

## **MANAGEMENT PEMBINAAN FISIK SISWA SEKOLAH SEMI-MILITER DI SMK PENERBANGAN SEMARANG**

**Annisa Ismi Sofyana**  
[nizadia@yahoo.com](mailto:nizadia@yahoo.com)  
**Universitas PGRI Semarang**

### **Abstrack**

*This research was conducted to know the management of physical development in the Kartika Aqasa Bhakti Aviation Vocational School Semarang. The type of research that researchers use is descriptive qualitative research. The focus of this research is the management system of physical development at Aviation Vocational Schools, physical training programs at Aviation Vocational Schools, and training methods at Aviation Vocational High Schools. Data collection was carried out using interview sheets. The results of the analysis show (1) that 87% of students have benefited from the physical training held by the Kartika Aqasa Bhakti Aviation Vocational School Semarang and 13% still choose to be hesitant because they feel that physical training during the pandemic was still not efficient enough for them to do. (2) Based on the results of the questionnaire, 11% of parents did not agree with physical development during the Covid-19 pandemic due to lack of supervision and ineffective implementation. The conclusions of this study regarding the management of physical development at the Kartika Aqasa Bhakti Aviation Vocational School Semarang have good driving and supervision but in terms of planning and organization, they are still lacking. Due to the lack of clear organizational structure and division of tasks. But behind these deficiencies, the management of physical development is still going well because it is focused on one control and evaluation, namely the sports teacher.*

**Keywords:** *Management, Physical Development, Aviation*

### **Abstrak**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui management pembinaan fisik yang ada di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Inti penelitian ini mengenai sistem manajemen pembinaan fisik di SMK Penerbangan, program latihan fisik di SMK Penerbangan, serta metode latihan di SMK Penerbangan. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar wawancara. Hasil analisis menunjukkan (1) bahwa 87% siswa sudah merasakan manfaat dari adanya pembinaan fisik yang diselenggarakan SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang dan 13% masih memilih ragu karena merasa pembinaan fisik di masa pandemi masih kurang efisien mereka lakukan. (2) Berdasarkan hasil angket 11% orang tua kurang setuju dengan adanya pembinaan fisik di masa pandemi Covid-19 dikarenakan kurang adanya pengawasan dan kurang efektif dalam pelaksanaannya. Simpulan penelitian ini mengenai management pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang memiliki penggerak dan pengawasan yang sudah baik namun dari segi perencanaan dan pengorganisasian masih kurang. Karena kurang jelasnya struktur organisasi dan pembagian tugas. Namun di balik kekurangan tersebut manajemen pembinaan fisik masih berjalan dengan baik karena terpusan pada satu kontrol dan evaluasi yaitu pada guru olahraga.

**Kata kunci:** *Managemen, Pembinaan Fisik, Penerbangan*

## **PENDAHULUAN**

Untuk menjadikan olahraga sebagai cara peningkatan level kemampuan SDM aktivitas olahraga yang dijalankan bukan serta merta memasyarakatkan olahraga dan megolahragakan masyarakat, agar rakyat Indonesia mempunyai sistem kekebalan dan kesehatan yang baik bagi tubuh.

Olahraga dapat meningkatkan level kebugaran jasmani serta kondisi fisik seseorang. Komponen kondisi fisik meliputi kekuatan, kecepatan, daya tahan, daya ledak otot, kelincahan, keseimbangan, kelentukan dan koordinasi (Irfandi, 2017). Untuk meningkatkan kondisi fisik itu di perlukan adanya latihan fisik.

Melatih tubuh bisa memberikan efek kepada seluruh fungsi organ manusia. dampak yang dirasakan pada waktu melatih tubuh dinamakan tanggapan tubuh, sedangkan dampak yang terjadi karena melatih tubuh secara rutin serta bertahap sesuai dengan porsi latihan dinamakan penyesuaian. Terjadi perubahan-perubahan fisiologis akibat latihan fisik, berkaitan dengan penggunaan energi otot, bentuk dan metode serta prinsip-prinsip latihan yang dilaksanakan (Yanuaris, 2017).

Dengan latihan fisik yang terprogram maka akan menghasilkan tubuh yang sehat serta otot yang tidak tegang. Inti dari melatih fisik bergantung dengan keadaan atau ketrampilan dari individu, serta guna melatih kebugaran atau kesegaran tubuh individu, meningkat motorik yang sering digunakan untuk kegiatan penunjang prestasi.

Berdasarkan hasil survey yang saya lakukan di SMK Penerbangan yang dikenal dengan sekolah Semi-Militer. Memiliki pembinaan fisik yang ketat, sehingga hampir 80% siswa alumni masuk sebagai anggota TNI POLRI. Untuk masuk sebagai anggota TNI POLRI sendiri memiliki kriteria dalam proses perekrutannya. Berbeda dengan instansi lain, TNI POLRI memiliki test fisik yang cenderung lebih ketat.

Manajemen adalah sebuah prosedur yang meliputi aktivitas merencanakan, mengorganisasikan, menggerakkan serta mengendalikan guna ketercapaian tujuan melalui aktivitas SDM. (Santoso, 2019). Manajemen sendiri berfungsi sebagai acuan dalam

melaksanakan sesuatu dengan tujuan yang akan dicapai. Dengan adanya sistem manajemen pembinaan di SMK Penerbangan ini diharapkan siswa dapat melakukan kegiatan fisik atau pembinaan jasmani secara operasional atau terjadwal.

Proses manajemen pembinaan fisik ini banyak faktor yang harus diperhatikan antara lain, program latihan, pola latihan, metode latihan yang sistematis. Disamping itu perlu adanya pertimbangan mengenai sarana dan prasarana, dengan begitu maka proses manajemen pembinaan fisik ini akan berjalan sesuai apa yang direncanakan dengan memperhatikan beberapa faktor yang ada.

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah di uraikan di atas, maka dapat di rumuskan masalahnya sebagaiberikut : 1). Bagaimana manajemen pembinaan fisik di SMK Penerbangan?, 2). Bagaimana program latihan pembinaan fisik di SMK Penerbangan?, 3). Bagaimana metode latihan pembinaan fisik di SMK Penerbangan?.

Manajemen merupakan ilmu dan seni memproses aktivitas SDM secara tepat serta efisien guna ketercapaian tujuan. Sedangkan menurut (Tatang, 2013) adalah pencapaian tujuan organisasi atau perusahaan yang telah ditentukan dengan menggunakan tangan orang lain.

Manajemen olahraga sudah ada kurang lebih sejak 12 abad sebelum masehi. Manajemen olahraga pada zaman modern ini belum berkembang sepesat manajemen di bidang industry. Menurut Harsuki (2012) hal ini mungkin dikarenakan pendapat umum yang menghubungkan olahraga dengan “bermain” dan manajemen dengan “bekerja”. Sehingga seolah bertolak belakang.

Seiring dengan perkembangan manajemen olahraga juga sudah menjadi bidang ilmu tersendiri yang dipelajari oleh para pakar maupun para praktisi olahraga. Manajemen olahraga lebih menekankan dalam pengolahan suatu organisasi yang hasil utamanya berkaitan dengan olahraga. Seperti yang dikemukakan oleh Densi, Kelley, Blanton dan Beitel (1990) dalam Harsuki (2012) Setiap kombinasi dari keterampilan yang berkaitan dengan Perencanaan, Pengorganisasian, Pengarahan, Pengawasan, Penganggaran, Kepemimpinan dan Penilaian, didalam kontek suatu organisasi atau departemen yang produk utamanya atau servis-nya

dikaitkan dengan olahraga atau fisik.

Management olahraga masih kurang efektif dan kurang efisien karena belum terjadi kesinambungan antara sub sistem yang satu dengan sub sistem lainnya. Selain itu sistem pembinaan pun juga kurang berjalan dengan baik.

Dalam mencapai suatu tujuan memerlukan adanya manajemen. Baik dalam manajemen waktu, manajemen structural maupun manajemen instruksional. Menurut Irfandi dan Zikrur Rahmad (2017) manajemen berfungsi untuk meningkatkan efisien dan efektivitas program. Pada prinsipnya setiap orang akan memiliki kemampuan berbeda-beda dan dalam manajemen kita harus kompeten serta berhati-hati dalam memilih individu untuk menempati sub fungsi-fungsi manajemen diatas. Karena individu yang kompeten akan menentukan apakah manajemen olahraga tersebut dapat dilaksanakan secara efisien dan efektif.

Menurut UU No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional definisi pembinaan dan pengembangan olahraga adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan. Berdasarkan definisi tersebut dapat diartikan bahwa pembinaan dalam olahraga adalah usaha yang dilakukan untuk mencapai hasil yang lebih baik dalam bidang olahraga melalui perencanaan berjenjang dan berkelanjutan.

Prestasi yang akan dicapai tidak lepas dari penyusunan strategi yang disebut dengan program. Program yang terstruktur dengan baik akan membantu dalam pencapaian prestasi, tentu dengan dukungan kemauan individu dan pemantauan secara berkala.

Menurut Eva Yunida (2016) pembinaan yaitu usaha manusia secara sadar untuk membimbing dan mengarahkan kepribadian serta kemampuan anak, baik dalam pendidikan formal maupun non formal. Pentingnya pembinaan menurut (Pratama. 2020) fungsi dalam pembinaan berpengaruh besar terhadap hasil dari suatu pengembangan yang menekankan pada proses latihan dan hasil pencapaian dari pembinaan tersebut.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif yaitu tentang “Manajemen Pembinaan Fisik Siswa Sekolah Semi-Militer Di Smk Penerbangan Semarang” karena

penelitian ini peneliti berusaha aktif dalam interaksi saat meneliti. Penelitian ini dilakukan dengan wawancara kepada narasumber, melihat secara langsung bagaimana penelitian ini dilakukan.

Menurut Sugiyono (2016:9) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci. Dalam setting penelitian ini, tempat untuk melakukan penelitian di SMK Penerbangan Semarang serta subjeknya beberapa alumni SMK Penerbangan dan para guru di SMK Penerbangan. Penelitian deskriptif memiliki ciri memperoleh data sebanyak-banyaknya melalui berbagai teknik pengumpulan data yang sistematis.

Fokus penelitian di perlukan untuk membatasi agar penelitian tidak melebar dan memilih data yang relevan. Fokus penelitian dalam penelitian kualitatif deskriptif didasarkan pada kepentingan dan tujuan yang hendak dicapai dari penelitian. Dalam fokus penelitian ini ada 3 persoalan yang ingin diteliti tentang manajemen pembinaan fisik, yaitu sistem manajemen pembinaan fisik di SMK Penerbangan, program latihan fisik di SMK Penerbangan, serta metode latihan di SMK Penerbangan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil dari angket yang sudah diisi oleh siswa melalui google form Siswa hanya mengetahui adanya pelatihan fisik dan secara kolektif beberapa siswa tiap kelas ditunjuk sebagai penanggung jawab tiap sesi secara bergantian sesuai dengan jadwal piket dikelas.

Siswa mengetahui tujuan adanya pembinaan fisik yaitu untuk menyiapkan kondisi fisik dan mental siswa dalam meraih cita-cita mereka. Hal ini dikarenakan setiap sebelum melakukan dan setelah melakukan kegiatan siswa akan diingatkan kembali tujuan dari pembinaan fisik tersebut.

Dari segi organisasi dalam kelas mengenai manajemen pembinaan fisik masih kurang jelas. Siswa yang bertugas menjadi penanggung jawab hanya akan menyampaikan porsi latihan yang akan mereka lakukan.

Selama pandemi Covid-19 pembinaan fisik tetap dilakukan secara mandiri oleh siswa, namun siswa merasa kurang efektif karena kurang adanya kontrol, pembimbing dan sarana

prasarana dilingkungan rumah masing-masing siswa kurang memadai.

Siswa beranggapan pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang harus terus dipertahankan dan diperketat lagi dalam setiap proses latihan. Siswa merasa terbantu dan merasa memiliki fisik yang lebih ideal sehingga meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan dari data yang diterima oleh peneliti menunjukkan bahwa 87% siswa sudah merasakan manfaat dari adanya pembinaan fisik yang diselenggarakan SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang dan 13% masih memilih ragu karena merasa pembinaan fisik di masa pandemi masih kurang efisien mereka lakukan.

Berdasarkan hasil dari angket yang sudah diisi oleh orang tua siswa kelas 11 melalui google form. Orang tua memiliki pendapat yang beragam dalam menanggapi pembinaan fisik yang diselenggarakan SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang. Terutama dalam hal kondisi fisik siswa. Berdasarkan hasil angket 11% orang tua kurang setuju dengan adanya pembinaan fisik di masa pandemi Covid-19 dikarenakan kurang adanya pengawasan dan kurang efektif dalam pelaksanaannya.

Program pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang mencakup 3 aspek yaitu fisik, mental dan pengetahuan. Sehingga tidak hanya fisik yang dilatih namun juga mental dan pengetahuan siswa terhadap jenis latihan dan manfaat nya. Sehingga para siswa sudah dengan jelas memahami tujuan dari adanya pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang. Program latihan di buat oleh guru olahraga. Program tersebut mengacu pada program pelatihan fisik yang ada di TNI/POLRI dengan modifikasi berdasarkan tingkat kemampuan para siswa. Salah satu program yang digunakan adalah interval dan beban bertambah.

Terkadang guru juga mencari referensi lain di internet untuk membuat berbagai varian jenis latihan yang akan siswa lakukan. Serta saran dari para siswa yang melaksanakan pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang sehingga siswa lebih merasa nyaman dalam proses pembinaan.

Metode yang digunakan guru olahraga selaku pelatih dan pengawas dalam proses

pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang adalah dengan berbagai macam variasi metode karena disesuaikan dengan kondisi dilapangan. Namun lebih sering menggunakan metode komando dan pengawasan yang ketat karena tujuan dari pembinaan ini tidak hanya melatih fisik saja namun juga melatih mental dan pengetahuan siswa dalam latihan fisik. Dengan adanya program dan metode yang tepat banyak lulusan dari SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang mampu meraih cita-cita nya masing masing.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai management pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang memiliki penggerak dan pengawasan yang sudah baik namun dari segi perencanaan dan pengorganisasian masih kurang. Karena kurang jelasnya struktur organisasi dan pembagian tugas. Namun di balik kekurangan tersebut manajemen pembinaan fisik masih berjalan dengan baik karena terpusan pada satu kontrol dan evaluasi yaitu pada guru olahraga. Dengan metode dan program yang tepat sehingga tujuan tercapai dengan baik. Sehingga para siswa yang sudah lulus mampu meraih cita-cita nya.

Saran dari peneliti untuk manajemen pembinaan fisik di SMK Penerbangan Kartika Aqasa Bhakti Semarang meliputi perencanaan harus direncanakan secara jelas untuk mencapai tujuan yang hendak dicapai dan lebih baik dibuat oleh yang ahli didalamnya. Seperti pelatih yang berlesensi, manajemen harus memiliki pengorganisasian yang jelas dan terstruktur. Agar setiap komponen mampu terpantau dengan baik dan jelas sehingga hasil akan lebih maksimal, lakukan supervisi dan evaluasi agar program dapat dengan maksimal diterima oleh siswa dengan baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Eva Yunida, dkk. (2016). Manajemen Pembinaan Merdeka Basket Ball Klub (MBBC). Pontianak Kalimantan Barat
- Harsuki. (2012). Pengantar manajemen olahraga. Jakarta. PT. Rajagrafindo Persada
- Irfandi dan Zikrur. (2017). Manajemen Penjas dan Olahraga. Jakarta: Yuma Pustaka.
- Pratama. (2020). Survei Manajemen Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bulu Tangkis Di PB Ganesha Kota Batu. Malang
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta Yogyakarta
- Tatang M. Amirin, dkk. (2013). Manajemen Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press
- Tri Gunawan Santoso, (2019). Survei Manajemen Pembinaan Prestasi Di Klub Atletik Barac Kab.Banjarnegara. Yogyakarta: UNY.Yogyakarta
- Yanuaris Ricardus Natal, (2017). Manajemen Olahraga Atletik Lari Jarak Jauh 10.000 meter Pada Persatuan Atletik seluruh Indonesia. NTT