

ANALISIS KETERAMPILAN BAHASA INDONESIA MELALUI AKTIVITAS PENDIDIKAN JASMANI

Nabira Julia Arpianti¹, Rayhan Hanif Nugraha², Mardhika Catur Surya³, Farrel Raditya Arifin⁴, Kevin R.J Tambunan⁵, Mochamad Whilky Rizkyanfi⁶

^{1,2,3,4,5}Universitas Pendidikan Indonesia, ⁶Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia bagi Penutur Asing, Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia

Email: wilkysgm@upi.edu

¹e-mail: nabirajuliaarpianti18@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh aktivitas pendidikan jasmani terhadap keterampilan bahasa Indonesia mahasiswa, dengan fokus pada keterampilan berbicara dan mendengarkan. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, data diperoleh melalui angket terbuka yang disebarakan kepada mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) di Universitas Pendidikan Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas jasmani dapat meningkatkan keterampilan berbicara dan mendengarkan mahasiswa, memfasilitasi rasa percaya diri dalam komunikasi, dan memperluas kosakata mereka. Sebanyak 87,5% responden melaporkan peningkatan dalam keterampilan berbicara, sementara 75% menyatakan bahwa aktivitas jasmani membantu mereka menggunakan bahasa Indonesia dengan lebih lancar. Pembahasan penelitian menghubungkan temuan ini dengan teori pembelajaran kontekstual, yang menyatakan bahwa pembelajaran bahasa dapat terjadi lebih efektif dalam lingkungan yang interaktif dan kolaboratif. Penelitian ini menyarankan agar pendekatan serupa diterapkan di bidang lain serta mendorong penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi dampak aktivitas jasmani pada keterampilan bahasa lainnya, seperti menulis dan membaca.

Kata kunci: Keterampilan bahasa Indonesia, Pendidikan Jasmani, Kualitatif, Berbicara, Mendengarkan

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani sering dianggap sebagai kegiatan fisik yang berfokus pada pengembangan keterampilan motorik dan kebugaran tubuh. Namun, kegiatan ini sebenarnya melibatkan interaksi sosial yang intensif antara siswa, di mana komunikasi menjadi kunci dalam kerja sama tim, permainan, serta pemecahan masalah. Di sisi lain, pendidikan bahasa sering kali terjadi dalam kelas yang formal, dengan fokus pada keterampilan berbahasa yang dilakukan secara terstruktur. Namun, ada potensi besar bagi aktivitas fisik dalam pendidikan jasmani untuk meningkatkan keterampilan berbahasa Indonesia, terutama dalam aspek berbicara dan mendengar.

Dalam konteks pendidikan modern yang berfokus pada pendekatan holistik, penggabungan antara pengajaran bahasa dan pendidikan jasmani dapat menjadi strategi inovatif untuk meningkatkan keterampilan bahasa Indonesia melalui interaksi dan komunikasi aktif. Di pendidikan modern materi pelajaran Bahasa Indonesia semakin populer dan menarik, terutama di kalangan pelajar internasional yang juga mempelajari bahasa ini. Namun, di sisi lain, pelajaran Bahasa Indonesia sering dianggap mudah atau biasa saja (Ode Madina et al., 2019). Keterampilan bahasa Indonesia meliputi berbicara, mendengarkan, membaca, dan menulis. Keterampilan berbicara dan mendengar sering kali

diasah melalui latihan percakapan dan diskusi didalam kelas. Namun, jarang sekali latihan berbahasa dilakukan dalam kegiatan fisik di luar kelas, seperti dalam pendidikan jasmani, menawarkan kesempatan lain untuk menggunakan bahasa secara alami dan kontekstual. Inovasi dalam bidang pendidikan perlu terus dilakukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia (Amiruddin, 2019). Keterampilan berbahasa dikalangan anak muda saat ini sangat perlu di perhatikan karena kurangnya kesadaran pentingnya keterampilan berbahasa. Terampil dalam berbahasa tidak hanya bermanfaat dalam kelas, di berbagai aspek kehidupan masyarakat pun keterampilan dalam berbahasa sangat berguna (Pendidikan Jasmani et al., 2024). Oleh karena itu, penting untuk mencari tahu bagaimana aktivitas pendidikan jasmani dapat berkontribusi pada keterampilan bahasa.

Penelitian ini mencangkup fokus pada konteks pendidikan jasmani di tingkat perguruan tinggi, dengan menitikberatkan pada keterampilan berbahasa Indonesia, khususnya dalam berbicara dan mendengarkan, tanpa melibatkan keterampilan membaca dan menulis. Selain itu, data yang dikumpulkan berasal dari observasi dan wawancara di lingkungan kampus, sehingga mungkin tidak mencangkup konteks lingkungan lainnya. Penelitian ini menawarkan pendekatan inovatif dengan menggabungkan dua bidang yang jarang diteliti secara bersamaan yaitu pendidikan jasmani dan pengembangan keterampilan bahasa Indonesia.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi dan memahami bagaimana aktivitas pendidikan jasmani dapat memfasilitasi peningkatan keterampilan bahasa Indonesia mahasiswa, terutama keterampilan berbicara dan mendengarkan, yang muncul dalam interaksi selama kegiatan pendidikan jasmani.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dekskriftif dengan studi kasus untuk memahami keterampilan bahasa Indonesia melalui aktivitas pendidikan jasmani. Penelitian ini memungkinkan peneliti mengumpulkan data dari berbagai informan terutama mahasiswa olahraga yang terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani terkait bagaimana pendidikan jasmani dapat berkontribusi pada pengembangan keterampilan berbahasa. Isu yang diangkat dalam penelitian ini adalah Keterampilan bahasa Indonesia melalui keterlibatan dalam aktivitas fisik pendidikan jasmani. Penelitian ini dilakukan pada Mahasiswa PJKR angkatan 24. Penelitian ini mengkaji bagaimana kegiatan fisik dapat memberikan dampak pada keterampilan komunikasi lisan mahasiswa. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket terbuka melalui

Google Form. Angket ini berisi 8 pertanyaan dengan 2 alternatif jawaban ya dan tidak yang dirancang untuk menggali pengalaman mahasiswa terkait keterampilan berbahasa Indonesia dalam aktivitas pendidikan jasmani. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan kategorisasi hasil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi dan analisis data penelitian ini menggambarkan data yang diperoleh melalui angket yang disebarakan melalui Google Forms, temuan utama mengindikasikan bahwa mahasiswa merasa ada manfaat yang signifikan dari keterlibatan dalam aktivitas jasmani terhadap keterampilan bahasa mereka. Temuan ini dijelaskan lebih rinci sebagai berikut:

Aktivitas jasmani membantu meningkatkan kemampuan berbicara

Sebanyak 87,5% mahasiswa merasakan peningkatan dalam keterampilan berbicara mereka selama aktivitas pendidikan jasmani. Aktivitas ini memungkinkan mereka terlibat dalam komunikasi verbal yang melibatkan penyampaian instruksi, strategi, atau ekspresi pendapat secara spontan.

Rasa percaya diri berbicara selama aktivitas jasmani: Sekitar 75% mahasiswa menyatakan bahwa mereka lebih percaya diri berbicara selama kegiatan jasmani dalam perkuliahan. Kepercayaan diri ini berpotensi disebabkan oleh lingkungan yang tidak terlalu formal, sehingga mahasiswa merasa lebih nyaman mengekspresikan diri dalam bahasa Indonesia.

Kesulitan dalam menggunakan bahasa Indonesia di perkuliahan olahraga: Sebagian mahasiswa, sekitar 62,5%, menyatakan menghadapi kesulitan dalam menggunakan bahasa Indonesia secara lancar selama perkuliahan olahraga. Ini terkait dengan penggunaan bahasa sehari-hari yang lebih kasual, sehingga tantangan timbul ketika harus menyampaikan instruksi atau konsep yang lebih kompleks dalam bahasa formal.

Terbuka untuk berbicara di depan teman: 75% mahasiswa merasa lebih terbuka untuk berbicara di depan teman-teman mereka selama kegiatan jasmani. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan jasmani yang lebih kolaboratif dan interaktif mendorong keterbukaan komunikasi.

Kelancaran berbahasa Indonesia berkat aktivitas jasmani: Sebanyak 75% responden merasa bahwa kegiatan jasmani membantu mereka menggunakan bahasa Indonesia dengan lebih lancar. Ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang mengharuskan interaksi verbal secara berulang membantu mahasiswa untuk berbicara tanpa ragu dan lebih spontan.

Pemahaman kosakata bahasa Indonesia baru: Sebanyak 62,5% mahasiswa menyatakan bahwa aktivitas jasmani membantu mereka memahami kosakata baru dalam bahasa Indonesia. Kegiatan fisik yang melibatkan instruksi dan interaksi sosial memberikan eksposur terhadap kata-kata baru atau penggunaan bahasa yang lebih efektif.

Peningkatan penggunaan bahasa Indonesia saat perkuliahan olahraga: Sebanyak 75% mahasiswa merasa bahwa mereka mengalami peningkatan dalam menggunakan bahasa Indonesia selama perkuliahan olahraga.

Frekuensi berdiskusi dengan teman selama aktivitas jasmani: Menariknya, seluruh responden (100%) mengaku sering berdiskusi dengan teman selama aktivitas jasmani. Hal ini memperlihatkan bahwa kegiatan jasmani mendorong interaksi sosial dan kolaborasi antar mahasiswa, yang memfasilitasi keterampilan berbicara dan mendengarkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas jasmani dapat memainkan peran penting dalam mengembangkan keterampilan berbahasa Indonesia. Temuan ini sejalan dengan teori pembelajaran kontekstual yang menekankan bahwa keterampilan komunikasi, terutama berbicara dan mendengarkan, berkembang lebih efektif ketika terjadi dalam konteks yang menuntut interaksi nyata. Dalam pendidikan jasmani, mahasiswa berlatih berbicara dan mendengarkan secara langsung selama kegiatan kelompok, yang membuat pembelajaran bahasa menjadi lebih alami dan relevan. Hasil ini mendukung penelitian (Putri et al., 2022) yang menemukan bahwa keterampilan komunikasi berkembang lebih cepat dalam lingkungan belajar aktif yang memfasilitasi kolaborasi. (Setiawan & Ismaniaty, 2019) juga mencatat bahwa komunikasi verbal yang efektif sering kali terbentuk dalam situasi sosial di mana peserta harus segera merespon instruksi atau arahan, yang sangat umum dalam aktivitas fisik. Dalam penelitian ini pendidikan jasmani tidak hanya mengajarkan tentang aktivitas olahraga saja tapi dapat meningkatkan kemampuan berbicara ini mendukung penelitian (Febriana, Hulu, et al., 2024) yang menjelaskan bahwa aktivitas pendidikan jasmani dapat meningkatkan komunikasi yang efektif antara dosen dan mahasiswa. Keterampilan dalam berbahasa penting untuk dikuasai karena seorang yang trampil umumnya memiliki rasa berani untuk tampil di masyarakat, mudah bergaul, memiliki rasa percaya diri, dapat memengaruhi orang lain (Sukma et al., 2023). Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian (Darma et al., 2024) yang mengemukakan bahwa Bahasa Indonesia berperan penting dalam meningkatkan komunikasi dan interaksi dalam kegiatan Pendidikan Jasmani. Hasil penelitian ini meriset bahwa aktivitas penjas meningkatkan rasa percaya diri hal ini di dukung oleh penelitian (Susani et al., 2023) yang

mengemukakan kegiatan pendidikan jasmani dapat membantu siswa meningkatkan rasa percaya diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik dengan olahraga secara rutin atau melakukan kegiatan penjas meningkatkan kesehatan fisik, yang berkontribusi pada rasa cinta diri. Ketika seseorang merasa sehat dan bugar, mereka cenderung lebih percaya diri dalam penampilan dan kemampuan mereka.

Namun kesulitan dalam berbahasa Indonesia menjadi hal yang perlu di perhatikan juga, dalam hasil penelitian biasanya kesulitan dalam berbahasa Indonesia karena terbiasa dengan penguasaan bahasa daerah dalam kehidupan sehari-hari, dari penelitian (Febriana, Rahmahani, et al., 2024) Komunikasi yang Kurang Efektif dikarenakan terdapat kesenjangan komunikasi antara instruktur dan mahasiswa, terutama dalam konteks pengajaran praktis. Mahasiswa sering kali tidak dapat mengikuti instruksi dengan baik karena ketidakjelasan atau kompleksitas bahasa yang digunakan. Oleh karena itu sangat perlu untuk seseorang mengolah kemampuan berbicaranya, caranya bisa saat melakukan aktivitas penjas, seorang yang belum terampil dalam berbahasa harus sering mencoba berbicara di depan teman-temannya, atau pun lebih sering berani menjelaskan apa yang dilakukannya saat aktivitas penjas. Biasanya saat selesai perkuliahan praktik penjas dosen memberikan mahasiswanya waktu untuk mengevaluasi apa yang telah dilakukannya selama aktivitas penjas, itu menjadi ruang untuk belajar meningkatkan keterampilan berbahasa kita.

Penelitian ini memperkenalkan pendekatan baru dengan menggabungkan pendidikan jasmani dan pengembangan keterampilan bahasa Indonesia dalam satu konteks. Sementara penelitian sebelumnya cenderung fokus pada peningkatan keterampilan bahasa di lingkungan formal atau akademik, penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas jasmani juga dapat menjadi media pembelajaran bahasa yang efektif. Integrasi antara fisik dan bahasa dalam kegiatan pendidikan jasmani adalah pendekatan yang belum banyak dieksplorasi, menjadikan temuan ini sebagai kontribusi baru yang relevan untuk bidang pembelajaran bahasa dan pendidikan jasmani.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian peneliti dapat menyimpulkan bahwa aktivitas pendidikan jasmani memiliki peran dalam pengembangan keterampilan bahasa Indonesia mahasiswa, khususnya keterampilan berbicara dan mendengarkan. Melalui aktivitas jasmani,

mahasiswa dapat lebih mudah berkomunikasi, berinteraksi secara spontan, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam berbicara juga mahasiswa dapat belajar dan mendapat kosakata baru yang sebelumnya belum diketahui. Lingkungan pendidikan jasmani yang mendorong kolaborasi dan interaksi aktif ternyata efektif dalam mengasah keterampilan bahasa, yang mendukung asumsi bahwa pengalaman belajar berbasis konteks mampu mempercepat perkembangan komunikasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan bahasa dapat terjadi di luar kelas bahasa formal, yaitu melalui pendidikan jasmani. Peneliti berpendapat bahwa pendekatan interaktif dan dinamis dalam pendidikan jasmani memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mempraktikkan bahasa Indonesia secara alami dan tanpa tekanan, sehingga meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan mereka. Dengan demikian, pendidikan jasmani tidak hanya berfungsi untuk membangun kebugaran fisik, tetapi juga mengembangkan keterampilan komunikasi yang penting bagi mahasiswa. Peneliti merekomendasikan agar penelitian selanjutnya melibatkan lebih banyak subjek dari berbagai latar belakang pendidikan untuk memahami apakah efek positif pendidikan jasmani terhadap keterampilan bahasa Indonesia dapat diterapkan lebih luas. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi pengaruh aktivitas jasmani pada aspek bahasa lainnya, seperti keterampilan menulis dan membaca, untuk melihat apakah pendekatan ini efektif untuk seluruh aspek keterampilan bahasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin. (2019). Pembelajaran Kooperatif dan Kolaboratif. *Journal of Educational Science (JES)*, 5(1), 24–32.
- Darma, A., Tasita, A., Shofiyah, H., Sofyan, L. H., Maulana, M. H., Saputri, S. E., Septian, S., Akbar, G., & Rizkianfi, W. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam Peningkatan Komunikasi dan Interaksi dalam Pembelajaran PJOK. In *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga* (Vol. 4, Issue 2).
- Febriana, I., Hulu, A. H., & Salsabila, F. (2024). *Komunikasi Efektif dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani , Kesehatan , dan Rekreasi : Peran Bahasa Indonesia sebagai Bahasa Pengantar*. 6.
- Febriana, I., Rahmahani, A., Zai, E. B., & Fadly, M. A. (2024). *Komunikasi Efektif dalam Pendidikan Jasmani , Kesehatan dan Rekreasi melalui Penggunaan Bahasa*. 2(4), 181–187.
- Ode Madina, L., Pattiwael, M., Lahallo, F. F., Rupilele, F., & Palilu, A. (2019). *PENGUNAAN BAHASA INDONESIA YANG BAIK DAN BENAR DALAM BERKOMUNIKASI* (Issue 2).

- Pendidikan Jasmani, P., dan Rekreasi Ika Febriana, K., Ramadhani Parinduri, A., Amanda Rambe, F., Ikhwan, M., Ginting, D., Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., Ilmu Keolahragaan, F., William Iskandar Ps, J. V, Baru, K., Percut Sei Tuan, K., Deli Serdang, K., & Utara, S. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam Meningkatkan Pemahaman Materi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(4), 249–255. <https://doi.org/10.62383/hardik.v1i4.815>
- Putri, A. L. K., Lestari, S., & Khisbiyah, Y. (2022). A quarter-life crisis in early adulthood in Indonesia during the Covid-19 pandemic. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 28–47. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v7i1.15543>
- Setiawan, A., & Ismaniati, C. (2019). *The Effectiveness of Cooperative Learning Approach with Student Teams-Achievement Division and Numbered Head Together to Improve Elementary School Students' Social Skills*. 326(Iccie 2018), 40–45. <https://doi.org/10.2991/iccie-18.2019.8>
- Sukma, H. H., Martaningsih, S. T., & Purnomo, A. A. (2023). Analisis keterampilan berbicara bahasa Indonesia dalam proses pembelajaran siswa kelas II SD Negeri 09 Batur Banjarnegara. *Jurnal Fundadikdas (Fundamental Pendidikan Dasar)*, 6(1), 27–36. <https://doi.org/10.12928/fundadikdas.v6i1.7717>
- Susani, D., Ma'mun, A., & Carsiwan, C. (2023). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Melalui Aktivitas Pendidikan Jasmani (Sytematic Literature Riview): Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Melalui Aktivitas Pendidikan Jasmani (Sytematic Literature Riview). *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(3), 463–478.