

---

**BAB I**

Judul	: Foundation of Physical Education and Sport
Penulis	: Prof. Charles A. Bucher, AB, MA, ED. (Director School of Health, Physical Education, Recreation and Dance; University of Nevada-Las Vegas).
Jumlah hal	: 641(+ VIII)
Penerbit	: The CV. Mosby Co.
Th. terbit	: 1983 (Edisi ke-9)
Peninjau	: Margono, FPOK

---

Salah satu alasan penulisan buku ini seperti yang tertuang pada pengantar adalah karena semakin meningkatnya jumlah pelaku olahraga, sehingga dibutuhkan informasi yang benar tentang hal tersebut. Terlebih bagi yang menginginkan olahraga sebagai karir atau profesinya. Banyak hal yang perlu diperhatikan dan dipelajari apabila benar-benar ingin menggeluti bidang yang satu ini.

Penulis buku ini, Charles A. Bucher, seorang profesor di University of Nevada, mensistematiskan bukunya dalam enam bagian, masing-masing bagian terdiri dari beberapa bab, serta dilengkapi dengan referensi dan ilustrasi sejumlah 382 yang banyak memberikan informasi tentang sputar olahraga.

**BAGIAN I : Nature, Scope, and Future of Physical Education and Sport.**

Terdiri dari lima bab yang diawali dengan beberapa terminologi tentang istilah-istilah yang banyak digunakan seperti sport psychology, sport sociology, motor learning, hypokinetics, ergonomics, biomechanics, exercise, physiology, hygiene, physical, culture, gymnastics, physical training, recreation, sport medicine, movement education. Peranan penting pendidikan jasmani yang merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dibahas dengan cukup memadai.

Filsafat pendidikan jasmani, pembicaraannya diawali dengan pengertian philosophy dari Aristotle, Copleston dan Webster. Serta pengungkapan tentang komponen utama dan penting dari filsafat, yaitu: Metaphysics, Epistemologi, Aksiologi, Ethics, Logic dan Esthetics. Yang menarik pada bagian ini ialah pembahasan lima aliran filsafat yang pernah berkembang dan sangat berpengaruh terhadap pemikiran dalam dunia pendidikan yaitu: idealisme, realisme, pragmatisme, naturalisme, dan existensialisme. Masing-masing aliran tersebut dikaitkan dengan pendidikan dan jasmani.

Tujuan yang dikembangkan pada pendidikan jasmani meliputi: organic, neuromuscular, interpretative, social, dan emotional. Secara rinci dijelaskan dalam taksonomi operasional. Tujuan pendidikan jasmani menurut Annarino, yaitu: physical domain atau organic development, psychomotor domain atau

neuromuscular development, affective domain atau social-personal emotional development. Berdasarkan analisis sejarah tujuan-tujuan pendidikan jasmani tersebut berawal dari masyarakat Yunani kuno, buah pikiran Plato, hingga yang lebih modern dari para ahli filsafat: Sargent, Thomas Wood, Clark Hetherington, JF William. Taksonomi menurut Bloom dan Krathwohl yang membagi tujuan menjadi tiga, dilengkapi dengan sebuah bagan berupa tiga lingkaran yang mewakili masing-masing domain: cognitive, affektive, dan psychomotor, yang menunjukkan ketiganya interdependent dan continuous.

Bucher menjelaskan betapa peranan pendidikan jasmani cukup potensial dalam proses pendidikan, yang didasarkan pada pengembangan domain menurut Bloom dan Krathwohl. Untuk cognitive ada enam butir, affective ada delapan butir dan psychomotor ada tiga butir.

Gerak merupakan dasar pendidikan jasmani dan sport, ada gerak locomotor dan gerak non locomotor. Tiga faktor utama yang mempengaruhinya, yaitu: faktor fisik, psikis dan sosial, time, force, flow dan space, yang mempengaruhi kualitas gerak tubuh, dijejaskan secara rinci, dan disertai pula dengan konsep program belajarnya. Disamping itu dua faktor yang juga penting yakni bentuk tubuh dan hubungan antara badan dengan sasaran atau orang lain.

Tentang masa depan physical education dan sport penulis buku ini berkeyakinan, bahwa masa depan dapat diketahui seperti apa, bila dipelajari dan direncanakan dengan metode-metode tertentu. Tetapi menjadi seperti apa tersebut, tergantung dari para physical educator sendiri. Ada enam saran yang penting untuk didiskusikan. Sebuah pernyataan menarik, bahwa melatih fisik itu penting, tetapi yang lebih penting adalah bagaimana aktivitas fisik dapat digunakan sebagai sarana meningkatkan kualitas keberanian, percaya diri, kemauan berprestasi, dan diatas segalanya, yang paling penting memadukan body, mind, and spirit dalam meraih keberhasilan dari tujuan-tujuan yang hidup yang bernilai luhur.

## **BAGIAN II : Changing Concept in Physical Education and Sport**

Terdiri dari empat bab yang memuat tentang sejarah, peran berdasarkan jenis kelamin, manfaat bagi orang cacat, serta peranannya dalam hubungannya dengan penelitiannya di dunia internasional.

Masyarakat primitif sebenarnya tidak memikirkan pendidikan jasmani seperti halnya masyarakat sekarang, karena aktivitas fisik adalah bagian dari kehidupan sehari-hari, untuk mempertahankan hidup. Serba sedikit disinggung pendidikan jasmani di China, India, Mesir, Assiria, Babylonia, Syiria, Palestina, Persia Kuno, disertai dengan contoh-contoh kegiatan yang telah dilakukan. Untuk Yunani Kuno pembahasannya cukup luas, karena pada masa ini merupakan masa keemasan pendidikan jasmani, yang bersumber pada literatur Illiad dan Odyssey hasil karya Homer. Pekan Olympic sifatnya nasional, yang lebih meru-

pakan sarana perdamaian, disamping ada pekan yang lain, yaitu: Phytia, Istmia, dan Nemea. Keempatnya sering disebut sebagai "Pan Hellenic Games". Pada bangsa Romawi yang lebih ditonjolkan adalah kesenangannya pada tontonan yang sensasional, berdarah, dan mengerikan: yaitu pertunjukan gladiator.

Pendidikan jasmani pada masa kegelapan serta masa renaissance dengan tokoh-tokohnya seperti: Victorio da Feltra, Martin Luther, John Locke, Montaigne, J. Comenius, JJ Rousseau: buah pikirannya sangat berpengaruh pada perkembangan pendidikan jasmani masa-masa selanjutnya. Beberapa negara Eropa perkembangan pendidikan jasmani disinggung serba sedikit beserta tokohnya. Jerman, dengan JB Basedow, Gutsmuths, Jahn, dan Speiss. Swedia dengan PH. Ling, LB Branting. Denmark, Franz Nachtegal, Neil Bukh. Inggris lebih mengembangkan permainan tidak seperti negara Eropa lain yang mengembangkan yang gymnastics, memiliki tokoh Archibald Maclaren.

Pendidikan jasmani di Amerika, dimulai pada masa kolonial, masa nasional, dan masa perang 1900-an. Tokohnya: G. Baker, D. Lewis, Henry Durant. Organisasi-organisasi seperti: YMCK, YWCA, AAHPER, AAHPERD, berdiri dan berkembang. Pada abad ke 20 sebagian besar akademi dan universitas di Amerika dan Eropa telah memiliki jurusan jasmani, sehingga dari segi ilmiah sangat berkembang.

Pada sexism dan sport, alasan klasik yang senantiasa muncul adalah persoalan masculinitas dan feminitas. Wanita yang berolahraga dinilai akan bersifat kelaki-lakian, seperti agresif, keras dan kasar. Karena itulah perkembangan olahraga pada kaum wanita khususnya yang terorganisir relatif terlambat. Baru tahun 1923, ada kompetisi atletik khusus wanita. Akan tetapi pada perkembangan selanjutnya dapat diamati bahwa pada hampir semua cabang olah raga ada partisipasi wanita, bahkan cabang yang dulu dinilai amat tabu pun telah dirambah kaum hawa. Disamping timbulnya kesadaran tentang nilai-nilai yang terkandung pada aktivitas olahraga, juga adanya perubahan pandangan masyarakat tentang wanita itu sendiri.

Olahraga penyandang cacat disajikan dalam bentuk program yang disesuaikan dengan jenis kelemahannya. Apakah karena mentaly retarded, emotionally disturbed, kelainan pendengaran, penglihatan, orthopedic gangguan bicara, juga multi gangguan. Kiranya perlu dikaji lebih lanjut tentang tujuan, saran-saran, serta strategi mengajar bagi orang handicapped tersebut. Mengajar penyandang cacat tidak mesti dengan memodifikasi isi, bisa pula dengan membedakan tujuan-instruksional, membedakan tujuan tingkah laku, memilih aktivitas, atau memodifikasi tingkat belajar tingkat belajar.

International education merupakan pengertian yang digunakan untuk menggambarkan beberapa tipe hubungan pendidikan diantara negara-negara di dunia, bertujuan untuk meningkatkan kerja sama dan harmonisasi, sehingga dapat mengurangi kesalahpahaman yang berkaitan dengan kultur, negara atau

individu. UNESCO sebagai badan internasional yang aktif mempromosikan olahraga, hingga terwujudnya International Charter of Physical Education and Sport pada tahun 1978, dengan sepuluh butir yang isinya sampai sekarang masih relevan. Kompetisi-kompetisi internasional multi event, merupakan hal penting, seperti: Olympic, Asean, Pan American, Brittish, Empire and Commonwealth, WorldUniversity Games. Dan, badan-badan internasional antara lain: WCOTP, ICHPER, ICET IRA, IAPESGW, IOA, IAAF, IEPÉ, ISCPE, IBE, IUSF, IFSM, WLRA. Mengakhiri bagian ini pelaksanaan olahraga di Australia, Canada China, Inggris, Israel, Jepang, Meksiko, New Zealand, Philipina, Swedia, serta USSR dan Jerman Barat ( saat itu): Tentang struktur, filsafat, fasilitas, upaya untuk mempersiapkan guru pendidikan jasmani.

### **BAGIAN III : Scientific Foundation of Physical Education and Sport**

Memuat lima bab, tentang dasar-dasar biologi tubuh, Fisiologi latihan, dasar-dasar psikologi, sosiologi, dan biomekanika pendidikan jasmani dan sport.

Sejarah biologi, yang terdiri dari teori evolusi, struktur biologi, usia dan fungsi biologi, potensi manusia mengawali pembahasan; yang kemudian diteruskan dengan berbagai sistem yang merupakan dasar-dasar biologi dari kehidupan yaitu sistem sistem skeletal, sirkulasi, respirasi, syaraf, digestif, pembuangan dan reproduksi. Pertumbuhan dan perkembangan fisik dakaitkan dengan usia kronologis, serta perbedaannya laki-laki dengan perempuan juga dihubungkan dengan kemampuan gerakannya. Pendapat Kretschmer diambil untuk mengungkapkan klasifikasi tipe tubuh. Asthenic (Yunani, tanpa kekuatan), untuk menunjukkan orang yang tinggi kurus; Athletic, berdada bidang dan kuat berotot; Pyknic (Yunani, tebal), lebar, pendek berleher pendek; dan yang tidak begitu populer tipe displastic (Yunani, bentuk buruk), mungkin tipe tidak karuan. Klasifikasi tersebut dibandingkan dengan pendapat Sheldon yang menyebutkan tiga yaitu: ectomorph, mesomorph, dan endomorph. Hubungan antara tipe tubuh dengan kesegaran jasmani disajikan menarik dengan suatu tabel.

Faktor-fakto yang mempengaruhi kesegaran jasmani dikutip dari The American Medical Association (AMA) ada tujuh yaitu:(1) upaya kesehatan, (2) gizi, (3) pemeliharaan gigi, karena good oral hygiene is essential to physical fitnes, (4) latihan, (5) bekerja sewajarnya, (6) bermain dan rekreasi, (7) istirahat dan relaksasi.

Nilai-nilai, prinsip dan efek efek latihan dan efek latihan khusus pada wanita dajabarkan secara rinci oleh penulis, disamping pendapat dari Forbes Carlile.

Kebiasaan merokok, minum alkohol, dan menggunakan obat bius, dibahas secara khusus sebagai kebiasaan kurang mendukung pencapaian kesegaran jasmani, bahkan menghambat.

Pada bab dasar-dasar psikologi olahraga, tentang teori belajar disinggung banyak dengan mengetengahkan pendapat para ahli. EL Thorndike dengan "S-R theory"; ER Guthrie, dengan "The Continuity Theory of Learning"; BF Skinner, dengan "Operant Conditioning Theory"; Clark L Skill, yang lebih melihat belajar sebagai pengaruh langsung dari reinforcement.

Juga teori Gestalt yang didukung oleh banyak ahli, seperti; Max Wertheimer, Kurt Koffka, Wolfgang Kohler, Kurt Lewin. Ada "kekuatan-kekuatan" yang mempengaruhi proses dan hasil belajar, yaitu: motivasi, matirity, perbedaan individu, reinforcement dan tingkah laku inteligensi.

Konsep-konsep motor learning yang terdiri dari 24 butir sangat membantu sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak.

Hasil-hasil para ahli sebagai hubungan pendidikan jasmani kemampuan akademik banyak diambil. Sangat menarik kiranya hasil James N. Olive, yang menyimpulkan bahwa nilai-nilai pendidikan jasmani akan menjadi lebih besar bila diberikan kepada siswa-siswa sub normal dari pada siswa yang berkemampuan rata-rata.

Berdasar tinjauan sosiologi olahraga, bermain sangat berperan dalam membantu seseorang untuk berhubungan dengan orang lain lebih baik dan lebih dinamis dalam kehidupan sosial.

Dijelaskan 11 macam teori bermain yang populer, yaitu:

(-) Surplus Energi, (-) Recreation theory, (-) Relaxation theory, (-) Recapitulation; (-) Instinction Gross t, (-) Social Contact t, (-) Caillois t, (-) Competence motivation and arousal t.

Keuntungan-keuntungan bagi orang yang melakukan olahraga sudah sangat banyak dikenal, sedangkan dari sisi negatifnya jarang yang mengulas. Buku ini membicarakan kerugian-kerugian yang dapat timbul, seperti munculnya rasa egois, menilai kemenangan sebagai segala-galanya, kehilangan identitas.

Padahal Dasar-dasar biomekanika, dijelaskan bila mempelajari bidang ini harus menggunakan bidang keilmuan lain, seperti: biologi, fisiologi dan kedokteran. Dua hal utama yang dipelajari adalah yang berhubungan biologi dan mekanika.

Gerak merupakan aspek biologi dari tubuh manusia meliputi sistem kerangka dan sistem otot. Sedangkan studi mekanika menjadi penting sejak diterapkannya hukum dan prinsip-prinsip Newton yang diaplikasikan pada gerak manusia.

#### **BAGIAN IV : Program in Physical Education, Sport and Allied Fields.**

Terdiri dari tiga bab tentang pengembangan kurikulum dan olahraga di sekolah dan perguruan tinggi serta konsiderasi profesional mengajar.

Pada masa setelah perang Dunia I telah timbul kesadaran bahwa kurikulum fleksibel lebih tepat diterapkan pada dunia pendidikan dengan memperhati-

kan hal-hal: (1) kebutuhan dan ketrampilan siswa; (2) kebutuhan masyarakat; (3) penggunaan secara praktis berbagai macam pengetahuan dan keterampilan; (4) psikologi belajar. Khusus untuk kurikulum pendidikan jasmani diharapkan agar memiliki empat tujuan utama yaitu mengembangkan; (1) physical power, (2) skillin activities, (3) understanding physical activity, (4) meaning ful social experience.

Ada tujuh faktor penting yang mempengaruhi terciptanya suatu kurikulum pendidikan jasmani yang baik, yaitu: (1) peraturan yang berlaku, (2) organisasi yang berlaku, (3) organisasi profesi, (4) riset, (5) sikap para administrator, lembaga, pelajar dan pemakai, (6) fasilitas dan perlengkapan, (7) faktor-faktor organisasi, (8) iklim, letak geografis, dan kehidupan sosial.

Yang patut sebagai bahan pemikiran, prinsip-prinsip pengembangan kurikulum, cara pendekatannya metode-metode pengorganisasian serta yang cukup mendasar adalah yang mengevaluasi kurikulum yang telah dikembangkan tersebut.

Tugas "physical educator" di sekolah maupun di perguruan tinggi, selain mengajar juga membimbing, melatih, meneliti, melakukan fungsi administrasi, menginterpretasikan nilai-nilai pendidikan jasmani serta mengukur dan mengevaluasi tugas.

Kegiatan-kegiatan luar sekolah untuk rekreasi dan mengisi waktu luang yang disarankan besar manfaatnya, adalah berkemah; dengan cacatan, bila diprogramkan dengan baik.

Pembahasan mengenai "leisure" (Latin: Licere, yang artinya bebas) diawali dengan definisi menurut Sebastian de Grazia dan Aristotle. Penulis buku ini "menyempurnakan" pengertian leisure sebagai berikut: Suatu keadaan yang menggambarkan waktu bebas yang dimiliki seseorang sesudah ia menyelesaikan tugas-tugas dan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya.

Adapun tujuan dilaksanakan pengisian waktu luang dan rekreasi menurut AAHPERD adalah untuk peningkatan "total health" yang meliputi fisik, emosi, mental dan sosial; serta membantu mengaurangi ketegangan dan tekanan hidup, pengekspresian kreativitas pribadi dan apresiasi estetika; juga membantu timbulnya kesempatan meningkatkan kehidupan pribadi dan keluarga.

Trend dan tantangan-tantangan pelaku rekreasi dan leisure dibahas mendalam ke dalam sub-sub bab. Kualifikasi orang yang bertugas dibidang rekreasi dan performance seorang "physical educator" dalam kegiatan rekreasi disoroti. Cukup menarik tulisan tentang program terapi fisik, terapi kerja, terapi rekreasi dan terapi "dance".

#### **BAGIAN V : Profesional Consideration in Physical Education and Sport.**

Bagian yang meliputi 3 bab ini menjawab pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan syarat kualitas profesional untuk menjadi guru; dan peranan organisasi profesi dalam membantu memecahkan masalah-masalah yang muncul.

Pertanyaan Nathaniel Gage dari Stanford, bahwa mengajar adalah ilmu dan seni. Seni dari mengajar ditandai dengan guru yang senantiasa menggunakan "personal style, creativity intuition, sensitivity, and judgement" untuk meningkatkan daya serap siswa. Sedangkan ilmu dari mengajar ditandai dengan penerapan-penerapan hukum yang tegas, dan hasilnya dapat diprediksi dan terkontrol.

Diperkuat pendapat Siedentop, bahwa Science of Teaching termasuk didalamnya adalah pemahaman tentang tingkah laku, memodifikasi tingkah laku, serta membuat desain instruksional dan kemampuan management; ditambah lagi dengan mengetahui prinsip-prinsip belajar, seperti kesiapan, motivasi dan umpan balik.

Kualifikasi guru pendidikan jasmani, yang menurut keyakinan penulis buku, ini ialah tidak akan dipenuhi oleh seorangpun; tingkat pendidikan, intelegensia, dasar keilmuan yang harus dimiliki, kemampuan bicara, kepribadian kesehatan interest pada bidangnya, keterampilan gerak, kerjasama sense of humor.

Dasar keilmuan, seperti: anatomi, fisiologi, psikologi, biomekanik, sedangkan kepribadian, seperti: antusias, akrab, gembira, kontrol pribadi, integritas.

Kode etik, dikutip dari AAHPERD, yang bisa dipelajari lebih dalam lagi untuk sekedar dibandingkan dengan 9(sembilan) kode etik yang kita miliki. Ada contoh formulir evaluasi terhadap guru, yang memuat (1) kualifikasi personal, (2) mengelola kelas, (3) hubungan guru dan siswa, (4) teknik mengajar, dan (5) sikap profesional; yang dideskripsikan lagi menjadi beberapa pertanyaan.

Persyaratan sertifikasi bagi guru pendidikan jasmani diharapkan akan dapat melindungi siswa dari pengajaran yang buruk dan tidak efisien; juga menjaga profesi guru dari adanya guru-guru yang tidak "qualified".

Di Amerika ada 10 (sepuluh) syarat umum yang harus dimiliki oleh seorang calon untuk dapat diangkat sebagai guru pendidikan jasmani. Cukup menarik dikaji untuk dibandingkan dengan kondisi di Indonesia, adalah tentang kemungkinan karir dapat dikembangkan/dupilih dan cukup potensial yaitu: (1) athletic trainer, (2) sport official, (3) professional athlete, (4) recreational leader, (5) physical education teacher, (6) athletic coach, (7) sport journalist or photographer, (8) sporting goods dealer, (9) physical therapist, (10) physical education, and or athlete administrator.

Organisasi Profesi merupakan "denyut jantung" dari keberadaan profesi, demikian pendapat Bucher.

Ada keuntungan -keuntungan yang akan diperoleh yaitu:

- (1) memberikan pelayanan yang tepat, sesuai bidang
- (2) menyediakan saran untuk saluran komunikasi
- (3) memberikan pemahaman tentang berbagai hal yang berkaitan dengan profesi
- (4) membantu memecahkan masalah-masalah profesi atau pribadi

- (5) menjalin kerjasama profesi
- (6) menyediakan sarana untuk melakukan penelitian
- (7) meningkatkan rasa memiliki tujuan terhadap profesi dan organisasi
- (8) mendistribusikan dana sesuai dengan prioritas pengembangan.

Tentu saja sekian banyak keuntungan ini akan dapat diraih apabila organisasi profesi berperan sesuai fungsinya. Bagaimana dengan PGRI kiranya perlu dikaji lagi. Juga adanya kelompok guru bidang studi seperti MGMP ( Musyawarah Guru Mata Pelajaran ).

Beberapa organisasi profesi yang berkaitan dengan pendidikan jasmani diinformasikan seperti: AAPERD, AAU, ACTA, AIAW, NAPCHE, NATA; kiranya patut untuk diperhatikan berkaitan dengan programnya. Dan semua organisasi profesi tersebut memiliki semacam majalah berkala sebagai media informasi dan komunikasi.

#### **BAGIAN VI : Leadership in Physical Education and Sport**

Istilah leadership menggambarkan seni mempengaruhi orang atau sekelompok orang untuk bekerja bersama-sama secara harmonis dalam upaya mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dengan demikian tugas pemimpinlah yang meminimalkan friksi antar individu atau kelompok, dan menanamkan rasa kebersamaan.

Syarat personal yang diperlukan agar seseorang pantas menjadi pemimpin, mengutip pendapat Ordway Tead, yaitu: physical and nervous energi, sense of purpose and direction, enthusiasm, integrity, friend lines and affection, technical mastery, decisiveness, intelligence, teaching skill and faith.

Dalam masalah ini kiranya patut dipelajari apakah untuk pemimpin pada bidang pendidikan jasmani dan olahraga diperlukan syarat-syarat seperti tersebut diatas secara keseluruhan, sebagian atau diperlukan syarat-syarat yang lain?. Syarat profesional ada tiga yaitu: memiliki kreativitas, interest pada bidang penelitian dan tindakannya dapat dipertanggungjawabkan.

Sedangkan syarat-syarat yang harus dimiliki seorang pemimpin bidang pendidikan jasmani olahraga diformulasikan menjadi enam yaitu: (1) health and personality, (2) applied intelligence, (3) articulation, (4) dedication, (5) respect for other people, and (6) desire.