

**PEMBINAAN PRESTASI EKSTRAKURIKULER BOLABASKET  
SMA NEGERI 1 SITIUNG**

**SKIPRSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepeleatihan Sebagai Salah Satu  
Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Strata  
Satu (S1)*



**Oleh**

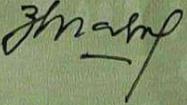
**ANGGES ARFIANDI  
NIM. 19087065**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
DEPARTEMEN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

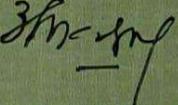
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMA  
Negeri 1 Sitiung  
Nama : Angges Arfiandi  
NIM : 19087065  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Departemen : Kepelatihan  
Fakultas : Ilmu keolahragaan

Mengetahui  
Kepala Departemen Kepelatihan

  
Dr. Masrun, M.Kes., AIFO  
NIP. 196311041987031002

Padang, Agustus 2023  
Desen Pembimbing

  
Dr. Masrun, M.Kes., AIFO  
NIP. 196311041987031002

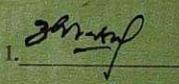
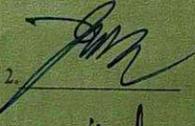
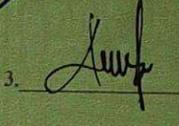
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Angges Arfiandi  
NIM : 19087065

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul

Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung

Padang, Juni 2023

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Masrun, M.Kes, AIFO	1. 
2. Anggota : Dr. Umar, MS., AIFO	2. 
3. Anggota : Irfan Oktavianus, M. Pd	3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul **“Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket Sma Negeri 1 Sitiung”** adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebut nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2023



**Angges Arfiandi**  
NIM/BP. 19087065/2019

## **ABSTRAK**

**Angges Arfiandi. 2023. “Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket Sma Negeri 1 Sitiung”. Skripsi. Departemen Kepeleatihan Olahraga. FIK-UNP**

Masalah penelitian ini adalah kurang maksimalnya pelaksanaan pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung dan tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung. Jenis penelitian ini merupakan penelitian Deskriptif Kuantitatif. Deskriptif kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya.

Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah peserta ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung yang berjumlah 32 orang dan 1 orang pelatih. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik total sampling yaitu 32 peserta ekstrakurikuler dan 1 orang pelatih. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji Presentase.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung berada pada kategori sedang, dengan penjabaran pada kategori “sangat baik” sebesar 5,88%, “baik” sebesar 23,53% “cukup” sebesar 58,82% “kurang” sebesar 11,76% dan “sangat kurang” sebesar 0%.

**Kata Kunci :Pembinaan Prestasi, Bolabasket, SMA Negeri 1 Sitiung**

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, serta kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pembinaan Prestasi Ekstakurikuler SMA Negeri 1 Sitiung”. Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak menemui hambatan dan kesulitan. Namun berkat bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak hal tersebut dapat penulis atasi dengan baik. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan do’a dan dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Masrun, M.Kes., AIFO. selaku Pembimbing yang tanpa lelah dan penuh kesabaran dalam membimbing penulis untuk penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Dr. Umar, MS, AIFO selaku penguji I dan bapak Irfan Oktavianus., M.Pd selaku penguji II yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran-saran yang membangun terkhususnya dalam penulisan maupun kesempurnaan skripsi ini
4. Bapak Dr. Donie, S. Pd, M.Pd. selaku Kepala Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

6. Bapak Prof. Ganefri, Ph. D. selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memotivasi dan membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa, terutama Jurusan Kepeleatihan FIK UNP.

Semoga sumbangan dan bantuan yang telah diberikan menjadi amal ibadah dan mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Sebagai pemula, penulis menyadari banyak terdapat kesalahan dan kekhilafan dalam penulisan skripsi ini, tentunya saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan sekali demi kesempurnaan di masa yang akan datang, akhirnya pada semua pembaca penulis harapkan semoga apa yang penulis lakukan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juli 2023

Angges Arfiandi

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	I
<b>DAFTAR ISI</b> .....	III
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	V
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	VI
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	VII
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	6
1. Hakikat Permainan Bolabasket.....	6
2. Hakikat Pembinaan Prestasi.....	10
a. Pembinaan.....	10
b. Prestasi.....	13
c. Faktor-faktor Pembinaan Prestasi.....	14
3. Hakikat Ekstrakurikuler.....	17
a. Pengertian Ekstrakurikuler .....	17
b. Fungsi dan Manfaat Ekstrakurikuler.....	19
c. Tujuan Ekstrakurikuler .....	20
B. Penelitian yang Relevan.....	21
C. Kerangka Berikir.....	23
D. Pertanyaan Penelitian.....	24
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	25

B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
D. Defenisi Operasional Variabel .....	26
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	27
F. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV</b> <b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	31
1. Faktor Atlet.....	32
2. Faktor Pelatih.....	34
3. Faktor Sarana dan Prasarana.....	35
4. Faktor Ektrakurikuler.....	37
5. Faktor Lingkungan.....	38
B. Pembahasan.....	39
<b>BAB V</b> <b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	43
<b>DAFTAR RUJUKAN</b> .....	44

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Sampel Penelitian.....	26
2. Kisi-kisi instrument peneltian Angket Pembinaan Prestasi Ektrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung .....	29
3. Norma Penilaian.....	30
4. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung.....	31
5. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor atlet.....	32
6. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor pelatih.....	34
7. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor sarana dan prasarana.....	35
8. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor ekstrakurikuler.....	37
9. Distribusi Frekuensi Pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor lingkungan.....	38

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung.....	31
2. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor atlet.....	33
3. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor pelatih.....	34
4. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor sarana dan prasarana.	36
5. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor ekstrakurikuler.....	37
6. Diagram batang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung berdasarkan faktor lingkungan.....	39
7. Foto bersama.....	58
8. Penjelasan Materi Angket.....	58
9. Pengisian Angket.....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Surat Izin.....	48
2. Surat Balasan Penelitian.....	49
3. Nama Responden SMA Negeri 1 Sitiung.....	50
4. Surat Validasi.....	51
5. Surat Kerja.....	52
6. Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	53
7. Hasil Angket.....	54
8. R tabel.....	55
9. Instrumen Penelitian.....	56
10. Dokumentasi.....	57

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan proses atau usaha sadar melalui pembelajaran untuk mengembangkan keterampilan peserta didik serta untuk mengoptimalkan kemampuan dan keterampilan peserta didik. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Menurut Umar (2019:173) meyakini bahwa anak-anak tidak belajar dengan cara yang sama seperti orang dewasa, khususnya ketika proses belajar mencakup intelektual sekaligus aktivitas fisik. Umur seseorang menentukan ia berhubungan dengan dunia sekitarnya.

Prestasi merupakan suatu target yang akan di capai dalam suatu olahraga, khususnya pada olahraga prestasi. Untuk mendukung tercapainya prestasi ada beberapa faktor yang mendasar, yaitu melalui pembinaan dan pembangunan dari olahraga itu sendiri. Pembinaan dan pengembangan olahraga dilaksanakan melalui jalur keluarga, jalur pendidikan, jalur masyarakat yang berbasis pada pengembangan olahraga untuk semua orang yang berlangsung sepanjang hayat. prestasi olahraga akan dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa sejajar dengan bangsa-bangsa lain di dunia. Dapat dikatakan bahwa prestasi olahraga akan mengharumkan nama dan

bangsa Indonesia di dunia internasional. Menurut Masrun (2016: 2) menyatakan bahwa pembinaan prestasi olahraga merupakan kegiatan yang sangat berat dan kompleks. Pembinaan prestasi olahraga tidak bisa dilakukan dalam waktu sebentar. Pembinaan prestasi olahraga harus dilakukan mulai dari usia dini, berjenjang, terprogram dan berkelanjutan.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan yang dilakukan diluar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan dan wawasan serta membantu membentuk karakter peserta didik sesuai dengan minat dan bakat masing-masing. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, dan dirancang secara khusus agar sesuai dengan faktor minat dan bakat siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan memperluas diri.

Di SMA Negeri 1 Sitiung Kabupaten Dharmasraya sendiri terdapat banyak ekstrakurikuler untuk mengembangkan potensi akademik, maupun non-akademik siswa, seperti ekstra kulikuler, pramuka, palang merah remaja (PMR), karya ilmiah remaja (KIR), pasukan pengibar bendera (PASKIBRAKA), bolavoli, pencak silat, bolabasket. Dari ekstrakurikuler tersebut ekstrakurikuler bolabasket belum menghasilkan prestasi yang diharapkan . Setiap ada pertandingan antar sekolah sewilayah Dharmasraya ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung sering gagal dalam

memasuki babak perempat final maupun final untuk menjadi kandidat juara. Perbedaan tersebut mengindikasikan adanya masalah dalam pembinaan ekstrakurikuler bola basket, sehingga dalam penelitian ini akan membahas lebih spesifik tentang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Maka dari itu perlu kajian ilmiah untuk memberikan informasi terkait pembinaan prestasi yang selama ini berjalan pada ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Sehingga di harapkan dari adanya kajian ilmiah ini nantinya akan diketahui pola pembinaan prestasi ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Maka perlu adanya penjelasan untuk mengetahui baik buruknya pembinaan yang telah dilakukan, proses pembinaan harus dilakukan secara komprehensif agar hasilnya dapat dijadikan dasar dalam menentukan kualitas dari program yang sedang dijalani.

Pelaksanaan pembinaan bertujuan untuk menemukan fakta-fakta yang ada di lapangan yang hasilnya bisa positif maupun negatif. Jika sebuah pembinaan dilakukan secara profesional akan mengasilkan temuan yang yang objektif, baik data, analisis, dan kesimpulanya tidak dimanipulasi dan pada akhirnya memberikan memberikan manfaat bagi semua orang yang berhubungan dalam pembinaan tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis ingin melihat bagai mana manajemen yang di terapkan dalam ekstrakurikuler basket yang membuat

prestasi terus di pertahankan, maka dari itu peneliti mengambil judul “Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Adapun identifikasi masalah yang peneliti temui antara lain sebagai berikut :

1. Kurang pengarahan yang terencana untuk pelaksanaan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sitiung dalam pembinaan prestasi bolabasket.
2. Prestasi yang diraih oleh cabang bolabasket di ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sitiung kurang maksimal.
3. Kurangnya komunikasi pengurus, pelatih dan atlet sehingga menyebabkan prestasi yang diraih oleh atlet bolabasket di ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sitiung kurang maksimal.
4. Pembinaan prestasi olahraga cabang olahraga bolabasket di ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sitiung kurang maksimal.
5. Sarana dan prasarana dalam pembinaan prestasi bolabasket di ekstrakurikuler bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung kurang memadai.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi permasalahan diatas, permasalahan yang dibahas pada penelitian ini dibatasi pada “Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung”.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah

Bagaimana Pelaksanaan Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA Negeri 1 Sitiung?.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maksud dan tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bolabasket SMA Negeri 1 Sitiung.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi untuk pelaksanaan ekstrakurikuler, dan sebagai bahan referensi bagi penelitian-penelitian yang sejenis.

##### 2. Manfaat praktis

###### a. Bagi Lembaga

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai pedoman dalam meningkatkan kualitas kerja pelaksanaan pengolahan ekstrakurikuler.

###### b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pedoman tentang cara pelaksanaan pengolahan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sitiung.

###### c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat memperluas wawasan peneliti dalam bidang pengelolaan dan pembinaan ekstrakurikuler Bola Basket.