

ANALISIS PERAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA SLB NEGERI DI PADANGSIDIMPUAN

Oleh :

Febby Syafita Putri ¹⁾, Wilda Agustina ²⁾, Ahmad Rosyadi Nasution ³⁾

^{1,2,3)} Fakultas Pendidikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, IPTS

E-mail : febbysyafitaputrio8@gmail.com

E-mail : wildaagustina220@gmail.com

E-mail : naufal.chavez@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran pendidikan olahraga dalam pembentukan karakter siswa Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Padangsidimpuan. Penelitian ini dilakukan di sekolah luar biasa negeri padangsidimpuan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Total sampel penelitian berjumlah 25 responden, yang terdiri atas 23 siswa sekolah luar biasa dan 2 guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan olahraga di SLB Kota Padangsidimpuan efektif dalam membentuk karakter siswa dengan rata-rata capaian 81,5%, dimana aspek kerja sama (91%) dan percaya diri (87%) berada pada kategori sangat baik, disiplin (78%) pada kategori baik, serta tanggung jawab (70%) masih perlu penguatan lebih lanjut.

Kata Kunci: Pendidikan Olahraga, Karakter, Siswa SLB

1. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah kegiatan yang merupakan proses untuk mengembangkan kemampuan dan sikap rohaniyah yang meliputi aspek mental, intelektual dan bahkan spiritual. Sebagai bagian dari kegiatan pendidikan, maka pendidikan jasmani merupakan bentuk pendekatan ke aspek sejahtera Rohani (melalui kegiatan jasmani), yang dalam lingkup sehat WHO berarti sehat rohani. Pendidikan Jasmani dan Olahraga merupakan bagian dari kurikulum standar lembaga Pendidikan Dasar dan Menengah. Dengan pengelolaan yang tepat, maka pengaruhnya bagi pertumbuhan dan perkembangan Jasmani, Rohani dan Sosial Peserta didik tidak pernah diragukan.

Pendidikan jasmani mempunyai tujuan pendidikan sebagai (1) perkembangan organ-organ tubuh untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, 2) perkembangan neuro muscular, 3) perkembangan mental emosional, 4) perkembangan sosial dan 5) perkembangan intelektual. Pendidikan Jasmani adalah kegiatan jasmani yang diselenggarakan

untuk menjadi media bagi kegiatan pendidikan.

Olahraga adalah kegiatan pelatihan jasmani, yaitu kegiatan jasmani untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar maupun gerak ketrampilan (kecabangan olahraga).

Olahraga massal adalah bentuk kegiatan olahraga yang dapat dilakukan oleh sejumlah besar orang secara bersamaan atau yang biasa disebut sebagai olahraga masyarakat yang hakekatnya adalah olahraga kesehatan, sebab dalam melakukan kegiatan olahraga tersebut hanya satu tujuannya yaitu memelihara atau meningkatkan derajat kesehatan dan aktivitas gerak.

Olahraga masyarakat atau olahraga kesehatan dengan demikian merupakan bentuk olahraga yang dapat mewujudkan kebersamaan dan kesetaraan dalam berolahraga, oleh karena pada olahraga itu tidak ada tuntutan keterampilan olahraga tertentu. Dengan demikian maka olahraga kesehatan atau olahraga masyarakat merupakan bentuk pendekatan ke aspek

sejahtera sosial (sehat sosial = kebugaran sosial). Olahraga bukan untuk mencari kemenangan tetapi sebagai instrumen meraih kesempurnaan hidup, baik fisik, mental dan sosial (Mutohir, Maksom, 2007)

Suyudi, Imam. (2015:) dalam jurnalnya menyatakan bahwa olahraga banyak memiliki nilai-nilai yang dapat dijadikan sebagai *school of life* seperti nilai kerjasama, kejujuran, sportifitas, percaya diri, hormat, disiplin, kerja keras, keberanian, estetika, pantang menyerah, kebersihan, tanggungjawab, taat aturan dan keselamatan. Olahraga bukan semata-mata untuk mengembangkan potensi fisik, tetapi juga potensi mental dan social.

Karakter adalah konsep dari moral, yang tersusun dari sejumlah karakteristik yang dapat dibentuk melalui aktivitas olahraga. Di dalam pendidikan olahraga banyak terkandung nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kejujuran, keberanian, kerja keras, pengendalian diri, tanggung jawab, kerjasama, keadilan, dan kebijaksanaan, menghargai lawan dan sebagainya yang dapat diintegrasikan dalam aktivitas fisik dan dalam berbagai bentuk permainan (dheady yuliawan, 2016).

Idealnya karakter seseorang dibentuk sejak dini untuk membentuk karakter yang diharapkan. Kebiasaan positif pada anak usia dini membantu anak untuk berperilaku baik dan santun, baik di sekolah maupun di keluarga dan masyarakat (Ninik Hidayati et al., 2021). Nilai afektif seperti fair play, sportivitas, empati, simpati, tutur kata yang santun, dan sikap spiritual dapat diakui sebagai bagian dari pendidikan jasmani dan olahraga

Pendidikan olahraga dan pembentukan karakter adalah dua konsep yang saling terkait. Beberapa orang percaya pada pernyataan "sports builds character" dan mendukung keyakinan tersebut dengan bukti yang kuat. Sebagaimana pendapat Rusli Lutan menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan untuk menyempurnakan dan membentuk kepribadian yang kuat, watak yang baik, dan sifat yang mulia. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Touwaide, 2010) bahwa olahraga bukan sekedar kegiatan yang berorientasi kepada faktor fisik belaka, olahraga juga dapat melatih sikap dan mental serta membentuk karakter bangsa.

Menyadari bahwa olahraga memegang peranan penting terhadap

perkembangan sosial dan emosional anak. Maka, penting bagi setiap individu untuk memahami nilai-nilai karakter yang terkandung dalam pendidikan olahraga. Karena pendidikan olahraga perlu dikembangkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

2. METODOLOGI

Metode deskriptif adalah metode penelitian yang berisi pemaparan atau penggambaran sesuatu, Metode merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh suatu tujuan atau pemecahan masalah yang dihadapi. Penelitian deskriptif juga merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk memberikan gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif" (Purnia et al., 2020).

Pelaksanaan penelitian terdiri dari (1) persiapan pemelihan bahasan, (2) pelaksanaan pencarian sumber pustaka atau teori yang kredibel dan relevan, (3) pengungkapan hasil temuan dari berbagai sumber pustaka. Analisis yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini terdiri dari: reduksi data, penyajian data, dan verifikasi yang pada akhirnya menjadi sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2015).

Dalam tulisan ini, penulis lebih memfokuskan tentang bagaimana peran pendidikan olahraga terhadap pembentukan karakter. Kemudian nilai-nilai apa saja yang terkandung dalam pendidikan olahraga yang berkaitan dengan pembentukan karakter. Mengingat, pentingnya pendidikan olahraga terhadap perkembangan anak, seperti: meningkatkan keterampilan motorik, mendukung kesehatan fisik dan mental, serta menanamkan nilai-nilai sosial dan etika.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SLB Kota Padangsidimpuan menunjukkan perubahan perilaku siswa secara langsung selama proses pembelajaran olahraga berlangsung selama 4 minggu yaitu :

1. **Perubahan Disiplin Terlihat dari Kehadiran dan Kepatuhan Aturan**
Data observasi menunjukkan 18 siswa (78%) sudah mampu berbaris rapi sebelum pembelajaran dimulai tanpa diingatkan lebih dari satu kali.

Sebelumnya, sebagian besar siswa masih perlu arahan berulang. Selain itu, siswa mulai memahami aturan sederhana seperti menunggu giliran dan tidak berebut alat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dalam jurnal (Iqbal et al., 2021) diantaranya : a. Jujur, kegiatan olahraga anak diajarkan untuk bermain secara fair dan jujur tanpa kecurangan. b. Tanggung Jawab, anak-anak dilatih untuk bertanggung jawab atas peran dan tugas yang diberikan kepada mereka. c. menghargai orang lain, olahraga juga menanamkan rasa hormat terhadap pelatih, teman dan lawan. d. kerja sama, anak belajar bahwa keberhasilan tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tetapi juga pada kemampuan untuk berkolaborasi dengan orang lain. e. ketahanan mental, prosesnya bisa dimulai dengan melatih kemampuan untuk mengendalikan dan mengatasi diri sendiri demi meraih hasil yang maksimal. f. Kerja keras dalam olahraga merujuk pada usaha maksimal yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan tertentu, meskipun ada hambatan atau tantangan yang harus dihadapi. (Soedjatmiko, 2015)

2. **Peningkatan Percaya Diri Saat Praktik Gerak**

Sebanyak 20 siswa (87%) berani mempraktikkan gerakan di depan teman-temannya setelah diberikan contoh dan motivasi guru. Pada awal pengamatan, hanya sekitar 12 siswa yang mau tampil tanpa pendampingan intensif. Pujian verbal dan tepuk tangan bersama terbukti meningkatkan keberanian siswa. Dwi Gunadi (2018) dalam jurnalnya, psikologi olahraga dan filsafat olahraga adalah faktor yang mendukung dalam pembentukan karakter. Aturan dalam olahraga membuat atlet menjadi karakter yang baik, karena seseorang harus mentaati aturan permainan, dan mengembangkannya menjadi suatu tanggung jawab yang menuju kedewasaan.

3. **Kemampuan Kerja Sama dalam Permainan Kelompok**

Dalam permainan estafet dan lempar tangkap bola, 21 siswa (91%) mampu bekerja sama dalam kelompok kecil tanpa konflik berarti. Siswa mulai memahami pentingnya peran masing-masing dalam tim dan menunjukkan sikap saling

membantu. Namun, 2 orang yang lain sulit melakukan aktivitas olahraga dikarenakan kondisi fisik yang tidak memungkinkan. Sri Wahyuningsih et al. (2023) religius, jujur, toleran, disiplin, peduli sosial, peduli lingkungan, rasa ingin tahu dan tanggung jawab. Penerapan nilai-nilai tersebut dapat dilihat pada pembelajaran PJOK maupun di luar pelajaran PJOK. Rian Andriansyah et al., (2025) pendidikan Jasmani dan olahraga memberikan berbagai manfaat, antara lain kesehatan fisik yang dapat mengurangi risiko penyakit kronis, pengembangan sosial melalui interaksi dalam waktu.

4. **Tanggung Jawab terhadap Peralatan**

Sebanyak 16 siswa (70%) sudah mampu mengembalikan alat olahraga ke tempat semula setelah digunakan. Guru menyatakan bahwa kebiasaan ini sebelumnya sulit diterapkan, namun menjadi lebih konsisten setelah diterapkan pembiasaan setiap pertemuan. Pentingnya integrasi nilai-nilai karakter dalam kurikulum pendidikan jasmani, di mana guru dapat memanfaatkan momen selama olahraga untuk menanamkan nilai-nilai seperti tanggung jawab dan respek terhadap lawan. Pendidikan karakter dapat dibangun melalui pendidikan jasmani dan olahraga (gymnastics), dengan aktivitas motorik yang dilakukan secara konsisten hingga menjadi kebiasaan. Karakter merupakan gabungan dari sifat-sifat kepribadian yang unik pada setiap individu. Karakter yang baik tercermin dalam perilaku yang benar, baik dalam hubungan dengan orang lain maupun dalam hubungan individu dengan dirinya sendiri.

Secara keseluruhan, pendidikan olahraga yang dirancang secara adaptif, menggunakan permainan sederhana dan penguatan positif, memberikan dampak nyata terhadap pembentukan karakter siswa SLB, khususnya pada aspek disiplin, percaya diri, kerja sama, dan tanggung jawab. Perubahan terlihat secara bertahap dan konsisten selama proses penelitian berlangsung

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah sebuah kegiatan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik dengan tujuan membentuk peserta didik, baik dalam hal kualitas fisik maupun pengembangan kepribadian. Dengan

demikian, pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran yang sangat penting dalam pengembangan fisik, mental, dan sosial siswa. Meskipun ada tantangan dalam implementasinya, manfaat yang diperoleh dari pendidikan jasmani sangat besar, baik untuk kesehatan individu maupun pembentukan karakter, sehingga pendidikan jasmani harus menjadi bagian integral dari kurikulum pendidikan yang mendukung pengembangan holistik siswa. Berikut tabel observasi karakter siswa SLB :

Tabel 1. Observasi Karakter Siswa SLB

No	Aspek Karakter	Indikator Perilaku Nyata	Jumlah Siswa (n=23)	Persentase	Kategori
1	Disiplin	Berbaris rapi & mengikuti instruksi	18 siswa	78%	Baik
2	Percaya Diri	Berani tampil mempraktikkan gerakan	20 siswa	87%	Sangat Baik
3	Kerja Sama	Aktif dalam permainan kelompok tanpa konflik	21 siswa	91%	Sangat Baik
4	Tanggung Jawab	Mengembalikan alat olahraga ke tempat semula	16 siswa	70%	Cukup Baik

Berdasarkan tabel diatas maka dilakukan analisis data untuk mengetahui rata-rata pencapaian karakter siswa slb negeri padangsidempuan. Hasil rekapitulasi rata-rata pencapaian karakter dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Rekapitulasi Rata-Rata Pencapaian Karakter

Aspek Karakter	Persentase (%)
Disiplin	78%
Percaya Diri	87%
Kerja Sama	91%
Tanggung Jawab	70%
Rata-rata	81,5%

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nastiti dan Wathon (2019) pendekatan yang berbasis pengalaman, seperti permainan tim dan kegiatan kompetitif, dapat mengajarkan nilai kerja sama, disiplin, dan sportivitas. pendidikan jasmani berperan sebagai alat untuk mendorong gaya hidup aktif serta menanamkan prinsip-prinsip moral, etika, dan sportivitas (Endriani et al., 2017).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian di SLB Kota Padangsidempuan, diperoleh :

- rata-rata capaian pembentukan karakter siswa melalui pendidikan olahraga sebesar **81,5%**, yang termasuk dalam kategori **baik**.
- Secara rinci, aspek **kerja sama** memperoleh persentase tertinggi sebesar **91%**, menunjukkan bahwa aktivitas permainan kelompok sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan sosial dan kolaboratif siswa.
- Aspek **percaya diri** juga menunjukkan hasil yang sangat baik dengan capaian **87%**, yang terlihat dari keberanian siswa dalam mempraktikkan gerakan dan berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.
- Sementara itu, aspek **disiplin** berada pada angka **78%**, yang menunjukkan perkembangan positif dalam kepatuhan terhadap aturan dan instruksi guru.
- Adapun aspek **tanggung jawab** memperoleh persentase **70%**, sehingga masih memerlukan penguatan lebih lanjut melalui pembiasaan dan pendampingan yang konsisten.

Dengan demikian, pendidikan olahraga yang dilaksanakan secara adaptif dan terstruktur terbukti berperan efektif dalam membentuk karakter siswa SLB, khususnya dalam meningkatkan kerja sama dan rasa percaya diri, meskipun aspek tanggung jawab masih perlu ditingkatkan secara berkelanjutan.

5. REFERENSI

- Dheady yulianan. (2016). Pembentukan karakter sportif melalui penjas. *Journal Of Sportif*, 2(1), 101-112.
- Endriani, D., Verawati, I., & Ginting, A. (2017). Identifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Membentuk Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Prestasi*, 1 (1), 1-5. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6490>
- Febrianto Rizki, et al. Hubungan Antara Olahraga Dan Pendidikan Karakter Di Sekolah. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga Vol. 5, No.1, Juli 2024*
- Iqbal, M., PJO K Dalam Pembentukan Karakter Watak Anak, P., Studi

- Pendidikan Kepelatihan Olahraga, P., & Ilmu Keolahragaan, F. (2021). The role of PJOK in the formation of children's personality characters Muhammad Iqbal. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 1(2), 98–110.
- Hardiansyah et al., Pengaruh Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Remaja: Literature Review. Jurnal Dunia Pendidikan. volume 5 Nomor 1 Juli 2024.
- H. Haeril, A. Rahman, I. Ichsani, M. Zulfikar, and D. Husnul, "Pkm Pola Hidup Sehat Dan Aktivitas Fisik Sebagai Upaya Penurunan Angka Dan Pencegahan Stunting Pada Anak," Jurnal Dharma Pendidikan Dan Keolahragaan, vol . 3, tidak. 1, hal. 14-21, 2023.
- H. Siregar, HR Elly, I. Zahratunisa, T. Eviana, and F. Siddik, "Pengaruh Senam Ritmik Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa," Jurnal Intelek Insan Cendikia, vol. 1, tidak. 8, hal.3210-3216, 2024.
- MA Syafruddin, AS Jahrir, dan A. Yusuf, "Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Bangsa," Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan, vol. 10, tidak. 2, hal.73-83, 2022
- Muhammad Akbar Syafruddi N. Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Bangsa. Ilmiah STOK Bina Guna Medan Volume 10 Nomor 2; Oktober 2022
- Mutiara Aulia, dkk. Peran Pendidikan Olahraga dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini. Journal of Innovation Literacy Studies, Vol 2 (No 1) Juni 2025: 245-250
- M. Nur Ridwan Fauzen. Dampak Progam Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Pembentukan Karakter Siswa. Penjaga: Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 6(1), 85-92, Edisi Desember 2025
- Nastiti dan A. Wathon, "Membangun Pembelajaran Berbasis Proyek Melalui Kegiatan Bermain Alat Permainan Edukatif," Sistim Informasi Manajemen, vol. 2, tidak. 1, hal.161-187, 2019
- Ninik Hidayati, Nurul Hakim, & M. Zakki Sulton. (2021). Pendidikan Karakter Melalui Pembiasaan Rutin Untuk Menanamkan Nilai -Nilai Pendidikan Islam Pada Siswa Sd/Mi. PREMIERE: Journal of Islamic Elementary Education, 2 (2), 47–61. <https://doi.org/10.51675/jp.v2i2.104>
- Purnia, D. S., Adiwisastro, M. F., Muhajir, H., & Supriadi, D. (2020). Pengukuran Kesenjangan Digital Menggunakan Metode Deskriptif Berbasis Website. EVOLUSI : Jurnal Sains dan Manajemen, 8(2). <https://doi.org/10.31294/evolusi.v8i2.8942>
- Rian Andriansyah, dkk. Strategi Dan Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dalam Membentuk Karakter Anak Bangsa. Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu Vol 2 No. 2 (2025) 01 –06
- Olimpic Solidaruty (1998). Sport Administration Manual(Lausanne, Switzerland: International Olympic Committee)
- Soedjatmiko. (2015). Membentuk Karakter Siswa Sekolah Dasar Menggunakan pendidikan Jasmani Dan Olahraga. Journal of Physical Education, Health and Sport, 2(2), 57–64.
- Suherman, Kurikulum Pembelajaran Penjas. UPI Sumedang Pers, 2018.
- Susanti, "Pendidikan Karakter Dalam Membangun Kecerdasan Moral Bagi Anak Usia Dini Perspektif Thomas Lickona," Trilogi: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora, vol. 3, tidak. 1, hal. 10-17, 2022
- Sugiyono. 2019. "Metode Penelitian Kuantitatif." in Bandung: ALFABETA