya berfungsi untuk semata-mata mendapatkan kesegaran jasmani, tetapi olahraga juga dapat memberikan andil dalam membantu karakter manusia.

Undang-undang nomor 3 tahun 2005 terkait Sistem Keolahragaan Nasional Bab II Pasal 4 menetapkan bahwa keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai-nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat, harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Kemudian pada Bab VI Pasal 17, ruang lingkup olahraga itu sendiri mencakup tiga pilar yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi. Ketiga pilar olahraga ini dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan olahraga secara terencana, sistematis, berjenjang, dan berkelanjutan, yang dimulai dari pembudayaan dengan mengembangkan gerak pada usia dini, pemassalan dengan menjadikan olahraga sebagai gaya hidup, pembibitan dengan penelusuran bakat dan pemberdayaan sentra-sentra keolahragaan, serta peningkatan prestasi dengan pembinaan olahraga unggulan nasional.

Olahraga pendidikan merupakan pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani. Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun non formal, biasanya dilakukan oleh satuan pendidikan pada jenjang pendidikan melalui guru pendidikan jasmani dan kesehatan dengan dibantu oleh tenaga olahraga untuk membimbing terselenggaranya kegiatan keolahragaan di sekolah.

Peran penjaskes di sekolah sangat penting, hal itu terkait dari dua hal yakni sisi pendidikan jasmani dan kesehatan yang mengarah kepada aspek edukatif dari sisi olahraga yang mengarah kepada aspek prestasi. Kedua hal ini merupakan hal yang interes dalam penjaskes, karena disitulah ditempanya pribadi peserta didik agar memiliki jasmaniah dan rohaniah yang sehat dan segar. Disamping itu, masih ada beberapa dimensi terpendam pendidikan jasmani yang bisa mengembangkan dan membentuk kemampuan serta kepribadian seperti individu misalnya sikap, semangat, emosi, kewajiban dan sebagainya.

Penjaskes merupakan pilardalam membangun tingkat kebugaran (kesehatan dan kesegaran), karena dimensi gerak sebagai

aktivitas utamanya memiliki implikasi nyata bagi penumbuhan kesehatan individu/kelompok/masyarakat. Dengan demikian penjaskes dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat sehingga tercipta manusia Indonesia yang sehat. Disisi lain, penjaskes pada satuan pendidikan menjadi penting, terutama jika dikaitkan dengan proses pembinaan dalam rangka peningkatan prestasi olahraga. Melalui satuan pendidikan ini, jenjang-jenjang pembinaan tersebut akan terukur, sistematis, dan terfokus. Hal itu penting diperhatikan karena melahirkan juara dalam cabang olahraga tersebut membutuhkan pembinaan yang berjenjang dan memerlukan waktu yang cukup lama. Jika pembinaan dilakukan sejak usia dini, yakni sejak usia sekolah dasar secara konsisten dan terencana, bukan hal yang mustahil dapat lahir olahragawan-olahragawan terbaik pada berbagai cabang olahraga. Adapun ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (Penjaskes) sesuai Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) Tahun 2006 adalah sebagai berikut :

- a. Permainan dan olahraga meliputi : olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola voli, bola basket, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas pengembangan meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur serta aktivitas lainnya.
- c. Aktivitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- d. Aktivitas ritmik meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobic serta aktivitas lainnya.
- e. Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan air, keterampilan gerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.

- f. Pendidikan luar kelas, meliputi : piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- g. Kesehatan meliputi : penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makan dan minum yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan PJK dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

#### **9. Esensi Pendidikan Jasmani Dalam Penjaskes**

Pendidikan jasmani memiliki kajian tersendiri, namun sebenarnya merupakan satu kesatuan dalam konsep penjaskes. Definisi Pendidikan Jasmani menurut Charles A. Bucher dalam Sugiyanto (2012) menyatakan “Pendidikan Jasmani. Suatu bagian integral dari proses pendidikan total, adalah suatu bidang upaya yang bertujuan mengembangkan warga negara yang segar (fit) secara fisik, mental, emosi, dan sosial melalui medium aktivitas fisik yang dipilih sesuai sudut pandang perealisasiian tujuan tersebut”.

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam program pendidikan umum. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan, pertumbuhan dan pembentukan watak. Dapat dikatakan disini bahwa pendidikan jasmani sekolah, bukan hanya semata-mata di tekankan pada pencapaian kesegaran fisik, pengembangan keterampilan, kemampuan motorik saja, namun menanamkan gemar hidup sehat sejak anak-anak. Seseorang yang memiliki pemahaman sejak usia dini tentang perencanaan program kesegaran, perilaku hidup sehat yang pada gilirannya mampu berpartisipasi aktif dalam



segala aktivitas, termasuk aktivitas olahraga dalam masyarakat luas. Untuk itu pendidikan jasmani di sekolah hendaknya mampu mengembangkan keterampilan motorik, *fitness* dan karakter secara bersamaan.

Pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis menuju manusia Indonesia seutuhnya, dengan bakal teori pendidikan jasmani, model pembelajaran, dan bahan pembelajaran, guru pendidikan jasmani menentukan metode dan bahan pelajaran untuk melaksanakan dan menerapkan pelajaran Sukintaka (2001:5).

Sebagai alat pendidikan, pendidikan jasmani bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani siswa, tetapi melalui aktivitas jasmani dikembangkan pola potensi lainnya, seperti kognitif, afektif dan psikomotor anak. Pendidikan jasmani berperan penting terhadap pencapaian tujuan belajar mengajar secara keseluruhan. Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat mengembangkan perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, mengembangkan perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Pendidikan jasmani yang benar akan memberikan pengaruh yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek organis, aspek *neuromuscular*, aspek *perceptual*, aspek kognitif, aspek sosial, dan aspek emosional. Adapun rincian penjelasannya/fungsi dari aspek-aspek tersebut adalah sebagai berikut:

a. Aspek Organik

1. Menjadikan fungsi tubuh menjadi lebih baik
2. Meningkatkan kekuatan, daya tahan otot, kardiovaskuler, fleksibilitas

b. Aspek *Neuromuscular*

1. Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot

2. Mengembangkan keterampilan lokomotor, non-lokomotor, manipulatif (berpindah otot dengan menggunakan alat tertentu)
  3. Mengembangkan faktor-faktor gerak, ketepatan irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan
  4. Mengembangkan keterampilan olahraga
  5. Mengembangkan keterampilan rekreasi
- c. Aspek *Perceptual*
1. Mengembangkan, menerima, dan membedakan isyarat
  2. Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat/ruang
  3. Mengembangkan koordinasi gerak visual
  4. Mengembangkan keseimbangan tubuh
  5. Mengembangkan dominasi, konsisten dalam menggunakan kaki/tangan
  6. Mengembangkan leteralitas: kemampuan membedakan antara sisi kanan atau kiri tubuh
- d. Aspek Kognitif
1. Mengembangkan kemampuan menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan mengambil keputusan
  2. Meningkatkan pengetahuan tentang peraturan permainan keselamatan dan etika
  3. Mengembangkan kemampuan penggunaan taktik dan strategi aktivitas yang terorganisasi
  4. Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungan dengan aktivitas jasmani
  5. Mengurangi kinerja tubuh: penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, kecepatan dan arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya
- e. Aspek Sosial

1. Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimanapun berada
  2. Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan
  3. Belajar untuk berkomunikasi dengan orang lain
  4. Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide
  5. Mengembangkan kepribadian, sikap dan nilai sebagai anggota masyarakat
  6. Mengembangkan rasa memiliki dan tanggung jawab di masyarakat
  7. Mengembangkan sifat kepribadian positif
  8. Menggunakan waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat
  9. Mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik
- f. Aspek Emosional
1. Mengembangkan respon positif terhadap aktivitas jasmani
  2. Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton
  3. Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat
  4. Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas

Tidak dipungkiri bahwa dalam menjalankan proses pendidikan jasmani di sekolah, guru mungkin masih ada mengalami kendala misalnya keterbatasan sarana dan prasarana olahraga. Dengan kondisi tersebut, guru penjas kes untuk bisa lebih kreatif dan inovatif. Model-model pembelajaran pun banyak dibuat untuk menggulangi keterbatasan tersebut. Salah satu bentuk pembelajarannya tersebut berkonsep pada *joyful learning* atau belajar yang menyenangkan. Desain atau rancangan pembelajaran tersebut kemudian dielaborasi konsepnya menjadi konsep PAIKEM yaitu Pembelajaran Aktif,

Inovatif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan Agus Kristiyanto (2012:15-16).

#### **10. Hakikat Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara keseluruhan, yang dalam pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani. Menurut Ega Trisna Rahayu (2013: 17), pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan siswa sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk sosial dari pada menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Definisi pendidikan jasmani tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas fisik. Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh karenanya pendidikan jasmani ini harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran (psikis) dan tubuh (fisik) yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan psikomotor, kognitif dan afektif.

Pendidikan jasmani diharapkan mampu menciptakan tubuh yang baik bagi pikiran dan jiwa Ega Trisna Rahayu, (2013:17). Pada kenyataannya, pendidikan jasmani dan kesehatan adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, Penjaskes berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang

menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani dan kesehatan yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia (H.J.S. Husdarta, 2011: 3).

Sebelum membahas lebih jauh tentang sarana dan prasarana pendidikan jasmani, maka perlunya mengetahui perbedaan yang jelas antara olahraga prestasi dengan pendidikan jasmani. Hal ini perlu ditulis karena masih banyak guru pendidikan jasmani yang berorientasi pada olahraga prestasi, termasuk sarana dan prasarana yang digunakan untuk pembelajaran pendidikan jasmani. Seharusnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani tidak berorientasi pada olahraga prestasi namun berorientasi pada situasi dan kondisi sekolah serta kebutuhan oleh para siswa di sekolah itu apa. Jika olahraga prestasi memang selalu menggunakan sarana dan prasarana yang baku atau standar dan kualitas yang sangat bagus. Sedangkan dalam pendidikan jasmani tidak harus menggunakan sarana dan prasarana yang baku atau standar, tetapi disesuaikan dengan kebutuhan siswa dan situasi kondisi lingkungan sekolah Agus S. Suryobroto, (2004: 7). Menurut Agus S. Suryobroto (2004: 8), olahraga prestasi menggunakan peraturan yang baku dan standar, baik peraturan permainan maupun peraturan yang lain. Sedangkan dalam pendidikan jasmani tidak ada peraturan yang baku, semuanya dilakukan dengan menggunakan peraturan yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa dan situasi kondisi siswa yang melakukannya.

Pendidikan jasmani (penjas) adalah mata pelajaran untuk melatih kemampuan psikomotorik yang mulai diajarkan secara formal di Sekolah Dasar hingga Sekolah Menengah Atas. Pendidikan jasmani lebih menekankan pada pemberian pengajaran tentang olahraga pada masa sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan fisik dan kognitif. Menurut Undang-undang No. 4 tahun 1950 tentang dasar-dasar pendidikan dan pengajaran pasal 9 “Pendidikan Jasmani ialah keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa yang

merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir batin, diberikan pada segala jenis sekolah. Pendidikan jasmani sangat menguntungkan bagi peserta didik untuk mempelajari gerak, sosial dan kebudayaan, baik emosional dan etika.

Pendidikan jasmani berarti program pendidikan lewat gerak atau permainan olahraga. Di dalamnya terkandung arti bahwa gerakan, permainan atau cabang olahraga tertentu yang dipilih hanyalah alat untuk mendidik. Mendidik apa? Paling tidak fokusnya pada keterampilan anak. Hal ini dapat berupa keterampilan fisik dan motorik, keterampilan berpikir dan keterampilan memecahkan masalah dan bisa juga keterampilan emosional dan sosial. Karena itu, seluruh adegan pembelajaran dalam mempelajari gerak dan olahraga tadi lebih penting dari pada hasilnya. Dengan demikian, bagaimana guru memilih metode, melibatkan anak, berinteraksi dengan murid serta menumbuhkan interaksi murid dengan murid lainnya, harus menjadi pertimbangan utama.

Sejalan dengan pendapat diatas Mendikbut 413/U/1957 (dalam Sugiyono., Ateng dkk) menjelaskan Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktivitas fisik yang bertujuan meningkatkan individu secara *organic, neuro muscular*, intelektual dan emosional.

Pendidikan jasmani dan olahraga yang benar akan memberikan sumbangan yang sangat berarti terhadap pendidikan anak secara keseluruhan. Hasil nyata yang diperoleh dari pendidikan jasmani dan olahraga adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral. Tidak salah jika para ahli percaya bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan wahana yang paling tepat untuk membentuk manusia seutuhnya.

Dari beberapa pengertian pendidikan jasmani di atas dapat disimpulkan pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang

dilakukan kepada manusia seutuhnya berupa aspek fisik, kognitif, dan afektif yang diselenggarakan dari Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Umum/Atas dan Perguruan Tinggi.

Sebagaimana diterapkan dalam Undang-Undang RI. Nomor II Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa tujuan pendidikan termasuk pendidikan jasmani di Indonesia adalah pengembangan manusia Indonesia seutuhnya ialah *manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan*. Selain itu pendidikan jasmani juga bertujuan untuk:

- a. Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika dan perkembangan sosial.
- b. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- c. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- d. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- e. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- f. Menikmati kesenangan dan keringanan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

## **B. Hasil Penelitian Yang Relevan**

1. Penelitian ini dilakukan oleh Kosmas Derja (2019) dalam penelitian yang berjudul "*Survei Sarana dan Prasarana Olahraga di SMA Negeri se-Kecamatan Samalantan Kabupaten Bengkayang*". Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah sarana dari kedua sekolah tidak jauh berbeda dan memiliki persentase kurang lebih sama, di SMA Negeri 1 Samalantan dengan jumlah 12 buah dan SMA Negeri 2 Samalantan 8 buah. Untuk kondisi sarana, SMA Negeri 1 Samalantan 30,77% baik sedangkan di SMA Negeri 2 Samalantan 15,38% baik dan untuk status kepemilikan kedua sekolah ini memiliki kategori sangat baik dengan jumlah 8,3%.
2. Penelitian ini dilakukan oleh Dede Prasturi (2018) dalam penelitian yang berjudul "*Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas se-Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya*". Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata persentase untuk kondisi sarana yang baik adalah 76,35% dan rata-rata persentase dengan kondisi sarana yang rusak 23,64% sedangkan rata-rata persentase untuk kondisi prasarana yang baik adalah 100% dan rata-rata persentase kondisi prasarana yang rusak adalah 0%.
3. Penelitian ini dilakukan oleh Markus Andi (2021), dalam Penelitian yang berjudul "*Survei Sarana dan Prasarana Olahraga di SMP Negeri Se-Kecamatan Pinoh Selatan Kabupaten Melawi*". Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sarana dan prasarana dikategorikan sedang. Sarana dan prasarana olahraga sebagian besar banyak dimiliki oleh SMP Negeri 4 Pinoh Selatan sehingga sekolah ini sarana dan prasarannya dikategorikan tinggi dengan persentase 24%, sedangkan yang nomor dua juga dikategorikan tinggi yaitu SMP Negeri 6 Pinoh Selatan dengan persentase sebanyak 23%, sedangkan sekolah yang sarana dan prasarana olahraganya dalam kategori Sedang ada 2 sekolah yaitu SMP Negeri 1 Pinoh Selatan dengan persentase



sebanyak 21% dan SMP Negeri 2 Pinoh Selatan dengan persentase sebanyak 19%. Sedangkan SMP Negeri 5 Pinoh Selatan dikategorikan Sangat Rendah dengan persentase sebanyak 12%.

