

**PENGEMBANGAN BAHAN AJAR MATA KULIAH OLAAHRAGA REKREASI
UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS PEMBELAJARAN
MAHASISWA JURUSAN ILMU KEOLAAHRAGAAN**

Puji Ratno¹, Zulfan Heri², Zulfahri³.

Abstrak: Salah satu unsur penting dalam proses belajar mengajar adalah tersedianya bahan ajar yang baik dan sesuai dengan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai, hal tersebut karena bahan ajar merupakan kumpulan materi yang akan disampaikan. Bahan ajar yang baik harus disesuaikan dengan tujuan dan kompetensi yang diharapkan bagi mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menyusun bahan ajar mata kuliah olahraga rekreasi bagi mahasiswa program studi Ilmu Keolahragaan dalam bentuk buku ajar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan. Kegiatan penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, dengan melibatkan 60 orang mahasiswa sebagai sampel dan 3 ahli bidang olahraga rekreasi dan 2 orang dosen olahraga alam terbuka. Hasil penelitian ini menghasilkan buku ajar dengan kerangka buku sebagai berikut: Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan teknis pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah.

Kata Kunci: *Pengembangan, bahan, ajar, olahraga, rekreasi*

Abstract: *One important element in the teaching and learning process is the availability of teaching materials that are good and in accordance with the learning objectives to be achieved, this is because teaching materials are a collection of material that will be delivered. Good teaching materials must be adapted to the goals and competencies expected of students. The purpose of this study was to compile teaching materials for recreational sports courses for students of the Sports Science study program in the form of textbooks. This study uses research and development method. This research activity was carried out at the Faculty of Sports Science, Medan State University, involving 60 students as a sample and 3 experts in recreational sports and 2 lecturers in outdoor sports. The results of this study produced textbooks with the following book framework: . History and nature of recreational sports. Classification of recreational sports material, equipment and maintenance of outbound equipment, management of outbound activities and technical implementation of outbound activities, Games in Outbound, rope tamali, rafting, adventure in nature and camping.*

Keywords: *Development, Material, Teaching, Sport And Recreation*

^{1,3} Penulis adalah Staff Edukatif Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

² Penulis adalah Staff Edukatif Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Indonesia

PENDAHULUAN

Perjalanan pendidikan di Indonesia tidak luput dari pengaruh perubahan zaman yang menyebabkan terjadinya pergeseran tujuan pendidikan nasional. Globalisasi yang melanda seluruh dunia di abad ke 21 menyebabkan tujuan pendidikan nasional tidak lagi hanya untuk mencerdaskan bangsa dan memerdekakan manusia namun bergeser mengarah kepada pendidikan sebagai komoditas karena lebih menekankan penguasaan Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Seni (IPTEKS) yang bersifat pragmatis dan materialis. Hal ini tentu menjadi perhatian kita semua mengingat tujuan Pendidikan Nasional yang tercantum dalam UU No 20 Tahun 2003, Pasal 3, tidak hanya berorientasi terhadap pragmatisme dan materialisme namun memiliki tujuan yang utuh untuk membentuk manusia yang memiliki iman dan taqwa (IMTAQ) serta menguasai IPTEKS. Pergeseran tujuan pendidikan nasional tersebut semakin terasa saat ini dengan terjadinya krisis karakter di bidang pendidikan, karena pragmatism dalam merespon kebutuhan pasar kerja lebih menekankan kepada hal-hal yang bersifat materialisme sehingga melupakan pengajaran dengan semangat kebangsaan, keadilan sosial, serta sifat-sifat kemanusiaan yang memiliki moral luhur sebagai warga negara.

Kurikulum merupakan nyawa dari suatu program pembelajaran sehingga keberadaannya memerlukan rancangan, pelaksanaan serta evaluasi secara dinamis sesuai dengan perkembangan zaman, kebutuhan Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Seni (IPTEKS) serta kompetensi yang dibutuhkan oleh masyarakat, maupun pengguna lulusan perguruan tinggi. Perkembangan IPTEKS di abad ke-21 yang berlangsung secara cepat mengikuti pola logaritma, menyebabkan Standar Pendidikan Tinggi (SN-Dikti) juga mengikuti perubahan tersebut. Dalam kurun waktu enam tahun SN-Dikti telah mengalami tiga kali perubahan, yaitu dari Permenristekdikti No 49 tahun 2014 diubah menjadi Permenristekdikti No 44 tahun 2015, dan terakhir diubah menjadi Permendikbud No 3 tahun 2020 seiring dengan kebijakan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan tentang Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM). Bagi khalayak umum seringkali perubahan tersebut dipersepsikan secara keliru sebagai suatu keharusan bahwa setiap ganti menteri pendidikan, ganti pula kurikulum pendidikannya. Akan tetapi sesungguhnya perubahan kurikulum pendidikan merupakan keniscayaan sepanjang tidak bertentangan dengan filosofi pendidikan serta peraturan yang berlaku.

Dalam rangka menyiapkan mahasiswa menghadapi perubahan sosial, budaya, dunia kerja dan kemajuan teknologi yang pesat, kompetensi mahasiswa harus disiapkan untuk lebih gayut dengan kebutuhan zaman. Link and match tidak saja dengan dunia industri dan dunia kerja tetapi juga dengan masa depan yang berubah dengan cepat. Perguruan Tinggi dituntut untuk dapat merancang dan melaksanakan proses pembelajaran yang inovatif agar mahasiswa dapat meraih capaian pembelajaran mencakup aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan secara optimal dan selalu relevan. Kampus Merdeka diharapkan dapat menjadi jawaban atas tuntutan tersebut. Kampus Merdeka merupakan wujud pembelajaran di perguruan tinggi yang otonom dan fleksibel sehingga tercipta kultur belajar yang inovatif, tidak mengekang, dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

Dalam perkembangan kurikulum di perguruan tinggi, Pemerintah melalui Peraturan Presiden telah menerbitkan Perpres No. 08 tahun 2012 tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) dan Lampirannya yang menjadi acuan dalam penyusunan capaian pembelajaran lulusan dari setiap jenjang pendidikan secara nasional, untuk menjamin kualitas lulusan perguruan tinggi di seluruh Indonesia. Oleh karena itu melalui Kementerian pendidikan dan kebudayaan telah menerbitkan peraturan menteri yang mengatur petunjuk teknis terkait pelaksanaan Perpres tersebut melalui Peraturan menteri Permendikbud no. 73 Tahun 2013

Mata kuliah olahraga rekreasi merupakan mata kuliah kompetensi Jurusan Ilmu Keolahragaan yang akan dijalani oleh mahasiswa pada semester IV. Secara umum mata kuliah

ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan tentang berbagai, sejarah olahraga rekreasi, kegiatan olahraga rekreasi, tatalaksana kegiatan olahraga rekreasi, berupa kegiatan di alam bebas. Tujuan utama kegiatan olahraga rekreasi adalah memberikan kontribusi yang nyata dan sangat berharga dan memberi inspirasi bagi kesejahteraan dan kelangsungan hidup masyarakat baik jasmani, rohani, dan sosial. Maknanya dalam olahraga rekreasi yang dilakukan tidak sekedar aktifitas fisik semata, tetapi lebih luas terkait dengan tujuan peningkatan kualitas aspek mental sosial secara menyeluruh serta memberikan kontribusi terhadap kehidupan setiap individu.

Bahan ajar merupakan segala bahan (baik informasi, alat, maupun teks) yang disusun secara sistematis, yang menampilkan sosok utuh dari kompetensi yang akan dikuasai peserta didik dan digunakan dalam proses pembelajaran dengan tujuan perencanaan dan penelaahan implementasi pembelajaran. Misalnya buku pelajaran, modul, handout, LKS, model atau maket, bahan ajar audio, bahan ajar interaktif, dan sebagainya. Menurut National Centre for Competency Based Training dalam, bahan ajar adalah segala bentuk bahan yang digunakan untuk membantu guru atau instruktur dalam melaksanakan proses pembelajaran di kelas. Bahan yang dimaksud bisa berupa bahan tertulis maupun tidak tertulis. Pandangan dari ahli lainnya mengatakan bahwa bahan ajar adalah seperangkat materi yang disusun secara sistematis sehingga tercipta lingkungan atau suasana yang memungkinkan peserta didik untuk belajar.

Bahan ajar merupakan bagian dari beberapa sumber belajar berbentuk materi pembelajaran yang dikemas sebagai bahan untuk disajikan dalam proses pembelajaran. Bahan ajar merupakan sumber belajar atau wahana fisik yang mengandung materi instruksional yang dapat merangsang masiswa untuk belajar. Bahan ajar dalam proses pembelajaran merupakan satu unsur yang penting dalam proses pembelajaran, hal tersebut karena bahan ajar merupakan materi yang akan disampaikan. Bahan ajar yang baik harus disesuaikan dengan tujuan dan kompetensi yang diharapkan bagi mahasiswa. Bahan ajar akan menentukan tercapai tidaknya tujuan kompetensi pembelajaran yang diharapkan. Dengan demikian bahan ajar merupakan inti dari kurikulum yang berfungsi sebagai alat pencapaian tujuan dalam proses pembelajaran.

Bahan ajar dalam penyajiannya berupa deskripsi yakni berisi tentang fakta-fakta dan prinsip-prinsip, norma yakni berkaitan dengan aturan, nilai dan sikap, serta seperangkat tindakan/keterampilan motorik. Dengan demikian, bahan pembelajaran pada dasarnya berisi tentang pengetahuan, nilai, sikap, tindakan dan keterampilan yang berisi pesan, informasi, dan ilustrasi berupa fakta, konsep, prinsip, dan proses yang terkait dengan pokok bahasan tertentu yang diarahkan untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Adapun hasil dari penelitian mengenai kecemasan seperti penelitian (Virginia et al., 2020) menerangkan bahwa adanya hubungan yang rendah antara kecemasan dengan performa atlet renang dan hasil menunjukkan tingkat kecemasan yang rendah maka performa atlet semakin tinggi. Kecemasan yang dialami atlet biasanya terjadi sebelum atau saat perlombaan sedang berlangsung. Hal ini dapat merugikan atlet, skill yang sebelumnya sudah baik bahkan diatas rata-rata tidak akan muncul saat perlombaan dan mudah mengalami kekalahan. Agar seorang atlet tidak kehilangan waktu produktif dalam berkarir di dunia olahraga diperlukan pengelolaan kecemasan yang baik sehingga dapat memperlihatkan kemampuannya secara maksimal (Retnoningsasy & Jannah, 2015). Oleh karena itu psikologi olahraga berperan penting terhadap olahraga prestasi terutama renang karena meskipun persiapan kondisi fisik dan latihan sudah dilakukan dengan sangat baik namun tetap belum bisa maksimal apabila mudah mengalami masalah psikologis seperti kecemasan. Sehingga dari permasalahan tersebut peneliti akan mengkaji lebih dalam kontribusi kecemasan pada atlet renang gaya bebas jarak 50 meter Berpedoman pada Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005 bahwa secara konsep dan pengertian olahraga rekreasi merupakan

kegiatan olahraga/aktivitas jasmani yang dilakukan oleh individu, kelompok, atau masyarakat dengan tujuan untuk memperoleh kesehatan, kebugaran jasmani, kegembiraan, membangun hubungan sosial, melestarikan dan meningkatkan kekayaan budaya daerah dan nasional. Richard (2013) dalam bukunya *Recreational sport programming* menyebutkan recreational sport meliputi aktivitas jasmani, program rekreasi, olahraga intramural, rekreasi jasmani, dan olahraga. Selanjutnya, disebutkan terdapat 4 subjek kunci dalam olahraga rekreasi, yaitu kesehatan, waktu lowong, rekreasi, dan olahraga. Olahraga rekreasi disebutnya juga sport for all yang dilakukan dengan berbagai tujuan terutama untuk kesenangan dan hiburan pada waktu lowong. Di Indonesia sport for all ini telah dikampanyekan sejak tahun 1980an dengan slogan “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” dan ditindaklanjuti pada waktu itu dengan melaksanakan tes kebugaran jasmani Indonesia piagam presiden.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat dilihat bahwa olahraga rekreasi dapat dilakukan oleh siapa saja, dimana saja, kapan saja, dan dengan kegiatan apa saja. Olahraga rekreasi tidak dibatasi oleh usia, jenis kelamin, dan kondisi seseorang. Olahraga rekreasi dapat dilakukan di dalam ruangan maupun di luar ruangan tanpa diikat waktu tertentu. Sedang kegiatannya bisa dilakukan dengan berbagai macam aktivitas. Olahraga rekreasi dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa persyaratan khusus karena tujuan utamanya adalah membangun dan mengembangkan kebugaran jasmani. Berbeda dengan olahraga pendidikan dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan terkait erat dengan satuan pendidikan, misalnya ada peserta didik dan pendidik dengan tujuan utama sehat-bugar dan terampil, cerdas-berakhlak mulia. Olahraga prestasi terkait erat dengan tujuan utamanya menjadi juara.

Berdasarkan tujuan utamanya, maka terdapat perbedaan konsep dan pengertian dari olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi.

Di Indonesia induk organisasi olahraga rekreasi ini adalah Federasi Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia (FORMI = Indonesia Sport for All Federation) dan sudah menjadi anggota dari TAFISA (The Association for International Sport for All) (<http://www.formi.or.id>). Berdasarkan tujuannya, maka aktivitas yang dapat dilakukan dalam olahraga rekreasi berupa aktivitas fisik termasuk juga olahraga, dan olahraga tradisional. Misalnya, pagi hari sebelum kerja melakukan jalan, jogging, dan bersepeda. Sore/bahkan malam hari pulang dari kerja bermain bulutangkis, tenis, futsal, dll. Aktivitas ini dilakukan baik dilakukan sendiri maupun bersama teman dengan gembira dan suasana hati yang senang.

Olahraga rekreasi ini dilaksanakan berbasis masyarakat dengan memperhatikan prinsip mudah, murah, menarik, manfaat, dan massal. Apabila aktivitas olahraga yang dipilih dalam melakukan olahraga rekreasi, maka yang perlu diperhatikan dan menjadi catatan penting bahwa olahraga yang dilakukan dalam upaya untuk mengembangkan dan membentuk kebugaran jasmani (bukan olahraga elit yang targetnya menang atau juara) dan sekaligus untuk memperoleh kegembiraan sebelum, selama, dan setelah aktivitasnya. Olahraga atau aktivitas jasmani dijadikan sebagai sarana rekreasi yang dengan aktivitas tersebut pelakunya menjadi sehat dan bugar serta memperoleh manfaat rekreasi “membuat sesuatu yang baru (dari rutinitas pekerjaan) dan juga revitalisasi-semangat hidup yang baru” (Hayden Ramsay dalam bukunya *Reclaiming leisure: art, sport and philosophy*). Individu yang bugar jasmaninya, gembira hidupnya, dan selalu bersemangat dalam kehidupannya diharapkan menjadi individu yang produktif dalam bekerja dan berkarya sehingga dapat berkontribusi positif dalam membangun kehidupan keluarga, masyarakat dan bangsa. Apapun aktivitas yang dilakukan dalam olahraga rekreasi, tujuan utamanya adalah untuk mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani. Mengutip pendapat Corbin dkk (2008) dalam bukunya *Concepts of Physical Fitness: Active Lifestyles for Wellness* bahwa kebugaran jasmani merupakan kemampuan/kesanggupan tubuh untuk melakukan fungsinya secara efektif dan efisien. Kebugaran jasmani berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan kerja secara efektif, kesenangan waktu lowong, bebas dari penyakit kurang gerak, dan masih dapat

melakukan aktivitas meskipun dalam situasi darurat. Dalam hal ini terdapat 5 komponen yang berhubungan dengan kesehatan dan 6 komponen yang berhubungan dengan keterampilan dan masing-masing komponen berkontribusi terhadap total kualitas hidup.

Olahraga rekreasi ini dapat diselenggarakan dalam bentuk festival dari tingkat daerah sampai nasional seperti Festival Olahraga Rekreasi Nasional (FORNAS). Jadi, olahraga rekreasi selain bertujuan untuk kebugaran jasmani, juga berupaya untuk melestarikan budaya daerah dan nasional, serta menjalin dan meningkatkan hubungan sosial dan kegembiraan. Oleh karena itu, indikator utama keberhasilan penyelenggaraan olahraga rekreasi (sport for all) terletak pada keikutsertaan/partisipasi dan unsur kegembiraan bagi masyarakat. Gerakan olahraga rekreasi yang dulu pernah dikampanyekan dengan “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” akhir-akhir ini kembali digelorkan.

Misalnya, kebijakan “car free day”, komunitas gowes bahkan kementerian pemuda dan olahraga telah mencanangkan “Hari bersepeda Nasional”. Berbagai klub aktivitas fisik bermunculan, baik yang resmi terorganisir maupun yang hanya wadah berkumpul melakukan aktivitas yang sama dan akhirnya terbentuk berbagai komunitas. Klub kebugaran jasmani semakin banyak diminati masyarakat. Kesadaran akan pentingnya kebugaran jasmani menjadi lebih baik. Kesadaran yang terinternalisasi lahir menjadi kebutuhan.

Kesadaran dan kebutuhan untuk melakukan aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat diajak untuk ikut aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dan tidak hanya senang sebagai penonton. Agar gerakan memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat dapat menjadi budaya, perlu dikelola dengan baik. Oleh karena itu, pemerintah Indonesia merasa perlu membentuk bidang yang mengurusinya. Pada tingkat kementerian pemuda dan olahraga terdapat deputi pembudayaan olahraga yang juga diikuti sampai dinas pemuda dan olahraga provinsi dan kabupaten/kota, yakni bidang pembudayaan olahraga. Untuk membumikan budaya olahraga dalam kehidupan masyarakat, maka pemerintah hendaknya menyediakan prasarana dan sarana olahraga masyarakat dari desa sampai ke kota terutama di alam terbuka seperti stadion, gedung/gelanggang olahraga yang dapat menampung berbagai aktivitas jasmani/olahraga, berbagai fasilitas olahraga yang menantang tetapi menggembirakan. Tidak kalah pentingnya adalah ketersediaan tenaga keolahragaan yang dapat membimbing masyarakat melakukan aktivitas olahraga rekreasi dengan benar sesuai kaidah keilmuan agar didapat hasil yang optimal. Semua fasilitas olahraga rekreasi juga diupayakan untuk sebanyak-banyaknya mengajak dan dapat menampung keikutsertaan/partisipasi masyarakat. Aktivitas jasmani diharapkan menjadi kebutuhan individu, keluarga, dan masyarakat. Diharapkan, didalam tubuh yang sehat akan terdapat jiwa yang sehat. Oleh itu, jika seseorang itu ingin menjadi atlet, dia perlu mempunyai tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dibanding dengan orang lain.

Kualitas suatu program pendidikan dan latihan dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya kualitas bahan ajar, sarana prasarana, lingkungan dan lain sebagainya. Bahan ajar sebagai salah satu alat bantu dalam kegiatan pembelajaran dalam pemenuhannya harus sesuai dengan kompetensi yang diinginkan, tanpa pemahaman terhadap hal tersebut maka siapapun yang akan mengembangkan bahan ajar akan mengalami kesulitan.

Kegiatan pengembangan bahan ajar adalah kegiatan akademik yang dapat dilakukan sendiri oleh widyaiswara. Bahan ajar ini sebagai pendukung dalam proses pendidikan dan latihan yang dilaksanakan. Pengembangan bahan ajar dilakukan berdasarkan suatu proses yang sistematis agar kesahihan dan keterpercayaan bahan ajar dapat dijamin. Ada beberapa faktor yang dapat berpengaruh terhadap kualitas bahan ajar dan harus selalu diperhatikan dalam proses pengembangan bahan ajar, yaitu isi, cakupan, keterbacaan, bahasa, ilustrasi, perwajahan dan pengemasan. Kualitas bahan ajar sangat tergantung pada ketepatan dalam memperhitungkan faktor-faktor tersebut dalam pengembangan bahan ajar.

Pengembangan bahan ajar yang sistematis dimulai dari proses perancangan dan pengembangannya dapat berupa aktivitas mengembangkan sendiri, atau menggunakan bahan ajar yang sudah ada, sampai pada uji coba bahan ajar. Pengetahuan terhadap faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hasil perlu dipertimbangkan dalam pengembangan bahan ajar dan prosedur pengembangan bahan ajar yang sistematis juga diperlukan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Research and Development* atau penelitian pengembangan. Penelitian ini diawali dengan analisis kebutuhan pengguna sebagai bahan untuk merancang ulang kurikulum. Dilanjutkan dengan pengumpulan bahan untuk menyusun bahan ajar. Penelitian ini dilakukan untuk menghasilkan produk bahan ajar berupa print out buku olahraga rekreasi. Kegiatan yang dilakukan antara lain melakukan perancangan ulang kurikulum melalui analisis kebutuhan dengan mengumpulkan data dari pemangku kepentingan, pelatih olahraga rekreasi, dosen olahraga rekreasi, terkait dengan kurikulum (silabus dan SAP) yang digunakan selama ini. Data juga dikumpulkan dari pemangku kepentingan, pelatih olahraga rekreasi, dosen olahraga rekreasi. Penyusunan bahan ajar tetap memperhatikan urutan dan kedalaman materi yang dibahas. Bahan ajar yang telah disusun selanjutnya diadakan seminar hingga menghasilkan bahan ajar berupa print out buku olahraga rekreasi latihan yang baik yang sesuai dengan tuntutan kompetensi.

HASIL

Penelitian ini telah menghasilkan kerangka buku olahraga rekreasi yang telah melewati beberapa proses validasi ahli, untuk memenuhi persyaratan dalam penelitian pengembangan. Adapun kerangka isi buku yaitu: Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan tehnik pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah, manajemen kegiatan outbound, tata cara pembuatan permainan outbound. Hasil ini diperoleh dari sekali *focus group discussion* (FGD) dan dua kali validasi ahli. Tahap pertama berupa penyusunan draf oleh peneliti, telah mengidentifikasi banyak materi ajar yang harus dikuasai oleh mahasiswa untuk memahami isi mata kuliah olahraga rekreasi dengan kurikulum MBKM saat ini, dengan berbagai macam tagihan tugas berupa, tugas rutin, mereview buku, mereview jurnal dan membuat proyek dan mini riset.

Secara garis besar tujuan dari mata kuliah ini adalah mahasiswa mampu menguasai dan memahami tatalaksana kegiatan olahraga rekreasi, baik dalam menyusun kegiatan olahraga rekreasi, baik berupa permainan high impact, low impact dan middle impact. Mata kuliah ini berlangsung secara teori dan praktek langsung di lapangan Fakultas Ilmu Keolahragaan, kegiatan praktek berupa penyusunan program kegiatan olahraga rekreasi, Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan tehnik pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah.

PEMBAHASAN

Focus group discussion dilakukan untuk mendapatkan masukan dari pakar, terutama pakar olahraga alam terbuka, dan olahraga permainan untuk mendapatkan masukan, terkait draf materi bahan ajar yang akan dikembangkan dalam penyusunan buku ajar mata kuliah olahraga rekreasi. Pakar yang terlibat dalam FGD pengembangan bahan ajar mata kuliah olahraga rekreasi ini sebanyak 5 orang. Tiga pakar olahraga rekreasi, dan dua pakar permainan

kecil olahraga. Hasil dari FGD tersebut ada beberapa masukan untuk lebih menyempurkan draf materi bahan ajarnya.

Dari 10 materi yang diajukan pada draf awal pada saat FGD berkurang menjadi 8 materi setelah dilakukan FGD yaitu, Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan tehnik pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah.

Setelah FGD dilakukan maka selanjutnya dilakukan uji validasi ahli untuk menentukan apakah draf materi bahan ajar mata olahraga rekreasi telah layak untuk dijadikan materi dalam bahan ajar mata kuliah latihan beban yang sesuai dengan kurikulum MBKM. Uji validasi ini melibatkan satu orang ahli olahraga rekreasi dan permainan kecil olahraga. Menyetujui draf materi untuk bahan ajar mata kuliah olahraga rekreasi dengan kerangka buku yaitu. Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan tehnik pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah..

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah mendapatkan hasil penelitian dan juga setelah dibahas pada bab sebelumnya maka kesimpulan dari penelitian ini adalah tersusunnya kerangka buku olahraga rekreasi yang telah melewati beberapa proses validasi ahli, untuk memenuhi persyaratan dalam penelitian pengembangan. Adapun kerangka isi buku yaitu. Sejarah dan hakikat olahraga rekreasi. Klasifikasi materi olahraga rekreasi, perlengkapan dan perawatan peralatan outbound, tata laksana kegiatan outbound dan tehnik pelaksanaan kegiatan outbound, Games dalam Outbound, tali tamali, Arung jeram, berpetualang di alam dan berkemah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Abdul Majid. 2012. *Perencanaan Pembelajaran Mengembangkan Standar Kompetensi Guru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Arismunandar. 1997. *Rekreasi dan industry olahraga*, Jakarta. Menteri Pemuda dan olahraga
- Ariyanto. 2005. *Ekonomi pariwisata*. Jakarta. PT. Pradnya Paramita
- Belawati, dkk. (2003). *Pengembangan Bahan Ajar*. Jakarta: Pusat Penerbitan
- Bompa, Tudor. 1994. *Theory and Methodology of Training*. Toronto: Kendal Hunt Publishing Company
- Harsono. 1988. *Choaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam choaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusumah
- Nossek, J. 1982. *General Theory of Training*. Lagos: National Institute For Sports, Pan African Press, Ltd.
- Sagala, Syaiful. 2009. *Kemampuan Profesional Guru dan Tenaga Kependidikan*. Penerbit: Alfabeta, cetakan 2. Bandung
- <http://zulkarnainidiran.wordpress.com/2009/06/28/131/>
- <http://lldikti12.ristekdikti.go.id/2013/04/28/kurikulum-nasional-berbasis-kompetensi-mengacu-pada-kkni.html>
- <http://dikti.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2020/04/Buku-Panduan-Merdeka-Belajar-Kampus-Merdeka-2020>.