

## KONTRIBUSI PELAKSANAAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMA NEGERI SE-KABUPATEN PEKALONGAN TERHADAP PRESTASI OLAHRAGA DI KABUPATEN PEKALONGAN TAHUN 2019

Dermawan Suryantono<sup>1</sup>, Buyung Kusumawardhana<sup>2</sup>

Universitas PGRI Semarang, Jalan Gajah Raya, Sambirejo, Kecamatan Gayamsari, Kota Semarang, Jawa Tengah

suryantonoderawan@gmail.com

### *Abstract*

Based on the results of the 2019 popda high school / vocational school equivalent where Pekalongan Regency received 2 gold, 2 silver and 8 bronze. However, it is not yet known what extracurricular contributes to the achievements of sports in the district, especially Pekalongan Regency. Therefore, the researcher wanted to find out whether there was a contribution from the implementation of sports extracurricular activities in public high schools in Pekalongan Regency to sports performance for Pekalongan Regency. The data collection methods used in this study were observation, documentation and interview techniques. The data analysis technique used a qualitative descriptive technique. Based on the data from the results of the analysis in the research conducted, it can be concluded that the contribution made by the school to achievement was in the form of training according to schedule, facilities and infrastructure as well as athletes who were outstanding.

**Keywords:** Sports extracurricular, Sports achievement, Senior High school, Pekalongan Regency.

### **Abstrak**

Berdasarkan hasil dari POPDA provinsi SMA/SMK sederajat 2019 dimana Kabupaten Pekalongan mendapatkan 2 emas, 2 perak dan 8 perunggu. Namun, sampai saat ini belum diketahui kontribusi ekstrakurikuler terhadap prestasi olahraga di kabupaten khususnya Kabupaten Pekalongan. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah ada kontribusi pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se-Kabupaten Pekalongan terhadap prestasi olahraga bagi Kabupaten Pekalongan. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan teknik observasi, dokumentasi dan wawancara. Teknik analisis data menggunakan dekriptif kualitatif. Berdasarkan data dari hasil analisis dalam penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kontribusi yang diberikan sekolah untuk prestasi berupa latihan sesuai jadwal, sarana dan prasarana serta atlet yang berprestasi.

**Kata kunci:** Ekstrakurikuler Olahraga, Prestasi Olahraga, SMA Negeri, Kabupaten Pekalongan

---

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan disekolah/madrasah (Anifral Hendri, 2008). Kegiatan ekstrakurikuler dalam pendidikan jasmani sangat penting karena merupakan suatu wadah untuk penyaluran bakat dan pembentukan prestasi. Kegiatan pengembangan ekstrakurikuler olahraga mempunyai banyak fungsi dalam mendidik peserta didik atau olahragawan pelajar. Fungsi kegiatan

ekstrakurikuler ialah mengembangkan potensi dan bakat dari olahragawan sekolah, Interaksi sosial yang muncul dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat memberikan ruang untuk mengembangkan kemampuan dan tanggungjawab sosial peserta didik, ekstrakurikuler olahraga dapat bersifat rekreatif meskipun tujuannya secara umum ialah prestasi, dan ekstrakurikuler olahraga berfungsi untuk persiapan karier bagi peserta didik yang mempunyai cita-cita menjadi olahragawan profesional.

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler melibatkan banyak pihak, agar dapat mencapai fungsi dan tujuan kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini akan terwujud, jika pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan sebaik-baiknya khususnya pengaturan siswa, peningkatan disiplin siswa dan semua petugas. Oleh karena itu, keterlibatan ini dimaksudkan untuk memberikan pengarahan dan pembinaan juga menjaga agar kegiatan tersebut tidak mengganggu atau merugikan aktivitas akademis. Pembinaan ekstrakurikuler merujuk pada guru atau petugas khusus yang ditunjuk oleh kepala sekolah untuk membina kegiatan ekstrakurikuler. Setelah program selesai, pembina perlu mengadakan evaluasi. Evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui kemanfaatan program bagi siswa maupun bagi sekolah, hemat biaya atau tidak, dan sebagainya. Hasil evaluasi ini bermanfaat bagi pengambil keputusan untuk menentukan perlu tidaknya suatu program ekstrakurikuler dilanjutkan (Suryosubroto, 2009: 302-305).

Prestasi olahraga merupakan faktor yang dapat meningkatkan harkat dan martabat bangsa dimata dunia Internasional. Prestasi olahraga dapat dicapai apabila sistem pembinaan yang ada dapat direncanakan dan terlaksana dengan baik. Berdasarkan jenjang pendidikan formal, Sekolah Menengah Atas (SMA) atau yang sederajat merupakan sekolah yang berpeluang paling besar menciptakan atlet-atlet atau olahragawan, karena pada banyak teori dan kenyataan di lapangan usia spesialisasi cabang olahraga dan usia emas seorang olahragawan terjadi pada rentang usia 15-19 tahun dan usia-usia tersebut adalah usia-usia pada masa SMA/SMK/MAN/yang sederajat. Menurut M Furqon (2002) proses pembinaan memerlukan waktu yang lama, yakni mulai dari masa kanak-kanak atau usia dini hingga anak mencapai tingkat efisiensi kompetisi yang tertinggi. Pembinaan olahraga dapat dilaksanakan dari daerah atau Provinsi sebagai garda terdepan dalam memajukan prestasi olahraga Nasional.

Berdasarkan hasil POPDA Provinsi SMA/SMK 2019 ,Kabupaten Pekalongan memperoleh 2 emas,2 perak dan 8 perunggu. Namun, sampai saat ini belum diketahui kontribusi apa yang diberikan ekstrakurikuler terhadap prestasi olahraga di kabupaten khususnya Kabupaten Pekalongan.Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui apakah ada kontribusi pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se- Kabupaten Pekalongan terhadap prestasi olahraga bagi Kabupaten Pekalongan.

## **METODE**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif.

### **Setting Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2020 di 11 SMA Negeri se-Kabupaten Pekalongan, dan Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata (DISPORAPAR).

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata (DINPORAPAR) Kabupaten Pekalongan, pihak sekolah, dan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

### **Teknik dan Instrument Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan observasi, dokumentasi, dan wawancara.

### **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data menurut Miles dan Huberman (2009: 16), dalam analisis data kualitatif terdapat tiga tahapan yang harus dikerjakan, yaitu (1) reduksi data (*data reduction*); (2) penyajian data (*data display*); (3) penarikan kesimpulan dan verifikasi (*conclusion drawing/verifying*). Reduksi dalam penelitian dimaksudkan untuk lebih mempertajam, menggolongkan, mengarahkan, membuang bagian data yang tidak diperlukan, dan mengorganisasikan data pada hal-hal penting terkait kontribusi ekstrakurikuler olahraga terhadap prestasi olahraga di SMA se-Kabupaten Pekalongan sehingga lebih mudah untuk dilakukan penarikan kesimpulan yang selanjutnya dilanjutkan dengan proses verifikasi. Data disajikan dalam bentuk uraian singkat dan tabel. Selanjutnya penyajian data dalam penelitian ini dengan menggunakan teks yang bersifat naratif. Langkah berikutnya yaitu menarik kesimpulan dan verifikasi berdasarkan dari hasil pengumpulan data yang dilapangan yang disajikan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri se Kabupaten Pekalongan memiliki jadwal yang bervariasi. Tetapi, Jadwal latihan ekstrakurikuler SMA se Kabupaten Pekalongan rata-rata hanya 1-2 kali dalam seminggu. Untuk mendapatkan prestasi olahraga maka harus ada proses latihan dengan program yang baik, disamping itu juga melakukan pertandingan atau kompetisi-kompetisi kecil juga perlu dilakukan agar pelajaran yang diterima di ekstrakurikuler bisa dijalankan dengan baik. Program latihan adalah komponen penunjang. Program latihan dibuat langsung oleh pelatih itu sendiri. Latihan terkait waktu, bobot, isi, jenis latihan dan lain-lain harus disesuaikan.

Dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan captain dari ekstrakurikuler voli di SMA N 1 Kandang serang menyebutkan bahwa:

*untuk latihan seminggu itu 2 kali tapi saat akan mengikuti event latihan hampir setiap hari*

Berdasarkan wawancara diatas, menunjukkan bahwa pembinaan prestasi masih ada kesenjangan dan belum dilaksanakan secara berkesinambungan agar mencapai prestasi yang maksimal. Hal ini juga di perjelas dengan jadwal ekstrakurikuler dari masing-masing sekolah juga menunjukkan bahwa latihan di ekstrakurikuler olahraga dilakukan seminggu 1-2x saja. Menurut M. Sajoto (1995) menyebutkan bahwa frekuensi minimum latihan tiap minggunya menjalankan program latihan selama empat kali dalam seminggu. Prestasi terbaik hanya akan dapat dicapai, tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya yang mencakup kepribadian atlet, pembinaan kondisi fisik, keterampilan teknik, latihan taktik dan latihan mental.

Prestasi merupakan hasil dari proses latihan dan pengembangan bakat. Dalam wawancara yang telah dilakukan dengan ketua bagian olahraga DINPORAPAR, mengatakan :

*Untuk target prestasi di popda SMA provinsi jawa tengah kami realistis yaitu menargetkan sesuai dengan kemampuan kami di peringkat 20'an dan yang terpenting tidak di posisi terakhir dan alhamdulillah sudah sesuai target.*

Berdasarkan wawancara diatas menunjukan bahwa prestasi olahraga di Kabupaten Pekalongan masih rendah dan belum bisa bersaing dengan kabupaten/kota besar di wilayah Jawa Tengah walaupun sudah memenuhi target yang diberikan oleh DINPORAPAR Kabupaten Pekalongan. Dalam mencapai prestasi yang maksimal dibutuhkan keterlibatan dari semua aspek mulai dari atlet, pelatih, fasilitas dan kerja sama dari semua pihak yang terlibat didalamnya.

Dalam POPDA SMA/SMK/MA tingkat Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Pekalongan mendapatkan peringkat 23 dengan rincian 2 medali emas, 2 medali perak dan 8 medali perunggu. Medali emas diraih cabang olahraga renang dan atletik, medali perak dari cabang olahraga atletik dan medali perunggu dipersembahkan oleh cabang olahraga renang, atletik, *taekwondo*, tinju dan pencak silat. Cabang olahraga atletik di Kabupaten Pekalongan sendiri mempunyai banyak peminat dan memiliki prestasi yang cukup baik. Hal ini dikarenakan wilayah Kabupaten Pekalongan berada dari dataran tinggi sampai daerah pantai jadi banyak tempat sangat cocok untuk latihan, salah satu pelatih dari cabang olahraga atletik pun juga berprofesi sebagai guru di salah satu SMA di Kabupaten Pekalongan dimana bisa melihat bibit bibit yang mempunyai bakat agar dapat dibina dan mempunyai progres yang baik dari siswa yang ada di sekolah dan di ekstrakurikuler.

Kegiatan pembinaan prestasi diperlukan dari kecil dengan adanya dukungan baik sarana dan prasarana maupun dana dalam hal ini adalah sebagai bentuk dari proses berjalannya kegiatan pembinaan. Dengan demikian tanpa adanya dukungan dana maka pembinaan tidak akan tercapai. Dukungan tersebut sangat erat kaitannya agar dapat diwujudkan program terpadu guna mendukung seluruh kegiatan olahraga sehingga prestasi yang maksimal akan dapat tercapai. Dukungan dana tersebut digunakan untuk memfasilitasi sarana dan prasarana agar lengkap sehingga proses pembinaan akan lebih efektif. Sumber dana pembinaan prestasi berasal dari anggaran BOS. Anggaran dana BOS yang diberikan dirasa kurang oleh pembina ekstrakurikuler untuk memenuhi sarana dan prasarana

ekstrakurikuler. Sehingga banyak sekolah yang belum cukup memiliki sarana dan prasarana yang memadai.

Sarana dan prasarana merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dari proses pembinaan. Kesuksesan, kelancaran dan berjalan atau tidaknya suatu pembinaan di antaranya adalah sarana dan prasarana yang ada Hal ini sesuai dengan hasil wawancara salah satu anggota ekstrakurikuler SMAN 1 Petungkriyono, mengatakan bahwa :

*Terkendala dengan cuaca hujan. Jika hujan latihan biasanya ditiadakan dan diganti hari lain diluar jadwal latihan.*

Berdasarkan hasil wawancara diatas, kurang memadainya sarana dan prasarana dalam hal ini lapangan *indoor* menjadi kendala tersendiri dalam proses pembinaan. Semua SMA Negeri se kabupaten Pekalongan belum memiliki lapangan *indoor* yang tentunya latihan akan terganggu jika terjadi hujan dan program latihan tidak berjalan baik.

Dalam pelaksanaannya atlet atau sekolah jika menjuarai suatu event maka latihan tetap berada disekolah dengan memanfaatkan sarana dan prasarana sekolah tersebut. Hal ini dibuktikan dengan hasil Wawancara yang telah dilakukan dengan atlet voli SMA N 1 Kandangserang mengatakan:

*Dari kabupaten tidak memberikan fasilitas tambahan hanya bergantung dari Sarana yang ada di sekolah*

Hal tersebut selaras dengan pernyataan yang disampaikan oleh ketua bagian olahraga DINPORAPAR Kabupaten Pekalongan mengatakan :

*Untuk sarana dan prasarana kami bekerjasama dengan swasta-swasta dan sekolah yang mempunyai sarana dan prasarana tersebut, malah di sekolah lah yang mempunyai sarana dan prasarana yang lebih lengkap”*

Berdasarkan wawancara diatas menunjukan bahwa kontribusi yang diberikan ekstrakurikuler olahraga disekolah terhadap prestasi olahraga di Kabupaten Pekalongan secara tidak langsung yaitu memberikan wadah atlet dan memberikan fasilitas sarana dan prasarana. Hal ini dikarenakan DINPORAPAR hanya berfungsi sebagai penaungan atlet sehingga tidak mempunyai sarana dan prasarana penunjang yang lengkap. Oleh karena itu, DINPORAPAR bekerjasama dengan sekolah maupun dengan pihak swasta yang mempunyai sarana dan prasarana yang memadai.

Dengan adanya pemaparan di atas, maka kontribusi pelaksanaan ekstrakurikuler terhadap prestasi olahraga di SMA Negeri se Kabupaten Pekalongan berupa pelatihan pada jadwal ekstrakurikuler, menyediakan sarana dan prasarana sebagai penunjang pembinaan prestasi olahraga di Kabupaten Pekalongan serta perolehan prestasi yang didapat oleh atlet yang sudah sesuai dengan target yang diinginkan.

## KESIMPULAN

Dalam pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga terdapat adanya kontribusi terhadap prestasi olahraga di Kabupaten Pekalongan, dimana kontribusi tersebut antara lain yaitu sebagai wadah dan penyaluran bakat siswa yang berprestasi dari setiap sekolah, latihan yang dilaksanakan 1 – 2x di dalam ekstrakurikuler juga dapat membantu untuk menjaga kebugaran siswa dan membantu meningkatkan prestasi bagi sekolah maupun daerah. Selain itu, ekstrakurikuler olahraga di sekolah juga secara tidak langsung memberikan dukungan berupa sarana dan prasarana olahraga sebagai tempat latihan. Prestasi olahraga yang dihasilkan oleh setiap sekolah bervariasi dan rata-rata sudah mencapai target yang diberikan oleh sekolah tersebut dan prestasi olahraga di Kabupaten Pekalongan sudah memenuhi target yang diberikan oleh DINPORAPAR saat diadakanya popda SMA tingkat Provinsi Jawa Tengah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anifral Hendri. 2008. Ekskul Olahraga Membangun Karakter Siswa. <http://repository.upi.edu/ekstrakurikuler> (diakses pada tanggal 17 Mei 2019).
- Arikunto, Suharsini. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- M. Furqon. H. 2002. Pemanduan Bakat Olahraga Modifikasi Sport Search. Surakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Keolahragaan (PUSLITBANG OR) Universitas Sebelas Maret .Surakarta.
- Depdikbud. 1994. Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hendy Prastyo.2013.Survei Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Pada Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Ngargoyoso Kabupaten Karanganyar Tahun 2013. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Sajoto. 1995. Pengembangan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Jakarta: Dahara Prize
- Kurniawan, D.,dkk.2015. Pengaruh Modifikasi Permainan Bola Voli Terhadap Kerjasama Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Journal of physical education, health and sport.
- Kurniawan, Ginanjar Yugo.2013.Survey Pola Pembinaan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah Di Smp Negeri Se- Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Miller, M.G., J. J. Hernman, M.D., Richard, C. Cheatham, T.J. Michael. 2006. The Effects of a-6week Plyometric Training Program on Agility, In:Journal of Sport Science and Medicine.
- Moloeng, Lexy. 2007. Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Posda Karya.
- Nazir, Moh. 2005. Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nurchahyo, F. 2013. Pengelolaan dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA/MAN/Sederajat Se-Kabupaten Sleman. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.

- Nurdiyansah, Set .2018 .Manajemen Pembinaan Prestasi Olahraga Atletik Klub Sportif Gunungkidul Daerah Istimewa Yogyakarta. Fakultas Ilmu Keolahragaan.Yogyakarta.
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D). Bandung: Alfabeta.
- Suryosubroto, B.2009. Proses Belajar Mengajar di Sekolah, Wawasan Baru, Beberapa Metode Pendukung dan Beberapa Komponen Layanan Khusus. Jakarta : Rineka Cipta.