



## Pengaruh Penguasaan Bahasa Indonesia terhadap Pemahaman Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani pada Mahasiswa

Ika Febriana<sup>1\*</sup>, Muhammad Reza Nasution<sup>2</sup>, Bayu Christo Anugrah Purba<sup>3</sup>,  
Della Wiyanti<sup>4</sup>, Nurul Ikhwan<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Medan, Indonesia

e-mail: [ikafebriana@unimed.ac.id](mailto:ikafebriana@unimed.ac.id), [rezanasution0708@gmail.com](mailto:rezanasution0708@gmail.com), [bayuuupurbaaa@gmail.com](mailto:bayuuupurbaaa@gmail.com),  
[dellawiyanti1865@gmail.com](mailto:dellawiyanti1865@gmail.com), [IkhwaniNurul66@email.com](mailto:IkhwaniNurul66@email.com).

Alamat: Jl. William Iskandar Ps. V, Kenangan Baru, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang,  
Sumatera Utara 20221

Korespondensi penulis: [ikafebriana@unimed.ac.id](mailto:ikafebriana@unimed.ac.id)\*

**Abstract:** *The mental and physical health of students is greatly influenced by physical education, especially in the Physical Education, Health, and Recreation (PJKR) study program at Medan State University. One of the languages that can be used in PJKR learning to understand the Theory and Practice of Education and to communicate with lecturers and friends during lectures is Indonesian. The purpose of this study was to determine the effect of Indonesian language proficiency on students' understanding of physical education theory and practice. This is because language is an important communication tool in learning, including in physical education lessons. The results of the study showed that increasing Indonesian language proficiency has an effect on contributing to improving student achievement in the field of Physics education.*

**Keywords:** *Language, Theory, Practice, Education and Physics*

**Abstrak:** Kesehatan mental dan fisik mahasiswa sangat dipengaruhi oleh pendidikan jasmani, khususnya dalam program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) di Universitas Negeri Medan. Salah satu bahasa yang dapat digunakan dalam pembelajaran PJKR untuk memahami Teori dan Praktik Pendidikan serta untuk berkomunikasi dengan dosen dan teman selama kuliah adalah bahasa Indonesia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penguasaan bahasa Indonesia terhadap pemahaman teori dan praktik pendidikan jasmani pada mahasiswa. Hal ini karena bahasa adalah alat komunikasi yang penting dalam pembelajaran, termasuk dalam pelajaran pendidikan jasmani. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan penguasaan bahasa Indonesia berpengaruh memberikan kontribusi pada peningkatan prestasi mahasiswa dalam bidang pendidikan jasmani.

**Kata Kunci:** Bahasa, Teori, Praktik, Pendidikan dan Jasmani.

### 1. PENDAHULUAN

Bahasa berfungsi sebagai identitasnya karena merupakan media utama interaksi sosial dan komponen komunikasi yang paling penting. Dalam masyarakat, bahasa sangat penting karena memudahkan tugas sehari-hari dan interaksi sosial. Perbedaan internasional tercermin dalam berbagai bahasa global yang berfungsi sebagai media untuk menyampaikan ide, perilaku, dan perasaan. Bahasa Indonesia berfungsi sebagai bahasa pemersatu yang penting di negara ini sekaligus memiliki berbagai bahasa daerah. Saat ini, mahasiswa, khususnya yang terdaftar di Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, masih kurang memahami nilai bahasa Indonesia, dan banyak individu yang tidak mengetahui pedoman penggunaan bahasa Indonesia yang tepat (Erdinda, 2023).

Peradaban Indonesia menunjukkan perilaku sosial yang sangat strategis. Oleh karena itu, negara ini berkomitmen untuk menyatukan Indonesia dari Sabang sampai Merauke. Bahasa menunjukkan sifat seseorang. Kesimpulan tertentu tentang temperamen, kepribadian, atau karakter seseorang dapat diambil dari kata-kata yang mereka pilih untuk digunakan. Bahasa Indonesia telah berhasil menjembatani kesenjangan budaya dan geografis dengan menyampaikan perasaan serta gagasan. Bahasa membuat semua tindakan kita menjadi lebih mudah, termasuk komunikasi. Karena manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri, mereka membutuhkan komunikasi. Komunikasi adalah tindakan mengekspresikan diri secara lisan atau tertulis dan mencoba memahami apa yang orang lain coba katakan. Sebagai warga negara Indonesia, kita akan memperoleh manfaat dari penggunaan bahasa Indonesia yang baik dan benar untuk memperkuat integritas dan persatuan bangsa (Tasita, 2024).

Bahasa Indonesia adalah bahasa nasional dan alat komunikasi. Pendidikan merupakan salah satu pilar utama pembangunan suatu negara, dan dalam konteks pendidikan, bahasa Indonesia merupakan bahasa yang penting untuk pengajaran dan komunikasi di pendidikan tinggi di Indonesia. Bahasa Indonesia berguna di luar kelas untuk berbagai kegiatan masyarakat, termasuk pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani membantu anak-anak mengembangkan moral, disiplin diri, dan kesehatan mental selain bakat fisik mereka. Dalam kasus khusus ini, prestasi siswa dapat ditingkatkan dengan mempelajari bahasa Indonesia melalui pendidikan jasmani. Penerapan Teori dan Praktik Pendidikan jasmani antara instruktur dan siswa merupakan contoh penggunaan bahasa yang efektif (Febriana, 2024).

Pendidikan jasmani kesehatan lebih dari sekadar latihan fisik; ia memiliki dampak penting terhadap perkembangan fisik, mental, dan sosial anak-anak dan masyarakat secara keseluruhan (Kustiara, 2018). Saat ini, dengan meningkatnya masalah kesehatan terkait obesitas dan gaya hidup yang tidak banyak bergerak, pendidikan memainkan peran penting dalam memberdayakan dan membentuk generasi yang sehat. Kesehatan mental dan fisik adalah dua faktor yang saling terkait yang perlu ditangani dengan hati-hati di dunia modern yang penuh tekanan. Candra et al (2023) Menjelaskan bahwa Mahasiswa PJKR sebagai bagian dari masyarakat akademis menghadapi berbagai tantangan dalam menjaga keseimbangan antara teori di dalam kelas dan praktik lapangan (Arsyad et al., 2023). Penelitian mengenai pengaruh Bahasa Indonesia terhadap pendidikan jasmani, memiliki relevansi signifikan untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, penulis melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penguasaan Bahasa Indonesia Terhadap Pemahaman Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani Pada Mahasiswa”

## **2. METODE**

Dalam penelitian artikel ini, dua metode digunakan untuk memperoleh hasil terbaik: metode penghitungan signifikansi statistik dan metode wawancara mendalam. Tujuan metode Analisis Kuantitatif adalah memahami fenomena dalam konteks sosial secara lugas dengan memfasilitasi proses komunikasi antara peneliti dan fenomena yang akan didiskusikan. Untuk merangkum pengetahuan tentang perkembangan karakter individu, digunakan metode kualitatif. Penelaahan terhadap artikel ilmiah, buku, majalah, atau materi terbit lainnya tentang suatu topik tertentu adalah wawasan kepustakaan. Tujuannya adalah untuk memahami bagaimana siswa memandang penggunaan bahasa tersebut; oleh karena itu, mereka diberikan kuesioner. Melalui penggunaan metode ini, peneliti dapat mengetahui pengaruh penggunaan bahasa Indonesia terhadap pemahaman, keterlibatan, dan komunikasi dalam pelajaran Pendidikan Jasmani.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bahasa Indonesia adalah bahasa resmi negara Indonesia, bahasa ibu bagi sekitar 250 juta penduduk Indonesia dan bahasa pengantar dalam semua lini kehidupan yang ada di Indonesia. Bahasa Indonesia memegang peran yang penting dalam mengembangkan prestasi atlet di Indonesia, karena bahasa Indonesia adalah media utama dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan atlet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penguasaan bahasa Indonesia terhadap pemahaman teori dan praktik pendidikan jasmani pada mahasiswa.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah pendidikan melalui aktivitas jasmani pilihan, permainan dan olah raga yang digunakan sebagai sarana untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Akan tetapi, pencapaian tujuan lain yang berkaitan dengan kesehatan jasmani juga merupakan suatu tujuan. Menurut Siedentop (1991), seorang pendidik jasmani dari Amerika Serikat, kurun waktu ini dapat dianggap sebagai prototipe untuk "pendidikan jasmani melalui aktivitas jasmani," yang dimulai sebagai akibat runtuhnya sistem pendidikan gerak pada akhir abad ke-20 dan difokuskan pada pendidikan jasmani, keterampilan penguasaan, pengetahuan, dan pengembangan sosial. Dapat dinyatakan dengan jelas bahwa: "Pendidikan Jasmani adalah pembelajaran

dari, dan melalui, aktivitas fisik." Siswa diperkenalkan pada aktivitas fisik melalui pendidikan jasmani, dengan fokus pada olahraga keterampilan. Pentingnya pendidikan jasmani dipertahankan melalui pengajaran bahasa Indonesia. Berbicara merupakan alat komunikasi yang penting dalam pendidikan, dan dapat membantu siswa memahami konsep dan teori yang diajarkan dalam pendidikan jasmani secara lebih lengkap. Sejalan dengan tren ini, peran bahasa Indonesia menjadi semakin penting dalam dunia pendidikan, karena semakin banyak siswa yang menggunakan bahasa Indonesia untuk menjelaskan dan berdiskusi. Selain itu, mempelajari bahasa Indonesia dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan berpikir kritis mereka, sehingga mereka lebih mampu memahami materi yang harus dipelajari serta konsep dan teori yang diajarkan dalam pendidikan Jasmani. Dalam pendidikan Jasmani, Bahasa Indonesia digunakan untuk menjelaskan konsep dasar seperti mulai, jeda, akhir, dan masih banyak lagi istilah yang berkaitan dengan kosakata Jasmani. Dalam hal ini, siswa harus berbicara Bahasa Indonesia yang baik dan benar.

Dalam pendidikan Jasmani, guru harus menekankan penggunaan bahasa Indonesia di kelas karena dapat membantu siswa memahami materi yang perlu mereka pelajari. Dengan demikian, siswa yang memahami materi dengan baik pada akhirnya akan dapat berpartisipasi dalam umpan balik guru dengan lebih efektif dan akhirnya mencapai standar yang lebih tinggi di bidang pendidikan Islam. Selain itu, ada juga evolusi berkelanjutan bahasa Indonesia yang diungkapkan melalui idiom-idiom khusus yang ditemukan dalam Penjas. Dari sini dapat disimpulkan bahwa bahasa yang digunakan oleh guru dan siswa dalam bidang olahraga tidak sama dengan kamus umum atau Bahasa Indonesia dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks kebangsaan, Bahasa Indonesia dan Penjas memiliki peran dan tujuan yang sama pentingnya. Dalam dunia pendidikan, Bahasa Indonesia dan Bahasa Persia diajarkan sebagai mata pelajaran wajib bagi siswa di berbagai sekolah.

Bahasa Indonesia juga memiliki peranan penting dalam pembentukan rasa percaya diri atlet. Ketika atlet kalah dalam pertandingan atau kompetisi, kepercayaan diri mereka dapat menurun dan mengganggu kemampuan mereka untuk berprestasi di masa mendatang. Namun, bahasa Indonesia juga dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri atlet yang menurun. Hal ini dapat dicapai dengan mengatakan hal-hal yang menyemangati kepada atlet, mendorong mereka untuk berpikir positif, dan memotivasi mereka untuk terus berlatih dan berkembang.

Selain sebagai alat komunikasi bagi atlet untuk memotivasi dan meningkatkan kesadaran diri, bahasa Indonesia juga memberikan manfaat dalam pengembangan

performa atlet secara profesional. Misalnya, penggunaan bahasa Indonesia saat menyelenggarakan seminar dan simposium dapat membantu atlet lebih memahami dan meningkatkan level pemahamannya dalam lari jarak jauh. Hal ini akan membantu dalam mengembangkan atlet yang lebih profesional dan memiliki fokus yang kuat saat mengembangkan keterampilannya di bidang atletik.

Berdasarkan hasil jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang dibuat peneliti melalui Google Form tentang pengaruh Bahasa Indonesia terhadap prestasi dalam bidang jasmani siswa yaitu:

- 1) Pengaruh penguasaan Bahasa Indonesia terhadap kemampuan siswa dalam memahami teori dan praktik dalam pendidikan jasmani. Kemampuan berkomunikasi dan memahami teks-teks yang berkaitan dengan materi pelajaran akan memudahkan siswa dalam memahami dan mengaplikasikan konsep-konsep dalam pendidikan jasmani. Penguasaan bahasa dapat membantu siswa dalam memahami petunjuk instruksi, tugas, atau latihan yang diberikan oleh guru.

#### **4. KESIMPULAN**

Pengaruh penguasaan bahasa Indonesia terhadap pemahaman teori dan praktik pendidikan jasmani pada mahasiswa menunjukkan bahwa kemampuan bahasa Indonesia yang baik memiliki korelasi positif dengan pemahaman terhadap materi pendidikan jasmani, baik teori maupun praktik. Mahasiswa yang memiliki penguasaan bahasa yang lebih tinggi cenderung lebih mudah memahami konsep-konsep teoritis dan instruksi praktik. Ini menunjukkan bahwa bahasa sebagai alat komunikasi sangat berperan dalam proses pembelajaran, khususnya dalam disiplin ilmu yang menggabungkan teori dan praktik seperti pendidikan jasmani. Keterbatasan penguasaan bahasa dapat menjadi hambatan dalam memahami materi secara menyeluruh.

#### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh penguasaan bahasa Indonesia terhadap pemahaman teori dan praktik pendidikan jasmani, disarankan agar mahasiswa meningkatkan kemampuan bahasa Indonesia, terutama dalam konteks akademik, untuk memudahkan pemahaman materi pendidikan jasmani secara menyeluruh. Dosen atau pengajar juga disarankan menggunakan bahasa yang lebih sederhana dan kontekstual agar lebih mudah dipahami oleh mahasiswa dengan tingkat penguasaan bahasa yang bervariasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, M., Azkia Aura Shanda, E. M. R., Meisa Sindriama Rinelda, & Dudih Gustian. (2023). Pemberdayaan masyarakat tentang pentingnya olahraga bagi kesehatan di Desa Bencoy Kecamatan Cireunghas Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Abdi Putra*, 3(2).
- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, R., Cahyono, D., Sukmawati, E., & CS, A. (2023). Peran pendidikan jasmani dalam pengembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2).
- Erdinda, B., Nababan, D. S. B., Azmi, D. S., & ... (2023). Analisis penggunaan bahasa Indonesia yang baik dan benar di kalangan mahasiswa. *IJM: Indonesian Journal of Linguistics*, 1, 115–125.
- Febriana, I., Panggabean, F., Tarigan, I. B., Sinaga, J. A. C., & Diwa, W. S. (2024). Implementasi bahasa Indonesia dalam pengajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran. *Populer: Jurnal Penelitian Mahasiswa*, 3(3), 240–245.
- Kustiara, D. (2018). Studi pendahuluan: Analisis potensi penerapan pendidikan gizi di sekolah alam Bengawan Solo. *Berita Kedokteran Masyarakat*.
- Nurfajariyah, A. P., Permatahati, K., Pramanta, I. A. D., Nasrullah, M. H., Aziz, M. W., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Pengaruh pembelajaran bahasa Indonesia pada bidang pendidikan jasmani untuk meningkatkan dan mengembangkan prestasi siswa. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(1), 30–35.
- Tasita, A. D. A., Shofiyah, H., Sofyan, L. H., Maulana, M. H., Saputri, S. E., Akbar, S. S. G., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Peran bahasa Indonesia dalam peningkatan komunikasi dan interaksi dalam pembelajaran PJOK. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2), 339–347.