



The Role of Schools and Physical Education in Supporting Sports Achievement: Literature Review

Firmansyah Dahlan¹, Reza Mahyuddin², Muslim³

Pendidikan Jasmani

Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan

¹Universitas Muhammadiyah Palopo

Email: ¹firmansyahdahlan@umpalopo.ac.id

^{2,3} Universitas Negeri Makassar

Email: ²rezamahyuddin@unm.ac.id, ³muslim@unm.ac.id

ABSTRACT

The Great Design of National Sports (DBON) of the Republic of Indonesia has been ratified, invited, and socialized. The urgency in succeeding the Law is the synergy of all parties. The question that arises is, "how is this synergy built?". For this reason, this literature review is directed to describe the synergies (positions, roles, and benefits) of schools (extracurricular sports and Physical Education) related to achievement sports that are disseminated in scientific journals. Databases used are; Sinta, google scholar, sciencedirect.com, springer, the Mendeley application, VOSviewer, and Publish or Perish. Results; 1) Schools are strategic places to promote achievement sports. 2) Physical education plays an important role in the mass and nursery stages. 3) Achievement sports have many benefits for children, but with a clear reference that is not for all children. 4) Important factors for the development of achievement sports in schools are an appropriate curriculum, run by professionals, adequate networks, parents, and government commitment. 5) Associations/ federations and sports clubs provide experts and staff, the government provides sports facilities, and Physical Education teachers and students become the subject of the development. 6) Sport and physical education extracurricular activities have a positive influence on children's academic abilities (indirectly) because children are happy and feel at home in school, which increases their self-confidence and self-esteem. 7) Extracurricular sports do not interfere with children's academic achievements when carried out properly.

Keywords: School, Physical Education, Sports Achievement

Peran Sekolah dan Pendidikan Jasmani dalam mendukung Olahraga Prestasi: Literatur Review

ABSTRAK

Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) Republik Indonesia telah disahkan, diratifikasi, dan disosialisasikan. Hal mendesak untuk menyukseskan UU tersebut adalah sinergitas semua pihak. Pertanyaan yang muncul adalah "bagaimana sinergitas tersebut dibangun?. Untuk itu, Literatur review ini diarahkan untuk menggambarkan sinergitas (posisi, peran, dan manfaat) sekolah (ekstrakurikuler olahraga dan Penjas) terkait olahraga prestasi yang terdesiminasi dalam jurnal ilmiah. Database yang digunakan; Sinta, google scholar, sciencedirect.com, springer, menggunakan aplikasi Mendeley, VOSviewer, dan Publish or Perish. Hasil penelusuran; 1) Sekolah adalah wadah starategis dalam mempromosikan olahraga prestasi. 2) Penjas berperan penting pada tahap pemassalan dan pembibitan. 3) Olahraga prestasi memiliki banyak manfaat untuk anak, namun dengan acuan yang jelas yakni tidak untuk semua anak. 4) Fator penting pengembangan olahraga prestasi di sekolah yaitu kurikulum yang berkesesuaian, dijalankan oleh para profesional, jejaring kerja yang memadai, orang tua, dan komitmen pemerintah. 5) Asosiasi/federasi dan klub olahraga menyediakan pakar dan stafnya, pemerintah menyediakan fasilitas olahraga, guru Penjas dan siswa menjadi subjek pengembangan tersebut. 6) Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan Penjas memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan akademik anak (secara tidak langsung) karena anak senang dan betah berada disekolah dan meningkatkan kepercayaan diri serta harga dirinya. 7) Ekstrakurikuler olahraga tidak mengganggu prestasi akademik anak katika dijalankan dengan tepat.

Kata Kunci: Sekolah, Penjas, Olahraga Prestasi

© 2020 IKIP BUDI UTOMO MALANG

Info Artikel

Dikirim : 03 Agustus 2022
Diterima : 11 November 2022
Dipublikasikan : 26 November 2022

P-ISSN 2613-9421

E-ISSN 2654-8003

✉ Alamat korespondensi: firmansyahdahlan@umpalopo.ac.id
Universitas Muhammadiyah Palopo. Jl. Jend Sudirman No.Km. 03, Binturu,
Kec. Wara Sel., Kota Palopo, Sulawesi Selatan 91922, Indonesia

PENDAHULUAN

Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) Pemerintah Republik Indonesia baru-baru ini telah disahkan, diratifikasi, dan disosialisasikan, pada Bab I, Ketentuan umum termaktub “Desain Besar Olahraga Nasional yang selanjutnya disingkat DBON adalah dokumen rencana induk yang berisikan arah kebijakan pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dilakukan secara efektif, efisien, unggul, terukur, sistematis, akuntabel, dan berkelanjutan dalam lingkup olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi, dan industri olahraga, (Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 86 Tahun 2021 Tentang Desain Besar Olahraga Nasional, 2021). Dalam upaya menyukseskan Undang-undang tersebut sangat dibutuhkan sinergitas dari berbagi pihak, salah-satunya sinergitas antara olahraga prestasi dan sekolah yang dalam hal ini memiliki elemen Pendidikan Jasmani dan Ekstrakurikuler Olahraga didalamnya. Pertanyaan yang muncul saat ini, bagaimana sinergitas tersebut dibangun? *Start* awal yang dapat dilakukan adalah dengan melihat dan memahami bentuk-bentuk sinergitas antara olahraga prestasi dan sekolah (elemen Pendidikan Jasmani dan Ekstrakurikuler Olahraga) didalamnya yang selama ini telah dijalankan diberbagai Negara dan tertuang dalam literasi ilmiah.

Peran sekolah terhadap perkembangan olahraga prestasi (cabang olahraga) sangat berkaitan erat dan sejak lama diimplementasikan diberbagai negara. China (RRC), sejak tahun 50-an melalui kebijakan Departemen Pendidikanya, menginstruksikan Pemerintah Daerah menerapkan perekrutan pelatih untuk *exercise* (latihan) dan *sport* (olahraga prestasi), staf (guru) Pendidikan Jasmani dan *physicians* untuk bekerja di lingkup sekolah (Yan et al., 2021). Jepang semenjak tahun 1993 memprogramkan semua pembinaan sepakbola junior

dijalankan di sekolah-sekolah dan tidak ditemukan adanya pembinaan diluar sekolah. Setelah terbentuknya Liga Jepang (J-League), klub-klub lokal turut serta menjalankan pembinaan pada anak usia sekolah di wilayah sekitar *homebase* mereka (Light & Yasaki, 2003). Konsep *Long Term Athlete Development (LTAD)* pada fase “*Learn to Train*” yang menjadi *trademark* Pembinaan Olahraga di Kanada menguraikan “Wahana yang tepat dalam upaya pengembangan fase “*Learn to Train*” atau menghasilkan dan menyiapkan atlet masa depan adalah sekolah, baik melalui kelas pendidikan jasmani, disela-sela jam pelajaran mereka (lapangan sekolah), atau di tim/klub olahraga sekolah mereka, (Balyi et al., 2013).

Adapun Indonesia, satuan pendidikan (sekolah) berkewajiban menyelenggarakan kegiatan intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler. Intrakurikuler adalah kegiatan pembelajaran yang tertuang dalam mata pelajaran. korikuler adalah kegiatan untuk menguatkan materi-materi pembelajaran (intrakurikuler), implementasinya berupa kunjungan ke museum atau situs-situs sejarah dan tempat edukatif lainnya. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang sifatnya mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki siswa seperti kegiatan kepanduan, olahraga, seni dan keagamaan. Kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal dalam rangka mendukung pencapaian tujuan pendidikan nasional (Pemendikbud, 2014). Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh siswa bertujuan agar siswa dapat mengembangkan bakat, minat, serta kemampuannya, untuk meraih prestasi yang maksimal baik di lingkungan sekolah maupun diluar sekolah (Nurlathifah & Firmansyah, 2017). Ekstrakurikuler olahraga sendiri adalah wadah bagi siswa untuk menyalurkan minat dan bakat pada salah satu cabang olahraga tertentu, dengan tujuan meningkatkan serta mengasah kemampuan dan keterampilan dalam olahraga (Hermawan & Rachman, 2018). Keberadaan ekstrakurikuler di sekolah sebagai lumbung atlet pelajar menjadi sangat sentral dan harus dikelola dengan baik, terarah serta berkesinambungan sebagai dasar pembinaan olahraga pelajar (Rasyono, 2016).

Kegiatan intrakurikuler melalui pendidikan jasmani memiliki keterkaitan erat dengan olahraga prestasi, namun dengan skala yang lebih kecil dan terbatas. Pendidikan jasmani di berbagai Negara umumnya memiliki tujuan yang sama yakni pengembangan kemampuan anak secara holistik (kognitif, afektif dan psikomotor) dan menempatkan olahraga sebagai media dan bukan sebagai tujuan. Mengapa pendidikan jasmani menjadi penting, karena dijadikan dasar bagi anak untuk mengaplikasikan (mempraktekkan) kemampuan gerakannya, dan menyeimbangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor, (Wibowo, 2018). Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga, (Supriadi & Amansyah, 2017). Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, yang dijalankan pihak sekolah memiliki misi yang sangat penting, antara lain wahana untuk siswa ikut serta dalam aktifitas fisik, maupun dalam konteks olahraga kesehatan. *Goal* yang diinginkan yakni pertumbuhan fisik dan pengembangan fisik lebih baik, dan disaat bersamaan membentuk pola dan atau gaya hidup sehat. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani mengajarkan atau menjadikan cabang olahraga sebagai media dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani dan tertuang dalam kurikulum pendidikan jasmani, (Heriyadi & Hadiana, 2018). Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, berdasarkan jenjang SMA/MA SMK/MAK kelas XI, tertuang didalamnya materi keterampilan gerak permainan yang harus dipelajari dan diajarkan kepada peserta didik. Lebih khusus dijelaskan terdapat 12 kategori keterampilan gerak permainan dan salah satu diantaranya adalah pembelajaran analisis kategori keterampilan gerak permainan bola besar, (Kusuma & Ridwan, 2018). Untuk menggali, mengetahui, dan memahami peran sekolah melalui ekstrakurikuler dan intarkurikuler melalui pendidikan jasmani, maka literatur review ini akan menyadur jurnal dan atau artikel ilmiah yang menggambarkan sinergitas (posisi, peran, dan manfaat) sekolah (ekstrakurikuler olahraga dan Penjas) terkait olahraga prestasi yang terdesiminasi dalam jurnal ilmiah.

METODE

Artikel review ini bertujuan untuk menggali, mengetahui, dan memahami sinergitas serta peran sekolah melalui ekstrakurikuler dan intarkurikuler (pendidikan jasmani) dengan mengumpulkan jurnal dan atau artikel ilmiah yang terbaru dan terbaharukan yang dapat menggambarkan bentuk sinergitas dan atau mengulas peran sekolah (pendidikan jasmani dan ekstrakurikuler olahraga) terhadap pembinaan olahraga prestasi. Beberapa konsep dan tata cara *literature review* antara lain; Pengumpulan data sekunder dapat menggunakan metode *systematic literature review* (SLR). Tata cara pengambilan Data dengan mengakses Sinta, *google scholar*, *sciencedirect.com*, *springer*, jurnal nasional dan jurnal internasional, untuk memudahkan pencarian menggunakan kata-kata kunci sesuai tema yang akan di *review*, (Ridwan, 2020). Studi literatur merupakan sebuah desain penelitian dengan mengumpulkan sumber data yang berkaitan dengan suatu topik. Pengumpulan datanya dengan alat pencarian *database* dari *google scholar*, *eric*, dan atau *scopus* menggunakan *tools; search term* pada setiap database. Cara kerja metode ini yaitu dengan menganalisis jurnal dan kemudian membuat ringkasan terkait pertanyaan dan tujuan penelitian, (Syofian & Gazali, 2021). Literatur review ini menggunakan database Sinta, *google scholar*, *sciencedirect.com*, *springer* menggunakan aplikasi *Mendeley*, *VOSviewer*, dan *Publish or Perish*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut sebaran dan gambaran hasil penelitian yang menggambarkan sinergitas (posisi, peran, dan manfaat) sekolah (ekstrakurikuler olahraga dan Penjas) terkait olahraga prestasi yang terdesiminasi dalam jurnal ilmiah.

Tabel 1. Gambarkan Sinergitas (posisi, peran, dan manfaat) Sekolah (ekstrakurikuler olahraga dan Penjas) terkait Olahraga Prestasi

Author/Judul	Hasil Penelitian
(Light & Yasaki, 2003)/ <i>Breaking the mould: J League soccer, community and education in Japan</i> 6-10.	<ul style="list-style-type: none"> • Klub sepakbola yang tergabung dalam <i>J-League</i> mengembangkan sepakbola usia dini yang bekerjasama secara paralel dengan klub sekolah, ditemukan pula kontinuitas pembinaan yang berkualitas dan mampu mempromosikan sepakbola di daerah-daerah. • Bentuk kerjasama lainnya dapat dilihat dari Asosiasi Sepakbola Jepang (JFA) menyediakan staf pelatih

	untuk memberikan pelatihan kepada klub sekolah dan pemerintah lokal berperan menyediakan fasilitas.
(Din, 2005)/ <i>Sport Activities Versus Academic Achievement For Rural High School Students.</i>	• Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara nilai akademik pra-musim dan pascamusim siswa, yang berpartisipasi dalam kegiatan klub olahraga prestasi yang dibina oleh sekolah.
(Trudeau & Shephard, 2008)/ <i>Physical activity, overweight and central adiposity in Swedish children and adolescents: The European youth heart study.</i>	• Kegiatan Ekstrakurikuler melalui <i>physical fitness</i> (PF) dan kurikuler melalui pendidikan jasmani cenderung membuat anak senang dan atau betah berada disekolah dan meningkatkan kepercayaan diri serta harga dirinya, kecenderungan tersebut memiliki hubungan yang erat dengan prestasi akademik walaupun secara tidak langsung.
(Howard Z. Zeng et al., 2011)/ <i>Attitudes of High School Students toward Physical Education and Their Sport Activity Preferences.</i>	• Setiap siswa umumnya menyenangi, merasakan, dan memahami manfaat dari program pendidikan jasmani dan kegiatan olahraga prestasi di sekolah, kemudian mengokohkan sikap <i>Attitudes Toward Physical Education Activity</i> (ATPEA).
(Mandic et al., 2012)/ <i>Getting kids active by participating in sport and doing It more often: focusing on what matters.</i>	• Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi pada olahraga prestasi menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kebugaran fisik anak, sekolah menjadi tempat yang tepat dalam mempromosikan praktik olahraga prestasi
(Tomik et al., 2012)/ <i>Social values of sport participation and their significance for youth attitudes towards physical education and sport</i>	• Study terhadap aktivitas pendidikan jasmani dan klub olahraga sekolah di Polandia menunjukkan hasil penelitian, bahwa pendidikan jasmani dan kegiatan olahraga prestasi di sekolah mampu mengembangkan kebugaran fisik, mengembangkan pengendalian diri dan evaluasi diri "kemampuan sosial", pengembangan kognitif anak, dari semua parameter perkembangan secara signifikan ditemui pada anak laki-laki, anak atau siswa yang terlibat dalam klub olahraga sekolah disemua parameter perkembangan sangat menonjol (kebugaran fisik, sosial dan kognitifnya). Ekstrakurikuler olahraga sekolah memberikan dampak positif terhadap pendidikan sosial dan budaya di sekolah.
(Mani, 2013)/ <i>Research Into the Value of Quality Physical Education and School Sport.</i>	• Hasil temuan penelitian ini menunjukkan pendidikan jasmani dan olahraga prestasi yang dikembangkan di sekolah menghasilkan banyak manfaat terhadap anak. Namun penting untuk digarisbawahi adalah tidak untuk semua anak, tergantung pada tujuan

	<p>yang diinginkan pihak pengelola, kurikulum dan implementasinya, dijalankan oleh para profesional, jejaring kerja yang memadai, dukungan orang tua, dan komitmen pemerintah.</p> <ul style="list-style-type: none">• Pendidikan jasmani berperan penting dalam mengupayakan pengembangan gerak yang terstruktur hingga taraf keterampilan dasar, meningkatkan partisipasi aktivitas fisik dan olahraga prestasi.
<p>(Komarudin, 2015)/Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Sistem Pembangunan dan Pembinaan Olahraga di Indonesia.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Guru pendidikan jasmani memiliki tanggung jawab besar untuk dapat berperan aktif dalam sistem pembangunan dan pembinaan olahraga di Indonesia, khususnya dalam tahap pemassalan dan pembibitan olahraga lewat pendidikan jasmani di sekolah dan masyarakat.
<p>(Wang et al., 2021)/<i>Research on the influence of sport dance on physical health in national fitness exercise.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Pendidikan Jasmani yang mengimplementasikan latihan senam aerobik (<i>dance</i>) dengan intensitas sedang mampu membentuk tubuh anak dan meningkatkan kebugaran fisik, selanjutnya latihan senam aerobik (<i>dance</i>) yang diarahkan ke olahraga prestasi dapat secara efektif meningkatkan fungsi kardiovaskular.
<p>(Xiaofei et al., 2021)/<i>Features of the organization of teaching for future physical education teachers in the People's Republic of China and the possibility of implementing an individual approach in their training: A review article.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• RRC melalui programnya “pendidikan jasmani masa depan”, diinstruksikan agar selain olahraga dasar, guru diberi pelatihan mendalam tentang olahraga prestasi hingga spesialis (tingkat tinggi). Pelatihan guru pendidikan jasmani di Negara tersebut digambarkan mengarah pada pengembangan konsep secara individualisasi dan berlaku untuk semua kalangan, siswa diberi kebebasan memilih jenis olahraga yang diinginkan sehingga guru pendidikan jasmani harus profesional dan memiliki pengetahuan tentang cabang olahraga tersebut.

Sekolah dapat dikatakan sebagai wadah yang strategis dalam mempromosikan olahraga prestasi. Sekolah sudah seharusnya dimaksimalkan untuk mendukung olahraga prestasi karena menghasilkan banyak manfaat terhadap anak. Namun dengan acuan yang jelas yakni tidak untuk semua anak. Sumber daya manusia yang unggul dalam menyukseskan olahraga prestasi sebaiknya dipersiapkan sejak masa kanak-kanak, agar menghasilkan perkembangan dan prestasi yang optimal dalam bidang olahraga. Usia anak-anak dan remaja paling tidak sang anak dapat berpartisipasi dalam aktivitas fisik dalam

kurun waktu 60 menit atau lebih secara teratur yang berkesesuaian dengan perkembangan fisiknya, (Ika, 2014). Fator penting dalam mengembangkan olahraga prestasi di sekolah yakni kurikulum yang berkesesuaian, dijalankan oleh para profesional, jejaring kerja yang memadai, orang tua, dan komitmen pemerintah. Pembinaan olahraga dengan pendekatan iptek dapat berhasil dengan baik apabila seluruh individu dan institusi terkait melaksanakan kebijakan yang ada secara konsisten dan bekerja bersama-sama secara terpadu mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi program dalam olahraga, (Kusnanik, 2014). Tanpa pembibitan yang terstruktur dengan baik maka tahap pencapaian prestasi tidak akan dapat diraih. Lebih lanjut pembinaan dan pengembangan bakat olahraga usia dini tersebut haruslah dilakukan secara berencana, teratur, sistematis serta dengan sengaja, (Mardanto & Rumini, 2016). Semua pihak harus mengambil perannya masing-masing, asosiasi cabang olahraga dan atau klub olahraga profesional menyediakan pakar dan stafnya yang memiliki keilmuan dibidang olahraga, pemerintah menyediakan fasilitas olahraga, guru pendidikan jasmani dan siswa menjadi subjek pengembangan tersebut. Diperlukan adanya paradigma baru terkait keberadaan ataupun fungsi masyarakat dalam upaya membangun olahraga secara umum dan olahraga prestasi secara khusus. Masyarakat adalah semua pihak dan bukan hanya pemerintah, organisasi dan atau klub-klub olahraga, organisasi profesi, masyarakat pihak swasta (masyarakat industri dan atau perusahaan-perusahaan) yang berkaitan dengan olahraga. Lebih lanjut dijelaskan bahwa, bentuk sumbangsih atau keterlibatannya dapat berupa pengadaan dan pembangunan sarana prasarana, menghimpun, menggali, dan atau sebagai penyandang dana, menggerakkan, menggalakkan, mengupayakan kegiatan ataupun event olahraga di sekolah, perguruan tinggi, pabrik atau perusahaan, kantor atau di komplek pemukiman, (Budiwanto, 2012).

Pendidikan Jasmani dan olahraga prestasi diibaratkan sebagai dua sisi mata uang yang tidak bisa dipisahkan, pendidikan jasmani meningkatkan partisipasi siswa untuk beraktivitas fisik melalui aktifitas cabang olahraga dan menstimulasi peningkatan derajat kesehatan dan kebugaran anak, olahraga prestasi membutuhkan anak memiliki keterampilan berolahraga serta derajat kesehatan dan kebugaran yang baik. Terkait hal tersebut maka tidak salah jika uraian Balyi,

seorang pakar Ilmu Keolahragaan Kanada yang mencetuskan Konsep *Long Term Athlete Development* (LTAD) menguraikan bahwa ada 13 faktor yang dapat menghambat jalannya pengembangan olahraga prestasi salah-satunya “Minimnya hubungan atau kerjasama antara pihak sekolah dan komunitas-komunitas olahraga prestasi”, (Nurjaya, 2012). Pendidikan jasmani di sekolah berperan penting dalam tahap pemassalan dan pembibitan olahraga prestasi. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan pendidikan jasmani memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan akademik anak walaupun secara tidak langsung, karena anak senang dan betah berada disekolah dan meningkatkan kepercayaan diri serta harga dirinya. Ditemukan pula informasi bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan pendidikan jasmani tidak mengganggu prestasi akademik anak ketika dijalankan dengan baik dan benar. Beberapa Negara bahkan telah mengambil langkah yang radikal terkait hal ini, RRC misalnya melalui programnya “pendidikan jasmani masa depan”, mengharuskan guru penjasnya mendalami olahraga prestasi hingga spesialis (tingkat tinggi), diperkenalkan pula konsep individualisasi dimana siswa diberi kebebasan memilih jenis olahraga yang diinginkan dan guru wajib mengakomodirnya.

SIMPULAN

Sekolah adalah wadah strategis dalam mempromosikan olahraga prestasi. 2) Penjas berperan penting pada tahap pemassalan dan pembibitan. 3) Olahraga prestasi memiliki banyak manfaat untuk anak, namun dengan acuan yang jelas yakni tidak untuk semua anak. Fator penting pengembangan olahraga prestasi di sekolah yaitu kurikulum yang berkesesuaian, dijalankan oleh para profesional, jejaring kerja yang memadai, orang tua, dan komitmen pemerintah. Asosiasi/federasi dan klub olahraga menyediakan pakar dan stafnya, pemerintah menyediakan fasilitas olahraga, guru Penjas dan siswa menjadi subjek pengembangan tersebut. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan Penjas memiliki pengaruh positif terhadap kemampuan akademik anak (secara tidak langsung) karena anak senang dan betah berada disekolah dan meningkatkan kepercayaan diri serta harga dirinya. Ekstrakurikuler olahraga tidak mengganggu prestasi akademik anak ketika dijalankan dengan tepat.

DAFTAR RUJUKAN

- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). Long-Term Athlete Development. In *Human Kinetics. Human Kinetics*.
<https://doi.org/10.1249/jsr.0b013e3181fe3c44>
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Din, F. S. (2005). Sport Activities Versus Academic Achievement For Rural High School Students. *National Forum of Applied Educational Research Journal*, 18(3), 1999–2000.
- Heriyadi, D., & Hadiana, O. (2018). Perbandingan Model Discovery Learning Dengan Model Peer Teaching Terhadap Teknik Passing Bawah. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 3(2), 89. <https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.240>
- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh pendekatan latihan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan shooting peserta ekstrakurikuler basket. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 100–109.
<https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.20349>
- Howard Z. Zeng, Hipscher, M., & Leung, R. W. (2011). Attitudes of High School Students toward Physical Education and Their Sport Activity Preferences. *Journal of Social Sciences*, 7(4), 529–537.
<https://doi.org/10.3844/jssp.2011.529.537>
- Ika, N. (2014). Bentuk latihan dasar kekuatan untuk usia 7 - 10 tahun. *Seminar Nasional Dengan Tema : "Model Pembinaan Atlet Pelajar Terkini,"* 119–125.
- Komarudin. (2015). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Sistem Pembangunan dan Pembinaan Olahraga di Indoneisa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(April), 37–44. <https://doi.org/10.21831/jpji.v11i1.8169>
- Kusnanik, N. W. (2014). Model pengukuran antropometrik, fisiologis, dan biomotorik dalam mengidentifikasi bibit atlet berbakat cabang olahraga sepakbola. *Pertemuan Ilmiah Ilmu Keolahragaan Nasional*, 146–157.
- Kusuma, S., & Ridwan, M. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Dribbling Sepakbola Melalui Small Side Games. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 95. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10618>
- Light, R., & Yasaki, W. (2003). Breaking the mould: J League soccer, community and education in Japan. *Football Studies*, 6(1), 37–50.

- Mandic, S., Bengoechea, E. G., Stevens, E., Barra, S. L. de la, & Skidmore, P. (2012). Getting kids active by participating in sport and doing it more often: focusing on what matters. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(86), 1–9. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-86>
- Mani, P. (2013). Research Into the Value of Quality Physical Education and School Sport. *Research Directions*, 1(1), 1–3.
- Mardanto, L. A. B., & Rumini. (2016). Penelusuran Bakat Olahraga Anak Usia Dini di Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(3), 126–129. <https://doi.org/10.15294/active.v5i3.10922>
- Nurjaya, D. R. (2012). Tahapan pembinaan atlet dayung jangka panjang. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 4(2), 108–123.
- Nurlathifah, N., & Firmansyah, H. (2017). Pengaruh pendekatan taktis terhadap kemampuan bermain hoki dan pembentukan kerjasama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 59–68. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i1.6401>
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, (2014).
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 86 Tahun 2021 Tentang Desain Besar Olahraga Nasional, Pub. L. No. 86 Tahun 2021, 15 (2021).
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler sebagai dasar pembinaan olahraga pelajar. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(1), 44–49. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v3i1.6501>
- Ridwan, M. (2020). Small sided games meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan bermain sepakbola. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.31258/jope.3.1.35-42>
- Supriadi, A., & Amansyah. (2017). Pengembangan bahan ajar sepakbola dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 16(1), 1–11. [10.24114/jik.v16i1.6448](https://doi.org/10.24114/jik.v16i1.6448)
- Syofian, M., & Gazali, N. (2021). Journal of Sport Education (JOPE). *Journal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 63–74. <https://doi.org/10.31258/jope.3.2.63-74>
- Tomik, R., Olex-Zarychta, D., & Mynarski, W. (2012). Social values of sport participation and their significance for youth attitudes towards physical education and sport. *Studies in Physical Culture and Tourism*, 19(2), 99–104.

- Trudeau, F., & Shephard, R. J. (2008). Physical activity, overweight and central adiposity in Swedish children and adolescents: The European youth heart study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(10), 1–12. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-4-61>
- Wang, C., Li, L., & Wang, A. (2021). Research on the influence of sport dance on physical health in national fitness exercise. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 27(5), 481–484. https://doi.org/10.1590/1517-8692202127042021_0077
- Wibowo, P. A. (2018). Peningkatan Keaktifan Siswa Dalam Permainan Futsal Melalui Metode Tgt Pada Siswa Kelas X Di Sma Selamat Pagi Indonesia Kota Batu. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 14–23. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i2.164>
- Xiaofei, W., Korobeinik, V. A., & Kozina, Z. L. (2021). Features of the organization of teaching for future physical education teachers in the People's Republic of China and the possibility of implementing an individual approach in their training: A review article. *Zdorov'a, Sport, Reabilitacia*, 7(1), 8–17. <https://doi.org/10.34142/HSR.2021.07.02.01>
- Yan, J., Smith, J., Morgan, P., & Eather, N. (2021). A Historical Review of Physical Education in China (1949-2020). *Journal of Education and Training Studies*, 9(4), 21. <https://doi.org/10.11114/jets.v9i4.5203>