

**PENERAPAN HIDUP BERPANCASILA DALAM OLAHRAGA KEBUGARAN SENAM
STKIP MUTIARA BANTEN TAHUN PENGAJARAN 2021/2022****Christian Erikson Sitio, Hikmat Arif Zai**christian.stkipmb@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penerapan hidup berpancasila dalam olahraga kebugaran senam STKIP MUTIARA BANTEN T.P 2021/2022. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Sampel penelitian ini di ambil 40% dari 1(satu) angkatan dari 123 jumlah mahasiswa/i dikelas PJKR angkatan 2021 Tahun Ajaran 2021/2022 dan diperoleh sampel 25 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan skala sikap, dan tes. Hasil analisis dari pengolahan data penelitian diketahui besar adanya pengaruh positif dan signifikan terhadap penerapan hidup berpancasila dalam olahraga kebugaran senam, semakin tinggi rasa persatuan dan kesatuan , maka semakin tinggi pula pola perilaku mahasiswa yang melakukan kebugaran senam contohnya, timbulnya giat belajar senam dan membantu teman mahasiswa dalam memecahkan masalah bentuk dan gerakan yang diterapkan dalam senam, ditambah dengan pola hidup dosen yang baik menambahkan rasa semangat, peduli, dan kualitas karakter mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari. Pengaruh positif lainnya pada mahasiswa dari sikap perhatian seorang dosen pembimbing senam adalah semakin tingginya hasil belajar mahasiswa contohnya, perhatian seorang dosen mampu meningkatkan semangat belajar dan berlatih mahasiswa terlebih dalam memecahkan gerakan gerakan yang sulit dilakukan dalam latihan senam dengan percaya diri, serta aktif dalam kegiatan diskusi dalam kelas dan lapangan.

PENDAHULUAN

Dosen sangat berperan penting dalam dunia pendidikan karena pemegang kunci kendali dalam pendidikan dan pengajaran adalah mereka yang sudah menjadi pendidik. Setiap hari kampus dosen-lah yang selalu ada dan menemani keseharian kegiatan pendidikan mahasiswa/i, selain itu dosen juga sebagai pihak paling besar bertanggungjawab dalam keberhasilan belajar mahasiswa agar menjadi Sumber Daya Manusia (SDM) yang unggul dan kreatif baik dalam lingkup pendidikan maupun lingkup masyarakat.

Dalam dunia pendidikan Perguruan Tinggi Negeri/Swasta merupakan salah satu wadah para mahasiswa untuk menjadi warganegara yang baik dan sehat. Dengan adanya dosen pendidikan pancasila dan pendidikan senam

dapat membentuk mahasiswa menjadi warga Negara yang religius, sehat, disiplin, dan tanggungjawab yang berpengaruh pada hasil belajar yang didapat selama perkuliahan. Oleh karena itu, sikap seorang dosen menjadi dampak pada hasil pendidikan dan pedoman mahasiswa bagaimana menjadi orang yang berpancasila.

Pergaulan remaja sekarang yang bebas dan tanpa pengawasan terhadap kurangnya perhatian dosen mempunyai kecenderungan mengarah pada pergaulan remaja yang negatif dan menurunnya sikap giat belajar, kedisiplinan, sportivitas, hingga perwujudan nilai kesatuan dan persatuan. Oleh karena itu perlu adanya didikan, melatih, membimbing, membina, dan mengarahkan sesuai dengan tujuan pendidikan.

No	Tahun	Jumlah Pelanggaran
1	2020	5
2	2021	3
Total Pelanggaran		8

Sumber data : Ketua Kelas dan Kemahasiswaan

Tabel diatas adalah jumlah pelanggaran yang terjadi selama periode 2020/2021 dan 2021/2022 atas hasil penelitian di STKIP MB. Diketahui pada tahun 2020 terdapat 5 kasus pelanggaran dan tahun 2021 sebanyak 3 pelanggaran diantaranya bolos kuliah, tidak mengerjakan tugas, mengabaikan aturan. Pelanggaran ini menunjukkan kurangnya nilai mematuhi aturan yang berada di kampus. Para dosen sudah berperan aktif dalam membangun sisi positif bagi para mahasiswa tapi terasa diabaikan oleh beberapa oknum.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana penerapan hidup berpancasila dalam olahraga kebugaran jasmani senam.

TINJAUAN PUSTAKA

a. Arti Sikap

Menurut Notoatmodjo S. (1997): Sikap adalah reaksi atau respons yang masih tertutup dan seseorang terhadap suatu stimulus atau objek.

Adapun pendapat lain menurut Bimo Walgito, (2001): Sikap adalah

organisasi pendapat, keyakinan seseorang mengenai objek atau situasi yang relatif ajeg, yang disertai adanya perasaan tertentu, dan memberikan dasar pada orang tersebut untuk membuat respons atau berperilaku dalam cara tertentu yang dipilihnya.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa sikap adalah bagaimana seseorang merespon dan bereaksi atas apa yang dirasakan pada rangsangan yang membuat berperilaku dalam cara tertentu.

b. Ciri – Ciri Sikap

Ciri-ciri sikap menurut pendapat Mar'at (1981: 76) yang menjelaskan tentang ciri-ciri

sikap sebagai berikut :

1. Sikap tidaklah merupakan sistem fisiologis ataupun diturunkan.
2. Sikap selalu dihubungkan dengan objek manusia, wawasan, peristiwa atau ide.
3. Sikap diperoleh dalam berinteraksi dengan orang lain, baik di rumah, sekolah, tempat ibadah, atau tempat lainnya melalui nasehat teladan atau percakapan.
4. Sikap merupakan kesiapan bertindak dengan cara-cara tertentu terhadap objek.
5. Perasaan dan afeksi merupakan bagian dari sikap akan tampak pada pilihan yang bersangkutan apakah positif atau ragu.

6. Tingkat intensitas sikap terhadap objek tertentu kuat atau juga lemah.
 7. Sikap mungkin hanya cocok pada situasi yang sedang berlangsung, akan tetapi, belum tentu sesuai pada lainnya.
 8. Sikap dapat bersifat relatif menetap dalam sejarah hidup manusia.
- c. Unsur-Unsur Pembentukan Sikap
- Adapun pembentukan dan perubahan sikap dapat dilakukan melalui empat macam cara yaitu:
1. Adopsi
 2. Diferensiasi
 3. Integrasi
 4. Trauma

1. Tinjauan Umum Hidup Berpancasila

a. Pengertian Hidup Berpancasila

Sebagai mahasiswa tentunya memiliki tempat dalam mengimplementasikan nilai-nilai pancasila dalam kehidupan kampus dan lingkup masyarakat. Pancasila sebagai paradigm kehidupan kampus tidak jauh berbeda dengan kehidupan bernegara karena pada dasarnya tatanan kehidupan dalam kampus memiliki keserupaan dengan tatanan pada Negara. Dimana kampus memiliki tatanan pembangunan seperti tatanan yang berlaku pada Negara yakni politik, ekonomi, kebudayaan, hukum, dan hidup yang beragama.

Hidup berpancasila artinya bagaimana ikatan erat persatuan dalam berkehidupan

dan bernegara untuk menciptakan kenyamanan, kebersamaan, kesatuan, dan tidak adanya saling membedakan antara ras suku dan agama.

b. Fungsi Pancasila Dalam Kebugaran

Dalam olahraga kebugaran khususnya olahraga senam, sikap pancasila sangat dibutuhkan dan harus diterapkan. Karena di Indonesia ini ada banyak keberagaman maka satu sama lain harus bias saling menerima tanpa harus membentuk kelompok tertentu atau memisahkan diri. Pancasila ada untuk menyatukan keberagaman sehingga timbulnya rasa kebersamaan, persaudaraan, sportivitas, saling menjaga, dan bertoleransi.

c. Peranan Pancasila Dalam Menyelesaikan Masalah Olahraga

Menurut Antonius Benny Susetyo, ada banyak hal positif yang bias dipetik dari olahraga. Mulai dari kedisiplinan, sportivitas, hingga perwujudan nilai persatuan dan kesatuan.

Olahraga dapat membentuk karakter bangsa dan nilai-nilai nasionalisme. Dalam hal ini pancasila dapat menghilangkan rasa ego bagi masing masing yang menjadi atlet ataupun mahasiswa dalam melaksanakan olahraga khususnya olahraga senam. Mahasiswa yang ikut berpartisipasi dalam dunia olahraga memberikan kesempatan bagi seluruh anak bangsa tanpa melihat ras, suku, dan agama yang dianut.

2. Tinjauan Umum Perilaku

a. Konsep Dan Pengertian Perilaku

Menurut Notoatmodjo 2003 mengatakan, perilaku adalah tindakan maupun aktivitas yang dilakukan oleh manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan arti yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, dan membaca.

Menurut Heri Purwanto, perilaku adalah pandangan-pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak sesuai sikap objek tadi.

Dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah segala bentuk perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh manusia.

b. Pembentukan Perilaku

1. Pembentukan perilaku dengan kebiasaan sendiri
2. Pembentukan perilaku dengan perilaku sendiri
3. Pembentukan perilaku dengan meniru beberapa model

c. Faktor – Faktor yang mempengaruhi perilaku mahasiswa

Menurut Ajzen (1998) menyatakan, semakin besar seseorang memiliki kesempatan serta beberapa halangan yang dapat diantisipasi maka semakin besar pula control yang dirasakan atas tingkah laku tersebut.

Hasil penelitian Hays (2013) juga menyatakan bahwa persepsi kendali atas perilaku memiliki hubungan kuat dengan niat untuk melakukan *whistleblowing*(ungkapan rahasia).

Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana sikap hidup berpancasila dalam lingkup kampus STKIP MB. Sehingga mengetahui bagaimana sikap dan perilaku mahasiswa dalam menerapkan hidup berpancasila baik dalam kelas, teman, dan di luar lapangan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah 123 mahasiswa sedangkan sampel yang digunakan adalah 25 mahasiswa. Variable penelitian yang digunakan adalah variable umum yaitu pengertian penting sikap dan variable terikat yaitu penerapan hidup berpancasila dan pola perilaku mahasiswa. Teknik pengumpulan data dilakukan dalam bentuk *skala sikap dan tes*.

HASIL DAN PEMBAHASAN**I. Hidup Berpancasila****1. Pengajaran Ilmu Pancasila Oleh Dosen**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa ilmu pancasila ini sudah berjalan dengan baik dan benar oleh Dosen. Dalam Tahun Ajaran 2020/2021 dan

2021/2022 adanya 8 kasus yang terjadi dalam 2 tahun ini.

Table sikap responden pada pengajaran di kelas.

Kategori Sikap	Kategori Skor	Frekuensi	Presentasi (%)
Sikap Sangat Positif	20 – 25	5	50
Sikap Positif	15 – 20	3	30
Sikap Negatif	10 – 15	2	20
Sikap Sangat Negatif	5 – 10	0	0
		10	100

2. Sportivitas Dalam Olahraga Demi Mewujudkan Hidup Berpancasila

Olahraga kebugaran jasmani senam salah satu tempat menerapkan hidup yang berpancasila. Dalam olahraga dibutuhkan sportivitas yang tinggi dan bagaimana menyatukan keberagaman tanpa adanya rasa membedakan, sebagai warga Indonesia yang penuh keberagaman maka harus menjunjung tinggi rasa kesatuan dan persatuan. Dikehidupan mahasiswa STKIP MB penerapan kesatuan dan persatuan itu

masih kurang dikarenakan masih banyak yang selalu buat kelompok – kelompok sendiri untuk memisahkan diri dari teman-temannya yang beda dengan ras mereka. Oleh karena itu, ilmu pancasila harus sangat dikuatkan dalam lingkungan mahasiswa agar rasa kesatuan itu erat dan melekat dalam rohani dan batinia.

3. Akibat Hilangnya Sikap Berpancasila Dalam Olahraga

Lingkungan kampus dipenuhi oleh beberapa orang yang dari luar daerah, sehingga adanya perbedaan masing – masing tatanan yang dimiliki oleh individu. Dengan adanya perbedaan ini orang yang asli dari daerah kampus terlihat lama dan sulit menerima keberadaan mahasiswa lain dari luar daerah. Terlihat dalam sisi olahraga ada banyak dari mereka yang membuat sekelompok tim dari daerah sendiri tanpa melibatkan mahasiswa dari luar daerah akibatnya rasa nyaman yang diberikan sudah tidak ada dan mahasiswa dari luar daerah terlihat tidak menikmati keberadaannya. Disini diperlukan sportivitas dan nilai kesatuan yang tinggi untuk mewujudkan kebhinekaan yang sesungguhnya.

II. Nilai Sikap

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan STKIP MB maka sudah terlihat bagaimana bentuk respon dan

perilaku yang dimiliki mahasiswa bidang olahraga senam. Kepedulian dan tanggungjawab yang diberikan dapat dilihat dari tabel berikut.

No	Sikap dan perilaku	Kepedulian & Tanggungjawab	Respon	Presentasi (%)
1.	Kebolesan	kurang	-	20
2.	Menyelesaikan tugas	Baik	+	50
3.	Sportivitas	Cukup	+	30

III. Hasil Belajar Mahasiswa Olahraga

Dari hasil penelitian yang dilakukan, maka bisa ditarik kesimpulan bahwa hasil belajar mahasiswa keolahragaan tercapai keberhasilan 80% saja. Dikarenakan masih banyak mahasiswa yang melanggar aturan yang berlaku di tatanan kampus STKIP MB.

Pencapaian sudah baik, tinggal penerapan sportivitasnya yang masih kurang dan itu merupakan bentuk pelanggaran dalam hidup berpancasila yang dapat menimbulkan berbagai masalah dan ketidaknyamanan bagi mahasiswa lain yang ingin

mengembangkan potensi yang dimiliki tanpa memisahkan diri dari proses belajar dan teman – teman mahasiswa lainnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan survey yang dilakukan maka terdapat pengaruh positif, negatif dan signifikan antara sikap dari ilmu pancasila yang dipelajari terhadap perilaku yang dilakukan oleh mahasiswa olahraga STKIP MUTIARA BANTEN T.A 2021/2022. Hal ini dapat dilihat dari data hasil penelitian diatas dimana pencapaian belajar dan penerapan hidup berpancasila sudah tercapai 80% dan yang kurangnya dikarenakan masih adanya perilaku mahasiswa yang menyimpang dari aturan yang diberlakukan. Artinya, penerapan hidup berpancasila ini dapat meningkatkan kualitas karakter dan potensi prestasi mahasiswa di STKIP MUTIARA BANTEN T.A 2021/2022.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian, maka peneliti memberikan saran kepada :

a. Saran Untuk Mahasiswa

- Mahasiswa dapat memahami etika dan perilaku dalam

lingkungan yang dia diami dan tempat pengembangan dirinya.

- Mahasiswa mampu menempatkan diri sebagai contoh bagi masyarakat sekitarnya
- Mahasiswa memiliki sportivitas yang tinggi dalam olahraga agar tercipta kebersamaan antara satu dengan yang lainnya. Sehingga rasa kenyamanan yang diberikan membuat betah teman – teman mahasiswa lainnya untuk terus berkarya dan mengembangkan potensi diri yang dimiliki.

b. Saran Untuk Kampus

Untuk pihak kampus STKIP MB lebih melakukan pengawasan, pengendalian, dan pengontrolan secara serius dan bijaksana dalam membentuk etika dan perilaku mahasiswa yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Djamarah, Syaiful Bahri. 2000. *Guru dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta
- Mallo, Manase. 1985. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Rajawali.