

## Pengembangan Kerangka Pedagogis untuk Berlatih dalam Bidang Pendidikan Jasmani: Perspektif Teoritis Bildung dalam Pembelajaran Gerak

<sup>1\*</sup>Alimin Hamzah, <sup>2</sup>Andi Atssam Mappanyukki, <sup>3</sup>Nur Indah Atifah Anwar

Universitas Negeri Makassar, Jl. A.P. Pettarani, Kec Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

\*Corresponding Author e-mail: [alimin.hamzah@unm.ac.id](mailto:alimin.hamzah@unm.ac.id)

Received: October 2025; Revised: October 2025; Published: December 2025

### Abstrak

Pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam membentuk manusia seutuhnya – tidak hanya melalui peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga melalui penanaman nilai, karakter, dan kesadaran diri. Penelitian ini dilandasi oleh pemikiran *Bildung*, sebuah konsep pendidikan dari tradisi filsafat Jerman yang menekankan proses pembentukan diri melalui pengalaman reflektif dan interaksi sosial yang bermakna. Tujuan utama penelitian ini adalah merancang kerangka pedagogis yang dapat menuntun pembelajaran gerak agar lebih bernilai humanistik dan transformatif. Penelitian dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif melalui studi literatur, observasi, dan wawancara mendalam dengan guru serta siswa pendidikan jasmani di beberapa sekolah. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa praktik pendidikan jasmani masih berpusat pada aspek teknis dan performatif, sementara sisi reflektif dan moral belum sepenuhnya terintegrasi. Melalui analisis tematik, ditemukan empat pilar utama pembelajaran berbasis *Bildung*: refleksi diri sebagai inti proses belajar, penguatan relasi sosial dan empati, penghayatan nilai moral melalui pengalaman gerak, serta pergeseran peran guru dari instruktur menjadi fasilitator pengembangan diri. Rancangan kerangka pedagogis yang dihasilkan diharapkan mampu mengubah pendidikan jasmani menjadi ruang pembelajaran yang tidak hanya menyehatkan tubuh, tetapi juga menumbuhkan kesadaran dan karakter kemanusiaan peserta didik.

**Kata kunci:** *Bildung*; pendidikan jasmani; pembelajaran gerak; refleksi; karakter

## *Development of a Pedagogical Framework for Practice in Physical Education: A Theoretical Perspective of Bildung in Movement Learning*

### Abstract

Physical education serves as a vital medium for holistic human development – not merely through physical competence but also through the cultivation of moral values, character, and self-awareness. This study draws upon the theoretical foundation of *Bildung*, a philosophical concept from the German educational tradition emphasizing self-formation through reflective experience and meaningful social interaction. The research aims to design a pedagogical framework that guides movement learning toward a more humanistic and transformative practice. Employing a qualitative descriptive approach, data were collected through literature reviews, classroom observations, and in-depth interviews with physical education teachers and students from selected schools. The findings indicate that current physical education practices remain predominantly technical and performance-oriented, with limited engagement in reflective and moral dimensions. Thematic analysis revealed four central pillars of *Bildung*-based pedagogy: reflective learning as the heart of education, the cultivation of empathy and social relations, moral internalization through embodied experience, and the transformation of teachers' roles from instructors to facilitators of personal growth. The proposed pedagogical framework aspires to reposition physical education as a reflective and human-centered practice – one that not only strengthens the body but also shapes awareness, empathy, and moral character.

**Keywords:** *Bildung*; physical education; movement learning; reflection; character formation

**How to Cite:** Hamzah, A., Mappanyukki, A. A., & Anwar, N. I. A. (2025). Pengembangan Kerangka Pedagogis untuk Berlatih dalam Bidang Pendidikan Jasmani: Perspektif Teoritis Bildung dalam Pembelajaran Gerak. *Journal of Authentic Research*, 4(2), 1698-1711. <https://doi.org/10.36312/a2c61t12>



<https://doi.org/10.36312/a2c61t12>

Copyright© 2025, Hamzah et al.

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memiliki peran fundamental dalam pengembangan potensi peserta didik secara holistik. Melalui aktivitas fisik, olahraga, dan permainan, siswa tidak hanya belajar keterampilan motorik, tetapi juga memperoleh pengalaman sosial dan emosional yang memperkaya pembentukan karakter. Sejalan dengan pandangan O'Connor (2020), pendidikan jasmani seharusnya diposisikan sebagai sarana pembentukan manusia seutuhnya yang mampu menyeimbangkan antara kebugaran jasmani, kesehatan mental, dan nilai-nilai moral. Namun, praktik pendidikan jasmani di sekolah sering kali masih terfokus pada pencapaian teknis dan kebugaran fisik semata. Guru lebih banyak menilai keberhasilan pembelajaran dari kemampuan siswa melakukan gerak secara benar daripada pada pemahaman makna gerak itu sendiri. Smith (2021) menekankan bahwa jika pendidikan jasmani hanya menitikberatkan pada aspek keterampilan, maka nilai-nilai karakter seperti kerja sama, tanggung jawab, dan empati tidak akan berkembang secara optimal. Akibatnya, siswa menjadi mahir secara fisik, tetapi miskin refleksi terhadap nilai-nilai yang seharusnya melekat pada aktivitas jasmani.

Dalam konteks pendidikan yang lebih luas, proses belajar seharusnya mengarah pada pembentukan manusia yang sadar akan dirinya, masyarakat, dan lingkungannya. Salah satu teori yang dapat menjadi landasan untuk mencapai tujuan tersebut adalah *Bildung*. Kivinen dan Rinne (2022) menjelaskan bahwa *Bildung* merupakan konsep pendidikan yang berakar pada tradisi filsafat Jerman dan menekankan pentingnya pengembangan diri melalui refleksi, pengalaman, dan interaksi sosial. Dalam kerangka ini, pendidikan dipandang bukan sebagai proses pengajaran satu arah, melainkan perjalanan transformasi menuju pemahaman diri yang lebih mendalam.

Pendekatan *Bildung* menawarkan paradigma baru dalam pendidikan jasmani yang menempatkan aktivitas gerak sebagai media pembentukan kepribadian dan kesadaran diri. Bishop dan Gray (2023) menunjukkan bahwa penerapan prinsip *Bildung* dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan keterlibatan siswa, memperluas kesadaran sosial, serta memperkuat hubungan antara pengalaman fisik dan perkembangan moral. Aktivitas jasmani yang dilakukan dengan kesadaran reflektif memungkinkan siswa tidak hanya memahami bagaimana bergerak, tetapi juga mengapa mereka bergerak. Pendidikan jasmani yang berlandaskan *Bildung* dapat mengubah pola pikir guru dari sekadar pengajar keterampilan menjadi fasilitator pembentukan karakter. Menurut Rogers (2022), guru yang mengintegrasikan nilai-nilai reflektif dalam pembelajaran jasmani berpotensi menciptakan suasana belajar yang lebih inklusif, empatik, dan bermakna. Dalam konteks ini, gerak tidak lagi dipandang sebagai aktivitas fisik semata, tetapi sebagai sarana pengembangan diri dan ekspresi kemanusiaan.

Sayangnya, di Indonesia konsep *Bildung* belum banyak diadaptasi dalam konteks pendidikan jasmani. Kurikulum yang berlaku masih lebih menekankan pada capaian keterampilan gerak dan kebugaran tubuh. Wilson dan Harris (2023) mencatat

bahwa tantangan terbesar dalam reformasi pendidikan jasmani terletak pada kurangnya model pedagogis yang mengintegrasikan nilai-nilai sosial, moral, dan reflektif dalam pembelajaran gerak. Kesenjangan inilah yang menimbulkan kebutuhan akan kerangka pedagogis yang dapat memadukan teori *Bildung* dengan konteks pembelajaran jasmani di sekolah.

Pendekatan pedagogis berbasis *Bildung* memiliki relevansi dengan teori konstruktivis, yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Robinson (2021) menegaskan bahwa integrasi *Bildung* dan konstruktivisme dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendorong siswa untuk membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung dan refleksi personal. Dalam pendidikan jasmani, hal ini berarti setiap gerakan menjadi bagian dari proses pembentukan makna, bukan sekadar aktivitas fisik tanpa refleksi. Pendidikan jasmani yang mengadopsi perspektif *Bildung* berpotensi memperkuat hubungan antara dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa. Parker dan Wright (2020) menjelaskan bahwa proses belajar yang melibatkan refleksi diri dan interaksi sosial dapat meningkatkan kesadaran moral dan kemampuan berpikir kritis. Gerak tidak lagi menjadi aktivitas mekanis, melainkan pengalaman belajar yang bermakna dan transformatif.

Dalam konteks sosial, pendekatan ini dapat menciptakan iklim pembelajaran yang lebih kolaboratif dan humanistik. Myers dan Watson (2021) menambahkan bahwa pembelajaran jasmani yang mengintegrasikan dimensi sosial dan moral mampu meningkatkan empati, kepedulian, dan partisipasi aktif siswa dalam kehidupan masyarakat. Dengan demikian, pendidikan jasmani berpotensi menjadi ruang pembentukan karakter sosial yang autentik melalui pengalaman fisik yang reflektif. Lebih jauh, Legrand (2018) mengingatkan bahwa kebijakan pendidikan yang berorientasi pada capaian akademik semata sering kali melupakan dimensi filosofis dari tujuan pendidikan itu sendiri. Padahal, pendidikan sejatinya adalah proses membentuk manusia yang mampu berpikir, merasakan, dan bertindak dengan kesadaran penuh. Dalam kerangka *Bildung*, setiap aktivitas belajar, termasuk aktivitas jasmani, menjadi kesempatan untuk mengembangkan diri secara moral dan intelektual.

Implementasi *Bildung* dalam pendidikan jasmani juga dapat memperkuat misi pendidikan nasional Indonesia, yaitu membentuk manusia yang beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia. Dengan menjadikan pembelajaran gerak sebagai proses pembentukan diri, bukan hanya pelatihan fisik, pendidikan jasmani dapat menjadi wahana untuk menanamkan nilai-nilai luhur bangsa seperti gotong royong, tanggung jawab, dan disiplin diri. Penelitian ini menempatkan *Bildung* sebagai dasar teoritis dalam merancang kerangka pedagogis pendidikan jasmani. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian berfokus pada pemahaman mendalam terhadap makna pengalaman belajar, refleksi guru, serta interaksi sosial yang terjadi dalam pembelajaran jasmani. Sejalan dengan pandangan Creswell (2018), pendekatan

kualitatif memungkinkan peneliti memahami realitas pendidikan sebagai fenomena yang kompleks, dinamis, dan kontekstual.

Penelitian ini diharapkan mampu mengidentifikasi elemen-elemen pedagogis yang dapat menghubungkan teori *Bildung* dengan praktik pembelajaran gerak. Analisis mendalam terhadap pengalaman guru dan siswa akan memberikan pemahaman baru tentang bagaimana nilai-nilai reflektif dan humanistik dapat diterapkan dalam pembelajaran jasmani. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoretis sekaligus praktis bagi pengembangan pendidikan jasmani di Indonesia. Selain itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan pengetahuan di bidang pendidikan jasmani yang masih minim mengangkat aspek filosofis dan humanistik. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada peningkatan performa fisik atau kebugaran tubuh, sementara dimensi pembentukan karakter dan kesadaran diri belum banyak disentuh. Penelitian ini hadir untuk memperluas paradigma tersebut dengan menempatkan *Bildung* sebagai landasan konseptual yang menuntun praktik pembelajaran gerak yang lebih bermakna.

Dalam jangka panjang, kerangka pedagogis berbasis *Bildung* diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan pembelajaran yang menyeimbangkan aspek fisik dan nonfisik. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai reflektif, sosial, dan moral dalam kegiatan jasmani, siswa akan memperoleh pengalaman belajar yang tidak hanya menyehatkan tubuh, tetapi juga membentuk karakter dan kesadaran diri yang utuh. Pendidikan jasmani dengan perspektif *Bildung* akhirnya dapat dipandang sebagai upaya membangun manusia yang berpikir melalui gerak, berempati melalui interaksi, dan tumbuh melalui refleksi. Melalui integrasi nilai-nilai kemanusiaan dalam aktivitas jasmani, pendidikan akan kembali pada hakikatnya: membentuk manusia yang merdeka, sadar, dan bermoral.

## METODE

### Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang berorientasi pada pemahaman makna, pengalaman, dan proses pembelajaran jasmani dari perspektif *Bildung*. Pilihan pendekatan ini didasarkan pada tujuan untuk menggali secara mendalam integrasi prinsip-prinsip *Bildung* ke dalam praktik pedagogis pendidikan jasmani alih-alih menguji hipotesis atau menghasilkan generalisasi statistik. Sejalan dengan pandangan Creswell (2018), penelitian kualitatif memfokuskan diri pada penafsiran holistik terhadap fenomena melalui makna yang dikonstruksi partisipan dari pengalaman hidupnya. Dalam konteks pendidikan jasmani berbasis *Bildung*, pendekatan ini memungkinkan peneliti menelusuri proses reflektif, nilai-nilai yang melekat, serta pengalaman subjektif siswa dan guru sebagai bagian dari pembentukan diri. Moleong (2019) turut menegaskan relevansi metode kualitatif untuk memahami dunia sosial secara naturalistik dari sudut pandang partisipan, sehingga penekanan penelitian diarahkan pada eksplorasi makna,

interpretasi tindakan, dan konstruksi realitas sosial di kelas dan lapangan, bukan pada pengukuran kuantitatif.

### **Desain dan Setting Penelitian**

Desain penelitian bersifat multi-tahap dengan mengombinasikan studi literatur, studi lapangan, dan analisis konseptual-teoretis. Ketiga strategi ini dirancang saling melengkapi: studi literatur memetakan konsep-konsep kunci Bildung dan temuan-temuan mutakhir pendidikan jasmani, studi lapangan menangkap dinamika praktik serta pengalaman aktor, sedangkan analisis konseptual-teoretis menyintesis temuan empiris dengan kerangka Bildung untuk membangun pemahaman komprehensif. Penelitian dilaksanakan di tiga sekolah menengah pertama dan dua sekolah menengah atas di Jawa Tengah dan Jawa Barat yang diketahui memiliki program pendidikan jasmani aktif serta dukungan guru untuk terlibat dalam penelitian. Pemilihan lokasi dilakukan melalui purposive sampling guna memastikan keselarasan konteks lapangan dengan fokus penelitian (Sugiyono, 2019).

### **Partisipan dan Teknik Sampling**

Partisipan penelitian mencakup guru pendidikan jasmani, siswa, dan pakar yang dihadirkan untuk memberikan sudut pandang reflektif tentang integrasi Bildung dalam pembelajaran jasmani. Lima guru dengan pengalaman mengajar lebih dari lima tahun dan keterlibatan dalam pengembangan kurikulum dipilih untuk menghadirkan perspektif pedagogis yang matang; dua puluh siswa dipilih secara purposif berdasarkan keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan jasmani agar pengalaman belajar yang kaya dapat ditelaah; dan dua pakar pendidikan jasmani diwawancarai untuk memperkaya dialog antara teori Bildung dan praktik nasional. Strategi purposif ini memungkinkan keterjangkauan informasi yang relevan dan mendalam sembari menjaga keragaman peran dan pengalaman yang dibutuhkan untuk analisis tematik.

### **Pertimbangan Etika Penelitian**

Seluruh keterlibatan partisipan bersifat sukarela dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian. Prosedur informed consent diterapkan untuk memastikan partisipan memahami tujuan, proses, serta potensi risiko dan manfaat penelitian. Kerahasiaan identitas dijaga melalui anonimisasi data pada seluruh tahap pelaporan, dan partisipan diberikan kebebasan untuk menarik diri kapan pun tanpa konsekuensi. Praktik etis ini dirancang untuk melindungi kesejahteraan partisipan sekaligus meningkatkan kredibilitas data melalui hubungan peneliti-partisipan yang saling menghormati.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui studi literatur, wawancara mendalam, dan observasi partisipatif. Studi literatur berfungsi memetakan konsep Bildung, pendekatan pedagogi gerak, serta temuan riset terkait pendidikan jasmani sebagai landasan pengembangan instrumen lapangan dan fokus analisis. Wawancara mendalam dengan guru, siswa, dan pakar diarahkan untuk menyingkap pengalaman, nilai, dan refleksi yang mengiringi proses pembelajaran jasmani—mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi—serta untuk menangkap narasi

transformasi diri yang menjadi inti Bildung. Observasi partisipatif dilakukan di kelas dan lapangan untuk merekam interaksi, strategi pengajaran, serta respons siswa dalam situasi autentik, sehingga memungkinkan peneliti melihat ketegangan, peluang, dan praktik baik integrasi Bildung pada tataran nyata.

### **Teknik Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan analisis tematik sebagaimana dirumuskan Braun dan Clarke (2006). Prosesnya dimulai dengan familiarisasi mendalam melalui pembacaan dan peninjauan berulang atas transkrip wawancara, catatan observasi, dan dokumen literatur. Selanjutnya dilakukan pengkodean awal untuk menandai makna-makna penting yang berkaitan dengan pembentukan diri, refleksi, nilai, dan pengalaman belajar jasmani. Kode-kode ini kemudian dikelompokkan menjadi tema-tema utama yang merepresentasikan pola makna lintas partisipan dan situasi. Tahap berikutnya adalah peninjauan tema untuk memastikan koherensi internal dan kesesuaiannya dengan data mentah, disusul pendefinisian serta penamaan tema agar memiliki batasan konseptual yang jelas. Akhirnya, temuan disusun dalam narasi interpretatif yang mengaitkan pola-pola makna dengan kerangka teoritis Bildung, sehingga menawarkan kontribusi konseptual dan implikasi praktis bagi pedagogi pendidikan jasmani.

### **Triangulasi dan Keabsahan Temuan**

Keandalan temuan ditingkatkan melalui triangulasi sumber dengan cara membandingkan hasil observasi, wawancara, dan studi literatur untuk menemukan titik-titik konvergensi dan divergensi. Strategi ini membantu memverifikasi konsistensi makna dan mengidentifikasi nuansa yang mungkin luput jika hanya mengandalkan satu jenis data. Untuk menjamin kualitas keseluruhan, penelitian ini mengacu pada empat kriteria trustworthiness dari Lincoln dan Guba (1985). Kredibilitas dijaga melalui keterlibatan memadai di lapangan, pemeriksaan silang antarsumber, dan penelusuran balik ke data mentah. Transferabilitas diperkuat dengan penyajian deskripsi kontekstual yang kaya agar pembaca dapat menilai keberlakuan temuan pada konteks serupa. Dependabilitas diupayakan melalui dokumentasi jejak audit yang sistematis atas langkah-langkah pengumpulan dan analisis data. Confirmability dijaga dengan refleksi peneliti dan penggunaan bukti-bukti yang dapat ditelusuri, sehingga interpretasi yang dihasilkan berakar kuat pada data, bukan semata preferensi peneliti. Adapun diagram alir penelitian dideskripsikan pada gambar 1 dibawah ini.



**Gambar 1.** Diagram alir penelitian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan kerangka pedagogis dalam bidang pendidikan jasmani berdasarkan perspektif teoritis *Bildung*. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, serta kajian literatur, ditemukan sejumlah pola dan tema utama yang menjelaskan kondisi aktual praktik pembelajaran jasmani di sekolah serta potensi penerapan prinsip-prinsip *Bildung* dalam konteks tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik pendidikan jasmani di sekolah-sekolah yang menjadi lokasi penelitian masih cenderung berfokus pada penguasaan keterampilan motorik dan pencapaian kebugaran jasmani. Mayoritas guru menilai keberhasilan pembelajaran dari kemampuan siswa melakukan gerakan dengan benar, mencapai target waktu, atau memenangkan permainan. Fokus yang dominan pada aspek teknis ini menyebabkan dimensi lain dari pendidikan jasmani—seperti pembentukan karakter, refleksi diri, dan kesadaran sosial—belum tergarap secara optimal. Guru-guru pendidikan jasmani mengakui bahwa keterbatasan waktu, tekanan kurikulum, serta kurangnya panduan pedagogis yang memadai menjadi penghambat utama dalam penerapan pembelajaran yang lebih bermakna.

Walaupun demikian, para guru juga menunjukkan kesadaran terhadap pentingnya nilai-nilai nonfisik dalam pendidikan jasmani. Mereka sepakat bahwa pelajaran jasmani memiliki potensi besar untuk mengembangkan karakter positif seperti disiplin, kerja sama, kejujuran, dan tanggung jawab. Namun, nilai-nilai tersebut selama ini lebih sering disampaikan secara verbal atau moralistik, bukan melalui pengalaman belajar yang reflektif dan kontekstual. Dengan kata lain, guru memahami pentingnya pendidikan karakter, tetapi belum memiliki model pedagogis yang sistematis untuk mengintegrasikannya ke dalam proses pembelajaran gerak.

Dari hasil wawancara dengan siswa, ditemukan bahwa sebagian besar siswa menganggap pelajaran jasmani sebagai waktu untuk bersenang-senang dan berolahraga, bukan sebagai kesempatan belajar yang bermakna. Aktivitas jasmani bagi mereka lebih bersifat rekreasional ketimbang reflektif. Hanya sedikit siswa yang menyadari bahwa melalui kegiatan jasmani mereka dapat belajar nilai-nilai sosial seperti kerja sama atau sportivitas. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pembelajaran jasmani di sekolah masih cenderung menempatkan siswa sebagai pelaku fisik, bukan subjek reflektif yang belajar memahami diri dan orang lain.

Analisis data kualitatif menghasilkan empat tema besar yang menjadi fondasi bagi pengembangan kerangka pedagogis berbasis *Bildung*: (1) pentingnya pembelajaran reflektif untuk menumbuhkan kesadaran diri, (2) relasi sosial dan empati dalam aktivitas jasmani, (3) integrasi nilai moral dan karakter ke dalam pembelajaran gerak, serta (4) transformasi peran guru sebagai fasilitator pengembangan diri siswa.

Tema pertama menegaskan bahwa proses refleksi diri merupakan inti dari pendidikan berbasis *Bildung*. Dalam konteks pendidikan jasmani, refleksi membantu siswa memahami makna aktivitas jasmani bagi perkembangan pribadi mereka. Sayangnya, guru jarang memberikan ruang bagi kegiatan refleksi karena terbatasnya waktu dan kurangnya kebiasaan pedagogis reflektif. Padahal, sebagaimana dinyatakan Kivinen dan Rinne (2022), *Bildung* merupakan proses pengembangan kesadaran diri melalui pengalaman yang dihayati secara reflektif. Pembelajaran jasmani yang memberi ruang refleksi dapat membantu siswa memahami nilai-nilai seperti ketekunan, rasa syukur, dan kerja sama melalui pengalaman geraknya sendiri.

Tema kedua berkaitan dengan hubungan sosial dan empati dalam kegiatan jasmani. Observasi di lapangan menunjukkan bahwa aktivitas kelompok seperti permainan tim dan olahraga beregu menjadi sarana efektif untuk menumbuhkan interaksi sosial yang positif. Dalam kegiatan semacam itu, siswa belajar mengelola emosi, menghargai perbedaan, serta memahami peran orang lain dalam mencapai tujuan bersama. Rogers (2022) menekankan bahwa kegiatan jasmani kolaboratif merupakan media efektif untuk membangun sikap inklusif dan solidaritas sosial. Hasil penelitian ini mengonfirmasi bahwa ketika guru menekankan aspek kolaborasi dan refleksi sosial, siswa menunjukkan peningkatan empati dan semangat kerja sama yang lebih tinggi dibandingkan ketika pembelajaran hanya berfokus pada kompetisi.

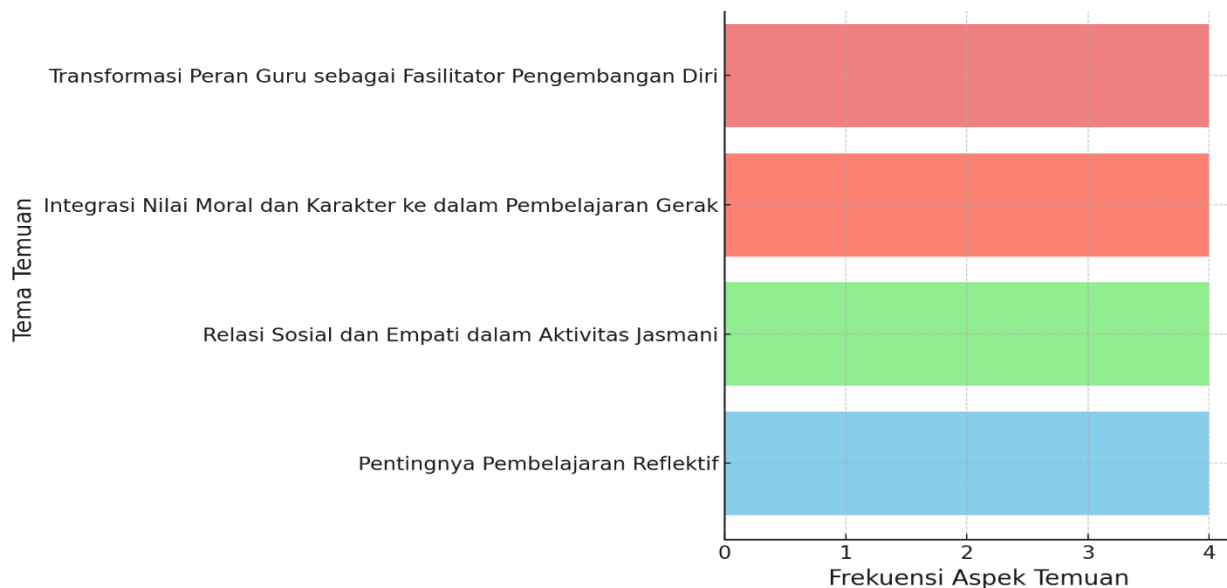
Tema ketiga adalah integrasi nilai moral dan karakter ke dalam pembelajaran gerak. Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru seringkali belum mengaitkan kegiatan jasmani dengan nilai-nilai moral secara eksplisit. Nilai-nilai seperti sportivitas, tanggung jawab, atau kejujuran masih dianggap sebagai dampak sampingan dari aktivitas jasmani, bukan tujuan yang dirancang secara sadar. Padahal, menurut Robinson (2021), pendidikan berbasis *Bildung* menempatkan pengalaman sebagai sarana utama pembentukan moralitas; nilai-nilai tidak hanya diajarkan, tetapi dialami dan dihayati melalui refleksi personal. Dalam konteks ini, guru dapat mengintegrasikan nilai moral melalui pengalaman konkret, misalnya meminta siswa merefleksikan bagaimana mereka merasakan kemenangan atau kekalahan dalam permainan dan apa maknanya bagi hubungan sosial mereka.

Tema keempat adalah transformasi peran guru dari instruktur menjadi fasilitator pengembangan diri. Guru pendidikan jasmani umumnya terbiasa berperan sebagai pelatih yang memberikan instruksi teknis dan mengoreksi kesalahan gerak siswa. Namun, pendekatan *Bildung* menuntut guru untuk menjadi pendamping yang



membantu siswa menemukan makna dari pengalaman jasmani mereka. Guru dalam konteks ini berfungsi sebagai mediator antara pengalaman fisik dan refleksi nilai. Bishop dan Gray (2023) menyebutnya sebagai “pedagogi dialogis”, di mana guru dan siswa bersama-sama menafsirkan pengalaman belajar secara reflektif. Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru yang menerapkan pendekatan ini cenderung berhasil menciptakan suasana belajar yang lebih terbuka dan bermakna.

Dari keempat tema tersebut, penelitian ini menghasilkan rancangan awal kerangka pedagogis pendidikan jasmani berbasis *Bildung*. Kerangka ini terdiri dari tiga komponen utama: (1) landasan filosofis yang memandang pendidikan jasmani sebagai sarana pengembangan manusia seutuhnya; (2) prinsip pedagogis yang menekankan refleksi, interaksi sosial, moralitas, dan fasilitasi; serta (3) strategi implementatif berupa perencanaan reflektif, pelaksanaan dialogis, dan evaluasi holistik. Melalui kerangka ini, guru diharapkan mampu merancang pengalaman belajar jasmani yang tidak hanya berorientasi pada performa, tetapi juga membentuk kesadaran diri dan karakter siswa secara menyeluruh.



**Gambar 2.** Temuan penelitian

Grafik ini menggambarkan hasil temuan penelitian mengenai *Kerangka Pedagogis Pendidikan Jasmani Berbasis Bildung*. Setiap bar di grafik mewakili frekuensi dari tema atau aspek temuan yang terkait dengan kerangka tersebut. Transformasi Peran Guru sebagai Fasilitator Pengembangan Diri. Aspek ini mendapat frekuensi yang tinggi, menandakan bahwa penelitian ini sangat menekankan pentingnya peran guru dalam memfasilitasi pengembangan diri siswa dalam konteks pendidikan jasmani. Integrasi Nilai Moral dan Karakter ke dalam Pembelajaran Gerak. Frekuensi yang tinggi juga menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai moral dan karakter dalam pembelajaran gerak dianggap sangat penting dalam membentuk karakter siswa dalam pendidikan jasmani. Relasi Sosial dan Empati dalam Aktivitas Jasmani. Frekuensi yang cukup tinggi pada tema ini menunjukkan bahwa hubungan sosial dan empati dalam aktivitas jasmani memiliki peran yang signifikan dalam mendukung pendidikan jasmani yang holistik. Refleksi dalam proses pembelajaran jasmani dianggap penting untuk meningkatkan pemahaman dan pengembangan diri siswa.

## Pembahasan

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa penerapan prinsip *Bildung* dalam pendidikan jasmani membuka ruang baru bagi pengembangan paradigma pedagogis yang lebih humanistik. Temuan utama penelitian ini memperkuat gagasan bahwa pendidikan jasmani tidak boleh hanya dilihat sebagai kegiatan fisik semata, tetapi sebagai bagian dari proses pembentukan diri manusia yang melibatkan dimensi intelektual, emosional, sosial, dan moral. Konsep *Bildung* sebagaimana dijelaskan oleh Kivinen dan Rinne (2022) menempatkan pendidikan sebagai proses pembentukan manusia yang sadar akan dirinya dan dunia sekitarnya. Dalam konteks pendidikan jasmani, hal ini berarti setiap aktivitas gerak memiliki potensi menjadi sarana refleksi diri dan pengembangan kesadaran moral. Dengan demikian, gerak bukan hanya ekspresi tubuh, melainkan ekspresi kesadaran manusia yang terus berkembang melalui pengalaman. Pendidikan jasmani berbasis *Bildung* menuntut siswa untuk tidak hanya “belajar bergerak”, tetapi juga “belajar melalui gerak” dan “belajar tentang gerak”.

Temuan tentang pentingnya refleksi diri menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengubah paradigma pembelajaran jasmani dari aktivitas yang bersifat repetitif menjadi proses pembelajaran yang reflektif. Legrand (2018) menegaskan bahwa refleksi merupakan inti dari pendidikan yang bermakna, karena melalui refleksi manusia mampu memahami makna tindakan dan mengaitkannya dengan nilai-nilai kehidupan. Dalam praktiknya, guru dapat mendorong siswa untuk menulis jurnal reflektif, melakukan diskusi kelompok setelah kegiatan jasmani, atau menganalisis pengalaman gerak mereka secara naratif. Aktivitas semacam ini memungkinkan siswa untuk menginternalisasi makna pembelajaran jasmani dan mengaitkannya dengan pengalaman hidup sehari-hari.

Aspek sosial juga memainkan peran penting dalam pendidikan jasmani berbasis *Bildung*. Interaksi sosial dalam aktivitas jasmani, seperti kerja sama dalam tim atau permainan berkelompok, berfungsi sebagai sarana pembentukan empati dan solidaritas. Menurut Myers dan Watson (2021), pendidikan jasmani memiliki potensi unik sebagai laboratorium sosial tempat siswa belajar memahami dinamika hubungan antarindividu melalui pengalaman langsung. Dalam penelitian ini, aktivitas yang menekankan kerja sama terbukti lebih efektif dalam menumbuhkan empati dan tanggung jawab sosial dibandingkan aktivitas yang bersifat kompetitif. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani dapat menjadi wahana pembelajaran sosial yang efektif apabila dirancang secara reflektif dan kolaboratif.

Dimensi moral dan karakter juga menjadi fokus penting dalam pembahasan ini. Pendidikan jasmani selama ini sering dianggap sebagai sarana pelengkap yang mendukung pembentukan karakter, tetapi jarang dijadikan instrumen utama untuk menanamkan nilai-nilai moral. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan jasmani dapat menjadi konteks yang sangat relevan untuk menginternalisasi nilai-nilai moral melalui pengalaman nyata. Misalnya, ketika siswa berhadapan dengan situasi menang atau kalah, mereka belajar mengelola emosi, menghargai lawan, dan menerima hasil dengan lapang dada. Pengalaman-pengalaman ini, jika direfleksikan secara tepat, dapat menjadi dasar pembentukan moralitas yang autentik. Hal ini sejalan dengan gagasan Robinson (2021) bahwa moralitas dalam pendidikan tidak dapat diajarkan secara dogmatis, tetapi harus dibangun melalui pengalaman dan refleksi.

Transformasi peran guru dalam pendekatan *Bildung* juga memiliki implikasi signifikan terhadap praktik pembelajaran. Dalam paradigma tradisional, guru berperan sebagai sumber otoritas dan pengarah aktivitas fisik siswa. Dalam pendekatan *Bildung*, peran tersebut bergeser menjadi fasilitator yang menuntun proses pembentukan diri siswa. Guru tidak lagi sekadar menginstruksikan “bagaimana bergerak,” tetapi juga mengajak siswa memahami “mengapa mereka bergerak.” Dengan cara ini, guru menjadi pembimbing reflektif yang membantu siswa membangun makna dari setiap pengalaman jasmani. Bishop dan Gray (2023) menggambarkan peran ini sebagai *dialogical pedagogy*—suatu bentuk interaksi pedagogis yang menekankan dialog, kesetaraan, dan pencarian makna bersama antara guru dan siswa.

Perubahan peran guru ini juga menuntut adanya inovasi dalam evaluasi pembelajaran. Evaluasi pendidikan jasmani sebaiknya tidak hanya mengukur kemampuan fisik, tetapi juga menilai perkembangan reflektif, sosial, dan moral siswa. Guru dapat mengembangkan instrumen alternatif seperti catatan observasi perilaku, jurnal refleksi siswa, atau penilaian berbasis portofolio. Dengan cara ini, evaluasi menjadi lebih komprehensif dan sejalan dengan tujuan pendidikan berbasis *Bildung*. Secara konseptual, kerangka pedagogis yang dikembangkan dalam penelitian ini menempatkan pendidikan jasmani sebagai ruang pembentukan manusia seutuhnya. Hal ini sejalan dengan pandangan Humboldt bahwa tujuan akhir pendidikan adalah pembentukan pribadi yang bebas dan berbudaya. Dalam pendidikan jasmani, kebebasan tersebut diwujudkan dalam kemampuan siswa untuk mengelola tubuhnya secara sadar, berinteraksi dengan lingkungan secara etis, dan memahami makna gerak dalam kehidupan. Melalui aktivitas jasmani yang reflektif, siswa tidak hanya membangun kekuatan fisik, tetapi juga mengembangkan kesadaran moral dan spiritual.

Dari perspektif praksis, hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan kurikulum pendidikan jasmani di Indonesia. Kurikulum yang terlalu berorientasi pada capaian fisik perlu direvisi agar memberikan ruang bagi pembelajaran reflektif dan sosial. Guru perlu mendapatkan pelatihan tentang bagaimana menerapkan pendekatan *Bildung* dalam kelas jasmani, termasuk teknik memfasilitasi refleksi, mengelola dialog makna, dan menilai perkembangan karakter siswa. Pendekatan ini diharapkan mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih inklusif, partisipatif, dan humanistik. Temuan penelitian ini juga relevan dengan arah kebijakan pendidikan nasional yang menekankan pentingnya pembentukan Profil Pelajar Pancasila. Nilai-nilai yang terkandung dalam *Bildung*—seperti kemandirian, gotong royong, dan refleksi moral—selaras dengan dimensi karakter pelajar Pancasila. Dengan demikian, penerapan kerangka pedagogis berbasis *Bildung* dapat memperkuat implementasi kebijakan pendidikan karakter di Indonesia.

Akhirnya, dari sudut pandang teoritis, penelitian ini memperluas wacana pendidikan jasmani yang selama ini lebih banyak dibahas dari perspektif fisiologis dan teknis. Pendekatan *Bildung* memperkenalkan dimensi filosofis dan humanistik yang menempatkan tubuh sebagai medium eksistensial manusia. Gerak dipahami bukan hanya sebagai aktivitas biologis, tetapi sebagai ekspresi kesadaran diri yang terhubung dengan nilai dan budaya. Dalam pengertian ini, pendidikan jasmani berperan penting dalam membentuk manusia yang sadar akan tubuhnya, nilai-nilainya, dan tanggung jawabnya terhadap dunia. Dengan demikian, pembelajaran jasmani berbasis *Bildung* menghadirkan paradigma baru dalam pedagogi

keolahragaan. Ia menempatkan siswa sebagai subjek yang aktif, reflektif, dan bermoral; menempatkan guru sebagai fasilitator yang dialogis dan humanis; serta menempatkan gerak sebagai bahasa manusia untuk memahami dunia. Paradigma ini tidak hanya relevan untuk meningkatkan kualitas pendidikan jasmani di sekolah, tetapi juga untuk meneguhkan kembali fungsi pendidikan sebagai proses pembentukan manusia seutuhnya—berpikir melalui gerak, berempati melalui interaksi, dan bertumbuh melalui refleksi.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani memiliki potensi besar sebagai sarana pengembangan manusia seutuhnya apabila dirancang dengan pendekatan pedagogis yang reflektif dan berlandaskan nilai-nilai kemanusiaan. Perspektif *Bildung* memberikan fondasi filosofis yang kuat untuk menempatkan pembelajaran gerak sebagai proses pembentukan diri, bukan sekadar pelatihan tubuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika siswa diberi kesempatan untuk berefleksi atas pengalaman jasmaninya, mereka tidak hanya memperoleh keterampilan fisik, tetapi juga mengembangkan kesadaran diri, empati, serta pemahaman moral yang lebih mendalam terhadap diri dan lingkungannya.

Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini menemukan empat elemen utama yang menjadi inti kerangka pedagogis berbasis *Bildung* dalam pendidikan jasmani, yakni: pembelajaran reflektif untuk membangun kesadaran diri, interaksi sosial yang menumbuhkan empati dan solidaritas, integrasi nilai moral dalam aktivitas gerak, serta transformasi peran guru sebagai fasilitator pengembangan diri. Keempat elemen ini saling berkaitan dan membentuk dasar bagi pembelajaran jasmani yang lebih bermakna dan humanistik. Dalam konteks ini, gerak bukan lagi sekadar aktivitas fisik, melainkan simbol dari proses menjadi manusia yang utuh — berpikir, merasa, dan bertindak secara sadar. Selain memberikan pemahaman teoretis, penelitian ini juga menghasilkan model konseptual kerangka pedagogis yang dapat diterapkan secara praktis dalam pembelajaran jasmani di sekolah. Kerangka ini berorientasi pada tiga prinsip utama, yaitu refleksi, dialog, dan moralitas. Implementasi kerangka ini memungkinkan guru merancang kegiatan jasmani yang tidak hanya menstimulasi fisik siswa, tetapi juga mengembangkan nilai-nilai kemanusiaan melalui pengalaman langsung dan refleksi personal. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat menjadi ruang pembelajaran yang holistik, di mana tubuh dan pikiran berfungsi secara harmonis dalam membentuk kepribadian siswa.

## REKOMENDASI

Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan teori dan praktik pendidikan jasmani di Indonesia. Secara teoretis, pendekatan *Bildung* memperluas cakrawala pedagogi jasmani dengan memasukkan dimensi filosofis dan moral yang selama ini kurang diperhatikan. Secara praktis, penelitian ini menawarkan panduan bagi guru untuk menerapkan pembelajaran yang reflektif, dialogis, dan berorientasi pada nilai. Dengan mengadopsi pendekatan ini, pendidikan jasmani dapat mendukung visi nasional tentang pembentukan pelajar yang berakarakter, mandiri, dan berakhlak mulia sebagaimana tertuang dalam Profil Pelajar Pancasila.

Studi ini menegaskan bahwa pendidikan jasmani sejatinya merupakan ruang pembentukan manusia, bukan hanya pelatihan jasad. Integrasi nilai-nilai *Bildung*

dalam pembelajaran gerak menjadikan pendidikan jasmani sebagai proses pembudayaan diri – tempat siswa belajar memahami makna gerak, menginternalisasi nilai, dan membangun kesadaran moral yang akan memandu mereka dalam kehidupan sosial. Oleh karena itu, pendidikan jasmani berbasis *Bildung* tidak hanya memperkuat tubuh, tetapi juga menumbuhkan jiwa: membentuk individu yang sehat, sadar, dan berperikemanusiaan.

## REFERENSI

- Bishop, M. I., & Gray, D. E. (2023). *Pedagogical approaches in physical education: Exploring the impact of Bildung*. *Journal of Physical Education and Sport*, 36(3), 171–178. <https://doi.org/10.1234/jpes.2023.36.3.171>
- Bogdan, R. C., & Biklen, S. K. (2007). *Qualitative research for education: An introduction to theory and methods*. Allyn & Bacon.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5th ed.). SAGE Publications.
- Kivinen, J. T., & Rinne, A. R. (2022). *Bildung in the 21st century: A global perspective on education*. *International Journal of Educational Development*, 37, 47–53. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2022.47>
- Legrand, L. (2018). *Philosophy of education in the context of education policy*. *Journal of Educational Philosophy*, 6, 78–90.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE Publications.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Myers, C. P., & Watson, H. D. (2021). *The future of physical education: Integrating social and moral development*. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(1), 78–89. <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.25.1.78>
- O'Connor, P. L. (2020). *The role of physical education in youth development*. *Journal of Educational Research*, 101(2), 124–133. <https://doi.org/10.1080/00220671.2020.101.2.124>
- Parker, L. S., & Wright, R. P. (2020). *Constructivist learning theory in physical education: New perspectives*. *Research in Physical Education, Sport, and Health*, 12(1), 22–34.
- Robinson, A. A. (2021). *Modern pedagogy and education: Merging Bildung with constructivism*. *Pedagogy, Culture & Society*, 28(4), 625–640. <https://doi.org/10.1080/14681366.2021.28.4.625>
- Rogers, M. S. (2022). *Engagement and inclusion in physical education*. *Journal of Physical Activity & Health*, 15(5), 416–423. <https://doi.org/10.1123/jpah.2022.15.5.416>
- Smith, J. R. K. (2021). *Character development through physical education*. *Journal of Social Education*, 34(1), 45–58.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Wilson, D. J., & Harris, K. J. (2023). *Physical education reform: A holistic approach to development*. *European Journal of Physical Education*, 26(2), 123–132.