



PENDIDIKAN JASMANI DI INSTITUTE OF TECHNICAL EDUCATION (ITE) COLLEGE EAST SINGAPORE

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh
Anisa Trihidayati
6101415089

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Trihidayati, Anisa. 2018. *Pendidikan Jasmani di ITE College East Singapore*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Donny Wira Yudha Kusuma, Ph.D.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani di ITE College East Singapore

Pendidikan jasmani merupakan komponen penting yang diperlukan untuk memfasilitasi belajar gerak siswa (Johnson dan Turner : 2016). Dalam hal pendidikan, negara Indonesia masih dibawah Singapore berdasarkan survei global Programme for International Student Assessment (PISA) pada tahun 2015 singapore berada di urutan teratas sedangkan Indonesia pada peringkat 69 dari 76 negara. Pelaksanaan kurikulum di Indonesia masih dijumpai hal-hal yang menyimpang sehingga fokus masalah adalah bagaimana pendidikan jasmani di ITE College East dan tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pelaksanaan pendidikan jasmani di ITE College East Singapore.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif etnografi yang dilakukan di ITE College East Singapore. Waktu pelaksanaan pada tahun 2018. Narasumber penelitian ini adalah 3 guru, 4 siswa, 1 pengelola sarana prasarana dan 1 masyarakat. Teknik pengambilan data yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data melalui reduksi data, menyajikan data, dan menyimpulkan hasil. Tahapan penelitian yaitu pra penelitian, pelaksanaan penelitian, dan pembuatan laporan hasil penelitian.

Hasil penelitian guru memiliki tingkat profesional yang tinggi dari latar belakang pendidikan, jumlah jam mengajar, dan proses seleksi yang panjang. Tanggapan siswa terhadap pendidikan jasmani beragam ada siswa yang suka dan tidak suka. Fasilitas, sarana, dan prasarana memiliki kualitas yang baik. Pembelajaran dilakukan 1 kali dalam 1 minggu dengan durasi 2 jam dengan 4 quadran yaitu *indoor sports hall*, *outdoor*, *gym*, dan *pool*. Status pendidikan jasmani di masyarakat Singapore ada yang beranggapan penting untuk kesehatan dan ada yang beranggapan tidak penting seperti mengikuti les matematika, tidak membelikan kelengkapan.

Simpulan dan saran yang diberikan adalah pendidikan jasmani di ITE menjadi mata pelajaran yang diwajibkan, proses pembelajaran pendidikan jasmani di Singapore yang secara sederhana memacu siswa untuk bergerak, rencana pelaksanaan pembelajaran yang ringkas, penyediaan sarana dan prasarana yang memadai yang dapat menjadi pedoman perkembangan pendidikan jasmani di Indonesia menjadi lebih baik.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya :

Nama : Anisa Trihidayati

NIM : 6101415089

Jurusan/Prodi : PJKR/PJKR

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : **Pendidikan Jasmani di Institute of Technical Education (ITE) College East Singapore Tahun 2018**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang,
Yang menyatakan

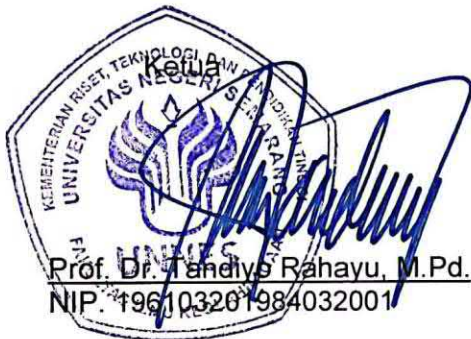


Anisa Trihidayati
6101415089

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Anisa Trihidayati, NIM 6101415089, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Judul Pendidikan Jasmani di Institute of Technical Education (ITE) College East Singapore Tahun 2018 telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Panitia Ujian



Sekretaris

Drs. Endro Puji Purwono, M.Kes.
NIP. 195903151985031003

Dewan Penguji

1. Dr. Bambang Priyono, M.Pd.
NIP. 196004221986011001
2. Lulu April Farida, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198804052014042002
3. Donny Wira Yudha Kusuma, P.hD.
NIP. 198402292009121004

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

- ❖ Keberhasilan adalah kemampuan untuk melewati dan mengatasi dari satu kegagalan ke kegagalan berikutnya tanpa kehilangan semangat (Winston Churchill)
- ❖ Tidak perlu menjelaskan dirimu kepada siapapun karena yang membencimu tak mempercayainya dan yang menyukaimu tak perlu itu (Ali Bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN :

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Bapak Rochib Hidayat dan Mama Tusriyati
kedua orang tua tercinta, terima kasih atas
segalanya sampai sekarang ini.
2. Almamaterku “Universitas Negeri
Semarang”.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, berkah dan karunia-Nya, sehingga skripsi yang berjudul **“Pendidikan Jasmani di Institute of Technical Education (ITE) College East Singapore Tahun 2018”** dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Sehubungan dengan pelaksanaan Penelitian sampai penyelesaian skripsi ini, dengan rendah hati disampaikan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, Bapak Prof. Dr. Fathur Rohman, M.Hum., yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Ibu Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd., atas izin penelitian yang diberikan.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Bapak Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd., atas persetujuan penelitian yang diberikan.
4. Pembimbing skripsi Bapak Donny Wira Yudha Kusuma, P.hD., atas bimbingan, arahan, serta motivasinya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak, Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, atas bekal ilmu, bimbingan dan bantuannya.

6. Mr Raymond Ong selaku Course Manager of Sport Studies di ITE College East, Singapore atas ijin Penelitian yang diberikan. Dan Mr Ong Bok Liong selaku manager dari Physical Education Department yang juga telah memberikan izin penelitian.
7. Bapak dan Ibu guru yang telah bersedia menjadi narasumber dalam Penelitian ini yaitu dari Mr Raihan, Mr Ratna, Mr Ernesto, Siswa-siswa ITE yaitu Suhaila, Natisha, Daniel, Rafana, dan ibu Ida yang juga bersedia menjadi narasumber terimakasih atas partisipasi dan bantuannya selama proses Penelitian.
8. Bapak Rochib Hidayat dan Mama Tusriyati, dengan mengingat nama-nama beliau membuat saya semangat dalam mengerjakan skripsi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Teman-teman Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Angkatan 2015, teman-teman rombel Bilingual, teman-teman PPL dan KKN Internasional di ITE College East Singapore, teman-teman satu atap Griya Pramesti atas masukan serta motivasinya dalam penyusunan skripsi ini.
10. Para senior di UKM Senam Unnes yang selalu memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi dan selalu mendukung untuk terus latih dan tetap konsisten untuk mengerjakan skripsi.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas masukannya dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga amal baik dari semua pihak mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Disadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh

karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna penyempurnaan karya selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Pembatasan Masalah.....	5
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Aktivitas Fisik	8
2.1.1 Manfaat Aktivitas Fisik.....	8
2.1.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	10
2.2 Definisi Pendidikan.....	11
2.2.1 Tujuan Pendidikan.....	12
2.3 Definisi Pendidikan Jasmani.....	13
2.3.1 Tujuan Pendidikan Jasmani	14
2.3.2 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani	15
2.3.3 Standar Sarana dan Prasarana.....	16
2.3.4 Tujuan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani	23
2.4 Kurikulum Sekolah	24
2.5 Guru.....	24
2.5.1 Persyaratan Guru.....	24
2.5.2 Fungsi Guru dalam Pembelajaran	26
2.5.3 Peran Guru dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	26
2.5.4 Kompetensi Guru	29
2.5.5 Guru Sebagai Tenaga Profesional.....	31
2.6 Persepsi Masyarakat	32
2.6.1 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Persepsi	33
2.7 ITE College East Singapore	34

2.8	Hasil Penelitian Terdahulu.....	38
2.9	Kerangka Berfikir.....	39
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Pendekatan Penelitian	40
3.2	Lokasi dan Sasaran Penelitian	40
3.2.1	Lokasi Penelitian	40
3.2.2	Sasaran Penelitian	41
3.3	Instrumen dan Metode Pengumpulan Data	41
3.3.1	Instrumen	41
3.3.2	Metode Pengumpulan Data.....	42
3.3.2.1	Wawancara.....	42
3.3.2.2	Observasi.....	43
3.3.2.3	Dokumentasi.....	43
3.4	Pemeriksaan Keabsahan Data.....	44
3.4.1	Uji Kredibilitas	44
3.4.2	Transferability.....	44
3.4.3	Konfirmability.....	45
3.5	Analisis Data	45
3.5.1	Data <i>Reduction</i> (Reduksi Data).....	45
3.5.2	Data <i>Display</i> (Penyajian Data)	46
3.5.3	<i>Conclusion Drawing / Verification</i> (Penarikan Kesimpulan dan Pengujian)	46
3.6	Prosedur Penelitian.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil Penelitian	48
4.2	Pembahasan.....	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Simpulan	103
5.2	Saran	105
DAFTAR PUSTAKA.....		106
LAMPIRAN		110

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen	42
Tabel 4.1 Latar Belakang Pekerjaan atau Pendidikan Guru	49
Tabel 4.2 Jumlah Jam Mengajar dan Kelas	50
Tabel 4.3 Rincian Penilaian	60
Tabel 4.4 Tingkat Profesionalitas Guru Pendidikan Jasmani di ITE College East Singapore	62
Tabel 4.5 Persepsi Siswa Terhadap Pendidikan Jasmani	66
Tabel 4.6 Fasilitas Olahraga di ITE College East Singapore	68
Tabel 4.7 Fasilitas, Sarana dan Prasarana	70
Tabel 4.8 Pembelajaran Pendidikan Jasmani	74
Tabel 4.9 Status Pendidikan Jasmani dalam Masyarakat	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	39
Gambar 4.1 Diagram Proses Perekrutan Guru di ITE College East	52
Gambar 4.2 Diagram Prosedur Peminjaman Peralatan	70
Gambar 4.3 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (<i>Lesson Plan</i>).....	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Usulan Tema Skripsi	111
Lampiran 2. Surat Keputusan Dosen Pembimbing.....	112
Lampiran 3. Jadwal Mengajar Guru	113
Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran di ITE College East Singapore.....	115
Lampiran 5. Data Narasumber Penelitian	116
Lampiran 6. Tabel Triangulasi.....	117
Lampiran 7. Tabel Reduksi	135
Lampiran 8. Pedoman Observasi.....	147
Lampiran 9. Pedoman Wawancara dan Instrumen Wawancara.....	149
Lampiran 10. Foto Penelitian	154

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Partisipasi aktif dalam aktivitas fisik mampu meningkatkan perkembangan fisik, sosial, kognitif, dan psikologi anak-anak, dapat mengurangi kecemasan, depresi, dan meningkatkan kepercayaan diri. Memiliki ketrampilan gerak yang baik akan meningkatkan aktivitas fisik, dan mampu meningkatkan lebih banyak terlibat dalam pendidikan jasmani (Cohen, et al: 2014:1). Program pendidikan jasmani akan memberikan manfaat kesehatan dan kebugaran yang akan meningkatkan kemampuan akademik dan mengubah pandangan pendidik, administrator, dan sikap politisi terhadap perlunya pendidikan jasmani diteruskan dan terstruktur disemua tingkat akademisi (Fontenot, 2009).

Pendidikan jasmani merupakan komponen penting yang diperlukan untuk memfasilitasi belajar gerak siswa, namun pendidikan jasmani bukan satu-satunya sarana untuk melakukan aktivitas fisik (Johnson dan Turner, 2016:2). Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk membekali siswa terlibat aktif dalam aktivitas fisik, secara teratur dan terstruktur untuk diterapkan sebagai pola hidup sehat (*Curriculum Planing and Development Division (CPPD)*, 2009:40).

Dengan demikian, kebugaran fisik melalui pendidikan jasmani dapat mencegah Obesitas dan menciptakan perilaku hidup sehat seumur hidup (Fang, et al: 2017:1). Obesitas dan kurangnya aktivitas fisik adalah dua penyebab utama dari masalah jantung, diabetes, tekanan darah tinggi, stroke (Fontenot, 2009). Namun, beberapa kebijakan memberikan dampak pengurangan dalam kesempatan

anak-anak usia sekolah untuk melakukan aktivitas fisik dan memberikan tantangan bagi pendidikan jasmani (Ho, et al: 2017:3).

Beberapa kebijakan seperti memperpendek atau menghilangkan pembelajaran pendidikan jasmani, pemotongan anggaran, dan peningkatan standar akademik bagi sekolah yang diperlakukan oleh pemerintah (Ho, et al: 2017:3). Hal tersebut merupakan tantangan bagi terlaksananya pendidikan jasmani. Dalam konteks internasional, status pentingnya pendidikan jasmani lebih rendah dari pada mata pelajaran lain. Hardman (2008:4) dalam ulasannya di Eropa, menegaskan bahwa pendidikan jasmani dicoba untuk dihilangkan dari sistem pendidikan. Sepertiga dari negara Eropa menunjukkan bahwa kualitas dari sarana dan prasarana tidak memadai, dan hanya setengah dari guru pendidikan jasmani yang memenuhi syarat untuk mengajar. Hasil laporan dari *European Physical Education Association* (EUPEA) pada tahun 2014 bahwa tidak semua pelajaran pendidikan jasmani menjadi wajib di semua tingkat pendidikan, jumlah rata-rata jam mata pelajaran yang terlalu sedikit di beberapa negara, jumlah siswa setiap kelas terlalu banyak untuk mengikuti pelajaran pendidikan jasmani (EUPEA, 2014).

Singapura merupakan peringkat kelima di dunia dalam hal produk, domestik bruto, dan pendidikan merupakan pemasukan anggaran kedua bagi Singapura (McNeill, et al: 2010:2). Pemerintah Singapura terus mendorong warga untuk berpartisipasi dalam olahraga untuk memastikan bahwa masyarakat Singapura memiliki kualitas hidup yang lebih baik, beberapa tahun terakhir pemerintah telah mengambil langkah-langkah untuk membangun fasilitas olahraga dan memperbaiki fasilitas yang sudah ada untuk melayani masyarakat dan mendorong untuk

berpartisipasi dalam olahraga (Wah dan Pyun, 2015:3). Pemerintah Singapura sangat percaya bahwa olahraga memainkan peran penting dalam pembangunan bangsa (Wang dan Pyun, 2012:2). Salah satunya dengan meningkatkan kualitas pendidikan jasmani

Dalam kurun waktu saat ini, disebagian besar negara Asia salah satunya adalah Singapura telah mengakui bahwa pendidikan jasmani penting untuk diberikan di sekolah (Ho, et al: 2017). Penyediaan pendidikan jasmani di Singapura telah menunjukkan pentingnya perhatian pada ukuran kelas, waktu, kurikulum, kualifikasi professional guru dalam rangka mencapai tujuan pendidikan jasmani yang berkualitas (McNeill, 2010 dalam (Ahmed, et al: 2016)). Persepsi siswa dan guru terhadap pendidikan jasmani adalah penekanan terhadap memenuhi target kebugaran nasional (Fry dan McNeill, 2015).

Penyediaan fasilitas olahraga di sekolah, setidaknya sekolah di Singapura memiliki gedung serba guna, lapangan basket outdoor, lapangan sepak bola, dan sebagian kecil memiliki dinding panjat tebing, lapangan tennis, kolam renang, dan lintasan lari (McNeill, et al: 2015). Guru-guru pendidikan jasmani ditingkat sekolah dasar di Singapura juga melaporkan bahwa antusias dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani tinggi (McNeill, et al: 2015).

Dalam hal pendidikan, negara Indonesia masih dibawah Singapura, berdasarkan survei global *Programme for International Student Assessment (PISA)* yang diinisiasi oleh *Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD)* tahun 2015 peringkat pendidikan Singapura berada di nomor urut teratas sedangkan Indonesia berada diperingkat 69 dari 76 negara (PISA, 2015). Indonesia

menduduki peringkat ke lima dari negara-negara ASEAN. Di Indonesia dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani belum sesuai dengan harapan, banyak kendala yang dijumpai seperti terbatasnya sarana dan prasarana, faktor guru yang belum memadai dalam hal jumlah dan mutu. Kurikulum yang diterapkan di Indonesia adalah kurikulum 2013 yaitu yang menyeimbangkan 3 aspek kompetensi yaitu afektif, kognitif, psikomotor, dan melalui pembelajaran dengan pendekatan saintifik diharapkan siswa mempunyai kemampuan bersikap kritis dan sikap ilmiah (Candra Wahyu Harijaya dan Advendi Kristiyandaru, 2013).

Dalam pelaksanaannya kurikulum pendidikan jasmani di Indonesia masih dijumpai hal-hal yang menyimpang dari kurikulum. Misalnya dalam kurikulum terdapat materi pencak silat, atletik, lompat jauh, namun dalam kenyataannya masih banyak sekolah yang tidak memberikan materi itu, hal tersebut disebabkan karena sarana dan prasarana yang kurang memadai dan guru yang tidak menguasai materi (Muh Yusuf, 2012).

Berdasarkan hasil observasi salah satu sekolah Singapore yaitu Institute of Technical Education (ITE) College East Singapore terdapat mata pelajaran pendidikan yang dilaksanakan setiap 1 kali dalam 1 minggu dengan banyak guru yang mengajar dan memiliki jumlah siswa yang banyak. ITE College East juga memiliki fasilitas yang memadai yaitu lapangan sepakbola, lintasan lari, kolam renang, gym, dan *indoor sports hall*.

Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pelaksanaan pendidikan jasmani di ITE College East, Singapura, dan diharapkan dapat digunakan sebagai pemicu bagi perkembangan pendidikan jasmani di Indonesia

menuju taraf yang lebih baik, dengan menerapkan sistem dan strategi yang diterapkan di Singapura yang dapat diterapkan di Indonesia.

1.2 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus maka permasalahan hanya dibatasi pada “Pendidikan Jasmani di Institute of Technical Education (ITE) College East Singapore”.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dirumuskan sebelumnya, peneliti ingin mengetahui “Bagaimana Pendidikan Jasmani di Institute of Technical Education (ITE) College East, Singapore?” yang akan diperinci dengan rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat profesionalitas guru pendidikan jasmani di ITE College East, Singapore?
2. Bagaimana persepsi siswa terhadap pendidikan jasmani?
3. Bagaimana sarana dan prasarana di ITE College East, Singapore?
4. Bagaimana pembelajaran pendidikan jasmani di ITE College East, Singapore?
5. Bagaimana status pendidikan jasmani didalam masyarakat Singapore?

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah maka tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan :

1. Hasil analisis tingkat profesionalitas guru pendidikan jasmani di ITE College East, Singapore.

2. Hasil analisis persepsi siswa terhadap pendidikan jasmani.
3. Hasil analisis sarana dan prasarana di ITE College East, Singapore.
4. Hasil analisis pembelajaran pendidikan jasmani di ITE College East, Singapore.
5. Hasil analisis status pendidikan jasmani didalam masyarakat Singapore.

1.5 Manfaat Penelitian

Setelah melakukan penelitian dan mengetahui hasil analisis pendidikan jasmani di ITE College East, Singapore diharapkan hasil dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

1. Guru

Sebagai salah satu bahan referensi untuk perbaikan dalam proses pendidikan jasmani berjalan dengan benar serta diharapkan mampu meningkatkan kualitas guru pendidikan jasmani dalam mendidik.

2. Sekolah

Memberikan gambaran pendidikan jasmani di Singapura sebagai bahan masukan dan pemicu untuk peningkatan kualitas pendidikan jasmani di sekolah Indonesia.

3. Bangsa Indonesia

Sebagai pemicu untuk peningkatan pelaksanaan pendidikan di Indonesia terutama pendidikan jasmani dengan menerapkan strategi, model, metode atau kurikulum yang diterapkan di Singapura.

3. Penulis

Melalui penelitian ini, penulis menambah pengetahuan dan berlatih untuk menganalisis suatu masalah.

4. Peneliti lain

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai informasi bagi peneliti lain dan selanjutnya dapat menambah kepustakaan bagi peneliti lain atau pihak lain.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Aktivitas Fisik

Menurut WHO aktivitas fisik (*physical activity*) merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik melibatkan proses biokimia dan biomekanik. Aktivitas fisik dapat dikelompokkan berdasarkan tipe dan intensitasnya. Seringkali orang menukarkan istilah aktifitas fisik dengan latihan olahraga atau *exercise*.

2.1.1 Manfaat Aktivitas Fisik

Kemajuan teknologi saat ini sudah mempengaruhi pola aktivitas manusia. Perubahan gaya hidup kearah sedentari yaitu gaya hidup yang semakin sedikit melakukan aktivitas fisik berpengaruh terhadap kesehatan. Gaya hidup modern telah meminimalkan aktivitas fisik seseorang, seperti fungsi tangga sudah digantikan oleh *elevator*, penggunaan alat rumah tangga yang serba digital, serta penggunaan kendaraan bermotor telah mengurangi aktivitas berjalan kaki ke tempat kerja maupun ke sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik memberikan keuntungan yang besar untuk menurunkan resiko penyakit jantung. Orang yang kurang melakukan aktivitas fisik beresiko dua kali lebih besar terkena penyakit jantung bila dibandingkan orang yang tidak aktif. Aktivitas fisik juga membantu mencegah penyakit stroke dan memperbaiki faktor resiko *cardiovascular disease* (CVD) seperti

tekanan darah tinggi dan tinggi kolesterol. Rendahnya level aktivitas fisik dapat meningkatkan pula prevalensi obesitas secara signifikan. Obesitas terjadi bila asupan energi melebihi pengeluaran energi total termasuk energi untuk melakukan aktivitas fisik.

Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin juga memperbaiki psikologis seseorang melalui penerunan stress, kecemasan dan depresi. Faktor psikologis penting dipertimbangkan untuk pencegahan dan manajemen penyakit jantung serta berimplikasi juga terhadap penyakit kronis lainnya seperti diabetes, osteoporosis, hipertensi, kegemukan, kanker dan depresi.

Terjadinya perbaikan massa tubuh karena aktivitas fisik menyebabkan peningkatan sintesis glikogen dan aktifitas hexokinase, peningkatan GLUT-4 dan ekskresi mRNA, memperbaiki densitas kapiler otot sehingga mengakibatkan perbaikan pengangkutan glukosa ke otot. Pada mekanisme penurunan laju penyakit kanker, dengan melakukan aktivitas fisik secara regular menurunkan laju kanker sebesar 46%, menurunkan simpanan lemak dan meningkatkan pengeluaran energi, serta berkaitan pula dengan perubahan level hormon, fungsi imun, insulin dan pembentukan radikal bebas yang berpengaruh langsung terhadap tumor.

Secara umum manfaat aktivitas fisik dapat disimpulkan yaitu (1) manfaat fisik/biologis meliputi : menjaga tekanan darah tetap stabil dalam batas normal, meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, menjaga berat badan ideal, menguatkan tulang dan otot, meningkatkan kelenturan tubuh, dan meningkatkan kebugaran tubuh. ; (2) manfaat aktivitas fisik secara psikis/mental dapat : mengurangi stress, meningkatkan rasa percaya diri, membangun rasa sportifitas,

memupuk tanggung jawab, dan membangun kesetiakawanan sosial (Wilda Welis dan Muhamad Sazeli Rifki 2013 : 11-14). Aktivitas fisik yang teratur memiliki manfaat terhadap kesehatan pada semua golongan usia (Rina Amatarina, 2017). Mulai dari anak-anak untuk pertumbuhan dan perkembangan, untuk remaja sebagai penigkatan pertumbuhan dan juga untuk orang dewasa sebagai pengaturan pola hidup sehat untuk mencegah berbagai macam penyakit, begitu juga dengan untuk usia lanjut aktivitas fisik dapat bermanfaat untuk kesehatan dan untuk mencegah penyakit pikun. Jadi aktivitas fisik penting dilakukan oleh semua orang karena sehat adalah modal utama untuk melakukan pekerjaan.

2.1.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Baik faktor lingkungan makro, lingkungan mikro maupun faktor individual. Secara lingkungan makro, faktor sosial ekonomi akan berpengaruh terhadap aktivitas fisik. Pada kelompok masyarakat dengan latar belakang sosial ekonomi relatif rendah, memiliki waktu luang yang relatif sedikit bila dibandingkan masyarakat dengan latar belakang sosial ekonomi yang relatif lebih baik (Wilda Welis dan Muhamad Sazeli Rifki, 2013: 14).

Ketersediaan fasilitas sarana dan prasarana merupakan faktor yang penting untuk menjadi perhatian seseorang dalam melakukan aktivitas fisik (Moray, dkk 2016). Aktivitas fisik akan berjalan dengan baik jika diiringi dengan tercukupinya asupan gizi seseorang serta komposisi tubuh yang memadai. Kebutuhan tubuh akan zat-zat gizi memberikan dampak pada status gizi yang baik jika zat-zat gizi terpenuhi kecukupannya (Elvia Raissa Vania dkk, 2018).

2.2 Definisi Pendidikan

Pendidikan adalah usaha untuk mewujudkan suasana belajar dalam proses pembelajaran agar siswa aktif mengembangkan potensi dirinya. Seperti dalam proses belajar dikemukakan bahwa siswa yang mulanya tidak tahu akan menjadi tahu, dari awalnya yang tidak bisa menjadi bisa, dengan begitu akan tercipta dalam suatu pendidikan (Sofyan Hadi dan Fifukha Dwi Khory, 2013).

Pendidikan pada hakikatnya tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, tanpa kita sadari setiap perilaku individu merupakan proses pendidikan, seperti halnya setiap manusia yang ada di bumi, karena dengan pendidikan manusia dapat berdaya guna dan mandiri (Ika Yuni Kurniasih dkk, 2017).

Richard Peters pernah menulis bahwa dimensi yang paling penting dari pendidikan adalah bahwa dimana kita belajar untuk berdamai dengan inti dari hidup, menyarankan bahwa pendidikan harus membuat siswa memahami bagaimana mereka di dunia dan memberikan berbagai pengalaman untuk hidup (Schinkle et al, 2015).

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik. Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2010:2).

Jadi pendidikan adalah proses perubahan tingkah laku seseorang dari yang tidak tahu menjadi tahu sebagai bekal untuk menjalani hidup.

2.2.1 Tujuan Pendidikan

Ada tiga jenis pendekatan yang dapat digunakan mengklasifikasikan tujuan pendidikan, yaitu sebagai berikut :

- 1) Imediasi : jangka panjang/langsung.
- 2) Tipe *performance* : kognitif/afektif/psikomotor.
- 3) Sumber (*source*) : ketrampilan kehidupan/metodologis isi (*content*)

Dengan pendekatan imediasi, tujuan-tujuan pendidikan pendidikan diklasifikasikan menjadi beberapa tujuan sebagai berikut :

- 1) Tujuan jangka panjang (*long term*), misalnya pengetahuan dan ketrampilan yang berguna sepanjang kehidupan.
- 2) Tujuan antara (*medium term*) yang mencakup hal-hal yang diperoleh khususnya dari sekolah.
- 3) Tujuan pengajaran (*course*) berkenaan dengan bidang pengajaran apa yang akan diajarkan.
- 4) Tujuan unit berkenaan dengan unit apa yang diajarkan/diujikan.
- 5) Pelajaran (*lesson*) berkenaan dengan pelajaran apa yang akan diajarkan/diujikan.
- 6) Tingkah laku khusus berkenaan dengan langkah-langkah atau latihan tertentu.

Dengan pendekatan tipe *performance*, klasifikasi ini biasanya mengkombinasikan seperangkat aturan (taksonomi), metode mengajar, instrumen tes, dengan tujuan yang terdiri dari:

- 1) Tujuan-tujuan kognitif berkaitan dengan berfikir.

- 2) Tujuan-tujuan afektif berkaitan dengan perasaan.
- 3) Tujuan-tujuan psikomotor berkaitan dengan berbuat.

Pendekatan sumber, bertitik tolak dari kebutuhan masyarakat, kebutuhan organisasi atau kebutuhan individual. Kebutuhan-kebutuhan tersebut diklasifikasikan dalam artian *input* (isi atau informasi), proses (kemampuan berfikir) atau dalam artian produk (ketrampilan atau perilaku khusus), yang terdiri atas sebagai berikut:

- 1) Tujuan-tujuan ketrampilan kehidupan, yakni ketrampilan yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari bila berinteraksi dengan orang lain, situasi-situasi khusus, dan sebagainya. Ketrampilan-ketrampilan ini meliputi kognitif, afektif, dan psikomotor.
- 2) Tujuan-tujuan metodologis berkenaan dengan cara-cara berfikir dan cara-cara bertindak terhadap informasi, melakukan inkuiri dan cara-cara mengetahui macam-macam disiplin mata pelajaran.
- 3) Tujuan-tujuan isi yang berkenaan dengan kemampuan siswa mengenal konsep, generalisasi, prinsip yang berada dalam daerah dan struktur mata pelajaran tertentu.

Klasifikasi ini sangat berguna dalam rangka memilih tujuan-tujuan suatu bidang pengajaran (*course*) (Oemar Hamalik, 2008 : 114-115).

2.3 Definisi Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah sebagai rangkaian kelas yang didalamnya terdapat sekolah, kurikulum yang harus dirancang khusus untuk membimbing siswa menuju pendidikan fisik. Pendidikan jasmani tidak hanya selesai pada pembelajaran di kelas, ini adalah proses perjalanan seumur hidup yang mencakup memperoleh

ketrampilan baru dalam program olahraga, seperti mengetahui cara meningkatkan kebugaran kardiorespirasi selama aktivitas istirahat secara teratur, dan belajar tentang manfaat yoga (Johnson dan Turner, 2016)

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang (Margono, 2016:61).

Definisi pendidikan jasmani menurut Sulaiman (2016:4) pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motoric, 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, psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Berdasarkan pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan yang dilakukan melalu aktivitas fisik, dimana aktivitas fisik tersebut dapat meningkatkan kebugaran tubuh, dan bertujuan untuk meningkatkan perkembangan seluruh ranah yaitu afektif, kognitif, dan psikomotorik.

2.3.1 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan dari pendidikan jasmani yaitu meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan diharapkan dalam proses pembelajaran penjas terdapat adanya respon yang baik dari siswa setelah pembelajaran berlangsung, dan kebugaran jasmani

siswa meningkat serta diikuti peningkatan dalam bidang akademik (Ika Yuni Kurniasih, dkk 2017).

Apabila dapat diperhatikan tujuan pendidikan jasmani adalah untuk membantu siswa dalam perbaikan derajat kesehatan dan kesegaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktivitas fisik (Margono, 2012:61).

Secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan kedalam empat kategori, yaitu :

- 1) Perkembangan fisik, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktifitas-aktifitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- 2) Perkembangan gerak, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.
- 3) Perkembangan mental, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani kedalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap dan tanggung jawab siswa.
- 4) Perkembangan sosial, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat. (Sulaiman, 2016:19).

2.3.2 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Prasarana pendidikan jasmani adalah merupakan sesuatu yang bersifat permanen. Kelangsungan proses belajar mengajar pendidikan jasmani tidak terlepas dari tersedianya prasarana yang baik dan memadai. Sedangkan sarana pendidikan

jasmani adalah perlengkapan yang sifatnya dinamis dapat berpindah-pindah dari satu tempat ke tempat yang lain, misalnya bola, raket, net dan lain lain. (Sulaiman, 2016:153-155).

2.3.3 Standar Sarana dan Prasarana

1) *Indoor Sports Hall*

Para penulis mendefinisikan gedung olahraga sebagai tempat untuk berolahraga terdapat olahraga dalam ruangan yang ditunjuk atau permutasi dari olahraga dalam ruangan. Ukuran ruang bergantung dengan menyeimbangkan aspirasi (untuk olahraga dan pengguna harus sesuai) dengan anggaran. Meskipun ketinggian yang jelas maksimal dapat ditentukan oleh olahraga yang mengatur tubuh dalam praktiknya mereka mungkin biasanya lebih besar, ditentukan oleh kebutuhan kegiatan ketinggian pokok penting gedung olah raga (seperti bulu tangkis, tenis, dan senam).

Badminton sekarang adalah salah satu dunia olahraga dalam ruangan yang paling populer. Pokok pengadilan olahraga dalam ruangan lainnya adalah basket dan voli. volume melampirkan bagi individu olahraga pengadilan memiliki tradisi lebih lama daripada melampirkan volume untuk digunakan olahraga multifungsi.

a) *Struktur atap*

Gedung olahraga yang dibangun dalam berbagai macam bahan dan konfigurasi. Bahan termasuk baja struktural, beton, beton pratekan, kayu, dan membran dan cbles (dalam larutan struktur ringan). Faktor utama yang mempengaruhi biaya gedung olah raga yang bentuk, ukuran dan standar selesai.

b) Dinding

Bahan dinding eksternal untuk ruang olahraga mungkin termasuk baja berlapis warna. Di mana logam diprofilkan digunakan, terlihat lebih baik ketika menjalankan *horizontal cladding Cedarboard* lebih murah daripada *cladding* logam dan tidak memerlukan perawatan. Jendela eksternal dan kusen pintu harus dalam bubuk aluminium berlapis, baja galvanis, UPVC atau kayu keras.

permukaan dinding internal harus menyiram dan tanpa proyeksi atau sudut tajam. Mereka harus mampu menahan dampak dari tubuh bangunan pengguna, peralatan olahraga dan proyektil.

c) Lantai

Bahan lantai yang biasa digunakan untuk gedung olah raga termasuk setengah bermunculan kayu, karpet PVC dengan *chipboard* atau *pywood* mendasari, PVC dengan dukungan busa dan karet atau plastik dalam bentuk lembaran atau diletakkan didalamnya.

d) Pemanasan dan ventilasi

Pemanasan dan ventilasi persyaratan bervariasi sesuai dengan aktivitas dan musim. Musim dingin suhu dari 13-22 C cocok untuk sebagian besar kegiatan. pembaharuan Air harus menjadi 4 kali per jam dengan kinerja minimal 50 m per jam. Gedung olah raga dapat menggunakan udara hangat atau pemanasan berseri-seri, atau kombinasi keduanya. Ventilasi penerangan

Lembaga gedung baru memiliki Agis Mitra Mandiri, beberapa pendekatan dasar yang sangat baik untuk mencapai energi yang efektif desain gedung olah raga:

- 1) Gunakan siang hari sebagai sumber cahaya pokok. Ada bukti yang cukup bahwa siang hari membuat orang lebih bahagia, lebih sehat dan lebih produktif. Hal ini juga gratis dan ramah lingkungan. *Skylight difus*, monitor dan menghadap ke utara *clerestories* adalah pilihan yang baik.
- 2) Menggunakan permukaan reflektif cahaya untuk memaksimalkan persepsi kecerahan meminimalkan silau dan penggunaan energi. Dalam desain yang baik, bangunan umumnya harus menjadi lampu. Dengan kata lain, cat ciling dan dinding putih. Gunakan pita warna untuk warna sekolah.
- 3) Pilih tingkat cahaya sasaran yang tepat. fasilitas sekolah tinggi membutuhkan tingkat cahaya yang lebih tinggi selama acara kompetitif dibandingkan sekolah dasar atau menengah.

e) Penyimpanan peralatan

Perencana dan *desainer* dari ruang olahraga harus memungkinkan minimal 12,5% dari luas lantai untuk penyimpanan peralatan olahraga. Jika aula harus ganda sebagai sumber masyarakat, maka tambahan kebutuhan untuk toko furnitur secara signifikan akan meningkatkan proporsi bangunan yang harus dialokasikan untuk penyimpanan. *Mats* memerlukan satu jam kandang api dinilai penyimpanan terpisah, dibuang ke udara luar dan dilengkapi dengan sistem deteksi asap.

2) Gymnasium

Dalam dunia modern, gimnasium kembali ke peran utamanya dari tempat kebugaran. Kebugaran adalah bisnis besar. Ini adalah industri \$ 14,8 miliar di Amerika Serikat, di mana 39,4 juta orang adalah anggota klub kesehatan. Namun,

keanggotaan klub drop out besar juga. Jika, seperti penulis, Anda adalah anggota dari gym UK, maka Anda akan tahu bahwa puncak keanggotaan klub dan fasilitas yang digunakan kebanyakan selama Januari, bertepatan dengan resolusi tahun baru untuk “mendapatkan cocok” atau “menurunkan berat badan”.

a) *Gymnasium*

Gymnasium modern adalah desain bangunan ruangan untuk melindungi *exerciser* dan peralatan terhadap cuaca. Apapun di bangunan apapun. Apakah tindakan karena statis atau dinamis kekuatan (termasuk perkiraan untuk perabotan dan peralatan), statis, beban terbagi rata mengambil alih luas lantai seluruh dalam dinding-dinding perimeter.

b) *Ruang Gymnasium*

Dalam sebuah *gymnasium* orang dari jenis kelamin yang berbeda, usia dan tingkat kebugaran bekerja pada berbagai jenis peralatan pada intensitas yang berbeda selama jangka waktu yang berbeda. Variabel-variabel ini saja akan membuat *gymnasium* tantangan dalam hal pengendalian lingkungan. Tapi, situasinya bahkan lebih kompleks dari pada di pertama kali muncul.

Beberapa bangunan petugas komersial baru menawarkan individu anggota staf fasilitas mengendalikan mikro mereka sendiri dari *workstation* mereka.

c) *Tata Letak Gymnasium*

Pada tahun 1960 di Inggris aula olahraga sekolah biasanya dua kali lipat sebagai *gym* sekolah. dinding kayu bar bisa mengayunkan keluar pada 90 derajat dan tetap ke tersembunyi, *boltholes* yang telah ditentukan di lantai, dan juga bisa digunakan untuk membantu menciptakan program kendala. Peralatan olahraga kayu

portabel seperti kuda dan rel keseimbangan bisa dibawa keluar dari ruang toko yang berdekatan seperti yang diperlukan. Ini dua kali lipat digunakan dibuat kebingungan dalam arti istilah “olahraga aula” dan “gimnasium” yang masih jelas dalam literatur olahraga hari ini. Penulis menerapkan perbedaan, diakui tidak perbedaan saling eksklusif, bahwa sebuah gimnasium menampung peralatan olahraga tetapi tidak memerlukan tinggi atau kolom-bebas daerah itu aula olahraga perlu mengakomodasi pengadilan olahraga seperti basket dan bulu tangkis.

Sebelum komputer, tata letak *gym* diproduksi dengan menggambar area lantai gimnasium untuk skala pada kertas grafik. Skala gambar dari dimensi terbaik dari masing-masing peralatan *gym* untuk ditampung kemudian dapat diposisikan dan kembali diposisikan untuk tiba di tata letak peralatan yang optimal.

d) Peralatan

Lebih dari 30 tahun kemudian, inovasi *gym* kebugaran hidup adalah sebuah aplikasi dan *user interface* yang bernama VIVO. Pengguna *gym* diberi nomor identifikasi pribadi bahwa mereka memasuki layar sentuh pada konsol peralatan fitness. Sebuah latihan yang disesuaikan, berdasarkan profil pengguna, kemudian wirelessly download peralatan. The VIVO sistem pembinaan virtual pada masing-masing peralatan resistensi menampilkan jadwal pengguna latihan, repetitions real time dan weight angkat statistik, bersama-sama dengan pada bimbingan layar pada jangkauan dan kecepatan gerak.

3) *Dance Studio*

a) Ruang *Dance Studio*

Dalam hal menghitung kapasitas studio tari, aturan yang berguna praktis adalah bahwa minimal 3 m per peserta diperlukan untuk peserta dari usia sekolah dasar dan 5 m untuk peserta di sekolah menengah dan rentang usia tersier. Tapi, untuk mencapai fleksibilitas dan efisiensi dalam penggunaan, tarian daerah perlu kotak gratis. Tari studio dibangun dalam berbagai bentuk termasuk lonjong atau melingkar pada rencana dengan dinding melengkung. Ruang tersebut membatasi. Juga, untuk kegiatan tari banyak, perlu untuk menemukan depan. Untuk alasan ini ruang persegi panjang adalah yang paling sesuai.

b) Kaca Dance Studio

Cermin minimal 2 m tinggi dan selebar wajar mungkin harus dipasang penuh ke dinding, sekitar 300-450 mm di atas lantai. cermin vertikal portabel sekitar 1.2m X 1.8m juga tersedia secara komersial. Daun dilipat cermin, yang dapat dilipat untuk perlindungan atau *curtained* selama pertunjukan, dapat diinstal bersama dua dinding sebelah sehingga gerakan tari bisadialalisis dari dua arah.

c) Musik

Studio tari harus mampu mengakomodasi *sound system* profesional. Pusat tari san Francisco memiliki piano tegak bersama-sama dengan sistem suara menggabungkan peralatan pemutaran dengan lapangan sebagai kontrol volume dengan baik untuk kaset dan CD, kabel untuk menghubungkan ke salah MP3 player atau komputer, dan koneksi kabel untuk microphone atau mini-mixer di studio 3,5 , dan 6.

4) Kolam Renang

Awal kolam renang dibangun dikenal adalah "Great Bath" struktur di Mohenjo-Daro, ditemukan pada tahun 1925 di selatan yang sekarang Pakistan. Langkah-langkah besar mandi sekitar 12 m dan memiliki kedalaman maksimum 2,4 m. ia berpikir bahwa kolam itu untuk mencuci, mungkin terkait dengan pembersihan ritual untuk kelas imam, bukannya untuk umum rekreasi berenang, setelah semua, sungai di dekatnya untuk memancing, kegiatan mencuci normal dan bahkan berenang.

a) Dimensi Kolam Renang

Kompetisi berenang didasarkan pada ras kelipatan 100 m perenang bersaing di 2-2,5 m dan lebar kolam kompetisi biasanya dari 6, 8, atau 10 jalur, dengan 500 mm ditambahkan ke sisi jalur luar. International kolam kompetisi standar 50 m X 21 m (25 m lebih disukai), nasional dan kolam renang daerah 50 m X 13 m X 17 m dan kolam renang kompetisi kabupaten dan tingkat klub bisa 25 m X 13 m atau 17 m.

Kedalaman harus minimal 2 m dan peraturan lainnya harus dipenuhi, seperti warna jalur tali dan posisi punggung bendera. (Peter Culey dan John Pascoe, 2017 : 5-39).

5) Persyaratan Prasarana dan Sarana Pendidikan Jasmani

- 1) Aman
- 2) Mudah dah murah
- 3) Menarik
- 4) Memacu untuk bergerak
- 5) Sesuai dengan kebutuhan

- 6) Sesuai dengan tujuan
- 7) Tidak mudah rusak
- 8) Sesuai dengan lingkungan

2.3.4 Tujuan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

Kelancaran pembelajaran pendidikan jasmani dapat diukur salah satunya dari ketersediaan sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana yang memadai mencerminkan kualitas pembelajaran yang dilakukan sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai. Jadi tujuan dari sarana dan prasarana adalah untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani. Suatu sarana dan prasarana akan memadai jika secara kualitas berdaya guna dari sisi kuantitas cukup untuk memenuhi kebutuhan pembelajaran seluruh siswa (Endang Sri Harnani, dkk 2013)

Menurut sumber lain beberapa tujuan dari prasarana dan sarana pendidikan jasmani adalah:

- 1) Memperlancar jalannya pembelajaran
- 2) Memudahkan gerakan
- 3) Memacu siswa dalam bergerak
- 4) Kelangsungan aktivitas
- 5) Menjadikan siswa tidak takut melakukan gerakan/aktivitas

Manfaat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani

- 1) Dapat memacu pertumbuhan dan perkembangan siswa
- 2) Gerakan dapat lebih mudah atau sulit

- 3) Dapat dijadikan sebagai tolak ukur keberhasilan
- 4) Menarik perhatian siswa

2.4 Kurikulum Sekolah

Tafsiran tentang kurikulum dapat diartikan dalam arti sempit dan dalam arti luas. Dalam pengertian pertama, kurikulum dianggap sebagai sejumlah mata pelajaran yang harus ditempuh oleh siswa untuk memperoleh ijazah. Dalam pengertian yang lebih luas, kurikulum adalah semua pengalaman yang dengan sengaja disediakan oleh sekolah bagi para siswanya untuk mencapai tujuan pendidikan (Oemar Hamalik, 2008 : 26).

2.5 Guru

Guru mempunyai kedudukan sebagai tenaga professional jenjang pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal yang diangkat sesuai dengan peraturan perundang-undangan (Sulaiman, 2016 : 68)

Guru sebagai pendidik professional mempunyai citra yang baik di masyarakat apabila dapat menunjukkan kepada masyarakat bahwa ia layak menjadi panutan atau teladan masyarakat sekelilingnya. Masyarakat terutama akan melihat bagaimana sikap dan perbuatan guru itu sehari-hari, apakah memang ada yang patut di teladani atau tidak (Soetjipto Raffles Kosasi, 2009 : 42).

2.5.1 Persyaratan Guru

Menurut buku karangan Sudirman A,M (1986) Untuk dapat melakukan peranan dan melaksanakan tugas serta tanggung jawabnya, guru memerlukan

syarat-syarat tertentu. Syarat-syarat inilah yang membedakan antara guru dari manusia-manusia lain pada umumnya. Adapun syarat-syarat menjadi guru :

1) Persyaratan administrasi

Persyaratan administrasi antara lain meliputi kewarganegaraan, usia, berkelakuan baik, mengajukan permohonan.

2) Persyaratan Teknis

Dalam persyaratan teknis ada yang bersifat formal yaitu harus berijazah pendidikan guru. Hal ini mempunyai konotasi bahwa seseorang yang memiliki ijazah pendidikan guru itu dinilai sudah mampu mengajar. Menguasai cara dan teknik mengajar, memiliki motivasi, dan cita-cita memajukan pendidikan/pengajaran.

3) Persyaratan Psikis

Persyaratan psikis yaitu sehat rohani, dewasa dalam berpikir dan bertindak, mampu mengendalikan emosi, sabar, ramah, dan sopan, memiliki jiwa kepemimpinan, konsekuen dan bertanggung jawab, berani berkorban dan memiliki jiwa pengabdian.

4) Persyaratan Fisik

Persyaratan fisik antara lain meliuti berbadan sehat, tidak memiliki cacat tubuh yang mungkin mengganggu pekerjaannya, tidak memiliki gejala-gejala penyakit yang menular. Dalam persyaratan fisik juga menyangkut kebersihan dan kerapihan termasuk dalam cara berpakaian.

Sesuai dengan tugas keprofesiannya, maka sifat dan persyaratan tersebut secara garis besar dapat diklasifikasikan dalam spectrum yang lebih luas yakni guru harus memiliki kemampuan professional, intelektual, dan edukasi sosial.

2.5.2 Fungsi Guru dalam Pembelajaran

Fungsi guru dalam kelas bukan mengajari namun kehadiran guru membuat siswa belajar sehingga fungsi guru tidak mengajar namun lebih pada empat fungsi yang harus dipahami oleh guru yaitu :

- 1) Menciptakan suasana pembelajara yang kondusif, kreatif, menciptakan berbagai kiat dan model penyampaian materi pembelajaran, membuat suasana pembelajaran menjadi menarik.
- 2) Membangkitkan motivasi para siswa agar lebih aktif dan giat dalam belajar.
- 3) Membimbing dan memberikan kemudahan bagi siswa dalam pembelajaran, sehingga proses pembelajaran lebih berkualitas.
- 4) Memimpin pembelajaran, juga menjadi tempat bertanya bagi para siswa (Sulaiman, 2016 : 69-70).

2.5.3 Peran Guru dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani

- 1) Guru sebagai pendidik

Guru adalah pendidik yang menjadi tokoh, panutan, dan identifikasi bagi para peserta didik dan lingkungannya yang berkaitan dengan tanggungjawab, berkenaan dengan wibawa, dan berkenaan dengan disiplin.

- 2) Guru sebagai pengajar

Guru memberikan proses pembelajaran kepada sekolah formal dan seluruh peserta didik berdasarkan kurikulum yang telah ditetapkan.

- 3) Guru sebagai pembimbing

Guru dapat diibaratkan sebagai pembimbing perjalanan (*journey*) yang berdasarkan pengetahuan dan perjalanannya bertanggung jawab atas perjalanan itu.

4) Guru sebagai pelatih

Proses pendidikan dan pembelajaran memerlukan pelatihan ketrampilan baik intelek maupun motorik sehingga hal ini menuntut guru untuk bertindak sebagai pelatih.

5) Guru sebagai penasehat

Guru sebagai seorang penasehat bagi peserta didik bahkan bagi orang tua. Meskipun, mereka tidak memiliki latihan khusus sebagai penasehat namun guru diwajibkan harus mampu menyelesaikan masalah-masalah yang dilakukan oleh peserta didik.

6) Guru sebagai model atau teladan

Guru merupakan model atau teladan bagi para peserta didik. Sebagai teladan, tentu saja pribadi dan apa yang dilakukan guru akan mendapat sorotan peserta didik di sekitar lingkungannya yang menganggap atau mengakuinya sebagai guru.

7) Guru sebagai pendorong kreativitas

Kreativitas merupakan hal yang sangat penting dalam pembelajaran dan guru dituntut untuk mendemonstrasikan dan menunjukkan proses kreativitas tersebut.

8) Guru sebagai evaluator

Evaluasi atau penilaian merupakan aspek pembelajaran yang paling kompleks karena melibatkan banyak latar belakang dan hubungan serta variable lain (Sulaiman, 2016 : 72-74).

Menurut Sardiman (1986 : 144-146) secara rinci peran guru dalam kegiatan belajar-mengajar, secara singkat dapat disebutkan sebagai berikut:

a) *Informator*

sebagai pelaksana cara mengajar informative, laboratorium, studi lapangan dan sumber informasi kegiatan akademik maupun umum.

b) *Organisator*

Guru sebagai organisator, pengelola kegiatan akademik, silabus, workshop, jadwal pelajaran dan lain-lain.

c) *Motivator*

Peranan guru sebagai motivator ini penting artinya dalam rangka meningkatkan kegairahan dan pengembangan kegiatan belajar siswa. Guru harus dapat merangsang dan memberikan dorongan serta reinforcement untuk mendinamisasikan potensi siswa, menumbuhkan swadaya (aktivitas) dan daya cipta (kreativitas), sehingga akan terjadi dinamika didalam proses belajar mengajar.

d) *Pengaruh/Direktor*

Guru dalam hal ini harus dapat membimbing dan mengarahkan kegiatan belajar siswa sesuai dengan tujuan yang dicita-citakan.

e) *Inisiator*

Guru dalam hal ini sebagai pencetus ide-ide dalam proses belajar

f) *Transmitter*

Dalam kegiatan belajar guru juga akan bertindak selaku penyebar kebijaksanaan pendidikan dan pengetahuan.

g) *Fasilitator*

Guru dalam hal ini akan memberikan fasilitas atau kemudahan dalam proses belajar-mengajar, misalnya saja dengan menciptakan suasana kegiatan belajar yang sedemikian rupa, serasi dengan perkembangan siswa, sehingga interaksi belajar-mengajar akan berlangsung secara efektif.

h) *Mediator*

Sebagai penengah dalam kegiatan belajar mengajar.

i) *Evaluator*

Guru mempunyai otoritas untuk menilai prestasi anak didik dalam bidang akademis maupun tingkah laku sosialnya, sehingga dapat menentukan bagaimana anak didiknya berhasil atau tidak.

2.5.4 Kompetensi Guru

1) Kompetensi Pedagogik

Kompetensi ini berkisar pada pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang dimulai dari perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, penilaian dan sampai pada pemberian umpan balik dari hasil belajar yang diperoleh siswa menjadi anak didiknya,

2) Kompetensi Kepribadian

Sikap dan juga kepribadian seorang guru harus baik, karena selain dijadikan contoh/tauladan seorang guru juga akan meletakkan karakter dasar

kepada peserta didik yang menjadi tanggungjawabnya untuk tiap-tiap melakukan pembelajaran. Selain digugu dan ditiru seperti yang disampaikan oleh zakiah derajat tersebut merupakan peringatan keras untuk kita semua sebagai pendidik.

3) Kompetensi Profesional

Kompetensi professional seorang guru meliputi pengembangan profesi, pemahaman wawasan, dan bahan penguasaan bahan kajian akademik.

Sebagai seorang guru harus dapat mengembangkan profesi berkelanjutan, ini dimaksudkan agar seorang guru benar teruji keprofesioannya, selain itu ini juga berkaitan dengan kepangkatan dan juga kesejahteraan yang akan dinikmati oleh guru sebagai tenaga professional.

4) Kompetensi Sosial

Kemampuan guru untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dan efisien dengan peserta didik, sesama guru, orangtua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar (Sulaiman, 2016 : 76-83).

Kualitas guru tidak hanya mencari minimum kualitas tetapi juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas penyediaan guru melalui program pengembangan guru dari waktu ke waktu, dan tantangan untuk meningkatkan mutu pendidikan adalah memastikan bahwa guru telah dipersiapkan dengan baik dan seorang guru merupakan penunjang utama bagi prestasi siswa dalam belajar di sekolah. Peningkatan kualitas guru dilakukan dengan berbagai pengalaman-pengalaman dan pelatihan yang diadakan setiap tahunnya (Chong, 2013:3).

Menurut Aryo Prabowo dalam prosiding seminar nasional profesionalisme tenaga profesi, guru mata pelajaran pendidikan jasmani yang memiliki latar belakang

pendidikan tidak linier dengan sarjana pendidikan jasmani akan diragukan kompetensinya dalam mengajar pendidikan jasmani.

2.5.5 Guru Sebagai Tenaga Profesional

Seorang pekerja professional, khususnya guru dapat dibedakan dari seorang teknisi, karena di samping menguasai sejumlah teknik serta prosedur kerja tertentu, seorang pekerja professional juga ditandai adanya informed responsiveness terhadap implikasi kemasyarakatan dari objek kerjanya. Sehubungan dengan profesionalisme Wolmer dan Mills mengemukakan bahwa pekerjaan itu baru dikatakan sebagai suatu profesi, apabila memenuhi kriteria atau ukuran-ukuran sebagai berikut :

- 1) Memiliki spesialisasi dengan latar belakang teori yang luas maksudnya adalah memiliki pengetahuan umum yang luas dan memiliki keahlian khusus yang mendalam.
- 2) Merupakan karier yang dibina secara organisatoris, maksudnya adalah adanya keterikaan dalam suatu organisasi professional, memiliki otonomi jabatan, memiliki kode etik jabatan, merupakan karya bakti seumur hidup.
- 3) Diakui masyarakat sebagai pekerjaan yang mempunyai status professional maksudnya adalah memperoleh dukungan masyarakat, mendapat pengesahan dan perlindungan hukum, memiliki persyaratan kerja yang sehat, memiliki jaminan hidup yang layak.

Selanjutnya Westby dan Gibson mengemukakan ciri-ciri keprofesionalan di bidang kependidikan :

- 1) Diakui masyarakat dan layanan yang diberikan hanya dikerjakan oleh pekerja yang dikategorikan sebagai suatu profesi.
- 2) Memiliki sekumpulan bidang ilmu pengetahuan sebagai landasan dari sejumlah teknik dan prosedur yang unik. Sebagai contoh misalnya profesi dibidang kedokteran, harus pula mempelajari anatomi, bakteriologi, dan sebagainya. Juga profesi dibidang keguruan misalnya harus mempelajari psikologi, metodik dan lain-lain.
- 3) Diperlukan persiapan yang sengaja dan sistematis, sebelum orang itu dapat melaksanakan pekerjaan professional.
- 4) Memiliki mekanisme untuk menyaring sehingga orang yang berkompeten saja yang diperbolehkan bekerja.
- 5) Memiliki organisasi professional untuk meningkatkan layanan kepada masyarakat. (Sardiman, 1986: 126-134).

2.6 Persepsi Masyarakat

Persepsi merupakan kata yang berkaitan erat dengan psikologi manusia. Dalam kamus psikologi, persepsi (*Perception*) dapat diartikan sebagai proses untuk mengingat atau mengidentifikasi sesuatu. Oleh karena itu persepsi sangat berkaitan dengan keadaan sadar seseorang dalam memberikan apa yang dipikirkan terhadap suatu objek.

Persepsi bersifat subjektif tergantung dari pandangan seseorang terhadap suatu objek tertentu. Sehingga persepsi relatif dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri yang dikeluarkan dengan pemikiran-pemikiran tersendiri dari seseorang (Anang Setiyana, 2013).

Di dalam persepsi mengandung suatu proses dalam diri untuk mengetahui dan mengevaluasi sejauh mana kita mengetahui orang lain. Pada proses ini kepekaan dalam diri seseorang terhadap lingkungan sekitar mulai terlihat. Cara pandang akan menentukan kesan yang dihasilkan dari proses persepsi (Rohmau Listiyana dan Yudi Hartono, 2015).

Jadi persepsi adalah suatu pola pikir manusia terhadap sesuatu dan pemikiran tersebut bergantung dari sudut pandang orang tersebut untuk mengidentifikasi sesuatu.

2.6.1 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Persepsi

Menurut (Bimo Walgito (2004: 89-90) dalam Anang Setiyana, 2013), persepsi dipengaruhi oleh beberapa faktor yang telah di kasifikasikan, antara lain :

- 1) Faktor eksternal, yaitu stimulus dan sifat-sifat yang menonjol pada lingkungan yang melatar belakangi objek yang merupakan suatu kebulatan atau kesatuan yang sulit dipisahkan, antara lain : sosial dan lingkungan.
- 2) Faktor internal, yaitu faktor yang berhubungan dengan kemampuan diri sendiri yang berasal dari hubungan dengan segi, mental, kecerdasan, dan kejasmanian. (Irwanto dkk (1989: 97) dalam Anang Setiyana, 2013) juga menjabarkan beberapa faktor yang mempengaruhi persepsi antara lain :
 - 1) Perhatian yang selektif, artinya rangsang (stimulus) harus ditanggapi tetapi individu cukup memusatkan perhatian pada rangsang tertentu saja.

- 2) Ciri-ciri rangsang artinya intensitas rangsang yang paling kuat adalah rangsang yang paling kuat adalah rangsang yang bergerak/dinamis lebih menarik perhatian untuk diamati.
- 3) Nilai-nilai kebutuhan individu, artinya antara individu yang satu dengan yang lain tidak sama tergantung pada nilai hidup dan kebutuhannya.
- 4) Pengalaman terdahulu sangat mempengaruhi bagaimana seseorang mempersepsi dunia sekitarnya.

Jadi persepsi masyarakat dipengaruhi oleh faktor dari luar berupa keadaan lingkungan dan sosial dan faktor dari dalam yaitu berupa kecerdasan dari segi mental, kecerdasan dan kejasmanian.

2.7 ITE College East Singapore

Institut Pendidikan Teknik (ITE) Singapura, didirikan sebagai lembaga pendidikan pasca sekolah menengah pada tahun 1992 dibawah Kementerian Pendidikan. ITE adalah penyedia utama pendidikan karir dan teknis serta pengembang kunci dari sertifikasi dan standar ketrampilan kerja nasional untuk meningkatkan daya saing tenaga kerja Singapura. Dibawah model pendidikan dan tata kelola *“One ITE System, Three Colleges”*, ITE memiliki tiga sekolah tinggi, yang terdiri dari ITE College Center, ITE College East dan ITE College West. Dalam hal ini peneliti mefokuskan pada ITE College East.

Hasil yang diinginkan dari pendidikan ITE adalah untuk ditanamkan pada siswa setelah menyelesaikan pelatihan teknis pasca sekolah menengah. Pendidikan *“Hands-on, Minds-on, dan Hearts-on”* yang unik akan membekali siswa dengan ketrampilan dan pengetahuan teknis terbaru untuk berkontribusi secara efektif di

tempat kerja dan mengembangkan mereka sebagai lulusan percaya diri yang bertanggung jawab terhadap keluarga, komunitas, dan bangsa mereka memiliki nilai-nilai seperti integritas, menghormati orang lain, dan kewarganegaraan. Singkatnya, lulusan ITE akan menjadi anggota yang proaktif dari pemikiran dan tenaga kerja pembelajaran untuk memenuhi tuntutan dan tantangan ekonomi baru.

ITE College East memiliki 4 jurusan, antara lain :

1) *School of Applied and Health Sciences* (Sekolah Ilmu Terapan dan Ilmu Kesehatan)

Berfokus pada pelatihan dibidang kesehatan, kehidupan dan ilmu kimia, dan dicirikan oleh 3 P yaitu Profesionalisme, Passion, dan Progresif.

2) *School of Business and Services* (Sekolah Bisnis dan Layanan)

Sekolah Bisnis & Layanan memberikan pelatihan dalam Layanan Bisnis, Gaya Hidup dan Kebugaran untuk mendukung pertumbuhan ekonomi Singapura. Dipandu oleh nilai-nilai inti dari layanan, profesionalisme, dan perusahaan, para siswa didorong untuk mengadopsi pola pikir 'layanan pelanggan', untuk menumbuhkan jiwa wirausaha dan untuk menampilkan kepercayaan diri dan kebanggaan sebagai seorang profesional layanan. Sekolah berkomitmen untuk menyediakan layanan bisnis dan kursus gaya hidup pasca-sekolah menengah pertama dan lingkungan belajar bagi siswa kami bahwa: Mengembangkan kompetensi teknis, sosial dan metodologis yang relevan dengan tuntutan industri; Menumbuhkan pola pikir kewirausahaan di antara siswa kami; Menanamkan nilai

dan atribut pribadi yang mempromosikan kemampuan beradaptasi dan ketahanan di dunia bisnis yang terus berubah saat ini.

3) *School Electronic and Info-Comm Technology* (Sekolah Elektronik dan Teknologi Komunikasi)

Sekolah elektronik dan teknologi komunikasi yaitu menyampaikan pelatihan teknologi informasi elektronik dan komunikasi serta memberikan solusi IT perusahaan, sekolah dan teknologi lingkungan. Teknik pengajaran yang inovatif memungkinkan siswa untuk mendapatkan kemampuan pemecahan masalah yang kreatif sebagai bagian dari pembelajaran sepanjang hayat. Siswa dilengkapi dengan set keterampilan industri-relevan, pola pikir dan kemampuan teknologi yang inovatif, yang merupakan faktor penentu keberhasilan untuk memastikan bahwa mereka selalu siap di dunia. Sekolah berkomitmen untuk:

- Menghasilkan lulusan yang beradaptasi dengan industry dan dapat diusahakan.
- Memupuk siswa menjadi motivator diri untuk pembelajaran sepanjang hayat.
- Membangun lingkungan belajar yang dinamis, menarik dan menyenangkan bagi siswa dan staf.
- Mempromosikan lingkungan yang penuh dengan peluang di bidang pembelajaran, pekerjaan, dan teknologi.

4) *School of Engineering* (Sekolah Teknik)

Ditujukan untuk melatih siswa di bidang inovasi dan aplikasi yang dirancang untuk lingkungan yang lebih baik, sekolah teknik menyediakan program kualitas

yang disampaikan oleh staf yang berkompeten dan berdedikasi. Siswa memperoleh kompetensi teknologi, metodologis, dan sosial yang memungkinkan mereka untuk adaptif dan responsif terhadap perubahan kebutuhan ekonomi global.

Sekolah berkomitmen untuk menyediakan program rekayasa yang relevan dengan pasar bagi siswa kami untuk memelihara jiwa inventif dan kewirausahaan, serta nilai-nilai dan atribut yang akan membantu mereka untuk sukses dalam karir dan kehidupan mereka.

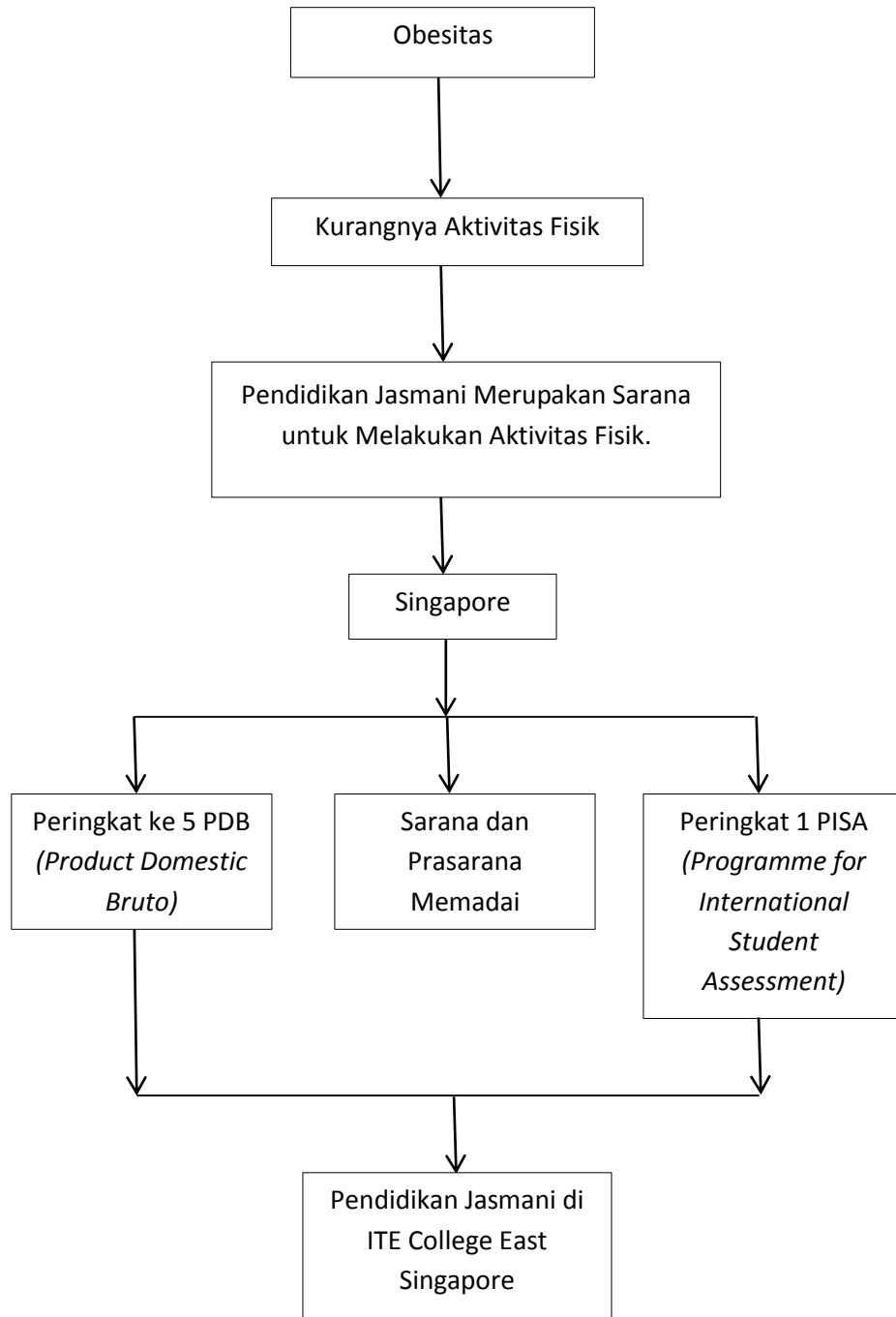
ITE College East merupakan sekolah kejuruan jika di Indonesia setara dengan Sekolah Menengah Kejuruan dimana siswa-siswanya dipersiapkan setelah lulus untuk bersaing dalam dunia pekerjaan, dimana sekolah ini merupakan sekolah milik pemerintah Singapore yang disediakan dengan fasilitas yang memadai ruang belajar dan ruang praktek, siswa di ITE College East berasal dari siswa-siswa yang lulus dari *secondary school* atau siswa-siswa yang tidak diterima dalam *junior college* sehingga dalam hal akademik ITE College East ini terdiri dari kalangan menengah kebawah. Di ITE College East memiliki 4 jurusan yang nantinya berguna bagi siswa untuk melanjutkan ke jenjang lebih tinggi atau untuk melamar pekerjaan.

Beberapa dari siswa ITE College East bekerja *parttime* di *coffe shop* atau ditempat lain, karena beberapa dari mereka adalah keluarga yang kurang mampu dalam ekonomi.

2.8 Hasil Penelitian Terdahulu

No	Judul dan Peneliti	Hasil Penelitian
1	<i>Moving Towards Quality Physical Education : Physical Education Provision in Singapore</i> oleh Michael McNeill dan kawan-kawannya pada tahun 2015	Penyediaan sekolah pendidikan jasmani dalam konteks Singapore, ditemukan bahwa meskipun Singapore memiliki taraf yang lebih baik bila dibandingkan dengan beberapa rata-rata internasional tetapi terus menjadi ruang perbaikan, terutama bila dibandingkan dengan Eropa.
2	<i>Physical Education and Health in Singapore Schools</i> oleh Michael McNeill oleh tahun 2010	Pentingnya program non akademik dibidang pendidikan terutama peran seni, pendidikan jasmani, music untuk mendukung dalam memberikan keseimbangan kurikulum.

2.9 Kerangka Berfikir



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pendidikan jasmani di ITE College East Singapore dapat disimpulkan :

1. Tingkat profesionalisme guru pendidikan jasmani di ITE College East Singapore sudah tinggi karena dilihat dari beberapa indikator diantaranya semua guru berlatar belakang pendidikan minimal diploma, memiliki jam mengajar yang penuh yaitu 22-24 jam dalam 1 minggu, memiliki proses seleksi yang panjang dan adanya pelatihan-pelatihan tambahan untuk menjadi guru, memiliki kompetensi dalam mengajar, guru mempersiapkan segala yang dibutuhkan untuk pembelajaran dan memberikan penilaian terhadap siswa, semua guru pekerjaan tetapnya adalah mengajar, dan guru di Singapore tidak memiliki usia pensiun hanya saja dapat memutuskan untuk berhenti bekerja pada usia 55 tahun.

2. Persepsi siswa terhadap pendidikan jasmani berbeda-beda ditandai dengan ada siswa yang aktif pada saat mengikuti pembelajaran, ada juga yang pasif ketika mengikuti pembelajaran. Siswa yang aktif mengikuti pembelajaran pada umumnya adalah siswa laki-laki sedangkan siswa perempuan lebih pada permainan yang ringan untuk dilakukan dan tidak terpapar panas. Tanggapan siswa terhadap pelajaran pendidikan jasmani itu penting membuat tubuh menjadi

bugar dan sehat, dan sangat penting bagi laki-laki untuk mengikuti rangkaian tes mengikuti *national service* yang wajib diikuti.

3. Sarana dan Prasarana di ITE College East Singapore memiliki kualitas yang baik karena dibangun dan disediakan sesuai dengan peraturan pemerintah yang dibuat sesuai standar nasional dari cabang olahraga, hanya saja jumlah siswa yang banyak dan peralatan yang digunakan tidak mencukupi kebutuhan sesuai jumlah siswa. Semua peralatan, sarana dan prasarana akan diganti atau diperbaiki setiap terjadi kerusakan.
4. Pembelajaran pendidikan jasmani di ITE College East Singapore dilaksanakan 1 kali dalam 1 minggu dengan durasi waktu 2 jam. Setiap pergantian pembelajaran tidak ada jeda dan hanya ada waktu istirahat pada jam 12.00-13.00. jumlah siswa dalam 1 kelas berjumlah 40 siswa. Tempat pembelajaran dilakukan dalam 4 kuadran yaitu *indoor sports hall, outdoor, gym, dan pool*. Dan pembelajaran dilakukan murni untuk pendidikan jasmani tidak mengarah pada kecabangan olahraga tertentu.
5. Status Pendidikan Jasmani didalam masyarakat Singapore ada yang beranggapan bahwa pendidikan jasmani itu penting bagi siswa untuk membentuk jiwa seseorang tetapi ada juga yang berpandangan sebelah mata terhadap pendidikan jasmani ditunjukkan dengan orang tua lebih memilih untuk menambah jam belajar pada mata pelajaran akademik, dan orang tua tidak membelikan kelengkapan untuk pembelajaran pendidikan jasmani. Pemerintah mendukung

dalam hal penyediaan sarana dan prasarana olahraga dan mendukung dalam hal penerapan gaya hidup sehat.

5.2 Saran

1. Perlu adanya perbaikan sistem perekrutan guru pendidikan jasmani di ITE College East yang merekrut guru tidak berlatar belakang dari ahli pendidikan jasmani.
2. Jadwal pembelajaran yang dilakukan pada pukul 10.00-12.00 dan 13.00-15.00 karena pada waktu tersebut cuaca sangat panas sehingga para siswa tidak maksimal ketika mengikuti pembelajaran serta memberikan jeda waktu pada pergantian jam pelajaran sehingga waktu pembelajaran pendidikan jasmani tidak terpotong untuk kegiatan yang lain.
3. Penambahan jumlah peralatan olahraga sehingga semua siswa dapat menggunakan peralatan tersebut.
4. Masyarakat dan pemerintah harus terus mendukung diadakannya mata pelajaran pendidikan jasmani karena pendidikan jasmani itu penting bagi perkembangan dan kesehatan siswa.
5. Bagi Indonesia sendiri dapat menerapkan pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di ITE College East yang dilakukan tanpa menuntut siswa untuk mahir dalam berbagai cabang olahraga tetapi pembelajaran yang dilakukan adalah agar semua siswa dapat bergerak dan merasa senang ketika mengikuti pembelajaran. Serta pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran yang dapat dibuat sesimpel pada rencana pelaksanaan pembelajaran di ITE College East.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Idzhar. 2016. Peran Guru dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Office*. 2(2)
- Alfredo Bautista dan Joanne Wong. 2015. Teacher Professional Development in Singapore Depicting The Landscape. *Psychology, Society, & Education*. 7(3).
- Alfi Syahrin, dkk. 2017. Peran Guru Pendidikan Jasmani dalam Membentuk Karakter Siswa pada MTS Se- Banda Aceh.
- Anang Setiyana. 2013. Persepsi Orang Tua/Wali Siswa Terhadap Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri Harjobinangun, Kecamatan Grabag Kabupaten Purworejo. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anders Schinkel, Doret J.De Ruyter, Aharon Aviram. 2015. Education and Life's Meaning. *Journal of Philosophy of Education*. 00(0).
- Andre Tri Utomo, dkk. 2013. Survei Sarana dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Se-Kota Purbalingga. *Journal of Physical Education, Sport, Health, and Recreation*. 2(6).
- Arya Prabowo. Problematika Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terkait dengan Kompetensi Guru. *Prosiding Seminar Nasional Profesionalisme Tenaga Profesi, Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*.
- Bambang Gatot Sugiarto. 2015. Pengaruh Distribusi Alokasi Waktu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Perilaku Hidup Aktif dan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Motion*. 6(1).
- Benedict S.K.Koh. 2014. Singapore's Social Security System : A Review and Some Lessons for The United States. The Warthon School University of Pennsylvania.
- Chandra Wahyu Harijaya, Advendi Kristiyandaru. 2013. Survei Keterlaksanaan Kurikulum 2013 pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Tingkat Sekolah Dasar Se-Kecamatan Lakansantri Surabaya. 3(3) : 4.
- Creswell, John W. *Educational Research*. Boston : Tex Tech.

- Culley, Peter dan Johnson Pascoe. 2009. *Sport Facilities and Technologies*. USA : Routledge.
- Elvia Raissa Vania, Siti Fatimah Pradigdo. 2017. Hubungan Gaya Hidup Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kesegaran Jasmani (Studi pada Atlet Softball Perguruan Tinggi di Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 6(1).
- Emi Julia. 2013. Analisis Faktor Penyebab dan Upaya Mengatasi Pelanggaran Tata Tertib Sekolah pada SMA Wisuda Pontianak. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Frency Analin Moray, Joy A. M. Rattu, Johan Josephus. 2016. *Jurnal Ilmiah Farmasi*. 5(1).
- Gigih Satria. Persepsi Siswa Kelas X Terhadap Tujuan Pendidikan Jasmani di SMK Muhammadiyah 2 Muntilan. *Skripsi*. Program Sarjana Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hamalik, Oemar. 2008. *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Hui Fang, Minghui Quan, Tang Zhou, Shunli Sun, jiyi Zhang. 2017. Relationship Between Physical Activity and Physical Fitness in Preschool Children : A Cross Sectional Study. *BioMed Research International*.
- Ika Yuni Kurniasih, Miskalena, Irfandi. 2017. Persepsi Siswa Terhadap upaya Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Modifikasi Media Pembelajaran Permainan Bola Besar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*. 3(3).
- Joan Marian Fry, Michael Charles McNeill. 2015. In The Nation's Good : Physical Education and School Sport in Singapore. *European Physical Education Review*.
- John Wang, Do Young Pyun. 2012. Sports & Physical Activity Promotion in Singapore : An Emerging Industry. *International Journal of Asian Society for Physical Education, Sport and Dance*. 10(1) : 3.
- Ken Hardman. 2008. *Physical Education : A Global Perspective*.
- Kim Whatt Clifford Wah, Do Young Pyun. 2015. Impact of Sport Facility Upgrade on Patron Utilisation Rate. *Asian Journal of Physical Education and Sport Science*. 3(2) : 3.
- Kosasi, Soetjipto Rafli. 2009. *Profesi Keguruan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

- Kristen E Cohen, Philip J Morgan, Ronald C Plotnikoff, Robin Callister, David R Lubans.2014. Fundamental Movement Skills and Physical Activity Among Children Living in Low-Income Communities : A Cross-Sectional Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.
- Margono. 2012. Peran Pendidikan Jasmani Menghadapi Era Globalisasi. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 2(1).
- Md.Daisa Ahmed, Maria Dinold, Reza Lopez, Branislav Antala. 2016. Quality of Physical Education and Global Concern. *Actividad Visica Y Ciencias*. 8(1).
- Michael C. McNeill, Joan M.Fry. 2010. Physical Education and Health in Singapore Schools. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*.
- Michael McNeill, Boon San Coral Lim. 2015. Moving Towards Quality Physical Education : Physical Education Provision in Singapore. *European Physical Education Review*. 5(2) : 7.
- Moeloeng, Lexy J. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Muh Yusuf. 2012. Study Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani SD Se-Kecamatan Slogohimo Kab. Wonogiri dalam Pelaksanaan KTSP 2012. 14(2).
- Nana Surya Permana. 2017. Manajemen Perencanaan Pembelajaran. Tarrbawi. 3(2).
- Philip L Fontenot. 2009. Physical Education and Its Importance at The Elementary Level of Education-Parents' Perspectives. *Tesis*. California State University.
- Rina Amartina. 2017. Manfaat Aktivitas Fisik Teratur terhadap Perbaikan Fungsi Kognitif Pasien dengan *Mild Cognitive Impairment*.
- Rohmaul Listiyana dan Yudi Hartono. 2015. Persepsi dan Sikap Masyarakat Terhadap Penanggalan Jawa dalam Penentuan Waktu Pernikahan. *Jurnal Agastya*. 5(1).
- Salinan Peraturan Menteri Pendidikan dan Budaya Nomor 23 Tahun 2016 Tentang Standar Penilaian Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*. 3(2) : 76-91.
- Sardiman A.M. 1986. Interaksi Motivasi Belajar dan Mengajar. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

- Saryono dan Bangun Sri Hutomo. 2016. Manajemen Pengelolaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di SMA N Se-Kota Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 12(1).
- Saryono dan Soni Nopembri. 2013. Analisis Kebutuhan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Berbasis Integrated Physical Education di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 9(2).
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Sofyan Hadi, Fifukha Dwi Khory. 2017. Survei Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Satuan Pendidikan SD, SMP, SMA Negeri Se-Kecamatan Karang Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1(1).
- Sulaiman. 2016. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Pendekatan Sistem. Semarang : CV. Swadaya Manunggal.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sylvia Chong. 2013. Academic Quality Management in Teacher Education : A Singapore Perspective. *Thesis*. National Institute of Education.
- Tyler G Johnson, Lindsey Turner. 2016. The Physical Activity Movement and The Definition of Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. 87(4) : 2.
- Vianey Mariano Anugeranto dan Nanang Indriarsa. 2013. Efektifitas Pembelajaran Menggunakan Media Audio-Visual Terhadap Teknik Passing dalam Sepak Bola untuk Kelas XK11 SMK N 5 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1(2).
- Walter King Yan Ho, Md. Dilsad Ahmed. 2017. Profesional's Perception of Quality Physical Education Learning in Selected Asian Cities. *Educational Assessment and Evaluation*. 2017(4) : 3.
- Welis, Wilda dan Rifki, Muhamad Sazeli. 2013. *Buku Gizi untuk Aktivitas Fisik*.
- www.moe.gov.sg (diakses pada tanggal 22 November 2018)
- www.ite.edu.sg (diakses pada tanggal 22 November 2018)