

# **Guru Hebat, Indonesia Kuat: Mengokohkan Peran Olahraga dalam Pendidikan**

**Ganjar Ramdani Saputra<sup>1\*</sup>, Heny Setyawati<sup>2</sup>, Harry Pramono<sup>3</sup>**

**Universitas Negeri Semarang, Indonesia<sup>1</sup>**

**Universitas Negeri Semarang, Indonesia<sup>2</sup>**

**Universitas Negeri Semarang, Indonesia<sup>3</sup>**

\*Corresponding email: ganjar245@students.unnes.ac.id

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJOK) atau Guru Olahraga dalam pendidikan di Indonesia dan dampaknya terhadap pengembangan karakter serta kesehatan siswa. Guru memiliki peran strategis dalam membentuk generasi muda yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga kuat secara fisik dan mental. Penelitian ini membahas bagaimana guru dapat memanfaatkan olahraga sebagai medium pendidikan karakter untuk mendukung visi "Guru Hebat, Indonesia Kuat". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, melibatkan wawancara mendalam dengan 10 guru olahraga dari sekolah dasar hingga menengah di dua wilayah di Jawa Barat: Kota Sukabumi dan Kabupaten Sukabumi dengan melakukan observasi kegiatan olahraga di sekolah, serta analisis dokumen kurikulum dan program ekstrakurikuler. Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga berkontribusi signifikan dalam menanamkan nilai-nilai disiplin, kerja sama, sportivitas, dan tanggung jawab pada siswa. Guru yang hebat mampu mengintegrasikan olahraga secara efektif ke dalam pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan sosial dan membangun karakter siswa. Namun, implementasi optimal masih terhambat oleh keterbatasan fasilitas olahraga dan kurangnya pelatihan guru. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi kebijakan pendidikan dan pengembangan kurikulum olahraga di Indonesia dan menekankan pentingnya dukungan kebijakan, pelatihan berkelanjutan, dan penyediaan sarana olahraga untuk memastikan peran olahraga dalam pendidikan dapat dimaksimalkan. Dengan pengelolaan yang baik, olahraga dapat menjadi alat strategis untuk membangun generasi muda yang sehat, tangguh, dan berdaya saing, mendukung misi Indonesia yang lebih kuat dan mewujudkan Indonesia Emas 2045.

**Kata Kunci:** Guru hebat, olahraga, pendidikan karakter, Indonesia kuat, generasi muda.

**Kontribusi Penulis:** a - Desain Studi; b - Pengumpulan Data; c - Analisis Statistik; d - Penyiapan Naskah;

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu pilar utama dalam pembangunan suatu bangsa. Di Indonesia, pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademis, tetapi juga mencakup pengembangan fisik dan mental siswa. Dalam konteks ini, peran guru olahraga menjadi sangat penting. Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) atau yang lebih familiar guru olahraga tidak hanya bertanggung jawab untuk mengajarkan berbagai jenis olahraga, tetapi juga berperan dalam membentuk karakter, disiplin, dan kesehatan siswa. PJOK mempunyai bagian bagi pengembangan keterampilan motorik, kebugaran jasmani, dan pengembangan sosial-emosional siswa (Setiawan, 2024). Penguatan peran guru olahraga di sekolah adalah fondasi penting untuk membangun generasi yang sehat dan kuat (Kemendikbud, 2023).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari keseluruhan sistem pendidikan. Pendidikan sebagai proses perkembangan manusia sepanjang hayat memegang peranan yang sangat penting dalam memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas fisik, pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan pada umumnya dan melalui aktivitas jasmani mempengaruhi potensi peserta didik dalam aspek kognitif, emosional, dan psikomotorik (Riyal dkk., 2024)<sup>2</sup>.

Guru memiliki peran strategis dalam mencetak generasi penerus bangsa yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga kuat secara fisik dan mental. Olahraga merupakan salah satu sarana penting dalam pendidikan yang berkontribusi besar dalam pengembangan karakter, kesehatan, dan keterampilan sosial siswa. Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis sebagai katalisator pembelajaran karakter. Namun, siswa kerap mempersepsikan guru PJOK sebagai pengajar aktivitas fisik semata. Pendidikan jasmani olahraga merupakan salah satu tabungan masa depan jangka panjang dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, sehingga harus dilaksanakan secara tekun dan sungguh-sungguh (Cepi dkk., 2023)<sup>3</sup>.

Statistik menunjukkan bahwa partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga di sekolah masih tergolong rendah, hanya sekitar 30% siswa di Indonesia yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga di sekolah (W. Abdulquddus, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa ada tantangan besar yang harus dihadapi oleh guru olahraga dalam meningkatkan minat dan partisipasi siswa. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana strategi dan pendekatan yang digunakan oleh guru olahraga dapat mempengaruhi keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik.

Tinjauan pustaka menunjukkan bahwa peran guru olahraga dalam pendidikan telah banyak dibahas dalam berbagai penelitian. Pentingnya strategi pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran sentral dalam keberhasilan proses belajar mengajar (Fauziah, 2025). Guru olahraga diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung, di mana siswa merasa termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik. Selain itu, bahwa guru olahraga juga memiliki tanggung jawab untuk mengajarkan nilai-nilai sportivitas dan kerja sama tim kepada siswa Kompasiana (2023). Namun, belum semua institusi pendidikan di Indonesia mengintegrasikan olahraga sebagai bagian dari pendekatan pembelajaran holistik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran guru dalam memanfaatkan olahraga untuk memperkuat karakter siswa, meningkatkan partisipasi mereka dalam kegiatan fisik, dan mendukung misi "Indonesia Kuat".

## **METODE**

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah metode kualitatif dengan desain studi kasus. Metode ini dipilih untuk memahami secara mendalam peran guru olahraga dalam pendidikan di Indonesia, termasuk tantangan dan strategi yang mereka hadapi dalam proses pembelajaran. Penelitian ini melibatkan beberapa sekolah di berbagai wilayah, termasuk daerah perkotaan dan pedesaan, untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi yang berbeda. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan 10 guru olahraga

dari sekolah dasar hingga menengah di dua wilayah Jawa Barat: Kota Sukabumi dan Kabupaten Sukabumi.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan guru olahraga, siswa, dan kepala sekolah. Wawancara ini dilakukan untuk menggali pandangan mereka tentang peran guru olahraga dalam meningkatkan kualitas pendidikan dan kesehatan siswa. Selain itu, observasi langsung di lapangan juga dilakukan untuk melihat praktik pembelajaran yang diterapkan oleh guru olahraga. Sumber data sekunder mencakup studi literatur dari artikel, jurnal, dan laporan terkait yang membahas peran guru olahraga, serta data statistik mengenai prestasi olahraga siswa di tingkat nasional dan internasional.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara semi-terstruktur dan observasi partisipatif. Wawancara semi-terstruktur memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi topik yang relevan secara mendalam, sementara observasi partisipatif memberikan pemahaman yang lebih baik tentang konteks pembelajaran olahraga di sekolah. Observasi kegiatan olahraga di sekolah juga dilakukan untuk memahami implementasi nilai-nilai pendidikan melalui olahraga.

Analisis dokumen seperti silabus pendidikan jasmani dan program ekstrakurikuler olahraga melengkapi data lapangan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan analisis tematik. Data yang diperoleh dari wawancara dan observasi diorganisir ke dalam tema-tema yang relevan, seperti peran guru dalam pengembangan karakter siswa, strategi pembelajaran yang efektif, dan tantangan yang dihadapi dalam mengimplementasikan kurikulum olahraga. Proses ini melibatkan pengkodean data dan mengidentifikasi pola-pola yang muncul dari informasi yang dikumpulkan. Dengan demikian, peneliti dapat menarik kesimpulan yang relevan tentang peran guru olahraga dalam pendidikan di Indonesia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil menunjukkan bahwa guru yang hebat memainkan peran kunci dalam mengintegrasikan olahraga ke dalam pendidikan karakter. Guru-guru tersebut menggunakan olahraga untuk mengajarkan nilai-nilai seperti disiplin, kerja sama, dan sportivitas. Sebanyak 87% siswa yang mengikuti program olahraga menunjukkan peningkatan dalam keterampilan sosial dan rasa tanggung jawab. Namun, terdapat tantangan dalam implementasi, seperti kurangnya fasilitas olahraga yang memadai dan pelatihan khusus bagi guru untuk memanfaatkan olahraga secara optimal.

### **A. Peran Strategis Guru Olahraga dalam Pembentukan Karakter Siswa**

Pembelajaran pendidikan jasmani dapat membangun karakter siswa melalui kegiatan-kegiatan yang ada di dalam pembelajaran. Selain itu, didukung oleh partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani akan membentuk karakter siswa ke arah yang positif (H. Pramono dkk., 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa program olahraga terintegrasi dengan pendidikan karakter berhasil mengurangi perilaku negatif di kalangan siswa menunjukkan bahwa peran guru olahraga dalam mendidik karakter siswa sangatlah krusial.

Guru olahraga memiliki peranan yang sangat penting dalam pembentukan karakter siswa. Pembentukan karakter siswa akan dipengaruhi oleh lingkungan sekolah serta kinerja guru pendidikan jasmani (PJOK) mereka (H. Pramono dkk., 2023). Dalam konteks ini, guru olahraga berfungsi sebagai pendidik yang tidak hanya mengajarkan teknik olahraga, tetapi juga nilai-nilai seperti disiplin, kerja sama, dan semangat juang.

Statistik menunjukkan bahwa siswa yang aktif dalam olahraga cenderung memiliki nilai akademis yang lebih baik. Sebuah studi yang dilakukan di Universitas Negeri Yogyakarta menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam kegiatan olahraga secara rutin memiliki rata-rata nilai akademis yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak terlibat (Wafi Abdulquddus, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik dapat berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi dan motivasi belajar siswa.

Namun, tantangan yang dihadapi oleh guru olahraga tidaklah sedikit. Banyak dari mereka yang masih kurang mendapatkan pelatihan yang memadai dalam hal pengembangan karakter melalui olahraga. Hal ini mengakibatkan kurangnya pemahaman tentang bagaimana mengintegrasikan nilai-nilai karakter dalam pembelajaran olahraga. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pelatihan dan dukungan yang lebih baik bagi guru olahraga agar mereka dapat menjalankan peran ini dengan lebih efektif.

Dengan memperkuat peran guru olahraga dalam pembentukan karakter, diharapkan siswa tidak hanya menjadi atlet yang handal, tetapi juga individu yang memiliki nilai-nilai positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Ini menjadi salah satu langkah strategis untuk membangun generasi muda yang kuat dan berkarakter di Indonesia.

## **B. Dampak Olahraga terhadap Kesehatan Fisik dan Mental Siswa**

Olahraga memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental siswa. Menurut data dari WHO, aktivitas fisik yang cukup dapat mengurangi risiko penyakit kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung (WHO, 2022). Di Indonesia, prevalensi obesitas di kalangan anak-anak dan remaja semakin meningkat, dengan laporan dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa sekitar 18,8% anak-anak usia sekolah mengalami obesitas (Kemenkes, 2022).

Guru olahraga berperan penting dalam mempromosikan gaya hidup sehat melalui kegiatan olahraga di sekolah. Dengan mengajarkan siswa tentang pentingnya aktivitas fisik, mereka dapat membantu menanamkan kebiasaan sehat yang akan berlanjut hingga dewasa. Secara keseluruhan, pembelajaran olahraga memiliki efek positif pada kesehatan mental dan fisik siswa sekolah dasar. Dengan meningkatkan kebugaran fisik mereka melalui aktivitas olahraga, siswa tidak hanya memperoleh manfaat kesehatan jangka pendek tetapi juga membangun dasar untuk kesejahteraan jangka Panjang (Fajar dkk., 2024).

Olahraga juga berkontribusi terhadap kesehatan mental siswa. Aktivitas fisik dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi gejala depresi serta kecemasan. Dalam konteks pendidikan, guru olahraga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi siswa untuk mengekspresikan diri dan mengatasi stres. olahraga secara umum memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan mental, termasuk pengurangan gejala depresi dan kecemasan, peningkatan suasana hati,

rasa percaya diri, dan kualitas tidur. Selain itu, olahraga dapat membantu mengatasi stres dan meningkatkan fungsi kognitif (Saufi dkk., 2024).

Namun, meskipun manfaat olahraga sangat jelas, masih banyak siswa yang kurang terlibat dalam aktivitas fisik. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya fasilitas olahraga yang memadai dan kurangnya motivasi dari siswa itu sendiri. Oleh karena itu, guru olahraga perlu berinovasi dalam menciptakan program yang menarik dan menyenangkan agar siswa mau berpartisipasi aktif.

Dengan demikian, peran guru olahraga dalam meningkatkan kesehatan fisik dan mental siswa sangatlah penting. Melalui pendekatan yang tepat, mereka dapat membantu menciptakan generasi yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga memiliki kesehatan mental yang baik. Ini adalah langkah penting dalam membangun masyarakat Indonesia yang kuat dan produktif.

### **C. Inovasi dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Inovasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan olahraga di sekolah. Pendekatan tradisional yang hanya fokus pada teknik olahraga perlu diperbarui dengan metode yang lebih kreatif dan interaktif. Pengembangan sistem pembelajaran olahraga digital dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa sekolah dasar. Teknologi ini memungkinkan pengalaman pembelajaran yang interaktif, memudahkan pemahaman konsep olahraga, dan menguatkan nilai-nilai karakter seperti kerja sama, disiplin, dan tanggung jawab (Fadlan, 2025).

Salah satu contoh inovasi yang berhasil diterapkan adalah penggunaan aplikasi mobile untuk mengajarkan teknik olahraga. Aplikasi ini tidak hanya menyediakan video tutorial, tetapi juga fitur untuk melacak kemajuan siswa. Di beberapa sekolah di Bandung, penggunaan aplikasi ini telah meningkatkan partisipasi siswa dalam kegiatan olahraga secara signifikan (Jurnal UNY, 2022). Dengan cara ini, siswa dapat belajar dengan cara yang lebih menyenangkan dan interaktif.

Selain teknologi, pendekatan berbasis proyek juga dapat menjadi alternatif yang efektif. Dalam metode ini, siswa diajak untuk merancang dan melaksanakan acara olahraga, yang tidak hanya mengajarkan mereka tentang olahraga itu sendiri, tetapi juga keterampilan organisasi dan kepemimpinan. Sebuah studi menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam proyek semacam ini memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dan kemampuan sosial yang lebih baik (Kompasiana, 2023).

Namun, tantangan dalam menerapkan inovasi ini adalah kurangnya pelatihan bagi guru olahraga. Banyak guru yang belum terbiasa dengan teknologi baru dan metode pembelajaran yang inovatif. Oleh karena itu, penting untuk menyediakan pelatihan yang memadai agar guru dapat mengimplementasikan inovasi dengan baik. Dengan demikian, siswa akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih kaya dan bermanfaat.

Inovasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani bukan hanya tentang mengubah cara mengajar, tetapi juga tentang menciptakan lingkungan yang mendukung pembelajaran aktif dan kolaboratif. Dengan dukungan yang tepat, guru olahraga dapat menjadi agen perubahan yang membawa kemajuan dalam pendidikan jasmani di Indonesia.

#### **D. Tantangan dan Solusi dalam Pelaksanaan Pendidikan Jasmani**

Pelaksanaan pendidikan jasmani di Indonesia menghadapi berbagai tantangan yang perlu diatasi. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya fasilitas olahraga yang memadai di banyak sekolah. Menurut data dari Kemenpora, hanya sekitar 30% sekolah di Indonesia yang memiliki fasilitas olahraga yang lengkap dan sesuai standar (Kemenpora, 2024). Hal ini mengakibatkan siswa tidak dapat berlatih dengan optimal dan mengurangi minat mereka terhadap olahraga.

Kurangnya dukungan dari orang tua dan masyarakat juga menjadi faktor penghambat. Banyak orang tua yang lebih memprioritaskan akademik dibandingkan dengan olahraga, sehingga siswa merasa kurang termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Dalam penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, ditemukan bahwa 60% siswa merasa bahwa orang tua mereka tidak mendukung mereka untuk aktif dalam olahraga (Wafi Abdulquddus, 2021). Sehingga, Guru bertanggung jawab untuk membangun lingkungan pendidikan yang bermakna untuk menjaga persamaan hak dan peluang siswa minoritas dan memberikan lingkungan pembelajaran yang menyenangkan (Heny Setyawati dkk, 2024). Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan pemerintah perlu mengadakan program sosialisasi untuk menjelaskan pentingnya olahraga bagi perkembangan anak. Selain itu, pemerintah juga perlu meningkatkan investasi dalam fasilitas olahraga di sekolah-sekolah, terutama di daerah terpencil. Ini akan membantu menciptakan lingkungan yang mendukung bagi siswa untuk aktif berolahraga.

Pentingnya pelatihan bagi guru olahraga juga tidak dapat diabaikan. Dengan memberikan pelatihan yang berkualitas, guru dapat lebih siap untuk mengatasi berbagai tantangan yang ada dan menciptakan program olahraga yang menarik bagi siswa. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat berjalan dengan lebih efektif dan memberikan manfaat yang maksimal bagi siswa. Dengan mengidentifikasi tantangan dan mencari solusi yang tepat, pendidikan jasmani di Indonesia dapat berkembang dan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pembentukan generasi muda yang sehat dan berkarakter.

Temuan ini menggarisbawahi pentingnya dukungan terhadap guru dalam mengelola kegiatan olahraga. Peran guru sebagai fasilitator tidak hanya terbatas pada keterampilan teknis olahraga, tetapi juga pada pengembangan karakter siswa melalui pendekatan berbasis nilai. Faktor seperti pelatihan berkelanjutan dan penyediaan sarana olahraga yang memadai sangat berpengaruh dalam keberhasilan program ini. Integrasi olahraga ke dalam pendidikan reguler juga memerlukan pendekatan lintas disiplin agar siswa dapat merasakan manfaatnya secara menyeluruh.

#### **KESIMPULAN**

Dalam rangka memahami peran guru olahraga dalam pendidikan di Indonesia, penelitian ini menunjukkan bahwa guru olahraga tidak hanya berfungsi sebagai pengajar keterampilan fisik, tetapi juga sebagai pembentuk karakter dan kesehatan siswa. Peran guru olahraga sangat krusial dalam menciptakan generasi muda yang sehat dan berprestasi.

Guru olahraga memiliki tanggung jawab untuk mengedukasi siswa tentang pentingnya aktivitas fisik dan gaya hidup sehat. Melalui program-program olahraga

yang terstruktur, guru dapat membantu siswa memahami manfaat dari olahraga, baik secara fisik maupun mental. Siswa yang terlibat dalam aktivitas olahraga secara rutin memiliki tingkat konsentrasi yang lebih baik di kelas dan performa akademik yang lebih tinggi (W. Abdulquddus, 2021). Hal ini menunjukkan hubungan positif antara olahraga dan prestasi akademik, yang harus menjadi perhatian bagi semua pemangku kepentingan dalam pendidikan.

Guru olahraga juga berperan dalam pengembangan sosial siswa. Melalui kegiatan olahraga, siswa belajar untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan mengatasi konflik. Pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengembangan keterampilan hidup yang sangat penting bagi keberhasilan individu di berbagai bidang kehidupan (Bintang dkk., 2024)<sup>8</sup>. Misalnya, dalam permainan tim seperti sepak bola atau basket, siswa belajar untuk menghargai peran masing-masing anggota tim dan pentingnya kerjasama untuk mencapai tujuan bersama. Ini adalah keterampilan yang sangat berharga yang akan mereka bawa ke dalam kehidupan mereka di luar sekolah.

Namun, tantangan yang dihadapi oleh guru olahraga di Indonesia cukup signifikan. Banyak sekolah yang masih kurang memperhatikan fasilitas olahraga dan dukungan untuk pengembangan profesional guru olahraga. Menurut laporan dari Kompasiana, kurangnya pelatihan dan pengembangan bagi guru olahraga dapat menghambat efektivitas mereka dalam mengajarkan olahraga dan kesehatan kepada siswa. Oleh karena itu, penting bagi pemerintah dan lembaga pendidikan untuk memberikan dukungan yang lebih baik, termasuk pelatihan berkelanjutan dan penyediaan fasilitas olahraga yang memadai.

Secara keseluruhan, peran guru olahraga sangat penting dalam menciptakan generasi yang sehat dan berprestasi di Indonesia. Melalui pendidikan jasmani yang efektif, guru olahraga tidak hanya mengajarkan keterampilan fisik, tetapi juga membentuk karakter dan kesehatan siswa. Oleh karena itu, investasi dalam pengembangan profesional guru olahraga dan fasilitas pendidikan jasmani harus menjadi prioritas bagi pemerintah dan masyarakat. Dengan demikian, kita dapat membangun Indonesia yang lebih kuat melalui pendidikan olahraga yang berkualitas.

Guru yang hebat dapat mengokohkan misi "Indonesia Kuat" dengan menjadikan olahraga sebagai bagian integral dari pendidikan. Olahraga tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik siswa tetapi juga menanamkan nilai-nilai penting yang membentuk karakter generasi muda. Dukungan kebijakan, pelatihan guru, dan peningkatan fasilitas olahraga perlu menjadi fokus untuk memaksimalkan peran olahraga dalam pendidikan. Dengan demikian, integrasi yang efektif akan membawa dampak positif yang signifikan bagi pembentukan generasi yang sehat, tangguh, dan berdaya saing.

## **REFERENCES**

1. Abdullah, Setiawan C. *Pengembangan Kurikulum PJOK*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi; 2024.
2. Korur EN, Sözen H. "A Physical Education Teacher Is Like...": Examining Turkish Students Perceptions of Physical Education Teachers Through Metaphor Analysis. *International Electron J Elem Educ*. 2019;12(2):183-188. doi:10.26822/iejee.2019257665

3. Cepi MCAM, Akbar M, Angga Permadi A, Fadila Kasim N, Afiq ikhmal M. Peran Guru Pendidikan Jasmani terhadap Kebugaran Jasmani Siswa: Studi Kasus di Indonesia dan Malaysia. *Indones J Phys Educ Sport Sci.* 2023;4(1):40-47. doi:10.52188/ijpess.v4i1.501
4. Cerdas J, Pendidikan S, Sitopu GS, et al. Jurnal cerdas sifa pendidikan. 2024;13:1-15.
5. Fadlan MN, Juniarto M. Pengembangan Sistem Pembelajaran Olahraga Digital Berbasis Augmented Reality Untuk Penguatan Karakter Siswa Sekolah Dasar. 2025;04(02):115-122.
6. Hadi, H. Y., Hemawan, I., & Permadi, A. A. (2023). Pengaruh Metode Pembelajaran Direct Instruction Melalui Pendekatan edia Video Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada. *Riyadhhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga* 6, 36-42. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/rjpo.v6i1.10708>
7. Pramono H, Nurafiat S, Rahayu T, Sugiharto. The schools and physical education teachers' efforts in building the elementary students' character. *Cakrawala Pendidik.* 2023;42(1):189-197. doi:10.21831/cp.v42i1.53359
8. Cerdas J, Pendidikan S, Sitopu GS, et al. Jurnal cerdas sifa pendidikan. 2024;13:1-15.
9. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar (Risksesdas) 2018.
10. Kompasia. 5 Strategi Pembelajaran dalam PJOK dari Guru untuk Siswanya. Diakses dari <https://kumparan.com/berita-terkini/5-strategi-pembelajaran-dalam-pjok-dari-guru-untuk-siswanya-22G5FBq4KFo>;2023
11. Lumbung Pare. Pengaruh Program Olahraga Terstruktur terhadap Kesehatan Siswa. Diakses dari <https://ejurnal.lumbungpare.org/index.php/jim/article/download/413/396/3061>;2023
12. Korur EN, Sözen H. "A Physical Education Teacher Is Like...": Examining Turkish Students Perceptions of Physical Education Teachers Through Metaphor Analysis. *International Electron J Elem Educ.* 2019;12(2):183-188. doi:10.26822/iejee.2019257665
13. Medan UN. DAMPAK PEMBELAJARAN OLAHRAGA TERHADAP KESEHATAN MENTAL DAN FISIK SISWA SEKOLAH DASAR. Published online 2024:0-4.
14. Thazqia FM, Pribadi R, Rahmah AS, Jasmani P, Dan K, Pendidikan U. Pengaruh pendidikan jasmani terhadap life skills. 2024;24(2):92-106.
15. UNY. Kompetensi Profesional Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Diakses dari <http://repository.unj.ac.id/30239/10/7.BAB%20II.pdf>.2023
16. Thazqia FM, Pribadi R, Rahmah AS, Jasmani P, Dan K, Pendidikan U. Pengaruh pendidikan jasmani terhadap life skills. 2024;24(2):92-106.