

**PELAKSANAAN KEGIATAN PENGEMBANGAN DIRI SEPAKBOLA
SEKOLAH DASAR NEGERI (SDN) 10 PULAU PUNJUNG
KABUPATEN DHARMASRAYA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Olahraga*



Oleh:

**REFINALDO ZAPUTRA
1107155**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN SKRIPSI

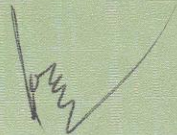
Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Sepak Bola Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10
Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya

Nama : Refinaldo Zaputra
NIM : 1107155
Pogram Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, 1 Juni 2015

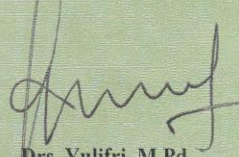
Disetujui oleh:

Pembimbing I



Drs. Nirwandi , M.Pd
NIP : 19580914 198102 1 001

Pembimbing II



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP : 19590705 198503 1 002

Menyetujui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP : 19590705 198503 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Sepak Bola
Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Ka
bupaten Dharmasraya
Nama : Refinaldo Zaputra
NIM : 1107155
Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Olahraga Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juni 2015

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. Nirwandi, M.Pd
2. Sekretaris	: Drs. Yulifri, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Qalbi Amra, M.Pd
4. Anggota	: Drs. Zarwan, M.Kes
5. Anggota	: Sri Gusti Handayani, S.Pd.M.Pd

Tanda Tangan

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

ABSTRAK

REFINALDO ZAPUTRA, (2015). Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Sepakbola Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya

Masalah dalam penelitian ini adalah belum adanya gambaran tentang pelaksanaan kegiatan pengembangan diri sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran (1) Motivasi siswa dalam Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan diri Sepak Bola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, (2) Kualitas Pelatih/Guru Pembina pada kegiatan Pengembangan Diri Sepak Bola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, (3) Kualitas Sarana dan Prasarana pada kegiatan pengembangan diri Sepak Bola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 25 orang. Sampel dengan teknik *total sampling*, yaitu semua populasi dijadikan sampel yang berjumlah 25 orang. Data dikumpulkan menggunakan Angket ini disusun dengan menggunakan skala Guttman. Teknik analisis data adalah dengan analisis deskriptif.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) Gambaran hasil motivasi siswa dalam kegiatan pengembangan diri berada pada 75,8 %, klasifikasi Cukup, 2) Gambaran kualitas guru/pelatih dalam kegiatan pengembangan diri sebesar 70.4%, berada pada klasifikasi Cukup, 3) Gambaran sarana dan prasarana dalam kegiatan pengembangan diri sebesar 55.6%, berada pada klasifikasi Kurang.

Kata Kunci: Motivasi, Kualitas Guru/Pelatih, Sarana dan Prasarana

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Sepakbola Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya”. Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Selama pelaksanaan dan melakukan penulisan skripsi penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Phil Yanuar Kiram, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Program Studi Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Drs.Yulifri,M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Nirwandi,M.Pd selaku Pembimbing I dan juga sebagai Penasehat Akademik dan Bapak Drs.Yulifri,M.Pd selaku pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Qalbi Amra,M.Pd, Drs. Zarwan,M.Kes, dan Sri Gusti Handayani,S.Pd.M.Pd selaku tim penguji yang telah banyak memberikan masukan penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah mendidik dalam masa perkuliahan dan memberikan motivasi dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
7. Guru Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya yang telah memberikan izin penulis melaksanakan penelitian dan pengambilan data di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.
8. Rekan-rekan penulis yang telah membantu dan memberikan semangat kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan segala kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berdo'a semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Mei 2015

Penulis,

Refinaldo Saputra

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	11
B. Kerangka Konseptual.....	24
C. Pertanyaan Penelitian.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26

C. Populasi dan Sampel	26
D. Jenis dan Sumber Data	27
E. Instrument Penelitian	28
F. Teknik Analisa Data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Verifikasi Data	29
B. Pembahasan.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	37
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	40

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Motivasi Atlet	29
2. Distribusi Frekuensi Kualitas Guru/Pelatih	31
3. Distribusi Frekuensi Sarana dan Prasarana	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	25

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 1 : Distribusi Hasil Motivasi Atlet	30
Grafik 2 : Distribusi Hasil Kualitas Guru/Pelatih	32
Grafik 3 : Distribusi Hasil Sarana dan Prasarana	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kata Pengantar Angket Penelitian	41
2. Kisi-kisi Angket Penelitian	42
3. Angket Penelitian	43
4. Data Mentah Hasil Penelitian	47
5. Foto Dokumentasi Penelitian	50
6. Surat Izin Penelitian	
7. Surat balasan keterangan penelitian	
8. Surat ke kesbangpol	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 dinyatakan bahwa salah satu tujuan Negara Republik Indonesia adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan untuk itu setiap warga Negara Indonesia berhak memperoleh kehidupan yang bermutu sesuai minat dan bakat yang dimiliki tanpa memandang status sosial, ras, etnis, agama, dan Gender.

Tantangan dalam pendidikan adalah menyiapkan peserta didik untuk hidup di zaman millennium ketiga, hal ini disebabkan karena pada zaman tersebut sebagian besar apa yang terjadi dan kondisinya belum dikenal, penuh akselerasi yang luar biasa, penuh perubahan seta penuh tantangan. Suatu hal yang tidak dapat ditinggalkan adalah “Belajar”, belajar hendaknya dapat melihat kedepan dan belajar untuk mengantisipasi realita ini menjadi semakin penting bagi peserta didik untuk mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler dan kelenturan dalam pemikiran serta kemampuan untuk memecahkan masalah-masalah secara kritis dan kreatif.

Dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia Indonesia. Departemen Pendidikan Nasional yang tertuang dalam rencana strategis (Renstra) Depdiknas 2005-2009 menekankan bahwa perspektif pembangunan pendidikan tidak hanya untuk mengembangkan aspek intelektual saja melainkan juga watak, moral, sosial, dan fisik peserta didik atau dengan kata

lain menciptakan manusia Indonesia seutuhnya. Semua jenjang lembaga pendidikan formal (Sekolah) mempunyai tugas untuk mensintesa itu semua.

Indonesia merupakan bangsa yang sedang berkembang dan berusaha semaksimal mungkin untuk melaksanakan pembangunan dan peningkatan mutu di segala bidang. Pada saat sekarang ini pemerintah berperan aktif dalam meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia. Pendidikan merupakan unsur yang sangat penting bagi manusia, tanpa pendidikan manusia akan terus hidup dalam kebodohan dan keterbelakangan. Kemajuan yang dicapai dapat kita lihat dengan adanya fungsi dan tujuan Pendidikan Nasional yang dinyatakan dalam Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang berbunyi :

“Pendidikan merupakan kegiatan fundamental untuk memajukan masyarakat dan para warganya. Pendidikan berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap , kreatif , mandiri menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.“

Melihat hal di atas dapat dikatakan bahwa tujuan pendidikan pada dasarnya adalah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, melalui peningkatan mutu pendidikan diupayakan tercapainya profil pembentukan manusia Indonesia yang siap secara intelektual, mental, fisik, dan rohani demi menghadapi masa depan. Pendidikan merupakan usaha yang dilakukan secara terencana dan dapat diperoleh melalui jalur formal dan informal yang dilaksanakan secara sistematis mempunyai jenjang dan dibagi dalam waktu tertentu yang berlangsung dari Taman Kanak-kanak hingga Perguruan Tinggi.

Untuk meningkatkan mutu pendidikan maka dilakukan perbaikan dan pembaharuan pada system pendidikan seperti perbaikan kurikulum, penataran guru, pengadaan buku, penyediaan sarana dan prasarana belajar dengan harapan proses belajar dapat berjalan efektif dan efisien.

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan suatu sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Dalam pendidikan formal belajar menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif sehingga pada akhirnya akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam prestasi belajarnya. Namun dalam upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan belajar.

Pendidikan yang dilakukan di sekolah harus dapat berperan dalam masyarakat yang sedang berkembang dewasa ini, yaitu manusia yang bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berbudi luhur, serta sehat jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan nasional yang bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta bertanggung jawab.

Di dalam peraturan perundang-undangan RI No.3 Tahun 2005 tentang system keolahragaan nasional adalah “pendidikan jasmani dan olahraga di laksanakan sebagai suatu proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan

untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, kesehatan, dan kebugaran jasmani”,

Hal ini di perkuat dengan adanya peraturan perundang-undangan RI No.3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pasal 25 ayat 4 yang berbunyi:“Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”

Syafrudin (1999:4) menyatakan “kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan (ekstra) bagi siswa untuk dapat menyalurkan bakat atau keinginanya sesuai dengan cabang olahraga yang di minatnya, tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler yang dikemukakan oleh Lutan (1986:72) adalah “untuk membentuk, mengembangkan dan meningkatkan kreatifitas serta prestasi dari peserta didik”

Dari kutipan diatas jelas bahwa agar siswa dapat mencapai prestasi dalam olahraga, salah satunya adalah olahraga sepak bola, seseorang terlebih dahulu mempunyai bakat dan potensi dibidangnya sehingga mudah diarahkan kepada proses pembinaan dan pengembangan secara terencana dan terprogram.

Salah satu bentuk pengembangan dan pembinaan olahraga di sekolah adalah melalui kegiatan pengembangan diri. Kegiatan pengembangan diri adalah “penyamaan potensi diri sendiri”, Sudarwan Danim (2012 :190). Pada saat ini cabang olahraga sepakbola sangat digemari oleh masyarakat dan kalangan pemuda, tetapi dapat diikuti oleh setiap tingkat umur, mulai dari

anak-anak sampai orang dewasa. Hal ini dapat terjadi pada pertandingan sepakbola yang banyak peminat dan tidak sepi dari penonton. Dengan demikian pemain sepakbola perlu pembinaan yang professional sehingga terlahir atlet-atlet yang berprestasi.

Mengingat betapa besarnya manfaat kegiatan pengembangan diri apabila kegiatan dapat dilaksanakan dengan baik pada anak didik akan dapat mencapai prestasi yang maksimal. Dari sekian mata pelajaran yang melaksanakan kegiatan pengembangan diri, hanya kegiatan pengembangan diri sepak bola yang banyak digemari oleh anak didik.

Pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga sepakbola bertujuan untuk meningkatkan mutu diri dan prestasi yang diarahkan untuk terciptanya atlet sepakbola yang berkualitas. Untuk meningkatkan kualitas secara maksimal dapat dilakukan dengan pembinaan dan latihan sejak usia dini untuk mencapai prestasi. Hal ini sesuai dengan yang di kemukakan syafruddin (2013:4) ” pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang di lakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga”

Jadi dapat di tarik kesimpulan dari pernyataan di atas bahwa untuk mencapai suatu prestasi olahraga memerlukan program pembinaan, program latihan dan perencanaan yang baik dan berbagai peran dari masyarakat, pemerintah, guru, ataupun kepala sekolah agar program itu terlaksana dengan sebaik-baiknya dan sesuai dengan yang di harapkan.

Kegiatan pengembangan diri lebih mengandalkan inisiatif sekolah, Secara Yuridis kegiatan pengembangan diri memiliki landasan hukum yang

kuat, karena diatur dalam surat Keputusan Menteri yang harus dilaksanakan oleh sekolah, salah satu keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 125/U/2002 tentang kalender pendidikan dan jumlah jam belajar efektif di sekolah pengaturan kegiatan ekstrakurikuler dalam keputusan ini terdapat pada Bab 5 pasal 9 ayat 2 “pada tengah semester 1 dan 2 sekolah melakukan kegiatan olahraga dan seni (porseni), karya wisata, lomba kreatifitas atau praktek pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan pendidikan seutuhnya.

Kegiatan pengembangan diri diharapkan dapat memenuhi kebutuhan yang diminati siswa untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman terhadap berbagai mata pelajaran yang pada suatu saat nanti bermanfaat bagi siswa dalam kehidupan sehari-hari, melalui kegiatan pengembangan diri akan memberikan sumbangan yang berarti bagi siswa untuk mengembangkan minat-minat baru, menanamkan tanggung jawab sebagai warga negara, melalui pengalaman-pengalaman dan pandangan-pandangan kerja sama dan terbiasa dengan kegiatan mandiri.

Di samping itu untuk menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan di masyarakat melalui kegiatan pengembangan diri dan kegiatan olahraga masyarakat lainnya.

Namun dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, belum

berjalan sebagaimana mestinya. Hal tersebut disebabkan masih belum direalisasikannya fungsi dan tugas guru olahraga, latar belakang pendidikan guru, kualifikasi guru pembimbing, sumber dana yang dimiliki dan perhatian kepala sekolah dan belum lengkapnya sarana dan prasarana.

Fenomena tersebut di atas mungkin juga disebabkan belum dilaksanakannya pembinaan olahraga sepakbola, Pembinaan pernah dilakukan tetapi belum mampu memberikan hasil. Oleh karena itu kegiatan Pengembangan diri yang ada di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, khususnya dalam pembinaan belum mampu menunjukan prestasi yang diharapkan.

Pembinaan atlet usia dini semestinya dilaksanakan pada usia 7–12 tahun, usia tersebut merupakan masa tahap awal yang baik untuk dilakukan pembinaan supaya pembinaan bisa terarah dan usia tersebut merupakan saat yang paling baik untuk melihat potensi dan bakat anak didik yang akan dilatih atau yang akan di arahkan untuk menjadi atlet.

Berdasarkan hal di atas bahwa pembinaan dalam berbagai organisasi tanpa memandang bentuk organisasinya sangatlah penting peranannya. Agar rencana atau permasalahan dalam organisasinya dapat dilaksanakan dengan baik. Oleh karenanya dalam pembinaan atlet sepakbola Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, adanya manajemen yaitu perencanaan yang sistimatis terhadap segala aspek dalam klub agar tujuan tercapai dengan hasil gemilang yaitu prestasi.

Berdasarkan hal di atas untuk melihat keberadaan kegiatan Pengembangan diri sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, secara utuh perlu kiranya diadakan penelitian yang bertujuan untuk dapat mengungkapkan dan mencari solusi terbaik tentang sebab-sebab belum tercapainya prestasi atlet sepakbola Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, sehingga kedepannya perlu dilakukan secara serius terhadap pembinaan pengembangan diri cabang sepakbola itu sendiri, jika tidak maka kegiatan pengembangan diri ini tidak akan tercapai prestasi yang baik. Oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian tentang **“Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Diri Sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat di identifikasikan masalah bahwa kurang terlaksana dan terealisasinya kegiatan pengembangan diri sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, dilihat dari:

1. Kualitas pelatih/guru pembimbing
2. Motivasi siswa
3. Peranan guru pembimbing atau pelatih
4. Program latihan dan sarana prasarana
5. Dukungan Kepala Sekolah
6. Peranan orang tua siswa
7. Ekonomi Keluarga

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, karena berbagai keterbatasan penulis, maka penulis membatasi masalahnya pada:

1. Motivasi siswa.
2. Peranan guru pembimbing/pelatih.
3. Sarana dan Prasarana

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana keadaan motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?
2. Bagaimana keadaan kualitas pelatih atau pembina dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?
3. Bagaimana keadaan sarana dan prasarana dapat dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat motivasi siswa dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?
2. Untuk mengetahui kualitas pelatih atau Pembina dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga sepakbola Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?
3. Untuk mengetahui keadaan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan kegiatan pengembangan diri olahraga sepakbola Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya?

F. Manfaat Penelitian

Adapun hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mendapatkan gelar SPd di FIK UNP.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru dan kepala sekolah dalam mengambil kebijakan pembinaan olahraga.
3. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Hakikat Permainan Sepakbola

Permainan sepakbola adalah salah satu cabang olah raga yang sangat populer di dunia. Sepakbola banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk sederhana sampai menjadi permainan sepakbola modern yang sangat digemari dan disenangi banyak orang, tua, muda anak-anak bahkan wanita. Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi yang sangat pesat juga mempengaruhi perkembangan permainan olahraga sepakbola ini.

“Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga beregu yang masing-masing regu terdiri 11 orang pemain termasuk penjaga gawang, dimainkan di atas lapangan rumput yang datar dan rata berbentuk persegi panjang. Ukuran panjangnya adalah 110 meter dan lebarnya 70 meter, yang dibatasi garis lebar 12 cm serta dilengkapi 2 buah gawang yang tingginya 2,44 meter dan lebarnya 7,32 meter”. Yulifri (2010:107).

Sedangkan menurut zalfendi dkk (2005:22)

“Permainan Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang masing-masing regu terdiri dari 11 orang atlet dan salah seorang atlet diantaranya menjadi penjaga gawang. Dimainkan di atas lapangan yang rata berbentuk persegi panjang, ukuran panjang adalah 100 meter-110 meter dan lebarnya 64 meter-75 meter, yang dibatasi oleh garis selebar 12cm serta dilengkapi oleh dua buah gawang yang tingginya 2,44 meter, dengan lebar 7,32 meter”.

Sementara Darwis (1999: 75) “permainan sepak bola adalah permainan 11 dengan lawan 11 yang dipimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan dengan waktu pertandingan 2x45 menit dengan istirahat perbabak 15 menit.

Maka kesimpulan dari beberapa pernyataan di atas adalah bahwa olahraga sepakbola merupakan olahraga permainan yang dilakukan dengan tujuan memasukan bola sebanyak-banyak nya kedalam gawang dan yang memasukan paling banyak akan keluar menjadi pemenang.

Dalam permainan sepakbola digunakan bola yang dibuat dari kulit dan dipimpin oleh seorang wasit yang dibantu oleh dua orang hakim garis. Permainan dilangsungkan dalam 2 babak, masing-masing babak lamanya 45 menit, dan masa istirahat 15 menit. Ide atau tujuan bermain sepakbola adalah berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menghindari kemasukan bola ke gawang kita dari serangan lawan.

Permainan sepakbola dibutuhkan beberapa kemampuan yaitu kemampuan fisik, teknik, mental dan taktik. Kemampuan fisik terdiri dari menendang bola, gerak tipu dengan bola, melempar bola kedalam, dan menepis bola khusus bagi penjaga gawang.

Permainan sepakbola biasanya hanya berlatih teknik dan taktik sepakbola saja, mereka melakukan factor penunjang yang lain yaitu kondisi fisik yang baik bagi seorang pemain, Seseorang Pemain tidak dapat bermain sampai ke puncak prestasi bila tidak ditunjang oleh kondisi yang baik. Kondisi yang baik tidak dapat dicapai hanya dengan bermain olahraga itu sendiri, tetapi harus dipersiapkan dengan khusus.

“Pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan sebelas pemain. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba memasukkan bola ke gawang lawan. Setiap tim memiliki kipper yang diperbolehkan mengontrol bola dengan tangannya didaerah pinalti yaitu daerah yang berukuran lebar 44 yard dan 18 yard pada garis akhir. Pemain lainnya tidak

diperbolehkan menggunakan tangan dan lengan mereka untuk mengambil bola, tetapi mereka dapat menggunakan kaki, tungkai dan kepala. Gol diciptakan dengan menendang atau menanduk bola kedalam gawang lawan. Setiap gol dihitung dengan skor satu dan tim yang paling banyak menciptakan gol memenangkan permainan”. (Luxbacher, 2013:2).

Walaupun permainan sepakbola bersifat beregu namun penguasaan teknik dasar sangat diperlukan. Hanya karena keburukan penguasaan teknik dasar oleh pemain dalam satu tim atau kesebelasan, akan mengurangi keutuhan dari tim atau kesebelasan tersebut baik dalam serangan maupun dalam pertahanan, dalam usaha meningkatkan mutu permainan kearah prestasi permainan sepakbola.

Hampir seluruh permainan dimainkan dengan keterampilan kaki, badan dan kepala untuk memainkan bola. Namun demikian agar dapat bermain sepakbola yang baik perlu bimbingan dan tuntunan tentang teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola.

Seluruh pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badannya kecuali tangan. Penjaga gawang boleh memainkan bola dengan tangan, tetapi hanya di daerah gawangnya sendiri. Setiap regu berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha untuk mencegah lawan untuk memasukkan bola ke gawangnya.

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat, baik itu anak-anak, remaja, dan orang tua. Selain itu olahraga sepakbola juga banyak di mainkan oleh kaum perempuan baik di luar negeri maupun dalam negeri. Untuk pembinaan para pemain yang berpotensi dan

berbakat akan dibina atau dilatih. Untuk meningkatkan keterampilan pemain perlu adanya organisasi sebagai tempat pembinaan. Organisasi tersebut biasa disebut dengan klub, dalam klub sepakbola tersebut perlu adanya manajemen organisasi untuk kelangsungan organisasi sepakbola tersebut. Karena dalam unsur manajemen itu meliputi perencanaan, pengorganisasian, penggerakan dan pengawasan sehingga tujuan dari organisasi tersebut dapat tercapai. Dalam organisasi sepakbola tersebut juga mencakup pembinaan bagi para pemain. Pembinaan para pemain sepakbola dimulai dari masing-masing klub, kemudian klub daerah dan yang terakhir klub tingkat nasional.

Untuk mencapai prestasi dicabang sepakbola setiap pemain harus memiliki aksi dan gerakannya sendiri bukan tergantung prestasi orang lain. Dalam setiap situasi setiap permainan seluruh anggota tim harus mampu dengan cepat menyusun taktik yang baru dalam menghadapi lawan. Permainan sepakbola selalu memiliki karakter pertandingan dan oleh karena itu setiap pemain dituntut bermain semaksimal mungkin dalam meningkatkan prestasi pemain, persiapan fisik merupakan salah satu factor yang sangat penting dalam latihan untuk mencapai prestasi yang tinggi. Tanpa persiapan fisik yang memadai maka akan sulit mencapai prestasi tersebut, sebab tujuan kondisi fisik adalah meningkatkan kualitas fungsional organ tubuh sesuai dengan kebutuhan dan tuntutan untuk mencapai prestasi.

2. Hakikat pengembangan diri

Pengembangan diri adalah kegiatan yang bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, minat, setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan/atau dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Pengembangan diri merupakan kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran sebagai bagian internal dari kurikulum sekolah. Kegiatan pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling berkenaan dengan masalah pribadi dan kehidupan sosial, kegiatan belajar, pengembangan karir serta kegiatan ekstrakurikuler. Untuk satuan pendidikan khusus, pelayanan konseling ditujukan guna pengembangan kreativitas dan karir.

Kegiatan pengembangan diri dapat dilakukan antara lain melalui kegiatan pelayanan konseling yang berkenaan dengan masalah diri pribadi, kehidupan sosial, belajar, dan pengembangan karir peserta didik. Sedangkan untuk kegiatan ekstrakurikuler dapat dilakukan antara lain melalui kegiatan kepramukaan, kepemimpinan, dan kelompok ilmiah remaja. Khusus untuk sekolah menengah kejuruan pengembangan diri terutama ditujukan untuk pengembangan kreativitas dan bimbingan karir.

Pengembangan diri (self development) adalah “penyemaian diri sendiri”, Danim Sudarwan (2012:188). kegiatan pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan konseling dan kegiatan ekstrakurikuler. Menurut KBBI (2008:360) yaitu: “ suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan kesiswaan.

Pengembangan diri terkait erat dengan perbaikan diri, bahkan secara konotatif sangat mungkin bermakna sama. kegiatan pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan konseling dan kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa pengembangan diri adalah kegiatan yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta didik yang mengikutinya untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan minat, bakat, potensi dan kebutuhan masing-masing, dengan memperhatikan kondisi sekolah ataupun madrasah.

Pengembangan diri bertujuan untuk menunjang pendidikan peserta didik dalam mengembangkan :

- 1) Bakat.
- 2) Minat.
- 3) Kreativitas.
- 4) Kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan.

- 5) Kemampuan kehidupan bangsa.
- 6) Kemampuan sosial dan belajar.
- 7) Wawasan dan perencanaan akhir.
- 8) Kemampuan pemecahan masalah dan kemandirian.

Sudarwan (2012:190) menyatakan bahwa:

“Dalam skema pengembangan diri manusia di bedakan menjadi tiga kategori, *pertama*, manusia yang berada pada orbit regresif, yaitu yang memandang masa lalu selalu lebih baik dari masa sekarang. *kedua*, manusia yang memandang bahwa belum saatnya melakukan perubahan, bahkan lebih ekstrem lagi menganggap bahwa perubahan itu tidak diperlukan karena kondisi sekarang telah sangat baik. *ketiga*, manusia yang berada pada orbit progresif, yaitu orang-orang yang selalu melakukan pembaharuan untuk mencapai tujuan yang lebih baik.” Sudarwan (2012:190).

Pada model pengembangan diri yang dikeluarkan pusat kurikulum (2006) untuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler program kegiatannya secara umum harus menyatakan/ memuat mengenai sasaran, substansi, jenis kegiatan, waktu dan tempat, dan pelaksana kegiatan. Untuk melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler tersebut rambu-rambu yang ditetapkan mengenai pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yaitu berisikan rekrutmen peserta kegiatan, penyiapan perlengkapan, penyiapan pelaksana kegiatan (awal, inti dan akhir) dan evaluasi.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah “merupakan kegiatan tambahan (ekstra) bagi siswa untuk dapat menyalurkan bakat atau keinginannya sesuai dengan cabang olahraga yang di minatnya”, Syafruddin (1999:4), kegiatan Ekstrakurikuler akan dapat menunjang pertumbuhan fisik dan psikis

(mental) siswa sehingga dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan (skill) suatu cabang olahraga.

Olahraga sepakbola sangat digemari oleh masyarakat, hendaknya dimulai dari pembinaan, olahraga pendidikan dimana olahraga pendidikan memberikan kesempatan kepada anak untuk belajar hingga terlihat bakat masing-masing anak, serta diarahkan pembinaan lebih lanjut guna mencapai prestasi yang memuaskan. Manfaat dari mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis ini bisa menyehatkan badan dan membuat postur tubuh bagus apabila mengikuti latihan dengan serius dan rajin.

Pada prinsipnya kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran sekolah yang bertempat disekolah atau diluar sekolah dengan tujuan untuk memperluas ilmu pengetahuan, menyalurkan bakat dan minat, untuk meningkatkan kemampuan dan prestasi dibidang olahraga.

3. Motivasi

a. Hakekat Motivasi

Motivasi adalah “perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan”, (Hamalik, 1992:173). Dalam Syaiful bahri djamarah (2011:148). Sedangkan Kamal Firdaus (2012:81) berpendapat bahwa Motivasi dapat didefinisikan sebagai “penggerak atau pendorong seseorang untuk melakukan sesuatu”, pendapat lain juga di kemukakan

Syahrastani (2010:49) Motivasi adalah “sebagai daya penggerak yang ada di dalam diri seseorang”

Menurut Djaali dalam Sumadi Suryabrata (2011:101) motivasi adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapaian suatu tujuan. Adapun Grenberg menyebutkan bahwa motivasi adalah proses membangkitkan, mengerahkan, dan memantapkan perilaku arah suatu tujuan.

Maka dari beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah keinginan dan tujuan ataupun dorongan dari dalam diri seseorang yang menjadi pendorong untuk bertindak laku menurut keinginan dari dalam dirinya sendiri.

b. Fungsi Motivasi

Dalam proses belajar, motivasi sangat diperlukan, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar, tidak akan mungkin melaksanakan aktivitas belajar. Motivasi diperlukan dalam menentukan intensitas usaha belajar bagi para siswa.

Menurut Syaiful Bahri Djamarah (2011:156) fungsi motivasi adalah:

- 1) Mendorong timbulnya suatu kelakuan atau perbuatan. Tanpa adanya motivasi maka tidak akan timbul perbuatan seperti belajar
- 2) Motivasi berfungsi sebagai pengarah. Artinya mengarahkan perbuatan ke pencapaian tujuan yang diinginkan

- 3) Motivasi berfungsi sebagai penggerak. Motivasi berfungsi sebagai mesin dalam mobil. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat lambatnya suatu pekerjaan

c. Jenis motivasi

Syaful Bahri Djamarah dalam bukunya menyatakan Terdapat dua jenis faktor yang mempengaruhi motivasi, yaitu motivasi intrinsik (dalam diri) dan motivasi ekstrinsik (dari luar) yang dapat didefinisikan masing-masing sebagai berikut :

1) Motivasi intrinsik

“Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam setiap diri individu sudah ada dorongan untuk melakukan”, Syaiful Bahri Djamarah (2011:149).

Bila seseorang telah memiliki motivasi intrinsik dalam dirinya, maka ia secara sadar akan melakukan suatu kegiatan yang tidak memerlukan motivasi dari luar dirinya. Motivasi intrinsik sangat diperlukan, terutama belajar sendiri. Seseorang yang memiliki motivasi intrinsik selalu ingin maju dalam belajar.

Konsep motivasi intrinsik mengidentifikasikan tingkah laku seseorang yang merasa senang terhadap sesuatu; apabila ia menyenangi kegiatan itu, maka termotivasi untuk melakukan kegiatan tersebut, selain dorongan dari dalam diri sendiri, dorongan dari luar juga akan membantu dalam memotivasi diri sendiri.

2) Motivasi ekstrinsik

“Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Motivasi ekstrinsik diperlukan agar anak didik mau belajar Berbagai macam cara bisa dilakukan agar anak didik termotivasi untuk belajar”, Syaiful Bahri Djamarah (2011:151).

Secara umum motivasi dapat diartikan daya yang menggerakkan aktifitas kesehatan seseorang yang menjadikan terealisasi aktifitas. Munculnya keinginan untuk beraktifitas menunjukkan motivasi pendorong pelaku aktifitas tersebut sehingga aktifitas tersebut dapat dilaksanakan.

Motivasi adalah bagian dari beberapa aspek psikis manusia dan karena itu setiap manusia normal walaupun tingkat pengetahuannya rendah pasti memiliki motivasi. Hanya saja biasanya seseorang tidak menyadari bahwa dalam aktivitas itu mengandung motif. Sebagai contoh dalam permainan sepakbola paling tidak pelakunya akan merasakan sedang bermain. Jadi dalam konteks ini apakah permainan itu bermanfaat bagi mental dan prestasinya adalah persoalan lain. Artinya dapat dinyatakan bahwa aktifitas yang dilakukan belum terkoordinir dengan baik untuk mendapatkan manfaatnya seperti bagi kesehatan atau sebagai aktifitas untuk berprestasi.

4. Sarana dan Prasarana

Sarana adalah semua alat-alat olahraga yang dapat dipindahkan seperti bola, net, raket dan lain-lain. Sedangkan prasarana adalah fasilitas olahraga yang tidak bisa dipindah-pindahkan seperti gedung olahraga dan lapangan.

Didalam Undang Undang Pendidikan No 3 (2005:1) menjelaskan bahwa: "Sarana adalah peralatan dan perlengkapan yang digunakan dalam kegiatan olah raga, sedangkan prasarana adalah tempat atau ruang masuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga/penyelenggaraan keolahragaan". Pendapat senada juga di nyatakan Harsuki (2003:379) bahwa prasarana olahraga adalah "wadah untuk melakukan kegiatan olahraga"

Di dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah, sarana dan prasarana sangat dibutuhkan sekali untuk kelancaran proses belajar mengajar. Karena sarana dan prasarana yang memadai adalah suatu syarat terlaksananya kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah. Tanpa tersedianya sarana dan prasarana olahraga maka guru serta siswa tidak dapat melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler dengan baik sesuai dengan apa yang diinginkan.

Sarana dan prasarana yang memadai akan mempengaruhi terhadap kegiatan ekstrakurikuler dan sebaliknya didalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola disekolah sangat diharapkan sekali tersedianya.

Sarana dan prasarana yang memadai seperti: alat-alat media dan bahan mengajar, winarko surahkmad (1990:126) mengemukakan "Penggunaan alat-alat dalam proses belajar mengajar bertujuan untuk mempertinggi prestasi

belajar pada umumnya dengan demikian terang pula bahwa guru harus mengerti akan fungsi dan kegunaan alat-alat pekerjaan sehari-hari".

Berdasarkan kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana di dalam proses belajar mengajar merupakan suatu faktor pendukung terlaksananya suatu kegiatan serta sangat berpengaruh besar terhadap hasil yang akan dicapai serta tujuan dari proses pembelajaran tersebut

5. Guru Pembina/pelatih

Guru Pembina/pelatih yang dimaksudkan dalam hal ini adalah guru olahraga kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah guru olahraga berperan sebagai Pembina khusus dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, apakah itu sepakbola, volley ball, bola basket dan lain sebagainya.

Pendapat ini sesuai dengan yang dikatakan Kamal Firdaus dalam salah satu bukunya "Pelatih di pahami sebagai orang yang di anggap ahli untuk mempersiapkan orang atau sejumlah orang untuk menguasai keterampilan tertentu".(Kamal Firdaus 2012:106).

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olah raga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, sasarannya tak lain adalah pembinaan melalui kegiatan ini akan terlihat kemampuan guru pendidikan jasmani sebagai guru Pembina kegiatan. Dimana guru olahraga harus dapat merealisasikan teori dan praktek olahraga secara baik. Guru olahraga tidak hanya mengajar di depan kelas melainkan juga sebagai pembimbing dan sebagai pelatih.

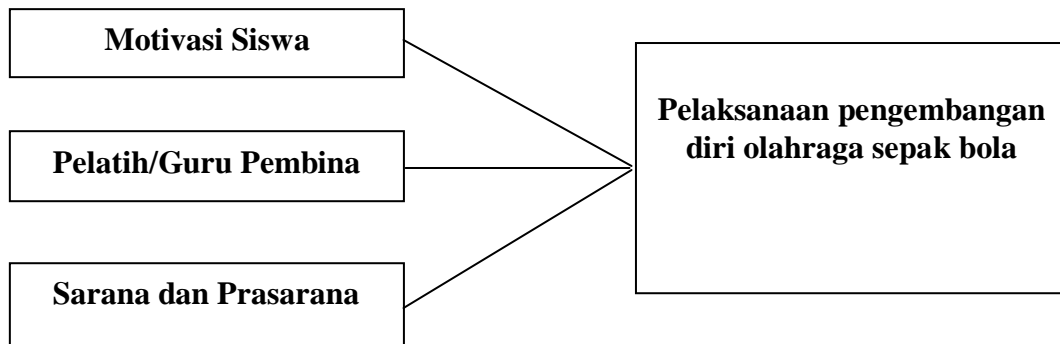
Untuk mendapatkan prestasi yang tinggi bukanlah pekerjaan yang mudah karena dalam pencapaian ini memerlukan skill yang tinggi, perilaku disiplin dan tingkah laku terhadap prestasi atlet itu sendiri. Dapat dicontohkan seorang atlet yang mempunyai skill yang tinggi tetapi tidak mempunyai perilaku yang baik seperti suka merokok, minuman yang beralkohol dan suka begadang. Semua itu akan berpengaruh terhadap latihan yang sedang dijalankannya, bisa saja mengurangi semangat waktu mengikuti latihan karena perbuatan sudah menyimpang dari peraturan yang ditetapkan oleh pelatih semua ini tidak akan bisa meraih prestasi yang diharapkan.

Berdasarkan uraian di atas jelaslah bahwa menjadi seorang pelatih atau Pembina olahraga sepakbola tidaklah mudah karena seorang pelatih harus mempunyai pengalaman yang luas khusus dibidang kepelatihan sepakbola serta kemampuan untuk memberikan dorongan terhadap perkembangan atlet. Karena atlet yang dilatih adalah seorang anak yang berusia relative muda yang belum mempunyai kematangan. Disamping itu pelatih juga dituntut untuk mempunyai pengetahuan ilmu kepelatihan dan kepribadian yang baik sebagai contoh bagi atlet dan juga pengalaman pemain demi mencapai pelatih yang berkualitas

B. Kerangka Konseptual

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan penunjang kegiatan ekstrakurikuler, kokurikuler dan intrakurikuler disekolah. Oleh karena itu ketiga unsur tersebut di atas tidak dapat dipisahkan satu sama lain, karena saling berkaitan dan saling mendukung dalam mencapai tujuannya.

Dari berbagai faktor yang cukup besar pengaruhnya terhadap kegiatan ekstrakurikuler sepakbola lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar kerangka konseptual berikut ini :



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Untuk mengungkapkan hasil peneliti ini maka digunakan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Sejauh mana Motivasi siswa dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.
2. Bagaimana kualitas pelatih atau pembina dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.
3. Sejauh mana sarana dan prasarana yang tersedia dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Dasar Negeri 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa:

1. Gambaran hasil motivasi siswa dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya berada pada klasifikasi Cukup.
2. Gambaran kualitas guru/pelatih dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya berada pada klasifikasi Cukup.
3. Gambaran sarana dan prasarana dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya berada pada klasifikasi Kurang.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan, maka penulis dapat memberikan saran-saran yang dapat membantu mengatasi masalah yang ditemui dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya:

1. Untuk meningkatkan motivasi atlet dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya disarankan para pelatih atau guru untuk tidak mengabaikan faktor motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik atlet, karena motivasi merupakan salah satu cara dalam cabang olahraga sepakbola untuk meningkatkan prestasi agar menjadi lebih baik.
2. Untuk meningkatkan prestasi atlet dalam pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya disarankan kepada pelatih/guru untuk sering mengikuti pelatihan dalam mengembangkan kegiatan sepakbola dan pemain untuk terus giat dalam berlatih.
3. Dalam meningkatkan prestasi atlet dalam kegiatan pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya disarankan kepada kepala sekolah untuk melengkapi sarana dan prasarana seperti bola, account, patok dan lain-lainya sehingga kegiatan ekstrakurikuler bisa berjalan dengan baik dan lancar.
4. Penelitian ini hanya terbatas atlet sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya Pemain sepakbola Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, untuk itu perlu dilakukan penelitian pada atlet sepakbola lain di tempat atau daerah yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi.

5. Penelitian ini hanya terbatas variabel motivasi, kualitas guru/pelatih dan sarana dan prasarana sepakbola di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 10 Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya, untuk itu perlu dilakukan penelitian pada variabel lain yang mempegaruhi sepakbola di tempat atau daerah yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi.
6. Masyarakat Kecamatan Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya memberikan dukungan moril maupun materil sehingga prestasi pemain Sepakbola di daerah ini dapat ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1999). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: RinekaCipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: RinekaCipta.
- Buku panduan penulisan tugas akhir/skripsi*. Universitas Negeri Padang
- Djaali.(2013). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: BumiAksara
- DanimSudarwan. *Pengembangan profesi guru*. Jakarta: Prenada Media Group
- Djamarah, Syaiful. Bahri.(2010). *Psikologi Belajar*. Jakarta: RinekaCipta.
- Firdaus, Kamal. (2012). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hamalik, Oemar. (2004). *Proses BelajarMengajar*. Jakarta: BumiAksara.
- Harsuki H (2003). *Perkembangan olahraga terkini*. PT Raja Grafindo persada
- Joseph A Luxbacher.(2012). *Sepak Bola*. Depok. PT Raja GrafindoPersada
- KamusBesar Bahasa Indonesia (2008). Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Riduwan (2012). *Skala pengukuran variable-variabel penelitian*. Bandung. Alfabeta
- Ratinus Darwis.(1999). *sepak bola*.Padang.UNP Press
- Syahrastani (2011) *.psikologiolahraga*.Padang. UNP Press
- Syafruddin (1999).*Dasar-dasar kepelatihan olahraga*. DIP proyek universitas negeri Padang
- Syafruddin (2013).*Ilmu kepelatihan Olahraga*. Padang. UNP press
- Suharsimiarikunto (2002).*prosedur penelitian*. Jakarta. RinekaCipta
- Undang-undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003.*Sistem Pendidikan Nasional*
- Undang-undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005. *System Keolahragaan Nasional*
- Yulifri (2010).*permainan sepak bola. padang*. UNP press
- Zalfendi (2005). *buku ajar sepak bola*. Fik. Padang. UNP Press