

## Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21

Pinton Setya Mustafa<sup>1</sup>, Wasis Djoko Dwiyo<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Malang, Indonesia

[pintonsetyamustafa@gmail.com](mailto:pintonsetyamustafa@gmail.com)<sup>1</sup>, [wasis.djoko.fik@um.ac.id](mailto:wasis.djoko.fik@um.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak:** Tujuan dari artikel ini membahas tentang kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) di Indonesia abad 21. Kurikulum merupakan rancangan berupa isi untuk mewujudkan tujuan pendidikan. PJOK bagian dari integral pendidikan secara keseluruhan yang menjadi peran dalam mencetak sumber daya manusia yang unggul. Kurikulum di Indonesia selalu mengalami perubahan karena menyesuaikan perkembangan zaman yang terus dinamis. Hasil kajian ini menunjukkan bahwa dalam PJOK isi kurikulum tidak hanya tentang keterampilan gerak dan kesehatan jasmani saja, namun peserta didik dituntut untuk mampu berpikir kritis, kreatif, dan mampu berkolaborasi. Perubahan yang paling menonjol dalam kurikulum pendidikan jasmani abad 21 itu yaitu dalam pembelajaran jasmani tidak hanya melibatkan perlengkapan olahraga saja, namun sumber belajar yang berasal dari kemasan teknologi modern perlu diberikan. Jadi kurikulum pendidikan jasmani disusun agar menghasilkan manusia yang memiliki kesehatan dan keterampilan yang baik dalam tantangan global di abad 21. Selain itu juga diperlukan guru PJOK yang profesional untuk memahami dan mengimplementasikan kurikulum PJOK.

**Kata kunci:** kurikulum, pembelajaran, pendidikan jasmani, olahraga

**Abstract:** The purpose of this article discusses the curriculum of physical education, sports, and health (PESH) in 21st century Indonesia. The curriculum is a design in the form of content to realize educational goals. PESH is an integral part of overall education which plays a role in producing superior human resources. The curriculum in Indonesia is always changing because it adapts to the development of a dynamic era. The results of this study indicate that in PESH the curriculum content is not only about physical skills and physical health, but students are required to be able to think critically, creatively, and be able to collaborate, the most prominent changes in the 21st century physical education curriculum that is not in physical learning only involves sports equipment, but learning resources derived from the packaging of modern technology need to be provided. So the physical education curriculum is structured to produce people who have good health and skills in the global challenges of the 21st century. In addition, professional PESH teachers are needed to understand and implement the PESH curriculum.

**Keywords:** curriculum, learning, physical education, sports



**Article History:**

Received: 15-06-2020

Revised : 10-07-2020

Accepted: 10-07-2020

Online : 11-07-2020



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

Support by:  Crossref

## A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan faktor utama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di bumi. Oleh karena itu pendidikan dapat dan harus berkontribusi untuk visi baru tentang pembangunan global secara berkelanjutan (UNESCO, 2017, p. 7). Pendidikan yang terlaksana dengan baik juga berdampak baik bagi pembangunan nasional. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional maka perlu upaya untuk yang matang dalam menyusun perencanaan, pendekatan, dan strategi yang baik. Sistem pendidikan nasional di Indonesia diatur dalam regulasi kurikulum. Dalam kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat pendidikan jasmani (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 37h). Secara teoretis pendidikan jasmani dianggap sebagai komponen wajib pendidikan anak sebagai konsekuensinya, telah ada tradisi yang signifikan di kebanyakan negara demokrasi untuk menganjurkan nilai intrinsik yang berkaitan dengan pendidikan anak-anak (Whitehead, Telfer, & Lambert, 2013, p. 16).

Dalam implementasinya pendidikan jasmani memiliki peraturan tersendiri, beberapa di antaranya berkaitan dengan keselamatan dan beberapa manajemen (dan kontrol) (Martinek & Hellison, 2009, p. 125). Pendidikan jasmani adalah secara formal menanamkan pengetahuan dan nilai melalui aktivitas fisik yang mencakup pembelajaran dalam pengembangan dan perawatan tubuh, mulai dari latihan sederhana hingga latihan yoga, senam, dan pertunjukan dan pengelolaan permainan atletik (Chandler, Cronin, & Vamplew, 2002, p. 153). Pendidikan jasmani atau yang dikenal dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu pelajaran wajib yang dilaksanakan di berbagai jenjang sekolah, mulai dari SD, SMP, hingga SMA/SMK. PJOK adalah bagian integral dari keseluruhan proses pendidikan, merupakan usaha yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja manusia melalui media kegiatan fisik yang telah dipilih dengan tujuan untuk mewujudkan hasilnya (Bucher, 1983, p. 13). Pendidikan dalam PJOK itu adalah mempromosikan kompetensi keterampilan motorik dan pertumbuhan pengetahuan yang dapat dipertahankan, jika mengintegrasikan pengetahuan dengan aktivitas fisik dan kontribusi misi pendidikan di sekolah sehingga memberikan pendekatan seimbang dalam mendidik anak secara keseluruhan dan konsisten (Ennis, 2011, p. 16). PJOK sebagai area belajar dalam kurikulum sekolah kontemporer sangat penting, apalagi saat ini daripada sebelumnya, Sehingga peran teladan yang diasumsikan PJOK dalam desain kurikulum sebelumnya, yang memimpin perubahan kurikulum nasional sekarang, harus diakui (Lynch, 2014, p. 521). Dalam pelaksanaan pendidikan di Indonesia diatur dalam kurikulum yang sekarang dikenal dengan kurikulum 2013.

Kurikulum merupakan salah satu faktor penunjang keberhasilan pendidikan (Winarno, 2012, p. 4). Kurikulum adalah semua kegiatan dan pengalaman potensial (isi/materi) yang telah disusun secara ilmiah, baik yang terjadi di dalam kelas, di halaman sekolah maupun di luar sekolah atas tanggung jawab sekolah untuk mencapai tujuan pendidikan (Arifin, 2013, p. 4). Dalam suatu sistem pendidikan, Kurikulum ini sifatnya dinamis dan harus selalu dilakukan perubahan dan pengembangan dan tantangan zaman (Mulyasa, 2014, p. 59). Meskipun demikian, perubahan dan pengembangannya harus dilakukan secara sistematis dan terarah, tidak asal berubah. Perubahan dan pengembangan kurikulum tersebut harus memiliki visi dan arah yang jelas, mau dibawa ke mana system pendidikan nasional dengan kurikulum tersebut. Kurikulum 2013 mendefinisikan Standar Kompetensi Lulusan (SKL) sesuai dengan yang

seharusnya, yakni sebagai kriteria mengenai kualifikasi kemampuan lulusan yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan (Sani, 2014, p. 45). Jadi dengan adanya kurikulum maka materi pelajaran pendidikan jasmani dapat ditetapkan. Kurikulum tersebut selalu ada reformasi guna memperbaiki kualitas pendidikan yang ada di Indonesia.

Dalam *Partnership for 21st Century Skills* (2008, p. 3) menyatakan kurikulum abad 21 mengandung 4 unsur kompetensi (critical thinking, creative thinking, collaboration, and communication skills) mampu membantu siswa dalam menghadapi keadaan di abad 21. Kemudian menurut Abdullah & Hendon (2016:68-69) bahwa ada empat kompetensi yang perlu dikuasai siswa agar siswa pada abad 21 sesuai dengan kurikulum abad 21 yakni: (1) pemikiran kritis dan pemecahan masalah; (2) komunikasi, (3) kolaborasi, dan (4) kreativitas dan inovasi. Keterampilan yang berupa kreativitas dan inovasi, pemikiran kritis dan pemecahan masalah, dan komunikasi dan kerja sama penting untuk memberikan pembelajaran seumur hidup dan keterampilan abad ke-21 bagi peserta didik mulai di jenjang sekolah dasar (Boyaci & Atalay, 2016, p. 135).

Sebelum adanya pembelajaran maka diperlukan sebuah kurikulum untuk merumuskan tujuan utama dari proses pembelajaran. Teori kurikulum memfasilitasi keputusan tentang ruang lingkup dan urutan, sedangkan teori pembelajaran merinci rentang perilaku potensi guru dan interaksi guru dan siswa sehingga mempermudah pengambilan keputusan secara metodologi (Jewett, 1980, p. 165). Pada saat ini di Indonesia menerapkan dua macam kurikulum, yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan kurikulum 2013. KTSP dalam mencapai tujuan pendidikan nasional lebih menekankan kesesuaian kekhasan, kondisi, dan potensi daerah satuan pendidikan dan peserta didik (Dwiyo

go, 2010, p. 28). Sedangkan pada kurikulum 2013 lebih berorientasi kepada pembentukan karakter peserta didik yang ditinjau dari sikap spiritual, sikap sosial, pengetahuan, dan keterampilan. Perubahan kurikulum tersebut secara tidak langsung juga berdampak pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di dalam kurikulum 2013 secara tidak langsung juga berfokus untuk pembentukan karakter secara keseluruhan mulai dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Sehingga guru perlu memahami makna dari pendidikan jasmani dalam kurikulum 2013 tersebut.

Dengan adanya perubahan kurikulum dari awal pendidikan di Indonesia dan hingga sekarang, yaitu perubahan dari KTSP ke kurikulum 2013 maka pemahaman guru mengenai kurikulum terbaru perlu diperdalam. Hal tersebut juga berdampak pada penyampaian materi pelajaran khususnya dalam pelajaran PJOK. Apabila maksud dan tujuan dari perubahan kurikulum terbaru yakni kurikulum 2013 tidak dipahami tenaga pendidik, maka akan sia-sia juga dalam perubahan kurikulum di Indonesia ini dilakukan khususnya dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka artikel ini bertujuan untuk memberikan pembahasan tentang kurikulum pendidikan jasmani di Indonesia sesuai era perkembangan abad 21 ini. Dengan demikian tinjauan dari artikel ini mencakup tentang: (1) kompetensi abad 21, (2) hakikat kurikulum, (3) hakikat pendidikan jasmani, (4) perubahan kurikulum PJOK di Indonesia menuju abad 21, (5) kurikulum pendidikan jasmani di Indonesia, dan (6) peran kurikulum pendidikan jasmani dalam abad 21.

## B. Pembahasan

### 1. Kompetensi Abad 21

Karakteristik abad 21 adalah tersedianya informasi dimana saja dan kapan saja (informasi), adanya implementasi penggunaan mesin (komputasi), mampu menjangkau segala pekerjaan rutin (otomatisasi) dan bisa dilakukan dari mana saja dan ke mana saja (komunikasi). Ditemukan bahwa dalam kurun waktu 20 tahun terakhir telah terjadi pergeseran pembangunan pendidikan ke arah Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK), yaitu sebagai salah satu strategi manajemen pendidikan abad 21 yang di dalamnya meliputi tata kelola kelembagaan dan sumber daya manusia (Soderstrom, From, Lovqvist, & Tornquist, 2011, p. 1). Abad ini memerlukan transformasi pendidikan secara menyeluruh sehingga terbangun kualitas guru yang mampu memajukan pengetahuan, pelatihan, ekuitas siswa dan prestasi siswa (Darling-Hammond, 2006, p. 300). Keterampilan abad 21 terdiri dari; (1) keterampilan hidup dan berkarier (*life and career skills*), (2) keterampilan belajar dan berinovasi (*learning and innovation skills*), dan (3) keterampilan media teknologi dan informasi (*information media and technology skills*) (Ataizi & Donmez, 2014, p. 272). Dengan adanya pergeseran paradigma tentang abad 21 bahwa siswa diharapkan memiliki kemampuan yang komprehensif tentang keterampilan hidup, mengembangkan pengetahuan, dan menguasai teknologi masa depan.

Penerapan kurikulum dan pembelajaran abad 21 sangat penting dalam mempersiapkan siswa melalui keterampilan yang akan membantu mereka dalam keinginannya untuk sukses di masa depan (Alismail & McGuire, 2015, p. 154). Pentingnya menerapkan kurikulum dan pembelajaran abad 21 di sekolah untuk mempersiapkan siswa yang mampu menghadapi tantangan zaman yang kompleks (Rotherham & Willingham, 2009, p. 21). Dalam menerapkan kurikulum abad ke 21 harus memadukan pengetahuan, pemikiran, keterampilan inovasi, media, literasi Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK), dan pengalaman hidup nyata dalam konteks mata pelajaran inti akademis (Paige, 2009, p. 11). Dalam Partnership for 21st Century Skills (2006, p. 1) konteks kunci pembelajaran pengetahuan, yaitu siswa juga harus mempelajari keterampilan penting di era abad 21, seperti berpikir kritis, pemecahan masalah, komunikasi dan kolaborasi. Jadi keterampilan penting untuk abad ke-21 yang telah diklasifikasikan ke dalam lima kelompok: (1) kemampuan berpikir, (2) cara kerja dan interaksi, (3) kerajinan dan keterampilan ekspresif, (4) partisipasi dan inisiatif, dan (5) kesadaran diri dan tanggung jawab pribadi (Yli-Piipari, 2014, p. 478).

Secara garis besar menurut Abdullah & Hendon (2016, pp. 68–69) Keterampilan belajar dan inovasi yang relevan dalam mempersiapkan peserta didik untuk keterampilan abad ke-21 adalah sebagai berikut.

*Pertama*, Pemikiran Kritis (*Critical thinking*) dan Pemecahan Masalah (*Problem Solving*), yaitu menganalisis dan mengevaluasi bukti, argumen, klaim dan kepercayaan secara efektif; memecahkan berbagai jenis masalah yang tidak biasa dengan cara konvensional dan inovatif. Di setiap tingkat proses belajar harus ditekankan pada pelatihan siswa untuk *critical thinking*. Secara khusus, *Critical Thinking* sangat penting karena pemikiran terarah digunakan untuk mempertimbangkan dan menilai dengan hati-hati informasi atau situasi yang terjadi berdasarkan pengetahuan, pemikiran, dan pengalaman seseorang dalam mengeksplorasi bukti dengan cermat untuk menyimpulkan secara logis (Boonjeam, Tesaputa, & Ampai, 2017, p. 131). Salah satu keterampilan penting yang diharapkan bisa didapat oleh para siswa adalah

kemampuan memecahkan masalah. Diantara komponen keterampilan yang diungkapkan sebagai keterampilan abad ke-21, keterampilan memecahkan masalah menempati tempat penting (Tösten, Han, & Anik, 2017, p. 171).

*Kedua*, Komunikasi (*Communication*), yaitu mengartikulasikan pemikiran dan gagasan secara efektif menggunakan kemampuan komunikasi lisan dan tulisan dalam berbagai bentuk dan konteks. Komunikasi merupakan salah satu temuan utama adalah bahwa komunikasi adalah keterampilan gerbang menuju keterampilan abad ke 21 lainnya. Keterampilan komunikasi mengarah pada keterampilan *soft thinking* yang lebih canggih dan rumit dalam berpikir kritis, pemecahan masalah, manajemen stres, dan pengambilan risiko (Jacobson-Lundeberg, 2016, p. 87).

*Ketiga*, Kolaborasi (*Collaboration*), yaitu menunjukkan kemampuan untuk bekerja secara efektif dan hormat dengan tim yang beragam. Kolaborasi sebagai sebuah gaya interaksi antara setidaknya dua orang yang sama-sama terlibat secara sukarela dalam pengambilan keputusan bersama untuk menuju tujuan bersama (Moran & Bodenhorn, 2015, p. 7).

*Keempat*, Kreativitas (*Creativity*) dan Inovasi (*Innovation*), yaitu menggunakan berbagai teknik ide kreasi untuk menciptakan gagasan baru dan bermanfaat. Trnova (2014, p. 8) memandang kreativitas memainkan peran yang sangat penting dalam pendidikan. Sebagian besar sistem pendidikan mendukung kreativitas sebagai kompetensi yang relevan untuk abad ke-21.

Berdasarkan komponen dari keterampilan abad 21 harus dijadikan dasar dalam menyusun kurikulum di Abad 21. Konsep tersebut dapat dijalankan di sekolah-sekolah dan para peserta didik Indonesia terbekali dengan keutamaan-keutamaan tersebut, yakni komunikasi, kolaborasi, berpikir kritis dan pemecahan masalah, serta kreatif dan inovatif.

## **2. Hakikat Kurikulum**

### **a. Pengertian Kurikulum**

Pengertian kurikulum dapat dibagi menjadi dua paradigma yang berbeda, yaitu kurikulum dalam arti sempit dan kurikulum dalam arti yang luas. Kurikulum dalam arti sempit adalah kumpulan daftar pelajaran beserta rinciannya yang perlu dipelajari pebelajar untuk mencapai suatu tingkat tertentu sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Sedangkan kurikulum dalam arti luas semua pengalaman belajar yang dialami oleh peserta didik. Pengalaman belajar tersebut dapat diperoleh di dalam kelas, laboratorium, mengikuti ceramah, bertanya jawab, demonstrasi dan dalam kegiatan lain seperti olahraga (Dwiyojo, 2010, p. 5). Kurikulum merupakan suatu rencana yang memberi pedoman atau pegangan dalam proses kegiatan belajar-mengajar (Sukmadinata, 2009, p. 5) Selanjutnya kurikulum dipandang sebagai suatu rencana yang disusun untuk melancarkan proses belajar-mengajar di bawah bimbingan dan tanggung jawab sekolah atau lembaga pendidikan beserta staf pengajarnya (Nasution, 2006, p. 5). Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 butir 19, kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Selain itu kurikulum adalah program pendidikan yang meliputi berbagai mata pelajaran yang harus dipelajari peserta didik dari tingkat Sekolah Dasar (SD) sampai Perguruan Tinggi (PT) yang

sudah ada sejak ada sistem persekolahan (Soedijarto, Thamrin, Karyadi, Siskandar, & Sumiyati, 2010, p. 1). Dalam mewujudkan makna dari kurikulum maka perlu diketahui tentang komponen, peran, dan fungsi kurikulum tersebut.

#### **b. Komponen Kurikulum**

Kurikulum sebagai suatu sistem keseluruhan memiliki beberapa komponen. Komponen yang saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya yakni: tujuan, materi, organisasi, dan evaluasi (Hamalik, 2007, p. 19). Komponen tersebut baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama menjadi dasar utama dalam kurikulum upaya mengembangkan sistem pembelajaran. Tujuan kurikulum tiap satuan pendidikan harus mengacu pada pencapaian tujuan pendidikan Nasional. Materi kurikulum pada hakikatnya adalah isi kurikulum yang mengandung aspek-aspek tertentu sesuai dengan tujuan kurikulum. Metode adalah yang digunakan untuk penyampaian materi pelajaran dalam upaya mencapai tujuan kurikulum. Organisasi kurikulum terdiri dari beberapa bentuk yang masing-masing memiliki ciri-cirinya tersendiri. Evaluasi merupakan pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar untuk memperoleh informasi yang akurat tentang penyelenggaraan pembelajaran dan keberhasilan siswa. Dari beberapa komponen kurikulum tersebut, yang paling penting adalah komponen tujuan, karena komponen ini menjadi dasar bagi penentuan sumber belajar, pembelajaran, dan evaluasi (Dwiyo, 2010, p. 7). Dengan adanya komponen kurikulum tersebut maka dalam merancang kurikulum dapat dipetakan dengan terarah. Sehingga produk kurikulum yang dibuat dapat berperan dan berfungsi secara optimal.

#### **c. Peran dan Fungsi Kurikulum**

Sebagai salah satu komponen dalam sistem pendidikan, paling tidak kurikulum memiliki tiga peranan, yaitu: peranan konservatif, peranan kritis atau evaluatif, dan peranan kreatif (Hamalik, 2011, pp. 11–12). Dalam peran konservatif kurikulum yaitu berperan dalam menangkal berbagai pengaruh yang dapat merusak nilai-nilai luhur masyarakat, sehingga konsistensi dan identitas masyarakat akan tetap terpelihara dengan baik. Selanjutnya peran kritis dan evaluatif kurikulum, yaitu harus berperan dalam menyeleksi dan mengevaluasi segala sesuatu yang dianggap bermanfaat untuk kehidupan anak didik dengan menyeleksi nilai dan budaya mana yang perlu dipertahankan, dan nilai atau budaya baru yang mana yang harus dimiliki anak didik. Selain itu peran kreatif kurikulum, yaitu harus mengandung hal-hal baru sehingga dapat membantu siswa untuk dapat mengembangkan setiap potensi yang dimilikinya agar dapat berperan aktif dalam kehidupan sosial masyarakat yang senantiasa bergerak maju secara dinamis.

Kurikulum dapat berfungsi sebagai media untuk mencapai tujuan sekaligus sebagai pedoman dalam pelaksanaan pengajaran pada semua jenis dan semua tingkat pendidikan (Arifin, 2013, p. 25). Selain itu terdapat enam fungsi kurikulum untuk siswa yaitu: (1) fungsi penyesuaian, (2) fungsi integrasi, (3) fungsi diferensiasi (4) fungsi persiapan, (5) fungsi pemilihan, (6) fungsi diagnostik (Hamalik, 2011, pp. 13–14). *Pertama*, fungsi penyesuaian adalah bahwa kurikulum harus dapat mengantarkan siswa agar mampu menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial masyarakat. *Kedua*, fungsi integrasi dimaksudkan bahwa kurikulum harus dapat mengembangkan pribadi siswa secara utuh (kognitif, afektif dan psikomotor). *Ketiga* fungsi diferensiasi adalah kurikulum harus dapat melayani setiap siswa dengan segala keunikannya. *Keempat*, fungsi persiapan yaitu kurikulum harus dapat memberikan pengalaman

belajar bagi anak baik untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, maupun untuk kehidupan di masyarakat. *Kelima*, fungsi pemilihan adalah fungsi kurikulum yang dapat memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk belajar sesuai dengan bakat dan minatnya. *Keenam*, fungsi diagnostik yaitu kurikulum harus dapat untuk mengenal berbagai kelemahan dan kekuatan siswa.

Dengan demikian dalam mengembangkan kurikulum hendaknya perlu diperhatikan dari aspek komponen-komponen yang ada agar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Selanjutnya peran kurikulum bersifat konservatif, kritis atau evaluatif, dan kreatif dalam mengembangkan potensi siswa. Sedangkan fungsi dari kurikulum adalah sebagai pedoman dalam melaksanakan isi dari pembelajaran di lembaga pendidikan. Di Indonesia telah terjadi berbagai perubahan kurikulum pendidikan. Hal tersebut terjadi karena adanya tuntutan zaman agar mencetak generasi yang baik di masa depan. Perubahan kurikulum yang sekarang didasarkan dengan perkembangan zaman pada abad 21.

### **3. Hakikat Pendidikan Jasmani**

#### ***a. Pengertian Pendidikan Jasmani***

Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari keseluruhan proses pendidikan, merupakan usaha yang bertujuan untuk meningkatkan kinerja manusia melalui media kegiatan fisik yang telah dipilih dengan tujuan untuk mewujudkan hasilnya (Bucher, 1983, p. 13). Pendidikan jasmani memberikan kesempatan anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, dalam aspek fisik, mental sosial, emosional dan moral (Paturusi, 2012, p. 12). Pendidikan jasmani merupakan tahap proses pendidikan total, membantu dalam mewujudkan tujuan dari pendidikan (Urs, 2011, p. 95). Pendidikan jasmani juga merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Kanca, 2017, p. 2). Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Rosdiani, 2013, p. 63). Pendidikan jasmani adalah satu-satunya mata pelajaran di sekolah di mana anak-anak memiliki kesempatan untuk belajar keterampilan motorik dan mendapatkan pengetahuan untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik (Le Masurier & Corbin, 2006, p. 50). Pendidikan jasmani juga berkaitan dengan erat dengan pendidikan olahraga sebab berhasil mensimulasikan komunitas yang ada dari olahraga, terhadap lingkungan belajar, mencakup dimensi elit, sportif, eksklusif, dan individualistis (Alexander & Luckman, 2001, p. 261).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Dengan demikian guru PJOK perlu memahami tujuan dari pendidikan jasmani agar pembelajaran gerak menjadi selaras dengan target yang dicapai.

#### ***b. Tujuan Pendidikan Jasmani***

Tujuan pendidikan jasmani diklasifikasikan menjadi tiga domain psikomotor, kognitif, dan afektif (Buck, Jable, & Floyd, 2004, p. 13; Husdarta, 2011, p. 9; Pestolesi & Baker, 1990, pp. 37–

38). Tujuan pendidikan jasmani menurut Komite Asosiasi Pendidikan Jasmani di Amerika (NASPE): (1) kesehatan fisik, (2) kesehatan mental dan efisiensi, (3) karakter moral sosial, (4) ekspresi emosi dan kontrol, (5) apresiasi (Bucher, 1983, p. 45). Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui medium aktivitas fisik yang memfokus pada pencapaian seluruh ranah tujuan belajar yang terdiri dari ranah kognitif, afektif, dan psikomotor, secara simultan dikembangkan dalam sebuah rancangan belajar yang standar (Frost, 1995, p. 33). Namun setiap negara memiliki kebijakan masing-masing dalam merumuskan pendidikan jasmani, tidak terkecuali adalah negara Republik Indonesia.

Adapun tujuan pendidikan jasmani dalam kebijakan di Indonesia adalah sebagai berikut: (1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih; (2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik; (3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; (4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan; (5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis; (6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan; (7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif (Permendiknas, 2006, p. 513). Dalam mewujudkan tujuan dari pendidikan jasmani di Indonesia tersebut, maka dikemas dalam ruang lingkup tersendiri, agar mempermudah memetakan isi dari PJOK tersebut.

Jadi setelah mengetahui tentang tujuan pendidikan jasmani maka dapat dirumuskan menjadi ruang lingkup yang perlu dipelajari oleh siswa di sekolah. Ruang lingkup pendidikan jasmani di Indonesia diatur dalam Badan Standar Nasional Pendidikan (2007, p. 2) yaitu aktivitas pendidikan jasmani terdiri dari tujuh aspek, yaitu: (1) permainan dan olahraga, (2) aktivitas pengembangan, (3) aktivitas senam, (4) aktivitas ritmik, (5) aktivitas air, (6) pendidikan luar kelas dan (7) kesehatan.

#### **4. Perubahan Kurikulum PJOK di Indonesia Menuju Abad 21**

Dalam upaya peningkatan mutu pendidikan harus dilakukan secara menyeluruh yang mencakup pengembangan dimensi manusia Indonesia seutuhnya, yakni aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, pengetahuan, keterampilan, seni, olahraga, dan perilaku (Ahmadi, 2013, p. 77). Dalam pengembangan kurikulum dari teknologi pendidikan meliputi: (1) identifikasi tujuan, (2) pengembangan pengalaman belajar, (3) evaluasi terhadap pengalaman belajar dalam pencapaian tujuan, (4) perbaikan pengalaman belajar dari hasil evaluasi (Dwiyogo, 2010, p. 10). Dengan adanya tuntutan zaman, maka dalam meningkatkan mutu pendidikan diperlukan sebuah rancangan pendidikan ke arah yang lebih baik. Rancangan tersebut merupakan kurikulum yang senantiasa mengalami perubahan dan perbaikan. Jadi tidak dipungkiri di Indonesia juga mengalami perubahan kurikulum pendidikan.

Perubahan isi dan nama dari kurikulum mengalami beberapa kali perubahan atau perbaikan sejak Indonesia merdeka. Lebih lanjut, Perbedaan antara perubahan kurikulum dan perbaikan kurikulum. Perbaikan kurikulum biasanya hanya mengenai satu atau beberapa aspek

dari kurikulum, misalnya metode mengajar, alat peraga, buku pelajaran dengan tetap menggunakan kurikulum yang berlaku. Sedangkan, perubahan kurikulum mengenai perubahan dasar-dasarnya, baik mengenai tujuan maupun alat-alat atau cara-cara untuk mencapai tujuan itu (Nasution, 2008, p. 252). Berkaitan dengan perbaikan dan perubahan kurikulum, pada kenyataannya di Indonesia telah dilaksanakan sejak tahun 1947, 1952, 1964, 1968, 1975, 1984, 1994, 2004, dan tahun 2006 (Yamin, 2013, p. 17). Bahkan, perubahan terakhir dilaksanakan pada tahun 2013 yang dikenal dengan kurikulum 2013.

Apabila diklasifikasikan dari perubahan setiap kurikulum secara umum yaitu sebagai berikut: (1) setelah Indonesia merdeka dalam pendidikan dikenal beberapa masa pemberlakuan kurikulum yaitu kurikulum sederhana (1947-1964), (2) pembaharuan kurikulum (1968-1975), (3) kurikulum berbasis keterampilan proses (1984-1994), dan (4) kurikulum berbasis kompetensi (2004-2006), (5) kurikulum dengan pendekatan saintifik kurikulum 2013 (Uhbiyati, 2008, p. 46).

Apabila perubahan kurikulum dikaitkan dengan pendidikan jasmani, maka dalam pendidikan jasmani dan olahraga dalam perspektif sejarah bangsa Indonesia berkembang tidak dalam kesendirian. Keolahragaan di Indonesia berkembang sebagai wujud transformasi pandangan bangsa dari waktu ke waktu, sejak masa sebelum kemerdekaan sampai sekarang. Perkembangan ini mengandung implikasi bagi pendidikan jasmani dan olahraga di tanah air dapat digolongkan kedalam tiga tahap sesuai dengan bangsa yang menjajahnya, yaitu (1) masa penjajahan, (2) masa kemerdekaan, (3) masa orde baru (Maksum, 2014, p. 137).

Pendidikan jasmani pada masa penjajahan, yaitu melalui pendidikan olahraga di sekolah, para siswa belajar baris-berbaris, perang-perangan dengan senapan bersangkur (tiruan) dan latihan fisik lainnya yang berat-berat termasuk gotong royong, gali lubang perlindungan, membabat lapangan terbang, mencangkul kebun (Husdarta, 2010, p. 13). Demikian pula latihan-latihan disiplin baik di sekolah maupun pada berbagai latihan yang diberikan oleh Jepang kepada kelompok-kelompok tertentu membentuk pemuda Indonesia menjadi pemuda yang mempunyai daya tahan tinggi dan siap menghadapi berbagai kesukaran. Hal inilah yang menguntungkan dan sangat membantu manakala bangsa Indonesia menghadapi Belanda, yang ingin menjajah kembali (Maksum, 2014, p. 138).

Tujuan dari Pendidikan Jasmani pada masa kemerdekaan lebih dikuatkan lagi dengan dikeluarkannya Undang-Undang Republik Indonesia nomor 4 tahun 1950, tentang Dasar-Dasar Pendidikan dan Pengajaran di sekolah-sekolah. Undang-undang tersebut berbunyi bahwa Pendidikan jasmani yang menuju kepada keselarasan antara tumbuhnya badan dan perkembangan jiwa dan merupakan suatu usaha untuk membuat bangsa Indonesia menjadi bangsa yang sehat dan kuat lahir dan batin, diberikan di segala jenis sekolah (Seba, 1990, p. 33). Cabang-cabang olahraga yang diberikan di sekolah itu terdiri dari: Senam, atletik, permainan dan renang, dengan disesuaikan pada keadaan fasilitas yang tersedia (Maksum, 2014, p. 140)

Tujuan dari pada pendidikan jasmani dalam fase masa orde baru, sesuai dengan dasarnya adalah: untuk mengambil bagian dalam pembangunan dan modernisasi bangsa dan negara dengan segala aspek-aspeknya, memelihara persatuan dan untuk mencapai cita-cita membentuk manusia Pancasila sejati berdasarkan ketentuan seperti dikehendaki oleh Pembukaan dan isi Undang-Undang Dasar 1945, yaitu: (1) Mempertinggi mental, moral, budi

pekerti, dan memperkuat keyakinan beragama; (2) Mempertinggi kecakapan dan keterampilan; dan (3) Membina/memperkembangkan fisik yang kuat dan sehat (Maksum, 2014, p. 140).

Dengan demikian diberikannya PJOK sebagai rangkaian isi kurikulum sekolah bukanlah tanpa alasan, karena kurikulum yang merupakan seperangkat pengetahuan dan keterampilan merupakan upaya sistematis untuk membekali peserta didik untuk mencapai tujuan tertentu, dalam hal ini adalah menjadi manusia yang lengkap dan utuh. Tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa pendidikan jasmani, dan tidak ada olahraga tanpa media gerak. Karena gerak sebagai aktivitas jasmani merupakan dasar alami bagi manusia untuk belajar mengenal dunia dan dirinya sendiri.

Menurut Wahyuni (2015, pp. 234–238) kurikulum abad 21 meliputi: Kurikulum 2004, Kurikulum 2006 dan Kurikulum 2013. Pada kurikulum 2004 dikenal dengan sebutan kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK). Kurikulum ini merupakan cikal bakal dikembangkannya kurikulum 2006. Dalam kurikulum 2004 ditekankan pentingnya penguasaan kompetensi oleh peserta didik. Materi pokok pendidikan jasmani adalah materi yang dipelajari oleh siswa, sebagai sarana untuk mencapai kompetensi dasar atau tujuan pembelajaran. Materi pokok pendidikan jasmani diklarifikasikan menjadi enam aspek yaitu : (1) Permainan dan olahraga, (2) aktivitas pengembangan, (3) uji diri atau senam, (4) Aktivitas ritmik, (5) akuatik (aktivitas air), dan (6) aktivitas luar sekolah (Depdiknas, 2005, p. 15).

Kurikulum 2006 lebih dikenal dengan nama Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). KTSP merupakan suatu konsep yang menawarkan otonomi kepada sekolah untuk menentukan kebijakan sekolah dalam rangka meningkatkan mutu, dan efisiensi pendidikan agar dapat memodifikasi keinginan masyarakat setempat serta menjalin kerja sama yang erat antar sekolah, masyarakat, industri, dan pemerintah dalam membentuk pribadi peserta didik (Susilo, 2007, p. 12). Hal tersebut dilakukan agar sekolah dapat leluasa mengelola sumber daya dengan mengalokasikan sesuai prioritas kebutuhan serta tanggap terhadap kebutuhan masyarakat setempat. Secara khusus tujuan ditetapkan KTSP adalah untuk: (1) Meningkatkan mutu pendidikan melalui kemandirian dan inisiatif sekolah dalam mengembangkan kurikulum, mengelola dan memberdayakan sumber daya yang tersedia, (2) Meningkatkan kepedulian warga sekolah dan masyarakat dalam mengembangkan kurikulum melalui pengambilan keputusan bersama, (3) Meningkatkan kompetisi yang sehat antar satu pendidikan tentang kualitas pendidikan yang ingin dicapai (Depdiknas, 2006, p. 9).

Unsur-unsur KTSP pendidikan jasmani meliputi berbagai komponen dasar dan penyesuaiannya mengacu pada peraturan pemerintah tentang standar kompetensi dan kompetensi dasar. Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan suatu media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai serta pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang pada tubuh anak

Pengembangan Kurikulum 2013 merupakan langkah lanjutan Pengembangan Kurikulum Berbasis Kompetensi yang telah dirintis pada tahun 2004 dan KTSP 2006 yang mencakup kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan secara terpadu. Selain itu, pengembangan kurikulum ini dipengaruhi oleh berbagai tantangan zaman, baik tantangan internal maupun

tantangan eksternal. Tujuan dari pengembangan Kurikulum 2013 dalam Permendikbud Nomor 69 Tahun 2013 tentang Kerangka Dasar Dan Struktur Kurikulum Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah, yaitu mempersiapkan manusia Indonesia agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan peradaban dunia.

Kurikulum 2013 memiliki tiga keunggulan (Mulyasa, 2014, pp. 163–164). *Pertama*, kurikulum 2013 menggunakan pendekatan yang bersifat alamiah (kontekstual), karena berangkat, berfokus, dan bermuara pada hakikat peserta didik untuk mengembangkan berbagai kompetensi sesuai dengan potensinya masing-masing. *Kedua*, kurikulum 2013 yang berbasis karakter dan kompetensi boleh jadi mendasari pengembangan kemampuan-kemampuan lainnya. Penguasaan ilmu pengetahuan dan keahlian tertentu dalam suatu pekerjaan, kemampuan memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, serta pengembangan aspek-aspek kepribadian dapat dilakukan secara optimal berdasarkan standar kompetensi tertentu. *Ketiga*, ada bidang-bidang studi atau mata pelajaran tertentu yang dalam pengembangannya lebih tepat menggunakan pendekatan kompetensi, terutama yang berkaitan dengan keterampilan.

## 5. Kurikulum Pendidikan Jasmani di Indonesia

Pada saat ini kurikulum pendidikan jasmani yang dilaksanakan di Indonesia berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Kurikulum 2013. KTSP diberlakukan pada tahun pelajaran 2006/2007, sedangkan kurikulum 2013 diimplementasikan secara bertahap mulai tahun pelajaran 2013/2014. Pada tahun pelajaran 2020/2021 nanti diharapkan sekolah-sekolah di Indonesia harus mengimplementasikan kurikulum 2013 secara serentak. Hal tersebut berdasarkan Permendikbud Nomor 160 Tahun 2014 tentang Pemberlakuan Kurikulum Tahun 2006 Dan Kurikulum 2013 pasal 4, yaitu berisikan batas operasi KTSP paling lama tahun pelajaran 2019/2020. Hal tersebut tentunya juga berpengaruh ke dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di masa mendatang di Indonesia ini.

Dalam kurikulum nasional pendidikan jasmani merupakan untuk semua anak dan tujuan pendidikan jasmani yaitu untuk mempromosikan kebugaran umum daripada melatih kejuaraan olimpiade atau untuk memperbaiki kesulitan motorik atau kecacatan (McKinlay, 1993, p. 430). Dalam pendidikan jasmani kerangka kurikulum, proses, tujuan didasarkan pada dua asumsi utama, yaitu: (1) pendidikan jasmani terutama berkaitan dengan individu yang bergerak dalam interaksi dengan lingkungan, dan (2) setiap individu dapat mencari makna pribadi melalui kombinasi tujuan pergerakan potensial (Jewett, 1980, p. 165). Komponen utama dari teori tersebut adalah konsep, tujuan utama, dan sistem proses pergerakan. Pendidikan dalam pendidikan jasmani fokus pertama dan utama pada pembelajaran siswa, dengan ruang lingkup kurikulum yaitu: (1) menekankan pembelajaran berbagai aktivitas fisik yang perlu dipelajari siswa agar aktif secara fisik, (2) keinginan belajar karena kegiatan tersebut menghasilkan peluang dalam olahraga kompetitif dan rekreasi, (3) menikmati belajar karena kegiatan itu bermakna dan relevan dalam kehidupan mereka (Ennis, 2011, p. 6). Dengan demikian dasar perubahan kurikulum pendidikan jasmani harus disesuaikan dengan target yang diharapkan di masa depan.

Jika terjadi perubahan kurikulum baru dalam PJOK hendaknya perlu adanya dukungan bagi para guru, sehingga adanya kerangka kerja yang jelas dan rasional untuk dapat memandu terjemahan praktis dari tujuan kurikulum baru, agar reformasi dilaksanakan dengan sepenuhnya dan berhasil (Jin, 2013, p. 26). Untuk reformasi pendidikan yang bertujuan meningkatkan pengalaman siswa di sekolah, khususnya area pembelajaran PJOK perlu diadakan perubahan kurikulum, evaluasi, dan dukungan spesialis kurikulum yang terus berlanjut, periset, dan praktisi (Lynch, 2014, p. 521). Selain itu untuk kelancaran pelaksanaan kurikulum baru, guru membutuhkan dukungan dari dalam sekolah, serta dewan sekolah dan pemerintah provinsi, serta perbaikan adalah proses dua arah bilateral, yaitu sekolah perlu melibatkan lingkungan luar, dan guru harus secara konstruktif mengomunikasikan kebutuhan mereka, sambil memahami dan mengakomodasi keterbatasan (Fraser-Thomas & Beaudoin, 2002, p. 264). Selanjutnya perlu adanya partisipasi langsung dan workshop pembelajaran profesional bagi guru untuk meningkatkan pendidikan jasmani dalam kurikulum. Selain itu perlu kesempatan belajar profesional yang lebih lama dan meningkat sehingga dapat berdampak dalam praktik pemeliharaan dan pengembangan program aktivitas fisik untuk anak (McLachlan et al., 2017, p. 226).

Perubahan kurikulum yang paling signifikan yang bisa dilakukan oleh guru PJOK adalah memastikan bahwa siswa benar-benar belajar bermakna. Jadi hasil keterampilan motorik berasal dari makna pribadi dalam gerakan serta tidak hanya penguasaan keterampilan dasar dan kesempatan melakukan gerakan yang berbeda, tetapi juga orientasi pembelajaran terhadap banyak cara di mana gerakan manusia dapat menjadi melekat, secara pribadi, dan bermakna (Jewett, 1989, p. 46). Dalam pembelajaran PJOK yang efektif berdasarkan standar kurikulum yang baru (Yang, 2013, p. 582) adalah: (1) memanfaatkan sepenuhnya lokal sumber daya pada situasi aktual sekolah untuk memberikan pengajaran yang ditargetkan; (2) melakukan metode pengajaran yang baru dan tanpa meninggalkan tradisional; (3) mengenali konten yang benar-benar efektif serta meninggalkan konten yang tidak berguna, sehingga siswa menguasai sebanyak mungkin informasi yang bermanfaat dengan efektif; (4) memperlakukan berbeda pada siswa yang berbeda, dan memberikan pengajaran yang berbeda siswa tingkat yang berbeda, untuk memastikan bahwa siswa mendapatkan banyak latihan di kurikulum pendidikan jasmani; (5) membuat terobosan pada inovasi.

Dengan demikian dengan adanya perubahan kurikulum di Indonesia khususnya dari KTSP menjadi kurikulum 2013 juga berdampak pada mata pelajaran PJOK. Di sini guru harus memahami apa yang diinginkan dalam kurikulum baru tersebut. Sehingga pelatihan atau workshop dapat menjadi alternatif dalam upaya meningkatkan profesional guru PJOK ke arah kurikulum 2013. Jika dilihat dari perubahan pola pikir dalam kurikulum 2013, peran PJOK dalam kurikulum 2013 selaras dengan abad 21, yaitu untuk mengembangkan kompetensi sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

## **6. Peran Kurikulum PJOK dalam Abad 21**

Kurikulum abad 21 harus dapat mempersiapkan siswa dalam dunia masa depan, baik membentuk pola pikir, keterampilan, dan karakter yang baik. Hal tersebut dapat diraih salah satunya dengan pendidikan jasmani. Peran kurikulum pendidikan jasmani memiliki dasar yang kuat di sekolah-sekolah, sebab merupakan salah satu tujuan paling sentral dari pendidikan

yaitu pengembangan holistik siswa. Dengan demikian, pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan akademis yang membantu bangsa untuk mencapai tujuan dari abad ke 21 (Yli-Piipari, 2014, p. 479). Kurikulum pendidikan jasmani di sekolah memberikan pengajaran dalam bentuk olahraga tradisional seperti sepak bola, bulutangkis, bola basket, tenis, atletik dan olahraga air. Selain itu, siswa menerima kelas teori yang berkaitan dengan PJOK yang mencakup konsep kesehatan dan kebugaran, psikologi olahraga, biomekanik, nutrisi dan metode latihan (Johns, 2003, p. 353). Selain itu karya siswa seperti proyek maupun portofolio perlu didokumentasikan dalam pembelajaran PJOK, sebab diperlukan sebagai penilaian autentik keterampilan belajar siswa (Mustafa, Winarno, & Supriyadi, 2019, p. 1376). Dengan demikian peran kurikulum PJOK yang berkualitas juga menentukan keberhasilan siswa dalam menyongsong karier di masa depan khususnya abad 21. Oleh sebab itu perlu kajian yang mendalam dalam penyusunan kualitas kurikulum pendidikan jasmani.

Kurikulum pendidikan jasmani memiliki tiga kualitas dasar (Eich, 2013, p. 9), antara lain: (1) Program pendidikan jasmani perlu menyenangkan sehingga menjadi efektif, (2) Kurikulum harus ketat, yaitu tidak hanya berolahraga untuk bersenang-senang; perlu memberi siswa banyak keterampilan guna untuk membentuk kualitas kehidupan mereka mendatang, (3) Kurikulum perlu membantu menciptakan penilaian kesehatan, kebugaran, dan aktivitas fisik yang baik untuk kelas selanjutnya dan memasuki akhir masa anak-anak. Dalam kurikulum PJOK kontemporer pada K-12 tujuan program pendidikan jasmani dideskripsikan sebagai rekreasi, orientasi kesehatan masyarakat, dan pendidikan (Ennis, 2013, p. 154). Isi kurikulum pendidikan jasmani yang lebih seimbang, termasuk penekanan pada tujuan kesehatan dengan penurunan obesitas anak-anak, sehingga berdampak positif pada komposisi tubuhnya. Akibatnya Tujuan utama dari pendidikan jasmani, yaitu peningkatan kardiovaskular, keterampilan dan kebugaran neuromotor melalui aktivitas fisik yang kuat, tetapi beberapa lebih menekankan harus diletakkan juga pada promosi perilaku kesehatan (Starc & Strel, 2012, p. 5). Program pendidikan jasmani yang efektif membantu siswa untuk memahami dan menghargai nilai yang baik sebagai sarana untuk mencapai produktivitas terbesar mereka, efektivitas dan kesenangan (Urs, 2011, p. 95). Intisari dari kualitas kurikulum PJOK yang baik adalah untuk mencapai siswa sehat, memiliki keterampilan, dan dilakukan dengan penuh kesenangan. Dalam mewujudkan kurikulum PJOK abad 21 maka diperlukan model pembelajaran yang tepat.

Dalam penggunaan model pendidikan olahraga dari organisasi kurikuler sangat positif, pendidikan olahraga adalah model kurikulum dan pedagogi yang didukung secara teoretis dan empiris untuk sekolah kontemporer pada pendidikan jasmani (Alexander & Luckman, 2001, p. 262). Pendidikan olahraga yang dimaksud yaitu mengadopsi kegiatan olahraga yang dimodifikasi untuk pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu selama pelaksanaan kurikulum yang inovatif, guru pendidikan jasmani, baik yang berpengalaman atau pemula, perlu belajar dan berlatih pengetahuan pedagogis baru untuk memuat perubahan terkait dengan inovasi kurikuler serta berkesempatan untuk menyegarkan pengetahuan mereka (Zhu, Ennis, & Chen, 2011, pp. 96–97).

Jadi peran kurikulum PJOK dalam abad 21 ini adalah membentuk siswa agar mampu bersaing di masa depan khususnya dengan karier mereka. Sebab dengan penyusunan kurikulum PJOK yang baik, maka dapat menjadikan siswa sehat dan bugar sehingga menunjang

untuk berpikir kritis, mengembangkan keterampilan, dan memiliki sikap positif. Dengan demikian apabila siswa menjadi sehat dan bugar sesuai dengan perkembangan secara keseluruhan (kognitif, psikomotor, afektif), maka dapat meraih kesuksesan sesuai dengan keinginan mereka di abad 21.

### C. Simpulan dan Saran

Berdasarkan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa peran kurikulum PJOK sangat penting. Hal tersebut terbukti bahwa pada abad 21 diperlukan empat kompetensi meliputi: (1) pemikiran kritis dan pemecahan masalah; (2) komunikasi, (3) kolaborasi, dan (4) kreativitas dan inovasi. Salah satu upaya dalam mewujudkan kompetensi tersebut dapat disumbang dengan kehadiran perancangan PJOK yang baik di masa sekolah. Sebab pada dasarnya PJOK tidak hanya semata-mata terfokus pada kebugaran fisik dan keterampilan motorik, namun juga dapat menunjang kemampuan kognitif di bidang akademik. Selain itu makna yang terkandung dalam PJOK adalah penanaman nilai-nilai luhur yang diadopsi dari olahraga, seperti: sportif, kerja sama, percaya diri, tanggung jawab, dan kepemimpinan.

Saran mengenai implementasi kurikulum PJOK di abad 21 yaitu hendaknya perlu sosialisasi yang intensif agar persepsi guru dapat mengetahui dengan jelas tujuan yang diinginkan kurikulum khususnya kurikulum 2013. Selanjutnya isi dari kurikulum PJOK hendaknya diselaraskan dengan konsep dan dasar-dasar pendidikan jasmani, mulai dari segi waktu, sumber daya, konten, hingga penilaian. Kemudian guru PJOK hendaknya aktif dalam melakukan riset dan mengikuti pelatihan tentang inovasi pelaksanaan kurikulum pendidikan jasmani dan tidak kaku dengan pola-pola tradisional dalam pembelajaran. Abad 21 merupakan tantangan tersendiri bagi guru PJOK dimana teknologi digital mendominasi sehingga anak-anak cenderung malas untuk bergerak yang kemudian berakibat obesitas atau penyakit degeneratif. Hal tersebut merupakan tantangan sekaligus peluang untuk mengembangkan proses pembelajaran PJOK menjadi lebih mudah dan menyenangkan yang dilakukan oleh guru.

### Ucapan Terima Kasih

Diucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan artikel ini, terutama kepada dosen pengampu mata kuliah perencanaan dan pengembangan kurikulum pendidikan olahraga pada program studi S2 pendidikan olahraga di Universitas Negeri Malang yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan artikel ini.

### Daftar Pustaka

- Abdullah, S., & Hendon, S. (2016). Transforming Science Teaching Environment for the 21st Century Primary School Pupil. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 4(4), 68–76.
- Ahmadi. (2013). *Manajemen Kurikulum: Pendidikan Kecakapan Hidup*. Yogyakarta: Pustaka Ifada.
- Alexander, K., & Luckman, J. (2001). Australian Teachers Perceptions and Uses of the Sport Education Curriculum Model. *European Physical Education Review*, 7(3), 243–267. <https://doi.org/10.1177/1356336X010073002>
- Alismail, H. A., & McGuire, P. (2015). 21st Century Standards and Curriculum: Current Research and Practice. *Journal of Education and Practice*, 6(6), 150–154.
- Arifin, Z. (2013). *Konsep dan Model Pengembangan Kurikulum*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Ataizi, M., & Donmez, M. (2014). Book Review: 21st Century Skills - Learning for Life in Our Times. *Contemporary Educational Technology*, 5(3), 272–274.

- Badan Standar Nasional Pendidikan. (2007). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan.
- Boonjeam, W., Tesaputa, K., & Ampai, A. S. (2017). Program Development for Primary School Teachers' Critical Thinking. *International Education Studies*, 10(2), 131–138.
- Boyaci, S. D. B., & Atalay, N. (2016). A Scale Development for 21st Century Skills of Primary School Students: A Validity and Reliability Study. *International Journal of Instruction*, 9(1), 133–148.
- BSNP. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pub. L. No. 20 (2016). Indonesia.
- Bucher, C. A. (1983). *Foundations of Physical Education & Sport*. St Louis: The C.V. Mosby Company.
- Buck, M. M., Jable, J. T., & Floyd, P. A. (2004). *Introduction to Career in Health, Physical Education, and Sport*. Wadsworth: Thomson Learning.
- Chandler, T., Cronin, M., & Vamplew, W. (2002). *Sport and Physical Education: The Key Concepts*. Abingdon, UK: Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203467145>
- Darling-Hammond, L. (2006). Constructing 21st-Century Teacher Education. *Journal of Teacher Education*, 57(3), 300–314. <https://doi.org/10.1177/0022487105285962>
- Depdiknas. (2005). *Panduan Pengembangan Model Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Direktorat PPTK dan KPT Dirjen Dikti.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Dwiyo, W. D. (2010). *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Eich, P. (2013). CrossFit Kids as a Physical-Education Curriculum: A Pedagogical Perspective. *The CrossFit Journal*, 1–14.
- 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>
- Ennis, C. D. (2013). Implications of exergaming for the physical education curriculum in the 21st century. *Journal of Sport and Health Science*, 2(3), 152–157. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2013.02.004>
- Fraser-Thomas, J. L., & Beaudoin, C. (2002). Implementing a Physical Education Curriculum: Two Teachers' Experiences. *Canadian Journal of Education / Revue Canadienne de l'éducation*, 27(2/3), 249. <https://doi.org/10.2307/1602223>
- Frost, R. B. (1995). *Physical Education: Foundations, Practices and Principles*. Reading: Addison Wesley Publishing Company.
- Hamalik, O. (2007). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Hamalik, O. (2011). *Dasar-Dasar Pengembangan Kurikulum*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Husdarta, J. S. (2010). *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Husdarta, J. S. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. (Riduan, Ed.). Bandung: PT. Alfabeta.
- Jacobson-Lundeberg, V. (2016). Pedagogical Implementation of 21st Century Skills. *Educational Leadership and Administration: Teaching and Program Development*, 27(1), 82–100.
- Jewett, A. E. (1980). The Status of Physical Education Curriculum Theory. *Quest*, 32(2), 163–173. <https://doi.org/10.1080/00336297.1980.10483708>
- Jewett, A. E. (1989). Curriculum Theory in Physical Education. *International Review of Education*, 35(1), 35–49. <https://doi.org/10.1007/BF00597682>
- Jin, A. (2013). Physical education curriculum reform in China: a perspective from physical education teachers. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 18(1), 15–27. <https://doi.org/10.1080/17408989.2011.623231>
- Johns, D. P. (2003). Changing the Hong Kong Physical Education Curriculum: A Post-Structural Case Study. *Journal of Educational Change*, 4(4), 345–368. <https://doi.org/10.1023/B:JEDU.000006055.01460.eb>
- Kanca, I. N. (2017). Pengembangan Profesionalisme Guru Penjasorkes. In *Seminar Nasional Profesionalisme Tenaga Profesi PJOK, Pendidikan Olahraga Pascasarjana UM* (pp. 1–14). <https://doi.org/10.1007/s10531-008-9459-4>
- Le Masurier, G., & Corbin, C. B. (2006). Top 10 Reasons for Quality Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 77(6), 44–53. <https://doi.org/10.1080/07303084.2006.10597894>
- Lynch, T. (2014). Australian curriculum reform II. *European Physical Education Review*, 20(4), 508–524. <https://doi.org/10.1177/1356336X14535166>

- Maksum, H. (2014). Perbandingan Pendidikan Jasmani di Indonesia dan Belanda. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 3(2), 131–145.
- Martinek, T., & Hellison, D. (2009). *Youth Leadership in Sport and Physical Education*. New York: Palgrave Macmillan.
- McKinlay, I. A. (1993). Physical Education and the National Curriculum. *Archives of Disease in Childhood*, 68(3), 428–431.
- McLachlan, C., Smith, J., McLaughlin, T., Ali, A., Conlon, C., Mugridge, O., & Foster, S. (2017). Development of Teachers' Knowledge and Skills in Implementing a Physical Education Curriculum: A New Zealand Early Childhood Intervention Study. *International Journal of Early Childhood*, 49(2), 211–228. <https://doi.org/10.1007/s13158-017-0190-8>
- Moran, K., & Bodenhorn, N. (2015). Elementary School Counselors' Collaboration With Community Mental Health Providers. *Journal of School Counseling*, 13(4), 1–35.
- Mulyasa. (2014). *Pengembangan Dan Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Supriyadi. (2019). Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Malang. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(10), 1364–1379.
- Nasution, S. (2006). *Kurikulum dan Pengajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nasution, S. (2008). *Asas-asas Kurikulum*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Paige, J. (2009). The 21st Century Skills Movement. *Educational Leadership*, 9(67), 11. <https://doi.org/http://www.ascd.org/publications/educational-leadership/sept09/vol67/num01/The-21st-Century-Skills-Movement.aspx>
- Partnership for 21st Century Skills. (2006). *Framework For 21st Century Learning*.
- Partnership for 21st Century Skills. (2008). *21st Century Curriculum and Instruction*.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permendikbud. Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 69 Tahun 2013 Tentang Kerangka Dasar Dan Struktur Kurikulum Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (2013).
- Permendikbud. Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 160 Tahun 2014 Tentang Pemberlakuan Kurikulum Tahun 2006 Dan Kurikulum 2013 (2014).
- Permendiknas. Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah (2006).
- Pestolesi, R. A., & Baker, C. (1990). *Introduction to Physical Education A Contemporary Careers Approach*. Glenview, Illinois: Scott, Foresman and Company.
- Rosdiani, D. (2013). *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Rotherham, A. J., & Willingham, D. (2009). 21st Century Skills: The Challenges Ahead. *Educational Leadership*, 67(1), 16–21.
- Sani, R. A. (2014). *Pembelajaran Sainifik untuk Implementasi Kurikulum 2013*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Seba. (1990). *Sejarah dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Bandung: Diktat IKIP Bandung.
- Soderstrom, T., From, J., Lovqvist, J., & Tornquist, A. (2011). The Transition from Distance to Online Education: Perspectives from the Educational Management Horizon. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*, 1, 1–9.
- Soedijarto, Thamrin, Karyadi, B., Siskandar, & Sumiyati. (2010). *Sejarah Pusat Kurikulum*. Jakarta: Pusat Kurikulum Badan Penelitian Dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Starc, G., & Strel, J. (2012). Influence of the Quality Implementation of A Physical Education Curriculum on the Physical Development and Physical Fitness of Children. *BMC Public Health*, 12(1), 61. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-61>
- Sukmadinata, N. S. (2009). *Pengembangan Kurikulum*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susilo, M. J. (2007). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Manajemen. Pelaksanaan dan Kesiapan Sekolah Menyongsongnya*. Yogyakarta: Pustaka. Pelajar.
- Tösten, R., Han, B., & Anik, S. (2017). The Impact of Parental Attitudes on Problem Solving Skills in High School Students. *Universal Journal of Educational Research*, 5(1), 170–174.
- Trnova, E. (2014). IBSE and Creativity Development. *Science Education International*, 25(1), 8–18.
- Uhbiyati, N. (2008). *Ilmu Pendidikan Islam (IPI)*. Bandung: Pustaka Setia.
- UNESCO. (2017). *Education for Sustainable Development Goals Learning Objectives*. Paris: United

Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization.

Urs, S. R. (2011). An Academic Approach to Physical Education. *International Journal of Health , Physical Education and Computer Science in Sports*.

Wahyuni, F. (2015). Kurikulum dari Masa Ke Masa. *Al-Adabiya*, 10(2), 231–242.

Whitehead, J., Telfer, H., & Lambert, J. (2013). *Values in Youth Sport and Physical Education*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203114155>

Winarno, M. E. (2012). *Pengembangan Karakter Bangsa melalui Pendidikan Jasmani & Rohani*. Malang.

Yamin, M. (2013). *Panduan Manajemen Mutu Kurikulum Pendidikan (Panduan Lengkap Tata Kelola Kurikulum Efektif)*. Yogyakarta: DIVA Press.

Yang, X. (2013). Researches of Effective Teaching in Physical Education Under New Curriculum Standards (pp. 575–582). [https://doi.org/10.1007/978-1-4471-4796-1\\_74](https://doi.org/10.1007/978-1-4471-4796-1_74)

Yli-Piipari, S. (2014). Physical Education Curriculum Reform in Finland. *Quest*, 66(4), 468–484. <https://doi.org/10.1080/00336297.2014.948688>

Zhu, X., Ennis, C. D., & Chen, A. (2011). Implementation challenges for a constructivist physical education curriculum. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 16(1), 83–99. <https://doi.org/10.1080/17408981003712802>