



Implementasi pendidikan karakter di Era 4.0 melalui pendidikan jasmani dan olahraga di Sekolah

Lilik Indri Harta
UPN “Veteran” Yogyakarta
Email: liliktrail@gmail.com

Abstrak

Pada abad ke-21 ini dunia pendidikan sedang mengalami perubahan paradigma pendidikan yang menempatkan manusia sebagai sumberdaya yang utuh, memberikan arah kebijakan dalam meletakkan kerangka bagi pembangunan pendidikan di era revolusi industri ke-4. Proses pembelajaran yang diharapkan terjadi adalah suatu proses yang dapat mengembangkan potensi-potensi siswa secara menyeluruh dan terpadu, karena itu dalam proses pembelajaran, materi yang diajarkan harus mampu mengaktualisasi upaya membentuk karakter siswa melalui pengembangan kepribadian. Pendidikan karakter akan membentuk generasi muda yang memiliki jati diri. Namun demikian agar pembentukan jati diri melalui pendidikan karakter di kalangan pelajar dapat terlaksana secara maksimal maka harus dipersiapkan strategi khusus. Salah satu strategi melalui mata pelajaran di sekolah yang mengena ketika mengajarkan pendidikan karakter adalah pelajaran olahraga. Dan yang paling fundamental arah pendidikan harus dapat membekali peserta didik dengan kompetensi pada kemampuan komunikasi, berorganisasi, kepemimpinan, memecahkan masalah, kemandirian, kerjasama dan etika.

Kata Kunci: pendidikan karakter; pendidikan olahraga; pendidikan sekolah.

Abstract

In the 21th century the world of education is undergoing a change in the educational paradigm that places humans as a whole resource, provides a policy direction in laying the framework for educational development in the era of the 4th industrial revolution. The learning process that is expected to occur is a process that can develop the potential of students as a whole and integrated, because it is in the learning process, the material taught must be able to actualize efforts to shape the character of students through personality development. Character education will shape the young generation who have identity. However, so that the formation of identity through character education among students can be carried out optimally, a special strategy must be prepared. One strategy through subjects in schools that hit when teaching character education is sports lessons. And the most fundamental direction of education must be able to equip students with competence in communication skills, organization, leadership, problem solving, independence, cooperation and ethics

Keywords: character education; sports education; school education

How To Cite : Harta, I. L. (2019). Implementasi pendidikan karakter di Era 4.0 melalui *to APA Style* pendidikan jasmani dan olahraga di Sekolah. Prosiding SENFIKS (Seminar Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains), 1 (1), 66-73.

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan saat ini sedang mengalami satu perubahan. Banyak digembar-gemborkan bahwa di era *internet of things*, yaitu suatu kondisi yang serba terbuka tanpa mengenal jarak dan waktu, sehingga sebuah negara harus melakukan perubahan disegala bidang. Departemen Pendidikan Nasional telah menetapkan berbagai kebijakan dan upaya, dengan terus-menerus mengusahakan pemerataan akses terhadap pendidikan, peningkatan mutu serta mengembangkan manajemen pendidikan, mengembangkan kurikulum pendidikan yang berbasis kompetensi, serta mengarahkan sistem pendidikan diberbagai jalur, jenis dan jenjang pendidikan untuk memberdayakan manusia Indonesia menjadi manusia yang berkualitas sehingga mampu menjawab tantangan zaman yang selalu berubah.

Pencerdasan bangsa tersebut juga digariskan dalam Undang-Undang Pendidikan Nasional Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Bab I, Pasal 1 Ayat 1: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Dengan kata lain, pasal-pasal pada UU Sisdiknas tersebut mengamanatkan kepada semua kegiatan pendidikan di negeri ini untuk diarahkan pada upaya mengembangkan kesadaran diri agar pengembangan potensi kecerdasan diri dapat berhasil. Potensi kecerdasan diri yang harus dikembangkan secara aktif oleh peserta didik dengan bimbingan para pendidik tidak hanya terkonsentrasi pada kecerdasan intelektual akademis tetapi juga kecerdasan karakter

yang justru sangat diperlukan untuk kesuksesan karier peserta didik dalam kehidupan bermasyarakat kelak. (M. Adnan Latief: 2009).

Karakter bangsa mengacu pada karakteristik dan pola kepribadian yang relatif fungsional dan merupakan prototipe antara anggota masyarakat dewasa. Banyak anak yang memiliki potensi kecerdasan tapi kurang bisa berkembang maksimal, begitu pula banyak anak yang memiliki kecerdasan tetapi perilakunya belum mencerminkan pribadi yang luhur. Sebuah buku yang berjudul *Emotional Intelligence and School Success* (Ginjar Agustian, Ary, 2003) mengkompilasikan berbagai hasil penelitian tentang pengaruh positif kecerdasan emosi anak terhadap keberhasilan di sekolah. Dikatakan bahwa ada sederet faktor-faktor resiko penyebab kegagalan anak di sekolah. Faktor-faktor resiko yang disebutkan ternyata bukan terletak pada kecerdasan otak, tetapi pada karakter, yaitu rasa percaya diri, kemampuan bekerja sama, kemampuan bergaul, kemampuan berkonsentrasi, rasa empati, dan kemampuan berkomunikasi. Pendidikan karakter untuk membentuk jati diri pada siswa dapat dilakukan melalui olahraga. Olahraga dapat membangun karakter seseorang sebagaimana jargon olahraga dan kesehatan di seluruh dunia "*mens sana in corpore sano*", bahwa kesehatan fisik, mental, dan moral berjalan dalam waktu yang bersamaan. Hal ini kemudian menjadi kepercayaan dasar dalam masyarakat, dalam impementasinya olahraga tetap merupakan sarana ampuh yang tak lekang jaman untuk membangun karakter siswa.

PEMBAHASAN

Karakter

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, "karakter" diartikan sebagai akhlak, atau budi pekerti. Dalam kamus

Inggris-Indonesia character adalah watak, karakter atau sifat (Echols, 1996: 107). Menurut Lumpkin (2008) dalam pendidikan jasmani dan olahraga, karakter antara lain digambarkan dalam suatu bentuk perilaku sportivitas, menghargai orang lain, kemauan dan tanggung jawab.

Presiden RI pertama, Ir. Soekarno mengemukakan bahwa kegiatan olahraga merupakan bagian yang strategis dalam perubahan bangsa. Ungkapan tersebut dikemukakan dalam Toho Cholik M (2002: 8) bahwa: “..... *character and national building* penting sekali karena merupakan dasar dari segala kehidupan bangsa Indonesia. The founding father (para pendiri bangsa) sepakat bahwa membangun karakter memerlukan waktu yang lama sehingga harus dilaksanakan secara berkesinambungan. Oleh sebab itu pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting sebagai alat pendidikan dan sebagai wahana penanaman nilai-nilai yang tidak terpengaruh oleh perubahan jaman.

Karakter merupakan konsep moral yang tergabung dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk atau diajarkan melalui pendidikan jasmani dan olahraga maupun ketika beraktivitas fisik. Beberapa nilai yang dapat dibentuk melalui aktivitas jasmani, diantaranya adalah: *compassion* (rasa terharu), *fairness* (berkeadilan), *sport-personship* (sikap sportif), dan *Integrity* (integritas) dalam Weinberg dan Could (2003: 527). Nilai-nilai tersebut tertanam melalui peraturan-peraturan dalam permainan baik ketika berlatih maupun saat pertandingan. Meskipun demikian, pendidikan jasmani bukan merupakan satu-satunya agen perubahan, tetapi bila pendidikan jasmani dan olahraga diselenggarakan dengan baik pasti akan memberi dampak yang positif.

Pendidikan merupakan investasi dalam pengembangan sumber daya manusia, dimana peningkatan kecakapan dan kemampuan diyakini sebagai faktor pendukung upaya manusia dalam mengarungi segala sisi kehidupan.

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menguraikan definisi pendidikan sebagaimana berikut, “Pendidikan dalam konteks resmi dapat diartikan sebagai suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Penerapan pendidikan karakter dapat menjadi upaya untuk mendukung perwujudan cita-cita sebagaimana diamanatkan dalam Pancasila dan Pembukaan UUD 1945. Strategi pelaksanaan pendidikan karakter merupakan suatu kesatuan dari program manajemen peningkatan mutu pendidikan yang terimplementasi dalam pengembangan, pelaksanaan, dan evaluasi oleh setiap lembaga pendidikan. Dewey (1998: 80) menyatakan bahwa “pendidikan merupakan metode fundamental dari kemajuan dan pembaruan sosial”. Melalui pendidikan, terjadi proses pembentukan kecakapan-kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional. Pendidikan adalah alat yang dapat digunakan dalam pembangunan moral manusia (Veugelers, 2010: 1). Nilai-nilai moral yang diaplikasikan melalui pendidikan kemudian dibangun melalui tingkat sistem pendidikan. Dalam pelaksanaannya, pendidikan sendiri membedakan antara nilai-nilai moral, tujuan pedagogis, dan praktik yang dapat dilakukan pada proses pendidikan.

Lebih lanjut, Albertus (2007: 3-4) mengungkapkan pengertian pendidikan karakter sebagaimana berikut.

“Pendidikan karakter merupakan keseluruhan dinamika relasional antarpribadi dengan berbagai macam dimensi, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, agar pribadi itu semakin dapat menghayati kebebasannya, sehingga ia dapat

semakin bertanggung jawab atas pertumbuhan dirinya sendiri sebagai pribadi dan perkembangan orang lain dalam hidup mereka.”

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikatakan bahwa pendidikan karakter merupakan suatu upaya sosial agar individu dapat tumbuh dengan menghayati kebebasannya dalam hidup berdampingan dengan individu lain. Pendidikan karakter dapat dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas moral sumber daya manusia, sehingga tercapai keseimbangan antara pendidikan intelektual dan pendidikan watak dan kepribadian. Lickona (1993: 1) berpendapat bahwa “pendidikan karakter telah berjalan selama pendidikan ada”. Sepanjang sejarah, pendidikan memiliki dua tujuan besar, yaitu untuk membantu orang menjadi cerdas dan untuk membantu orang menjadi baik

Dengan pengertian tersebut, tentunya terdapat karakter standar universal yang berlaku secara universal pula yang terkait dengan syarat keberhasilan, seperti halnya kepercayaan, kejujuran, keadilan, tanggung jawab, keterbukaan, dan lain sebagainya. Hal inilah yang kemudian dikenal sebagai nilai-nilai karakter yang harus ditanamkan dalam pendidikan karakter. Pendidikan karakter adalah suatu sistem penanaman nilai-nilai karakter kepada pembelajar yang meliputi komponen pengetahuan, kesadaran atau kemauan, dan tindakan untuk melaksanakan nilai-nilai karakter. Dalam konteks tersebut dapat dipahami bahwa pendidikan merupakan proses yang berlangsung secara terus menerus sepanjang kehidupan manusia..

Pendidikan

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendidikan berasal dari kata dasar didik (mendidik), yaitu: memelihara dan memberi latihan (ajaran, pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Sedangkan pendidikan mempunyai pengertian proses perubahan

sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan, proses perbuatan, cara mendidik. Pendidikan dalam bahasa Yunani berasal dari kata *pedagogik* yaitu ilmu menuntun anak. Orang Romawi melihat pendidikan sebagai *educare*, yaitu mengeluarkan dan menuntun, tindakan merealisasikan potensi anak yang dibawa waktu dilahirkan di dunia. Dalam bahasa Jawa, pendidikan berarti *panggulawentah*, mengolah, mengubah kejiwaan, mematangkan perasaan, pikiran, kemauan dan watak, mengubah kepribadian sang anak.

Selama ini betapa pendidikan telah direduksi sebagai proses untuk UNAS atau SBMPTN tetapi tidak diarahkan kepada membentuk masyarakat yang bermoral dan beradab. Sesuai dengan UUD 1945, pendidikan seharusnya mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal ini berarti pendidikan adalah usaha untuk memberdayakan manusia. Manusia yang berdaya adalah manusia yang dapat berfikir kreatif, mandiri, dan yang dapat membangun dirinya dan masyarakatnya. Dalam konteks pendidikan Indonesia, kemerosotan nilai-nilai moral, kedisiplinan dan kejujuran telah menjadi semacam lampu merah yang mendesak semua pihak untuk segera memandang bahwa pendidikan di sekolah bukan cuma difokuskan kepada kemampuan kognitif tetapi juga dibekali pendidikan yang lebih bersifat kemampuan interaksi sosial agar siswa berkembang menjadi individu yang utuh. Oleh karena itu pendidikan nasional memegang peranan strategis dalam usaha membangun masyarakat Indonesia yang kuat dan bersatu. Reformasi dalam bidang pendidikan ini sangat penting bagi terwujudnya masyarakat Indonesia yang mandiri dan berdaya saing tinggi.

Masa remaja adalah masa membentuk dan mengembangkan kepribadian. Perkembangan anak menuju kedewasaan tidaklah berjalan lancar, tentunya banyak kerikil tajam yang

merintang. Pendampingan orang tua dan guru sangat mempengaruhi perkembangan anak, sehingga anak tidak akan bertingkah laku kasar, berkelahi, berbohong, suka mencontek, dan sebagainya. Sehingga dalam hidup bermasyarakat yang didampingi orang tua mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan aturan, budaya, dan nilai-nilai yang ada, mengingat usia remaja pada umumnya belum siap untuk bermasyarakat.

Pendidikan Jasmani Olahraga

Pada dasarnya pendidikan jasmani dan olahraga (penjasor) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Istilah penjasor mengandung dua makna, pertama, pendidikan untuk jasmani, kedua, pendidikan melalui aktivitas jasmani (Wuest and Bucher, 1995: 125). Pendidikan untuk jasmani lebih fokus pada pengembangan fisik dan keterampilan peserta didik dengan memakai sarana cabang-cabang olahraga untuk mencapai tujuan penjas. Penjasor merupakan salah satu proses pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja dan mengembangkan kemampuan peserta didik melalui aktivitas jasmani yang dipilihnya Fungsi olahraga sebagai salah satu sarana yang dipakai untuk melaksanakan proses penjasor dan berfungsi sebagai sarana untuk 1) penyaluran emosi, 2) penguatan identitas, 3) kontrol sosial, 4) sosialisasi, 5) agen perubahan, 6) penyaluran kata hati, dan 7) mencapai keberhasilan (Wuest and Bucher, 1995: 248-249).

Dengan demikian, penjasor merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikan secara umum. Pendidikan melalui aktivitas jasmani bermakna bahwa dalam mencapai tujuan pendidikan sarana yang dipakai melalui aktivitas jasmani. Secara konsisten penjasor memberikan efek yang menguntungkan pada kesehatan jasmani dan rohani pelakunya. Aktivitas jasmani diharapkan dapat meningkatkan dan

memperhalus keterampilan gerak, meningkatkan kebugaran jasmani dan memelihara kesehatan, memiliki pengetahuan tentang aktivitas fisik dan latihan, menanamkan sikap yang positif bahwa aktivitas jasmani dapat meningkatkan kinerja peserta didik. Untuk itu, penjasor sebagai bagian dari proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani harus direncanakan secara sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara neuromuskuler, organik, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Depdiknas, 2003: 6).

Tujuan penjasor di sekolah untuk meletakkan dan mengembangkan: 1) landasan karakter melalui internalisasi nilai, 2) dan dasan kepribadian (cinta damai, sosial, toleransi dalam kemajemukan budaya etnis dan agama), 3) berpikir kritis, 4) sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis, 5) keterampilan gerak, teknik, strategi berbagai permainan dan olahraga, senam, aktivitas ritmik, akuatik dan pendidikan luar kelas, 6) keterampilan pengelolaan diri, pemeliharaan kebugaran jasmani dan pola hidup sehat, 7) keterampilan menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, 8) konsep aktivitas jasmani untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat, serta 9) mengisi waktu luang yang bersifat rekreatif (Depdiknas, 2003: 6-7). Selain itu, penjas-or mampu mengembangkan pola hidup yang sehat dan aman, serta memiliki peran penting dalam mempengaruhi aktivitas dan kesehatan individu dan masyarakat.

Sebagai bagian integral dari proses pendidikan secara umum, hendaknya penjasor dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pengalaman belajar tersebut

akan membina dan membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat, yang pada akhirnya peserta didik akan memiliki pemahaman tentang: 1) dirinya dan orang lain untuk terus mengembangkan diri dan berhubungan dengan orang lain, 2) nilai-nilai sosial dan keterampilan agar efektif dalam partisipasi, 3) budaya dan mampu menilai, 4) peran dan terampil berkomunikasi, 5) dunia sekitar dan cara beradaptasi, serta 6) peran keindahan dalam kehidupan dan mampu mengekspresikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Wuest and Bucher, 1995: 62-63).

Pendidikan Karakter Melalui Olahraga

Pelaksanaan pendidikan karakter secara berkelanjutan melalui olahraga diharapkan dapat membuat nilai-nilai moral yang telah tertanam tidak hanya terlaksana sekedar dalam permainan olahraga, akan tetapi juga muncul dalam kehidupan sehari-hari termasuk di lingkungan keluarga dan masyarakat. Olahraga adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan tujuan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Kegiatan ini dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Makna olahraga adalah gerak badan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang merupakan regu atau rombongan (Depdiknas, 2008: 239).

Olahraga dapat dipahami sebagai aktivitas fisik untuk mendapatkan kesenangan, dan aktivitas khusus seperti berburu atau dalam olahraga pertandingan. "UNESCO mendefinisikan olahraga sebagai setiap aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain, ataupun diri sendiri. Sedangkan Dewan Eropa merumuskan olahraga sebagai aktivitas spontan, bebas dan dilaksanakan dalam waktu luang yang merupakan cikal bakal panji olahraga di dunia "*Sport for All*" dan di Indonesia "memasyarakatkan

olahraga dan mengolahragaka masyarakat" (Lutan dan Sumardianto, 2000: 6).

Menurut Toho dan Lutan (2001: 64), olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila. Olahraga harus bergerak dari konsep bermain, games, dan sport. Ruang lingkup bermain mempunyai karakteristik antara lain terpisah dari rutinitas, bebas, tidak produktif, menggunakan peraturan yang tidak baku, ada kompetisi, dan hasil ditentukan oleh keterampilan fisik, strategi, kesempatan. Kegiatan olahraga ini dapat diaplikasikan dalam bentuk pembelajaran, pelatihan, dan kompetisi. Kegiatan olahraga ini kemudian diimplementasikan untuk menanamkan sikap, perilaku, dan kepribadian mahasiswa sehingga membentuk jati diri. Pembentukan jati diri mahasiswa akan turut meningkatkan kualitas karakter bangsa

Melakukan olahraga secara teratur dan rutin sangat besar manfaatnya bagi setiap orang. Olahraga memungkinkan pengembangan potensi peserta didik dapat menyeluruh yaitu baik fisik, mental, sosial, intelektual, emosional, maupun spiritual (Anarino, Cowell, dan Hazelton, 1980: 189; Lumpkin, 1998: 246). Pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah dapat digunakan sebagai alat untuk membantu meningkatkan keterampilan motorik, kesehatan, kebugaran, pembentuk watak, kepribadian, kedisiplinan dan penanaman nilai-nilai kejujuran, kerja sama, tanggung jawab dan kedisiplinan (Baley dan Field, 1976: 179).

Ada banyak nilai karakter yang dapat diajarkan dan ditumbuhkan melalui kegiatan olahraga. Adapun beberapa nilai dan karakter tersebut antara lain sebagai

berikut: 1) bekerja sama dengan rekan satu tim, 2) menunjukkan keberanian, 3). bermain secara adil, 4) setia kepada teman tim, 5) mengembangkan disiplin diri dan mempraktikkan pengendalian diri, 6) menghormati peraturan, 7) mengungkapkan kasih sayang, 8) menumbuhkan kedamaian, 9) menunjukkan sportivitas, 10) menjaga integritas, 11) jujur dan sopan, 12) bersikap agresif, 13) menjadi kompetitif, 14) tekun, 15) mampu bekerjasama dalam kelompok, 16) melatih jiwa kepemimpinan, 17) terlibat dan memimpin perlawanan, 18) merasa empati, 19) mengerti etika, 20) menghormati lingkungan, 21) memahami tim sebagai komunitas moral, 22) mengembangkan perspektif, 23) berani pada tingkat yang lebih matang secara moral, 24) menjadi perhatian dan memberi perhatian, 25) latihan berpikir kritis, 26) merasakan dan membela harga diri. Beberapa butir nilai di atas merupakan nilai intrinsik dalam partisipasi seseorang terhadap olahraga. Seseorang yang terlibat dalam permainan olahraga dengan merangkul nilai-nilai dasar dalam olahraga pada awalnya memerlukan banyak usaha dari dirinya, namun demikian nilai-nilai ini akan terlatih sehingga dapat tumbuh di dalam diri seseorang tersebut.

KESIMPULAN

Banyak nilai-nilai karakter dalam olahraga yang dapat diimplementasikan dalam praktik nyata pada kehidupan sehari-hari. Melalui olahraga, nilai karakter dapat ditanamkan dalam diri sehingga mampu menjadi teladan bagi orang lain. Pendidikan karakter harus dilaksanakan secara berkelanjutan tanpa henti untuk menjamin terciptanya karakter bangsa. Pencapaian terhadap karakter bangsa sesuai target yang diharapkan harus dilaksanakan secara terus menerus melalui berbagai jenjang pendidikan.

Gerak memegang peranan yang sangat vital dalam kehidupan manusia. Sejak bayi, kanak-kanak hingga dewasa,

perkembangan gerak sangat mempengaruhi perkembangan secara fisik, intelektual, sosial, dan emosional. Anak yang melakukan aktivitas fisik atau bermain dalam sehari-hari, akan berpengaruh positif terhadap kekuatan, kelentukan, bahkan daya tahan otot dan daya tahan *cardio vaskulair*. Melalui olahraga seseorang akan memiliki tanggungjawab, rasa hormat, dan memiliki kepedulian dengan sesama. Ketika memasuki masa pubertas, setiap anak telah mempunyai sistem kepribadian yang merupakan pembentukan dari perkembangan selama ini. Di luar sistem kepribadian anak seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan informasi, pengaruh media massa, keluarga, sekolah, teman sebaya, budaya, agama, nilai dan norma masyarakat tidak dapat diabaikan dalam proses pembentukan kepribadian tersebut.

Olahraga juga berkaitan dengan kemauan dan kreativitas yang dicerminkan dalam kepedulian. Membangun jati diri melalui pendidikan karakter yang baik ditujukan pada karakter individu, namun pada gilirannya akan meningkatkan karakter bangsa.

DAFTAR PUSTAKA

- Albertus, D. K. (2007). *Pendidikan Karakter, Strategi Mendidikan Anak di Zaman Global*. Jakarta: Grasindo.
- Annarino, A. A, Cowell, Ch. C & Hazelton, H.W. (1980). *Curriculum Theory and Design in Physical Education*. St. Louis: The CV Mosby Company.
- Baley, J. A. & Field, D. A. (1976). *Physical Education and Physical Educator*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Depdiknas BSNP. (2003). Undang-Undang Nomor 20, Tahun 2003, tentang *Sistem Pendidikan Nasional*.

- Dewey, J. Z, A. R. (1998). *Budaya dan Kebebasan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Ginanjar, A. A. (2003). *ESQ*. Jakarta: Arga.
- Lickona, T. (1993). The Return of Character Education. *Journal of Educational Leadership*, 51, 3, 6-11.
- Kemendiknas. (2008). *Panduan program kegiatan pengembangan soft skills bagi mahasiswa*. Jakarta: Direktorat Kelembagaan. Ditjen Dikti.
- Lumpkin, A. (1998). *Physical Education and Sport: A Contemporary Introduction*. Columbus, OH: WCB/McGraw-Hill.
- Lutan, R. & Sumardianto. (2000). *Filsafat Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Lutan, R. (2001). *Olahraga dan Etika Fair Play*. Direktorat Pemberdayaan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Olahraga, Direktorat Olahraga Depdiknas: Jakarta
- Latief, M. A. (2007). *Pengembangan soft skill melalui pembelajaran bahasa inggris berbasis konteks. Pidato Pengukuhan Guru Besar*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Mutohir, T. C. (2002). *Gagasan-gagasan tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Toho, C. M. & Lutun, R. (2001). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Dirjen Dikti Depdikbud.
- Veugelers, W. (2010). *Education and Humanism: Linking Autonomy and Humanity*. Switzerland: Sense Publishers.
- Wuest, D. A. & Lombardo, B. J. (1994). *Curriculum and instruction: the secondary school physical education experience*. St.Louis: Mosby-Year Book Inc.
- Wuest, D. A., & Bucher, C. A. (1995). *Foundations of physical education and sport*. New York: McGraw Hill.