

## SEKOLAH SEBAGAI PUSAT PROMOSI KESEHATAN KELUARGA

Hermon Triboy Purba<sup>1</sup>, Grace Romauli Sihotang<sup>2</sup>, Oki Imanuel Sembiring<sup>3</sup>, Surya Cakra Manggala<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Universitas Negeri Medan, Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara

Email: [Hermonpurbatriboy@gmail.com](mailto:Hermonpurbatriboy@gmail.com)

### Article History

Received: 28-03-2023

Revision: 29-04-2023

Accepted: 29-05-2023

Published: 30-06-2023

### Sejarah Artikel

Diterima: 28-03-2023

Direvisi: 28-04-2023

Diterima: 29-05-2023

Disetujui: 30-06-2023

### ABSTRACT

*The integration of sports into other curricula has become an increasing topic of conversation in the modern educational environment. Linking sport with other subjects such as mathematics, languages and civics, schools can create a more holistic and sustainable learning experience for students. In this context, the research aims to investigate cases of sports integration in other curricula in the secondary school environment. The method used is a mixed approach which combines qualitative and quantitative methods, such as direct observation, in-depth interviews, questionnaires and Focus Group Discussions (FGD). The research results show that the level of teacher involvement in the integration of sports in other curricula varies, the role of parents in supporting the integration of sports in other curricula is also an observed pattern, the need for additional training and support for teachers in integrating sports in other curricula is also an observed pattern.*

**Keywords:** Sports Integration, Holistic

### ABSTRAK

*Integrasi olahraga dalam kurikulum lain telah menjadi topik pembicaraan yang semakin meningkat dalam lingkungan pendidikan modern. Menghubungkan olahraga dengan mata pelajaran lain seperti matematika, bahasa, dan kewarganegaraan, sekolah dapat menciptakan pengalaman pembelajaran lebih holistik dan berkelanjutan bagi siswa. Dalam konteks ini, penelitian bertujuan menyelidiki kasus integrasi olahraga dalam kurikulum lain di lingkungan sekolah menengah. Metode yang digunakan yaitu pendekatan gabungan (mixed methods) yang mengkombinasikan metode kualitatif dan kuantitatif, seperti observasi langsung, wawancara mendalam, kuesioner, dan Focus Group Discussion (FGD). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan guru dalam integrasi olahraga dalam kurikulum lain bervariasi, peran orang tua dalam mendukung integrasi olahraga dalam kurikulum lain juga menjadi pola yang diamati, kebutuhan akan pelatihan dan dukungan tambahan untuk guru dalam mengintegrasikan olahraga dalam kurikulum lain juga menjadi pola yang diamati.*

**Kata Kunci:** Integrasi Olahraga, Holistik.

©2023; **How to Cite:** Purba, H. T., Sihotang, G. R., Sembiring, O. I., Manggala, S. C. (2023). SEKOLAH SEBAGAI PUSAT PROMOSI KESEHATAN KELUARGA. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 21 (1), 2527-9041. <https://doi.org/10.24114/jkss.v21i1.59787>

## PENDAHULUAN

Pendidikan yang holistik dan menyeluruh menjadi fokus utama dalam pembangunan sistem pendidikan modern. Di tengah tantangan global yang terus berkembang, pendidikan tidak lagi hanya berkutat pada penguasaan materi akademik semata, tetapi juga mengintegrasikan pengembangan keterampilan sosial, emosional, dan fisik siswa. Salah satu pendekatan yang telah menarik perhatian dalam mencapai tujuan ini adalah integrasi olahraga dalam kurikulum pendidikan. Hal ini terjadi di Sekolah SD Negeri 060913 Medan Tembung.

Integrasi olahraga dalam kurikulum lain telah menjadi topik pembicaraan yang semakin meningkat dalam lingkungan pendidikan modern. Dengan menghubungkan olahraga dengan mata pelajaran lain seperti matematika, bahasa, dan kewarganegaraan, sekolah dapat menciptakan pengalaman pembelajaran yang lebih holistik dan berkelanjutan bagi siswa. Namun, meskipun ada peningkatan kesadaran akan manfaat integrasi olahraga dalam pendidikan, masih ada sejumlah tantangan yang perlu diatasi.

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki kasus integrasi olahraga dalam kurikulum lain di lingkungan sekolah menengah. Melalui pendekatan yang komprehensif, kami akan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi implementasi program, mengevaluasi dampaknya terhadap kinerja siswa, dan mengeksplorasi persepsi dan sikap stakeholder terhadap konsep ini.

Dengan memahami konteks dan permasalahan yang ada, kami berharap bahwa

penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga bagi para pendidik, pembuat kebijakan, dan praktisi pendidikan untuk meningkatkan efektivitas program integrasi olahraga dalam kurikulum, sehingga membantu menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih holistik dan berorientasi pada siswa.

Penelitian ini memiliki signifikansi yang sangat penting bagi proses pengembangan kebijakan pendidikan dan program sekolah. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi pelajaran olahraga terintegrasi dalam pembelajaran olahraga, seperti Pendidikan Kewarganegaraan, Matematika, dan Bahasa Indonesia, sekolah dapat merancang intervensi yang lebih tepat sasaran dan efektif. Selain itu, penelitian ini juga berkontribusi terhadap literatur yang ada mengenai motivasi siswa dalam pendidikan jasmani, memberikan wawasan praktis bagi pendidik, administrator sekolah, dan pembuat kebijakan.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan yaitu pendekatan gabungan (mixed methods) yang mengkombinasikan metode kualitatif dan kuantitatif, seperti observasi langsung, wawancara mendalam, kuesioner, Focus Group Discussion (FGD) dengan guru olahraga SD NEGERI 060913 untuk mendapatkan informasi bagaimana wawasan mendalam tentang kasus integrasi olahraga dalam kurikulum lain. Dalam wawancara juga dilontarkan pertanyaan-pertanyaan tentang topik yang sedang dibicarakan agar informasi yg didapat juga sesuai dengan yg diinginkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bagaimana ibu/bpk memulai proses perancangan kegiatan olahraga yang terintegrasi dengan kurikulum lain? Pertama-tama yakni meninjau kurikulum yang sedang berjalan untuk dapat memahami tujuan pembelajaran, materi yang diajarkan, dan kompetensi yang harus dicapai siswa. Yang kedua yakni menetapkan tujuan pembelajaran yang spesifik untuk integrasi olahraga dengan kurikulum lain, lalu mengajak guru dari berbagai mata kuliah untuk berdiskusi dan merancang kegiatan bersama. Kemudian membuat rencana pembelajaran yang menyatukan olahraga dengan konten kurikulum lain serta menyiapkan materi ajar, alat peraga, dan sumber daya lain yang mendukung integrasi tersebut. Setelah itu dilaksanakan lah kegiatan tersebut serta di evaluasi agar dapat ditingkatkan menjadi lebih baik lagi.

2. Apa prinsip utama yang ibu/bpk pegang dalam mengintegrasikan kegiatan olahraga dengan mata pelajaran akademis?

Menggunakan konteks olahraga untuk membuat konsep akademis lebih relevan dan mudah dipahami oleh siswa. Misalnya, mengajarkan konsep matematika melalui pengukuran dan analisis statistik dalam olahraga. Mendorong pembelajaran melalui pengalaman langsung dan kegiatan praktis. Mendorong kerja sama antara guru pendidikan jasmani dan guru mata pelajaran akademis untuk merancang dan mengimplementasikan rencana pembelajaran yang terintegrasi. Mengintegrasikan keterampilan hidup yang penting, seperti kerjasama tim, kepemimpinan, disiplin, dan pengelolaan waktu.

3. Manfaat apa yang ibu/bpk harapkan akan diperoleh siswa dari integrasi ini dalam hal pemahaman konsep dan keterampilan holistik?

Dalam pemahaman konsep manfaatnya agar siswa dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan konkret tentang materi pelajaran. Misalnya, memahami konsep fisika seperti kecepatan dan momentum melalui aktivitas olahraga seperti lari dan sepak bola. Mengaitkan teori dengan praktik dalam konteks sehari-hari membuat pembelajaran lebih relevan dan mudah dipahami. Misalnya, menggunakan statistik dalam olahraga untuk mengajarkan matematika. Kegiatan fisik dapat membantu memperkuat ingatan dan retensi informasi. Siswa cenderung lebih mengingat konsep yang dipelajari melalui pengalaman praktis dan aktivitas yang menyenangkan.

Dalam keterampilan holistik manfaatnya agar meningkatkan kesehatan dan kebugaran fisik siswa melalui partisipasi aktif dalam kegiatan olahraga, yang juga dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan; mengembangkan keterampilan seperti kerjasama, komunikasi, dan empati melalui aktivitas kelompok dan tim; meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah dengan menghadapi tantangan dan situasi yang memerlukan strategi dan perencanaan dalam kegiatan olahraga; dan mengajarkan disiplin, pengelolaan waktu, dan pengaturan diri melalui latihan rutin dan partisipasi dalam kegiatan olahraga.

4. Apa tujuan utama ibu/bpk dalam mengintegrasikan olahraga ke dalam kurikulum akademis lainnya?

Peningkatan kesehatan dan kebugaran fisik, pengembangan keterampilan sosial dan emosional, peningkatan pemahaman akademis, pembelajaran holistik dan terpadu, meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, pembentukan karakter dan nilai-nilai positif, dan penguatan keterampilan kognitif.

5. Bagaimana ibu/bpk menyesuaikan kegiatan olahraga untuk berbagai tingkat kemampuan siswa?

Dengan cara melakukan penilaian awal kemampuan siswa untuk menilai tingkat kebugaran fisik dan kesehatan siswa, lalu mengelompokkan berdasarkan kemampuannya tersebut. Setelah itu, gunakan alat yang sesuai dengan kebutuhannya dengan menetapkan tujuan individu untuk setiap siswa berdasarkan kemampuan dan kebutuhan mereka. Libatkan siswa yang lebih terampil sebagai mentor untuk membantu teman-temannya yang membutuhkan bimbingan lebih, serta berikan variasi aktivitas dan rotasi agar siswa tidak jenuh.

6. Pendekatan atau metodologi apa yang ibu/bpk gunakan untuk memastikan keterlibatan siswa dalam kegiatan olahraga yang terintegrasi dengan pelajaran lain?

Pembelajaran Berbasis Proyek (Project-Based Learning) yakni dengan memberikan proyek yang nyata dan relevan yang melibatkan kegiatan fisik dan akademis. Misalnya, siswa dapat mengembangkan program kebugaran yang berdasarkan data kesehatan dan menulis laporan tentang hasilnya. Metode ini dapat membantu mendorong kolaborasi antar siswa dengan proyek kelompok yang memerlukan kontribusi dari berbagai disiplin ilmu.

7. Tantangan apa saja yang pernah ibu/bpk hadapi saat mengintegrasikan olahraga dalam kurikulum lain?

Tantangan yang dihadapi yakni seperti keterbatasan waktu dan jadwal, variasi kemampuan fisik dan akademis siswa, keterbatasan sumber daya dan fasilitas, kesulitan dalam penilaian dan evaluasi,

keselamatan dan kesehatan siswa, dan resistensi dari siswa atau guru.

8. Bentuk dukungan apa yang ibu/bpk butuhkan dari administrasi sekolah untuk menjalankan program ini dengan sukses?

Administrasi sekolah harus mengembangkan dan mengimplementasikan kebijakan yang mendukung integrasi olahraga dengan pelajaran akademis. Ini termasuk alokasi waktu yang memadai dalam jadwal dan prioritas program. Menyediakan peralatan olahraga yang memadai dan material pembelajaran yang mendukung integrasi ini. Mengadakan pelatihan berkala untuk guru tentang cara mengintegrasikan olahraga dengan pelajaran akademis secara efektif. Ini dapat mencakup workshop, seminar, atau kursus khusus.

## SOLUSI YANG DIBERIKAN

Rincian Solusi yang Diusulkan:

1. Pengaturan ulang jadwal harian untuk memasukkan waktu yang cukup untuk aktivitas fisik:

- Identifikasi waktu yang tersedia dalam jadwal harian yang dapat dialokasikan untuk aktivitas fisik tanpa mengorbankan waktu belajar akademis.

- Berkomunikasi secara jelas kepada semua pihak terkait tentang perubahan jadwal dan manfaat yang diharapkan dari penambahan waktu untuk aktivitas fisik.

- Diskusikan dengan staf administrasi dan guru untuk menentukan waktu yang paling cocok untuk aktivitas fisik, seperti sebelum atau setelah jam belajar utama.

2. Meningkatkan ketersediaan peralatan olahraga yang sesuai:

- Lakukan audit untuk menentukan jenis peralatan olahraga yang dibutuhkan dan. Ajukan proposal kepada administrasi untuk mengalokasikan anggaran tambahan untuk membeli atau memperbarui peralatan olahraga yang diperlukan.ondisi peralatan yang sudah ada.

- Cari sponsor atau ajukan permohonan hibah kepada lembaga atau organisasi yang mendukung pendidikan olahraga. Tetapkan rutinitas perawatan dan pemeliharaan untuk memastikan peralatan olahraga tetap dalam kondisi baik dan aman digunakan.

3. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam mengintegrasikan olahraga dengan pelajaran akademis :

- Atur pelatihan reguler atau workshop untuk guru tentang strategi dan pendekatan yang efektif untuk mengintegrasikan olahraga dalam pembelajaran. Buat panduan atau modul pembelajaran yang menyediakan contoh konkret dan sumber daya tambahan untuk guru.

- Fasilitasi diskusi dan kolaborasi antara guru pendidikan jasmani dan guru akademis untuk merancang rencana pelajaran terintegrasi. Pasangkan guru yang berpengalaman dalam integrasi olahraga dengan yang belum berpengalaman untuk pertukaran pengetahuan dan dukungan.

4. Membangun kemitraan dengan komunitas dan pihak eksternal:

- Ajak klub olahraga lokal, pusat kebugaran, atau komunitas olahraga untuk berkolaborasi dalam menyelenggarakan acara atau kegiatan bersama. Rekrut sukarelawan atau mentor dari komunitas untuk mendukung kegiatan olahraga di sekolah.

- Cari sponsor atau ajukan permohonan hibah kepada organisasi atau perusahaan yang

peduli terhadap kesehatan dan pendidikan olahraga. Undang orang tua untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga sekolah atau memberikan dukungan moral dan logistik.

5. Evaluasi dan penilaian yang terintegrasi:

- Buat rubrik penilaian yang mencakup aspek fisik dan akademis Lakukan penilaian formatif secara teratur untuk memantau kemajuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran.dari program integrasi olahraga.

- Gunakan hasil evaluasi untuk menyesuaikan dan meningkatkan program, termasuk penyesuaian strategi pengajaran dan aktivitas.

Dengan menerapkan solusi-solusi ini dan langkah-langkah implementasinya, administrasi sekolah dapat mendukung keberhasilan program integrasi olahraga dalam kurikulum akademis. Keterlibatan aktif dari seluruh komunitas sekolah dan kemitraan dengan pihak eksternal juga dapat memperkuat keberlanjutan dan efektivitas program ini dalam jangka panjang. solusi untuk semua masalah-masalah diatas

Justifikasi Solusi:

Solusi-solusi di atas dianggap efektif karena mereka mengatasi masalah-masalah yang diidentifikasi dalam proses perencanaan, pengadaan, pemeliharaan, dan penggunaan sarana penjas di sekolah. Dengan menerapkan langkah-langkah tersebut, akan tercipta sistem yang lebih teratur, efisien, dan berkelanjutan dalam pengelolaan sarana penjas, sehingga dapat mendukung pelaksanaan pembelajaran penjas yang berkualitas dan memenuhi kebutuhan semua siswa.

IMPLEMENTASI SOLUSI:



## Langkah-langkah Implementasi Solusi:

### 1. Pengembangan Kurikulum Interdisipliner:

- Guru olahraga dan guru matematika bekerja sama untuk merancang kegiatan yang memadukan kedua disiplin ilmu.

- Contoh aktivitas: Menghitung skor rata-rata dalam permainan bola basket, menggunakan statistik untuk menganalisis hasil pertandingan, atau mengukur lapangan dan menghitung luas serta keliling.

### 2. Pembelajaran Berbasis Proyek (Project-Based Learning):

- Proyek dapat mencakup pembuatan rencana kebugaran yang memerlukan pemahaman tentang fisiologi dan nutrisi (biologi), penggunaan perangkat lunak untuk melacak kemajuan (teknologi), dan penulisan laporan atau presentasi (bahasa).

- Guru dari berbagai mata pelajaran dapat membimbing proyek ini, memberikan penilaian berdasarkan kontribusi masing-masing bidang studi.

### 3. Aktivitas Fisik dalam Pembelajaran Sehari-Hari:

- Setiap 20-30 menit, guru dapat mengajak siswa melakukan aktivitas fisik ringan seperti peregangan atau permainan singkat yang relevan dengan materi pelajaran.

- Contoh: Menggunakan gerakan tangan untuk menghafal tabel periodik dalam pelajaran kimia atau bermain permainan kata dalam pelajaran bahasa.

### 4. Program Ekstrakurikuler yang Terintegrasi:

- Membentuk klub sains dan olahraga di mana siswa dapat belajar tentang prinsip-

prinsip ilmiah melalui eksperimen yang melibatkan aktivitas fisik.

- Contoh: Klub kebugaran yang juga mengajarkan siswa tentang anatomi manusia, gizi, dan kesehatan.

### 5. Pelatihan dan Pengembangan Guru:

- Menyediakan pelatihan bagi guru tentang cara mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam mata pelajaran mereka.

- Mengadakan lokakarya dan seminar yang membahas manfaat olahraga terhadap kinerja akademik dan cara-cara kreatif untuk menggabungkan aktivitas fisik dalam pembelajaran.

### 6. Evaluasi dan Penilaian:

- Mengembangkan alat penilaian yang dapat mengukur dampak integrasi olahraga pada hasil belajar siswa.

- Melakukan survei dan wawancara dengan siswa dan guru untuk mendapatkan umpan balik mengenai efektivitas.

Dengan mengimplementasikan langkah-langkah ini, sekolah dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih holistik dan interaktif, yang tidak hanya mendukung perkembangan fisik siswa tetapi juga meningkatkan kinerja akademik dan kesejahteraan emosional mereka.

## EVALUASI DAN PENYESUAIAN:

Evaluasi dan penyesuaian rencana evaluasi dalam kasus integrasi olahraga dalam kurikulum lain adalah langkah penting untuk memastikan keberhasilan dan efektivitas program. Berikut adalah langkah-langkah yang dapat diambil dalam proses ini:

1. Langkah pertama adalah meninjau kembali tujuan program integrasi olahraga dalam kurikulum lain dan kriteria evaluasi yang telah ditetapkan sebelumnya.

2. Tentukan metode evaluasi yang tepat untuk mengukur pencapaian tujuan program. Ini dapat mencakup penggunaan survei, wawancara, observasi kelas, ujian, atau portofolio siswa, tergantung pada aspek yang dievaluasi.

3. Lakukan pengumpulan data sesuai dengan instrumen evaluasi yang telah disusun. Pastikan data yang diperoleh akurat, relevan, dan komprehensif untuk memberikan gambaran yang jelas tentang kemajuan program.

4. Analisis data yang telah dikumpulkan menggunakan teknik statistik dan kualitatif yang sesuai. Identifikasi tren, pola, dan temuan penting yang berkaitan dengan pencapaian tujuan program.

Dengan menerapkan rencana evaluasi dan penyesuaian secara teratur, sekolah dapat memastikan bahwa solusi yang diimplementasikan berhasil mencapai tujuan mereka dalam meningkatkan kualitas dan ketersediaan sarana penjas, serta memberikan pengalaman pembelajaran olahraga yang lebih baik bagi siswa.

## SIMPULAN

Tantangan dalam integrasi olahraga dalam kurikulum lain meliputi kurangnya pemahaman guru, keterbatasan sumber daya, dan resistensi dari orang tua. Solusinya meliputi pelatihan guru, peningkatan fasilitas olahraga, dan kampanye kesadaran kepada orang tua, yang diharapkan dapat meningkatkan penerimaan dan efektivitas program.

## DAFTAR RUJUKAN

- Bailey, R., & Dismore, H. 2004. Sport in Education: The Role of Physical Education and Sport in Schools. *\*British Journal of Educational Studies\**, 52(2), 149-169
- Carlson, T. B., & Hastie P. A. 1997. The Integration of Movement and Learning: An Ecological Approach. *Journal of Teaching in Physical Education*, 17(4), 399-418
- Castelli, D. M., Centeio, E. E., Beighle, A. E., Carson, R. L., Nicksic, H. M., & Moore, J.B. 2014. Physical Literacy and Comprehensive School Physical Activity Programs. *Preventive medicine*, 66, 95- 100.
- Chen, S. 2019. The Benefit of Integrating Sport and Academics: School-Based Physical Activity Programs. *Journal of Sport and Health Science*, 8(5), 412-13
- Hastie, P.A., & Sinelnikov, O.A. 2006. Teaching Responsibility Through Sport Education: Prospects and Outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 25(4), 454-470
- Kirk, D., & MacDonald, D. 1998. Situating Physical Education and Health Education Within The Scottish 5-14 Curriculum: A Critical Perspective. *European Physical Education Review*, 4(1), 5-22
- Morgan, K., & Kingston, K. 2017. The Effects of Sport and Physical Activity on Educational Attainment in Children. *Medicine and Sport Science*, 61, 31-49

- Raspberry, C.N., Lee, S. M., Robin, L., Laris, B. A., Russell, L. A., Coyle, K. K., & Nihiser, A.J. 2011. The Association Between School-Based Physical Activity, Including Physical Education, and Academic Performance: A Systematic Review of the Literature. *Preventive Medicine*, 52, S10-S20
- Sallis, J. F., McKenzie, T. L., Kolody, B., Lewis, M., Marshall, S., & Rosengard, P. 1999. Effects of health-related physical education on academic achievement: Project SPARK. *Research quarterly for exercise and sport*, 70(2), 127-13
- Singh, A., Uijtdewilligen, L., Twisk, J. W., van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. 2012. Physical Activity and Performance at School: A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 166(1), 49-55
- Trudeau, F., & Shephard, R. J. 2008. Physical Education, School Physical Activity, School Sports and Academic Performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(1), 10