

Analisis Tantangan dan Peluang Pendidikan Jasmani Dalam Implementasi Kurikulum Sekolah Dasar: *Systematic Literature Review*

Dita Cahya Puspitaningrum¹

¹ Universitas Negeri Semarang

ditac16@students.unnes.ac.id

Abstract: The purpose of this study is to examine the challenges and opportunities associated with incorporating physical education into the basic education curriculum. The research identifies both the obstacles and advantages of integrating physical education within the elementary school curriculum. The methodology involves a thorough literature review of sources relevant to the integration of physical education in basic education. The data was analyzed qualitatively to uncover key patterns, trends, and findings related to these integration challenges and opportunities. The results indicate that integrating physical education into the basic education curriculum presents several challenges, including limited instructional time, the prioritization of academic subjects, and potentially insufficient teacher qualifications. However, there are significant opportunities, such as enhancing student health, developing social skills, and improving academic performance through effective integration. To overcome these challenges and maximize the benefits of integrating physical education, a well-structured strategy and strong commitment from all stakeholders are essential.

Keywords: *challenges and opportunities, curriculum, physical education,*

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi tantangan dan peluang yang terkait dengan integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berbagai hambatan serta keuntungan yang muncul dari penerapan pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis literatur dengan pendekatan yang mendalam terhadap berbagai sumber yang relevan mengenai topik integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar. Data yang diperoleh dianalisis secara kualitatif untuk menemukan pola, tren, serta temuan utama terkait tantangan dan peluang integrasi tersebut. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa meskipun terdapat beberapa tantangan, seperti keterbatasan waktu pembelajaran, dominasi mata pelajaran akademik, dan kualifikasi guru yang belum memadai, terdapat pula peluang besar yang dapat diperoleh, di antaranya peningkatan kesehatan siswa, pengembangan keterampilan sosial, dan perbaikan kinerja akademik melalui integrasi yang tepat. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi yang terencana dengan baik serta komitmen yang kuat dari semua pihak terkait untuk mengatasi tantangan-tantangan tersebut dan mengoptimalkan potensi integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar.

Kata kunci: Tantangan dan peluang, kurikulum, Pendidikan jasmani,

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses pembinaan manusia yang berlangsung sepanjang hayat. Salah satunya pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk secara langsung terlibat dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang dirancang secara sistematis sehingga akan membantu mengembangkan kemampuan motorik anak (Siregar et al., 2024). Samsudin (2008:2) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah 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. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Di Indonesia, sistem pendidikan menghadapi berbagai tantangan dan peluang yang kompleks dalam upaya meningkatkan kualitasnya (Faridli et al., 2024). Tantangan utama yang dihadapi meliputi ketidakmerataan akses pendidikan, kualitas tenaga pendidik yang beragam, keterbatasan sarana pendidikan di wilayah terpencil, serta adanya disparitas antara pendidikan di kawasan perkotaan dan pedesaan. Ketidakmerataan ini menciptakan kesenjangan dalam peluang belajar dan pengembangan potensi peserta didik, terutama bagi anak-anak di daerah terpencil yang seringkali menghadapi hambatan dalam mengakses pendidikan berkualitas. Akibatnya, kesenjangan tersebut turut memperbesar perbedaan sosial dan ekonomi dalam masyarakat.

Salah satu tantangan signifikan lainnya adalah kualitas guru. Walaupun terdapat banyak guru yang memiliki dedikasi dan kompetensi tinggi, masih ditemukan kendala terkait minimnya pelatihan dan pengembangan profesional, standar pengajaran yang tidak seragam, serta tingkat kesejahteraan guru yang kurang memadai sehingga memengaruhi motivasi mereka dalam memberikan yang terbaik (Khafiah & Thenaya, n.d.). Di samping itu, disparitas fasilitas pendidikan antara daerah perkotaan dan pedesaan juga menjadi hambatan besar. Kurangnya infrastruktur seperti perpustakaan, laboratorium, serta fasilitas olahraga di daerah pedesaan membatasi pengalaman belajar siswa dan menghambat terciptanya lingkungan pendidikan yang setara bagi semua. Keberhasilan setiap kebijakan pendidikan atau efektivitas sistem pendidikan sangat dipengaruhi oleh peran guru, mengingat guru adalah pihak yang secara langsung terlibat dalam proses pengajaran kepada siswa di kelas (Astini, 2022). Sebagai pendidik yang berinteraksi langsung dengan siswa, guru harus memiliki pemahaman yang mendalam tentang tugas dan tanggung jawab mereka serta keterampilan yang diperlukan untuk melaksanakannya. Oleh karena itu, guru perlu mampu menghadapi berbagai tantangan dan kebutuhan siswa, serta memastikan bahwa proses pendidikan dapat mendukung pengembangan individu yang kompeten, sembari tetap menjunjung tinggi martabat manusia dan nilai kemanusiaan (Muslimin & Fatimah, 2024)

Dalam menghadapi berbagai tantangan, terdapat peluang yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia. Salah satu peluang tersebut adalah

peningkatan investasi dalam sektor pendidikan, baik dari pemerintah maupun pihak swasta. Dengan dukungan investasi yang memadai, sistem pendidikan dapat mengalami pembaruan dan pengembangan untuk memenuhi kebutuhan di masa depan. Selain itu, reformasi kurikulum menjadi peluang strategis yang signifikan, di mana kurikulum yang selaras dengan tuntutan pasar kerja dan kebutuhan siswa dapat menciptakan lulusan yang kompetitif di era globalisasi (Nugraha, 2022). Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi juga membuka peluang besar dalam transformasi pendidikan. Kemajuan teknologi memungkinkan penerapan pendidikan jarak jauh, pembelajaran berbasis daring, serta pengembangan platform pembelajaran inovatif (Suharyo et al., n.d.). Dengan demikian, akses pendidikan dapat diperluas secara lebih efisien, khususnya di wilayah terpencil yang sulit dijangkau oleh sistem pendidikan konvensional.

Integrasi pendidikan vokasional juga menjadi salah satu peluang penting bagi sistem pendidikan di Indonesia. Dengan menghubungkan dunia pendidikan dengan kebutuhan dunia kerja, siswa dapat memperoleh keterampilan praktis yang relevan dengan industri, sehingga mereka lebih siap memasuki pasar kerja (Rijal, 2024). Melalui optimalisasi sumber daya manusia yang terampil dan berpendidikan, Indonesia berpotensi menghadapi tantangan global serta meningkatkan daya saing ekonomi di tingkat internasional. Indonesia memiliki potensi untuk membangun sistem pendidikan yang inklusif, berkualitas, dan sesuai dengan kebutuhan zaman dengan mengatasi tantangan seperti akses pendidikan, kualitas guru, dan fasilitas pembelajaran, serta mengoptimalkan peluang dalam investasi, reformasi kurikulum, pemanfaatan teknologi, dan integrasi pendidikan vokasional. Untuk mewujudkan visi tersebut, diperlukan kolaborasi yang sinergis antara pemerintah, lembaga pendidikan, masyarakat, dan sektor swasta dalam merumuskan solusi yang holistik dan berkelanjutan. Hal ini bertujuan untuk memajukan sistem pendidikan nasional serta melahirkan generasi penerus yang unggul dan kompetitif di era globalisasi (Hasyim, 2024).

Pendidikan jasmani di Indonesia menghadapi berbagai tantangan yang perlu diatasi, sekaligus memanfaatkan peluang untuk meningkatkan kualitas pendidikan jasmani secara komprehensif (Wijaya, 2022). Salah satu tantangan utama yang dihadapi adalah rendahnya prioritas pendidikan jasmani dalam sistem pendidikan, di mana mata pelajaran ini sering dipandang sebagai pelengkap atau kurang mendapatkan perhatian dibandingkan mata pelajaran lainnya. Kondisi ini berdampak pada terbatasnya waktu yang dialokasikan untuk pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah, sehingga mengurangi fokus pada aspek kesehatan dan kebugaran siswa (Branquinho et al., 2024). Selain itu, kualitas pelatihan pendidikan jasmani juga merupakan tantangan penting. Meskipun ada guru yang kompeten, masih terdapat kesenjangan pengetahuan dan keterampilan antar guru jasmani, yang dapat mempengaruhi efektivitas proses pembelajaran.

Faktor lain yang turut menghambat adalah terbatasnya fasilitas olahraga di sebagian besar sekolah, yang menjadi kendala bagi pelaksanaan pembelajaran jasmani yang efektif. Keterbatasan akses terhadap sarana olahraga yang memadai dapat menghalangi pengembangan keterampilan fisik dan kesehatan siswa. Ketidakseimbangan antara pendidikan jasmani dan pendidikan akademis merupakan salah satu tantangan yang perlu diatasi (Adilla et al., 2024). Seringkali, pendidikan jasmani dianggap terpisah dari inti kurikulum akademis, meskipun peranannya dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial

siswa sangatlah penting. Kurangnya pengakuan terhadap manfaat pendidikan jasmani dalam membentuk karakter, kesehatan, dan kedisiplinan siswa dapat menghambat integrasi yang efektif dalam kurikulum pendidikan. Namun, di tengah tantangan ini, terdapat peluang penting yang dapat dimanfaatkan untuk memperkuat pendidikan jasmani di Indonesia. Salah satunya adalah dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pendidikan jasmani dalam mendukung perkembangan siswa secara holistik. Diharapkan, dengan pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat olahraga dan aktivitas fisik bagi kesehatan serta perkembangan anak, akan timbul peningkatan dukungan terhadap integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah.

Pemanfaatan teknologi memiliki potensi besar dalam mendorong transformasi pendidikan jasmani. Penggunaan aplikasi dan perangkat lunak yang dirancang khusus dapat membantu dalam pemantauan aktivitas fisik siswa, memberikan panduan latihan yang disesuaikan, serta mendukung pembelajaran jarak jauh atau mandiri dalam pendidikan jasmani. Selain itu, teknologi juga dapat digunakan untuk mengembangkan program olahraga yang inovatif dan menarik bagi siswa. Namun, integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar menghadapi sejumlah tantangan yang perlu diatasi agar pelaksanaannya efektif. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan waktu pembelajaran, di mana dalam kurikulum yang padat, pendidikan jasmani seringkali terabaikan karena prioritas diberikan pada mata pelajaran akademis lainnya. Akibatnya, waktu yang tersedia untuk kegiatan fisik yang esensial bagi perkembangan fisik dan kesehatan siswa menjadi terbatas.

Tantangan lainnya yang perlu diperhatikan adalah terkait dengan kualifikasi guru yang mungkin belum memadai. Guru pendidikan jasmani harus memiliki pengetahuan dan keterampilan yang sesuai untuk mengajar dengan efektif, termasuk dalam merancang dan melaksanakan program pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan siswa di tingkat sekolah dasar. Keterbatasan dalam pelatihan yang memadai bagi guru pendidikan jasmani dapat menghambat integrasi pendidikan jasmani yang holistik dan berkelanjutan dalam kurikulum sekolah dasar. Selain itu, tantangan terkait fasilitas juga menjadi hal yang penting untuk diperhatikan. Fasilitas olahraga yang memadai, seperti lapangan, alat olahraga, dan ruang ganti yang bersih serta aman, sangat diperlukan untuk mendukung pembelajaran jasmani yang efektif. Kekurangan fasilitas tersebut dapat membatasi pengalaman belajar siswa dan menghambat pencapaian tujuan pembelajaran jasmani dalam kurikulum sekolah dasar. Dengan mengatasi tantangan-tantangan tersebut, integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar dapat memberikan manfaat yang optimal untuk perkembangan holistik siswa.

METODE

Artikel ini disusun dengan menggunakan metode literature review. Kajian literatur adalah satu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal, dan terbitan terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menghasilkan satu tulisan berkenaan dengan satu topik atau isu tertentu. Mencari, memilih, menimbang, dan membaca literatur adalah pekerjaan pertama dalam proyek penelitian apa pun juga (Forina & Johanda, 2024). Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan fokus pada analisis data deskriptif dari berbagai teks tertulis. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini lebih bertumpu

pada literatur dan penelitian kepustakaan. Peneliti membaca, memahami, dan menganalisis sumber-sumber tulisan yang relevan dengan permasalahan yang diteliti.

Data dikumpulkan melalui pencarian dari berbagai sumber, seperti skripsi, tesis, disertasi, artikel ilmiah, dan e-book yang dapat diakses secara elektronik dan melalui internet. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang relevan dengan variabel penelitian di Google Scholar. Jurnal yang digunakan dipilih berdasarkan kesesuaiannya dengan kata kunci yang telah ditetapkan. Setelah pencarian selesai, peneliti mengidentifikasi beberapa jurnal dan buku referensi yang kemudian dianalisis, diringkas, dan dikelompokkan untuk menghasilkan ide-ide baru atau konsep yang berkaitan dengan topik penelitian.

Dalam penelitian ini, data dianalisis secara verbal dan deskriptif tanpa penerapan teknik statistik. Pendekatan kualitatif memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengungkapkan dan menggambarkan masalah yang sedang diteliti melalui penyajian data dalam bentuk narasi dan deskripsi. Temuan dari penelitian ini memberikan wawasan dan pemahaman yang mendalam mengenai topik yang diteliti, yang diperoleh melalui analisis dan sintesis dari teks-teks tertulis yang relevan.

1. **Penentuan Ruang Lingkup Penelitian:** Penelitian dimulai dengan menetapkan ruang lingkup yang jelas mengenai strategi pengembangan kompetensi dosen dalam menghadapi tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani pada kurikulum sekolah dasar. Pemilihan topik-topik yang relevan dan signifikan akan memastikan penelitian ini tetap fokus dan terarah.
2. **Identifikasi Sumber Literatur:** Peneliti akan mengidentifikasi sumber literatur yang relevan dan berkualitas tinggi yang berkaitan dengan tantangan serta peluang integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar. Sumber literatur tersebut bisa berupa artikel jurnal, buku, prosiding konferensi, dan dokumen pendidikan resmi.
3. **Pemilihan Kriteria Inklusi dan Eksklusi:** Proses penelitian ini melibatkan penetapan kriteria inklusi dan eksklusi yang bertujuan untuk memastikan bahwa literatur yang dikumpulkan sesuai dan mendukung ruang lingkup penelitian. Kriteria ini bisa mencakup aspek-aspek seperti tahun publikasi, relevansi topik, serta kualitas sumber literatur.
4. **Review Literatur:** Peneliti akan melakukan kajian literatur secara mendalam untuk memahami beragam pandangan dan temuan terkait dengan strategi pengembangan kompetensi dosen. Pemahaman yang mendalam terhadap konsep-konsep utama dan temuan terkini akan membentuk dasar yang kuat bagi penelitian ini.
5. **Analisis Data Literatur:** Analisis data literatur dilakukan secara sistematis untuk mengidentifikasi tren, perbedaan, serta kesamaan yang terdapat dalam berbagai literatur yang ditinjau. Pemahaman terhadap kerangka konseptual dan aspek-aspek penting dari literatur tersebut akan memberikan wawasan yang lebih mendalam.
6. **Sintesis Temuan:** Temuan-temuan dari literatur yang telah dikaji akan disintesis untuk menghasilkan pemahaman yang menyeluruh dan komprehensif

mengenai tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar. Berdasarkan sintesis ini, kesimpulan dan rekomendasi akan disusun.

7. **Penyusunan Naskah Akhir:** Naskah akhir akan disusun berdasarkan hasil kajian literatur yang mencakup pendahuluan yang menjelaskan konteks penelitian, kerangka konseptual, analisis temuan, serta rekomendasi mengenai strategi pengembangan kompetensi dosen dalam menghadapi tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani pada kurikulum sekolah dasar.
8. **Validasi dan Peer Review:** Proses validasi dan peer review akan dilakukan untuk memastikan keakuratan, reliabilitas, serta keberlanjutan temuan dan rekomendasi yang dihasilkan dalam penelitian ini.
9. **Penyusunan Dokumentasi Akhir:** Dokumentasi akhir berupa laporan penelitian akan disusun, mencakup semua tahap penelitian, temuan, dan rekomendasi mengenai strategi pengembangan kompetensi dosen. Laporan ini diharapkan menjadi kontribusi penting dalam memahami tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar.

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan tantangan utama mencakup keterbatasan waktu pembelajaran, kualifikasi guru yang kurang memadai, dan fasilitas olahraga yang terbatas. Waktu yang terbatas dalam kurikulum menyebabkan pendidikan jasmani sering kali tidak mendapatkan perhatian yang cukup, sementara guru yang kurang terlatih dapat menghambat efektivitas pengajaran. Selain itu, kekurangan fasilitas olahraga yang memadai dapat mengurangi kualitas pembelajaran.

Namun, terdapat peluang besar dalam integrasi pendidikan jasmani, seperti meningkatkan kesehatan dan kebugaran siswa, serta mengatasi masalah obesitas dan gaya hidup tidak sehat. Teknologi juga dapat dimanfaatkan untuk mendukung pembelajaran jasmani, seperti menggunakan aplikasi atau perangkat wearable untuk memantau aktivitas fisik siswa. Selain itu, pendidikan jasmani yang terintegrasi dapat memperkuat keterampilan sosial dan emosional siswa, seperti kerjasama, kepemimpinan, dan komunikasi, yang penting dalam kehidupan mereka.

Tabel 1. Hasil yang diperoleh dari review artikel

Nama peneliti (tahun)	Judul Jurnal	Metode	Hasil
Iwan Usma Wardani, dkk (2023)	Guru dan tantangan kurikulum baru: analisis peran Guru dalam kebijakan kurikulum baru	Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif seperti telaah dokumen. Penulis menggunakan teknik pengumpulan data	Hasil penelitian ini adalah perubahan perubahan yang terjadi akibat kebijakan pengajaran baru yang mempengaruhi peran guru serta adanya tantangan pendidikan

		<p>dengan cara mengumpulkan dan menganalisis data berdasarkan sumber - sumber yang berkaitan dengan pembahasan. Setelah mengumpulkan data, di lakukan analisis dengan menggunakan metode deskriptif</p>	<p>yang mengharuskan guru mengembangkan beberapa keterampilan pribadi untuk mengembangkan pembelajaran dengan beradaptasi pada kurikulum m baru ini.</p>
<p>Rameyanti Tampubolon (2022)</p>	<p>Pengaruh reformasi kurikulum pendidikan indonesia terhadap kualitas pembelajaran</p>	<p>Peneliti menggunakan studi literatur dengan cara menyimpulkan beberapa bahan materi yang bersumber dari jurnal, buku, sumber lainnya terkait ilmu tentang publik relation dan mengukur data kualitatif yang diperoleh dari teknik pemberian tugas kepada mahasiswa dalam mengamati dan melakukan wawancara.</p>	<p>(1) memotivasi dan memfasilitasi proses pembelajaran agar mudah peserta didik dalam belajar. Artinya untuk mempermudah peserta didik dalam belajar, guru memiliki tugas mengembang tugas pokok yaitu mendidik dan mengajar. Dimana tugas pokok ini mencakup merancang, melaksanakan dan menilai. Tugas merancang dilakukan sebelum pelaksanaan pembelajaran disebut RPP. Selanjutnya guru melaksanakan seluruh kegiatan yang sesuai racangan dimulai dari kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup serta menilai kegiatan pembelajaran tersebut baik proses maupun hasilnya. Kegiatan-kegiatan itulah yang</p>

			<p>dikatakan sesuai dengan standart proses, sehingga diperoleh pembelajaran yang efektif.</p> <p>(2) mendidik dan mengajar. Sosok guru yang mendidik sangat diperlukan, untuk mendewasakan intelektual peserta didik, dewasa mengelola emosi, berkembangnya kemampuan moral atau etika, mampu menilai estetika, memiliki jiwa sosial, dan ketarampilan lainnya. Sedangkan tugas mengajar, guru mengembangkan 3 aspek utama yaitu mengembangkan kognitif peserta didik, afektif dan psikomotoriknya</p>
Silvy juditya, dkk (2021)	Pendidikan jasmani ditengah tuntutan dan perubahan pembelajaran abad 21	Metode yang digunakan yaitu dengan metode sosialisasi	Hasil dari kegiatan tersebut diperoleh tingkat pemahaman guru terkait gambaran proses pembelajaran penjas pada abad 21 83 % dalam kategori sangat paham, 10 % paham dan 7% cukup paham.
Ranesya Forina, Pastina Intan Maria Lumban Batu, Johanda (2024)	Tantangan Guru PJOK Dalam Pembelajaran Abad 21: Literatur Riview	Metode yang digunakan adalah literature riview dengan tektik pengumpulan data dilakukan mulai dengan mencari	Hasil dari penulisan ini adalah pada abad 21 perkembangan zaman semakin meningkat, teknologi, internet, bahkan industry 4.0 dapat menjadi

		referensi jurnal, artikel, buku, maupun media lainnya yang dapat membantuk dalam menyelesaikan tulisan ini.	tantangan dalam pembelajaran pada abad 21. Tidak hanya itu tantang guru PJOK juga pengarah pada pendidikan intelektual, emosional, moral dan akhlak siswa

PEMBAHASAN

Konseptual Teoritis Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani merupakan komponen penting dalam sistem pendidikan di berbagai negara, termasuk Indonesia, dengan sejarah yang panjang dan bervariasi. Sejarahnya dimulai pada zaman kuno, di mana aktivitas fisik dianggap memiliki peran krusial dalam mendukung kesehatan dan kesiapan fisik. Di Yunani kuno, terdapat filosofi utama yang mengedepankan prinsip "a sound mind in a sound body" (jiwa yang sehat dalam tubuh yang sehat), yang menjadi dasar pemikiran pendidikan jasmani. Para filsuf seperti Plato dan Aristoteles menganggap olahraga serta aktivitas fisik sebagai bagian tak terpisahkan dari pendidikan yang bersifat holistik. Pada masa Romawi, latihan fisik menjadi bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan militer dan sipil, di mana gladiator dan prajurit dilatih secara intensif untuk memperkuat tubuh dan mental mereka. Pendidikan jasmani pada masa tersebut berfokus pada persiapan fisik dalam menghadapi pertempuran dan aktivitas sehari-hari. Konsep ini terus berkembang selama Abad Pertengahan di Eropa, di mana latihan fisik umumnya dilakukan oleh para ksatria dan bangsawan untuk mempertahankan kondisi tubuh dan kesiapan tempur.

Pada abad ke-19, pendidikan jasmani mulai diperkenalkan secara lebih terstruktur dalam kurikulum sekolah. Gerakan pendidikan jasmani modern bermula di Eropa dan Amerika Serikat, di mana pendidikan jasmani dianggap sebagai sarana untuk meningkatkan kesehatan, disiplin, dan moralitas peserta didik. Memasuki awal abad ke-20, pendidikan jasmani menjadi bagian penting dalam sistem pendidikan formal di banyak negara, dengan penekanan pada pengembangan keterampilan fisik, sosial, dan mental peserta didik. Setelah Perang Dunia II, pengakuan terhadap pentingnya pendidikan jasmani semakin berkembang sebagai komponen utama dalam pendidikan anak, dengan fokus yang bergeser dari nilai-nilai militeristik ke arah kesehatan dan kesejahteraan.

Kurikulum pendidikan jasmani juga mengalami perkembangan untuk mencakup berbagai kegiatan fisik, olahraga, dan keterampilan motorik yang memperkaya pengalaman belajar peserta didik (Pratiwi, n.d.). Selain itu, peran pendidikan jasmani juga mulai diakui dalam pembentukan karakter, kepemimpinan, dan keterampilan sosial peserta didik. Di Indonesia, pendidikan jasmani telah menjadi bagian integral dalam kurikulum pendidikan nasional sejak masa penjajahan Belanda dan terus berkembang seiring dengan perubahan zaman serta tuntutan masyarakat. Dalam kurikulum pendidikan dasar di Indonesia, pendidikan jasmani memiliki peran vital dalam pengembangan kesehatan fisik, kebugaran,

dan keterampilan motorik peserta didik. Program pendidikan jasmani di Indonesia mencakup berbagai aktivitas fisik, olahraga, dan permainan yang bertujuan untuk meningkatkan aspek fisik, mental, dan sosial peserta didik.

Tantangan modern dalam pendidikan jasmani meliputi meningkatnya gaya hidup tidak sehat serta berkurangnya aktivitas fisik di kalangan anak-anak dan remaja (Mulyana et al., 2024). Pendidikan jasmani diharapkan dapat menjadi solusi efektif dalam mengatasi masalah obesitas, rendahnya kebugaran fisik, dan masalah kesehatan lainnya yang berkaitan dengan pola hidup tidak sehat. Selain itu, integrasi teknologi dalam pendidikan jasmani menjadi tren yang berkembang pesat, dengan penggunaan aplikasi, perangkat wearable, dan platform digital untuk memantau aktivitas fisik siswa dan meningkatkan partisipasi mereka dalam pembelajaran. Menyongsong masa depan, pendidikan jasmani perlu terus beradaptasi dengan perubahan zaman dan kebutuhan masyarakat. Peran pendidikan jasmani dalam mengembangkan generasi yang sehat, aktif, dan kompetitif semakin diakui secara luas. Dengan memperkuat kurikulum, pelatihan bagi guru, penyediaan fasilitas olahraga, serta integrasi dengan program kesehatan di sekolah, pendidikan jasmani memiliki potensi besar untuk memberikan kontribusi signifikan dalam menciptakan generasi masa depan yang lebih baik.

Teori pendidikan jasmani telah berkembang melalui kontribusi berbagai ahli untuk memberikan dasar konseptual yang kokoh dalam bidang ini. Salah satu teori yang banyak dikenal adalah "Teori Pendidikan Jasmani Terintegrasi" yang dikemukakan oleh Dr. George Graham. Teori ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam pendidikan jasmani, yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga mengintegrasikan aspek sosial, emosional, dan kognitif siswa dalam proses pembelajaran. Graham menekankan perlunya pendekatan yang komprehensif dalam mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran fisik, serta nilai moral dan etika melalui pendidikan jasmani. Selain itu, Dr. Mary Kennedy mengembangkan teori "Pendidikan Jasmani Kritis", yang menyoroti peran vital pendidikan jasmani dalam meningkatkan kesadaran sosial, keadilan, dan advokasi melalui aktivitas fisik. Teori ini menekankan pentingnya pemahaman terhadap isu sosial yang terkait dengan olahraga dan aktivitas fisik, serta bagaimana pendidikan jasmani dapat menjadi sarana untuk membangun kesadaran sosial dan mengatasi ketidaksetaraan dalam akses terhadap kegiatan fisik.

Dr. Darla Castelli, seorang ahli pendidikan jasmani, mengemukakan teori "Pendidikan Jasmani untuk Semua" yang menekankan pentingnya inklusi dan aksesibilitas dalam pendidikan jasmani. Teori ini menyatakan bahwa setiap individu, termasuk mereka yang memiliki kebutuhan khusus, berhak mendapatkan kesempatan yang setara untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik dan olahraga. Melalui pendekatan inklusif, pendidikan jasmani dapat menjadi alat untuk memajukan keberagaman, meningkatkan partisipasi, dan membangun komunitas yang inklusif. Konsep-konsep ini membentuk dasar yang penting dalam pengembangan pendidikan jasmani yang holistik dan efektif. Dengan memahami kontribusi para ahli di bidang ini, pendidikan jasmani diharapkan dapat terus berkembang untuk lebih efektif dalam mencapai tujuan pendidikan yang komprehensif, yang mencakup kebugaran fisik, kesehatan, serta nilai sosial dan moral yang esensial.

Urgensi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Pendidikan jasmani di sekolah dasar memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan holistik siswa. Pertama, pendidikan jasmani berkontribusi dalam peningkatan kesehatan fisik dan kebugaran siswa. Melalui aktivitas fisik yang terstruktur dan bimbingan yang sesuai, siswa dapat memperbaiki kondisi fisik mereka, mengasah keterampilan motorik, serta menyadari pentingnya gaya hidup sehat. Hal ini sangat relevan mengingat masalah obesitas dan kurangnya aktivitas fisik pada anak-anak, sehingga pendidikan jasmani menjadi sarana yang efektif untuk merubah pola pikir dan kebiasaan siswa mengenai kebugaran dan kesehatan (Fitrianto, 2023)

Selain itu, pendidikan jasmani di sekolah dasar juga berperan dalam pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Melalui kegiatan kelompok atau tim, siswa belajar untuk bekerja sama, memimpin, berkomunikasi, dan menyelesaikan konflik. Interaksi sosial yang terjadi dalam olahraga dan permainan memperkuat hubungan antarindividu, membangun rasa saling percaya, serta meningkatkan keterampilan interpersonal yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik juga memberi kesempatan bagi siswa untuk berekspresi, yang pada gilirannya membantu mereka mengembangkan kreativitas, rasa percaya diri, dan pemahaman diri. Gerakan fisik menjadi saluran ekspresi berbagai emosi dan energi siswa, yang berkontribusi pada kestabilan emosional dan mental mereka.

Di luar aspek fisik dan emosional, pendidikan jasmani juga mendukung pengembangan kognitif siswa. Melalui aktivitas fisik yang terorganisir, siswa belajar mengatur gerakan tubuh, memecahkan masalah, dan meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Permainan dan olahraga yang melibatkan pemecahan masalah cepat, pengambilan keputusan, dan strategi juga dapat meningkatkan kemampuan kognitif siswa. Lebih lanjut, pendidikan jasmani mengajarkan nilai-nilai disiplin dan tanggung jawab, baik dalam mengikuti aturan permainan maupun dalam komitmen terhadap kebugaran pribadi. Disiplin yang dibangun melalui pendidikan jasmani dapat membawa manfaat jangka panjang, dalam hal pembentukan karakter dan kesiapan siswa untuk menghadapi tantangan di masa depan.

Selain manfaat individu, pendidikan jasmani juga mempererat hubungan sosial antara siswa, guru, dan komunitas sekolah. Kegiatan olahraga dapat membangkitkan rasa kebersamaan, solidaritas, dan semangat tim di kalangan siswa, serta memperkuat ikatan antara mereka. Kolaborasi antara siswa, guru, dan staf sekolah dalam menyelenggarakan acara olahraga atau kegiatan kebugaran memperkuat hubungan sosial di lingkungan sekolah. Pendidikan jasmani juga penting dalam mengajarkan nilai-nilai fair play, sportivitas, dan etika dalam olahraga. Melalui partisipasi dalam permainan dan kompetisi olahraga, siswa belajar menghormati lawan, menerima perbedaan, serta berkompetisi dengan semangat sportif yang sehat, yang membantu membentuk karakter mereka dalam menghadapi kemenangan dan kekalahan dengan sikap yang positif dan sportif.

Analisis Tantangan Dan Peluang Inegrasi Pendidikan Jasmani Pada Kurikulum Sekolah Dasar

Integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar menghadapi sejumlah tantangan dan peluang yang memerlukan analisis mendalam (Hasanah, 2024). Salah satu

tantangan utama adalah keterbatasan waktu pembelajaran. Dalam kurikulum yang padat, pendidikan jasmani seringkali tidak mendapatkan alokasi waktu yang cukup, terutama ketika prioritas diberikan pada mata pelajaran akademis lainnya. Hal ini dapat menyebabkan minimnya penekanan pada aspek fisik, kesehatan, dan kebugaran siswa. Oleh karena itu, diperlukan kreativitas dalam merancang program pendidikan jasmani yang efektif dan efisien, mengingat batasan waktu yang ada dalam kurikulum yang ditetapkan.

Tantangan lainnya adalah kualifikasi guru yang mungkin tidak memadai. Guru pendidikan jasmani harus memiliki pengetahuan, keterampilan, dan komitmen yang kuat untuk menyampaikan pembelajaran yang berkualitas (Prayoga et al., 2024). Kurangnya pelatihan yang memadai bagi guru dapat menghambat kemampuan mereka dalam merancang program pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan fisik dan perkembangan motorik siswa di tingkat sekolah dasar. Oleh karena itu, diperlukan inisiatif untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan pelatihan guru agar mereka lebih siap dalam menghadapi tantangan ini.

Selain itu, fasilitas juga menjadi tantangan penting yang perlu perhatian. Fasilitas olahraga yang memadai, seperti lapangan, alat olahraga, dan ruang ganti yang bersih serta aman, sangat penting untuk mendukung pembelajaran jasmani yang efektif. Kekurangan fasilitas ini dapat membatasi pengalaman belajar siswa dan menghambat pencapaian tujuan pembelajaran dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar. Untuk itu, perhatian dari pihak sekolah, pemerintah, dan masyarakat sangat dibutuhkan dalam memperbaiki serta meningkatkan fasilitas olahraga yang tersedia.

Namun, di sisi lain, terdapat peluang besar dalam integrasi pendidikan jasmani pada kurikulum sekolah dasar. Salah satunya adalah potensi untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran siswa. Melalui pendidikan jasmani yang terintegrasi dengan baik, siswa dapat memahami lebih dalam pentingnya gaya hidup sehat, kebugaran fisik, serta kesehatan secara keseluruhan. Ini dapat membantu mengatasi masalah obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan masalah kesehatan terkait gaya hidup yang semakin meningkat di kalangan anak-anak.

Pemanfaatan teknologi juga menjadi peluang signifikan dalam integrasi pendidikan jasmani. Aplikasi, perangkat wearable, dan platform digital dapat dimanfaatkan untuk memantau aktivitas fisik siswa, memberikan panduan latihan yang personal, serta mendukung pembelajaran jarak jauh atau mandiri dalam pendidikan jasmani. Teknologi dapat menjadi alat yang efektif untuk memperkuat pembelajaran jasmani, meningkatkan keterlibatan siswa, dan menyediakan data yang berguna untuk evaluasi serta perbaikan program pembelajaran.

Selain itu, integrasi pendidikan jasmani dapat turut mendukung pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Melalui aktivitas kelompok dan tim, siswa dapat belajar tentang kerjasama, komunikasi, kepemimpinan, serta menghargai perbedaan dan keberagaman. Dengan adanya integrasi pendidikan jasmani yang terstruktur, hubungan sosial siswa dapat diperkuat, rasa saling percaya dapat dibangun, dan keterampilan interpersonal yang penting dalam kehidupan sehari-hari dapat meningkat.

SIMPULAN

Berdasarkan tinjauan literatur mengenai tantangan dan peluang integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar, dapat disimpulkan bahwa meskipun pendidikan jasmani menghadapi sejumlah hambatan, seperti keterbatasan waktu pembelajaran, kurangnya fasilitas olahraga yang memadai, serta variasi kualifikasi guru, tantangan ini tidak menutup kemungkinan adanya peluang besar yang dapat dimanfaatkan. Keterbatasan tersebut, meskipun nyata, dapat diatasi dengan perencanaan kurikulum yang lebih efektif dan penggunaan sumber daya yang lebih optimal. Tantangan yang ada seharusnya mendorong inovasi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, di mana pemanfaatan waktu yang lebih efisien dan pengelolaan fasilitas olahraga yang ada dapat dimaksimalkan untuk mendukung tujuan pendidikan jasmani.

Selain itu, dengan integrasi pendidikan jasmani yang terstruktur dan komprehensif dalam kurikulum pendidikan dasar, terdapat potensi besar untuk meningkatkan kesehatan fisik siswa, mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, serta menanamkan nilai-nilai sportivitas dan fair play. Melalui pendekatan yang lebih inklusif dan berorientasi pada kesehatan, pendidikan jasmani dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan holistik siswa. Oleh karena itu, kolaborasi antara berbagai pemangku kepentingan di bidang pendidikan, seperti pemerintah, sekolah, dan masyarakat, sangat diperlukan untuk mengatasi hambatan yang ada serta memanfaatkan peluang yang tersedia. Dengan demikian, integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan dasar dapat lebih efektif dalam mencapai tujuan pendidikan yang holistik, seimbang, dan bermakna bagi perkembangan siswa, baik dari aspek fisik, mental, maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, D., Azizi, F., & Aryandani, A. (2024). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS PEMBELAJARAN PJOK. *SEMINAR NASIONAL LPPM UMMAT*, 3, 837–845.
- Astini, N. K. (2022). TANTANGAN IMPLEMENTASI MERDEKA BELAJAR PADA ERA NEW NORMAL COVID-19 DAN ERA SOCIETY 5.0. *Lampuhyang*, 13(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.47730/jurnallampuhyang.v13i1.298>
- Branquinho, L., Forte, P., Ferraz, R., Teixeira, J. E., & Sortwell, A. (2024). "Building" health through physical activity in schools. In *Frontiers in Sports and Active Living* (Vol. 6, p. 1359661). Frontiers Media SA.
- Faridli, E. M., Abidin, N., Sutama, S., Sutopo, A., & Murtiyasa, B. (2024). Tantangan menuju pendidikan unggul: membangkitkan produktivitas institusi pendidikan untuk kualitas pendidikan yang lebih baik di Indonesia. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(1), 186–193.
- Fitrianto, A. T. (2023). Relevansi Pendidikan Jasmani dengan Tujuan Pendidikan Islam dalam Membentuk Individu yang Seimbang Secara Fisik, Mental, dan Spiritual. *AL GHAZALI: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 148–166.
- Forina, R., & Johanda, J. (2024). Tantangan Guru PJOK Dalam Pembelajaran Abad 21: Literatur Riview. *SEMINAR NASIONAL LPPM UMMAT*, 3, 418–428.
- Hasanah, I. (2024). Pendidikan Karakter pada Anak Usia Dini: Fondasi Penting dalam Pembentukan Pribadi. *ABATATSA*, 1(02), 42–54.
- Hasyim, M. (2024). Tantangan dan Peluang Pendidikan Kesehatan di Era Digital:

- Membangun Kesadaran Kesehatan Online. *Oshada*, 1(2), 16–24.
- Khafiah, L., & Thenaya, P. F. (n.d.). Pengembangan Profesi dan Karir Guru dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan di Sekolah Dasar. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3).
- Muslimin, T. P., & Fatimah, A. A. B. (2024). Kompetensi dan Kesiapan Guru Sekolah Dasar Terhadap Tantangan Pendidikan di Era Society 5.0. *Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 7(1), 55–72.
- Nugraha, T. S. (2022). Kurikulum merdeka untuk pemulihan krisis pembelajaran. *Inovasi Kurikulum*, 19(2), 251–262.
- Pratiwi, I. R. (n.d.). *Transformasi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (PJOK) Melalui Teknologi: Peluang Dan Tantangan*.
- Prayoga, F. I., Masrurroh, N., & Safitri, N. V. (2024). Pentingnya Profesionalisme Guru dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan Indonesia. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3).
- Rijal, M. (2024). Keterampilan Vokasional Untuk Masa Depan: Memanfaatkan Teknologi dan Inovasi Untuk Meningkatkan Peluang Karir. *Jurnal Ekonomi Dan Riset Pembangunan*, 2(1), 36–45.
- Siregar, R. F., Handayani, R., Napitupulu, Z. S. B., & Suyono, S. (2024). MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR DAN KOGNITIF ANAK MELALUI SENAM IRAMA DI SD PAB 12 SAMPALI. *Jurnal Media Informatika*, 5(2), 171–174.
- Suharyo, S., Subyantoro, S., & Pristiwati, R. (n.d.). Kecerdasan Buatan dalam Konteks Kurikulum Merdeka pada Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah: Membangun Keterampilan Menuju Indonesia Emas 2045. *Humanika*, 30(2), 208–217.
- Wijaya, R. G. (2022). Urgensi evaluasi kualitas pembelajaran penjas di Era 4.0: studi evaluasi antara teori dan praktis. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(2), 108–116.