

FILSAFAT PENDIDIKAN JASMANI SEBAGAI LANDASAN PENGEMBANGAN PENDIDIKAN HOLISTIK DI SEKOLAH: STUDI LITERATUR

Alvin Pahlevi Siregar¹, Dicky Hardiansyah², Chrisna Pradifta Hadi³, Daffa Mulia
Akbar⁴, Ahmad Nur Siregar⁵, Nurkadri⁶

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan Kesehatan,
Universitas Negeri Medan

1alvinpahlevi011@gmail.com, 2dickyhardiansyah577@gmail.com,

3chrisnapradiftahadi@gmail.com, 4daffamuliaa@gmail.com,

5ahmadnursiregar71@gmail.com, [6 nurkadri@unimed.ac.id](mailto:6nurkadri@unimed.ac.id)

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji filsafat pendidikan jasmani sebagai landasan pengembangan pendidikan holistik di sekolah melalui studi literatur dari berbagai jurnal nasional dan internasional dalam kurun waktu 2016–2026. Metode penelitian yang digunakan adalah studi literatur dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Data diperoleh melalui pengumpulan berbagai artikel ilmiah yang relevan dengan tema filsafat pendidikan jasmani dan pendidikan holistik. Hasil kajian menunjukkan bahwa pendidikan jasmani tidak hanya berperan dalam meningkatkan kemampuan fisik peserta didik, tetapi juga berkontribusi dalam pengembangan aspek mental, emosional, sosial, moral, dan karakter. Pendidikan jasmani juga menjadi sarana pembelajaran yang mampu menciptakan keseimbangan perkembangan peserta didik secara menyeluruh melalui aktivitas gerak, kerja sama, disiplin, dan sportivitas. Selain itu, pendekatan filosofis dalam pendidikan jasmani dinilai relevan untuk diterapkan dalam sistem pendidikan modern karena dapat mendukung terciptanya pembelajaran yang lebih humanis dan berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik secara holistik. Oleh karena itu, filsafat pendidikan jasmani perlu terus dikembangkan sebagai bagian penting dalam mewujudkan pendidikan yang sehat, aktif, dan berkarakter di sekolah.

Kata Kunci: filsafat pendidikan jasmani, pendidikan holistik, pendidikan karakter, pembelajaran, studi literatur

ABSTRACT

This study aims to examine the philosophy of physical education as a foundation for the development of holistic education in schools through a literature review of various national and international journals published between 2016 and 2026. The research method used is a literature study with a qualitative descriptive approach. The data were collected from various scientific articles relevant to the topics of physical education philosophy and holistic education. The results of the study indicate that physical education not only plays a role in improving students' physical abilities but also contributes to the development of mental, emotional, social, moral, and character aspects. Physical education also serves as a learning medium that creates balanced student development through physical activities, cooperation, discipline, and sportsmanship. Furthermore, the philosophical approach in physical

education is considered relevant for implementation in modern education systems because it supports more humanistic learning oriented toward the holistic development of students' potential. Therefore, the philosophy of physical education needs to be continuously developed as an essential component in creating healthy, active, and character-based education in schools.

Keywords: *philosophy of physical education, holistic education, character education, learning, literature study*

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani pada hakikatnya tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan fisik peserta didik, tetapi juga memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan manusia secara menyeluruh. Dalam proses pembelajaran, pendidikan jasmani menjadi sarana untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, sosial, emosional, dan moral peserta didik melalui aktivitas gerak yang terencana. Namun, dalam praktik pendidikan modern saat ini, pembelajaran di sekolah masih sering menempatkan pencapaian akademik sebagai fokus utama sehingga pengembangan karakter, kesehatan mental, serta kemampuan sosial peserta didik belum mendapatkan perhatian yang seimbang. Kondisi tersebut menyebabkan pendidikan sering kali kehilangan makna holistiknya sebagai proses pembentukan manusia secara utuh.

Oleh karena itu, filsafat pendidikan jasmani menjadi penting untuk dikaji karena mampu memberikan dasar pemikiran mengenai pentingnya keseimbangan antara perkembangan jasmani dan rohani dalam dunia pendidikan. Menurut Yulianto, Marsuna, dan Azizah (2025), pendidikan jasmani memiliki peran fundamental dalam mendukung perkembangan individu secara holistik melalui integrasi aspek fisik, mental, dan sosial peserta didik. Selain itu, pendekatan filosofis dalam pendidikan jasmani juga mampu membantu pengembangan kurikulum yang lebih relevan dan responsif terhadap kebutuhan peserta didik di era modern.

Konsep pendidikan holistik sendiri muncul sebagai jawaban atas kebutuhan pendidikan yang tidak hanya menekankan kecerdasan intelektual, tetapi juga memperhatikan pembentukan karakter, spiritualitas, emosi, dan keterampilan sosial

peserta didik. Pendidikan holistik memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki keterkaitan antara pikiran, tubuh, dan jiwa sehingga proses pendidikan harus mampu mengembangkan seluruh potensi tersebut secara seimbang. Dalam konteks pendidikan jasmani, aktivitas fisik bukan sekadar kegiatan olahraga, tetapi menjadi media pendidikan yang dapat menanamkan nilai disiplin, kerja sama, tanggung jawab, sportivitas, dan rasa percaya diri. Aswar, Farrel, Putra, dan Carsiwan (2024) menjelaskan bahwa pendekatan filosofis dalam pendidikan jasmani holistik menekankan pentingnya integrasi aspek fisik, kognitif, dan afektif dalam proses pembelajaran sehingga peserta didik dapat berkembang secara lebih optimal. Selain itu, penelitian Maghfiroh dan Akhyak (2024) juga menunjukkan bahwa pendidikan holistik menjadi pendekatan penting dalam pengembangan pendidikan modern karena mampu menghubungkan dimensi sosial, emosional, spiritual, dan moral dalam pembelajaran.

Perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup masyarakat

modern juga menjadi tantangan tersendiri bagi dunia pendidikan, khususnya pendidikan jasmani. Saat ini, banyak peserta didik lebih aktif menggunakan teknologi digital dibanding melakukan aktivitas fisik secara langsung. Hal tersebut berdampak pada menurunnya tingkat aktivitas gerak, interaksi sosial, dan kesehatan peserta didik. Di sisi lain, sekolah dituntut untuk mampu menciptakan sistem pendidikan yang tidak hanya menghasilkan siswa cerdas secara akademik, tetapi juga sehat, aktif, kreatif, dan memiliki karakter yang baik. Oleh sebab itu, penguatan filsafat pendidikan jasmani sebagai landasan pendidikan holistik menjadi semakin relevan untuk diterapkan di sekolah. Pendidikan jasmani dapat menjadi media pembelajaran yang mampu menghubungkan aspek fisik, mental, emosional, dan sosial peserta didik secara terpadu. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji filsafat pendidikan jasmani sebagai landasan pengembangan pendidikan holistik di sekolah melalui studi literatur dari berbagai jurnal nasional dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir sehingga diharapkan dapat memberikan pemahaman

mengenai pentingnya pendidikan jasmani dalam membentuk manusia yang sehat, aktif, dan berkarakter.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (literature review) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode ini digunakan untuk mengkaji dan menganalisis berbagai sumber ilmiah yang berkaitan dengan filsafat pendidikan jasmani dan pengembangan pendidikan holistik di sekolah. Data penelitian diperoleh dari jurnal nasional terakreditasi SINTA dan beberapa jurnal internasional yang relevan serta dapat diakses secara daring. Sumber literatur yang digunakan merupakan publikasi dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, yaitu tahun 2016–2026, sehingga informasi yang diperoleh lebih aktual dan sesuai dengan perkembangan pendidikan modern. Proses pencarian jurnal dilakukan melalui database seperti Google Scholar, Garuda, dan portal jurnal perguruan tinggi dengan menggunakan kata kunci “filsafat pendidikan jasmani”, “pendidikan holistik”, “physical education philosophy”, dan “holistic education”.

Literatur yang dipilih merupakan artikel yang memiliki keterkaitan langsung dengan tujuan penelitian serta membahas konsep, peran, dan implementasi pendidikan jasmani dalam pengembangan peserta didik secara holistik.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu pengumpulan literatur, seleksi jurnal, membaca isi artikel secara mendalam, kemudian mengidentifikasi dan mengelompokkan informasi berdasarkan tema penelitian. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan analisis isi (content analysis) untuk menemukan persamaan, perbedaan, serta keterkaitan antara hasil penelitian terdahulu mengenai filsafat pendidikan jasmani dan pendidikan holistik. Selanjutnya, hasil analisis disusun secara sistematis untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pentingnya filsafat pendidikan jasmani sebagai landasan dalam membentuk perkembangan fisik, mental, emosional, sosial, dan karakter peserta didik di sekolah. Dengan menggunakan metode studi literatur, penelitian ini diharapkan mampu

memberikan gambaran teoritis yang mendalam serta menjadi referensi bagi pengembangan pendidikan jasmani yang lebih holistik di dunia pendidikan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil kajian literatur dari berbagai jurnal nasional dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir, ditemukan bahwa filsafat pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pengembangan pendidikan holistik di sekolah. Pendidikan jasmani tidak lagi dipandang hanya sebagai aktivitas olahraga atau pembelajaran fisik semata, tetapi telah berkembang menjadi bagian dari proses pendidikan yang mampu membentuk karakter, kemampuan sosial, kesehatan mental, dan perkembangan emosional peserta didik. Selain itu, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa pendekatan filosofis dalam pendidikan jasmani dapat membantu menciptakan proses pembelajaran yang lebih manusiawi, aktif, dan berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik secara menyeluruh. Adapun hasil dan pembahasan dalam penelitian ini

disusun berdasarkan beberapa aspek penting yang berkaitan dengan filsafat pendidikan jasmani dan pendidikan holistik di sekolah.

1. Hakikat Filsafat Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan Modern

Filsafat pendidikan jasmani memandang manusia sebagai satu kesatuan utuh antara tubuh, pikiran, emosi, dan sosial. Oleh karena itu, pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan meningkatkan kemampuan gerak atau kebugaran tubuh, tetapi juga berfungsi sebagai media pembentukan karakter dan pengembangan kepribadian peserta didik. Dalam proses pembelajaran, aktivitas fisik mampu membantu siswa belajar mengenai disiplin, tanggung jawab, kerja sama, hingga kemampuan mengendalikan emosi. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki nilai pendidikan yang lebih luas dibanding sekadar aktivitas olahraga di sekolah. Menurut penelitian oleh Bangun (2019), pendidikan jasmani memiliki kontribusi besar dalam membentuk kualitas manusia melalui pengembangan aspek fisik, mental,

emosional, dan sosial secara terpadu. Pendekatan filosofis dalam pendidikan jasmani juga menjadikan proses pembelajaran lebih bermakna karena siswa tidak hanya belajar gerak, tetapi juga belajar nilai kehidupan melalui pengalaman langsung di lapangan.

2. Pendidikan Jasmani sebagai Pendukung Pendidikan Holistik

Konsep pendidikan holistik menekankan bahwa pendidikan harus mampu mengembangkan seluruh potensi peserta didik secara seimbang. Dalam hal ini, pendidikan jasmani menjadi salah satu mata pelajaran yang memiliki peran strategis karena melibatkan aktivitas fisik, interaksi sosial, kemampuan berpikir, dan pengelolaan emosi secara bersamaan. Melalui permainan, olahraga, maupun aktivitas gerak lainnya, siswa dapat belajar bekerja sama, menghargai orang lain, serta membangun rasa percaya diri. Pendidikan jasmani juga memberikan pengalaman belajar yang lebih aktif dan menyenangkan sehingga mampu membantu perkembangan psikologis peserta

didik. Penelitian yang dilakukan oleh Mustaqim dan Wahyudi (2022) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani berbasis holistik mampu meningkatkan keseimbangan perkembangan siswa baik dari aspek jasmani, intelektual, emosional, maupun sosial. Selain itu, pendekatan holistik dalam pendidikan jasmani dinilai mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan humanis bagi peserta didik.

3. Peran Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik

Salah satu nilai penting dalam filsafat pendidikan jasmani adalah pembentukan karakter. Aktivitas olahraga dan permainan yang dilakukan dalam pembelajaran dapat menjadi sarana untuk menanamkan nilai-nilai positif seperti sportivitas, disiplin, kejujuran, kerja keras, dan tanggung jawab. Dalam kegiatan pembelajaran, siswa diajarkan untuk menghargai aturan permainan, menerima kemenangan maupun kekalahan, serta menjaga hubungan sosial dengan teman sebaya. Nilai-nilai tersebut sangat penting dalam membentuk karakter peserta didik di

era modern yang penuh dengan tantangan sosial dan perkembangan teknologi. Penelitian oleh Nugraha dan Kanca (2021) menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki pengaruh positif terhadap pembentukan karakter siswa melalui aktivitas pembelajaran yang melibatkan kerja sama dan pengendalian diri. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat menjadi media pendidikan karakter yang efektif apabila diterapkan secara tepat dan terarah di sekolah.

4. Tantangan Pendidikan Jasmani di Era Digital

Perkembangan teknologi digital membawa perubahan besar terhadap pola hidup peserta didik, termasuk menurunnya aktivitas fisik dan meningkatnya ketergantungan terhadap perangkat elektronik. Banyak siswa lebih memilih bermain gawai dibanding melakukan aktivitas olahraga atau permainan fisik bersama teman-temannya. Kondisi tersebut dapat berdampak pada kesehatan fisik, kemampuan sosial, bahkan kesehatan mental peserta didik. Oleh sebab itu, pendidikan jasmani memiliki tantangan besar

untuk tetap relevan dan menarik di tengah perkembangan teknologi modern. Menurut penelitian oleh Suryadi dan Prakoso (2023), guru pendidikan jasmani perlu mengembangkan metode pembelajaran yang inovatif agar siswa tetap aktif bergerak dan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Pendekatan pembelajaran yang kreatif dan berbasis pengalaman dianggap mampu membantu siswa memahami pentingnya aktivitas fisik bagi kehidupan sehari-hari.

5. Implementasi Pendidikan Jasmani Holistik di Sekolah

Implementasi pendidikan jasmani holistik di sekolah dapat dilakukan melalui pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada keterampilan olahraga, tetapi juga memperhatikan perkembangan emosional, sosial, dan moral peserta didik. Guru memiliki peran penting dalam menciptakan suasana belajar yang mendukung kerja sama, komunikasi, dan pembentukan karakter siswa. Selain itu, pemilihan model pembelajaran yang aktif dan menyenangkan juga dapat membantu siswa lebih antusias mengikuti kegiatan pendidikan

jasmani. Penelitian oleh Rahmawati dan Hidayat (2020) menjelaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani berbasis holistik mampu meningkatkan partisipasi siswa, kemampuan sosial, dan rasa percaya diri dalam proses belajar. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki potensi besar dalam mendukung tujuan pendidikan nasional untuk membentuk manusia yang sehat, aktif, kreatif, dan berkarakter.

6. Relevansi Filsafat Pendidikan Jasmani terhadap Kurikulum Pendidikan

Dalam kurikulum pendidikan modern, pendidikan jasmani memiliki posisi penting karena mendukung pembentukan kompetensi peserta didik secara menyeluruh. Filsafat pendidikan jasmani menekankan bahwa proses pendidikan harus memperhatikan keseimbangan antara perkembangan fisik, mental, dan sosial siswa. Oleh karena itu, pendidikan jasmani tidak seharusnya dipandang sebagai mata pelajaran pelengkap, melainkan bagian penting dari proses pendidikan di sekolah. Penelitian oleh Prasetyo dan Rifki

(2024) menunjukkan bahwa pendidikan jasmani yang diterapkan berdasarkan pendekatan filosofis dan holistik mampu membantu siswa menjadi lebih aktif, sehat, disiplin, dan mampu berinteraksi sosial dengan baik. Dengan demikian, penerapan filsafat pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah menjadi langkah penting dalam menciptakan pendidikan yang lebih manusiawi dan berorientasi pada pengembangan potensi peserta didik secara utuh.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa filsafat pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting sebagai landasan dalam pengembangan pendidikan holistik di sekolah. Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada peningkatan kemampuan fisik peserta didik, tetapi juga berkontribusi dalam mengembangkan aspek mental, emosional, sosial, moral, dan karakter secara menyeluruh. Melalui aktivitas pembelajaran yang melibatkan gerak, kerja sama, disiplin, dan sportivitas, pendidikan jasmani mampu menjadi media pendidikan yang membantu

peserta didik berkembang menjadi individu yang sehat, aktif, bertanggung jawab, dan mampu berinteraksi dengan lingkungan sosialnya secara baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki nilai pendidikan yang luas dan relevan dengan tujuan pendidikan modern.

Selain itu, hasil kajian juga menunjukkan bahwa konsep pendidikan holistik sangat sesuai diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena mampu menciptakan keseimbangan antara perkembangan jasmani dan rohani peserta didik. Di tengah perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup modern yang menyebabkan menurunnya aktivitas fisik siswa, pendidikan jasmani menjadi salah satu solusi penting dalam menjaga kesehatan sekaligus membentuk karakter peserta didik. Oleh sebab itu, penerapan filsafat pendidikan jasmani dalam kurikulum dan proses pembelajaran di sekolah perlu terus dikembangkan melalui pendekatan yang inovatif, humanis, dan berorientasi pada kebutuhan peserta didik. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat menjadi

bagian penting dalam menciptakan sistem pendidikan yang tidak hanya menghasilkan siswa yang cerdas secara akademik, tetapi juga sehat, berkarakter, dan berkembang secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, S. Y. (2019). Peran pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter dan pengembangan aspek holistik peserta didik. *Journal of Physical Education and Sports*, 8(2), 120–128.
- Maghfiroh, N., & Akhyak. (2024). Pendidikan holistik dalam pengembangan pembelajaran modern di sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 9(1), 45–56.
- Mustaqim, A., & Wahyudi, D. (2022). Pendekatan pendidikan jasmani berbasis holistik terhadap perkembangan peserta didik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 33–42.
- Nugraha, I. P., & Kanca, I. N. (2021). Pengaruh pendidikan jasmani terhadap pembentukan

- karakter siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 10(3), 88–97.
- Prasetyo, R., & Rifki, M. (2024). Implementasi filsafat pendidikan jasmani dalam kurikulum pendidikan modern. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 13(1), 55–66.
- Rahmawati, D., & Hidayat, T. (2020). Pembelajaran pendidikan jasmani berbasis holistik dalam meningkatkan kemampuan sosial siswa. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 4(2), 101–110.
- Suryadi, A., & Prakoso, B. (2023). Tantangan pendidikan jasmani di era digital terhadap aktivitas fisik peserta didik. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 11(2), 75–84.
- Yulianto, R., Marsuna, M., & Azizah, N. (2025). Filsafat pendidikan jasmani dalam pengembangan pendidikan holistik di sekolah. *Marathon: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 4(1), 15–27.
- Aswar, M., Farrel, A., Putra, D., & Carsiwan, C. (2024). Pendekatan filosofis pendidikan jasmani dalam pembelajaran holistik peserta didik. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(1), 20–31.