

## **POLA PEMBINAAN EKSTRAKURIKULER CABANG OLAHRAGA ATLETIK TINGKAT SMA SEDERAJAT KOTA PADANGSIDIMPUAN**

**Syamsul Lubis<sup>1</sup>, Tarsyad Nugraha<sup>2</sup>, Amir Supriadi<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> SMA Negeri 1 Padangsidimpuan

<sup>2,3</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana, Universitas Negeri Medan, Medan,  
Indonesia

Email: syamsul\_lubis@yahoo.com

### **ABSTRAK**

Ekstrakurikuler atletik merupakan wadah apresiasi hobi dan bakat siswa untuk mendapatkan pola pembinaan atlet ditingkat pelajar yang bermuara kepada munculnya atlet berbakat ditingkat SMA di Kota Padangsidimpuan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pola pembinaan ekstrakurikuler cabang olahraga atletik tingkat SMA Sederajat Kota Padangsidimpuan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif pengumpulan data melalui observasi dan wawancara terstruktur kepada kepala sekolah, guru pendidikan jasmani serta siswa/i sebagai subyek penelitian untuk mengetahui pola pembinaan ekstrakurikuler cabang olahraga atletik tingkat SMA Sederajat kota Padangsidimpuan yang terdiri dari 4 (empat) sekolah yaitu : SMA N 1 Padangsidimpuan, SMA N 5 Padangsidimpuan, SMA N 8 Padangsidimpuan SMA SWASTA HARAPAN. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola pembinaan ekstrakurikuler atletik yang dilakukan di tingkat SMA Sederajat kota Padangsidimpuan melalui wawancara terstruktur pada indikator pengembangan/ pengayaan didapatkan hasil: kepala sekolah 86% kategori baik sekali, guru pendidikan jasmani/ pelatih 86% kategori baik sekali, siswa/ atlet 80% kategori baik sekali. Indikator sosial didapatkan hasil: kepala sekolah 75% kategori baik, guru pendidikan jasmani/ pelatih 79% kategori baik, siswa/ atlet 81% kategori baik sekali. Indikator rekreatif didapatkan hasil: kepala sekolah 68,5% kategori sedang, guru penjas/ pelatih 70% kategori baik, siswa/ atlet 57,5% kategori kurang. Indikator karir didapatkan hasil: kepala sekolah 52,5% kategori kurang, guru penjas/ pelatih 48% kategori kurang sekali, siswa/ atlet 67% kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian direkomendasikan agar pihak sekolah lebih meningkatkan pembinaan ekstrakurikuler melalui tahapan kegiatan spesialisasi untuk tercapainya proses pembinaan yang lebih baik dengan tetap melakukan kegiatan event event yang berfungsi sebagai salah satu evaluasi latihan bagi siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler atletik.

**Keywords:** *Pola Pembinaan, Ekstrakurikuler Atletik.*

### **PENDAHULUAN**

Cabang olahraga atletik merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang sangat populer (Dedi Aryadi, Dicky Edwar Daulay, 2019). Sebagai induk dari semua cabang olahraga atletik terdiri dari unsur-unsur gerak utama yang mendasari banyak dasar cabang olahraga, yaitu: lari, jalan, lompat dan lempar. Cabang olahraga atletik merupakan salah satu cabang yang pernah populer di kota Padangsidimpuan di tandai dengan banyaknya sekolah-sekolah yang menjadikan cabang olahraga atletik sebagai kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, berdirinya club-club cabang olahraga atletik baik di sekolah maupun lingkungan masyarakat untuk tujuan prestasi. Dan tidak sedikit pula masyarakat yang melakukan kegiatan jogging baik di pagi hari maupun disiang hari dengan memanfaatkan lintasan stadion, puncak bukit Simarsayang dan kawasan taman kota dengan tujuan untuk kebugaran.

Pengamatan penulis melalui wawancara awal dengan pengurus PASI Kota Padangsidimpuan, PASI sangat terbantu dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah, karena mempermudah Pemkot PASI Kota Padangsidimpuan dalam mendapatkan atlet-atlet yang dibina melalui ekstrakurikuler sebagai bentuk kaderisasi yang dibina mulai dari usia sekolah. Pencapaian yang dicapai Pemkot PASI Kota Padangsidimpuan berada dipapan bawah untuk level pelajar dan mengalami penurunan prestasi kurang sejalan dengan pencapaian sebelumnya. Pola pembinaan ekstrakurikuler cabang olahraga atletik di SMA yang ada di Kota Padangsidimpuan menjadi perhatian peneliti yang ditujukan kepada Kepala Sekolah, guru, pelatih dan Atlet dalam pembinaan, pelatihan, manajemen.

Berdasarkan observasi awal dan wawancara peneliti dengan Pengurus Pengcab PASI Kota Padangsidimpuan yang dimulai dari Agustus 2016 didapatkan informasi bahwa cabang

olahraga cabang olahraga atletik tingkat pelajar merupakan cabang olahraga yang menjadi prioritas dalam pencapaian prestasi olahraga, akan tetapi belum maksimal dalam pengorganisasian kelevel bawah. Hal tersebut menjadi dasar masalah tentang pembinaan ekstrakurikuler yang diadakan disekolah-sekolah perlu perbaikan dan dikaji secara ilmiah.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas masalah pembinaan ekstrakurikuler merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk mendukung kegiatan ekstrakurikuler cabang olahraga atletik dalam mengikuti *event-event* tingkat pelajar melalui sekolah atau melalui kontribusi Pemkot PASI Kota Padangsidempuan.

Pola pembinaan olahraga adalah sistem atau cara kerja dari sebuah organisasi olahraga dalam mewujudkan perubahan, kemajuan, peningkatan, pertumbuhan serta evaluasi (Bafirman, Hanif Badri, 2020), dalam mengembangkan kegiatan olahraga dalam pencapaian prestasi dan dalam pembinaan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan sangatlah mendukung. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan, diluar struktur program yang pada umumnya merupakan kegiatan pilihan. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan wadah yang disediakan oleh satuan pendidikan untuk menyalurkan minat, bakat, hobi, kepribadian, dan kreativitas peserta didik yang dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi talenta peserta didik dan didesain secara profesional sehingga dapat menjadi wahana dalam melahirkan bakat terbesar dalam diri anak, membentuk karakter positif pada siswa, dan tempat aktualisasi diri pada siswa. Permendikbud RI Nomor 81A Tahun 2013. Fungsi kegiatan ekstrakurikuler ialah: (1) pengembangan, (2) sosial, (3) rekreatif, dan (4) persiapan karir. kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah suatu kegiatan latihan cabang olahraga tertentu yang diakomodir oleh sekolah. Pelaksanaannya berlangsung di sekolah dan waktu pelaksanaan dilakukan di luar jam sekolah. Menurut Permendikbud nomor 62 tahun 2014 Sistematika kegiatan ekstrakurikuler sekurang kurangnya memuat : a) rasional dan tujuan umum, b) deskripsi setiap kegiatan ekstrakurikuler, c) pengelolaan, d) pendanaan, e) evaluasi

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling 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 di sekolah. a) Menjadi media untuk menggunakan waktu luang secara positif, b) Menjadi media bagi peserta didik untuk menyalurkan energi secara positif, c) Meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik, d) Meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri peserta didik, e) Meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan berkomunikasi, f) Sebagai Sarana Mengaktualisasikan Diri

Berdasarkan paparan data dan perbagai pernyataan mengenai pola pembinaan ekstrakurikuler diatas peneliti merencanakan penelitian ini dengan judul “ Pola pembinaan ekstrakurikuler cabang olahraga atletik tingkat SMA-sederajat kota Padangsidempuan”.

## **METODE PENELITIAN**

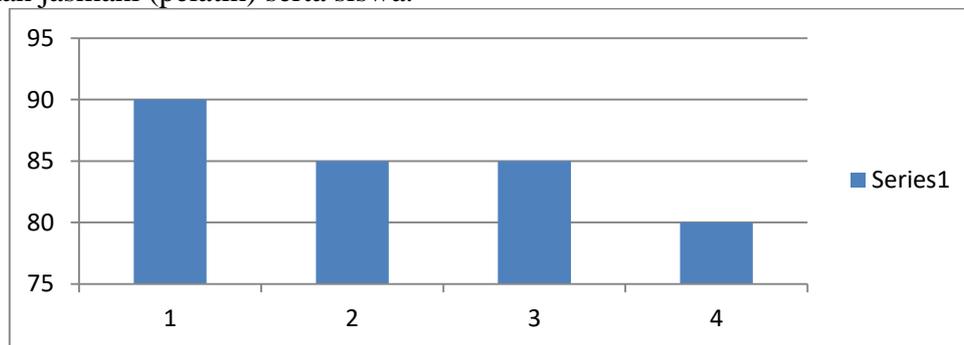
Penelitian kualitatif-naturalistik peneliti lebih banyak menjadi instrumen, karena dalam penelitian kualitatif peneliti merupakan *key instruments*. Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti, Sampel dalam penelitian kualitatif juga disebut sebagai sampel konstruktif, karena dengan data yang diperoleh dapat

dikonstruksikan fenomena yang semula masih belum jelas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kualitatif ini observasi dan wawancara dilakukan kepada orang-orang yang dipandang tahu tentang situasi sosial tersebut. penentuan sumber data orang yang akan diwawancarai dilakukan dengan secara *purposive*, yaitu dipilih dengan pertimbangan dan tujuan tertentu (Mikdar, U., 2019).

Pengumpulan data dengan wawancara/ interview yaitu dengan wawancara terstruktur (*structured interview*), wawancara semiterstruktur jenis wawancara ini sudah termasuk dalam kategori *in-depthinterview*, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur. penelitian non-hipotesis. Dengan hanya mendeskriptifkan atau menggambarkan keadaan suatu obyek penelitian berdasarkan faktor-faktor yang tampak atau apa adanya (Bafirman, Hanif Badri, 2020), Sekolah-sekolah yang melakukan pembinaan kegiatan Ekstrakurikuler Atletik di Kota Padangsidimpuan terdiri dari 4 (empat) sekolah yaitu SMA Negeri 1 Padangsidimpuan, SMA Negeri 5 Padangsidimpuan, SMA Negeri 8 Padangsidimpuan serta SMA Swasta Harapan Padangsidimpuan.

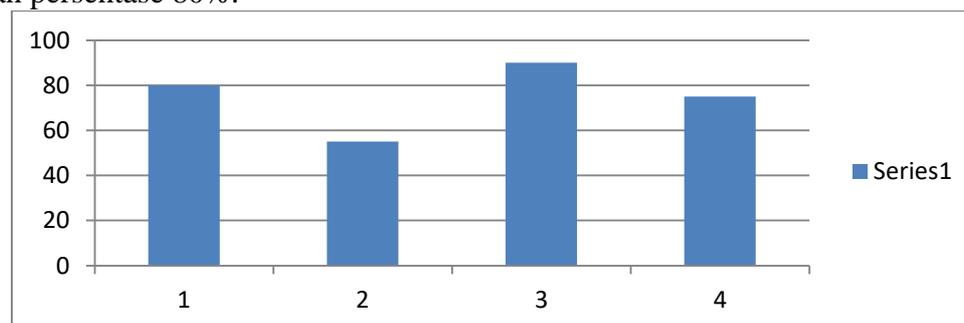
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakuakn di sekolah SMA Sederajat kota se-Padangsidimpuan yang dilakukan kepada 4 kepala sekolah yang terdiri dari SMA Negeri 1 Padangsidimpuan, SMA Negeri 5 Padangsidimpuan, SMA Negeri 8 Padangsidimpuan serta SMA Swasta Harapan Padangsidimpuan. Data dari tahapan pembinaan di SMA sederajat untuk kepala sekolah terdapat dua (2) indikator yaitu 1. Pengembangan / pengayaan, 2. Sosial, 3. Rekreatif, 4. Karir. Berikut ini adalah hasil jawaban dari kelapa sekolah, guru pendidikan jasmani (pelatih) serta siswa.



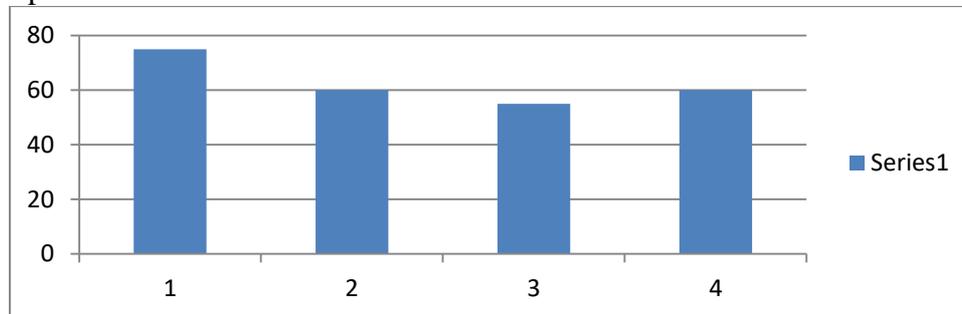
Gambar 1. hasil persentase pengebangan/ pengayaan kepala sekolah

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.1 soal 1 mempunyai skor hasil 18 dengan persentase 90%, soal no 2 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%, soal no 3 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%, soal no 4 mempunyai skor hasil 16 dengan persentase 80%.



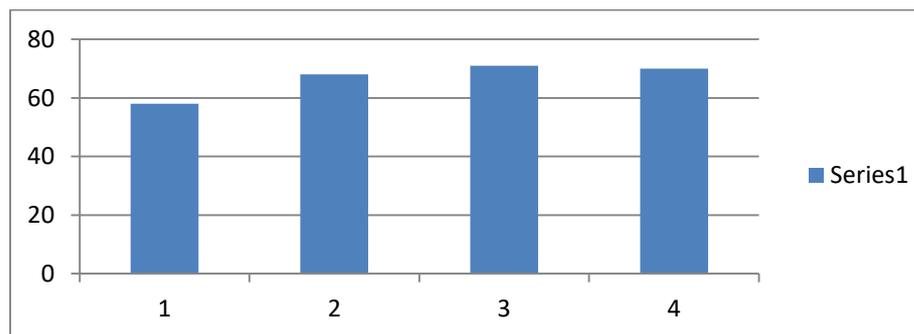
Gambar 2. persentase hasil indikator sosial kepala sekolah

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.2 soal 5 mempunyai skor hasil 16 dengan persentase 80%, soal no 6 mempunyai skor hasil 11 dengan persentase 55%, soal no 7 mempunyai skor hasil 18 dengan persentase 90%, soal no 8 mempunyai skor hasil 15 dengan persentase 75%.



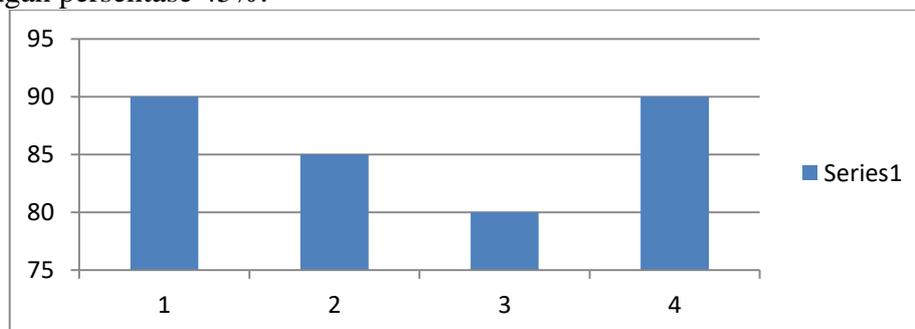
Gambar 3. persentase hasil indikator rekreatif kepala sekolah

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.3 soal 9 mempunyai skor hasil 116 dengan persentase 75%, soal no 10 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%, soal no 11 mempunyai skor hasil 11 dengan persentase 55%, soal no 12 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%.



Gambar 4. persentase hasil indikator karir kepala sekolah

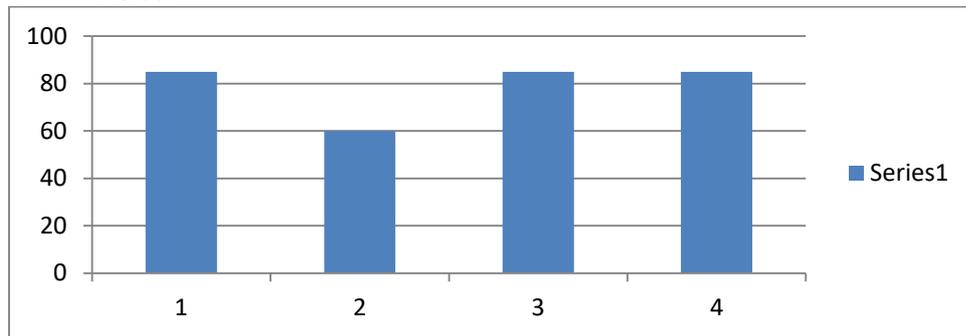
Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.4 soal 13 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%, soal no 14 mempunyai skor hasil 10 dengan persentase 50%, soal no 15 mempunyai skor hasil 11 dengan persentase 55%, soal no 16 mempunyai skor hasil 9 dengan persentase 45%.



Gambar 5. persentase hasil pengembanga/ pengayaan guru (pelatih)

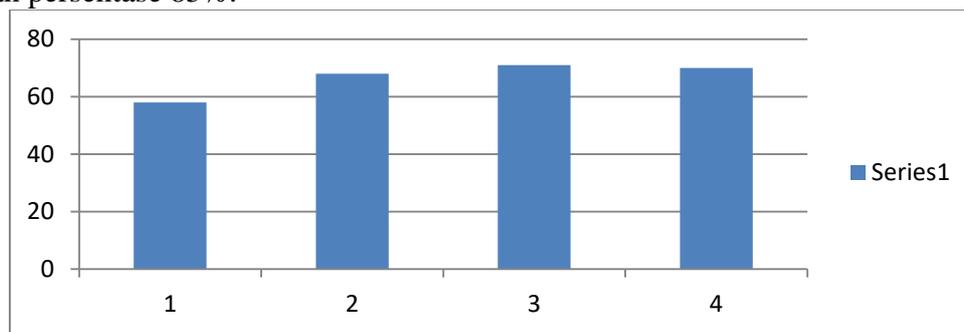
Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.12 soal 1 mempunyai skor

hasil 18 dengan persentase 90%, soal no 12 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%, soal no 3 mempunyai skor hasil 16 dengan persentase 80%, soal no 4 mempunyai skor hasil 18 dengan persentase 90%.



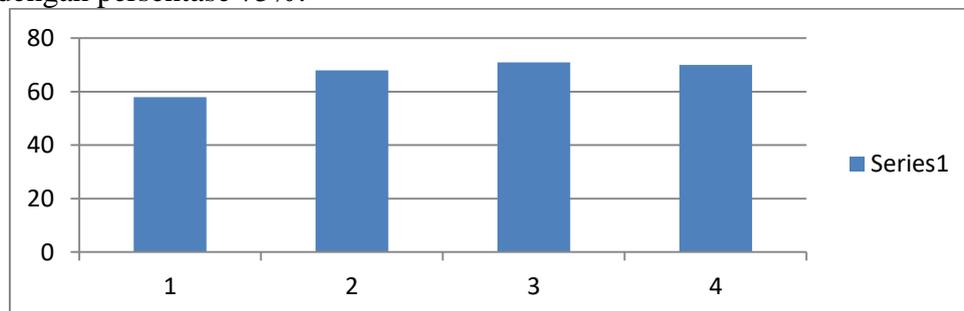
Gambar 6. persentase hasil indikator sosial guru (pelatih)

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.6 soal 5 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%, soal no 6 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%, soal no 7 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%, soal no 8 mempunyai skor hasil 17 dengan persentase 85%.



Gambar 7. persentase hasil indikator sosial guru (pelatih)

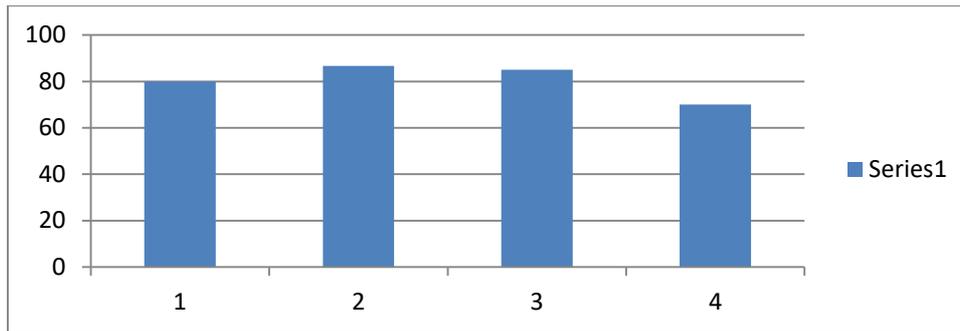
Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.7 soal 9 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%, soal no 10 mempunyai skor hasil 10 dengan persentase 50%, soal no 11 mempunyai skor hasil 16 dengan persentase 80%, soal no 12 mempunyai skor hasil 15 dengan persentase 75%.



Gambar 8. persentase hasil indikator karir guru (pelatih)

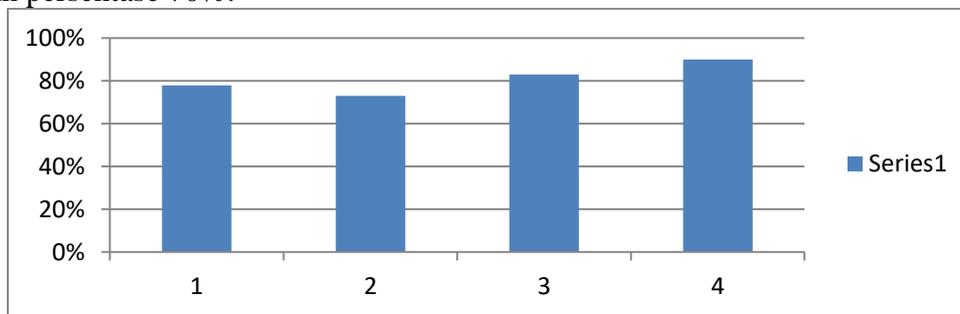
Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.8 soal 13 mempunyai skor hasil 13 dengan persentase 65%, soal no 14 mempunyai skor hasil 10 dengan persentase 50%, soal no 15 mempunyai skor hasil 11 dengan persentase 55%, soal no 16 mempunyai skor hasil 12 dengan persentase 60%.

Siswa



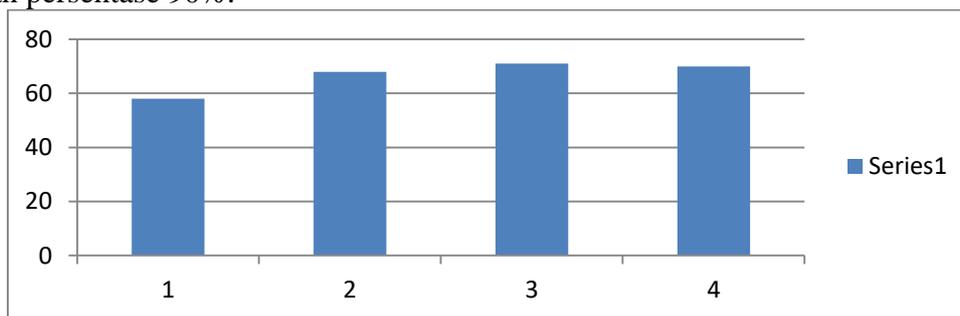
Gambar 9. persentase hasil indikator pengembangan/ pengayaan

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.9 soal 1 mempunyai skor hasil 48 dengan persentase 80%, soal no 2 mempunyai skor hasil 52 dengan persentase 86%, soal no 3 mempunyai skor hasil 51 dengan persentase 85%, soal no 4 mempunyai skor hasil 42 dengan persentase 70%.



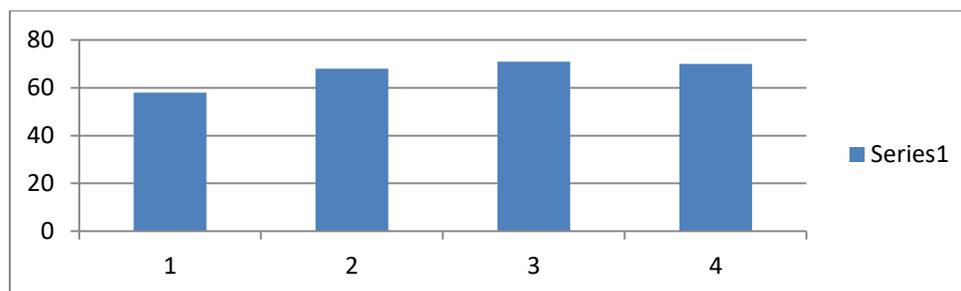
Gambar 10. persentase hasil indikator sosial siswa (atlet)

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.15 soal 5 mempunyai skor hasil 47 dengan persentase 78%, soal no 6 mempunyai skor hasil 44 dengan persentase 73%, soal no 7 mempunyai skor hasil 50 dengan persentase 83%, soal no 8 mempunyai skor hasil 54 dengan persentase 90%.



Gambar 11. persentase hasil indikator rekreatif siswa (atlet)

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.15 soal 9 mempunyai skor hasil 32 dengan persentase 53%, soal no 10 mempunyai skor hasil 36 dengan persentase 60%, soal no 11 mempunyai skor hasil 31 dengan persentase 61%, soal no 12 mempunyai skor hasil 39 dengan persentase 65%.



Gambar 12. persentase hasil indikator karir siswa (atlet)

Berdasarkan diagram diatas dapat dijelaskan bahwa setiap soal mempunyai persentase dimana pada setiap soal merupakan butir instrumen pada tabel 4.12 soal 13 mempunyai skor hasil 35 dengan persentase 58%, soal no 14 mempunyai skor hasil 41 dengan persentase 68%, soal no 15 mempunyai skor hasil 43 dengan persentase 71%, soal no 16 mempunyai skor hasil 42 dengan persentase 70%.

Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler memang merupakan dasar untuk mencapai prestasi tinggi dalam suatu cabang olahraga, sesuai dengan karakteristik cabang yang bersangkutan (Dedy Putranto, Andriadi, 2019), (Ana Ribka Mydi L, Humaedi Humaedi, 2019). Dalam konteks olahraga dikenal konsep “*sosialization into sosial roles*” dan “*sosialization via sosial roles*”, yang pertama berarti seseorang secara formal dan informal disosialisasi ke dalam peranan olahraga misalnya sebagai atlet, dan konsep kedua berarti perolehan sikap, nilai, keterampilan dan disposisi tertentu seperti sportivitas, watak, dan sifat-sifat sebagai warganegara sebagai akibat seseorang memainkan peran dalam lingkungan olahraga (misalnya, klub, organisasi olahraga) (Berutu, N. K. S., Simatupang, N., & Sinulingga, A., 2020). Keterlibatan anak dalam olahraga tidak bisa terjadi dengan sendiri. Teori pembelajaran sosial (sosial learning) banyak diterapkan untuk menelaah variasi dari keterlibatan anak dalam olahraga. Teori ini menekankan pentingnya peranan lingkungan sosial untuk menumbuhkan minat dan sikap positif terhadap olahraga.

Lingkungan sosial budaya yang kondusif bagi perkembangan olahraga memungkinkan potensi yang ada bisa berkembang sampai maksimal. Lingkungan ini meliputi lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat serta tata aturan budaya (Sinulingga, 2018) Lebih lanjut dalam proses sosialisasi ada tiga elemen pokok yang memungkinkan berlangsungnya proses belajar sosial, yakni, 1) agen sosial, 2) situasi sosial, 3) karakteristik personel”. Agen sosial memegang peranan penting dalam keberhasilan sosialisasi olahraga seperti guru, pelatih, teman sejawat, anggota keluarga, atlet-atlet ternama dan lain-lain.

## KESIMPULAN

Pola pembinaan ekstrakurikuler atletik masih memerlukan banyak perbaikandan perhatian berdasarkan indikator pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler hal tersebut bertujuan untuk mendukung perkembangan ekstrakurikuler atletik, sangat perlu dilaksanakan event atletik baik ditingkat sekolah ataupun tingkat kota, Untuk mewujudkan kegiatan pola pembinaan ekstrakurikuler atletik di Padangsidimpuan pihak sekolah diharapkan lebih melakukan pembinaan yang lebih terprogram dengan fokus pada prinsip pembinaan ekstrakurikuler.

## DAFTAR PUSTAKA

Ana Ribka Mydi L, Humaedi Humaedi. (2019). Tingkat Kepuasan Atlet Atletik Pada Porprov VIII Di Kabupaten Parigi Moutong. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 7(2). 41-50.

- Bafirman Bafirman, Hanif Badri Badri. (2020). Peningkatan Kompetensi Ikatan Sarjana Olahraga Indonesia Melalui Pengkajian Sport Development Index. *Jurnal Sporta Saintika*. 5(1), 81-94
- Berutu, N. K. S., Simatupang, N., & Sinulingga, A. (2020). Analysis of Management Implementation of Management Centers and Training for North Sumatera Students in 2019. In 1st Unimed International Conference on Sport Science (UnICoSS 2019, 85-86. Atlantis Press.
- Dedi Aryadi, Dicky Edwar Daulay. (2019). Pembelajaran Gerak Dasar Lari Melalui Permainan. *Jurnal Prestasi*. 3(2), 87-92. DOI : 10.24114/jp.v3i6.15900
- Dedy Putranto, Andriadi Andriadi. (2019). Pengembangan Model Latihan Passing ADE Sepakbola. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*. 2(2), 73-78. 10.26858/sportive.v2i2.9514
- Mikdar, U. (2019). Sikap Sosial Atlet Nasional. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 4(1), 1-9. doi:<https://doi.org/10.22245/jpor.v4i1.11960>
- Sinulingga, A. (2018). Suatu Tinjauan Empirik Atlet Pplp Sumut “Sosialisasi Anak Ke Dalam Olahraga” Dalam Konteks Agen Sosial Dan Sosial Budaya. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 670-676.