



## Implementasi Standar Pedoman Nasional Terhadap Tujuan Pendidikan Jasmani

Elsa Ariestika<sup>1</sup>, Widiyanto<sup>2</sup>, Fitri Agung Nanda<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Ilmu Keolahragaan, Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta.

E-mail: [ariestikaelsa@gmail.com](mailto:ariestikaelsa@gmail.com)<sup>1</sup>, [widi@uny.ac.id](mailto:widi@uny.ac.id)<sup>2</sup>, [fitriagungnanda16@gmail.com](mailto:fitriagungnanda16@gmail.com)<sup>3</sup>

### Abstrak

Pendidikan yang bermutu sangat tergantung pada keberadaan guru yang bermutu, yakni guru yang profesional, sejahtera, dan bermartabat, sehingga nantinya pengalaman gerak yang didapatkan siswa dalam Pendidikan Jasmani merupakan kontributor penting bagi peningkatan angka partisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga yang sekaligus juga merupakan kontributor penting bagi kesejahteraan dan kesehatan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Standar dan Pedoman Nasional terhadap Pendidikan Jasmani. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan studi literature. Data yang dikumpulkan menggunakan studi daftar pustaka yang berasal dari penelitian-penelitian sebelumnya, dan juga kumpulan artikel yang bersumber dari jurnal ilmiah. Hasil penelitian studi literature ini menunjukkan bahwa tujuan utama pendidikan jasmani yaitu dapat memahami bagaimana persepsi siswa yang akan diajar, meningkatkan persepsi untuk meningkatkan kebugaran jasmani, membimbing siswa untuk memiliki gaya hidup aktif. Melalui standar NASPE pendidikan jasmani harus membantu siswa menjadi aktif dalam proses pembelajaran. Melalui pendidikan jasmani dapat membentuk anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata kunci:** Standar, Pedoman Nasional, Pendidikan Jasmani

### Abstract

*Quality education is highly dependent on the existence of quality teachers, namely teachers who are professional, prosperous, and dignified, so that later the movement experience students get in Physical Education is an important contributor to increasing the participation rate in physical activity and sports which is also an important contributor to student welfare and health. This study aims to determine the National Standards and Guidelines for Physical Education. The method used in this study is to use literature study. The data were collected using bibliographical studies from previous studies, and also a collection of articles from scientific journals. The results of this literature study research indicate that the main goal of physical education is to understand how students perceive students to be taught, increase perceptions to improve physical awareness, guide students to have an active lifestyle. Through the NASPE standards, physical education should help students become active in the learning process. Through physical education it can form children, namely attitudes or values, intelligence, physical, and skills (psychomotor), so that students will be mature and independent, which can later be used in everyday life.*

**Keywords:** Standards, National Guidelines, Physical Education

## PENDAHULUAN

Dalam aktivitas kehidupan sehari-hari pendidikan memegang peranan yang sangat penting di kehidupan yang sudah semakin berkembang dan memerlukan keaktifan dalam beraktivitas, khususnya di sekolah terdapat mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik seorang siswa untuk perkembangan dan pertumbuhan melalui gerak dasar pada pendidikan jasmani. Pendidikan yang bermutu merupakan syarat utama untuk mewujudkan kehidupan bangsa yang maju, modern dan sejahtera. Sejarah perkembangan dan pembangunan bangsa-bangsa mengajarkan pada kita bahwa

bangsa yang maju, modern, makmur, dan sejahtera adalah bangsa-bangsa yang memiliki sistem dan praktik pendidikan yang bermutu. Sementara itu, pendidikan yang bermutu sangat tergantung pada keberadaan guru yang bermutu, yakni guru yang profesional, sejahtera, dan bermartabat, sehingga nantinya pengalaman gerak yang didapatkan siswa dalam Pendidikan Jasmani merupakan kontributor penting bagi peningkatan angka partisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga yang sekaligus juga merupakan kontributor penting bagi kesejahteraan dan kesehatan siswa (Guru et al., 2017). Pendidikan Jasmani juga merupakan fase dari keseluruhan program pendidikan yang berkontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, pertumbuhan, dan perkembangan penuh untuk setiap anak, sehingga definisi pendidikan jasmani secara umum yaitu program pembelajaran yang memberikan perhatian dan memadai terhadap ranah pembelajaran seperti psikomotorik, kognitif, dan afektif.

Faktor penting yang hendaknya juga menjadi fokus perhatian yaitu model pembelajaran yang selama ini diterapkan oleh guru pendidikan jasmani di sekolah. Secara umum kurikulum pendidikan di Indonesia masih cenderung menekankan kemampuan intelektual (*verbal skill, logical, analytical*) dan belum memberikan perhatian yang proporsional pada nonverbal skill, gerak, dan emosi. Standar dan Pedoman Nasional untuk pendidikan jasmani perlu dikembangkan dan disepakati dan dapat digunakan menjadi acuan menentukan tingkat prestasi yang diharapkan. Seorang anak dapat memaksimalkan dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani apabila menunjukkan kompetensi dalam banyak bentuk gerakan dan kecakapan dalam beberapa bentuk gerakan, menerapkan konsep dan prinsip gerakan pada pembelajaran dan pengembangan motorik, serta mampu memamerkan gaya hidup aktif secara fisik. Maka tolak ukur dalam keberhasilan dari sasaran serta aktivitas sehari-hari berdasarkan mutu pengembangan standar nasional untuk pendidikan jasmani. Mengingat banyak tujuan pendidikan jasmani yang telah diterapkan namun, belum sepenuhnya mengikuti standar nasional (NASPE). Meningkatkan belajar aktivitas fisik anak pada pendidikan jasmani juga perlu didasari dengan teori yang ada, kurikulum yang telah ditetapkan. Dengan demikian penelitian ini mengkaji tentang tujuan pendidikan jasmani sesuai dengan standar nasional, menelusuri kurikulum pada siswa sekolah menengah.

## METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode studi literature. Data yang dikumpulkan menggunakan studi daftar pustaka yang berasal dari penelitian-penelitian sebelumnya dan juga kumpulan artikel yang bersumber dari jurnal ilmiah. Artikel yang telah dikumpulkan diidentifikasi dengan temuan sebanyak 15 artikel di Google Scholar dan 30 temuan artikel terindex Scopus. Kemudian artikel yang telah dikumpulkan discreening menjadi 12 artikel nasional dan 20 artikel internasional. Hasil screening yang sesuai dan dibutuhkan terdapat 7 artikel jurnal nasional dan 19 jurnal internasional. Data yang sudah terkumpul selanjutnya akan dikompilasi, dianalisis, sehingga akan ditarik kesimpulan sesuai dengan hasil analisis literature yang telah diperoleh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan jasmani merupakan fase dari keseluruhan program pendidikan yang berkontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, ke pertumbuhan dan perkembangan penuh untuk setiap anak. Pendidikan jasmani memiliki definisi yaitu sebagai pendidikan dan melalui gerakan dan harus dilakukan dengan cara yang tepat untuk memiliki makna bagi anak. Pendidikan jasmani adalah program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai terhadap ranah pembelajaran, yaitu psikomotorik, kognitif, dan afektif (Agung widodo, 2018).

Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan oleh (Smith & Smith, 2016) mengenai aktivitas pendidikan jasmani untuk siswa yaitu *"When students come for activities that can be taught in high*



*school in physical education classes, this is very important for various activities and changes. Student groups will have to be content to spend a year playing games such as soccer, basketball, and softball. The teacher must let students experience as much activity in motion activities. If facilities for some are not available, upper-class rules on which activities can at least make students familiar with that game". Pendidikan Jasmani secara jelas merupakan kegiatan yang diajarkan di sekolah sehingga sangat penting untuk aktivitas dan melibatkan perubahan dan pertumbuhan pada siswa.*

Pendidikan Jasmani sebagai salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan pada jenjang pendidikan dasar dan menengah memiliki kedudukan strategis yaitu membentuk karakter peserta didik agar sehat jasmani dan rohani serta menumbuhkan rasa sportifitas. Namun, Kedudukan strategis tersebut belum tercapai secara ideal seperti yang diharapkan, pengembangan pendidikan jasmani memberi pengalaman belajar gerak peserta didik antara lain tentang kekuatan otot, daya tahan, kelincahan, kecepatan, power, dan keseimbangan (Wijaya & Kanca, 2019). Dalam kegiatan pembelajaran di lingkup sekolah, khususnya dalam mata pelajaran Pendidikan jasmani menekankan pada aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Tentunya Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian penting yang telah ditunjuk dalam kurikulum 2013 sehingga peran Pendidikan jasmani dalam mencapai tujuan pendidikan nasional sangatlah penting (Pambudi et al., 2019). Hasil penelitian oleh (Koc, 2017) mengatakan bahwa matapelajaran pendidikan jasmani memiliki tingkat efek positif dalam kegiatan pembelajaran disekolah yang sangat berpengaruh pada perkembangan siswa. Selain itu menurut (Wang, 2017) mengatakan bahwa pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang tak tergantikan pada pembentukan karakter moral, perkembangan intelektual, estetika pencapaian dan gaya hidup sehat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani harus menjadi bagian yang signifikan dari kehidupan setiap orang dan lebih memahami pentingnya pendidikan jasmani dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan jasmani yang merupakan bagian pendidikan keseluruhan pada hakikatnya adalah proses pendidikan dimana terjadi interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya (Suherman, 2001). Dalam menjalani proses aktivitas pada pendidikan jasmani terdapat prinsip-prinsip utama dalam aktivitas fisik yaitu sebagai berikut:

1. menunjukkan kompetensi dalam banyak bentuk gerakan dan kecakapan dalam beberapa bentuk gerakan
2. menerapkan konsep dan prinsip gerakan pada pembelajaran dan pengembangan motorik
3. memamerkan gaya hidup aktif secara fisik,
4. menunjukkan kompetensi dalam banyak bentuk gerakan dan kecakapan dalam beberapa bentuk mencapai dan mempertahankan tingkat kebugaran fisik yang meningkat,
5. menunjukkan perilaku pribadi dan sosial yang bertanggung jawab dalam pengaturan aktivitas fisik
6. memahami bahwa aktivitas fisik memberikan peluang untuk kesenangan, tantangan. ekspresi diri, dan interaksi sosial

Dalam menempatkan posisi pendidikan jasmani, diyakini pula bahwa kontribusi pendidikan jasmani hanya akan bermakna ketika pengalaman-pengalaman gerak dalam pendidikan jasmani berhubungan dengan proses kehidupan seseorang secara utuh di masyarakat. Manakala pengalaman dalam pendidikan jasmani tidak memberikan kontribusi pada pengalaman kependidikan lainnya, maka

Penerbit:

UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](#) (CC BY-SA).

pasti terdapat kekeliruan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmaninya (Ennis, 2011). Aktivitas jasmani yang dipilih disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dan kapabilitas siswa. Aktivitas fisik yang dipilih ditekankan pada berbagai aktivitas jasmani yang wajar, aktivitas jasmani yang membutuhkan sedikit usaha sebagai aktivitas rekreasi dan atau aktivitas jasmani yang sangat membutuhkan upaya keras seperti untuk kegiatan olahraga kepelatihan atau prestasi.

Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar, memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia (Abduljabar, 2011). Dalam pengembangan aktivitas jasmani Standar Nasional untuk Pendidikan Jasmani (1995) dengan izin dari Asosiasi Nasional untuk Olahraga dan Pendidikan Jasmani (NASPE). NASPE mengembangkan Standar Nasional untuk Pendidikan Jasmani, Panduan untuk Konten dan Penilaian pada tahun 1995 untuk menjawab pencarian bangsa akan standar pendidikan di semua bidang. Gerakan untuk menciptakan standar dimulai pada awal 1990-an, dan kemajuan berlanjut hari ini. "Akibatnya, standar telah menjadi landasan gerakan reformasi pendidikan" (NASPE 1995).

Standar nasional NASPE untuk pendidikan jasmani menjawab pertanyaan "apa yang harus diketahui siswa dan dapat dilakukan?" karena mereka maju melalui tingkat kelas dan pada saat mereka lulus dari sekolah menengah. Untuk setiap langkah (setiap tingkat kelas lainnya) penjelasan, tolak ukur sampel, dan contoh penilaian disajikan untuk tujuh standar konten. Untuk sekolah menengah, kelas 6, 8, 10, dan 12 yang digunakan. Standar ini cukup spesifik untuk menjabarkan sasaran keseluruhan untuk program, namun cukup umum untuk memasukkan berbagai kegiatan. Faktanya bahwa standar tersebut mencakup setiap tahun dari kurikulum K-12 yang memungkinkan fleksibilitas mengenai kapan mencapai tolak ukur tertentu. Misalnya, kita memiliki dua tahun untuk mencapai tolak ukur untuk kelas 10. Kemudian kita dapat membahas keterampilan dan konsep yang relevan kapan saja dalam kurikulum kelas 9 dan 10 hingga mencapai tolak ukur pada akhir kelas 10. Di bawah ini merupakan gambar 1 yang menjelaskan standard an pedoman nasional.



Gambar 1. Standar dan Pedoman Nasional

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa pada saat membangun pondasi yang dimulai dari siswa sekolah dasar secara bertahap mempelajari keterampilan dasar dan konsep yang mereka butuhkan untuk keberhasilan eksplorasi berbagai kegiatan, kemudian pada sekolah menengah menjadi hal untuk pengambilan contoh (*sampling the menu*) yang dimana siswa mempelajari secara khusus dan memiliki konsep dalam kepercayaan diri, dan kompetensi memimpin dalam berbagai kegiatan, dan mengemukakan kegiatan yang disukai oleh siswa, selanjutnya pada saat naik *high school*



siswa mulai mengembangkan kepercayaan diri dan kemahiran dalam beberapa kegiatan yang siswa pilih dan memperbaiki keterampilan dalam pemecahan masalah serta manajemen diri yang diperlukan untuk menjadi aktif secara fisik. Sehingga sesuai dengan Standard Pedoman Nasional bahwa Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara (Brownell, 2013). Kegiatan fisik dan Tujuan Kebugaran yang Relevan untuk anak-anak dan remaja menuntut peningkatan porsi anak-anak dan remaja yang berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang sedang dan kuat. Hal ini merupakan pendidikan jasmani secara langsung termasuk dalam tiga tujuan yaitu, peningkatan proporsi sekolah yang membutuhkan pendidikan jasmani harian, peningkatan proporsi siswa yang berpartisipasi dalam pendidikan jasmani harian, dan peningkatan proporsi remaja yang menghabiskan setidaknya 50 persen dari waktu kelas pendidikan jasmani yang aktif secara fisik (Zhu et al., 2011).

Menurut Suryobroto (2004:8), tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Suherman (2009:7), tujuan pendidikan jasmani secara umum deklasifikasi menjadi empat tujuan perkembangan, yaitu:

1. Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (physical fitness).
2. Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna
3. Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya.
4. Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Peningkatan keterampilan gerak, kesegaran jasmani, pengetahuan, dan sikap positif terhadap pendidikan jasmani sangat ditentukan oleh sebuah kurikulum yang baik. Kurikulum itu sendiri nampaknya terlalu abstrak untuk didefinisikan secara tegas dan jelas, sebab di dalam kurikulum tersebut termasuk segala sesuatu yang direncanakan dan diterapkan oleh para guru, baik secara implisit maupun eksplisit. Dapat dikatakan bahwa kurikulum pada dasarnya merupakan bagian dari perencanaan dan program jangka panjang tentang bagaimana mencaai dalam berbagai hal pengalaman belajar, model, tujuan, materi, metode, sumber, dan evaluasi (Geometry & Analysis, 2016) Pendidikan jasmani sebagai agen ekspresi diri yang dilakukan melalui aktivitas gerak untuk mencapai tujuan pendidikan yang diterapkan dalam pembelajaran yang dimodifikasi (Reid, 2013). Jadi, pembelajaran pendidikan jasmani di satuan pendidikan perlu dilakukan dengan baik di bawah bimbingan guru mata pelajaran tersebut.

Pendidikan jasmani, sangat memungkinkan untuk sepadan dengan istilah gerak insani (human movement), karena menggunakan aktivitas jasmani sebagai alat untuk mendapatkan perkembangan yang menyeluruh dalam hal kualitas fisik, mental, dan emosional seseorang. Pendidikan jasmani

Penerbit:

UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](#) (CC BY-SA).



memperlakukan seseorang sebagai individu yang utuh dan menyeluruh mencakup kesejahteraan total manusia, dan tidak memisahkan dimensi fisik dan kualitas mental, yang selama ini dianggap tidak memiliki hubungan kuat atau terpisah satu sama lain (Armour, 2016). Hal ini mengendalikan bahwa domain yang sangat berpengaruh di dalam sekolah untuk membentuk suatu perancangan kurikulum. Dalam rangka untuk memahami kurikulum secara keseluruhan peraturan dalam Pendidikan kiln 980 menyatakan bahwa kurikulum dan subjek materi para ahli melihat masalah tersebut merupakan perspekif dari masing-masing dengan kurikulum domain (Ennis, 2016)

Proses pembelajaran pada satuan pendidikan diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. Hal tersebut menjadi tolak ukur serta dukungan sasaran melalui standar nasional pendidikan (Agency, 2006). Standar NASPE memiliki tolak ukur sampel, dan dukungan sasaran untuk aktif dalam kehidupan sehari-hari yaitu:

- a. Mendemonstrasikan, dimana siswa akan cenderung berpartisipasi dalam kegiatan mereka sehingga merasa kompeten.
- b. Memperlihatkan gaya hidup aktif secara fisik
- c. Mempraktekan dalam melakukan aktivitas fisik, agar siswa memiliki kesenangan dan kepuasan dalam meningkatkan aktivitas fisik
- d. Memiliki pengetahuan tentang bagaimana menganalisis dan meningkatkan keterampilan, siswa dapat bekerja sama lebih kompeten.
- e. Memahami aktivitas fisik dapat memberikan peluang yang jauh dinikmati dan juga terlibat dalam latihan fisik, tantangan, ekspresi diri, dan interaksi, sehingga siswa menikmati pembelajaran yang konteksnya adalah aktif.

Program pendidikan jasmani ditingkat ini harus memberi siswa kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan tim yang kuat. Peluang untuk mengembangkan kepercayaan diri yang disediakan oleh guru sebagai peningkatan proses pembelajaran misalnya menjadi wasit dalam memimpin pertandingan. Kegiatan tersebut dapat megembangkan dan memberikan siswa agar memiliki kesempatan untuk mengembangkan siswa dilingkungan sosial (Klimoski et al., 2012). Pencapaian tujuan dalam penguasaan orientasi pendidikan jasmani adalah dapat direferensikan dalam penilaian serta kesuksesan seorang anak untuk potensi yang lebih maju. Orientasi ini dianggap sebagai kognitif skema yang merupakan subjek untuk perubahn sebagai informasi proses individu yang berkaitan dengan suatu tugas (Gorozidis & Papaioannou, 2011).

Organisasi ACSM, tahun 1988 menjelaskan Program Pendidikan Jasmani Nasional yaitu sebagai berikut:

1. Program pendidikan jasmani sekolah merupakan bagian penting dari keseluruhan proses pendidikan dan harus memberikan peningkatan penekanan pada pengembangan dan pemeliharaan kebiasaan latihan seumur hidup dan memberikan instruksi tentang busur untuk mencapai dan menjaga kebugaran fisik
  2. Program Sekolah juga harus berfokus pada pendidikan dan perubahan perilaku untuk mendorong adanya aktivitas dalam aktivitas yang sesuai di luar kelas. Aspek rekreasi dan menyenangkan dari *exercise* harus ditekankan
  3. Mengintegrasikan tes kebugaran ke dalam program pendidikan fisik yang mempromosikan aktivitas fisik masa depan
  4. Kegiatan ekstrakurikuler yang mempengaruhi aktivitas fisik (AHA, 2002)
-



Program tersebut memiliki tujuan yang telah ditetapkan untuk keberhasilan, sehingga tidak menyulitkan dalam pengembangan kurikulum. Individu saling berinteraksi dengan teman sebaya yang tidak puas lebih cenderung memiliki resiko masalah akademik dan penyesuaian di sekolah kemudian dan seterusnya. Selain itu (Scarlet, 2013) menyatakan bahwa tujuan hubungan social secara positif terkait dengan tujuan penguasaan dan tujuan kinerja. Siswa yang menekankan hubungan timbal balik lebih mungkin untuk terlibat dalam karya akademis dari keinginan untuk mengembangkan penguasaan, pemahaman untuk menunjukkan kemampuan dalam dibandingkan dengan orang lain. Tujuan social yang di identifikasikan sebagai responibilitas yang merupakan suatu keinginan untuk mematuhi social serta harapan (Lyngstad et al., 2020). lingkungan social bertanggung jawab untuk individu dalam mengikuti aturan, tujuan tanggung jawab secara social kemungkinan besar terlibat dalam karya akademis untuk memiliki kemampuan dalam penguasaan yang nantinya memiliki imblan ekstrinsik misalnya memiliki nilai yang bagus (Guan et al., 2006).

Penelitian telah menunjukkan bahwa kebanyakan orang membutuhkan berbagai hal untuk menjadi benar jika mereka ingin terjun ke dalam aktivitas fisik. Ini termasuk tempat untuk menjadi aktif, program yang menarik dan nyaman, waktu yang cukup, cuaca bagus, peralatan yang memadai, lingkungan yang aman, dan sebagainya (Watt, 2014). Tidak semua faktor diatas berhubungan langsung dengan pendidik jasmani. Misalnya, Guru tentu saja tidak dapat mengendalikan cuaca, tetapi mereka dapat mengajarkan strategi siswa mereka untuk aktif dalam semua jenis cuaca. Guru tidak dapat mengubah status sosial ekonomi murid-murid mereka saat ini, tetapi mereka dapat memulai program kegiatan setelah sekolah atau mengajar siswa mereka bagaimana menjadi aktif di masyarakat tanpa bergabung dengan klub olahraga yang mahal.

Guru tidak dapat membatasi waktu yang dihabiskan siswa untuk menonton TV dan bermain video game. tetapi mereka dapat mendidik orang tua dan siswa tentang pentingnya menyeimbangkan aktivitas dan aktivitas santai. Guru harus mendorong diri siswa dari segi fisik yang positif dan memastikan bahwa setiap siswa lulus dari sekolah menengah dengan kemampuan untuk menunjukkan kompetensi dalam banyak bentuk gerakan dan kemahiran dalam beberapa bentuk gerakan (NASPE 1995). Praktik yang tepat untuk Sekolah Menengah dan Sekolah Menengah Atas pada Kategori praktik sesuai dengan kurikulum pedoman :

1. Pilihan-pilihan pada program yang disusun berdasarkan standar nasional dan negara, dan kebutuhan siswa
2. Lokomotor, non-lokomotor, dan keahlian manipulatif, penyempurnaan fokus utama kelas adalah belajar ketrampilan
3. Pemahaman dan strategi siswa untuk menjadi bugar untuk seumur hidup sangat ditekankan.
4. Pengetahuan Siswa dalam belajar bagaimana menggunakan semua yang mereka pelajari di kehidupan sehari-hari

Pendidikan jasmani juga harus mengembangkan keterampilan dalam pemecahan masalah dan manajemen diri. Di sekolah menengah, guru harus membantu siswa merangkai kemampuan ini bersama-sama untuk membentuk dan mendorong partisipasi dalam kegiatan, olahraga, dan permainan untuk membantu mereka mengembangkan keterampilan mereka lebih lanjut, Pada tingkat ini, guru harus memperkenalkan berbagai kegiatan, yang sebagian besar siswa dapat berpartisipasi (McEvoy et al., 2017). Berdasarkan hasil penelitian (Lleixà, González-Arévalo, & Braz-Vieira, 2016) orientasi

**Penerbit:**

**UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan**

**Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang**

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](#) (CC BY-SA).

Pendidikan Jasmani yaitu menuju gaya hidup sehat, potensi untuk mengembangkan interaksi sosial dan pengalaman yang berkarakter membuatnya sangat cocok untuk memperoleh kompetensi kunci. Kompetensi paling sering masuk dalam program Pendidikan Jasmani belajar di sini adalah sosial dan keterampilan kewarganegaraan, kemandirian dan inisiatif pribadi, belajar untuk belajar, dan pengetahuan dan interaksi dengan dunia fisik. Implikasi untuk Pendidikan Jasmani Sekunder Diamond Conceptual Framework menunjukkan bahwa tujuan akhir dari pendidikan jasmani adalah untuk membantu anak-anak menjadi aktif secara fisik selama sisa hidup mereka.

Untuk mencapai tujuan ini diperlukan perencanaan yang hati-hati, artikulasi antara tingkat yang berbeda (SD, SMP, dan SMA), dan tujuan, pengajaran yang efektif, dan reflektif. Selama sekolah menengah kerangka konseptual menyarankan bahwa siswa harus dapat mencicipi menu kegiatan fisik dan mendapatkan keuntungan. Idenya adalah aktivitas fisik di luar sana untuk semua orang. Meskipun olahraga dapat menilai bentuk utama dari konten dalam Pendidikan jasmani, yang berbeda dalam peningkatan sera memiliki hasil, mengaja dan belajar sraegis, dan Pendidikan fungsi. Olahraga suatu jenis dari sekumpulan aktivitas fisik tindakan yang tujuannya adalah untuk terlibat peserta dalam kompetisi resmi yang berada di tempat arena olahraga antar sekolah dan lainnya (McEvoy et al., 2017).

Aktivitas fisik menjadi peran yang sangat penting terutama untuk anak dalam masa usia perkembangan (Hawkins, 2008) memberikan contoh tentang aktivitas fisik olahraga basket dari usia perkembangan hingga usia kronologi yaitu "A child has been following basketball activities since he was 7 years old. He is a middle school player who was quite successful and even tried intercollegiate basketball for one year. He was never bored with the fun of the game, and now, entering the age of fifty, he continues to play several days a week with much younger players. When he is "out of shape," when he does not have the cardiovascular endurance needed to run repeatedly up and down and that becomes a problem.

What is the problem? because he can't play. The problem is that the game loses its meaning. Only when his fitness level returns to a more appropriate capacity returns to play meaningful games. He is not happy with his own level of fitness, he likes to play games. Health and fitness have a meaning as a subsidiary because they bear on the object the focus of attention is the basketball game". Hal tersebut menjadi fokus perhatian dalam aktivitas fisik seorang anak bahwa keterampilan olahraga menunjukkan kardiovaskular dalam daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, sehingga pada memasuki fase usia kronologi daya tahan menurun dan tidak dapat melakukan aktivitas fisik secara maksimal.

## KESIMPULAN

Tujuan utama pendidikan jasmani yaitu dapat memahami bagaimana persepsi siswa yang akan diajar, meningkatkan persepsi untuk meningkatkan kebugajaran jasmani, membimbing siswa untuk memiliki gaya hidup aktif. Melalui standar NASPE pendidikan jasmani harus membantu siswa menjadi aktif dalam proses pembelajaran. Melalui pendidikan jasmani dapat membentuk anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, (1991), 36. Retrieved from [http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG\\_ABDULJABAR/Pengertian\\_Penjas.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf)

Agency, L. (2006). © 2006 *Legal Agency*. (1).

Armour, K. M. (2016). *Developing a Personal Philosophy on the Nature and Purpose of Physical*





- Education: Life History Reflections. *European Physical Education Review*, 3(1), 68–82. <https://doi.org/10.1177/1356336X9700300107>
- Brownell, C. (2013). The Preparation of Teachers in Health and Physical Education. *American Physical Education Review*, 34(5), 278–280. <https://doi.org/10.1080/23267224.1929.10652386>
- Ennis, C. D. (2016). Purpose concepts in an existing physical education curriculum. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 56(4), 323–333. <https://doi.org/10.1080/02701367.1985.10605336>
- Ennis, C. D. (2011). Physical education curriculum priorities: Evidence for education and skillfulness. *Quest*, 63(1), 5–18. <https://doi.org/10.1080/00336297.2011.10483659>
- Geometry, R., & Analysis, G. (2016). No The main health center of the main body and the person in the house. The health-related indicators. The co-dispersion structure analysis. Title. *Society*, 1–31.
- Gorozidis, G., & Papaioannou, A. (2011). Teachers' self-efficacy, achievement goals, attitudes and intentions to implement the new Greek physical education curriculum. *European Physical Education Review*, 17(2), 231–253. <https://doi.org/10.1177/1356336X11413654>
- Guan, J., Xiang, P., McBride, R., & Bruene, A. (2006). Achievement goals, social goals, and students' reported persistence and effort in high school physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25(1), 58–74. <https://doi.org/10.1123/jtpe.25.1.58>
- Guru, K., Jasmani, P., Harapan, A., & Harapan, A. (2017). *Kualitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah* : (August 2008), 1–32.
- Hawkins, A. (2008). Pragmatism, purpose, and play: Struggle for the soul of physical education. *Quest*, 60(3), 345–356. <https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483585>
- Klimoski, R., Amos, B., & Context, H. (2012). *Education in*. 11(4), 685–702.
- Koc, Y. (2017). The Effect of “Physical Education and Sport Culture” Course on the Attitudes of Preservice Classroom Teachers towards Physical Education and Sports. *International Journal of Higher Education*, 6(4), 200. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v6n4p200>
- Lleixà, T., González-Arévalo, C., & Braz-Vieira, M. (2016). Integrating Key Competences in School Physical Education programmes. *European Physical Education Review*, 22(4), 506–525. <https://doi.org/10.1177/1356336X15621497>
- Lyngstad, I., Bjerke, Ø., & Lagestad, P. (2020). Students' views on the purpose of physical education in upper secondary school. Physical education as a break in everyday school life—learning or just fun? *Sport, Education and Society*, 25(2), 230–241. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1573421>
- McEvoy, E., Heikinaro-Johansson, P., & MacPhail, A. (2017). Physical education teacher educators' views regarding the purpose(s) of school physical education. *Sport, Education and Society*, 22(7), 812–824. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1075971>
- Nugroho, K. A., Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2018). Implementasi pendidikan jasmani dalam international primary curriculum. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 110–119.

<https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.21336>

- Pambudi, M. I., Winarno, M., & Dwiyoogo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(1), 110–116. Retrieved from <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Reid, A. (2013). Physical Education, Cognition, and Agency. *Educational Philosophy and Theory*, 45(9), 921–933. <https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785357>
- Scarlet, D. (2013). 濟無No Title No Title. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Smith, J. L., & Smith, J. L. (2016). *Planning a Program of Physical Education for a New Junior High School*. 32(5), 246–250.
- Suherman, W. S. (2010). Pengembangan kurikulum pendidikan jasmani. *Yogyakarta: FIK UNY*.
- Wang, R. (2017). Research on the reform of physical education and training mode in universities based on information technology. *Journal of Mathematics Science and Technology Education*, 55(14), 266–273. <https://doi.org/10.12973/ejmste/78730>
- Watt, A. (2014). *Physical education : promoting healthy living in the classroom*.
- Wijaya, M. A., & Kanca, I. N. (2019). Media Pembelajaran Aktivitas Pengembangan PJOK untuk Pendidikan Dasar dan Menengah. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.26740/jossae.v4n1.p1-6>
- Zhu, X., Ennis, C. D., & Chen, A. (2011). Implementation challenges for a constructivist physical education curriculum. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 16(1), 83–99. <https://doi.org/10.1080/17408981003712802>