

## KONTRIBUSI GURU PENJAS DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA

Maya Kurnia

Universitas PGRI Palembang  
e-mail: Maya\_aya71@yahoo.co.id

**Abstract** — *The process of learning (education) is a process in which a person is taught to be faithful and obedient also his mind is nurtured and developed. Education for a developing nation like the Indonesian nation today is an absolute necessity that can not be negotiable, the development of education must also be in line with the development guidance step by step. A student in learning activities at school will not be separated from the various rules and regulations that apply in school, and every student is required to be able to behave in accordance with the rules and regulations that apply in school. However, for children who are unfamiliar with the discipline, this will become hard when done at school. This less disciplined child will usually violate the existing order because he thinks the rule is what he wants to do. This is where the necessary role of teachers to help improve students' learning discipline, which is also a tool to control the behavior of students who are considered still distorted so that students become discipline in terms of learning or others. Development with physical education in schools requires skills, such as basic movement skills, sports game techniques and strategies, internalization of values (sportsmanship, honesty, cooperation, etc.) and healthy lifestyle habits. Implementation is not through conventional teaching in the classroom that is theoretical study, but involves physical elements, mental, intellectual, emotional and social.*

**Keywords** — *Physical Education, Discipline.*

**Abstrak** — *Proses belajar (pendidikan) adalah proses yang dimana seseorang diajarkan untuk bersikap setia dan taat juga pikirannya dibina dan dikembangkan. Pendidikan bagi bangsa yang sedang berkembang seperti bangsa Indonesia saat ini merupakan kebutuhan mutlak yang tidak bisa ditawar lagi, perkembangan pendidikan juga harus sejalan dengan tuntunan pembangunan setahap demi setahap. Seorang siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan di sekolahnya, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya. Akan tetapi bagi anak yang tidak terbiasa dengan tata tertib hal ini akan menjadi terasa berat ketika dilakukan pada saat di sekolah. Anak yang kurang disiplin ini biasanya akan melanggar tata tertib yang ada karena ia berpikir peraturan itu merupakan keinginan apa yang ia lakukan. Disinilah diperlukan adanya peran guru untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, yang sekaligus menjadi alat pengendali perilaku siswa yang dianggap masih menyimpang sehingga siswa menjadi disiplin dalam hal belajar ataupun yang lainnya. Pengembangan dengan pendidikan jasmani disekolah membutuhkan ketrampilan, seperti ketrampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olah raga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsure fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial.*

**Kata Kunci** — *Pendidikan Jasmani, kedisiplinan.*

### PENDAHULUAN

Proses belajar (pendidikan) adalah proses yang dimana seseorang diajarkan untuk bersikap setia dan taat juga pikirannya dibina dan dikembangkan. Pendidikan bagi bangsa yang sedang berkembang seperti bangsa Indonesia saat ini

merupakan kebutuhan mutlak yang tidak bisa ditawar lagi, perkembangan pendidikan juga harus sejalan dengan tuntunan pembangunan setahap demi setahap. Berdasarkan Undang-Undang No.20 Tahun 2003, telah di gariskan bahwa:

“Pendidikan Nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan (RI No, 2003:30)”.

Seorang siswa dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan di sekolahnya, dan setiap siswa dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya. Kepatuhan dan ketaatan siswa terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya itu biasa disebut disiplin siswa. Sedangkan peraturan, tata tertib, dan berbagai ketentuan lainnya yang berupaya mengatur perilaku siswa disebut disiplin sekolah. Disiplin sekolah adalah usaha sekolah untuk memelihara perilaku siswa agar tidak menyimpang dan dapat mendorong siswa untuk berperilaku sesuai dengan norma, peraturan dan tata tertib yang berlaku di sekolah.

Yang dimaksud dengan aturan sekolah (*school rule*) tersebut, seperti aturan tentang standar berpakaian (*standards of clothing*), ketepatan waktu, perilaku sosial dan etika belajar/kerja. Pengertian disiplin sekolah kadangkala diterapkan pula untuk memberikan hukuman (sanksi) sebagai konsekuensi dari pelanggaran terhadap aturan, meski kadangkala menjadi kontroversi dalam menerapkan metode pendisiplinannya, sehingga terjebak dalam bentuk kesalahan perlakuan fisik (*physical maltreatment*) dan kesalahan perlakuan psikologis (*psychological maltreatment*), sebagaimana diungkapkan oleh Irwin A. Hyman dan Pamela A. Snock dalam bukunya “Dangerous School” (1999). Menurut UU SISDIKN’AS, Bab I Pasal 1, mengatakan bahwa:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara”.

Akan tetapi pendapat tersebut belum membatasi pengertian pendidikan itu dengan pembatasan yang jelas/tegas. Kita lihat bagaimana mutlakny sifat anak sekolah dasar usia 8 s/d 10 tahun dimana anak lebih suka bermain dalam kelompok sejenis, pria dengan pria, wanita dengan

wanita. Disamping itu juga sifat-sifat dasar yang belum banyak mengenai situasi lingkungan, misalnya : taat pada peraturan di sekolah, masuk sekolah tepat pada waktunya, kerapian dalam berpakaian, tertip dalam segala suasana (tidak rebut pada waktu belajar, mengganggu teman atau usil).

Sehingga dengan adanya sifat ini anak memperlihatkan sifat-sifat kepribadian yang tidak sesuai dengan aturan-aturan yang ada di sekolah, atau bias saja seorang anak belum mengenal “hak milik” dan belum belajar menghormati hak milik orang lain yang tidak boleh dilanggar, sampai melakukan pencurian. Ia memerlukan pendidikan supaya tidak melakukannya lagi, tanpa persetujuan yang bersangkutan.

Dengan demikian setiap anak harus memperoleh pendidikan. Pendidikan dapat diperolehnya di rumah, disekolah dan dimasyarakat, orang tua, lembaga pendidikan, perkumpulan-perkumpulan seperti pramuka dan agama.

Tujuan pendidikan anak meliputi banyak aspek dan sangat luas, anak dari keadaan ketergantungan mutlak memperoleh pendidikan sampai ia dapat berdiri sendiri. Beberapa tujuan pendidikan dapat dicapai melalui jangka pendek, tetapi ada juga yang dicapai dalam jangka panjang. Kita mendidik anak supaya anak mengalami masa anak yang bahagia, karena masa dewasa yang sukses adalah terbentuk atas dasar masa anak yang bahagia.

Anak harus di didik supaya hidup dengan cara-cara yang sehat dan bersih, supaya ia tetap akan memiliki kesehatan fisik yang optimal, anak harus memperoleh pendidikan supaya dapat mencapai perkembangan intelek yang maksimal. Anak harus menjalani proses pendidikan supaya kepribadiannya terbentuk dengan wajar, mencerminkan sifat-sifat kejujuran, kebenaran, rendah hati, ketabahan, tanggung jawab, dan sifat-sifat lainnya.

Berhasil atau tidaknya suatu pembelajaran ditentukan oleh banyak faktor-faktor pendukung. Faktor-faktor yang mempengaruhi ini bisa berasal dari guru, siswa, materi pelajaran ataupun kondisi dan situasi saat proses pembelajaran tengah berlangsung.

Disiplin merupakan upaya untuk membuat orang berada pada jalur sikap dan perilaku yang sudah ditetapkan pada individu oleh orang tua. Kedisiplinan ini diajarkan oleh orang tua sejak dini, hal ini dimaksudkan agar anak terbiasa dengan hidup teratur karena hal ini juga akan berdampak positif bagi kehidupan dimasa yang akan datang. Pendidikan disiplin merupakan suatu proses bimbingan yang bertujuan untuk menanamkan pola

perilaku tertentu, kebiasaan-kebiasaan tertentu, atau membentuk manusia dengan ciri-ciri tertentu, terutama untuk meningkatkan kualitas mental dan moral.

Dengan diberikannya tata tertib baik di sekolah maupun di rumah, kedisiplinan yang tertanam apada diri siswa akan diterapkan dimana saja dan kapan saja. Pengawasan terhadap pelaksanaannya serta penjelasan-penjelasan terhadap arti pentingnya kedisiplinan diharapkan akan dapat menumbuhkan rasa disiplin siswa.

Sehingga dengan terciptanya kedisiplinan di sekolah akan mendukung proses kegiatan belajar mengajar yang ada, dengan proses belajar mengajar yang sesuai dengan kurikulum dan tujuan yang hendak dicapai maka seorang siswa akan dapat memperoleh prestasi yang baik.

Akan tetapi bagi anak yang tidak terbiasa dengan tata tertib hal ini akan menjadi terasa berat ketika dilakukan pada saat di sekolah. Anak yang kurang disiplin ini biasanya akan melanggar tata tertib yang ada karena ia berpikir peraturan itu merupakan keinginan apa yang ia lakukan.

Berbagai faktor yang mempengaruhi anak kurang menunjukkan sikap tersebut, diantaranya lemahnya perhatian orang tua kepada anaknya dikarenakan orang tua selalu sibuk dengan urusan ekonomi, orang tua yang otoriter, keluarga yang *brokenhome*, pengaruh pergaulan dilingkungan sekitar anak, adanya perkembangan media elektronik, kurang demokratisnya pendekatan dari orang tua maupun guru yang ada disekolah. Dengan memberikan sanksi berjenjang di sekolah pada siswa diharapkan dapat merubah sikap dari kurang disiplin dan kurang bertanggung jawab menjadi anak yang berdisiplin dan bertanggung jawab.

Disinilah diperlukan adanya peran guru untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajar siswa, yang sekaligus menjadi alat pengendali perilaku siswa yang dianggap masih menyimpang sehingga siswa menjadi disiplin dalam hal belajar ataupun yang lainnya. Selain itu, kedisiplinan yang telah tertanam pada diri siswa akan berdampak positif bagi kehidupan di masa datang.

## TINJAUAN PUSTAKA

### 1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Amir (2006 : 1) mengemukakan bahwa "pendidikan jasmani adalah pendidikan yang menggunakan jasmani sebagai titik pangkal mendidik anak dan anak di pandang sebagai suatu kesatuan jiwa raga.

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan (Husdarta, 2009:18). Adapun konsep pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornament yang di tempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi pendidikan jasmani bagian yang penting dari pendidikan. Meskipun pendidikan jasmani menawarkan kepada anak untuk bergembira, tidak lah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak-anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanya sebagai mata pelajaran "*selingan*", tidak berbobot, dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik.

Sebenarnya pembelajaran pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum.

### 2. Konsep Pendidikan Jasmani

Amir (2006:5) mengemukakan bahwa "Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib diselenggarakan sekolah, yaitu sebagai mata pelajaran pokok yang harus diikuti oleh seluruh siswa.

Mata pelajaran pendidikan jasmani mempunyai kekhasan yang dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, yaitu digunakannya aktivitas gerak fisik sebagai sarana /media dalam mendidik siswa. Dominannya aktivitas gerak fisik jasmani ini bukan semata-mata untuk tujuan jangka pendek yaitu untuk mencapai gambaran siswa yang terlatih fisiknya saja. Aktivitas fisik ini dapat berupa kegiatan permainan yang dapat berbentuk pertandingan, perlombaan dan pelatihan, yang kesemuanya diorientasikan untuk mendidik siswa agar menjadi manusia seutuhnya.

Pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktifitas jasmani atau olahraga, yaitu mendidik anak (Husdarta, 2009:19). Adapun yang membedakan mata pelajaran pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, dimana manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.

### 3. Tujuan Pendidikan Jasmani

Apakah sebenarnya tujuan pendidikan jasmani? menjawab pertanyaan yang demikian, banyak guru yang masih berbeda berpendapat.

Adapun menurut Husdarta (2009 : 9) secara sederhana mengemukakan tujuan pendidikan jasmani yaitu ;

1. Mengembangkan pengetahuan dan ketrampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan social.
2. Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai ketrampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
3. Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
4. Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
5. Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
6. Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Dalam sebuah blogger yang di kutip oleh Ahmesabe (2008:1) menjabarkan secara ideal tentang tujuan pendidikan jasmani yaitu :

1. Perkembangan Pribadi
2. Pertumbuhan fisik optimal
3. Sehat fisik, mental, sosial, dan spiritual
4. Kesegaran jasmani optimal
5. Cerdas dan Kreatif dan inovatif
6. Terampil dalam gerak dan memecahkan masalah
7. Jujur, disiplin, percaya diri, dan tanggung jawab
8. Hubungan Antar Pribadi dan Lingkungan
9. Hormat pada sesama
10. Luwes (mudah menyesuaikan diri)
11. Komunikatif dalam ide (konsep) dan pemikiran
12. Etika (sopan santun)
13. Menghargai kondisi lingkungan
14. Melestarikan lingkungan yang sehat dan harmonis

### 4. Fungsi Pendidikan Jasmani

Fungsi pendidikan jasmani yang di kutip dari blogger tentang fungsi pendidikan jasmani menurut Annarino, Cowell, and Hazelton (1980:62-63) mengklasifikasikan ke dalam enam aspek, yaitu (1) organik; (2) neuromuskuler; (3) perseptual; (4) kognitif; (5) sosial; dan (6) emosi.

#### A. Aspek Organik:

- a. Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan-landasan untuk pengembangan keterampilan.
- b. Meningkatkan kekuatan otot, yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot.

#### B. Aspek Neuromuskuler

- a. Menjadikan keharmonisan antara fungsi sistem saraf dan otot untuk menghasilkan gerakan yang diinginkan.
- b. Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti: berjalan, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, berlari, bergulir, menarik
- c. Mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti mengayun, melenggok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, mengantung, membungkuk.

#### C. Aspek perseptual

- a. Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan di antara isyarat yang ada dalam situasi yang dihadapi agar dapat melakukan kinerja yang lebih terampil.
- b. Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat/ruang, yaitu kemampuan mengenali objek-objek yang berada di depan, di belakang, di bawah, di sebelah kanan, atau di sebelah kiri dari dirinya.
- c. Mengembangkan koordinasi gerak-visual, yaitu kemampuan mengkoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak kasar yang melibatkan tangan, tubuh, dan/atau kaki.

#### D. Aspek Kognitif

- a. Mengembangkan kemampuan mengeksplorasi, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan, dan membuat keputusan-keputusan yang bernilai.
- b. Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan, dan etika.
- c. Meningkatkan pengetahuan bagaimana

fungsi-fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani.

#### **E. Aspek sosial**

- a. Penyesuaian baik dirinya dan orang lain dengan menggabungkan dirinya ke dalam masyarakat dan lingkungannya.
- b. Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok
- c. Mengembangkan kemampuan bertukar dan mengevaluasi ide dalam kelompok

#### **F. Aspek emosional**

- a. Mengembangkan respons yang sehat terhadap aktivitas jasmani melalui pemenuhan kebutuhan dasar.
- b. Mengembangkan reaksi yang positif terhadap penonton dan partisipasi melalui keberhasilan atau kegagalan.
- c. Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat
- d. Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas. Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

### **5. Manfaat Pendidikan Jasmani**

Adapun secara umum manfaat pendidikan jasmani di sekolah mencakup sebagai berikut “ :

- a. Memenuhi kebutuhan anak akan gerak.
- b. Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya.
- c. Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna.
- d. Menyalurkan energi yang berlebihan.
- e. Membentuk manusia seutuhnya.

### **6. Hakikat Disiplin**

Disiplin merupakan kata yang sering kita dengar dalam kehidupan sehari-hari, biasanya menunjuk pada ketaatan atau kepatuhan seseorang terhadap suatu aturan. Dalam sebuah situs web tentang konsep disiplin Amatembun (1981:1) mengemukakan bahwa “disiplin merupakan suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang bergabung dalam suatu organisasi yang tunduk pada peraturan-peraturan yang telah ada dengan rasa senang hati”.

Dari pengertian di atas maka dapat dirumuskan, bahwa disiplin didalam kelas adalah suatu keadaan tertib dimana guru dan murid-murid yang tergabung dalam satu kelas tunduk kepada peraturan-peraturan (tata tertib) yang telah di tentukan dengan senang hati.

## **PEMBAHASAN**

Bagaimanapun definisi tentang disiplin atau ketertiban di kelas, setiap guru harus menyadari bahwa suasana yang tertib didalam kelas merupakan suatu prasyarat penting bagi proses mengajar dan belajar yang efektif.

Bagi siswa-siswi sekolah dasar latihan atau belajar itu merupakan suatu program keberhasilan yang apabila dilaksanakan secara sistematis dan terus-menerus akan menjadi suatu kebiasaan untuk bertingkah laku disiplin dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kebiasaan mentaati peraturan akan melahirkan suatu aspek-aspek kejiwaan mengenai tingkah laku dan tingkah sikap, yang senantiasa mentaati norma dan nilai yang berlaku baik dilingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Melalui disiplin ada dua hal yang sedang diterapkan pada anak-anak yaitu melakukan kebiasaan perbuatan baik dan menghindari perbuatan yang tidak baik. Dengan disiplin ini anak akan dilatih untuk selalu dapat mengoreksi diri sendiri, baik guru maupun murid merupakan aspek fundamental didalam menciptakan suasana disiplin.

#### **a. Komponen-Komponen Disiplin**

Yang dimaksud dengan komponen disiplin disini yaitu sifat-sifat atau ciri-ciri dominan yang menunjukkan anak itu berdisiplin. Menurut Amatembun (1981:4) ada enam (6) komponen disiplin yang dikemukakan disini yaitu : 1. Ketaatan pada peraturan, 2. Ketepatan waktu , 3. Konsekuen, 4. Teratur, 5. Ketekunan dan keuletan, 6. Kerapian berpakaian..

Didalam penelitian ini hanya di batasi pada perkembangan disiplin hanya pada tingkah laku disiplin belajar pada bidang studi pendidikan jasmani saja, maka komponen-komponen disiplin yang dibutuhkan pada saat belajar pendidikan jasmani adalah sebagai berikut : 1. Taat pada peraturan ; 2. Tepat waktu ; 3. Ulet dan tekun ; 4. tertib dan teratur.

Dari uraian komponen-komponen disiplin Amatembun menjelaskan bahwa :

1. Taat pada peraturan adalah : berpakaian seragam serta atribut, sopan, bersih dan rapi, bagi siswa laki-laki rambut harus pendek dan perempuan memperlihatkan agar dandanannya sederhana dan lain-lain.
2. Tepat waktu adalah : siswa hadir kesekolah tepat waktunya, siswa hendaklah memanfaatkan waktu istirahatnya, sesudah jam pelajaran siswa diperkenankan untuk pulang dan lain-lain.

3. Ulet dan tekun adalah : siswa berdoa bersama-sama sebelum dan sesudah pelajaran di mulai sesuai dengan kepercayaan masing-masing, siswa harus mengikuti pelajaran dengan seksama, dan lain-lain.
4. Tertib dan teratur adalah : siswa berbaris didepan kelas setelah lonceng berbunyi tanda pelajaran di mulai, menunggu guru mempersilahkan masuk kelas, dan lain-lain.

#### **b. Cara Penerapan Disiplin Kelas**

Didalam penerapan komponen-komponen disiplin siswa, diperlukan suatu pola pendekatan. Didalam praktek pendidikan jasmani terlebih dahulu harus diyakini bahwa pola pendekatan yang dipilih itu adalah tepat. Amatembun (1981) mengemukakan bahwa ada 3 pola didalam praktek mengajar yaitu :

1. *Pendekatan (manajeral)* adalah berisikan konsep-konsep tentang kepemimpinan atau *leadership*.
2. *Pendekatan psikologis* Adalah cara pendekatan psikologis yang dapat menerapkan disiplin kepada anak.
3. *Pendekatan system* adlah merupakan gabungan dari pendekatan manejerial dan pendekatan psikologis. Dengan pendekan system, guru memandang problema disiplin sebagai suatu keseluruhan yang harus ditanggulangi secara bijaksana dengan mempergunakan tidak hanya pendekatan tunggal, guru menangani problema disiplin murid-murid.

#### **c. Unsur-Unsur Disiplin**

Unsur-unsur kedisiplinan meliputi tiga hal yaitu: 1) sikap mental (*mental attitude*) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dari latihan, pengendalian pikiran dan pengendalian watak, 2) pemahaman yang baik mengenai sistem peraturan perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa, sehingga pemahaman tersebut menumbuhkan pengertian yang mendalam atau kesadaran, bahwa ketaatan akan aturan. Norma, dan standar tadi merupakan syarat mutlak untuk mencapai keberhasilan (sukses), 3) sikap kelakuan yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati, untuk mentaati segala hal secara cermat dan tertib.

Disiplin itu lahir, dan berkembang dari sikap seseorang di dalam sistem nilai budaya yang telah ada di dalam masyarakat. Terdapat unsur

pokok yang membentuk disiplin, pertama sikap yang telah ada pada diri manusia dan sistem nilai budaya yang ada di dalam masyarakat. Sikap atau *attitude* tadi merupakan unsur yang hidup di dalam jiwa manusia yang harus mampu bereaksi terhadap lingkungannya, dapat berupa tingkah laku atau pemikiran. Sedangkan sistem nilai budaya merupakan bagian dari budaya yang berfungsi sebagai petunjuk atau pedoman dan penunutan bagi kelakuan manusia.

Perpaduan antara sikap dengan sistem nilai budaya yang menjadi pengarah dan pedoman tadi mewujudkan sikap mental berupa perbuatan atau tingkah laku. Unsur tersebut membentuk suatu pola kepribadian yang menunjukkan perilaku disiplin atau tidak disiplin.

#### **d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Disiplin**

Kedisiplinan merupakan tingkah laku manusia yang kompleks, karena menyangkut unsur pembawaan dan lingkungan sosialnya.

Ditinjau dari sudut psikologi, bahwa manusia memiliki dua kecenderungan yang cenderung bersikap baik dan cenderung bersikap buruk, cenderung patuh dan tidak patuh, cenderung menurut atau membangkang,. Kecenderungan tersebut dapat berubah sewaktu-waktu tergantung bagaimana pengoptimalannya.

Ada dua faktor penyebab timbul suatu tingkah laku disiplin yaitu kebijaksanaan aturan itu sendiri dan pandangan seseorang terhadap nilai itu sendiri. Sikap disiplin atau kedisiplinan seseorang, terutama siswa berbeda-beda. Ada siswa yang mempunyai kedisiplinan tinggi, sebaliknya ada siswa yang mempunyai kedisiplinan rendah. Tinggi rendahnya kedisiplinan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang berasal dalam diri maupun yang berasal dari luar.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kedisiplinan tersebut, antara lain yaitu: (1) anak itu sendiri, (2) sikap pendidik, (3) lingkungan, dan (4) tujuan.

#### **e. Keterkaitan antara pendidikan jasmani dengan disiplin**

Disiplin merupakan suatu cara untuk merubah tingkah laku anak disekolah dari yang kurang baik menjadi baik. Dalam menerapkan disiplin disekolah, terdapat teknik-teknik yang dipergunakan oleh pendidik disekolah, dengan bimbingan dan penyuluhan ataupun dengan pendidikan jasmani.

Pengembangan dengan pendidikan jasmani disekolah membutuhkan ketrampilan, seperti

keampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olah raga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsure fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial.

Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran paedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani yaitu gerak dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alamiah berkembang searah dengan perkembangan zaman.

4. Asy Mas'udi. 2000. *Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*. Yogyakarta: PT. Tiga Serangkai.
5. Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. *Prestasi Belajar dan Kompetensi Guru*. Surabaya: Usaha Nasional.
6. Husdarta. 2009. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi*. Jakarta :Gramedia
7. Kadir. 1994. *Penuntun Belajar PPKN*. Bandung: Pen Ganeca Exact.
8. Martinis Yamin. (2004). *Strategi pembelajaran berbasis kompetensi*. Jakarta: Gaung Persada Press.

## KESIMPULAN

Dari penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa :

1. Kedisiplinan itu harus diajarkan dan ditanamkan sejak dini sehingga akan membawa dampak yang positif di kehidupan yang akan datang.
2. Kedisiplinan belajar harus digalakkan di setiap sekolah sehingga siswa mempunyai kesadaran dan tanggung jawab yang besar.
3. Kedisiplinan belajar dimulai dari hal terkecil hingga hal yang terbesar.
4. Guru mempunyai peran yang sangat penting dalam hal membentuk atau mengatur agar siswa memiliki disiplin yang tinggi.
5. Pengembangan dengan pendidikan jasmani disekolah membutuhkan ketrampilan, seperti ketrampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olah raga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsure fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aip Syarifuddin dkk.(1993). *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
2. Amir. 2006. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Yogyakarta : Kanisius
3. Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta