

**PERAN GURU OLAHRAGA TERHADAP PENINGKATAN PRESTASI ATLET  
ATLETIK SMA/SMK SE KAB.PEKALONGAN TAHUN 2021/2022**

**Wildan Azhari Priswantoro <sup>1</sup>, Maftukin Hudah <sup>2</sup>, Galih Dwi Pradipta <sup>3</sup>**

*email* : [wildanazhari1234@gmail.com](mailto:wildanazhari1234@gmail.com)

**Universitas PGRI Semarang**

***Abstract***

Wildan Azhari Priswantoro. This research is motivated by the experience of the author who happens to be an alumni of a high school in Pekalongan Regency, the writer sees a significant role from one of the sports teachers at SMA N 1 Kesesi Pekalongan Regency in helping to improve athletic achievement at school. Therefore, researchers are interested in proving whether the role of sports teachers in Pekalongan Regency has an equally important role. This type of research is qualitative research. And in the process of collecting data using a questionnaire. The population of this study were sports teachers at SMA/SMK in Pekalongan Regency. The sample in this study were sports teachers at SMA N 1 KESESI, SMK NU KESESI, SMA N 1 KAJEN, SMA N 1 BOJONG. The results showed that sports teachers at high schools/vocational schools in Pekalongan Regency played a very good role in improving athlete performance. However, during my visit to the school, there were significant differences in facilities to support the development of athletes. Maybe this is a factor in the difference in achievement between schools in SMA/SMK in Pekalongan Regency.

Keywords: Role, Sports Teacher, Achievement Improvement

**Abstrak**

Wildan Azhari Priswantoro. Penelitian ini dilatar belakangi karena pengalaman penulis yang kebetulan merupakan alumni dari salah satu sma di Kab.Pekalongan, penulis melihat bahwa ada nya peranan yang signifikan oleh salah satu guru olahraga di SMA N 1 Kesesi Kab.Pekalongan, Dalam membantu meningkatkan prestasi olahraga atletik di sekolah tersebut. Oleh karena itu peniliti tertarik ingin membuktikan apakah peranan guru olahraga di Kab.Pekalongan memiliki peranan yang sama signifikan. Jenis penelitian ini ialah penelitian kualitatif. Dalam proses pengumpulan data nya memakai angket. Populasi dari penelitian ini ialah guru olahraga di SMA/SMK Kab,Pekalongan. Sampel di penelitian ini ialah Guru Olahraga SMA N 1 KESESI, SMK NU KESESI, SMA N 1 KAJEN, SMA N 1 BOJONG. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru olahraga di SMA/SMK Kab.Pekalongan dalam peranannya untuk meningkatkan prestasi atlet-atlet nya sudah sangat baik. Namun dalam kunjungan saya ke sekolah terlihat adanya perbedaan yang signifikan dalam fasilitas untuk menunjang perkembangan atlet. Mungkin hal tersebut yang menjadi factor perbedaan prestasi yang di peroleh antar sekolah di SMA/SMK di Kab.Pekalongan.

## **PENDAHULUAN**

Definisi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berdasar Wawan S. Suherman (2004:23) ialah “proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas hidup individu siswa-siswi, baik dalam bentuk fisik, mental serta emosional”. Pendidikan Jasmani Olahrag dan Kesehatan ialah proses sebuah pembelajaran dengan aktifitas jasmani guna meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan juga perilaku hidup sehat, aktif juga sikap sportif. Di lingkup pendidikan, mata pelajaran PJOK juga menjadi mata pelajaran difavoritkan kebanyakan siswa, dari beberapa pembelajaran olahraga di sekolah yakni olahraga Atletik. Atletik sendiri berasal dari Bahasa Yunani “Athlon” ialah “Konteks”. Wawan S. Suherman (2004:23)

Olahraga Atletik berdasar Munasifah (2008:9), “ialah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara dapat dikelompokkan menjadi gabungan dari beberapa jenis olahraga dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat”. Atletik sendiri dianggap sebagai olahraga sederhana sebab tidak membutuhkan banyak peralatan ataupun perlengkapan rumit. Selain itu pula olahraga atletik juga memiliki banyak manfaat guna tubuh kita yakni mampu menyehatkan jantung, membakar lemak, menormalkan tekanan darah dan lain-lainnya.

Berdasarkan pengalaman penulis yang merupakan alumni dari salah satu SMA yang terletak di Kesesi Kab. Pekalongan prestasi yang berhasil diraih siswa-siswi di sekolah saya tidak lepas dari peran guru olahraga. Khususnya ekstrakurikuler Atletik yang merupakan sumber utama sekolah dalam meraih prestasi. Guru olahraga saat melaksanakan pembelajaran penjas, guru tersebut melihat dan menilai potensi siswa- siswinya dalam olahraga dibidang Atletik. Siswa-siswi yang memiliki potensi kemudian diikutsertakan dalam bidang bakat ekstrakurikurler atletik yang disediakan oleh pihak sekolah. Siswa-siswi yang terpilih mewakili tersebut kemudian mulai melaksanakan program latihan yang sudah dibuat oleh guru tersebut. Guru tersebut juga menyisipkan kata-kata motivasi kepada siswa-siswinya soal usaha tidak akan menghianati hasil. Program latihan pendukung dilaksanakan hampir setiap hari setelah pulang sekolah, yang bertujuan membentuk dan menjaga fisik siswa-siswinya yang dipersiapkan untuk mengikuti perlombaan. Penulis menemukan adanya peran guru olahraga tersebut dalam pencapaian prestasi yang berhasil diraih siswa siswinya.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Berdasar Sugiyono (2011), metode penelitian kualitatif ialah metode penelitian berlandaskan filsafat *postpositivisme*, dipakai guna meneliti kondisi obyek alamiah, (sebagai lawannya eksperimen) dimana peneliti menjadi instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan dengan *purposive* juga *snowball*, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif ataupun kualitatif, juga hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi di penelitian ini ialah guru pendidikan olahraga SMA/SMK di Kab.Pekalongan. antarlain 4 sekolah yaitu SMA N 1 KESESI, SMK NU KESESI, SMA N 1 BOJONG, SMA N 1 KAJEN.

### **Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

Observasi ataupun pengamatan ialah pencatatan dengan sistematis kepada gejala yang tampak juga bisa dirasakan di objek penelitian. Observasi ini memakai observasi partisipasi, di mana peneliti terlibat langsung di aktifitas sehari-hari orang yang tengah diamati ataupun yang dipakai menjadi sumber data penelitian.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data ialah dengan metode kualitatif, yakni mendeskripsikan data diperoleh dan dikumpulkan menggunakan kata-kata yang kemudian didekskripsikan. Data diteliti ini bersumber dari naskah, catatan yang diperoleh dari lapangan, dokumentasi, dll, berikutnya didekskripsikan hingga bisa memberi kejelasan terhadapkenyataan ataupun realitas.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Berikut hasil penelitian yang didapati dari angket berupa 37 pertanyaan yang dijawab oleh guru Pendidikan jasmani yang berjumlah 4 guru.

#### **A. Petunjuk Pengisian**

1. Bacalah setiap butir pertanyaan dan alternatif jawaban dengan seksama.
2. Isi lah semua butir pertanyaan dan jangan ada yang terlewatkan.
3. Pilihlah salah satu alternatif jawaban sesuai kenyataan dan tanggapan

Anda yang sebenarnya dengan memberikan tanda ceklist (ü)

4. Keterangan alternatif

SL : Jika anda selalu melakukan pernyataan tersebut

SR : Jika anda sering melakukan pernyataan tersebut

KD : Jika anda kadang-kadang melakukan pernyataan tersebut

HTP : Jika anda hampir tidak pernah melakukan pernyataan tersebut

TP : Jika anda tidak pernah melakukan pernyataan tersebut

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SL	SR	KD	HTP	TP
	<b>INSPIRATOR</b>					
1.	Menceritakan perjalanan atlet atletik sebagai inspirasi bagi peserta didik			√		

	untuk masa yang akan datang.					
2.	Menyampaikan contoh berjuang dari atlet yang sudah sukses meraih prestasinya.			√		
3.	Memberi pengaruh ke atlet atletik guna mengembangkan potensi dimiliki.	√				
4.	Memberi petunjuk ke atlet atletik perihal program latihan yang baik, media yang bisa dipakai di Latihan		√			
5.	Selalu berkepribadian baik, relegius, bermoral, juga bermantabat dimanapunberada.	√				
6.	Menciptakan program latihan dengan cara yang menyenangkan.		√			
	<b>KETELADANAN</b>					
7.	Memberi contoh ke atlet dengan cara mengawali juga mengakhiri latihan dengan doa.	√				
8.	Memberi contoh ke atlet untuk bersikap jujur.	√				

9.	Memberi contoh ke atlet untuk disiplin.	√				
10.	Memberi contoh ke atlet guna saling tolong menolong sesama.	√				
11.	Memberi contoh ke atlet guna bertanggung jawab.	√				
12.	Memberi contoh ke atlet guna bersikap sopan dan santun ke sesama.	√				
<b>MOTIVATOR</b>						
13.	Membuat suasana latihan menjadi menyenangkan bagi atlet atletik.		√			
14.	Memberi motivasi yang bisa memotivasi para atlet.	√				
15.	Memberi komentar thadap hasil latihan atlet atletik.		√			
16.	Menciptakan persaingan juga kerjasama dalam latihan supaya atletatletik berusaha dengan sungguh-		√			

	sungguh					
	<b>KREATIVITAS</b>					
17.	Menggunakan berbagai macam program latihan.			√		
18.	Melibatkan atlet dalam membuat keputusan demi kelancaran latihan.		√			
19.	Program latihan dilakukan dengan berkelompok agar atlet dapat berdiskusi dan berkerjasama dalam kelompok sehingga menciptakan chemistry antar atlet.		√			
	<b>DINAMISATOR</b>					
20.	Memiliki pemikiran dan usaha untuk pembentukan atlet atletik		√			
21.	Memiliki cara tersendiri untuk menciptakan atlet atletik yang berprestasi.		√			
22.	Berkomunikasi aktif ke seluruh atlet.	√				
23.	Mengedepankan sikap sportvitas juga pantang menyerah untuk menjadi lebih baik	√				

24.	Mempunyai kematangan dalam membentuk atlet atletik.	√				
25.	Mempunyai tingkat kreativitas tinggi dalam menciptakan juga mencari solusi permasalahan yang ada.	√				
26.	Mempunyai kemampuan social yang Tinggi	√				
<b>EVALUATOR</b>						
27.	Dalam pernyataan program latihan disertakan nilai-nilai berkenaan pembentukan mental atlet.	√				
28.	Di pelaksanaan program latihan disertakan nilai berkenaan pembentukan mental atlet.	√				
29.	Merancang program latihan yang bertujuan untuk menilai perkembangan atlet atletik.	√				
30.	Melakukan tes yang berkaitan dengan perkembangan atlet atletik			√		
31.	Membuat atau merekomendasikan buku yang bermuaran dengan peningkatan prestasi atlet.			√		

32.	Memberikan kesempatan atlet untuk memberikan masukan mengenai program latihan yang akan di laksanakan.		√			
33.	Meminta atlet melakukan penilaian antar atlet.			√		
34.	Meminta atlet guna menilai diri sendiri.		√			
35.	Mengawasi proses latihan atlet atletik.	√				
36.	Mengevaluasi sikap juga perilaku yang Disampaikan	√				
37.	Evaluasi program latihan dilakukan dengan terbuka yakni melibatkan atlet sebagai evaluator		√			

### Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini guna mempelajari bagaimana guru dapat membantu atlet sukses. Dukungan guru untuk keberhasilan atletik sudah cukup, menurut temuan penelitian ini. Lingkungan pendidikan utama bagi anak-anak adalah peran guru. Landasan dan tujuan penyelenggaraan pendidikan keluarga bersifat individual, sesuai dengan pandangan hidup masing-masing guru, dan jelas bahwa pendidikan guru harus lebih menekankan pada aspek moral atau pembentukan kepribadian daripada pendidikan untuk menguasai ilmu pengetahuan. padahal anak Indonesia di tempat lain sama saja. Guru merupakan lembaga pendidikan formal tertua, pertama dan utama dialami oleh anak, dan merupakan orang pertama dan utama yang bertanggung jawab memelihara, merawat, melindungi, dan mendidik anak agar tumbuh dan berkembang dengan baik.

Tugas pendidik dalam mendukung prestasi atlet mengingat unsur-unsur dalam kelas pertimbangan yang memadai dalam mendukung prestasi atlet atletik. Dalam kapasitasnya sebagai guru, beliau berperan penting dalam pendidikan, pengasuhan, dan pembinaan setiap siswa sejak mereka lahir. Pendidikan karakter merupakan bagian dari pendidikan ini, sebagaimana pendidikan yang diberikan, tetapi pendidikan lainnya tergantung pada keteladanan dan pendidikan guru. Alhasil, sebagai seorang guru, Anda memiliki tanggung jawab untuk memperhatikan bagaimana anak tumbuh dan berkembang, dan tentunya Anda juga memiliki tanggung jawab untuk banyak memperhatikan keterampilan yang dimiliki anak. karena fokus energi psikis pada suatu objek disebut perhatian.

Berdasarkan faktor gizi, peran guru sangat mendukung prestasi atlet atletik. Sebelum latihan, setiap atlet Lintasan dan Lapangan ingin tahu makanan apa yang terbaik. Tidak ada satu pun makanan yang akan meyakinkan seseorang hanya berdasarkan penampilannya saja karena tidak semua orang memiliki makanan favorit dan tidak disukai. Perlu memperhatikan berbagai bentuk olahraga, tingkat intensitas, dan durasi untuk menentukan makanan mana yang terbaik sebelum berolahraga. Akibatnya, makanan tinggi karbohidrat dikonsumsi setiap hari untuk memberi bahan bakar dan mengisi kembali otot. Makan satu jam sebelum latihan untuk menghindari rasa lapar. Durasi pertandingan bervariasi tergantung pada olahraganya, jadi yang penting adalah seberapa intens atau ringan kompetisi tersebut. Oleh karena itu, sebelum permainan, penting untuk mengetahui pengaturan makanan.

Berdasarkan faktor sarana dan prasarana, dukungan guru terhadap prestasi olahraga termasuk dalam kategori cukup. Sarana adalah aspek terpenting dari prasarana atau sarana organisasi olahraga; menambah jumlah fasilitas yang sudah ada akan mendukung pencapaian atau setidaknya meningkatkan pencapaian jika tersedia fasilitas yang memadai.

Fasilitas dapat diartikan sebagai kemudahan proses pelatihan dapat dilakukan, yang meliputi tempat pelatihan dan kompetisi, alat, dan kualitas. Akibatnya, fasilitas tersebut diperlukan karena membantu untuk mempercepat jalannya kegiatan organisasi. Mengingat berbagai jenis perhatian yang telah dibahas sejauh ini, masuk akal bahwa guru akan memberikan perhatian khusus kepada siswanya untuk mendorong prestasi atlet atletik. Karena kodratnya, guru adalah pendidik sejati. Sesuai dengan standar sebelumnya, sebagai guru yang mendorong siswanya. Akibatnya, guru harus membantu siswa mereka secara efektif menggunakan keterampilan yang sudah mereka miliki.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Peran guru dalam mendukung prestasi Atlet Atletik di SMA/SMK SE. kab Pekalongan, sebagai berikut:

Guru dalam peranannya untuk meningkatkan prestasi atlet-atlet nya sudah sangat baik. Namun dalam kunjungan saya ke sekolah, terlihat adanya perbedaan yang signifikan dalam fasilitas untuk menunjang perkembangan atlet. Mungkin hal itu menjadi factor penyebab perbedaan prestasi yang di peroleh antar sekolah SMA/SMK di Kab. Pekalongan.

### **Saran**

Berdasar kesimpulan diatas, peneliti memberi saran ialah:

1. Kepada guru, peran sebagai guru yang perhatiannya kepada atlet atletik sangat di butuhkan bagi atlet atletik dalam mendukung prestasi atlet atletik tersebut. Oleh karena itu sebagai guru harus lebih di tingkatkan lagi dengan tingkat perhatian sebagai bentuk dukungan kepada anaknya dalam peran guru olahraga terhadap peningkatan prestasi atlet atletik SMA/SMK Se kab. Pekalongan.
2. Penulis sadar penelitian ini jauh dari kata sempurna, untuk itu bagi peneliti berikutnya di harapkan bisa melengkapi kekurangan tersebut.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alex Krumer (2011). *Judgment and Decision Making*
- Amanu, M. Alchakim. (2015). *Manajemen Pengembangan Bakat Minat Siswa di Mts Al-Wathoniyyah Pedurungan Semarang*. Skripsi. UIN Walisongo.
- Anggara, A. (2021). “Pengaruh Latihan Forehand Smash Multiball Terhadap Prestasi Tenis Meja.Jurnal Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan Kuningan”. 2(2), 62–73.
- Anggara. (2021) Perkembangan Olahraga. Diambil dari :
- Arief, Ardyansyah. (2015). *Pengaruh Pemberian Reward Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjasorkes*. Surabaya.
- Asiyah, Muftihatul. 2014. *Pengembangan Bakat Dan Minat Siswa di MI Ma“arif NU 01 Pageraji Kec Cilongok Kab Banyumas*. STAIN Purwokerto.
- Darmawan, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. Jurnal Inspirasi Pendidikan, 7(2), 143–154. Diambil dari : <https://doi.org/10.21067/jip.v7i2.1700>
- Efendi, I., Prawitasari, M., & Susanto, H. (2021). “Implementasi Penilaian Pembelajaran Pada Kurikulum 2013 Mata Pelajaran Sejarah”. Prabayaksa: Journal of History Education, 1(1), 21-25.
- Eggen, Paul & Don Kauchak. (2012). *Strategi dan Model Pembelajaran* (edisi ke enam). Jakarta: Indeks.
- Irianto, S. (2010). *Pengembangan tes kecakapan david lee untuk sekolah sepakbola (SSB) kelompok umur 14-15 tahun*. Tesis magister, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.

Kunandar. (2007). *Guru Profesional.Implemenstasi kurikulum satuanpendidikan dan persiapan menghadapi sertifikasi guru.*

Diambil dari :

Lexy. J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 3

Maksum, Ali. (2011). *Psikologi olahraga teori dan aplikasi.* Surabaya:

Unesa University Press. 168 Uno, Hamzah. (2014). Teori motivasi dan pengukurannya. Jakarta: Bumi Perkasa.

Purbatin, Y., & Suroto. (2017). “Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Studi Pada Sd, Smp, Dan Sma Negeri Se-Kecamatan Prambon Ngajuk)”. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya*, 05(03), 897–902

Sudarto, “Metodologi Penelitian Filsafat”, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1997), hlm. 66.

Sudarwan Danim, *Menjadi Peneliti Kualitatif Rancangan Metodologi, Presentasi, dan Publikasi Hasil Penelitian untuk Mahasiswa dan Penelitian Pemula Bidang Ilmu Sosial, Pendidikan, dan Humaniora*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), Cet. I, hlm. 5

Sugiyono, „Metode Penelitian Pendidikan; Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D“, (Bandung: Alfabeta, 2006), hlm. 310.

Suharsimi Arikunto, „Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek“, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002, Cet.XII), hlm. 107.

Weiner, B. (1995). “An attributional Theory of achievement motivation andemotion”. *Psychological review*. Vol.92 No.4, pp. 548-57