



Buku Bahan  
Ajar



# PENGEMBANGAN OLAHRAGA PGSD UAD

## PEMBENTUKAN NILAI KARAKTER DALAM PENJAS DAN OLAHRAGA

Disusun Oleh :

Aprida Agung Priambadha S.Pd Jas, M.Or

Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan  
Universitas Ahmad Dahlan  
2023

# Apakah Olahraga di Sekolah Menengah Membangun Karakter?

Eksperimen Semu pada Sampel Nasional

C ROGER RES\*

Universitas Adelphi

FRANK M.HOWELL

Universitas Negeri Mississippi

ANDREW W. KEAJAIBAN

Universitas Kristen Texas

Budaya olahraga populer, kearifan sosial konvensional, dan ideologi promosi yang dilakukan oleh asosiasi atletik menunjukkan bahwa partisipasi dalam program olahraga universitas di sekolah menengah memiliki efek positif pada ciri-ciri kepribadian prososial (yaitu, olahraga "membangun karakter"). Meskipun proses ini merupakan proses terbuka untuk menentukan aspek kepribadian mana yang terpengaruh selama masa sekolah menengah atas dengan berolahraga, kami menggunakan beragam ukuran kepribadian dalam analisis sekunder pada panel lima gelombang pria AS. Berdasarkan panel Youth in Transition yang mewakili secara nasional ( $n=1.628$ ), penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental yang menggabungkan pengukuran kepribadian sebelum dan sesudah olahraga untuk mengevaluasi argumen "olahraga membangun karakter". Beberapa dampak signifikan secara statistik dari partisipasi olahraga universitas terhadap karakter sosial diamati dalam data laki-laki pada akhir tahun 60an dan awal tahun 70an. Karena hanya sedikit bukti positif yang ditemukan, kami menantang mitos "olahraga membangun karakter" dari program olahraga sekolah menengah konvensional.

Ada keyakinan mendalam dalam budaya AS bahwa partisipasi dalam atletik antarsekolah mempunyai efek positif pada perubahan ciri-ciri kepribadian prososial. Dengan kata lain, kebanyakan orang percaya bahwa olahraga "membangun karakter". Beberapa penelitian sebelumnya telah digunakan untuk mendukung klaim tersebut. Misalnya saja, sudah menjadi kebijaksanaan sosial konvensional bahwa olahraga itu berharga karena memberikan manfaat

kesempatan bagi individu untuk maju dalam sistem stratifikasi penghargaan. 1 Penelitian lain menunjukkan bahwa partisipasi dalam atletik antarsekolah mempunyai efek positif terhadap pencapaian pendidikan, 2 sementara dua penelitian 3 menunjukkan efek "pembayaran" ekonomi untuk olahraga sekolah menengah. Namun, efek terakhir ini belum tereplikasi pada sampel nasional 4 dan penelitian lain 5 mempertanyakan keyakinan bahwa atlet dengan mudah menerjemahkan aspirasi pendidikan menjadi pencapaian pendidikan.

Di balik gagasan "olahraga membangun karakter" lebih dari sekedar peluang untuk mendapatkan manfaat pendidikan dan ekonomi. Dasar keyakinannya adalah bahwa atletik membuat pesertanya menjadi "orang yang lebih baik". Asal usul kepercayaan ini dapat ditelusuri dari cita-cita Kekristenan yang Berotot pada masa Victoria. Di sekolah-sekolah berasrama swasta di Inggris dan Amerika, putra-putra kaum elit diharapkan belajar "kejantanan", melalui kombinasi tekanan psikologis dan ketidaknyamanan fisik dari para elit. olahraga kompetitif seperti rugby, kriket, dan lari lintas alam. Pengalaman dalam kegiatan ini juga dianggap mengajarkan mereka sportivitas, fair play, kepemimpinan, pengendalian diri, dan nilai-nilai "prososial" lainnya.

Sistem kepercayaan ini diterima secara universal di masyarakat Amerika pada awal abad kedua puluh. 7 Secara berkala hal ini diperkuat oleh para atlet terkenal, pemimpin politik mulai dari Theodore Roosevelt 8 hingga Gerald Ford, 9 dan dalam kebijakan pendidikan. Keyakinan tersebut kini diterima secara luas sehingga dapat digolongkan sebagai mitos budaya, yaitu sebuah aksioma yang tidak memerlukan bukti. 11 Mengingat luasnya mitos olahraga yang membangun karakter, orang mungkin terkejut bahwa sosiolog yang mempelajari olahraga hanya menemukan sedikit bukti yang mendukungnya. Misalnya saja, Coleman, 12 tahun dalam studinya mengenai sekolah menengah atas, mencatat bahwa satu-satunya bukti yang ada hanyalah bersifat anekdot, dan biasanya bukti tersebut diberikan oleh individu yang memiliki kepentingan dalam proposisi tersebut. Pihak lain, yang mengkritik eksese kompetitif dalam olahraga terorganisir, menunjukkan bahwa olahraga mengajarkan karakteristik antisosial sama besarnya dengan karakteristik prososial. Para peninjau penelitian yang bermaksud menunjukkan bahwa partisipasi dalam atletik menyebabkan perubahan kepribadian prososial, 14 menunjukkan bahwa hal ini sangat cacat karena kelemahan metodologis sehingga sulit untuk mendeteksi efek yang dapat digeneralisasikan, baik positif maupun negatif. Beberapa studi empiris yang secara metodologis masuk akal menunjukkan bahwa keterlibatan atletik tidak

mempunyai pengaruh atau sedikit pengaruh negatif terhadap perkembangan kepribadian prososial.

Isu terkait adalah beragamnya istilah yang telah dimasukkan sebagai bagian dari "karakter." Tinjauan ekstensif Stevenson terhadap literatur tentang pengembangan karakter mencakup penelitian yang menilai efek psikologis seperti stabilitas emosional, disiplin diri, dan agresi, efek perilaku seperti sebagai kinerja pendidikan dan kenakalan, dan efek sikap seperti sportivitas, keterasingan politik, dan sikap rasial. Demikian pula, Edwards mengonsepsi karakter sebagai pengendalian diri, disiplin diri, sportivitas, dan prestasi. Baru-baru ini, Best 18 menilai pengaruh partisipasi dalam atletik sekolah menengah terhadap nilai-nilai sosial yang didefinisikan sebagai prestasi akademik, keterampilan sosial, perkembangan fisik, agama, pengendalian diri, kejujuran dan kemandirian.

Dengan beberapa keberatan, penelitian ini mengadopsi konseptualisasi luas tentang "karakter" yang digunakan oleh para peneliti tersebut. Secara khusus, kami menyertakan gagasan pencapaian diukur dalam hal motivasi pendidikan dan pekerjaan, keadaan afektif seperti kemandirian dan mudah tersinggung, perasaan diri seperti harga diri, dan pengendalian diri serta perasaan terhadap orang lain seperti kebaikan, kejujuran, dan tanggung jawab sosial. Kami juga memasukkan dua karakteristik yang ambigu, yaitu agresi dan keterasingan politik, yang mana dampak atletik secara konseptual tidak jelas, namun hal tersebut biasanya telah dimasukkan sebagai bagian dari "karakter" dalam penelitian sebelumnya. Meskipun mitologi olahraga kontemporer mencakup gagasan bahwa partisipasi dalam olahraga kontak seperti sepak bola memiliki pengaruh katarsis, mitologi ini juga mencakup keyakinan akan perlunya "ketangguhan".<sup>19</sup> Agresi adalah bagian dari keyakinan ini dan dipandang sebagai hal yang penting untuk sukses dalam olahraga. Tidak jelas bagaimana partisipasi dalam olahraga di sekolah menengah mempengaruhi perkembangan agresi, jika memang memang demikian. Juga masih belum jelas mengapa partisipasi dalam olahraga di sekolah menengah harus berdampak pada keterasingan politik, meskipun variabel ini telah dikonseptualisasikan sebagai salah satu komponen pengembangan karakter dalam penelitian sebelumnya.<sup>20</sup>

Isu potensi pembentukan karakter olahraga baru-baru ini diangkat dalam pernyataan kebijakan American Academy of Physical Education, sebuah organisasi kehormatan individu yang dinilai telah memberikan kontribusi signifikan di bidang ini. Sebuah makalah posisi yang disusun oleh Akademi menyebutkan pengembangan moral melalui olahraga sebagai salah satu isu terpenting dalam pendidikan jasmani kontemporer.



21 Dengan latar belakang ini, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji mitos pembangunan karakter olahraga tanpa kekurangan metodologi (yaitu, pengambilan sampel terbatas dan desain penelitian non-longitudinal) yang lazim dilakukan pada sebagian besar upaya penelitian sebelumnya. Meskipun data yang digunakan dalam penelitian ini dikumpulkan pada akhir tahun 1960an dan awal tahun 1970an, era tersebut merupakan “masa kejayaan” atletik sekolah menengah. Jika ada efek pembentukan karakter yang terjadi melalui olahraga, maka hal tersebut akan terlihat jelas dalam jangka waktu tersebut.

# METODE

## Sampel

Data berasal dari studi Youth In Transition (YIT) yang dijelaskan dalam Bachman dkk. 22 Proyek YIT adalah studi panel lima gelombang dengan sampel awal yang mewakili secara nasional sebanyak 2.213 laki-laki mahasiswa tahun kedua. Dengan menggunakan sampel probabilitas multistage yang terdiri dari sekitar 25 siswa laki-laki tingkat dua di masing-masing 87 sekolah menengah atas, hampir seluruh sampel yang awalnya dipilih diwawancarai. Ukuran sampel awal tahun 1966 (2.213) adalah 97% dari jumlah sampel yang dipilih untuk dimasukkan. Selama empat periode tindak lanjut, pengurangan anggota panel berkurang menjadi 1.886 (83%) pada Gelombang Dua (Spring, 1968), menjadi 1.799 (79%) pada Gelombang Tiga (Spring, 1969), menjadi 1.620 (71%) pada Gelombang Empat (Spring, 1970), dan menjadi 1.628 (71%) pada Gelombang Lima (Spring, 1974). Kami menggunakan dataset  $n = 1,628$  dalam penelitian ini.

Ancaman penting terhadap validitas eksternal (generalisasi) studi panel adalah dampak gesekan terhadap keterwakilan sampel asli. Dalam membandingkan komposisi YIT Wave Five dengan wave aslinya, Bachman dkk. 23 menunjukkan bahwa panel tersebut terus mewakili siswa laki-laki kelas sekolah menengah tahun 1969 pada sebagian besar dimensi delapan tahun kemudian pada tahun 1974.<sup>24</sup>

1/3 990

## Variabel

Tiga set variabel digunakan dalam analisis. Untuk mengendalikan pengaruh latar belakang sosial yang berpotensi mencemari, digunakan ras (RACE), pendidikan ayah (FED) dan ibu (MED), status pekerjaan ayah (FOCC), pendapatan keluarga (FINC), dan kemampuan akademik (IQ). Rincian pengkodean faktor-faktor latar belakang sosial ini dijelaskan dalam Howell dan McBroom. 25

Partisipasi olahraga universitas mencakup beberapa dimensi. Satu (VARSATHL) adalah apakah responden berpartisipasi dalam olahraga universitas mana pun selama tahun terakhir sekolah menengah atas dan bersifat dikotomis (1 ya, 0 = sebaliknya).

Untuk membedakan efek partisipasi olahraga tertentu, kami menggunakan variabel dummy (1 = ya) untuk mewakili efek olahraga sepak bola (FOOT), bola basket (BSKT), baseball (BASE), dan berbagai olahraga "lainnya" (OTHER). Pengkodean tambahan pada variabel partisipasi olahraga adalah jumlah total olahraga (TSPOR) yang diikuti sepanjang tahun untuk mengetahui pengaruh permainan kumulatif. Meskipun tidak seorang pun dapat mulai mengkonseptualisasikan sepenuhnya, dan kemudian mengukur, totalitas "kepribadian", kami menggunakan sekitar 20 indeks orientasi sosial, sifat afektif, orientasi nilai, dan sikap yang ada dalam database YIT. Karena keterbatasan ruang di sini, kami mengacu pada sumber uraian konseptual dan operasional yang diuraikan dalam Bachman dkk. 26 Variabel "kepribadian" yang digunakan dalam analisis ini dijelaskan secara singkat pada

Untuk membedakan efek partisipasi olahraga tertentu, kami menggunakan variabel dummy (1 = ya) untuk mewakili efek olahraga sepak bola (FOOT), bola basket (BSKT), baseball (BASE), dan berbagai olahraga "lainnya" (OTHER). Pengkodean tambahan pada variabel partisipasi olahraga adalah jumlah total olahraga (TSPOR) yang diikuti sepanjang tahun untuk mengetahui pengaruh permainan kumulatif. Meskipun tidak seorang pun dapat mulai mengkonseptualisasikan sepenuhnya, dan kemudian mengukur, totalitas "kepribadian", kami menggunakan sekitar 20 indeks orientasi sosial, sifat afektif, orientasi nilai, dan sikap yang ada dalam database YIT. Karena keterbatasan ruang di sini, kami mengacu pada sumber uraian konseptual dan operasional yang diuraikan dalam Bachman dkk. 26 Variabel "kepribadian" yang digunakan dalam analisis ini dijelaskan secara singkat pada

Gambar 1. Variabel tersebut mencakup beberapa kelompok faktor: keadaan afektif, perasaan diri sendiri, perasaan terhadap orang lain, dan prestasi akademik/pekerjaan. Dalam ukuran keadaan afektif, hipotesis pembentukan karakter olahraga didukung jika partisipasi dikaitkan dengan peningkatan tingkat dan nilai kemandirian dan fleksibilitas, serta penurunan anomie, kebencian, dan mudah tersinggung. Peningkatan perasaan diri yang positif (pengembangan diri, harga diri, pengendalian diri), perasaan terhadap orang lain (kebaikan, kejujuran, tanggung jawab sosial, timbal balik sosial dan keterampilan sosial), dan prestasi akademik/pekerjaan (prestasi akademik, sikap terhadap sekolah, rencana perguruan tinggi, status sosial ekonomi dan kompleksitas rencana pekerjaan) juga dapat dianggap sebagai bukti dampak positif dari partisipasi atletik. Terakhir, arah pengaruh partisipasi terhadap agresi dan alienasi politik tidak dapat diprediksi.

### Analisis

Rencana penelitian mengikuti desain eksperimen semu. Dengan memanfaatkan data panel multiwave YIT, kami menggunakan ukuran kepribadian "posttest" yang diperoleh segera (satu tahun) setelah sekolah menengah atas sebagai variabel terikat. Variabel dummy (atau variabel) mewakili partisipasi olahraga universitas tahun senior sebagai efek pengobatan. Ukuran kepribadian "pretest" mencakup ukuran awal dari variabel posttest yang diperoleh pada tahun kedua.

Latar belakang sosial dan kemampuan akademik yang diukur berfungsi sebagai kontrol kovariat. Desain ini disajikan pada Gambar 2. Oleh karena itu, walaupun hampir tidak mungkin untuk mengumpulkan data mengenai dampak partisipasi olahraga universitas di sekolah menengah atas dengan menggunakan teknik acak penuh, kami menggunakan desain kelompok kontrol nonekuivalen, yang memperkirakan dampak “perlakuan” dari partisipasi olahraga. mengendalikan pretest karakteristik kepribadian tertentu dan



## HASIL

Hasil regresi dirangkum dalam Tabel I. Tabel ini menunjukkan betapa tidak ada hubungannya partisipasi dalam atletik universitas dengan perubahan karakteristik kepribadian selama masa sekolah menengah. Selain itu, jika terdapat dampak yang signifikan secara statistik, dampaknya tidak akan mendukung hasil yang pro atau anti-sosial. Selain itu, namun, tidak semua tindakan olahraga universitas mempunyai pengaruh yang sama terhadap siswa sekolah menengah.

Berfokus pada proposisi “olahraga membangun karakter”, kami hanya menemukan sedikit bukti pendukung. Bermain sepak bola sedikit meningkatkan harga diri anak laki-laki dan juga meningkatkan penilaiannya terhadap prestasi akademis. Partisipasi universitas apa pun (VARSATHL), serta jumlah total olahraga yang dimainkan (TSPOR), menghasilkan sikap yang lebih positif terhadap pengalaman sekolah menengah itu sendiri. Terakhir, rencana perguruan tinggi ditingkatkan dengan memainkan salah satu dari dua olahraga dominan, sepak bola atau bola basket, serta jumlah total olahraga. Rencana pekerjaan, yang diukur berdasarkan status sosial atau kompleksitas substantif tugas kerja, ditingkatkan dengan partisipasi dalam bola basket. Hal ini dengan kemampuan yang terukur dan latar belakang sosial yang terkontrol. Tingkat partisipasi universitas juga mempunyai dampak positif yang signifikan terhadap dua dimensi rencana kerja ini.

Namun, bukti sebaliknya menunjukkan bahwa ada beberapa koefisien signifikan yang mencerminkan dampak anti-sosial. Misalnya, sifat lekas marah, dipengaruhi secara signifikan dan eksklusif oleh jumlah total olahraga yang diikuti oleh seorang siswa sekolah menengah atas di tingkat universitas. Olahraga juga mempengaruhi orientasi nilai. Menjadi peserta bola basket mengurangi keyakinan akan pentingnya “bersikap jujur” dan “tanggung jawab sosial”. Nilai-nilai untuk “pengendalian diri” dan “kemandirian” dikurangi oleh partisipasi olahraga universitas mana pun (VARSATHL), meskipun dengan cara yang berbeda. Efek keseluruhan dari partisipasi olahraga apa pun memengaruhi keyakinan akan nilai pengendalian diri,

Table 1. Regression Results for Quasi-Experimental Design of High School Sports Effects on Personality Measures: Standardized Coefficient (n = 1,628)

Personality Variable	Various H.S. Sport Effects:						Stability Coefficient <sup>a</sup>
	VARSAHL	TSPOR	FOOT	BSKT	BASE	OTHER	
SDUT	.003	.030	.039	.004	.013	-.011	.363
SELCON	.016	.006	.054*	.008	-.038	-.023	.392
IND	-.008	-.009	-.020	.011	.011	-.014	.379
AGGR	.062*		.049	-.022	-.021	.068*	.348
ANO	-.025	-.012	-.026	.004	.001	.004	.379
RESENT	.027	.021	-.044	.006	.043	.037	.381
IRRIT	.050	.052*	-.009	.010	.041	.046	.432
PALJEN	-.057*	-.065*	-.042	-.042	-.029	.009	.230
FLEX	.041	.048	-.020	.042	.004	.059*	.346
KIND	-.008	-.014	.034	-.051	-.018	.004	.249
HON	-.050	-.045	.025	-.065*	-.007	-.034	.325
SRESP	-.041	-.050	.021	-.092*	-.031	.012	.267
RECIP	-.018	-.022	.042	-.038	-.024	-.025	.269
SKILL	-.040	-.027	.028	-.051	-.005	-.021	.299
ACACH	-.018	-.012	.063*	-.052	-.015	-.028	.265
SCONT	-.068*	-.056	.009	-.042	-.016	-.047	.190
INDVAL	-.109*	-.102*	-.024	-.049	-.064*	-.030	.206
EDEX	.094*	.079*	.064*	.058*	.001	.001	.249
OCEX	.050	.061*	-.032	.097*	.027	.019	.318
EXCPX	.069*	.070*	-.019	.068*	.034	.039	.314
SCHATT <sup>b</sup>	.065*	.064*	-.014	.042	.035	.047	.396

<sup>a</sup>Stability coefficient is the standardized regression coefficient of the lagged dependent variable (measured in 1966).

<sup>b</sup>For school attitudes (SCHATT) the "posttest" measure is taken during the spring of the senior year of high school since, obviously, one year post-high school YIT panel members were no longer in high school.

\*p < .05

Hasilnya juga menunjukkan pengaruh signifikan partisipasi terhadap agresi dan alienasi politik. Pengaruh partisipasi olahraga universitas selama sekolah menengah (VARSAHL) secara signifikan meningkatkan agresi. Namun, tingkat partisipasi total (TSPOR) tidak menghasilkan peningkatan skor agresi yang berarti. Setelah memeriksa partisipasi olahraga tertentu, bisbol dan olahraga lain selain sepak bola yang berkontribusi terhadap peningkatan agresi di antara peserta dibandingkan dengan non-atlet serupa. Selain itu, partisipasi universitas (VARSAHL) dan jumlah cabang olahraga (TSPOR) mengurangi keterasingan politik.

Singkatnya, keterlibatan dalam olahraga sekolah menengah tampak secara konsisten dan signifikan meningkatkan sikap positif terhadap sekolah, kompleksitas dan status tujuan pekerjaan, mudah tersinggung, dan agresivitas. Terdapat pengaruh partisipasi yang konsisten namun tidak signifikan terhadap aktualisasi diri, konsep diri positif, tingkat kebencian dan fleksibilitas, perasaan anomie, dan pentingnya kebaikan, kejujuran, tanggung jawab sosial, timbal balik, keterampilan sosial dan prestasi akademik. Terakhir, keikutsertaan dalam olahraga antarsekolah menyebabkan penurunan nilai pengendalian diri dan kemandirian secara signifikan.

## DISKUSI

Pertanyaan apakah partisipasi dalam olahraga sekolah menengah dapat membangun karakter bergantung pada variabel mana yang dapat dimasukkan dalam istilah umum ini. Para pendukung pandangan prososial tentang olahraga di sekolah menengah mungkin mengutip temuan saat ini bahwa partisipasi berkontribusi dalam mensosialisasikan atlet ke dalam budaya sekolah dan pekerjaan sebagai bukti dampak positif dari olahraga. Sebaliknya, para pendukung antisosial akan menyebut peningkatan agresivitas dan mudah tersinggung serta penurunan kontrol dan kemandirian sebagai bukti dampak negatifnya.

Untuk memeriksa gambaran keseluruhan yang diberikan oleh data, kami menghitung persentase beta signifikan dan tidak signifikan di enam ukuran partisipasi untuk efek prososial, antisosial, dan ambigu.

motivasi pendidikan/pekerjaan (EDEX, OCEX, EXCPX, SCHATT), dan bahkan di sini pengaruh signifikan sepak bola terhadap nilai prestasi akademik (ACACH) tidak direplikasi pada ukuran partisipasi lainnya. Faktanya, arahnya negatif, meski tidak ada satupun hubungan tersebut yang signifikan. Hasil ini menunjukkan sedikit dukungan terhadap model prososial.

Terdapat juga sedikit hasil antisosial yang signifikan (6 dari 66, atau 9,1% beta adalah signifikan). Sebagian besar hasil signifikan ini terjadi pada ukuran keadaan afektif seperti kemandirian, pengendalian diri, kejujuran dan tanggung jawab sosial. Dalam hal nilai tanggung jawab sosial dan kemandirian, hasil yang signifikan didukung oleh tren yang tidak signifikan di hampir semua ukuran partisipasi (beta untuk SRESP dan "olahraga lain" adalah satu-satunya pengecualian di sini).

Salah satu implikasi dari hasil ini adalah adanya efek subkultur tertentu di kalangan atlet yang bertentangan dengan mitos kepribadian prososial tradisional. Artinya, jika subkultur atletik adalah salah satu dari "kejantanan", hal ini dapat menjelaskan mengapa atlet kurang menghargai pengendalian diri dibandingkan non-atlet, dan mengapa peningkatan "sikap terhadap sekolah" tidak mencakup peningkatan nilai prestasi akademik.

Artinya, atlet percaya pada nilai atletik sebagai sarana untuk masuk perguruan tinggi (EDEX) atau mendapatkan pekerjaan yang baik (OCEX, EXCPX), namun tidak pada nilai intrinsik pendidikan. Selain itu, kemandirian pribadi dapat dilihat sebagai masalah bagi atlet khususnya dalam olahraga tim seperti sepak bola yang memerlukan pengorbanan individu demi kebaikan tim, dan kebutuhan untuk mengikuti perintah pelatih.

Gagasan tentang subkultur atletik "macho" dapat membantu menjelaskan pengaruh signifikan atletik universitas terhadap agresi, meskipun tidak jelas mengapa "olahraga total" dan sepak bola tidak mengikuti tren ini. Mengapa keterlibatan dalam atletik di sekolah menengah mengurangi keterasingan politik juga masih belum jelas. Mungkin hal ini didasarkan pada penerimaan atlet terhadap otoritas seperti yang diminta oleh pelatih, otoritas sekolah lainnya, dan ofisial pertandingan.

Karena penelitian ini hanya dilakukan pada atlet pria, ada kemungkinan bahwa peningkatan agresi dan mudah tersinggung, serta berkurangnya kebaikan dan kejujuran adalah bagian dari apa yang dianggap oleh atlet pria sebagai budaya olahraga. 28 Jika ya, maka hal ini konsisten dengan gagasan "kejantanan" yang telah disebutkan sebelumnya.



Dalam penelitian terbaru mengenai penalaran moral dalam olahraga, Bredemeier dan Shields<sup>29</sup> telah mengidentifikasi serangkaian nilai terpisah yang digunakan oleh atlet dalam olahraga dibandingkan dengan kehidupan sehari-hari. "Penalaran permainan" ini digunakan untuk membenarkan tindakan agresif

terhadap lawan. Secara umum, interaksi dalam olahraga dianggap sebagai situasi khusus di mana aturan moral yang normal ditangguhkan. Se jauh hal ini juga merupakan bagian dari "kejantanan", maka perlu dijelaskan dengan tepat apa yang dimaksud dengan karakter sebelum memihak pada isu apakah partisipasi dalam olahraga berdampak positif atau negatif.

Bagaimanapun juga, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, secara umum, dampak keseluruhan dari partisipasi dalam olahraga di sekolah menengah terhadap ciri-ciri kepribadian adalah kecil. Salah satu penjelasan untuk hal ini mungkin adalah bahwa efek partisipasi terjadi sebelum tahun kedua, yang merupakan titik awal penelitian ini. Sarjana lain M ) telah mendukung posisi ini. Pandangan alternatifnya adalah bahwa dampak kecil terjadi karena, pada saat ini, program atletik sekolah menengah bukanlah bentuk sosialisasi kepribadian prososial yang efisien. Program atletik sekolah menengah tidak menjadikan pengembangan moral dan etika peserta sebagai tujuan utama mereka, dan, saat ini, pertumbuhan moral paling banter hanya merupakan efek samping. Jika sistem sekolah memutuskan untuk menjadikan pengembangan moral sebagai prioritas, program khusus harus diperkenalkan dengan menekankan tujuan-tujuan ini. Program-program tersebut telah berhasil dilaksanakan di tingkat sekolah dasar untuk anak-anak berusia 10 tahun, 31 tahun , dan di perkemahan olahraga musim panas untuk anak-anak berusia 5 hingga 7 tahun.

”

Bukti penelitian ini menunjukkan bahwa olahraga di sekolah menengah tidak memberikan banyak manfaat atau kerugian bagi perkembangan sosial pesertanya. Oleh karena itu, hal ini memperkuat temuan sebelumnya mengenai atlet putra dan putri usia 33 tahun di sekolah menengah . Kami setuju dengan komentar para peneliti sebelumnya bahwa, di masa lalu, para pendukung atletik sekolah telah membuat klaim yang tidak realistis dalam mendukung dampak positif olahraga.<sup>35</sup> Hasil ini tantangan olahraga membangun mitos karakter, yang merupakan prasyarat penting bagi reformasi atletik, karena jika cukup banyak pendidik, pelatih, dan orang tua yang menganut mitos tersebut maka tidak akan ada dorongan untuk melakukan perubahan. Agar olahraga dapat mempengaruhi perkembangan moral para pesertanya, mereka perlu menerapkan program khusus yang menjadikan tujuan ini sebagai model interaksi dalam olahraga.

## **Membangun Komunitas untuk Meningkatkan Pembelajaran dan Motivasi**

Tidak ada olahraga yang lebih baik untuk menguatkan jantung dari pada menjangkau dan mengangkat yang lain. Jim Dittulis, guru pendidikan jasmani

Untuk memaksimalkan pertumbuhan dan prestasi siswa dan atlet, kepercayaan harus dibangun di antara semua peserta. Langkah pertama dalam memupuk kepercayaan tersebut adalah dengan membangun komunitas dan menciptakan lingkungan yang saling menghormati di mana semua peserta merasakan nilai dan tujuan. Banyak penelitian menunjukkan bahwa ketika pelajar dan atlet merasa terhubung secara emosional dan didukung oleh rekan satu tim mereka, mereka berinvestasi lebih dalam pada visi dan tujuan bersama dari program tersebut.

Bab ini membahas

- pentingnya mengembangkan lingkungan belajar yang positif di mana semua siswa merasakan rasa memiliki dan berarti;
- teknik untuk mengembangkan komunitaspembelajar yang penuh hormat dan termotivasi, termasuk diskusi diagram Y, pelajarandalam memuji dan memberi semangat, sertaaktivitas salam dan pemanasan;
- cara unik untuk mengatur kelas; Dan
- Strategi untuk memperkuat komunitasmelalui nama tim, perjanjian, poster,dan sorakan.

Bab ini juga menyediakan kegiatan untuk membantu Anda membangun komunitas pembelajar yang menerima, menghargai, dan mempercayai satu sama lain. Untuk membangun komunitas seperti itu, Anda harusmenciptakan lingkungan belajaryang positif dan mendukung.



## A.MENGEMBANGKAN LINGKUNGAN BELAJAR YANG POSITIF

Kita semua mempunyai kebutuhan dasar untuk merasa menjadi bagian dari kita. Ketika kita merasakan rasa memiliki dan arti penting, kita menjadi lebih termotivasi dan tertarik pada pengalaman tersebut. Anda dapat menyiapkan siswa untuk sukses dalam lingkungan kelompok dengan secara proaktif mengantisipasi masalah dan menemukan solusi terhadap masalah tersebut sebelum masalah tersebut muncul. Pendekatan ini tidak hanya membantu menghindari konflik tetapi juga mengajarkan aspek kecerdasan emosional, seperti keterampilan pengendalian impuls dan resolusi konflik. Hasilnya, siswa akan lebih sukses dan produktif ketika bekerja dalam kelompok.

Bekerja secara kolaboratif sangatlah penting di dunia secara luas; namun, salah satu penyebab utama konflik di kelas adalah praktik meminta siswa membentuk kelompok atau memilih pasangan tanpa terlebih dahulu mengajarkan mereka cara melakukannya. Skenario ini sering kali mengakibatkan perasaan sakit hati, pertengkaran, main-main, dan guru yang frustrasi. Sebagai guru, kita tidak dapat berasumsi bahwa siswa yang datang kepada kita sudah memiliki keterampilan yang diperlukan untuk bekerja sama. Oleh karena itu, daripada menjadi frustrasi karena siswa tidak memiliki keterampilan ini, kita perlu membantu siswa mengembangkannya.

Banyak keterampilan yang dibutuhkan untuk kerja kelompok yang sukses termasuk berkomunikasi dan mendukung orang lain. Bekerja dengan orang lain tidak hanya membantu siswa mengembangkan keterampilan kerja tim mereka tetapi juga memungkinkan mereka merasakan hubungan. Pada gilirannya, ketika individu percaya dan merasa terhubung dengan orang-orang di sekitar mereka, mereka dapat mengambil risiko dan keluar dari zona nyaman, sehingga memungkinkan mereka untuk mengalami pertumbuhan pribadi sebesar mungkin. Kita harus memfasilitasi kepercayaan dan hubungan di antara siswa kita dengan mengajarkan mereka cara bekerja sama secara penuh rasa hormat dan kolaboratif.

Selama minggu pertama kelas, siswa perlu mempelajari apa yang membuat menjadi anggota tim yang baik. Agar semuanya tetap segar, gunakan berbagai metode kelompok yang menarik untuk membantu siswa membangun makna dan pentingnya kerja sama tim.

### 1. Menggunakan BAGAN Y

Salah satu cara populer untuk mengajarkan keterampilan sosial dan emosional adalah dengan menggunakan Bagan Y (lihat gambar 2.1). Untuk menggunakan bagan Y dengan paling efektif, bagilah kelas menjadi kelompok-kelompok kecil yang masing-masing terdiri dari dua atau tiga anggota.

Konsep pertama yang harus diperhatikan dalam bagan ini adalah kerja tim, dan tujuan memulaidalam kelompok kecil adalah untuk memperhitungkan fakta bahwa siswa mungkin belum sepenuhnya memahamibagaimana menjadi rekan satu tim yang baik.

Untuk memulai kegiatan, tugaskan masing-masing kelompokkecil sebuah bagian dari bagan Y. Dengan kata lain, masing-masing kelompokmelakukan brainstorming hanya untuk bagian bagan yang ditugaskan kepada mereka— sepertiapa bentuk, suara, atau rasanya kerja sama tim. Karena kelas mungkin akan mencakupdelapan atau sembilankelompok,setiap bagian dari bagan mungkinakan mencakup delapanatau sembilan kelompok

## Contoh Perkembangan Bagan Y: Apa Itu Kerja Sama Tim?

Guru: “Untuk kelompok yang melakukan brainstorming seperti apa kerja sama tim [terlihat, terdengar, atau terasa], apa yang Anda temukan?”

Berikut beberapa kemungkinan tanggapan:

- Kerja tim terlihat seperti orang-orang yang berdekatan, mengenakan seragam dengan warna yang sama, dan melakukan tos.
- Kerja tim terdengar seperti ungkapan seperti “umpan bagus” dan tamparan tangan saat tos.
- Kerja tim terasa seperti rasa memiliki, persahabatan, dan kebahagiaan.

Langkah berikutnya adalah mengajarkan kerja sama tim yang positif dengan memahami apa artinya menjadi rekan satu tim yang suportif. Dapat dilakukan diskusi terperinci dengan meminta siswa menguraikan tanggapan yang dipilih. Selain itu, mintalah siswa untuk mendeskripsikan contoh spesifik teman sekelas yang menunjukkan sifat-sifat positif; ini adalah cara yang bagus untuk memperkuat perilaku yang diinginkan. Anda dapat memasukkan refleksi semacam ini di akhir setiap permainan atau aktivitas. Misalnya, Anda mungkin bertanya, “Apa saja contoh spesifik kerja tim yang ditunjukkan dalam permainan yang baru saja kita mainkan?”

## Mempraktikkan Kerja Sama Tim

Mintalah siswa bekerjasama berpasangan atau bertiga untuk bertukar pikiran mengenai tanggapan terhadap pertanyaan-pertanyaan berikut (satu pertanyaan dalam satu waktu).

Guru: “Kamu telah mempelajari seperti apa kerja tim itu, rasanya, dan bunyinya. Hari ini, Anda mempunyai kesempatan untuk mempraktikkan apa yang telah Anda pelajari dengan bekerja dalam kelompok yang terdiri dari dua atau tiga orang. Dalam kelompok Anda, tentukan setidaknya lima karakteristik anggota tim yang baik.”

Setelah kelompok selesai bertukar pikiran, berikan waktu dua atau tiga menit bagi siswa untuk berbagi tanggapan dengan seluruh kelompok.

Untuk terus memperkuat pemahaman siswa mengenai seperti apa kerja tim itu, terdengar seperti apa, dan bagaimana rasanya, ajukan salah satu pertanyaan berikut di awal kelas sepanjang bulan pertama sekolah:

- Apa hubungannya mendengarkan dengan menjadi anggota tim yang baik?
- Pikirkan tim di mana Anda pernah menjadi bagiannya. Ciri-ciri apa yang menjadi ciri rekan satu tim yang paling Anda nikmati?



Setelah memberikan siswa waktu untuk berpikir, baik secara individu atau dengan pasangan, mintalah mereka untuk berbagi tanggapan mereka dengan anggota kelas lainnya dan dorong diskusi mengenai setiap topik. Sewaktu siswa berbagi jawaban mereka, tuliskan tanggapan mereka pada selembar kertas grafik untuk digantung di ruang olahraga.

Untuk mempercepat proses, mintalah siswa menuliskan tanggapan mereka pada pertemuan kelas pertama, kemudian diskusikan pada pertemuan kelas berikutnya. Dengan cara ini, siswa akan memiliki lebih banyak waktu untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Untuk mengintegrasikan gerakan, pasangkan siswa, ajukan pertanyaan, dan mintalah mereka melakukan pemanasan atau pendinginan sambil membagikan tanggapan mereka. Kali ini dapat disebut sebagai “berjalan dan berbicara”, “berlari dan merenung”, atau “jog-dan-celoteh”.

Siswa juga harus diberi kesempatan untuk menulis secara individu tentang rekan satu tim seperti apa mereka.

Mintalah siswa untuk menanggapi pertanyaan-pertanyaan berikut baik dalam jurnal kebugaran mereka atau pada selembar kertas terpisah.

- Menurut Anda, rekan satu tim seperti apa Anda?
- Apa saja karakteristik positif Anda?
- Bidang apa saja yang perlu Anda kerjakan?

Sebagai bagian dari proses ini, ajarkan siswa bahwa betapapun bagusnyamereka dalam suatu hal, mereka selalu dapat meningkat. Dengan melakukan hal ini, Anda mengajarkan ciri kecerdasan emosional yaitu kesadaran diri dengan mendorong siswa untuk jujur pada diri sendiri tentang kekuatan dan kelemahan mereka dan mengidentifikasi cara untuk meningkatkannya. Kemampuan untuk melakukanrefleksi diri ini merupakan keterampilan hidup yang penting.Ingatkan siswa bahwa kualitas seseorangsebagai rekan satu tim tidak ada hubungannya dengan keterampilan atletiknya.

Pertanyaan-pertanyaan yang sama perlu ditanyakan pada akhir tahun untuk membantusiswa menentukan apakah mereka telah berkembang. Yakinkansiswa bahwa mereka tidak harus membagikan jawaban mereka kepada seluruh kelompok,namun ingatkan mereka bahwa merekaharus jujur mengenaiketerampilan kerja tim mereka.

## Memberikan Kesempatan untuk Refleksi

Refleksi adalah salah satu alat paling ampuh untuk mengajarkan belajar. Lebih khusus lagi, hal ini penting dalam membangun pola pikir berkembang dan mengembangkan kecerdasan emosional. Dengan melakukan refleksi, siswa membandingkan tindakannya dengan yang diinginkan

hasil, kriteria, perilaku, atau keterampilan. Saat siswa mempelajari keterampilan tertentu, Anda dapat menggunakan refleksi untuk memperkuat perilaku positif yang mereka tunjukkan.

Dengan mendorong siswa untuk merenungkan perilaku positif, Anda juga mendorong mereka untuk mengenali kebaikan orang lain.

Kebanyakan siswa (dan banyak orang dewasa) tidak tahu bagaimana melakukan refleksi.

Siswa dan guru sering kali tidak menyadari bahwa refleksi sangat penting dalam belajar dari kesalahan, mengatasi kelemahan, dan membangun kekuatan. Salah satu cara untuk mengatasi kurangnya kesadaran ini—dan untuk memperkuat perilaku yang diinginkan—adalah dengan mengajukan pertanyaan refleksi kepada siswa di akhir setiap pelajaran. Berikut ini contohnya: “Siapa yang dapat memberikan contoh ketekunan pada masa kini?” Seperti sebelumnya, Anda dapat mengintegrasikan waktu refleksi kelas ini ke dalam periode pendinginan.

Contoh perkembangan berikut mengilustrasikan salah satu cara untuk mengajarisiswa cara bekerja secara kolaboratif dalam tim atau kelompok.

Guru: “Hari ini kalian akan bekerja dalam kelompok beranggotakan empat orang. Apa saja potensi masalah yang mungkin Anda temui saat bekerja dalam kelompok?”

Izinkan siswa untuk merespons satu per satu saat Anda menuliskan respons di papan tulis. Berikut beberapa tanggapan umum:

- Bermain-main disekitar
- Beberapa anak tidak melakukan pekerjaanapa pun
- Berdebat
- Memerintah rekansatu tim

## TEAM BUILDING CHALLENGES

### Membangun Tantangan Tim

Cara sebuah tim bermain secara keseluruhan menentukan keberhasilannya.

Anda mungkin memiliki kumpulan bintang individu terbesar di dunia, tapi jika mereka tidak bermain bersama, klub tidak akan bernilai sepeser pun.

Babe Ruth, legenda bisbol MLB

Membangun tim adalah salah satu cara terbaik untuk memfasilitasi keterampilan yang diperlukan untuk mencapai gol dan memenangkan kejuaraan. Penelitian mendukung kebijaksanaan sederhana yang diungkapkan dalam pernyataan Babe Ruth bahwa kelompok jauh lebih efektif ketika hal ini ditandai dengan kepercayaan dan ikatan yang kuat. Namun, terlalu sering guru dan pelatih berasumsi bahwa kerja sama tim terjadi secara otomatis ketika sekelompok orang bekerja sama dengan anak-anak dikumpulkan untuk membentuk sebuah tim. Sebaliknya, kami telah belajar melalui pengalaman bertahun-tahun yang dimiliki tim paling sukses sebagai pelatih yang menekankan, mengajarkan, dan mempraktikkan keterampilan yang diperlukan untuk menciptakan kohesif tim.

Dengan mengingat pengetahuan tersebut, bab ini memberikan tantangan fisik yang memperkuat ikatan antar anggota tim; sama pentingnya, mereka mendorong tim untuk mengatasi tantangan yang sering berkontribusi terhadap kerusakan dan penyelewengan fungsi.

Tantangan tim yang disajikan di sini juga memungkinkan siswa untuk bekerja sama mempraktikkan pola pikir berkembang, yang penting untuk memaksimalkan pertumbuhan baik secara individu maupun tim. Lebih khusus lagi, siswa perlu mendekati hambatan sebagai peluang untuk perbaikan dan menganggap kegagalan sebagai komponen penting dari kesuksesan akhir. Namun, konsep-konsep pola pikir berkembang ini tidak demikian datang secara alami bagi siapa pun, terutama anak-anak. Oleh karena itu, hal-hal tersebut harus dengan sengaja diajarkan, dipraktikkan, dan diperkuat.

Salah satu manfaat kegiatan membangun tim berasal dari kenyataan bahwa tim pasti menghadapi hambatan dan kegagalan. Contoh-contoh kesulitan ini memberi siswa kesempatan untuk belajar bagaimana menangani frustrasi, menghindari perpecahan dan menyalahkan, bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama. Untuk alasan-alasan ini, Anda harus memasukkan pembangunan tim dalam program Anda jika Anda ingin memaksimalkannya kinerja individu dan tim Anda. Salah satu dari banyak keterampilan yang diperoleh siswa dari kegiatan membangun tim adalah itu untuk secara kolaboratif memecahkan masalah dalam menghadapi kesulitan. Sungguh kuat sifat yang Anda lengkapi dengan membantu siswa Anda mengembangkan keterampilan yang diperlukan agar berhasil dalam tantangan yang disajikan di sini! Sebagai seorang pendidik atau pelatih, Anda memiliki kekuatan untuk mengajarkan siswa keterampilan yang diperlukan untuk membangun satu sama lain dan menyadari bagaimana upaya individu dapat membuat tim lebih kuat. Untuk mewujudkan manfaat tersebut, siswa harus belajar mengelola rasa frustrasi dan impulsive reaksi, berpikir kreatif untuk memecahkan masalah, menangani kegagalan, bekerja sama, mengambil risiko, dan belajar bagaimana memimpin secara efektif.

Sebagian besar tantangan pembangunan tim yang disajikan dalam bab ini dirancang untuk dilakukan di luar ruangan. Jika Anda ingin menjelajahi pembangunan tim lebih jauh, periksa out

Pemahaman kami tentang cara terbaik untuk memfasilitasi unit pembangunan tim telah berubah selama 30 tahun terakhir. Saat pertama kali kami memulai, kami hanya menempatkan siswa dalam beberapa tim, memberi mereka tantangan, dan menyaksikan mereka mencoba menyelesaikannya. Kami tidak ajari mereka bagaimana berfungsi sebagai rekan satu tim yang penuh hormat dan toleran; kami memikirkan itu akan terjadi sebagai produk sampingan dari pengalaman. Kami memang memberi tahu siswa bahwa proses memecahkan suatu tantangan sama pentingnya dengan menyelesaikannya. Kami juga terus menekankan kerja sama, dan kami melakukan diskusi singkat setelahnya tantangan untuk membantu siswa mendapatkan perspektif tentang bagaimana tim mereka berfungsi selama tantangan. Tapi itu saja. Wah, betapa kita telah berevolusi!

Kami sekarang percaya bahwa membangun tim harus menjadi unit pertama yang dimiliki seorang guru dilaksanakan pada awal tahun ajaran, meskipun hanya untuk dua hari. Pendahulu pembentukan tim adalah diskusi dan kegiatan yang dibahas dalam bab ini 2 Siswa harus belajar bagaimana mendukung rekan satu timnya melalui pujian dan dorongan sebelum memulai tantangan pemecahan masalah.



Mereka juga membutuhkan untuk diperkenalkan pada sikap-sikap pola pikir berkembang yang diperlukan mengatasi kesulitan (sebagaimana dieksplorasi secara lebih rinci dalam bab 6).

Meskipun membangun tim dapat diajarkan sebagai sebuah unit tersendiri, tantangan membangun tim harus ditinjau kembali secara berkala sepanjang tahun (bulanan atau triwulanan) hingga membantu siswa menyegarkan keterampilan kerja tim dan pola pikir berkembang mereka.

Untuk tantangan tim, ditetapkan masing-masing peran kunci berikut kepada salah satu anggota setiap tim:

- Penyelenggara
- Penyemangat
- Puji
- Perekam

Bagian berikut membahas masing-masing peran ini, beserta peran Anda sebagai Guru.

## Penyelenggara

Peran pengorganisasi tim adalah peluang kepemimpinan, kesempatan untuk menjadi kapten dalam tantangan tertentu. Setelah tim memutuskan tantangan mana yang akan dicoba, penyelenggara mengambil kartu tantangan. (Semua kartu tantangan untuk tantangan yang disajikan di sini disediakan di sumber web bab ini.) Penyelenggara membacakan tantangan tersebut kepada tim atau meminta orang lain membacanya. Jika tim memiliki pertanyaan pertanyaan, penyelenggara (kapten tim) dapat menghubungi Anda untuk klarifikasi. Untuk membantu siswa memahami tantangan tersebut, Anda mungkin ingin menyertakan beberapa

pertanyaan klarifikasi pada kartu tantangan untuk ditanyakan penyelenggara kepada tim; penyelenggara memutuskan apakah tim menjawab pertanyaan dengan cukup teliti memulai tantangannya.

Membaca kartu tantangan (atau memilih orang lain untuk membacanya) memberikan penyelenggara pengalaman kepemimpinan segera. Mungkin tidak mudah untuk membaca dan jelaskan tantangannya kepada kelompok, tapi mudah-mudahan, semua orang di tim akan menerimanya gilirannya.

Jika penyelenggara tidak merasa nyaman membaca di depan kelompok, dia dapat memberikan kartu tantangan kepada rekan setimnya untuk dibaca. Ketika tantangan telah selesai dan tim beralih ke tantangan baru, penyelenggara dari tantangan yang baru saja diselesaikan menunjuk penyelenggara baru; dengan demikian kepemimpinan baru peluang dimulai.

### Pemberi semangat

Saat ini, siswa Anda seharusnya sudah mempunyai gagasan bagus tentang apa yang dimaksud dengan dorongan yang melibatkan dan betapa kuatnya hal itu. Peran pemberi semangat, seperti halnya pengorganisasi, harus dirotasi di antara anggota tim seiring tim melewati tantangan. Kami berharap semua anggota tim akan saling menyemangati, tetapi orang yang ditugaskan pada peran tersebut harus menyemangati setidaknya satu orang sebelum selesainya tugas dan tantangan. Kami menetapkan fungsi ini sebagai peran ketika siswa pertama kali memulai membangun tim; seiring dengan kemajuan unit, peran ini mungkin hilang karena dorongan menjadi kebiasaan bagi semua siswa.

## Puji

Siswa Anda sekarang harus mengetahui perbedaan antara dorongan dan memuji; untuk meninjau, dorongan diberikan selama upaya atau dalam tantangan situasi. Pujian khusus diberikan setelah upaya selesai atau ketika menyadari tindakan positif orang lain. Pemberi pujian harus memuji setidaknya satu orang, baik selama atau setelah tantangan (misalnya, “Tim yang hebat, kami sungguh disatukan setelah gagal beberapa kali pertama!”). Sama halnya dengan memberi semangat, memberikan pujian menawarkan siswa kesempatan untuk melatih kepemimpinan. Tidak selalu mudah untuk memberikan pujian, atau mendengar pujian ditujukan kepada diri sendiri, dan sebagainya siswa tidak terbiasa dengan hal tersebut. Sayangnya, banyak siswa yang lebih terbiasa direndahkan dan sarkasme.

## Perekam

Sumber daya web untuk bab ini mencakup contoh kartu laporan tim, yang dapat berfungsi sebagai alat penilaian sederhana. Rapor mencakup empat reflektif pertanyaan yang ingin ditanyakan oleh perekam:

- Bagaimana kami melibatkan semua orang dalam hal ini menyelesaikan tantangan ini?
- Apakah ada fitnah atau bentuk lainnya tekanan negatif yang digunakan selama tantangan?
  - Bagaimana ide-ide dibagikan? Apakah semua orang mendengarkannya?
- Bagaimana pujian dan dorongan digunakan selama tantangan ini? Apa sajakah frasa spesifik yang digunakan?

Rapor tim dapat ditangani secara lisan; alternatifnya, Anda mungkin bertanya setiap perekam untuk menuliskan beberapa pemikiran kelompok dan menyerahkannya rapor tim dapat digunakan setelah setiap tantangan atau setelah beberapa tantangan, mana saja yang Anda inginkan. Untuk berpartisipasi secara lebih efektif dalam lebih banyak hal tantangan, kami menyarankan untuk membuat rapor tim setelah setiap tantangan ketiga.

Ini akan memberi tim gambaran yang lebih jelas tentang bagaimana kinerja mereka sebagai sebuah tim akan menunjukkan kepada mereka beberapa dorongan spesifik yang digunakan dan beberapa hal itu bisa menahan tim. Jika sebuah tim mengalami kesulitan bekerja sama, itu juga terjadi saat yang tepat untuk menggunakan rapor atau meninjau kembali pakta tim yang diperkenalkan Bab 2.

## Guru

Peran guru dalam kegiatan membangun tim telah sedikit berubah selama ini bertahun-tahun. Benar, Anda harus tetap tegas dalam mengharuskan setiap kelompok menyelesaikan tantangan dengan mengikuti semua aturan. Selain itu, jangan terlalu cepat membantu atau memberikan petunjuk tentang cara mengatasi tantangan tersebut. Siswa sangat bangga dengan mereka tim jika mereka harus berjuang sebelum akhirnya berhasil. Memang benar, pembelajaran seringkali terletak pada perjuangan. Pada saat yang sama, guru juga perlu melakukan refleksi dalam membangun tim lebih dari biasanya di masa lalu. Ketika dilakukan dengan benar, refleksi membantu siswa membentuk tim yang lebih kuat dan terlibat dalam hal yang lebih bermakna pengalaman. Untuk itu, ajukan pertanyaan seperti berikut: Apa yang diberikan tim Anda kesulitan terbesar selama tantangan ini? Apa yang Anda lakukan untuk mengatasinya masalah itu? Bagaimana dorongan mempengaruhi kinerja tim Anda? Apa saja contoh dorongan yang digunakan tim? Ciri-ciri apa pola pikir berkembang yang ditunjukkan oleh tim? Pertanyaan seperti ini mengundang anggota tim untuk berefleksi, dan refleksi adalah perekat yang menghubungkan dan menyegel pembelajaran siswa.



## **Kekuatan Enam**

Diadaptasi, dengan izin, dari Victoria A. Otto

### **Peralatan**

Berbagai bentuk yang ditemukan di halaman sekolah Anda (misalnya, pohon, batu, semak, cabang, patung, dinding, peralatan bermain)

### **Keterangan**

Setiap tim melakukan keseimbangan di mana semua anggota tim terhubung satu sama lain dan total hanya enam bagian tubuh yang menyentuh tanah. Keseimbangannya juga menggabungkan bagian dari lanskap (misalnya, pohon, batu, peralatan bermain).

### **Aturan**

1. Tim harus berusaha membangun keseimbangan di mana seluruh anggota tim terhubung.
2. Hanya enam bagian tubuh saja yang boleh menyentuh tanah.
3. Keseimbangan tim harus memasukkan bagian dari lanskap itu disetujui oleh Anda.
4. Jika tim kehilangan keseimbangan, tim harus memulai kembali.

5. Setiap tim harus menjaga keseimbangan sampai Anda memberikan izin membongkar.

6. Tidak seorang pun diperbolehkan menggunakan nama belakang rekan setimnya atau menggunakan kata-kata.

7. Pada akhir keseimbangan yang berhasil, setiap siswa harus melakukan tos lima kepada seluruh anggota tim.

### Variasi

- Tantang setiap tim untuk menyelesaikan tiga keseimbangan berbeda sebelum akhir dari kelas.

- Mewajibkan setiap tim untuk mengubah jumlah bagian tubuh yang menyentuhnya tanah setiap kali mencoba keseimbangan baru.

- Tantang setiap tim untuk mengalir dari satu keseimbangan ke keseimbangan lainnya.

- Menetapkan batasan mengenai bagaimana keseimbangan harus dilakukan; misalnya, dari enam bagian tubuh yang menyentuh tanah, tidak lebih dari tiga kaki.

- Menugaskan satu anggota tim untuk berperan sebagai fotografer; anggota tim ini harus mengambil gambar keseimbangan tim untuk dipasang di gym.

- Ubah jumlah bagian tubuh yang menyentuh tanah sesuai dengan usia siswa. Misalnya, siswa kelas satu mungkin menyentuh angka dua belas bagian tubuh, sedangkan siswa kelas delapan hanya boleh menyentuh lima bagian

## Bersandar pada saya (Lean On Me)

### Peralatan

- Satu tali (tali biasa atau beberapa tali jemuran yang diikat menjadi satu) berukuran setidaknya 100 kaki (30 m) untuk siswa yang lebih muda dan setidaknya 130 kaki (40 m) untuk siswa sekolah menengah
- Basis vinil atau titik poli secukupnya untuk menandai ruang berdiri yang jelas untuk setiap anggota kelompok
- Untuk setiap siswa, sebuah kartu yang memuat kata fokus pendidikan karakter atau definisi yang cocok dengan salah satu kata (kata dan definisi tersedia di sumber web untuk bab 3)
- Area terbuka yang luas (mungkin di luar ruangan) untuk melakukan tantangan.

### Keterangan

Lean on Me menawarkan tantangan tersendiri yang bisa dicoba oleh siapa saja kelompok besar. Kelompok memegang tali berbentuk lingkaran; ujung dari tali harus diikat menjadi satu dengan simpul persegi yang dapat diandalkan. Para anggota kelompok lepaskan talinya satu per satu dengan tujuan turun ke yang terkecil sebanyak mungkin orang sambil tetap menjaga tali tetap di atas tanah. Itu menopang tali tidak boleh menggerakkan kaki, melepaskan tangan dari tali, atau geser tangan mereka di sepanjang tali.

Untuk bersiap melakukan aktivitas, anggota kelompok menempatkan diri secara merata tali, lalu geser ke belakang hingga tali kencang. Sekarang setiap siswa menempatkan tempat polinya di lantai dan berdiri di atasnya. Setiap anggota kelompok memegang ke tali dengan dua tangan dan siku lurus. Selain itu, setiap anggota telah hapal kartu yang berisi kata pendidikan karakter atau definisi yang cocok untuk salah satu kata.

Untuk terlibat dalam kegiatan tersebut, anggota kelompok memutuskan dua siswa mana yang akan diizinkan pergi dari tali pada waktu tertentu. Untuk melepaskannya, siswa harus mencocokkan kata fokus dan definisinya. Dengan kata lain, seorang siswa yang telah hafal kata pendidikan karakter tidak boleh lepas sampai kelompok berdiskusi (kolaborasi tarif) dan mengidentifikasi dengan tepat definisi kata tersebut. Setelah pertandingan selesai telah dibuat, siswa dengan kata dan siswa dengan definisinya boleh keduanya melepaskannya. Kelompok tersebut terus melepaskan pasangan yang cocok hingga mereka berhasil menyelesaikan tantangan tersebut, yaitu hingga hanya tersisa empat anggota kelompok yang memegang tali dari tanah.

## Aturan

1. Seorang anggota kelompok tidak boleh turun dari suatu pangkalan sampai dia melepaskan talinya. Jika Anda melakukan tantangan ini di luar ruangan, Anda tidak akan menggunakan poly spot (tidak dirancang untuk aspal atau rumput); Namun, siswa tetap tidak diperkenankan untuk menggoyangkan kaki atau melangkah.
2. Setelah tugas dimulai, anggota kelompok tidak boleh melepaskan tangannya dari tali kecuali mereka telah dipilih untuk melepaskannya.
3. Anggota kelompok tidak boleh menggeser tangan saat memegang tali.
4. Sepasang anggota tim harus mencocokkan kata pendidikan karakter dengan definisinya sebelum turun dari pangkalan. Selain itu, seluruh tim harus diberitahu bahwa kedua siswa tersebut telah cocok dan akan melepaskannya. Hanya sepasang siswa yang cocok yang boleh keluar pada satu waktu.
5. Setelah sepasang anggota tim melepaskan talinya, kedua siswa tersebut tidak boleh menyentuh tali itu lagi. Mereka boleh membantu atau menyentuh rekan satu timnya yang masih memegang tali, namun mereka tidak boleh menyentuh tali itu sendiri.

6. Tidak seorang pun boleh memanggil anggota tim lain dengan nama belakangnya atau menggunakan kata-kata yang merendahkan.

7. Jika peraturan dilanggar, atau jika tali menyentuh lantai, upaya tantangan harus dihentikan dan kelompok harus memulai dari awal,

## Variasi

·Tidak mengharuskan siswa mencocokkan kata dan definisi sebelum melepaskannya. Sebaliknya, izinkan anggota tim melepaskan tali satu per satu dan lihat apakah kelompok dapat turun ke tiga anggota yang tersisa sambil memegang tali dari tanah.

·Atur waktu aktivitasnya. Seberapa cepat kelompok tersebut dapat turun ke tiga anggota yang tersisa memegang tali?

## Melempar Batu Tim

### Perlitan

- Satu batu kecil dan pipih (misalnya, batu lompat) per anggota tim
- Tempat poli berukuran dua belas inci (30 cm) untuk setiap tim
- Garis start untuk setiap tim ditandai dengan kapur trotoar, jika Anda melakukan aktivitas tersebut di taman bermain; tali akan menjadi garis awal yang baik jika Anda berada di rumput.

### Keterangan

Pilih sendiri batu yang cocok atau mintalah siswa melakukannya dengan mengunjungi kawasan alam yang sesuai. Mengirim siswa ke lapangan untuk memilih batu mereka sendiri dapat menambah banyak minat pada tantangan ini, namun jika halaman sekolah Anda tidak memiliki akses ke area yang sesuai, Anda dapat mengunjungi pusat lanskap dan memilih batu sendiri. (Alternatif lain adalah membeli mesin cuci di toko perangkat keras, namun batu lebih menyenangkan!) Setiap siswa kemudian dapat memilih batunya sendiri dari koleksi yang Anda sediakan. Setelah batu dipilih, siswa berkumpul dengan timnya di belakang garis start (lempar) masing-masing. Tempat poli masing-masing tim harus ditempatkan 10 kaki (3 m) dari garis lemparnya, tepat di depan tim.



Atas aba-aba Anda, anggota masing-masing tim berusaha melempar batunya hingga mendarat di tempat poli tim. Untuk menyelesaikan tantangan ini, setiap tim harus mendapatkan sejumlah batu yang telah ditentukan untuk mendarat di tempat (misalnya, lima dari delapan batu yang dilempar). Anda dapat menentukan nomor ini sendiri atau membiarkan kelas yang memutuskan.

#### Aturan

1. Pelemparan harus dilakukan secara curang.
2. Seorang anggota tim hanya dapat melempar batunya sendiri.
3. Tidak seorang pun boleh menggunakan nama belakang rekan setimnya atau menggunakan kata-kata yang merendahkan.
4. Setiap anggota tim harus menyemangati atau memuji anggota tim lainnya setidaknya satu kali selama tantangan.
5. Ketika tantangan telah selesai, rekan satu tim saling melakukan tos.

## Variasi

- Berikan semua tim sejumlah upaya yang telah ditentukan untuk mendapatkan batu sebanyak mungkin di polispotnya masing-masing (misalnya, lakukan lima kali percobaan, lalu hitung berapa banyak batu yang ada di tempat tersebut).

- Gunakan titik poli berukuran 9 inci (23 cm).

- Tingkatkan jarak lempar.

Untuk setiap tim, letakkan lima titik poli dengan jarak 3 kaki (1 m) secara berurutan. Tim melempar ke setiap titik poli, mencoba mendapatkan setidaknya satu batu di salah satu dari lima titik poli.

- Mereka terus melempar sampai mereka memiliki setidaknya satu batu di setiap titik poli. Atau, guru mungkin memutuskan untuk meminta siswa melemparkan sampai semua batu berada pada tempatnya. Ini berarti mungkin ada lebih dari satu batu di suatu tempat dan di beberapa tempat mungkin tidak terdapat batu. Biarkan tim menciptakan tantangannya sendiri dengan titik dan batu. Jika seorang siswa terlebih dahulu mendapatkan batunya di tempat poli, siswa tersebut tidak boleh melempar lagi; sebaliknya, dia sekarang berperan sebagai pemberi semangat.

- Untuk siswa yang lebih muda, gunakan karpet persegi; ini akan membuat targetnya menjadi lebih besar dan batunya akan tetap di tempatnya setelah dilempar.
- Tetapkan nilai poin untuk setiap titik poli. Tim pertama yang mendapatkan 50 poin menang. Ini menambahkan sedikit matematika pada tantangannya.

Saya melihat saya

Diadaptasi, dengan izin, dari Paul Shirilla.

### Peralatan

Kamera (sebaiknya pada smartphone pribadi) untuk setiap siswa atau sepasang siswa; sebagian besar siswa memiliki ponsel cerdas, jadi ini adalah cara mudah untuk memanfaatkan lebih banyak kamera dalam tantangan ini.

### Keterangan

Kegiatan ini memungkinkan siswa untuk mengeksplorasi hubungannya dengan alam, menjadi kreatif, dan terlibat dalam refleksi diri. Beri siswa waktu 15 hingga 20 menit untuk sekadar berjalan-jalan di luar dan menemukan sesuatu yang menarik secara visual. Kegiatan ini tidak harus dilakukan di lokasi khusus. Imbualah siswa untuk memperhatikan detail-detail kecil di alam yang mungkin sering luput dari perhatian mereka. Setelah mereka mengidentifikasi sesuatu yang menarik, mereka mengambil foto.

Mendorong pengambilan gambar yang sangat terfokus, dibandingkan pengambilan gambar lanskap atau gambar keseluruhan objek; ini akan mendorong siswa untuk memperhatikan detail yang sering mereka lewatkan ketika melihat gambaran besarnya. Siswa kemudian mengirimkan gambar mereka kepada Anda secara elektronik (melalui email atau pesan teks).

Setelah siswa mengambil gambarnya, mintalah mereka untuk menanggapi pertanyaan seperti berikut:

- Mengapa Anda memilih gambar ini? Apa yang menarik perhatian Anda?
- Bagaimana perasaan Anda terhadap benda ini?
- Bagaimana objek ini mirip dengan Anda?
- Mengapa objek ini tidak mirip dengan Anda?

Setelah Anda mendapatkan semua gambar, atur gambar tersebut untuk tayangan slide dan bagikan dengan siswa pada pertemuan kelas berikutnya. Pertama, tampilkan semua gambar (atur ke musik, jika Anda suka) tanpa berhenti atau memperlambat. Kemudian perlihatkan kepada mereka lagi, kali ini berhenti pada setiap gambar dan biarkan siswa masing-masing mengidentifikasi gambar mereka sendiri dan mendiskusikan secara singkat mengapa mereka memilih gambar tersebut.

## Aturan

1. Ini adalah aktivitas individu. Siswa tidak boleh bekerja sama kecuali mereka perlu berbagi kamera; jika siswa berbagi kamera, mereka tetap bertanggung jawab untuk mengambil gambar masing-masing.
2. Beritahu siswa sebelumnya bahwa mereka masing-masing akan membagikan gambar mereka kepada kelas dan hendaknya bersiap untuk mendiskusikan mengapa mereka memilih gambar tersebut.
3. Gambar harus menunjukkan objek yang berasal dari alam (bukan manusia).

## Variasi

- Daripada mengirimkan gambar mereka kepada Anda untuk dibagikan kepada kelas, siswa dapat mempostingnya (dan tanggapan pertanyaan terkait jika Anda mau) ke akun media sosial mereka. Pendekatan ini memungkinkan tingkat keterpaparan yang lebih tinggi dan memberi siswa rasa memiliki dalam aktivitas tersebut.
- Biarkan anggota masing-masing tim mencetak foto mereka dan kemudian berkolaborasi untuk membuat kolase besar dengan menggunakan tagboard dan selotip. Tempelkan hasil karyanya di lorong sekolah.

## Geocaching

Diadaptasi, dengan izin, dari Paul Shirilla.

### Peralatan

- Satu unit GPS (atau aplikasi geocaching ponsel pintar) per grup
- Kartu indeks yang memuat kata-kata inspiratif pendidikan karakter untuk ditempatkan di dalam wadah.

### Keterangan

Berdasarkan keterampilan orienteering, geocaching memberikan kesempatan bagi siswa untuk menggunakan teknologi terkini saat bernavigasi di luar ruangan. Meskipun kami sering mendorong siswa untuk menghabiskan waktu di luar ruangan sebagai cara untuk menjauh dari layar dan teknologi, kegiatan ini memberikan contoh yang baik tentang bagaimana alam dan teknologi terkadang sejalan. Selain itu, siswa sering kali lebih nyaman dan tertarik menggunakan unit GPS atau aplikasi ponsel pintar dibandingkan kompas model lama.



Dengan demikian kegiatan ini juga dapat dijadikan sebagai alat untuk membangkitkan minat siswa untuk menghabiskan waktu di luar ruangan. Dalam geocaching, individu menempatkan kontainer atau “cache” di lokasi luar ruangan dan mengunggah koordinat GPS mereka, beserta petunjuknya, ke situs web. Cache semacam itu telah disembunyikan di seluruh dunia, baik di lingkungan perkotaan maupun pedesaan. Dari beberapa website geocaching, yang terbesar dan paling umum terletak di [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com).

Tab Pelajari di situs ini menawarkan beberapa video bermanfaat yang menjelaskan dasar-dasar geocaching dan cara memulai. Kami merekomendasikan untuk memberikan waktu setidaknya 30 menit di kelas untuk menampilkan video ini kepada siswa Anda sebelum keluar untuk melakukan geocaching. Identifikasi lokasi luar ruangan yang dekat dengan sekolah Anda untuk kegiatan ini. Lokasi populer untuk cache mencakup taman kota, negara bagian, dan regional, dan biasanya di lokasi tersebut beberapa geocache ditempatkan dalam radius 1 mil (1,6 km). Kelimpahan ini memungkinkan siswa untuk berburu lebih dari satu cache dalam waktu yang relatif singkat. Jika Anda lebih memilih untuk tetap dekat dengan sekolah, Anda dapat membuat kursus geocaching Anda sendiri dan mengunggah koordinat dan petunjuk ke situs [geocaching.com](http://www.geocaching.com).

Tempatkan kartu indeks dengan ucapan inspiratif di setiap situs cache. Di lokasi yang dipilih, bagilah setiap tim menjadi dua kelompok. Izinkan grup menemukan cache sebanyak mungkin dalam waktu yang tersedia.

### Aturan

1. Pastikan siswa mengganti geo cache tepat di tempat mereka menemukannya.
2. Siswa harus tetap bersama dalam kelompoknya masing-masing setiap saat dan bekerja sama untuk mencari cache.
3. Lakukan tindakan pencegahan ekstra karena siswa tidak akan terlihat saat mencari geocache. Setiap kelompok harus memiliki telepon seluler yang berfungsi untuk menghubungi Anda jika terjadi keadaan darurat.
4. Jika terjadi cedera, salah satu siswa harus tinggal bersama siswa yang terluka tersebut sementara yang lain pergi mencari Anda dan membawa Anda ke siswa yang terluka tersebut.

### Variasi

Jika waktu memungkinkan, siswa dapat menempatkan cache mereka sendiri dan mengunggah informasi ke situs geocaching.com. Siswa kemudian dapat bekerja untuk menemukan cache satu sama lain.

## Kotak surat (Letterbox)

Diadaptasi, dengan izin, dari Paul Shirilla.

### Peralatan

- Petunjuk tertulis
- Kata-kata inspiratif pendidikan karakter Kegiatan ini juga dapat dijalankan tanpa peralatan.

### Keterangan

Letterboxing adalah aktivitas yang relatif tidak dikenal. Ini dapat dianggap sebagai geocaching tanpa teknologi genggam. Lebih khusus lagi, ini melibatkan perburuan di luar ruangan yang diselenggarakan serupa dengan geocaching yang sering kali menggunakan situs web untuk berbagi informasi. Berbeda dengan geocaching, teknologi tidak digunakan untuk memberikan arahan eksplisit ke kotak surat atau untuk menavigasi ke kotak surat tersebut. Sebaliknya, peserta melakukan pencarian dengan mengikuti petunjuk (tersedia di situs web atau, dalam beberapa kasus, disebarkan dari mulut ke mulut), yang sering merujuk pada ciri-ciri alam. Dengan cara ini, letterboxing menawarkan keuntungan tersendiri dibandingkan orienteering dan geocaching karena mengharuskan siswa untuk fokus pada lingkungan mereka daripada melihat ke bawah pada kompas, unit GPS, atau ponsel pintar.

Dua situs web utama digunakan untuk letterboxing: [www.letterboxing.org](http://www.letterboxing.org) dan [www.atlasquest.com](http://www.atlasquest.com). Keduanya menawarkan konten bermanfaat yang menjelaskan dasar-dasar letter box dan cara memulainya. Seperti halnya geocaching, kami menyarankan untuk memperkenalkan siswa Anda pada aktivitas tersebut melalui situs web ini sebelum mereka berpartisipasi dalam aktivitas tersebut. Selain itu, seperti halnya geocaching, Anda harus mengidentifikasi lokasi luar ruangan yang dekat dengan sekolah untuk lokasi aktivitas ini. Sekali lagi, taman kota, negara bagian, dan regional merupakan lokasi populer untuk pembuatan kotak surat, dan beberapa kotak surat dapat ditempatkan di lokasi tersebut dalam radius 1 mil (1,6 km). Konsentrasi ini memungkinkan siswa untuk berburu lebih dari satu kotak dalam waktu yang relatif singkat.

Jika tidak, Anda dapat membuat kursus letterboxing sendiri di halaman sekolah atau di taman terdekat. Jika Anda membuat kursus Anda sendiri, letakkan kata-kata inspiratif di dalam kotak. Di lokasi yang dipilih, bagilah setiap tim menjadi dua kelompok. Biarkan siswa menemukan sebanyak mungkin kotak berisi ucapan-ucapan inspiratif dalam waktu yang tersedia. Beberapa tujuan kotak surat terdiri dari kotak-kotak tunggal, sedangkan yang lain terdiri dari rangkaian kotak-kotak yang dihubungkan satu sama lain.

Petunjuk untuk kotak-kotak selanjutnya akan berada di kotak-kotak sebelumnya. Berikut adalah contoh petunjuk kotak surat yang dapat digunakan di halaman sekolah: “Tujuan Anda adalah berlari cepat untuk mengumpulkan perkataan inspiratif dan petunjuk Anda selanjutnya. Anda akan benar-benar merasakan pepatah inspiratif yang Anda temukan.” Artinya: Kotak surat terletak di belakang gawang sepak bola.

### Aturan

1. Pastikan siswa meninggalkan kotak surat dan kata-kata inspiratif persis seperti yang ditemukan.
2. Siswa selalu berkumpul dalam kelompoknya masing-masing; mereka bekerja sama untuk menemukan kotak.
3. Lakukan tindakan pencegahan ekstra karena siswa tidak dapat terlihat oleh Anda saat mencari kotak. Setiap kelompok harus memiliki telepon seluler yang berfungsi untuk menghubungi Anda jika terjadi keadaan darurat.
4. Jika terjadi cedera, salah satu siswa harus tinggal bersama siswa yang terluka tersebut sementara yang lain pergi mencari Anda dan membawa Anda ke siswa yang terluka tersebut.

## Variasi

- Daripada meminta siswa mencari kotak berisi petunjuk yang diperoleh dari situs web, buatlah kursus letterboxing Anda sendiri di lokasi yang nyaman bagi kelas Anda. Kotak dan petunjuk tidak harus dibagikan melalui situs web tetapi cukup dibagikan secara tertulis oleh siswa Anda.
- Letterboxing memberikan kemungkinan tak terbatas untuk adaptasi terhadap tujuan pendidikan untuk segala usia. Misalnya, kotak dapat berisi pertanyaan-pertanyaan untuk didiskusikan oleh siswa sebelum berpindah ke kotak berikutnya. Mereka juga dapat berisi soal matematika, perebutan kata, atau aktivitas lain yang berhubungan dengan kurikulum.
- Siswa dapat membuat kursus letterboxing sendiri dan membaginya langsung dengan teman sekelasnya atau mempostingnya ke situs web letterboxing.

## Tantangan Koneksi Karakter (Character Connection Challenge)

### Peralatan

- Apapun yang disediakan alam untuk dibangun oleh siswa.
- Tas berisi 10 kata fokus pendidikan karakter.

### Keterangan

Setiap tim memilih satu orang untuk mengambil kata fokus pendidikan karakter dari tas. Setelah semua tim menggambar sebuah kata, anggota setiap tim harus meneja kata mereka menggunakan tubuh dan benda-benda dari alam misalnya rumput, dedaunan, tongkat, batu, jerami, atau pasir. Salah satu anggota tim, yang dipilih oleh tim, berperan sebagai pembangun dan mengarahkan atau membantu tim dalam menciptakan kata. Pembangun adalah satu-satunya anggota tim yang boleh berbicara selama kegiatan. Pembangun bukan bagian dari kata-kata tim tetapi memberi tahu Anda ketika kata-kata tersebut telah selesai. Anda tidak boleh mengetahui sebelumnya kata apa yang dieja oleh tim; kurangnya pengetahuan ini memungkinkan Anda untuk menentukan apakah terjemahan kata oleh tim benar-benar dapat dibaca. Jika Anda tidak dapat memahaminya, pergilah dan kembali lagi dalam lima menit. Interval ini memberi tim kesempatan lain untuk membuat kata-katanya dapat dibaca.

## Aturan

1. Hanya pembangun yang boleh berbicara.
2. Setiap tim harus mengumpulkan setidaknya 10 benda dari alam untuk digunakan dalam menyusun kata-katanya.
3. Saat membangun kata dengan tubuhnya dan benda-benda yang dikumpulkan dari alam, pembangun tidak boleh menyentuh rekan satu tim mana pun.
4. Pembangun memanggil guru ketika tim sudah siap; jika guru memahami kata tersebut, maka tim telah berhasil menyelesaikan tantangan.
5. Jika ada peraturan yang dilanggar, kelompok harus duduk dan menunggu selama dua menit sebelum memulai pembangunan kembali.

## Variasi

- Tentukan berapa banyak anggota tim yang boleh berbaring, duduk, atau berdiri. Untuk sikap, tentukan hanya lima anggota tim yang boleh berbaring ketika kata selesai; anggota tim lainnya harus duduk, berdiri, atau berlutut.
- Mulailah dengan kata-kata yang berkarakter lebih pendek (misalnya, kepedulian, jujur, bangga), kemudian lanjutkan dengan kata-kata yang lebih panjang (misalnya, ketekunan, ketekunan).
- Mewajibkan setiap tim untuk membuat kata menggunakan setidaknya tiga item dari alam.



- Izinkan setiap tim untuk menggunakan benda apa pun (misalnya, sepeda, batang kayu di taman bermain) dalam menyusun kata-katanya.
- Izinkan semua anggota tim untuk berbicara.
- Atur waktu aktivitas untuk dilihat

## Konstruksi Kelompok (Group Construction)

Kegiatan ini bisa jadi cukup sulit bagi siswa yang lebih muda. Lihat bagian Variasi untuk kemungkinan modifikasi.

### Peralatan

Tiga set yang masing-masing terdiri dari empat item (atau empat set yang masing-masing berisi tiga item) dari alam (misalnya, tongkat, batu, dedaunan, rumput, ranting, buah beri) cukup untuk setiap anggota tim untuk memiliki satu set 12 item yang identik.

### Keterangan

Anggota masing-masing tim duduk membentuk setengah lingkaran dengan punggung menghadap ke tengah lingkaran. Mereka tidak boleh melihat peralatan anggota kelompok lain karena mereka masing-masing membuat rancangannya sendiri di lapangan. Salah satu anggota tim ditunjuk sebagai manajer konstruksi dan duduk membelakangi anggota tim lainnya. Tim akan duduk setengah lingkaran, dan manajer konstruksi akan duduk di depan setengah lingkaran dengan membelakangi tim. Manajer konstruksi menempatkan benda-benda alamnya di tanah satu per satu untuk membangun desain pilihannya. Setelah meletakkan setiap barang di tanah, manajer berbicara kepada anggota tim lainnya (tanpa berbalik menghadap mereka) untuk memandu mereka dalam menempatkan barang yang sama di posisi yang sama.

Dengan cara ini, manajer mencoba membuat semua rekan satu timnya membuat desain yang sama dengan yang sedang dia bangun.

#### **Aturan**

1. Hanya manajer konstruksi yang boleh berbicara.
2. Manajer konstruksi harus memberikan arahan satu per satu
3. Tidak seorang pun boleh melihat rancangan manajer konstruksi atau rancangan pembangun lain sebelum selesai.
4. Manajer konstruksi tidak boleh melihat desain pembangun lain sebelum selesai. Setelah manajer konstruksi memberikan arahan untuk item terakhir, pembangun dan manajer konstruksi saling melihat desain masing-masing. Berapa banyak desain yang sama persis dengan desain manajer konstruksi?
5. Setelah satu orang berkesempatan menjadi manajer konstruksi, ijin siswa lain untuk mencoba tantangan tersebut.

#### **Variasi**

- Izinkan pembangun untuk mengajukan pertanyaan kepada manajer konstruksi.
- Biarkan salah satu siswa mengamati arahan dari pembangun dan manajer konstruksi dan memberikan umpan balik kepada pembangun berdasarkan visinya terhadap desain.
- Biarkan para pembangun bekerja sama sebagai satu tim.
- Tambahkan lebih banyak item konstruksi.

## Perlombaan Membangun Tim (Team Building Race)

### Peralatan

- Satu benda untuk setiap siswa (misalnya, sepak bola, bola sepak, cakram terbang) belum tentu benda yang sama untuk semua orang
- Satu wadah per tim untuk menampung benda-benda tim (ukurannya hampir sama untuk semua tim)
- Satu kerucut per tim untuk tentukan titik awalnya

### Keterangan

Bagilah setiap tim menjadi dua tim yang lebih kecil sehingga Anda memiliki 8 hingga 10 tim, masing-masing terdiri dari sekitar empat anggota. Kegiatan ini dapat dianggap kompetitif, jadi mintalah masing-masing tim melakukan istirahat tim dan bersorak sebelum memulai, dan ketika kegiatan selesai, mereka harus saling tos. Letakkan kotak-kotak tersebut di salah satu ujung area aktivitas, setidaknya berjarak 50 yard (45 m) dan posisikan tepat di seberang tim masing-masing, yang sedang duduk dengan barang-barangnya di dekat kerucutnya di ujung lain gym atau lapangan. Berdasarkan sinyal Anda, setiap tim bekerja untuk memasukkan semua item ke dalam kotaknya lima kali secepat mungkin (aktivitas diberi batas waktu). Setiap kali sebuah tim memasukkan semua barangnya ke dalam kotaknya, anggota tim saling melakukan tos dan berteriak “selesai!” Kemudian, bekerja sebagai sebuah tim, mereka mengeluarkan benda-benda tersebut dari kotaknya dan berlari kembali ke kerucut awal. Sekarang mereka mengangkut barang ke dalam kotak dengan cara yang berbeda. Proses ini berlanjut hingga mereka menyelesaikannya sebanyak lima kali. Saat tim berteriak “selesai!” untuk kelima kalinya, beri tahu anggota tim tentang waktu mereka. Tinjau kembali tantangan ini pada pertemuan kelas berikutnya dan mintalah setiap tim mencoba untuk mengalahkan waktu sebelumnya.

Kemudian tambahkan waktu untuk dua kelompok yang lebih kecil dari masing-masing tim yang lebih besar dan berikan total waktunya kepada setiap tim yang lebih besar. Pastikan semua tim saling melakukan tos dan memberi selamat kepada tim lainnya. Pada pertemuan kelas berikutnya, setiap tim dapat mencoba lagi untuk mendapatkan waktu terbaik yang baru, atau Anda dapat melakukan pendekatan sebagai aktivitas kompetitif antar tim.

### Perlombaan Membangun Tim (Team Building Race)

#### Peralatan

- Satu benda untuk setiap siswa (misalnya, sepak bola, bola sepak, cakram terbang) belum tentu benda yang sama untuk semua orang
- Satu wadah per tim untuk menampung benda-benda tim (ukurannya hampir sama untuk semua tim)
- Satu kerucut per tim untuk tentukan titik awalnya

#### Keterangan

Bagilah setiap tim menjadi dua tim yang lebih kecil sehingga Anda memiliki 8 hingga 10 tim, masing-masing terdiri dari sekitar empat anggota. Kegiatan ini dapat dianggap kompetitif, jadi mintalah masing-masing tim melakukan istirahat tim dan bersorak sebelum memulai, dan ketika kegiatan selesai, mereka harus saling tos. Letakkan kotak-kotak tersebut di salah satu ujung area aktivitas, setidaknya berjarak 50 yard (45 m) dan posisikan tepat di seberang tim masing-masing, yang sedang duduk dengan barang-barangnya di dekat kerucutnya di ujung lain gym atau lapangan. Berdasarkan sinyal Anda, setiap tim bekerja untuk memasukkan semua item ke dalam kotaknya lima kali secepat mungkin (aktivitas diberi batas waktu). Setiap kali sebuah tim memasukkan semua barangnya ke dalam kotaknya, anggota tim saling melakukan tos dan berteriak “selesai!” Kemudian, bekerja sebagai sebuah tim, mereka mengeluarkan benda-benda tersebut dari kotaknya dan berlari kembali ke kerucut awal.

Sekarang mereka mengangkut barang ke dalam kotak dengan cara yang berbeda. Proses ini berlanjut hingga mereka menyelesaikannya sebanyak lima kali. Saat tim berteriak “selesai!” untuk kelima kalinya, beri tahu anggota tim tentang waktu mereka. Tinjau kembali tantangan ini pada pertemuan kelas berikutnya dan mintalah setiap tim mencoba untuk mengalahkan waktu sebelumnya. Kemudian tambahkan waktu untuk dua kelompok yang lebih kecil dari masing-masing tim yang lebih besar dan berikan total waktunya kepada setiap tim yang lebih besar. Pastikan semua tim saling melakukan tos dan memberi selamat kepada tim lainnya. Pada pertemuan kelas berikutnya, setiap tim dapat mencoba lagi untuk mendapatkan waktu terbaik yang baru, atau Anda dapat melakukan pendekatan sebagai aktivitas kompetitif antar tim.

## Aturan

1. Tim harus memasukkan semua barangnya ke dalam wadahnya dengan lima cara berbeda. Misalnya, jika anggota tim berlari menuju kontainer dari kerucut awal sambil membawa peralatan dalam satu putaran, mereka tidak boleh menggunakan cara itu lagi.
2. Setelah suatu peralatan tertentu digunakan dalam satu putaran, peralatan tersebut hanya dapat digunakan pada putaran lainnya jika peralatan tersebut diangkut secara berbeda (sehingga dihitung sebagai metode yang berbeda).
3. Ketika tim mengambil peralatan dari wadah, salah satu anggota tim tidak boleh mengambil semuanya; sebaliknya, semua anggota tim harus membawa item kembali ke kerucut awal.

## Variasi

- Gunakan peralatan yang berbeda; jadilah kreatif dan buatlah itu menantang!
- Buatlah perlombaan tim untuk melihat tim mana yang menyelesaikan tugas terlebih dahulu.
- Lihat apakah sebuah tim dapat memecahkan rekornya sendiri pada percobaan lainnya.
- Setidaknya satu metode harus melibatkan pelemparan atau pelemparan barang ke rekan satu tim

Berikut adalah ungkapan umum untuk menggambarkan proses ini: “Letakkan Merah (yaitu, panah magnet) di dalam Gudang (yaitu, panah orientasi).”

4. Bacalah arah yang sejajar dengan panah arah perjalanan (disebut juga garis indeks) di bagian atas kompas.

Sekarang, tunjukkan kepada siswa cara mengikuti suatu arah dengan kompas.

1. Pegang kompas datar dengan arah panah menghadap menjauhi Anda.

2. Berikan bantalan sampel (misalnya 242 derajat). Putar rumahan hingga dasar panah arah perjalanan (yaitu garis indeks) di bagian atas pelat jam cocok dengan nomor bantalan sampel.

3. Sentuhkan tepi belakang kompas ke pusar Anda. Putar tubuh Anda hingga panah magnet berada di dalam panah pengarah (yaitu, “Taruh Merah di Gudang”).

4. Ikuti panah arah perjalanan sebanyak jumlah langkah untuk mencapai landmark yang ditentukan. Setelah siswa menjadi kompeten dalam menembak dan mengikuti arah, izinkan setiap kelompok membuat kursus singkatnya sendiri, seperti, “Pada arah 242 derajat, berjalanlah 100 langkah.

Sekarang berikan kompas kepada anggota tim lainnya dan berjalanlah 50 langkah dengan arah 320 derajat. Berikan kompas kepada anggota tim ketiga dan berjalanlah 25 langkah dengan arah 20 derajat.” Setiap kelompok memulai dengan memilih titik awal kursusnya dan mencatatnya pada formulir Kursus Singkat Orienteering (tersedia di sumber web).



Kelompok tersebut kemudian menembakkan arah pertamanya ke sebuah landmark, menghitung langkah yang diperlukan untuk mencapainya, dan mencatat arah dan jumlah langkah pada formulir. Kelompok tersebut menempatkan kartu pendidikan karakter di suatu tempat pada landmark tersebut. Selanjutnya, kelompok tersebut menembakkan arah lain ke arah landmark yang berbeda, mendokumentasikan arah dan langkah yang diperlukan pada formulir, dan menempatkan kartu pada landmark tersebut. Kelompok tersebut mengulangi proses ini untuk terakhir kalinya untuk landmark ketiga. Setelah kursus selesai, kelompok kembali ke area pusat (tempat Anda tinggal sementara kelompok bekerja). Setelah semua kelompok kembali kepada Anda, mereka bertukar formulir, dan masing-masing kelompok bekerja mengikuti arahan yang diberikan oleh kelompok lain. Setiap kali suatu kelompok mencapai suatu tempat, para anggotanya mengeluarkan kartu tersebut dan mencatat temuan tersebut di formulir mereka. Setelah kelompok mengumpulkan ketiga kartu dalam kursus tersebut, anggotanya kembali ke lokasi pusat.

## Aturan

1. Agar jalur dapat dikelola, jarak ke suatu landmark tidak boleh lebih dari 150 langkah.
2. Di setiap kelompok, anggota berperan sebagai pengelola kompas, pengatur kecepatan, dan juru tulis. Mereka merotasi tanggung jawab setelah mencapai setiap landmark sehingga setiap siswa mempraktikkan semua tanggung jawab. Jika sebuah kelompok memiliki lebih dari tiga anggota tim, masing-masing anggota tim mungkin tidak cukup bergilir untuk memikul semua tanggung jawab namun akan mendapatkan gambaran yang baik tentang tanggung jawab tersebut dengan berpartisipasi dalam tantangan baik dalam konstruksi maupun dalam mengikuti setiap kursus
3. Sebelum meninggalkan area, perhitungkan semua barang yang digunakan; hal ini harus dicapai secara otomatis jika semua kelompok berhasil mengikuti kursus yang ditunjukkan. Namun, jika suatu kelompok tidak dapat menemukan landmark tertentu, kelompok tersebut mungkin memerlukan bantuan dari kelompok yang membuat kursus.

## Variasi

Tergantung pada cuaca dan preferensi Anda, Anda dapat memperbolehkan siswa untuk meninggalkan barang-barang selain kata-kata fokus pendidikan karakter (misalnya, ucapan-ucapan inspiratif, stiker, bendera tusuk gigi di tanah).

## Kata Sifat Positif

### Peralatan

### Kartu kata sifat positif

### Keterangan

Kami telah menggunakan kata sifat positif sejak lama. Namun, kami tidak menggunakan kegiatan ini saat pertama kali melakukan team building, karena kami tidak ingin menyia-nyiaakan waktu untuk mengerjakan tantangan. Namun setelah beberapa kali mencoba kata sifat positif, kami segera menemukan nilainya dan sekarang menggunakannya secara teratur. Kata sifat positif harus ditempatkan di akhir unit pembangunan tim. Untuk mempersiapkan kegiatan ini, setiap tim dibentuk membentuk setengah lingkaran dengan satu rekan satu tim duduk di tengah dan menghadap rekan satu timnya. Setiap anggota tim memiliki daftar kata sifat positif, yang dapat ditemukan di sumber web bab 2. Untuk melakukan kegiatan tersebut, anggota tim yang membentuk setengah lingkaran masing-masing bergiliran memilih tiga kata sifat pada lembar yang menggambarkan orang yang duduk di tengah dan menyatakan pilihannya. Siswa hanya boleh menggunakan istilah-istilah yang tercantum pada lembar saja, tidak diperkenankan membumbui. Pernyataannya seharusnya berbunyi seperti ini: “Mike, kamu kuat, berani, dan humoris.” Membuat pernyataan seperti itu pada awalnya sulit bagi banyak siswa, namun mereka biasanya mulai menantikannya di unit pembangun tim berikutnya. Ketika semua orang mendapat giliran, para siswa merotasi posisinya sehingga anggota tim baru pergi ke tengah. Imbullah setiap siswa untuk mengucapkan terima kasih setelah mendengar setiap pernyataan positif. Variasi Mintalah setiap orang memilih satu atau dua kata sifat positif dan berikan alasan spesifik untuk setiap pilihan. Berikut dua contohnya: “Janai, kamu ramah, kamu selalu membiarkan aku pergi dulu.” “Janai, kamu kreatif, kamu punya ide bagus.”

## RINGKASAN

Mengajarkan membangun tim bisa jadi menantang, tetapi jangan menyerah! Seorang guru pendidikan jasmani terdengar berkata, “Saya mencoba membangun tim dengan kelas saya, dan itu adalah bencana!” Dia melanjutkan dengan mengatakan bahwa para siswa telah bertengkar sepanjang waktu dan dia tidak akan melakukannya lagi. Apa yang tidak disadari oleh banyak guru dan pelatih adalah inilah keindahannya! Anda sedang mengajari generasi muda bahwa ada cara lain. Tanpa pendidikan ini, banyak siswa yang hanya mempunyai perilaku yang biasa mereka lakukan untuk mengatasi rasa frustrasi dan kegagalan, yaitu berdebat, mengeluh, dan menyerah. Namun ketika Anda membantu mereka mengembangkan pola pikir berkembang, mereka belajar bagaimana menghadapi hambatan yang pasti dihadapi seseorang dalam mengejar kesuksesan. Sebaliknya, jika seorang guru atau pelatih membiarkan siswa dan atlet mencoba tantangan membangun tim tanpa terlebih dahulu mengajari mereka cara saling menyemangati dan mengatasi kesulitan, maka upaya tersebut dapat mengakibatkan bencana.

Namun, ketika aktivitas membangun tim ditangani secara efektif, siswa dan atlet memperoleh kenangan jangka panjang berkat emosi yang ditimbulkan saat menghadapi tantangan fisik. Mereka mengingat, misalnya, perasaan penting dan penerimaan yang muncul karena menjadi bagian dari sebuah tim, kebanggaan dan kepercayaan diri yang dihasilkan dari ketekunan dalam menghadapi kesulitan, dan kegembiraan serta antusiasme yang terkait dengan pengambilan risiko dan akhirnya berhasil. Lebih penting lagi, keterampilan kerja tim yang dikembangkan oleh siswa dan atlet Anda melalui tantangan membangun tim secara fisik akan bermanfaat bagi mereka sepanjang sisa hidup mereka, baik secara pribadi maupun profesional.

Membangun tim melalui tantangan fisik juga merupakan salah satu cara terbaik untuk mengajarkan kerja tim dan cara bekerja secara positif melalui kegagalan dan frustrasi. Mengalami kegagalan dan kesuksesan dalam lingkungan yang mendukung dan terkendali akan mengajarkan siswa pola pikir berkembang yang terbaik. Kerja tim, pemecahan masalah, pola pikir berkembang, dan kolaborasi adalah beberapa keterampilan yang paling dicari di tempat kerja. Jika Anda ingin memaksimalkan pertumbuhan dan kinerja generasi muda, Anda harus membantu mereka memahami nilai kerja sama dan mengatasi kesulitan.

# Apakah Program Pendidikan Karakter dalam Olahraga Berhasil ? : Penilaian 3 Tahun

Joseph Doty, Akademi Militer Amerika Serikat Ralph Pim,  
Akademi Militer Amerika Serikat 1

## Abstrak

Pada tahun 2005, Kantor Olahraga Kompetitif di Departemen Pendidikan Jasmani di Akademi Militer Amerika Serikat, West Point, NY, melembagakan program pendidikan karakter formal dengan tujuan mengembangkan karakter siswa-atlet melalui partisipasi mereka dalam pengalaman olahraga kompetitif wajib. . Data “dasar” dikumpulkan pada musim gugur 2005, kemudian 3 tahun kemudian pada musim gugur 2008. Hasil dari penilaian 3 tahun ini beragam, dengan beberapa tim/atlet mengalami peningkatan sedangkan yang lain tetap sama atau bahkan lebih buruk. Hasil ini tidak mengejutkan karena karakter dalam program olahraga masih relatif baru. Penilaian tindak lanjut direncanakan pada musim gugur 2010 dimana hasil yang “lebih baik” diharapkan karena program ini akan berlaku selama 5 tahun.

## Pengajaran Karakter melalui Sastra Olahraga SUE S.MINCHEW

“Kebutuhan yang sangat besar” (Heslep 1995) akan pendidikan karakter di sekolah-sekolah kita menjadi semakin jelas seiring dengan meningkatnya jumlah tindakan kriminal yang dilakukan oleh remaja baik di dalam maupun di luar sekolah. Untuk menanggapi kebutuhan ini, beberapa negara bagian telah menambahkan pendidikan karakter ke dalam kurikulum yang diamanatkan oleh negara mereka. Nielsen (1998) melaporkan bahwa, faktanya, empat puluh delapan negara bagian sedang mengubah standar negara bagian mereka untuk memasukkan pendidikan karakter. Meskipun hanya sedikit pendidik yang mengabaikan perlunya pendidikan karakter, mereka tidak sepakat mengenai apa yang diperlukan, bagaimana, dan kepada siapa pendidikan karakter harus diajarkan. Noddings (1995) mencatat perlunya mengembangkan pendidikan karakter di sekolah menengah, karena menurut pengamatan belajar, 85 persen pendidikan karakter terjadi di sekolah dasar, 15 persen di sekolah menengah pertama, dan hanya 5 persen di sekolah menengah atas (Lockwood 1997).

Meskipun secara historis para pendidik menganjurkan pendidikan anak seutuhnya (Nucci 1989), para guru dan administrator khawatir bahwa pendidikan karakter akan dianggap oleh masyarakat sebagai pendidikan agama; bahwa dalam setiap upaya untuk mengajarkan nilai-nilai, akan muncul pertanyaan, “Nilai-nilai siapa?” (Haydon 1997). Antis mengklaim bahwa ketakutan ini dapat diredakan dengan menjaga sifat diskusi karakter nonreligius dengan penekanan pada nilai-nilai universal (Lockwood 1997).



Hambatan lain terhadap pembelajaran karakter dalam beberapa tahun terakhir adalah penekanan pada nilai ujian siswa (Rusnak 1998). Namun Ryan mengatakan bahwa orang tua lebih mementingkan karakter anak mereka dibandingkan nilai SAT mereka (Lockwood 1997). Lockwood (1991) setuju, berpendapat bahwa "sekolah harus lebih dari sekadar pekerjaan akademis" (247). Switala, direktur kurikulum di Bethel Parks Schools di Pennsylvania, menyatakan bahwa anggota sistem sekolahnya "percaya bahwa kekuatan pengetahuan dapat digunakan dengan mendorong pertumbuhan anak secara keseluruhan" (Rusnak 1998, 29).

Yang memberikan kepercayaan terhadap keyakinan ini adalah studi Milwaukee tentang pendidikan karakter yang menunjukkan bahwa siswa dengan pendidikan karakter memiliki kinerja akademis yang lebih baik daripada siswa kontrol (Rusnak 1998). Pertanyaan kompleks yang masih tersisa adalah bagaimana cara terbaik untuk mengajarkan pendidikan karakter. Salah satu metode yang banyak digunakan pada tahun-tahun awal gerakan pendidikan karakter adalah pengajaran pelajaran singkat tentang berbagai sifat atau daftar (Lockwood 1997). Tersedia dalam program-program yang dikemas secara komersial, pendekatan minilesson paling efektif jika diterapkan secara lokal dan jika para guru dilatih dengan baik (Milson 2000). Namun, seperti dicatat oleh Lickona (1993), "guru biasanya hampir tidak menerima pelatihan pra-jabatan atau pelatihan dalam jabatan dalam aspek moral keahlian mereka," dan banyak yang tidak "nyaman atau kompeten dalam bidang nilai" (11). Kohn (1997) menentang penghargaan ekstrinsik, yang sering menyertai pendekatan minilesson, dengan mengatakan bahwa siswa mungkin menunjukkan perilaku yang baik hanya untuk mendapatkan hadiah tanpa pengembangan karakter yang nyata.



Daripada mengajarkan karakter melalui pelajaran singkat yang terisolasi, sebagian besar pendidik saat ini lebih memilih untuk mengintegrasikan pelajaran karakter ke dalam kurikulum (misalnya, Lickona 1991; Martinson 2001; Milson 2000; Noddings 1995; Rusnak 1998; Smagorinsky 2000). Walberg dan Wynne melaporkan bahwa para ahli yang diberi pilihan cara untuk mengajarkan karakter menilai penggunaan mata pelajaran tradisional paling tinggi (Nucci 1989). Meskipun nilai-nilai tertentu dapat diintegrasikan ke dalam isi semua mata pelajaran, para pendidik sepakat bahwa studi sastra paling cocok untuk pendidikan karakter (Kohn 1997; Lamme, Krogh, dan Yachmetz 1992; Leal 1999; Lickona 1997; Parr 1982). Bagaimanapun diajarkannya, pelajaran tentang karakter harus bersifat reflektif daripada didaktik (Kohn 1997; Lamme, Krogh, dan Yachmetz 1992; Lickona 1997; Noddings 1995; Smagorinsky 2000). Melalui sastra, guru dapat melibatkan siswa dalam diskusi yang menggabungkan dilema moral (Smagorinsky 2000), pembelajaran di dunia nyata, dan pemahaman diri dan kehidupan (Parr 1982; Sprague dan Keeling 2000), semuanya tanpa ketidaknyamanan pribadi (Adler dan Clark 1991). Leal (1999) mengklaim bahwa studi literatur membantu siswa untuk mengembangkan "lebih banyak kasih sayang, lebih banyak rasa hormat," untuk menjadi "warga negara yang cerdas di masa depan, lebih sadar akan tanggapan dan tanggung jawab mereka sendiri dalam masyarakat yang mencari integritas" (6). Sebagai pengajar mata kuliah sastra pada jenjang sarjana, saya sering melibatkan mahasiswa dalam diskusi karakter atau nilai berdasarkan pilihan sastra.

Namun, kelas sastra khusus yang saya ajar—Sastra Olahraga—tampaknya secara khusus merangsang siswa untuk membaca, berdiskusi, dan merefleksikan sastra. Sastra olahraga mencakup karya apa pun yang isinya berkaitan dengan olahraga. Di kelas kami, kami mempelajari puisi, cerita, novel, film, dan esai biografi tentang olahraga dan tokoh olahraga baik dalam kehidupan nyata maupun fiksi. Para penulis termasuk sastrawan hebat yang diakui seperti Ernest Hemingway, Bernard Malamud, James Dickey, John Updike, Ring Lardner, WR Kinsella, James Thurber, dan William Faulkner; dan jurnalis seperti George Plimpton, Tom Wolfe, dan Roger Kahn. Sangat populer, kelas ini menarik banyak siswa. Bill Russell, pemain bola basket yang hebat, telah mencatat daya tarik universal dari olahraga: "Sejak awal Olimpiade Yunani, para gladiator di stadion Romawi, dan pertandingan suku di Afrika, olahraga telah menarik sesuatu yang mendalam di dalam diri masyarakat" (Plimpton 1992, 411). Salah satu manfaat dari kelas ini adalah antusiasme terhadap sastra yang timbul di kalangan siswa yang biasanya acuh tak acuh atau negatif terhadap mata pelajaran tersebut. Salah satu siswa, misalnya, menulis pada evaluasi mata kuliahnya, "Saya suka olahraga, saya benci sastra. Saya suka sastra olahraga." Siswa lainnya, seorang junior, mengaku telah membaca keseluruhan novel (*The Natural*) untuk pertama kali dalam hidupnya sebagai bagian dari tugas mata kuliah. Pengalaman saya mengajar mata kuliah sastra olahraga tingkat perguruan tinggi telah mengarahkan saya untuk mempertimbangkan nilai pengajaran pendidikan karakter melalui studi sastra olahraga di sekolah menengah dan menengah. Seperti genre lainnya, literatur olahraga memberikan jalan untuk diskusi nilai; terlebih lagi, intensitas dan semangat lapangan atau arena mungkin lebih menarik perhatian sebagian siswa dibandingkan dengan sastra tradisional.

Bruce Emra, seorang guru bahasa Inggris sekolah menengah dan editor antologi literatur olahraga untuk siswa sekolah menengah, berkomentar tentang bagaimana olahraga dapat "menyentuh pengalaman dan nilai [kita]":

Olahraga adalah kehidupan yang dipercepat. Dalam satu atau dua jam siklus kehidupan akan terulang kembali—awal dari sebuah kontes, perjuangan, kemenangan (semuanya terlalu singkat), dan kekalahan. Semua emosi kehidupan muncul dalam olahraga--olahraga adalah mikrokosmos, dunia dalam bentuk mini. Dalam olahraga, kehidupan dikristalisasi dan menjadi intens. (1991, 3)

Sedangkan dalam pengembangan karakter, melalui olah raga banyak generasi muda yang mendapatkan pembelajaran karakter. Seperti yang dikatakan novelis Albert Camus tentang masa kecilnya, "Olahraga adalah pekerjaan utama kita semua, dan terus menjadi milikku untuk waktu yang lama. Di situlah saya mendapatkan satu-satunya pelajaran etika" (Plimpton 1992, 466). Dalam mempertahankan kegemarannya membaca tentang olah raga, Earl Warren, yang menjabat sebagai Ketua Mahkamah Agung, berkomentar, "Saya selalu membuka halaman olah raga terlebih dahulu. Halaman olah raga memberi penghargaan atas pencapaian orang, halaman depan hanya berisi kegagalan manusia" (470 ). Untuk mengilustrasikan bagaimana literatur olahraga dapat digunakan dalam pendidikan karakter, saya akan fokus pada sepuluh unsur untuk menjadi orang yang sukses atau "sangat efektif", yang diperoleh dari *The Seven Habits of Highly Effective People* (1989) karya Stephen Covey dan *Success is a Choice* karya Rick Pitino (1997). Saya akan menyertakan contoh untuk mendukung setiap bahan yang diambil dari literatur olahraga atau dunia olahraga nyata. Artikel Smagorinsky (2000) tentang pengajaran karakter melalui tema sastra menggambarkan unit serupa tentang kesuksesan, yang ia ajarkan di kelas sastra Amerika di sekolah menengah. Mendukung pendekatan konstruksionis, Smagorinsky berbicara tentang melibatkan siswa dalam isu-isu dan dilema moral.

Demikian pula, guru bahasa Inggris dapat menggunakan literatur olahraga untuk mengajarkan unit dengan tema kesuksesan atau pengembangan karakter. Untuk memulainya, seorang guru dapat memperkenalkan siswa pada beberapa bahan untuk sukses yang dibahas oleh Covey dan Pitino, dengan tugas esai lanjutan tentang arti kesuksesan. Pilihan sastra dapat dikelompokkan secara tematis berdasarkan bahan-bahannya, atau guru mungkin membiarkan kualitas-kualitas tersebut muncul melalui diskusi reflektif dan tugas menulis. Untuk merangsang minat dan membantu siswa memahami pilihan tersebut, seorang guru dapat melengkapi literatur dengan contoh-contoh dari budaya olahraga populer. Menetapkan Tujuan Covey (1989) dan Pitino (1997) keduanya menekankan bahwa prasyarat untuk sukses adalah menetapkan tujuan atau impian pribadi. Pitino menggunakan film Rocky (1976) untuk mengilustrasikan karakter yang tanpa henti mengejar tujuannya melalui berjam-jam latihan dan lari pagi pada akhirnya membuahkan hasil dalam pencapaian tujuannya. Pitino mengatakan bahwa yang penting adalah "mengawasi hadiahnya" (63). Film olahraga lainnya, Rudy (1993), sebuah kisah nyata, menggambarkan karakter yang menunjukkan dedikasi total terhadap impian atau tujuannya. Meskipun Rudy bermimpi bermain sepak bola untuk Notre Dame, dia tidak mempunyai ukuran dan nilai yang cukup untuk bermain di perguruan tinggi besar. Sebagai hasil dari kebiasaan belajar yang tekun dan pengorbanan pribadi yang besar, Rudy akhirnya diterima di Notre Dame, bergabung dengan tim sepak bola sebagai walk-on. Meski tergabung dalam tim pramuka, Rudy tak pernah goyah dalam kerja keras, semangat, dan dukungannya terhadap tim. Di pertandingan terakhir tahun terakhirnya, rekan satu timnya sangat terinspirasi oleh dedikasi Rudy sehingga mereka menolak bermain kecuali pelatih setuju untuk membiarkan Rudy bermain dalam permainan tersebut. Saat pertandingan hampir usai, Rudy harus bermain bertahan.

Dia membuat permainan yang luar biasa sehingga rekan satu timnya menggendongnya dari lapangan di bahu mereka, satu-satunya pemain dalam sejarah Notre Dame yang dibawa dari lapangan. Baik Rocky maupun Rudy berani mengejar dan akhirnya mewujudkan impian mereka meski menghadapi rintangan besar. Seorang guru dapat menayangkan video salah satu atau kedua film tersebut untuk menginspirasi siswa dan merangsang refleksi tentang bagaimana karakter mencapai tujuan mereka.

### Respons Proaktif/Berpikir Positif

Covey (1989) menyarankan respons yang proaktif dibandingkan reaktif terhadap lingkungan kita. Yang paling penting, menurut Covey, adalah bagaimana kita merespons pengalaman hidup. Ia mengatakan bahwa orang yang proaktif mengambil inisiatif dan mengambil kendali atas hidup mereka; mereka mengerjakan hal-hal yang bisa mereka lakukan, sedangkan orang reaktif cenderung membuat alasan. Demikian pula, Pitino (1997) menyebutkan sikap positif sebagai elemen penting untuk sukses. Ia percaya bahwa kita harus “bersikap positif” dalam situasi sulit; daripada menyerah dan mencari-cari kesalahan, kita harus menyadari potensi yang ada (85). Santiago, dalam *The Old Man and the Sea* (Hemingway 1952), adalah contoh yang sangat baik dari karakter sastra yang proaktif. Melawan hiu yang melahap ikan besarnya, Santiago menginginkan peralatan yang tidak dibawanya. Namun, dia segera menegur dirinya sendiri, dengan mengatakan, "Sekarang bukan waktunya memikirkan apa yang tidak kamu miliki. Pikirkan apa yang dapat kamu lakukan dengan apa yang kamu miliki" (82).



Kemampuan untuk Belajar dari Kesulitan dan Mengatasinya

Atlet belajar sejak dini bahwa mereka tidak selalu bisa menang, namun mereka bisa dan harus belajar dari kesalahan mereka. Pemain sepak bola, misalnya, harus menanggung pengawasan ketat atas kesalahan yang mereka buat di pertandingan sebelumnya saat menganalisis film pertandingan. Pitino (1997) menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu menghadapi kesulitan, belajar darinya, dan bergerak maju melakukannya melalui tekad, "kerja keras...kepercayaan pada diri mereka sendiri...dan kekuatan karakter" (219). Dunia olahraga dan literatur olahraga penuh dengan contoh orang-orang seperti itu. Dalam *The Natural* (Malamud 1952), Roy Hobbs ditakdirkan untuk menjadi pelempar bola hebat di jurusan tersebut sampai dia tertembak pada usia sembilan belas tahun. Bertahun-tahun kemudian, pada usia tiga puluh empat tahun, dia kembali ke jurusan sebagai pemukul hebat. Dia telah bertahan melewati kesulitannya, naik pangkat di liga bisbol kecil, mengembangkan keahlian lain, dan terus percaya pada dirinya sendiri.

Banyak contoh atlet dunia nyata yang juga berhasil mengatasi kesulitan: Babe Dedrickson Zaharias memenangkan turnamen golf AS Terbuka hanya tiga bulan setelah operasi kanker (Dodge 1980), dan Lance Armstrong memenangkan perlombaan sepeda bergengsi Tour de France setelah berjuang melawan kanker. Pada Daytona 500 tahun 1960, ketika pembalap mobil stok Junior Johnson mendapati bahwa mobil bawaannya lebih lambat dibandingkan beberapa mobil lain dalam balapan tersebut, ia menemukan seni drafting, suatu teknik mengikuti cukup dekat di belakang mobil lain untuk menciptakan ruang hampa yang membawa mobil tersebut. mobil kedua melaju dengan kecepatan lebih cepat. Dengan melakukan drafting, Johnson mampu bertahan di posisi kedua di belakang Bobby Johns, dan ketika Johns terjatuh di akhir balapan, Johnson menang (Plimpton 1992).

Kemampuan untuk Belajar dari Kesulitan dan Mengatasinya

Atlet belajar sejak dini bahwa mereka tidak selalu bisa menang, namun mereka bisa dan harus belajar dari kesalahan mereka. Pemain sepak bola, misalnya, harus menanggung pengawasan ketat atas kesalahan yang mereka buat di pertandingan sebelumnya saat menganalisis film pertandingan. Pitino (1997) menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu menghadapi kesulitan, belajar darinya, dan bergerak maju melakukannya melalui tekad, "kerja keras...kepercayaan pada diri mereka sendiri...dan kekuatan karakter" (219). Dunia olahraga dan literatur olahraga penuh dengan contoh orang-orang seperti itu. Dalam *The Natural* (Malamud 1952), Roy Hobbs ditakdirkan untuk menjadi pelempar bola hebat di jurusan tersebut sampai dia tertembak pada usia sembilan belas tahun. Bertahun-tahun kemudian, pada usia tiga puluh empat tahun, dia kembali ke jurusan sebagai pemukul hebat. Dia telah bertahan melewati kesulitannya, naik pangkat di liga bisbol kecil, mengembangkan keahlian lain, dan terus percaya pada dirinya sendiri.

Banyak contoh atlet dunia nyata yang juga berhasil mengatasi kesulitan: Babe Dedrickson Zaharias memenangkan turnamen golf AS Terbuka hanya tiga bulan setelah operasi kanker (Dodge 1980), dan Lance Armstrong memenangkan perlombaan sepeda bergengsi Tour de France setelah berjuang melawan kanker. Pada Daytona 500 tahun 1960, ketika pembalap mobil stok Junior Johnson mendapati bahwa mobil bawaannya lebih lambat dibandingkan beberapa mobil lain dalam balapan tersebut, ia menemukan seni drafting, suatu teknik mengikuti cukup dekat di belakang mobil lain untuk menciptakan ruang hampa yang membawa mobil tersebut. mobil kedua melaju dengan kecepatan lebih cepat. Dengan melakukan drafting, Johnson mampu bertahan di posisi kedua di belakang Bobby Johns, dan ketika Johns terjatuh di akhir balapan, Johnson menang (Plimpton 1992).



## Keberanian Fisik dan Psikologis

Menurut Kahn, dalam esainya *The Crucial Role Fear Plays in Sports* (Plimpton 1992), atlet menghadapi dua jenis ketakutan: fisik dan emosional. Mereka merasa takut; mereka hanya mengendalikannya lebih baik daripada kebanyakan dari kita. Dalam dua cerita berburu, *The Bear* (1986) karya Faulkner dan *The Short Happy Life of Francis Macomber* (1938) karya Hemingway, karakter belajar mengatasi ketakutan fisik sebagai bagian dari proses pendewasaan mereka. Mungkin yang lebih penting daripada mengatasi ketakutan fisik adalah memiliki keberanian untuk mengatasi ketakutan psikologis, sesuatu yang selalu menjadi tantangan bagi para atlet yang harus menghadapi kemungkinan kegagalan. Mungkin sastra "choke" yang paling terkenal adalah coretan Casey dalam *Casey at the Bat* karya Thayer (Plimpton 1992). Casey mengingatkan kita akan potensi kegagalan yang selalu ada. Para atlet menghadapi tekanan dalam setiap pertandingan; mereka yang sukses, menurut Pitino (1997), sebenarnya belajar untuk berhasil. Siapa yang bisa melupakan detik-detik terakhir karier Michael Jordan, ketika ia mencuri bola dan mencetak gol kemenangan untuk kembali menyegel gelar juara NBA bagi Chicago Bulls? Atlet juga harus belajar mengatasi ejekan. Rudy (Rudy 1993) diejek karena terlalu kecil untuk bermain sepak bola, sementara Santiago (Hemingway 1952) menerima perlakuan serupa karena tidak menangkap ikan selama delapan puluh empat hari. Jackie Robinson dengan berani menanggung ejekan yang dia terima ketika dia memecahkan batasan warna kulit dan menjadi orang Afrika-Amerika pertama yang bermain bisbol liga utama. Dia mendapatkan rasa hormat untuk dirinya sendiri dan memimpin jalan bagi atlet kulit hitam lainnya ketika dia menjadi salah satu pemain terhebat dalam sejarah bisbol.

## Kejujuran dan Fair Play

Covey (1989) percaya bahwa dalam mencapai tujuan kita, kita harus mematuhi prinsip-prinsip universal yaitu kejujuran dan keadilan. Sastra olahraga, seperti halnya sastra tradisional, menawarkan banyak pilihan yang menggambarkan karakter yang bergumul dengan masalah kejujuran. Protagonis dalam dua cerita olahraga menjadi kecewa ketika pahlawan mereka berbuat curang dalam olahraga: ayah joki narator dalam *My Old Man* (Hemingway 1938) dan anggota klub golf dalam *A Caddy's Diary* karya Lardner (Dodge 1980). Kisah terakhir ini juga memaparkan beberapa dimensi kemunafikan yang dapat dieksplorasi oleh siswa. Roy Hobbs mengecewakan pembaca ketika ia menjual diri pada keserakahan dan nafsu (Malamud 1952); terlebih lagi, setelah kehilangan integritasnya, dia mematahkan tongkat sihirnya dan menyerang dengan panji yang dipertaruhkan. Cerita olahraga seperti itu dapat digunakan untuk memfasilitasi diskusi dan refleksi siswa mengenai hakikat dan pentingnya kejujuran dan fair play dalam kehidupan. Guru dapat meminta siswa untuk mempertimbangkan apakah siapa pun yang menang dengan menyontek mendapatkan kemenangan yang sebenarnya.

## Selera Humor/Kemampuan Menertawakan Diri Sendiri

Banyak cerita olahraga yang sangat lucu dan menyindir stereotip yang dapat dikenali, seperti pembuat alasan dalam *Alibi* Ihe karya Lardner dan *Why Professor Waddems Never Broke a Hundred* karya Marquis, dan penipu dalam *The Celebrated lumping Frog of Calaveras County* karya Twain (Plimpton 1992). Dengan cara yang sama, atlet di kehidupan nyata telah menunjukkan kemampuan untuk menertawakan diri sendiri. Ted Williams, yang meremehkan pencapaiannya yang luar biasa dalam bisbol, berkata, "Baseball adalah satu-satunya jenis usaha ketika seseorang dapat berhasil tiga kali berturut-turut dan masih dianggap sebagai pemain yang baik" (468). Pegolf Lee Trevino, yang tersambar petir di lapangan golf, menyarankan bagaimana orang lain bisa menghindari nasibnya, "Angkat satu besi dan berjalanlah. Bahkan Tuhan tidak bisa memukul satu besi" (472). Asyik untuk dibaca, cerita dan anekdot lucu tersebut menggambarkan betapa humor bisa menjadi aset dalam hidup. Ini bisa menjadi mekanisme penanggulangan saat kita belajar menertawakan keadaan atau kesalahan kita sendiri.

## Kesimpulan

Menyediakan permadani kaya yang sama untuk analisis masalah karakter dan moral seperti sastra tradisional, cerita, puisi, novel, film, dan nonfiksi yang berkaitan dengan daya tarik olahraga bagi siswa yang biasanya tidak merespons sastra secara positif. Karena sastra olahraga berkaitan dengan minat mereka, siswa dapat terlibat dalam membaca, berdiskusi, dan menulis tentang karakter dan situasi. Literatur semacam itu tidak hanya dapat meningkatkan kurikulum seni bahasa Inggris tradisional, namun yang lebih penting, dapat memberikan forum yang sangat baik untuk mempertimbangkan isu-isu moral dan dilema serta sifat-sifat karakter yang mengarah pada kesuksesan pribadi. Sebuah unit mengenai kesuksesan dan pembangunan karakter mungkin berakhir dengan mempertimbangkan kembali apa arti kesuksesan. Apakah itu menghasilkan banyak uang? Apakah itu kemenangan atau ketenaran? Mungkin setelah membaca dan merenungkan literatur olahraga, siswa akan menganggap kesuksesan lebih sebagai pencapaian tujuan pribadi, harga diri, dan keberanian. Dengan standar tersebut baik Rudy dan Santiago sukses. Kesuksesan tidak bisa diukur dari hasil, melainkan dari risiko yang diambil, keberanian, ketekunan, kemenangan atas kesulitan, dan perjuangan untuk mencapai kemenangan pribadi dengan bermartabat dan bangga. Seperti yang dikatakan pendiri Olimpiade modern, Baron Pierre de Coubertin, Yang penting dalam Olimpiade bukanlah kemenangannya, melainkan perjuangannya. Yang penting bukanlah kemenangan, tapi pertarungan yang baik. Menyebarkan ajaran-ajaran ini berarti membangun umat manusia yang lebih kuat dan lebih gagah berani, dan yang terpenting, lebih teliti dan lebih ramah. (Plimpton 1992, 469)

## Strategi untuk Membangun Karakter

Anak-anak merupakan 25 persen dari populasi namun 100 persen masa depan. Jika kita ingin memperbarui masyarakat, kita harus melahirkan generasi anak-anak yang memiliki karakter moral yang kuat.

Dan jika kita ingin melakukan hal tersebut, kita mempunyai dua tanggung jawab: pertama, memberikan teladan karakter yang baik dalam kehidupan kita, dan kedua, dengan sengaja memupuk pengembangan karakter pada generasi muda kita.

Thomas Lickona, *Karakter Penting* (2004)

Pendidikan karakter adalah inisiatif pendidikan yang berkembang yang mendukung perkembangan sosial, emosional, dan etika siswa. Cara terbaik untuk mengajarkan karakter adalah dengan memberikan siswa kesempatan untuk menerapkan konsep-konsep tersebut dalam situasi kehidupan nyata, dan banyak peluang seperti itu ada dalam pendidikan jasmani. Memang benar, sebagian besar karakter yang ingin kami tanamkan pada siswa dan atlet kami dapat diatasi dengan membantu mereka belajar menjadi rekan satu tim yang suportif dan menghormati pesaing.

Pendidikan karakter dan kecerdasan emosional berjalan beriringan. Pilar pendidikan karakter adalah sifat-sifat seperti dapat dipercaya, peduli, hormat, tanggung jawab, adil, empati, dan kewarganegaraan yang baik. Kecerdasan emosional, pada gilirannya, melibatkan kesadaran akan bagaimana emosi mendorong perilaku seseorang dan perilaku orang lain. Reaksi kita terhadap emosi tersebut, baik positif atau negatif, menentukan seberapa cerdas kita secara emosional. Misalnya, apakah kita menanggapi situasi negatif dengan kesabaran dan optimisme, atau apakah kita menanggapi dengan kemarahan dan frustrasi

Hubungan antara kecerdasan emosional dan pendidikan karakter terletak pada pengajaran siswa untuk menyadari emosi mereka dan merespons dengan cara yang konstruktif. Dengan mengembangkan karakter positif berupa pengendalian diri, ketekunan, kesabaran, dan kasih sayang, siswa dibekali dengan keterampilan yang diperlukan untuk menang dengan bermartabat dan kalah dengan bangga. Dengan mengembangkan sifat-sifat seperti optimisme dan kesadaran diri, mereka menyadari bahwa kesalahan memberikan peluang untuk belajar dan berkembang. Dan dengan mengembangkan penerimaan, kasih sayang, dan toleransi, mereka mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan untuk bertindak sebagai rekan satu tim yang suportif dan menghormati pesaing.

Dengan cara-cara ini dan lebih banyak lagi, pendidikan jasmani dan olahraga menawarkan platform yang luar biasa untuk secara kreatif mengintegrasikan keterampilan-keterampilan ini dengan cara yang mendorong hidup sehat—secara fisik, sosial, dan emosional.

Bab ini mencakup alat dan istilah pembentukan karakter berikut:

- Fokus pada kata-kata
- Skenario refleksi
- Klip video
- Ucapan inspiratif
- Lagu Bercerita



## KATA FOKUS

Bekerja dengan kata-kata fokus, seperti integritas, kebanggaan, Dan kegigihan, memungkinkan siswa mengkonstruksi makna istilah dan konsep yang penting untuk mengembangkan karakter yang baik. Contoh kata-kata fokus yang mewakili sifat-sifat karakter positif dapat ditemukan di sumber web buku untuk bab ini. Sumber daya ini juga menyediakan petunjuk diskusi untuk memperdalam pemahaman dan memungkinkan siswa menghubungkan kata-kata tersebut dengan kehidupan mereka sendiri.

Soroti kata-kata fokus yang dipilih dalam diskusi kelas dan tempelkan di gym. Sangat ampuh untuk mengisi dinding gym dengan poster-poster yang dibuat oleh siswa yang mewakili makna dan contoh yang mereka hasilkan. Melihat hasil karya mereka di dinding membantu siswa merasa diberdayakan dan mengembangkan rasa memiliki terhadap pembelajaran mereka.

Tentu saja diskusi panjang tidak bisa dilakukan pada setiap periode kelas, karena pendidikan jasmani merupakan kelas yang berbasis aktivitas. Namun, Anda dapat memperkenalkan kata fokus baru setiap minggu atau dua bulan sekali, kemudian mendiskusikannya dengan kelas, dan pendekatan ini akan sangat membantu dalam membangun karakter generasi muda. Jika Anda merasa tidak bisa meluangkan waktu untuk berdiskusi di kelas pendidikan jasmani, mungkin bisa

## Klip video

Klip video yang dipilih dengan baik dapat memberikan siswa visual yang kuat dan contoh nyata dari karakter yang ingin Anda ajarkan. Telusuri web untuk materi video bermanfaat dari sumber seperti Values.com (dari Foundation for a Better Life), “On the Road With Steve Hartman” (segmen berulang di Berita Malam CBS), dan Berita ABC “Fitur Amerika Kuat”. Banyak orang yang ditampilkan dalam video ini adalah anak-anak, sehingga membantu memperkuat hubungan siswa. Klip-klip tersebut sering kali hanya berdurasi sekitar satu menit, namun menyajikan cerita bermakna yang menunjukkan ciri-ciri karakter positif. Oleh karena itu, memungkinkan siswa memperdalam pemahamannya dengan melihat seperti apa konsep itu, rasanya, dan bunyinya. Video-video ini juga cenderung menimbulkan emosi, dan penelitian menunjukkan bahwa menghubungkan pembelajaran dengan emosi membantu siswa mempertahankan konten.



## SKENARIO REFLEKSI

Skenario refleksi memungkinkan Anda mengambil pendekatan proaktif untuk membantu siswa menangani konflik. Dengan membangun cara untuk menangani skenario ini, siswa lebih siap untuk bekerjasama positif melaluisituasi sulit.

Berikan kepada kelas skenario refleksi singkat yang berkaitan dengan kata fokus yang dipilih. Sangat mudah untuk membuat skenario refleksi Anda sendiri untuk mencakup dilema atau situasi apa pun yang mungkin dihadapi siswa Anda. Pendekatan ini dapat menghasilkan diskusi hebat dan momen pembelajaran di kelas Anda.

Berikut beberapa tip untuk mengintegrasikan skenario refleksi ke dalam kelas Anda:

- Gunakan strategi yang sama seperti yang disarankan untuk menyajikan kata-kata fokus.
- Berikan setiap tim salinan skenario tertentu untuk didiskusikan. Mintalah siswa untuk mengidentifikasi setidaknya dua kata fokus yang relevan dengan skenario.
- Anda juga dapat membiarkan setiap tim membaca skenario dan kemudian membuat pertanyaan untuk diajukan kepada teman sekelasnya.
- Memberikan skenario berbeda kepada tim untuk dibaca dan didiskusikan, mengidentifikasi kata-kata fokus yang relevan, dan menjelaskan kepada kelas mengapa mereka memilih kata-kata tersebut.

**Kebaikan, akal, integritas, dapat diandalkan**

Cora dan Rachel ada ujian matematika besar besok. Ketika Cora sampai di rumah, dia menyadaribahwa dia meninggalkan buku matematikanya di lokernya. Dia mulai panik tetapi kemudianmenyadari bahwa Rachel mungkin mengingatnya. Dia menelepon Rachel, menjelaskan apa yang terjadi, dan bertanya apakah dia boleh meminjam buku Rachel setelah dia selesai belajar.Rachel berkata, “Tentu saja bisa! Atau bagaimanakalau aku membawanya sekarang dan kita bisa belajar bersama?” Daripadaharus mencari-cari alasan, Cora mencari cara untukmenyelesaikan pekerjaannya. Hasilnya,dia merasa lega—dan bahagia karena bisa mengandalkan temannya, Rachel.

**Pertanyaan Refleksi**

- Daripada membuat alasan, apa yang dilakukanCora?
- Ciri-ciri karakter apa saja yang ditunjukkan dalam cerita ini?
- Menurut Anda bagaimana perasaanCora ketika Rachel menawarkan untuk belajar bersamanya?
- Apakah menurutAnda orang-orang tahu bahwa mereka dapat mengandalkan Anda? Bagaimana perasaanAnda tentang hal itu ?

## Bocah di Desa Masai Kreatif Menyelamatkan Ternak Ayahnya

Inisiatif, akal, integritas, toleransi

Kunjungi Ted.com dan cari TED Talks oleh Richard Turere yang berjudul “Penemuan Saya yang Berdamai dengan Singa.” Ini adalah kisah hebat tentang seorang anak laki-laki dan sebuah dilema. Mainkan ceramah tujuh menit untuk siswa Anda, lalu ajukan pertanyaan berikut.

### Pertanyaan Refleksi

- Apa masalah atau dilema Richard?
- Apa sajakah karakter Richard?
- Apa pendapat Anda tentang cara Richard menangani masalahnya?
- Menurut Anda bagaimana perasaan Richard ketika penemuannya mengusir singa?
- Bagaimana Anda atau rekan satu tim Anda dapat menunjukkan inisiatif ketika mempersiapkan sebuah pertandingan?
- Banyak orang memilih untuk membunuh singa saja. Bagaimana rencana Richard menunjukkan toleransi?
- Jika Anda berpartisipasi dalam suatu olahraga namun tidak memiliki arahan di luar musim, bagaimana Anda dapat mengambil inisiatif dan memiliki banyak akal untuk memastikan bahwa Anda terus berkembang?

## Menghentikan Penindas

Keberanian, inisiatif, integritas, kebaikan

Ini hari pertama Bobby di sekolah baru. Saat dia berjalan menuju lokernya, dia melihat beberapa siswa yang lebih tua menggangu siswa yang lebih muda dan lebih kecil—menjatuhkan bukunya dan mengancamakan menguncinya di loker. Bobby tidak suka penindas, dan pemikiran pertamanya adalah segera memberi tahu gurunya, namun pemikiran kedua adalah menghindari keterlibatan.

Namun, dia merasa bahwa dia harus membantu siswa yang ditindas itu, jadi dia berjalan mendekat dan berkata, “Tolong tinggalkan dia sendiri.” Bobby kemudian membantuanak laki-laki itu mengambil bukunya dan memastikan dia sampai ke kelas.

### Pertanyaan Refleksi

- Apa pendapat Anda tentang tindakan Bobby? Bagaimana Anda menangani situasi ini?
  - Apa saja ciri-ciri karakter yang ditunjukkan oleh Bobby?
  - Apakah pelaku intimidasi mempunyai keberanian yang besar? Mengapa mereka menindas orang lain?
- Tiga pertanyaan berikutnya tidak perlu dijawab dengan lantang; pikirkan saja jawabannya.
- Pernahkah Anda menindas seseorang? Bagaimana perasaan Anda?
  - Pernahkah Anda diintimidasi? Bagaimana perasaan Anda?
  - Apa saja jenis penindasan yang berbeda?

## Latihan Perkemahan

### Kecerdasan, inisiatif, disiplin

Carlos telah memutuskan untuk bermain sepak bola di sekolah menengahnya, dan dia merasa bersemangat untuk memulai program latihan di YMCA. Setelah dua minggu pertama program ini, dia menjadi lebih bersemangat dari sebelumnya dan juga merasa sangat siap untuk memulaimusim. Kemudian, pada minggu ketiga, ayah Carlos memberitahunya bahwa keluarganya akan berangkat berkemah dalam dua hari. Carlos ingin melakukan perjalanan tetapi tidak mau ketinggalan program latihannya. Dia tahu pasti ada cara untuk mengatasi masalah ini. Setelah memikirkannya, dia meminta ayahnya untuk mengizinkan dia berolahraga dalam perjalanan berkemah selama dua jam per hari, dan ayahnya setuju.

Saat mereka tiba di lokasi perkemahan, Carlos mengumpulkan barang-barang dari hutan yang bisa dia gunakan untuk tetap bugar. Dia melakukan jongkoknya dengan batang kayu. Alih-alih melakukan bench press, ia melakukan chest fly dengan dua potong kayu bakar. Dia juga menemukan dahan pohon yang cukup besar untuk menahannya saat melakukan pull-up, melakukan sit-up sambil memegang batu yang cukup besar di dadanya, dan menemukan bukit untuk melakukan sprint miring. Setelah berolahraga, alih-alih mandi air hangat di Y, dia malah berenang di danau sebelah perkemahan. Carlos menikmati perjalanan berkemah dan terus menjaga kebugaran tubuhnya untuk bermain sepak bola.

### Pertanyaan Refleksi

- Apa saja ciri-ciri karakter Carlos?
- Pernahkah Anda menghadapi situasi di mana Anda harus mencari cara cerdas untuk mengatasi suatu masalah? Berikan deskripsi singkat.

- Apakah Anda akan ikut berkemah? Bagaimana Anda menangani situasi ini?
- Bagaimana Carlos menunjukkan disiplin dan komitmen?

### Melayani Komunitas

Kewarganegaraan, pelayanan, kebaikan, kemurahan hati, inisiatif

Pelatih bola basket Maria memberi tahu tim bahwa mereka akan melakukan beberapa proyek pembelajaran pengabdian selama musim ini. Maria tidak senang dengan hal itu dan tidak mengerti maksudnya. Kegiatan pertama adalah menyajikan makanan di tempat penampungan setempat bagi para tunawisma. Pekerjaan pertama Maria adalah menyajikan sepiring makanan kepada orang-orang di meja. Orang-orang yang dia layani sangat ramah dan menghargai usahanya sehingga dia merasa tidak enak karena tidak mau datang. Setelah itu, Maria merasa nyaman dengan dirinya sendiri dan bagaimana dia membantu orang lain. Dia mendapati dirinya bersemangat untuk proyek berikutnya, yang melibatkan trik-or-treat untuk makanan kaleng. Karena pengalaman tersebut, Maria menyadari pentingnya dan bermanfaat untuk melayani masyarakat. Oleh karena itu, dia berencana mencari cara untuk melakukan hal tersebut bahkan setelah musim berakhir.

### Pertanyaan Refleksi

- Karakter apa saja yang ditunjukkan oleh Maria?
- Bagaimana perasaan Maria setelah mengabdikan pada komunitasnya?
- Apakah ada proyek komunitas yang Anda sukai untuk berpartisipasi?
- Menurut Anda mengapa Maria ingin terus melayani komunitasnya?
- Apa saja cara lain untuk menjadi warga negara yang baik?

## RINGKASAN

Kita tidak dapat berasumsi bahwa siswa datang kepada kita dengan karakter positif yang kuat. Kita juga tidak bisa menghukum siswa karena menunjukkan perilaku negatif tanpa mengajari mereka cara yang lebih baik. Perilaku yang diinginkan harus diajarkan. Jika Anda mengintegrasikan konsep-konsep yang disajikan dalam bab ini ke dalam rencana pelajaran Anda, Anda akan melihat perbedaan besar dalam perilaku individu siswa Anda, keterampilan kerja tim, dan kecintaan terhadap kebugaran fisik. Berhati-hatilah dalam mengajarkan sifat-sifat karakter yang berharga. Berikan contoh karakter yang kuat dan secara konsisten mencerminkan dan memperkuat perilaku positif. Jika Anda melakukan hal-hal ini, Anda sudah siap untuk membangun individu yang sehat dengan karakter moral yang kuat. Tidak ada disiplin ilmu lain di sekolah yang menyediakan platform yang sangat baik untuk mempersiapkan siswa dan atlet menjalani kehidupan yang sukses, aktif, dan sehat.