

PERAN PELATIH OLAHRAGA EKSTRAKURIKULER DALAM MENGEMBANGKAN BAKAT DAN MINAT OLAHRAGA PADA PESERTA DIDIK

Sabaruddin Yunis Bangun

*Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan
unisbgn@unimed.ac.id*

Abstrak: Tulisan ini membahas peran pelatih olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler dalam mengembangkan bakat dan minat peserta didik. Tujuan penulisan ini untuk memberikan informasi, bahwa peran pelatih olahraga sangat berarti dalam mengembangkan bakat dan minat olahraga pada pelajar. Dalam memajukan pembinaan olahraga pada kalangan pelajar, peranan pelatih sangatlah strategis dalam membina mengembangkan olahraga dan karakter yang positif terhadap pelajar melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Profesi pelatih pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga sangat dibutuhkan guna menggelorakan semangat olahraga pada kalangan pelajar dan sekaligus pembentukan dasar pembinaan olahraga yang berjenjang. Tentu dengan hadirnya seorang pelatih ekstrakurikuler olahraga disekolah-sekolah diharapkan dapat memberikan contoh teladan yang baik dan sekaligus membuka lapangan pekerjaan yang baru bagi lulusan SDM pada perguruan tinggi program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

Kata Kunci : Tenaga Pelatih Olahraga Ekstrakurikuler

PENDAHULUAN

Upaya peningkatan kualitas proses pembelajaran melalui berbagai kajian tentang proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran diperguruan tinggi merupakan bantuan yang diberikan dosen kepada mahasiswa supaya terjadi proses transfer ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran, pembentukan sikap dan perilaku. Dengan kata lain pembelajaran adalah proses untuk membantu mahasiswa agar dapat belajar dengan baik.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan oleh peserta didik di sekolah atau universitas, di luar jam belajar kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar peserta didik dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik. Kegiatan ini diadakan secara swadaya dari pihak sekolah maupun siswa-siswi itu sendiri untuk merintis kegiatan di luar jam pelajaran sekolah.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan di sekolah yang bisa dipilih oleh siswa sesuai bakat dan minatnya. Kegiatan ini memiliki banyak manfaat, namun tidak sedikit pula yang menganggap bahwa kegiatan ini justru menyita waktu belajar siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler bisa menjadi salah satu wadah untuk mengembangkan bakat dan minat para peserta didik. Di dalamnya akan ada banyak kegiatan yang berkaitan dengan hobi atau bakat pelajar. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan memberi pengalaman berorganisasi. Pengalaman berorganisasi tersebut akan sangat bermanfaat untuk persiapan memasuki dunia perkuliahan. Keuntungan lainnya yang didapat dengan bergabung di dalam kegiatan tambahan yang satu ini yaitu belajar bersosialisasi.

Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler berarti waktu belajar dan bermain akan berkurang. Peserta didik harus pandai mengatur waktu agar tidak ada hal penting yang dikorbankan misalnya nilai pelajaran di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler memang menyenangkan, namun jangan sampai terlalu terlena oleh aneka kegiatan yang ada di dalamnya hingga lupa belajar untuk mempersiapkan masa depan. Jadi, peserta didik harus berusaha manajemen waktu dengan baik agar pembelajaran di sekolah tetap bagus dan ekstrakurikuler tetap berjalan lancar.

Di dalam kegiatan ekstrakurikuler, peserta didik akan dilatih untuk bertanggung jawab, mampu mengatur waktu dengan baik, mandiri serta bekerja sama dengan banyak orang. Hal-hal tersebut tentu akan membantu membentuk karakter pelajar menjadi pribadi yang baik.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan oleh peserta didik sebagai perluasan dari kegiatan kurikulum dan dilakukan di bawah bimbingan sekolah dengan tujuan untuk mengembangkan kepribadian, bakat, minat, dan kemampuan peserta didik yang lebih luas atau di luar minat yang dikembangkan oleh kurikulum.

Kegiatan ekstrakurikuler memiliki fungsi, (1) fungsi pengembangan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mendukung perkembangan personal peserta didik melalui perluasan minat, pengembangan potensi, dan pemberian kesempatan untuk pembentukan karakter dan pelatihan kepemimpinan, (2) fungsi sosial, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mendukung kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik, (3) fungsi rekreatif, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dilakukan dalam suasana rileks, mengembirakan, dan menyenangkan sehingga menunjang proses perkembangan peserta didik, (4) fungsi persiapan karir, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kesiapan karir peserta didik melalui pengembangan kapasitas.

Adapun tujuan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler adalah; (1) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik, (2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya.

Melihat begitu banyak kemanfaatan dari kegiatan ekstrakurikuler bagi pengembangan bakat dan minat peserta didik, diharapkan setiap satuan pendidikan melaksanakan kegiatan tersebut. Setiap satuan pendidikan harus membuat program dan panduan kegiatan ekstrakurikuler yang berlaku di satuan pendidikan tersebut. Selanjutnya Kepala sekolah, dewan guru, pembina ekstrakurikuler dan tenaga kependidikan bersama-sama membina, mengawasi dan mengevaluasi pelaksanaan kegiatan tersebut. Komite sekolah sebagai mitra yang mewakili orang tua peserta didik memberikan usulan dan dukungan dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler tersebut. Sedangkan orang tua murid memberikan kepedulian dan komitmen penuh terhadap suksesnya kegiatan ekstrakurikuler tersebut.

Harapannya pengembangan dan pelaksanaan program kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan dapat memberikan manfaat yang berguna dalam pembentukan bakat dan minat peserta didik, serta dapat mengembangkan kemampuan intelektual, emosional, spiritual, sosial, serta pengembangan keterampilan dan kepribadian peserta didik dalam rangka pembentukan SDM manusia Indonesia yang dapat diandalkan dimasa yang akan datang.

Hal tersebut di atas menjadikan peran pelatih olahraga sangat strategis dalam upaya meningkatkan bakat dan minat peserta didik, terutama melalui

program ekstrakurikuler pada tiap-tiap satuan pendidikan. Mengingat usia pelajar adalah usia pertumbuhan dan masa senangnya bermain. Melalui pendekatan aktivitas olahraga, sangat memungkinkan dan sangat strategis sekali dalam upaya mengembangkan bakat dan minat peserta didik. Saat ini belum begitu banyak sekolah-sekolah yang memanfaatkan program ekstrakurikuler olahraga. Padahal banyak sekali SDM kepelatihan olahraga yang dapat di perdayakan, dan di ajak kerjama untuk mengelola program ekstrakurikuler olahraga dalam rangka meningkatkan bakat dan minat peserta didik.

Tujuan tulisan ini adalah sebagai referensi awal untuk menyampaikan kepada publik tentang peran pelatih olahraga ekstrakurikuler dalam mengembangkan bakat dan minat olahraga pada peserta didik. Manfaat tulisan ini adalah sebagai masukan kepada pemerintah, pemerintah daerah, Dinas Pendidikan Provinsi Kabupaten/Kota Se-Indonesia, Kementerian agama dan pengelola yayasan pendidikan, kiranya membuat kebijakan tentang pentingnya peran pelatih olahraga ekstrakurikuler dalam mengembangkan bakat dan minat olahraga pada peserta didik. Selain itu akan berdampak terakomodirnya SDM alumni Kepelatihan Olahraga pada perguruan tinggi se-Indonesia sebagai peluang profesi baru yang sangat menjanjikan.

Pelatih

Gelar "*coach*" atau "pelatih" adalah gelar atau sebutan yang memancarkan rasa hormat, respek, status, tanggungjawab. Gelar *coach* seringkali berlanjut meskipun tugas sebagai *coach* sudah selesai. Sekali *coach* selamanya adalah *coach* bagi atlet, bagi teman, dan bagi masyarakat. Atlet menganggap bahwa seorang pelatih adalah ahli dalam segala hal dan pandai memaikkannya. Banyak atlet yang ingin seperti pelatihnya kalau kelak menjadi pelatih. Meskipun ada juga yang tidak, dan bersumpah tidak berbuat seperti pelatihnya dulu. Akan tetapi apa yang diperolehnya dari pelatih akan senantiasa membekas pada atlet. Di atas telah diuraikan bahwa tugas seorang pelatih adalah jauh lebih luas dari sekedar di lapangan saja.

Pelatih juga sebagai guru, pendidik, bapak, dan teman sejati. Sebagai guru pelatih disegani, sebagai bapak pelatih dicintai, sebagai teman sejati pelatih yang dipercaya dan merupakan tempat untuk mencurahkan isi hati. Seorang *coach* adalah senantiasa seorang pendidik, seorang guru, akan tetapi seorang guru belum tentu selalu seorang *coach*. Seorang *coach* mencerminkan manusia yang tumbuh dan berkembang di bawah asuhannya. Banyak lagi tugas serta peran yang harus dilakukan dan dimainkan oleh seorang *coach*. Sukses tidaknya tugas dan peran tersebut banyak bergantung dari sifat dan perangai yang dipancarkan olehnya.

Pelatih merupakan salah satunya sebagai tokoh yang sangat berperan dalam melahirkan atlet-atlet hebat kelas dunia seperti: Roger Federer di cabang olahraga tenis, Michael Jordan pada cabang bolabasket, Tiger Wood di golf, dan Taufik Hidayat di bulutangkis dan lain sebagainya. Semua atlet-atlet kelas dunia tersebut merupakan atlet-atlet terbaik pada cabang olahraga mereka masing masing, yang mampu memberikan kebanggaan baik secara individu maupun kebanggaan sebagai sebuah negara.

Namun dibalik prestasi yang membanggakan itu, banyak yang terlupakan tentang tokoh penting dibalik layar, tokoh kunci yang sangat berperan dalam melahirkan atlet-atlet terbaik kelas dunia tersebut. Pelatih merupakan salah satu orang dibalik layar yang mampu mengangkat secara perlahan tapi pasti level prestasi atlet tersebut, mulai dari tahap pemula sampai si atlet tersebut menjadi atlet elit nantinya. Pelatih yang berkualitas diharapkan akan melahirkan prestasi yang berkualitas juga yang kesemuanya akan di dapat melalui latihan yang berkualitas tentunya. Latihan yang berkualitas adalah latihan yang sesuai dengan tahapan periodisasi serta di dukung. Brooks dan Fahey (1984) mengemukakan bahwa pelatih mempunyai tugas sebagai perencana, pemimpin, teman, pembimbing, dan pengontrol program latihan. Sedangkan atlet mempunyai tugas melakukan latihan sesuai program yang telah ditentukan pelatih.

Dalam dunia olahraga fungsi dan peran seorang pelatih sangat erat hubungannya dengan capaian prestasi yang diukir oleh atlet. Pelatih adalah seorang yang harus tahu tentang semua kebutuhan yang menjadi dasar bagi terpenuhinya kondisi dimana atlet memiliki peluang untuk mencapai prestasi. Hubungan antara pelatih atlet yang dibina harus merupakan hubungan yang mencerminkan kebersamaan pandangan dalam mewujudkan apa yang dicita-citakan.

Seorang pelatih dituntut mampu mejalani profesinya dengan tidak semata-mata bermodalkan dirinya sebagai mantan atlet, melainkan harus melengkapi dirinya dengan seperangkat kompetensi pendukung yang penting, diantaranya adalah kemampuan untuk mentransfer pengetahuan keolahragannya kepada atlet secara lengkap baik dari segi teknik, taktik, maupun mental. Kemampuan untuk mengorganisir dinamika mental atlet merupakan hal yang sangat penting untuk dikuasai pelatih. Kompetensi ini akan lebih banyak terlihat ketika pelatih menghadapi suasana kompetensi yang penuh dengan tekanan. Pengalaman menjadi modal utama dalam menghadapi situasi ini. Penguasaan kecabangan olahraga dan dalamnya pengalaman tidak serta-merta akan menjadikan dirinya sebagai pelatih yang dihormati dan disegani kecuali jika dirinya sudah memiliki karakter dan filosofi sebagai seorang pelatih. Karakter adalah konsistensi sikap dan cara pandang dalam menghadapi suatu masalah. Sedangkan filosofi adalah bingkai kepribadian yang

akan menjadi jembatan bagi aktualisasi seluruh komponen yang dimiliki agar apa yang dilakukan dapat diterima oleh orang lain. Memiliki filosofi seorang melatih akan dapat memiliki pegangan ketika menjalankan tugas profesionalnya.

Kepribadian seorang pelatih dapat pula membentuk kepribadian atlet yang menjadi asuhannya. Hal terpenting yang harus ditanamkan pelatih kepada atlet adalah bahwa atlet percaya pada pelatih bahwa apa yang diprogramkan dan dilakukan oleh pelatih adalah untuk kebaikan dan kemajuan atlet itu sendiri. Untuk bisa mendapatkan kepercayaan tersebut dari atlet, pelatih tidak cukup hanya memintanya, tapi harus membuktikannya melalui ucapan, perbuatan dan ketulusan hati. Sekali atlet mempercayai pelatih, maka seberat apapun program yang dibuat pelatih akan dijalankan oleh atlet dengan sungguh-sungguh.

Olahraga

Hakekat pembangunan olahraga nasional adalah upaya kegiatan serta pengembangan olahraga yang merupakan bagian upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia yang utamanya ditujukan untuk pembentukan watak kepribadian termasuk sifat-sifat disiplin, sportivitas dan etos kerja yang tinggi. Berdasarkan kualitas kesehatan anakn tercapai peningkatan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan nasional dan membawa nama harum bangsa. Penyelenggaraan pembangunan olahraga nasional utamanya berdasarkan pada kesadaran serta tanggung jawab segenap warga negara akan hak dan kewajibannya dalam upaya untuk berpartisipasi guna peningkatan kualitas sumber daya manusia melalui olahraga sebagai kebiasaan dan pola hidup, serta terbentuknya manusia jasmani yang sehat, bugar, memiliki watak dan kepribadian, disiplin, sportivitas dan dengan daya tahan yang tinggi akan dapat meningkatkan produktivitas etos kerja dan prestasi.

Makna olahraga ensiklopedia Indonesia adalah gerak badan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang merupakan regu atau rombongan, Merriam-Webster (1981). Cholik Mutohir (2002) olah raga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan, dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

Undang-undang RI nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang menyatakan bahwa "olah raga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Engkos Kosasih (1993) istilah sport berasal dari bahasa latin "*disportare*" atau "deporate" didalam

bahasa Itali menjadi "diporte" yang artinya menyenangkan, pemeliharaan atau menghibur untuk bergembira

Menurut para pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa olahraga adalah suatu rangkaian kegiatan keterampilan gerak atau memainkan objek, yang disusun secara terstruktur dan sistematis dengan menggunakan suatu batasan aturan tertentu dalam pelaksanaannya.

Estrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan intra sekolah yang harusnya dikemas dengan kegiatan yang menarik. Akan tetapi pada penerapannya masih banyak kegiatan ekstrakurikuler yang dipusatkan didalam kelas, sama halnya dengan pembelajaran formal setiap hari, sehingga hal itu menyebabkan kurang tertariknya peserta didik untuk mengikuti mengikuti ekstrakurikuler tersebut. Keberadaan kegiatan ekstrakurikuler diperlukan siswa sebagai media untuk mengembangkan potensi diri, selain itu diharapkan mampu mengangkat dan mengharumkan nama sekolah dengan prestasinya, khususnya prestasi non akademik.

Kenyataan di lapangan, menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler mendapat proporsi yang tidak seimbang, kurang mendapat perhatian, bahkan cenderung disepelekan. Perhatian sekolah-sekolah juga masih kurang serius, hal ini terlihat dari kurangnya dukungan yang memadai baik dari segi dana, perencanaan, dan pelaksanaan, serta perannya sebagai bagian dari evaluasi keberhasilan siswa. Selain itu kecerdasan manusia tidak hanya dilihat dari kecerdasan intelektual saja, tetapi juga dilihat dari emosionalnya, kreativitasnya, religiusnya. Keberagaman kecerdasan ini sangat mungkin tidak terakomodasi selama proses pembelajaran. Sekolah hanya mengutamakan pencapaian logical dan mathematical intelligence. Padahal potensi anak beragam dan sangat memungkinkan kecerdasan tersebut dapat diasah melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Pemahaman dan pengelolaan ekstrakurikuler yang baik akan membentuk siswa yang kreatif, inovatif, dan beradab. Fungsi kegiatan ekstrakurikuler, Mumuh Sumarna (2006) yaitu: "Kegiatan ekstrakurikuler yang dimaksudkan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan". Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa fungsi ekstrakurikuler adalah sebagai sarana penunjang bagi proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah yang berguna untuk mengaplikasikan teori dan praktik yang telah diperoleh sebagai hasil nyata proses pembelajaran. Yudha M. Saputra (1998) mendefinisikan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran sekolah biasa yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan

tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa mengenai hubungan antar pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program yang berupa pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan kegiatan intrakurikuler. Wahjosumidjo (2007) kegiatan ekstrakurikuler yaitu kegiatan-kegiatan siswa diluar jam pelajaran, yang dilaksanakan di sekolah atau diluar sekolah, dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan, memahami keterkaitan antara berbagai mata pelajaran, penyaluran bakat dan minat, serta dalam rangka usaha untuk meningkatkan kualitas keimanan dan ketaqwaan para siswa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kesadaran berbangsa dan bernegara, berbudi pekerti luhur dan sebagainya.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan di luar jam pelajaran yang dapat dilakukan di dalam sekolah maupun di luar sekolah dengan tujuan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki siswa. Tujuan lain ekstrakurikuler dapat mengembangkan seluruh ranah kemampuan siswa secara *komprehensif* dan seimbang. Mendorong rasa betah gairah dan pencapaian prestasi belajar disekolah, mengembangkan bakat dan minat siswa menuju pembentukan integritas pribadi yang kuat dan produktif, mengisi waktu luang agar efektif dan bermanfaat, bandingkan kegiatan belajar/ekstrakurikuler yang berlangsung pada sekolah dengan paruh waktu (*part time*), penuh waktu (*full day*) dan sepanjang waktu (*berasrama/boarding system*). Memelihara nilai-nilai luhur budaya kehidupan bangsa yang religius, berperadaban untuk saling menghormati, menjunjung tinggi rasa persatuan musyawarah dan memupuk sikap berkeadilan.

Kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan dikembangkan dengan prinsip sebagai berikut: 1) Individual, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan potensi, bakat dan minat peserta didik masing-masing, 2) Pilihan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keinginan dan diikuti secara sukarela oleh peserta oleh peserta didik, 3) Keterlibatan aktif, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang menuntun keikutsertaan peserta didik secara penuh, 4) Menyenangkan, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler dalam suasana yang disukai dan menggembarakan peserta didik, 5) Etos kerja, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang membangun semangat peserta didik untuk bekerja dengan baik dan berhasil, 6) Kemanfaatan sosial, yaitu prinsip kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan untuk kepentingan masyarakat.

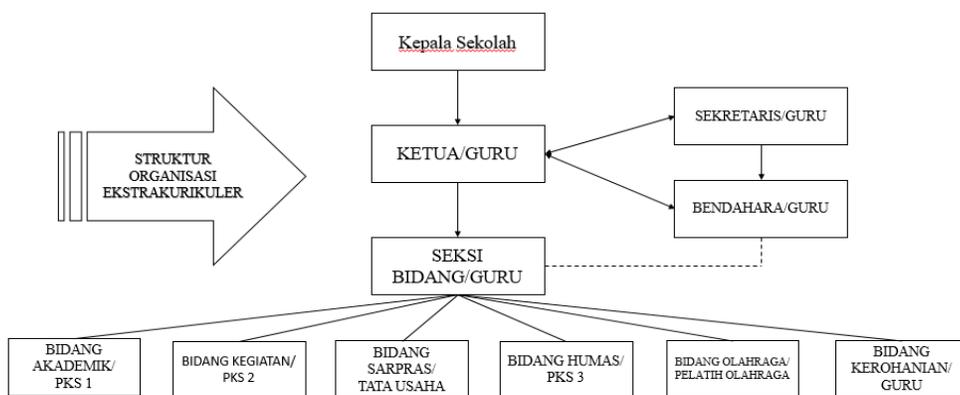
Pelaksanaan program-program kegiatan ekstrakurikuler hendaknya dikendalikan untuk pencapaian tujuan-tujuan yang telah diterapkan dan kontribusinya terhadap perwujudan visi sekolah. Dari setiap pelaksanaan program kegiatan ekstrakurikuler

hendaknya diusahakan suasana yang kondusif, tidak terlalu membebani siswa dan tidak merugikan aktivitas kurikuler sekolah. Usahakan pelaksanaan kegiatan konsisten sebagaimana terjadwal dan terpublikasikan. Kerja sama tim adalah fundamental, hindari pembatasan untuk partisipasi. Setiap personil disekolah, sesuai dengan fungsinya, pada dasarnya bertanggungjawab atas pengembangan program ekstrakurikuler yang diselenggarakan.

Prinsip kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan dengan prinsip sebagai berikut; (1) bersifat individual yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan sesuai dengan potensi bakat, minat peserta didik masing-masing, (2) bersifat pilihan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan sesuai dengan minat dan diikuti oleh peserta didik secara sukarela, (3) keterlibatan aktif, yakni kegiatan ekstrakurikuler menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh sesuai dengan minat dan pilihan masing-masing, (4) menyenangkan, yakni kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dalam suasana

mengembirakan bagi peserta didik, (5) membangun etos kerja, yakni kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan dengan prinsip membangun semangat peserta didik untuk berusaha dan bekerja dengan baik dan giat, (6) kemanfaatan social, yakni kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan dan dilaksanakan dengan tidak melupakan kepentingan masyarakat.

Adapun jenis kegiatan ekstrakurikuler dapat berbentuk antara lain: (1) Krida, meliputi Kepramukaan, Latihan Dasar Kepemimpinan Siswa (LDKS), Palang Merah Remaja (PMR), Pasukan Pengibar Bendera Pusaka (Paskibraka), dan lainnya, (2) Karya Ilmiah, meliputi Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), kegiatan penguasaan keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian, dan lainnya, (3) Latihan/ Olahraga bakat/prestasi, meliputi pengembangan bakat olahraga, seni dan budaya, cinta alam, jurnalistik, teater, keagamaan, dan lainnya. Adapun struktur organisasi ekstrakurikuler dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini:



Gambar 1. Struktur Organisasi Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler dalam kurikulum 2013 terbagi menjadi dua bagian yakni; ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib merupakan program ekstrakurikuler yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik, terkecuali peserta didik dengan kondisi tertentu yang tidak memungkinkannya untuk mengikuti kegiatan tersebut. Dalam kurikulum 2013, Kepramukaan ditetapkan sebagai kegiatan ekstrakurikuler wajib dari sekolah dasar (SD/MI) hingga sekolah menengah atas (SMA/SMK). Ekstrakurikuler pilihan merupakan kegiatan yang antara lain OSIS, UKS, dan PMR. Selain itu, kegiatan ini dapat juga berbentuk kelompok atau klub yang kegiatan ekstrakurikulernya dikembangkan atau berkenaan dengan konten suatu mata pelajaran, misalnya klub olahraga seperti klub sepakbola, klub bola voli dan lainnya.

Bakat

Setiap orang tentunya memiliki bakat, dan tentunya bakat orang satu sama lainnya berbeda. Bakat merupakan kemampuan yang memang sudah dimiliki oleh setiap orang yang digunakan untuk mempelajari sebuah hal dengan cepat, bahkan beberapa diantaranya dalam waktu yang singkat serta memiliki hasil yang sangat baik pula. Bakat memang sudah dimiliki setiap manusia saat dia lahir ke dunia ini. Bakat orang satu sama lainnya tentunya berbeda dan sangat beragam, mulai dari bernyanyi, melukis, menari, dan masih banyak lainnya.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan bakat yang dimiliki oleh seseorang, antara lain adalah: Tingkat pendidikan yang dilalui, lingkungan sekitar, struktur syaraf serta *motoric*, motivasi, minat, emosi. S.C Utami Munandar (1985)

bakat atau *aptitude* dapat diartikan sebagai sebuah kemampuan bawaan dari seseorang yang mana sebagai potensi yang masih perlu untuk dikembangkan lebih lanjut dan dilatih agar dapat mencapai impian yang ingin diwujudkan. Sarwono (1986) bakat merupakan kondisi yang ada di dalam diri seseorang yang mana memungkinkannya dengan latihan khusus dalam mencapai pengetahuan, ketrampilan khusus, serta kecakapan.

Bakat adalah kemampuan dasar seseorang untuk belajar dalam tempo yang relatif pendek dibandingkan orang lain, namun hasilnya justru lebih baik. Bakat merupakan potensi yang dimiliki oleh seseorang sebagai bawaan sejak lahir. Contoh seorang yang berbakat berolahraga akan lebih cepat mengerjakan aktivitas – aktivitas olahraga dibandingkan seseorang yang kurang berbakat. Bakat (kemampuan khusus) sebagaimana halnya dengan inteligensi merupakan warisan dari orang tua, nenek, kakek dari pihak ibu dan bapak. Warisan dapat dipupuk dan dikembangkan dengan bermacam cara terutama dengan pelatihan dan didukung dana yang memadai. Seseorang yang memiliki bakat tertentu sejak kecilnya, namun tidak memperoleh kesempatan untuk mengembangkannya sebab tidak memiliki dana untuk latihan, maka bakatnya tidak dapat berkembang. Hal seperti ini dikatakan bakat terpendam. Pada umumnya anak-anak mempunyai bakat dapat diketahui orang tuanya dengan memperhatikan tingkah laku dan kegiatan anaknya sejak dari kecil. Biasanya anak yang memiliki bakat dalam suatu bidang dia akan gemar melakukan atau membicarakan bidang tersebut.

Minat

Hurlock E. B. (1993) mengatakan bahwa pada semuausia, minat memainkan peran yang penting dalam kehidupan seseorang dan mempunyai dampak yang besar atas perilaku dan sikap, terutama selamamasa kanak-kanak. Karena jenis pribadi anak sebagian besar ditentukan oleh minat yang berkembang selama masa kanak-kanak. Di samping itu pengalaman belajar dari anak juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan minat anak. Minat mempunyai pengaruh yang besar terhadap proses dan pencapaian hasil belajar. Apabila materi pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat siswa, maka siswa tidak akan tertarik untuk belajar dengan sebaik-baiknya. Tidak ada daya tarik bagi siswa mengakibatkan keengganan belajar. Keengganan belajar mengakibatkan tidak adanya kepuasan dari pelajaran tersebut. Namun sebaliknya, pelajaran yang menarik siswa, lebih mudah direncanakan karena minat menambah aktivitas belajar. Jika terdapat siswa yang kurang berminat terhadap belajar, maka dapatlah diusahakan agar mempunyai minat yang lebih besar yaitu dengan cara menjelaskan hal-hal yang menarik dan berguna bagi kehidupan peserta didik.

Yudha M. Saputra (1998) tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah memberikan sumbangan pada perkembangan kepribadian anak didik, khususnya bagi mereka yang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Berkaitan dengan tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, Yudha M. Saputra (1998) mengemukakan empat tipe yang termasuk dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai berikut: 1) program sekolah dan masyarakat seperti seni lukis, seni tari, seni musik, seni tari drama dan sejumlah kegiatan estetika lainnya, 2) partisipasi dan observasi kegiatan olahraga diluar atau didalam ruangan seperti atletik, renang, tenis, sepak bola dan permainan tradisional, 3) berdiskusi masalah-masalah sosial dan ekonomi seperti melakukan kunjungan ke pasar, ke tempat bersejarah, ke kebun binatang dan sebagainya, 4) aktif menjadi anggota klub dan organisasi seperti klub olahraga, pramuka, OSIS dan sebagainya, 5) secara komprehensif kegiatan ekstrakurikuler memiliki berbagai macam tujuan yang pada dasarnya menyangkut perkembangan kepribadian, perkembangan emosional, hubungan sosial serta kemampuan motorik, baik motorik halus maupun motorik kasar. Optimalisasi kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan secara terencana memiliki pengaruh yang besar bagi perkembangan siswa, 6) ada beberapa jenis program ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah.

Setiap anak pasti memiliki potensi, melalui kegiatan ekstrakurikuler potensi itu dapat dikembangkan dari program pengembangan bakat dan minat melalui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah adalah menumbuh kembangkan potensi anak seperti bidang kerajinan, seni tari, seni drama, senis suara, seni musik, dan mementaskan hasil seni anak didik. Dalam hal ini pelatih bertindak sebagai fasilitator mengarahkan agar potensi yang dimiliki anak tersebut tidak disalahgunakan oleh anak. Dalam program olahraga biasanya pelatih membuat klub atau unit kegiatan olahraga. Anak dapat memilih cabang olahraga yang disukainya. Misalnya olahraga yang banyak diminati peserta didik, sepak bola, bola basket, bola voli, bela diri karate, taekwondo dan sebagainya.

PEMBAHASAN

Setiap orang mempunyai falsafah hidup masing-masing. Falsafah seseorang dapat dilihat dalam pandangannya tentang lingkungan sekitarnya, tentang hubungan antar manusia, serta tentang nilai-nilai yang diberikannya untuk itu semua. Segala kegiatan, sikap dan tingkah laku seseorang akan mencerminkan falsafahnya. Salah satu arti dari adalah, bahwa falsafah adalah suatu sistem dari prinsip-prinsip yang di pakai untuk membimbing orang dalam kegiatan-kegiatannya, Martin, Lumsden (1987). Seorang pelatih dalam menjalankan profesinya memerlukan

falsafah, karena falsafah dapat sebagai pegangan dalam melakukan tugasnya.

Ketika kita bicara mengenai falsafah pelatih, kita bicara mengenai suatu perangkat sikap atau prinsip-prinsip dasar yang menuntun tabiat dan perilaku pelatih di dalam situasi-situasi praktek. Falsafah pelatihan adalah “menanamkan kepribadian yang baik dan perilaku etis” pada atlet-atletnya, Thompson (1949). Salah satu perangkat yang harus di buat oleh suatu asosiasi pelatih adalah kode etik, kode etik profesi digunakan sebagai acuan norma berperilaku dan berbuat dalam berkaryamelaksanakan profesinya. Falsafah seorang pelatih akan tercermin didalam pendapatnya, tingkah lakunya dalam melaksanakan tugasnya sebagai pelatih dalam membina atlet-atletnya untuk memperkembang secara optimal kesehatan fisik, mental, spiritual dan sosialnya. Disamping itu tugasnya adalah juga untuk mengembangkan keterampilan motorik dan prestasi atlet, perilaku etis, moral yang baik, kepribadian dan respek terhadap orang lain.

Seorang pelatih akan mampu untuk membina dan membentuk karakter dan mental. Karakter dan mental atlet pelajar yang diharapkan adalah sebagai berikut: 1) sportif, tekun dan disiplin, 2) memiliki stabilisasi emosi dalam situasi apapun, 3) percaya diri, 4) hidup sehat, moralis dan serasi, 5) mampu mengembangkan fungsi otot dan faal, 6) selalu mengembangkan diri. Pelatih adalah merupakan suatu sebutan yang memancarkan rasa hormat, respek, status, tanggung jawab. Sebutan pelatih seringkali bisa berlanjut meskipun tugas sebagai pelatih sudah usai. Sekali kita pelatih, selamanya kita adalah pelatih bagi atlet kita, bagi masyarakat. Atlet pelajar menganggap bahwa seorang pelatih adalah ahli dalam segala hal dan pandai memainkan berbagai peran.

Banyak atlet pelajar yang ingin seperti pelatihnya kalau dia kelak menjadi pelatih. Meskipun ada juga yang tidak dan bersumpah tidak akan berbuat seperti pelatihnya dulu. Akan tetapi apa yang diperolehnya dari pelatih akan senantiasa membekas pada atlet pelajar. Setiap pelatih harus selalu sadar dan memahami sasaran yang ingin dicapai dan tujuan akhir suatu latihan untuk meningkatkan prestasi dan sedapat mungkin mendapatkan kemenangan dalam pertandingan.

Ini penting, namun para pelatih hendaknya menyadari pula bahwa yang lebih penting lagi adalah peningkatan prestasi atlet pelajar serta perkembangan pribadi atlet pelajar. Alton (1988) kemenangan dalam suatu pertandingan bukanlah akhir perjalanan seorang atlet karena setiap kemenangan atau kekalahan merupakan awal dari suatu perjalanan untuk menghadapi kemenangan atau kekalahan berikutnya.

Pelatih harus merupakan seorang individu yang dinamis, yang dapat memimpin dan memberikan motivasi pada anak asuhnya maupun kepada asisten-asistennya/pembantunya. Dia juga diharapkan dapat

bergaul dengan orang banyak, menyelami isi hati mereka, dapat mengeluarkan pendapat dan pandangannya secara jujur dan terbuka. Seorang pelatih harus mencerminkan contoh dari sportifitas yang baik, pelatih harus mengajarkan dan mengingatkan sikap sportif pada atlet pelajarnya. Sikap sportif atlet pelajar dapat kita lihat baik melalui pergaulan sehari-hari maupun pada waktu melakukan latihan dan pertandingan. Jangan sampai dalam meraih kemenangan menggunakan cara-cara yang tidak sportif. Kemenangan bukanlah tujuan mutlak dalam olahraga tetapi masih ad atujuan lain yang lebih terhormat yaitu dalam rangka membentuk mental dan karakter serta kepribadian yang sempurna bagi atlet pelajar.

Kemenangan dan kekalahan dalam olahraga adalah hal biasa oleh sebab itu seorang pelatih/atlet pelajar harus dapat menerimanya dengan rasa syukur bahwa semua yang terjadi memang sudah kehendak Tuhan, sehingga pada waktu memperoleh kemenangan tidak perlu menyombongkan diri dan pada waktu menderita kekalahan dapat menerima dengan ikhlas dan lapang dada tidak menyalahkan pada orang lain. Seorang pelatih harus sanggup bersikap wajar, lugas dan layak dalam menghadapi keadaan yang segawat apapun dan harus mampu berfikir dengan tenang dan rasional.

Seorang pelatih harus selalu mampu mengendalikan emosi dan tetap berkepal dingin serta mampu mengendalikan atletnya untuk tetap tenang, walaupun menghadapi pertandingan yang berat dalam situasi stress dan suasana tegang. Seorang pelatih harus berani bersikap tegas dan berani dalam mengambil keputusan, sehingga dia tidak akan terganggu oleh sikap atlet pelajar yang kurang simpati walaupun mungkin mengorbankan prestasi jangka pendek tetapi kekompakan dan prestasi jangka panjang dapat terjaga. Perlu diketahui bahwa yang paling utama dalam pembinaan adalah prosesnya kalau prosesnya sudah benar pasti dengan sendirinya prestasi akan muncul.

Saat ini yang terjadi sekarang orang selalu berorientasi pada prestasi kurang memperhatikan proses pembinaan sehingga bukannya prestasi yang didapat tetapi kegagalan. Suatu sifat yang tampaknya remeh akan tetapi yang sering pula ikut menentukan sukses tidaknya seorang pelatih adalah selera akan humor. Banyak atlet pelajar yang berpendapat bahwa humor adalah sifat yang terpenting dimiliki seorang pelatih. Kemampuan untuk membuat orang lain merasa relax dengan jalan memberikan humor atau lelucon yang sehat dan menyegarkan merupakan faktor penting guna mengurangi ketegangan dan membangkitkan optimisme baru, baik dalam latihan maupun sebelum dan sesudah pertandingan. Penyajian humor harus pula mengenal batas. Atlet-atlet muda sering kali mempunyai kecenderungan untuk melebih-lebihkan atau melantur-lanturkan lelucon sehingga ungkapan-ungkapan itu akhirnya

tidak lucu lagi. Malah kemudian dapat berubah menjadi cemooh atau ejekan sehingga menyinggung perasaan orang lain.

Pelatih harus dapat mengajarkan kegembiraan bermain dan berlatih. Kalau latihan atau pertandingan hanya dianggap sebagai suatu siksaan oleh atlet (oleh karena pelatih memang menciptakan situasi demikian), maka kegembiraan berlatih dan kegembiraan bertanding akan hilang. Usahakan agar kegembiraan selalu ada. Selipkan di dalam latihan-latihan, akan tetapi dengan tetap tidak melupakan disiplin, Setyobroto (1993). Dalam memajukan pembinaan olahraga pada kalangan pelajar terutama pada sekolah-sekolah, peranan pelatih sangatlah strategis dalam membina mengembangkan olahraga dan karakter yang positif terhadap pelajar melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Profesi pelatih pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga sangat dibutuhkan guna menggelorakan semangat olahraga pada kalangan pelajar dan sekaligus pembentukan dasar pembinaan olahraga yang berjenjang. Hal tersebut di atas akan berdampak pada terserapnya sumber daya manusia, tenaga pelatih olahraga lulusan berbagai perguruan tinggi di Indonesia berlatar belakang pendidikan kepelatihan olahraga. Sumber daya manusia tenaga pelatih olahraga dapat diperdayakan untuk memajukan dan mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah-sekolah. Sehingga *out come* nantinya adalah pembinaan olahraga prestasi dapat meningkat dengan sendirinya dikalangan pelajar. Pembinaan massal pada pondasi piramida olahragapun akan terbentuk dan terbina secara otomatisasi, karena kompetisi berjalan dengan regulasi yang sudah tercipta.

KESIMPULAN

Pelatih harus menjalankan profesinya secara professional, dalam mencapai sebuah prestasi, seorang pelatih yang baik akan mengarahkan para atletnya untuk bersama-sama mencapai prestasi yang telah ditargetkan dengan cara-cara yang positif. Pelatih akan membangun motivasi dan komunikasi yang baik dengan seluruh elemen yang berpengaruh dalam pencapaian prestasi. Tentunya pelatih yang baik dapat mengkoordinir atletnya, dan atletnya akan merasa senang untuk diarahkan dan akan menumbuhkan rasa saling percaya.

Untuk itu dalam memajukan pembinaan olahraga pada kalangan pelajar, peranan pelatih sangatlah strategis dalam membina mengembangkan olahraga dan karakter yang positif terhadap pelajar melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Profesi pelatih pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga sangat dibutuhkan guna menggelorakan semangat olahraga pada kalangan pelajar dan sekaligus pembentukan dasar pembinaan olahraga yang berjenjang. Tentu dengan hadirnya seorang pelatih ekstrakurikuler olahraga disekolah-sekolah diharapkan dapat

memberikan contoh teladan yang baik dan sekaligus membuka lapangan pekerjaan yang baru bagi lulusan SDM pada perguruan tinggi program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

REKOMENDASI

Adapun rekomendasi yang disampaikan penulis sebagai berikut:

1. Hendaknya pemerintah daerah Kab/Kota se-Indonesia segera membuka formasi tenaga pelatih pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga disekolah-sekolah diluar jam pembejaraan pendidikan jasmani, mengingat pentingnya peranan pelatih dalam mengembangkan olahraga dan karakter yang positif terhadap pelajar melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
2. Kementerian Pendidikan dan Dinas Pendidikan se-Indonesia segera membuka formasi tenaga pelatih pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga disekolah-sekolah dan sekaligus membuka kesempatan peluang pekerjaan yang baru bagi lulusan program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga pada perguruan tinggi.
3. Kepala sekolah se-Indonesia harus paham akan peranan pelatih sangatlah strategis dalam membina mengembangkan olahraga dan karakter yang positif terhadap pelajar melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
4. Kepada lulusan program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga pada perguruan tinggi se-Indonesia agar dapat meningkatkan kompetensi dalam upaya meningkatkan kemampuan daya saing para peserta didik melalui penerapan pembelajaran olahraga yang ideal melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

REFERENSI

- Alton, G.G, Lois, M., Jones, Pietz, D.E. 1988. *Techniques for The Brucellosis Laboratory*. Paris: INRA.
- Brooks GA, Fahey TD. 1984. *Exercise Physiology*. USA: John Wiley and Sons Toronto.
- Cholik Mutohir, T. 2002. *Gagasan-gagasan tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Engkos, Kosasih. 1993. *Olahraga, Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo.
- Hurlock, E.B. 1993. *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.

- Lumsden, Martin. 1987. *Coaching an Effective Behavioral Approach*. London: Times Mirror/Mos by College Publishing.
- Mumuh, Sumarna. 2006. *Perbandingan Antara Siswa Yang Menjadi Pengurus Dan Bukan Pengurus OSIS Dalam Pemanfaatan Waktu Luang Dan Prestasi Belajar di SMK N 6 Bandung*: Skripsi Pada UPTK UPI Bandung.
- Merriam-Webster. 1981. *Webster's New Collegiate Dictionary*. London: MerriamWebster, Inc.
- S. C. Utami Munandar. 1985. *Mengembangkan Bakat dan Kreativitas Anak Sekolah*. Jakarta: Gramedia.
- Sarwono, S.W. 1986. *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Setyobroto, Sudibyo, 1993. *Psikologi Kepelatihan*. Jakarta: CV. Jaya Sakti.
- Thompson, J, 1949. *Positive Coaching: Building Caracter and Self-Esteem Through Sports*. California: Warde Publisher.
- Undang-Undang No 3 tahun 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Biro Humas dan Hukum, Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga RI.
- Wahjosumidjo. 2007. *Kepemimpinan Kepala Sekolah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Yudha M. Saputra. 1998. *Pengembangan Kegiatan KoEkstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud.