



Integrasi Pendidikan Olahraga dalam Kurikulum Sekolah

Ahmad Al Munawar¹, Delfin Masna Gulo², Ebenezer Tarigan³, Doni Setiari⁴, Dodi Caniago⁵,
Desnor Steven Waruwu⁶

^{1,2,3,4,5,6} Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna, Indonesia

Corresponding Author: ✉ a.almunawar16@gmail.com

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis integrasi pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah menengah di Indonesia, serta tantangan yang dihadapi dalam implementasinya. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan melibatkan 15 sekolah menengah di tiga kota besar, yaitu Jakarta, Bandung, dan Surabaya. Data dikumpulkan melalui survei yang diisi oleh guru pendidikan jasmani dan siswa, serta wawancara dengan kepala sekolah. Temuan utama menunjukkan bahwa meskipun fasilitas olahraga di sebagian besar sekolah sudah memadai, terdapat ketimpangan yang signifikan antara sekolah di daerah perkotaan dan pedesaan, di mana sekolah-sekolah di pedesaan memiliki fasilitas yang lebih terbatas. Selain itu, meskipun sebagian besar guru merasa memiliki waktu yang cukup untuk mengajarkan materi pendidikan olahraga, sebagian besar siswa mengungkapkan bahwa mereka tidak memiliki waktu yang memadai untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik yang intensif. Penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa kurangnya dukungan kebijakan dari pihak manajemen sekolah dan terbatasnya anggaran untuk pengadaan fasilitas olahraga menjadi hambatan utama dalam implementasi pendidikan olahraga. Berdasarkan temuan ini, disarankan agar kebijakan pendidikan olahraga diperkuat, serta perlu ada penyesuaian dalam manajemen waktu agar siswa dapat lebih banyak terlibat dalam kegiatan olahraga. Penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan pendidikan jasmani yang lebih efektif dan berkelanjutan di Indonesia.

ARTICLE INFO

Article history:

Received

10 November 2024

Revised

21 December 2024

Accepted

10 January 2025

Key Word

Pendidikan Olahraga, Kurikulum, Integrasi.

How to cite

<https://pusdikra-publishing.com/index.php/jsr>



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Pendidikan olahraga merupakan elemen penting dalam perkembangan holistik siswa, yang tidak hanya berfokus pada pembelajaran akademik, tetapi juga pada peningkatan fisik, mental, dan sosial siswa. Di banyak negara, pendidikan olahraga sudah menjadi bagian integral dari kurikulum sekolah. Namun, meskipun diakui manfaatnya, integrasi pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah masih seringkali menghadapi kendala yang signifikan. Hal ini terkait dengan bagaimana olahraga

dipandang dalam konteks pendidikan, dengan banyak pihak yang menganggapnya sebagai kegiatan tambahan yang tidak sepenting mata pelajaran inti seperti matematika atau bahasa. Padahal, manfaat pendidikan olahraga tidak hanya terbatas pada kesehatan fisik, tetapi juga pada pembentukan karakter, peningkatan kemampuan sosial, serta perkembangan keterampilan hidup (Dollman et al., 2012).

Permasalahan utama yang muncul adalah kurangnya waktu yang dialokasikan untuk pendidikan olahraga dalam kurikulum yang padat. Banyak sekolah yang lebih memprioritaskan pelajaran akademik yang dianggap lebih mendesak dalam mendukung keberhasilan ujian nasional atau standar akademik lainnya. Akibatnya, pelajaran olahraga sering kali terabaikan, dengan durasi yang terbatas dan kualitas yang tidak optimal (Doherty & Taylor, 2018). Selain itu, keterbatasan fasilitas olahraga yang memadai dan tenaga pengajar yang berkompeten juga menjadi hambatan utama dalam melaksanakan pendidikan olahraga yang efektif di sekolah (Harris et al., 2020).

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan menganalisis sejauh mana pendidikan olahraga diintegrasikan dalam kurikulum sekolah dan bagaimana hal ini memengaruhi perkembangan siswa secara keseluruhan. Penelitian ini juga bertujuan untuk menilai faktor-faktor yang menghambat implementasi pendidikan olahraga yang optimal serta mencari solusi yang dapat meningkatkan efektivitas pendidikan olahraga dalam kurikulum. Secara lebih spesifik, penelitian ini akan mengidentifikasi tantangan yang dihadapi oleh sekolah dalam mengintegrasikan olahraga dalam kurikulum dan memberikan rekomendasi praktis yang dapat digunakan oleh pihak sekolah dan pembuat kebijakan.

Pentingnya penelitian ini tidak hanya terletak pada pembahasan bagaimana pendidikan olahraga dapat berkontribusi pada kesehatan fisik siswa, tetapi juga pada kontribusinya terhadap pembentukan karakter siswa. Penelitian ini relevan karena pendidikan olahraga memiliki potensi untuk mengembangkan keterampilan sosial seperti kerja sama, kepemimpinan, dan komunikasi, yang sangat penting bagi masa depan siswa. Selain itu, dengan meningkatnya prevalensi masalah kesehatan seperti obesitas pada anak-anak dan remaja, olahraga di sekolah menjadi salah satu cara yang efektif untuk mengatasi masalah tersebut (Naylor et al., 2016).

Analisis masalah yang ada menunjukkan bahwa meskipun terdapat banyak bukti yang menunjukkan manfaat dari pendidikan olahraga, implementasinya masih jauh dari optimal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Biddle et al. (2019), meskipun banyak negara yang memasukkan pendidikan olahraga ke dalam kurikulum, implementasi di lapangan sangat bervariasi, tergantung pada kebijakan lokal, sumber daya yang tersedia, dan pandangan masyarakat terhadap pendidikan olahraga. Hal ini menciptakan ketimpangan dalam kualitas pendidikan yang diterima oleh siswa di berbagai daerah.

Selain itu, beberapa penelitian juga menunjukkan adanya kesenjangan dalam hal akses terhadap fasilitas olahraga yang memadai. Banyak sekolah, terutama di daerah pedesaan atau daerah dengan anggaran terbatas, tidak memiliki fasilitas yang mendukung untuk menjalankan pendidikan olahraga secara efektif. Keterbatasan fasilitas ini berimbas pada kualitas pendidikan olahraga yang diberikan, sehingga siswa tidak dapat mendapatkan manfaat maksimal dari kegiatan fisik yang seharusnya menjadi bagian integral dari pendidikan mereka (Gordon-Larsen et al., 2015).

Dari segi kebijakan, pendidikan olahraga seringkali dianggap sebagai mata pelajaran yang kurang penting dibandingkan dengan mata pelajaran akademik lainnya. Oleh karena itu, alokasi waktu untuk pendidikan olahraga dalam kurikulum sering kali terbatas, dan dalam beberapa kasus bahkan dihapuskan dari beberapa sekolah. Hal ini berdampak pada rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga dan berpotensi mengurangi kesempatan mereka untuk memperoleh manfaat yang seharusnya didapat dari olahraga di sekolah (Trost et al., 2014).

Di sisi lain, meskipun ada berbagai tantangan dalam mengintegrasikan pendidikan olahraga, ada peluang besar yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kualitas pendidikan olahraga. Salah satunya adalah dengan memanfaatkan teknologi untuk mendukung pembelajaran olahraga, seperti penggunaan aplikasi pelacakan kebugaran, video tutorial, atau platform pembelajaran digital yang dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik. Teknologi juga dapat digunakan untuk melatih guru dalam mengajarkan olahraga dengan cara yang lebih interaktif dan efektif (Perroni et al., 2020).

Untuk mengatasi masalah ini, solusi yang dapat diterapkan antara lain adalah dengan meningkatkan alokasi waktu untuk pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah. Hal ini bisa dilakukan dengan mengurangi jumlah mata pelajaran akademik yang kurang relevan atau dengan mengoptimalkan waktu yang ada untuk memberikan ruang bagi kegiatan olahraga yang lebih terstruktur. Selain itu, pelatihan untuk guru pendidikan olahraga juga sangat penting untuk memastikan bahwa mereka memiliki keterampilan yang dibutuhkan untuk mengajarkan olahraga secara efektif dan menyenangkan bagi siswa.

Selain itu, perlu ada peningkatan fasilitas olahraga di sekolah-sekolah, terutama di daerah-daerah yang kurang berkembang. Pemerintah dan lembaga pendidikan perlu bekerja sama untuk menyediakan sarana yang memadai agar pendidikan olahraga dapat dijalankan dengan baik. Peningkatan kualitas fasilitas olahraga ini juga akan mendukung terciptanya lingkungan yang lebih sehat dan aktif bagi siswa (O'Connor & Williams, 2021).

Solusi lainnya adalah dengan mengubah paradigma pendidikan olahraga dari sekadar kegiatan fisik menjadi bagian yang lebih terintegrasi dalam pembelajaran karakter dan pengembangan sosial siswa. Dengan demikian, olahraga bukan hanya

sebagai ajang untuk berkompetisi, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun nilai-nilai kehidupan seperti disiplin, kerja sama, dan rasa tanggung jawab (Hattie et al., 2020).

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan cara-cara yang lebih efektif dalam mengintegrasikan pendidikan olahraga dalam kurikulum, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih besar bagi perkembangan siswa. Dengan begitu, pendidikan olahraga dapat menjadi komponen yang tak terpisahkan dari pendidikan yang holistik dan mendukung kesehatan serta kesejahteraan siswa secara menyeluruh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan desain deskriptif-analitik, yang bertujuan untuk mengeksplorasi serta mengevaluasi implementasi pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah menengah di Indonesia. Tujuan penelitian adalah untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas integrasi olahraga dalam pendidikan sekolah. Populasi dalam penelitian ini mencakup sekolah-sekolah menengah di Jakarta, Bandung, dan Surabaya. Sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling, memastikan representasi yang seimbang antara sekolah di daerah perkotaan dan pedesaan. Peneliti memilih 15 sekolah dengan total 600 responden, yang terdiri dari siswa, guru pendidikan jasmani, dan kepala sekolah.

Penelitian ini menggunakan kuesioner terstruktur yang mencakup 25 pertanyaan untuk guru dan kepala sekolah mengenai kebijakan dan pelaksanaan pendidikan olahraga, serta 20 pertanyaan untuk siswa tentang persepsi mereka terhadap pendidikan olahraga. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan kepala sekolah dan guru pendidikan jasmani untuk menggali lebih dalam mengenai praktik di lapangan. Prosedur pengumpulan data dimulai dengan distribusi kuesioner selama 2 minggu dan wawancara pada tahap selanjutnya, yang dilaksanakan dalam 1 bulan. Analisis data menggunakan SPSS untuk kuesioner dan analisis tematik untuk wawancara. Penelitian ini dijadwalkan berlangsung dari Januari hingga Mei 2024.

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik sampel. Analisis regresi linier dan analisis korelasi digunakan untuk mengevaluasi faktor-faktor yang mempengaruhi implementasi pendidikan olahraga dan hubungannya dengan prestasi siswa. Instrumen diuji dengan validitas konten oleh lima ahli, yang memberikan skor validitas rata-rata 0,85. Reliabilitas diuji dengan Cronbach's alpha, menghasilkan nilai 0,78 untuk kuesioner guru dan kepala sekolah, serta 0,81 untuk siswa. Untuk menganalisis perbedaan persepsi antara kelompok, digunakan uji t dan ANOVA. Regresi linier digunakan untuk mengevaluasi pengaruh faktor-faktor eksternal terhadap pelaksanaan pendidikan olahraga.

Penelitian ini terbatas pada sekolah-sekolah di tiga kota besar di Indonesia dan hanya melibatkan siswa, guru pendidikan jasmani, dan kepala sekolah. Penelitian ini tidak mencakup evaluasi dampak jangka panjang pendidikan olahraga terhadap kesehatan fisik siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi beberapa temuan kunci terkait dengan penerapan pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah menengah di Indonesia, yang mencakup:

Ketersediaan Sarana dan Prasarana: Sebagian besar sekolah (75%) melaporkan bahwa mereka memiliki fasilitas olahraga yang memadai. Namun, terdapat perbedaan mencolok antara sekolah-sekolah di daerah perkotaan dan pedesaan, dengan sekolah di daerah perkotaan memiliki fasilitas yang lebih lengkap. **Keterlibatan Guru dan Siswa:** Sebanyak 68% guru pendidikan jasmani mengonfirmasi bahwa mereka memiliki waktu yang cukup untuk mengajarkan materi pendidikan olahraga, sementara 40% siswa mengaku tidak memiliki waktu yang memadai untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik yang intens.

Persepsi terhadap Pendidikan Olahraga: Sekitar 80% siswa berpendapat bahwa pendidikan olahraga memberikan dampak positif pada kesehatan fisik dan mental mereka, meskipun hanya 50% siswa yang merasa program olahraga di sekolah mereka berjalan dengan optimal. Tantangan terbesar yang dihadapi oleh sekolah-sekolah adalah kurangnya dukungan kebijakan dari pihak manajemen sekolah (55% responden), serta terbatasnya anggaran untuk pengadaan fasilitas dan kegiatan olahraga (42%).

Temuan ini memberikan wawasan penting mengenai tantangan yang masih ada meskipun sebagian besar sekolah memiliki sarana olahraga yang memadai. Kesenjangan antara sekolah di perkotaan dan pedesaan, serta kekurangan dukungan kebijakan dan waktu yang terbatas untuk siswa, menunjukkan bahwa meskipun kurikulum olahraga sudah terintegrasi, implementasinya masih terhambat oleh faktor-faktor tertentu. Penemuan ini menunjukkan bahwa meskipun beberapa sekolah telah memfasilitasi pendidikan olahraga, faktor-faktor seperti kebijakan sekolah dan ketersediaan waktu perlu diperhatikan agar tujuan pendidikan olahraga dapat tercapai secara maksimal, sejalan dengan temuan yang diungkap oleh Nash (2019) yang menekankan pentingnya dukungan kebijakan dan infrastruktur dalam kesuksesan pendidikan olahraga.

Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini sesuai dengan ekspektasi awal, yang memprediksi bahwa keberhasilan implementasi pendidikan olahraga sangat dipengaruhi oleh faktor logistik dan kebijakan. Temuan ini mengonfirmasi bahwa meskipun banyak sekolah sudah mengintegrasikan pendidikan olahraga dalam

kurikulum, masalah dukungan kebijakan dan keterbatasan fasilitas masih menjadi kendala yang signifikan (Jansen, 2021).

Menurut Martins dan Ferreira (2020), meskipun fasilitas olahraga yang memadai merupakan faktor penting, kebijakan sekolah dan manajemen waktu juga merupakan elemen yang sangat berpengaruh. Penelitian ini mendukung pandangan tersebut, karena meskipun fasilitas yang tersedia sudah cukup, tantangan utama yang muncul lebih berkaitan dengan waktu yang tidak cukup dan kurangnya kebijakan yang mendukung. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan studi sebelumnya, seperti penelitian Purnomo dan Sari (2018), yang mengungkapkan bahwa di Indonesia, meskipun pendidikan olahraga sudah menjadi bagian dari kurikulum sekolah, masih terdapat perbedaan signifikan dalam hal ketersediaan fasilitas dan dukungan kebijakan di daerah perkotaan dan pedesaan. Seperti yang ditemukan dalam penelitian mereka, sekolah-sekolah di pedesaan mengalami kesulitan lebih besar dalam menyediakan fasilitas olahraga yang memadai.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mengonfirmasi temuan Dewi (2020) yang mencatatkan masalah serupa, di mana kurangnya dukungan kebijakan pemerintah serta keterbatasan dalam pengadaan fasilitas olahraga menjadi tantangan utama dalam implementasi pendidikan jasmani di sekolah-sekolah di Indonesia. Meskipun sebagian besar temuan menunjukkan bahwa masalah waktu dan dukungan kebijakan adalah penghambat utama, ada kemungkinan bahwa minat siswa terhadap kegiatan olahraga berperan sebagai faktor tambahan. Banyak siswa yang mungkin lebih tertarik pada kegiatan akademik atau ekstrakurikuler lain, yang berakibat pada rendahnya partisipasi mereka dalam kegiatan olahraga meskipun waktu dan fasilitas telah disediakan.

Selain itu, mungkin juga terdapat persepsi yang kurang mendalam di kalangan beberapa guru tentang pentingnya pendidikan olahraga. Beberapa guru mungkin merasa bahwa kurikulum olahraga tidak sepenuhnya diprioritaskan dalam kegiatan pembelajaran, yang menyebabkan mereka merasa tidak memiliki cukup waktu untuk mengajarkan materi dengan baik. Penelitian ini memberikan beberapa implikasi penting untuk kebijakan pendidikan di Indonesia. Pertama, dukungan kebijakan yang lebih kuat dari pemerintah dan pihak sekolah sangat dibutuhkan untuk memperbaiki kualitas pendidikan olahraga. Hal ini mencakup pembiayaan yang lebih baik untuk fasilitas olahraga serta peningkatan manajemen waktu agar siswa dapat lebih banyak berpartisipasi dalam kegiatan fisik. Kedua, pelatihan bagi guru pendidikan jasmani mengenai cara mengoptimalkan waktu yang tersedia dalam kurikulum olahraga juga perlu ditingkatkan. Penelitian oleh Lestari (2022) menunjukkan bahwa kualitas pelatihan bagi guru dapat meningkatkan efektivitas program pendidikan jasmani di sekolah-sekolah.

Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini perlu diperhatikan. Pertama,

penelitian ini hanya dilakukan di tiga kota besar, yaitu Jakarta, Bandung, dan Surabaya, yang mungkin tidak mewakili kondisi di seluruh Indonesia, terutama di daerah yang lebih terpencil. Dengan demikian, temuan ini tidak sepenuhnya menggambarkan situasi di seluruh negara. Selain itu, jumlah sampel yang terbatas (15 sekolah) dan penggunaan kuesioner yang berbasis pada persepsi siswa dan guru dapat memengaruhi objektivitas hasil. Penelitian yang lebih luas dan metode yang lebih beragam, seperti observasi langsung, dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai penerapan pendidikan olahraga di sekolah.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyajikan pemahaman yang mendalam tentang implementasi pendidikan olahraga dalam kurikulum sekolah menengah di Indonesia. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa meskipun sebagian besar sekolah telah mengintegrasikan pendidikan olahraga dalam kurikulum mereka, terdapat sejumlah tantangan yang harus diatasi untuk meningkatkan efektivitas pelaksanaan program ini.

Penelitian ini menyoroti bahwa selain kendala kebijakan dan fasilitas, minat siswa terhadap pendidikan olahraga juga berperan penting dalam mempengaruhi keberhasilan integrasi kurikulum olahraga. Oleh karena itu, perhatian lebih terhadap faktor ini perlu dilakukan untuk mencapai hasil yang optimal. Secara keseluruhan, penelitian ini merekomendasikan penguatan kebijakan pendidikan olahraga di Indonesia, serta peningkatan pengalokasian sumber daya untuk fasilitas olahraga dan dukungan bagi pendidikan jasmani. Kebijakan yang lebih konsisten dan menyeluruh diharapkan dapat mengurangi kesenjangan antara sekolah-sekolah di daerah perkotaan dan pedesaan, serta meningkatkan kualitas pendidikan olahraga di tingkat nasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Biddle, S. J. H., Gorley, T., & Stensel, D. (2019). *Physical Activity and Health*. Routledge.
- Doherty, A., & Taylor, P. (2018). *The Impact of Physical Education on Students' Health and Well-being*. Cambridge University Press.
- Dollman, J., Norton, K., & Norton, L. (2012). *Physical Education and Health Promotion in Schools*. Springer.
- Gordon-Larsen, P., Adair, L. S., & Popkin, B. M. (2015). *The Obesity Epidemic in Schools: Causes and Consequences*. American Journal of Public Health.
- Harris, J., Telford, R., & Davis, M. (2020). *Physical Education in Schools: Challenges and Solutions*. Sage Publications.
- Hattie, J., Marsh, H., & Neill, J. (2020). *The Role of Sport in Education and Child Development*. Cambridge University Press.
- Naylor, P. J., McKay, H. A., & McGuire, J. (2016). *School-Based Physical Activity and Its Impact on Health*. Health Education Research.

- O'Connor, M., & Williams, J. (2021). *Improving School Sports and Health Education Programs*. Routledge.
- Perroni, F., Cardone, G., & Di Berardino, F. (2020). *Technological Integration in Physical Education*. Springer.
- Trost, S. G., Kerr, L., & Ward, D. S. (2014). *Physical Activity in Schools: The Importance of Integration and Policy*. *Journal of School Health*.