

**PELAKSANAAN KEGIATAN EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA  
SEPAK BOLA DI SDN 01 KOTO LAMO KECAMATAN KAPUR IX  
KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



**OLEH :**

**E L F I A  
NIM. 91015**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

### PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olah Raga Sepak Bola Di SDN  
01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : ELFIA

BP/ NIM : 2007 / 91015

Progran Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

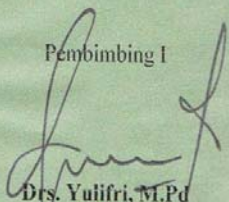
Jurusan : Pendidikan Olah Raga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

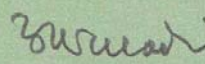
Padang, Januari 2011

Diketahui Oleh

Pembimbing I

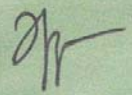
  
Drs. Yulifri, M.Pd  
NIP. 19690707 198503 1 002

Pembimbing II

  
Drs. Willadi Rasyid, M.Pd  
NIP. 19591121 198602 1 006

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olah Raga

  
Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO  
NIP. 19620520 198703 1 002

### HALAMAN PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Negeri Padang

Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olah Raga Sepak Bola Di SDN 01 Koto Lamo  
Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : **ELFIA**  
BP/NIM : 2007 / 91015  
Progran Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olah Raga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Tim Penguji

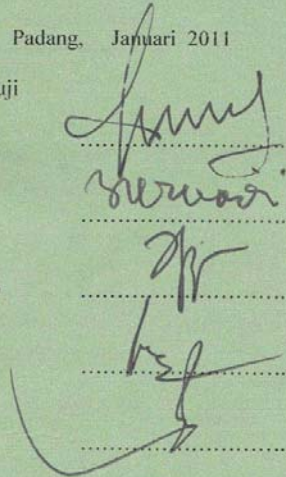
Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd

Sekretaris : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd

Anggota : Drs. Hendri Heldi, M.Kes. AIFO

: Drs. Nirwandi, M.Pd

: Drs. Zarwan, M.Kes



## **ABSTRAK**

### **Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Sepakbola DI Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota.**

**OLEH : ELFIA / 2011.**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota.

Penelitian ini adalah tergolong penelitian deskriptif dengan menetapkan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola sebagai variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota yang berjumlah 156 orang. Sampel penelitian adalah siswa yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola yaitu berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angkep penelitian sebanyak 30 butir soal. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi .

Dari analisis data menunjukan motivasi siswa dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler berada pada kategori cukup, penyediaan sarana dan prasarana dikategorikan cukup dan kemampuan pelatih / pembina juga pada kategori cukup. Dengan demikian berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pada Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota berada pada kategori cukup.

## KATA PENGANTAR

Syukur Allhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan kurnia Nya , sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Sepak Bola Di SDN 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota.”**

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya untuk itu penulissangat mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pembacademi kesempurnaan tulisan ini.

Dalam pelaksanaan penulitian dan penyelesaian skripsi,penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak , untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs H Syahril Bahtiar .M.Pd .Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Univesitas Negeri Padang , yang telah memberikan bimbingan dan dorongan penulisan skripsi ini sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsin ini.
2. Bpak Drs. Hendri Neldi, M.Kes.AIFO Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Uninversitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga

penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Bapak Drs. Yulifri, M.Pd Pembimbing I, yang telah memberikan motivasi pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Willadi Rasyid, M.Pd Pembimbing II, yang telah memberikan motivasi ,pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen penguji yang telah membantu memberikan motivasi, pekirian dan pengarahan yangv sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Univesitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Kepala SDN 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian.
8. Guru Penjasorkes da staf pengajar SD Negeri 03 Labuah Gunung , Kecamatan Lareh Sago Halaban , Kabupanten Lima Puluh Kota , yang membantu dalam memberikan data penelitian.
9. Khusus buat suami tercinta dan anak –anak tesayang yang selalu memberikan motivasi dan dukungan dan do’a kepada penulis skripsi ini.

10. Buat teman-teman senasip dan seperjuangan yang tak bisa ku sebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT, dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, amin.

Padang, Juni 2011

Penulis

# DAFTAR ISI

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI**

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

**ABSTRAK**

**DAFTAR ISI**

## **BAB I. PENDAHULUAN**

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1  |
| B. Identifikasi Masalah .....  | 10 |
| C. Pembatasan Masalah .....    | 10 |
| D. Perumusan Masalah.....      | 11 |
| E. Tujuan Penelitian.....      | 11 |
| F. Manfaat Penelitian.....     | 11 |

## **BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| A. Landasan Teori .....               | 13 |
| 1. Pengembangan Diri.....             | 13 |
| 2. Kegiatan Ekstrakurikuler .....     | 15 |
| 3. Kemampuan guru dan Mdifikasi ..... | 17 |
| B. Kerangka Konseptual .....          | 24 |
| C. Pertanyaan Penelitian .....        | 15 |

## **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian ..... | 26 |
| B. Populasi Dan Sampel.....                 | 26 |
| C. Jenis Dan Sumber Data .....              | 27 |
| D. Teknik Dan Alat Pengumpul Data .....     | 28 |
| E. Teknik Analisis Data .....               | 28 |

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

|                          |    |
|--------------------------|----|
| A. Verifikasi Data ..... | 30 |
| B. Deskripsi Data.....   | 30 |
| C. Pembahasan .....      | 38 |

## **BAB V PENUTUP DAN SARAN**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 40 |
| B. Saran .....      | 40 |

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN - LAMPIRAN**

## **PBAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang masalah**

Dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, pemerintah telah melakukan usaha dalam segala bidang, baik yang menyangkut fisik maupun mental spritual, salah satunya adalah melalui jalur pendidikan. Sebagai lembaga pendidikan formal, sekolah mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan individu anak. Dalam lingkungan sekolah anak mengalami proses belajar baik yang berkaitan dengan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Proses belajar tersebut tertuju pada pencapaian perkembangan siswa secara optimal. Pendidikan yang dilaksanakan di sekolah harus dapat menciptakan manusia yang mampu berperan dalam masyarakat yang sedang berkembang pada saat sekarang ini yaitu manusia yang bertaqwa kepada tuhan yang maha esa, berbudi pekerti luhur, terampil serta sehat jasmani dasar dan rohani. Hal ini sesuai dengan Undang –undang RI nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang menjelaskan bahwa :

**“Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dan rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.**

Untuk mencapai tujuan di atas maka dilaksanakanlah proses pendidikan tersebut melalui berbagai kegiatan yang ada disekolah. Agar pelaksanaannya terarah dan memberikan hasil yang maksimal, maka disusunlah kurikulum sebagai pedoman dalam melakukan proses pembelajaran disekolah. Salah satunya adalah kurikulum pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang berisikan berbagai pokok bahasan yang akan diberikan kepada anak didik. Diantara sekian banyak pokok bahasan yang harus diajarkan salah satunya adalah permainan. Permainan merupakan salah satu pokok bahasan yang digemari oleh anak. Dalam permainan tersebut salah satunya adalah permainan sepak bola. Sepak bola pada dasarnya adalah suatu permainan yang sangat digemari oleh masyarakat terutama anak – anak sekolah. Untuk menumbuhkan semangat serta menyalurkan minat dan bakat para siswa, maka dilaksanakanlah kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler juga merupakan wahana pembinaan siswa yang dilakukan di luar jam pelajaran efektif. Hal ini disebabkan karena kegiatan ekstrakurikuler merupakan penunjang kegiatan intrakurikuler dan kokurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler sepak bola bertujuan untuk menyalurkan potensi, minat, bakat dan potensi anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar, teratur, terarah dan optimal dalam rangka memantapkan sekolah serta menunjang terwujudnya tujuan pendidikan nasional yang diharapkan.

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepak bola seharusnya ada tenaga pelatih yang berkualitas, sarana dan prasarana yang memadai, motivasi siswa yang tinggi, dukungan dari orangtua, dukungan dari majelis guru, komite sekolah serta adanya pendanaan yang kuat. Namun pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler kurang terlaksana sehingga menimbulkan beberapa dugaan antara lain kurangnya dukungan dari orang tua murid, sebagian siswa ada yang mengikuti bimbingan belajar dan belajar tambahan, sarana dan prasarana yang kurang memadai, kurangnya partisipasi pihak sekolah sehingga kegiatan ekstrakurikuler tidak berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan pengamatan penulis dilapangan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 koto lamo kecamatan kapur IX Kabupaten 50 Kota kurang berjalan dengan lancar, hal ini akan menyebabkan kurang baik terhadap perkembangan siswa, kurang tersalurkan bakat siswa dan kreatifitas yang ada pada siswa.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap faktor apa saja yang mempengaruhi kurang terlaksananya kegiatan ekstrakurikuler sepak bola pada SD Negeri 01 koto lamo kecamatan kapur 9 kabupaten lima puluh kota.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah tentang faktor apa saja yang mempengaruhi pelaksanaan kegiatan

ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 sebagai berikut :

1. Dukungan orang tua
2. Partisipasi pihak sekolah
3. Perhatian majelis guru
4. Kemampuan pelatih / Pembina
5. Motivasi siswa
6. Sarana dan Prasarana
7. Waktu Pelaksanaan
8. Keadaan cuaca
9. Ketersediaan dana

#### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat keterbatasan kemampuan, waktu, dana bagi penulis, maka penelitian ini penulis batasi pada variabel yang dianggap paling penting dalam mempengaruhi kegiatan ekstrakurikuler sepak bola yaitu :

1. Kemampuan pembina / pelatih
2. Sarana dan Prasarana
3. Motivasi siswa

#### **D. Perumusan masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang dikemukakan maka perumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Sejauh mana pengaruh pelatih terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota.
2. Sejauh mana pengaruh sarana dan prasarana terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota.
3. Apakah motivasi siswa dapat mempengaruhi pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota.

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

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kemampuan pelatih / pembina kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota.
2. Untuk mengetahui keadaan sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan.
3. Untuk mengetahui motivasi siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota.

**F. Kegunaan Penelitian**

Dengan memperhatikan tujuan penelitian pada bagian di atas maka penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

1. Sebagai syarat bagi penulis untuk menyelesaikan pendidikan sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi kepala sekolah SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan IX Kabupaten 50 Kota, sebagai bahan masukan untuk lebih memperhatikan kegiatan ekstrakurikuler disekolah.
3. Sebagai referensi di perpustakaan Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Padang.

## **BAB II**

### **TINJAUAN KEPUSTAKAAN**

#### **A. Kajian Teori**

Pembinaan melalui kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk mencapai prestasi olahraga terbaik dalam mengikuti pertandingan. Prestasi terbaik dalam olahraga akan tercapai melalui latihan- latihan yang terencana dan terprogram secara baik. Untuk disekolah hal ini dapat dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler, dimana kegiatan ini merupakan bagian dari proses belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan serta pengembangan prestasi, kemampuan dan bakat yang dimiliki oleh anak didik.

##### **1. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler**

Berdasarkan pernyataan ( Dikdasmen 1997 : 4 ), ekstrakurikuler adalah “ kegiatan di luar jam pelajaran normal dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan di sekolah ataupun di luar sekolah dengan tujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa mengenai hubungan berbagai pelajaran menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya”.

Kegiatan ekstrakurikuler ini merupakan kegiatan yang dilakukan oleh para siswa sesuai dengan bakat dan minatnya, yang dilakukan di luar jam pelajaran kelas, dan dimaksudkan agar para siswa memanfaatkan waktu luangnya dengan kegiatan-kegiatan yang

bermampaat. Kegiatan ini juga dapat menambah dan menunjang kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan dikelas.

Berdasarkan pengertian diatas kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang di lakukan diluar jam tatap muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah agar lebih memperkaya atau memperluas pengetahuan serta kemampuan, meningkatkan nilai atau sikap dalam rangka penerapan, pengetahuan dan kemampuan yang telah di pelajari di berbagai mata pelajaran.

Kegiatan ekstrakurikuler ini selain akan mencapai prestasi juga bertujuan untuk membentuk akhlak dan mengembangkan keterampilan serta bakat anak didik itu sendiri. Di sekolah dasar kegiatan ekstrakurikuler adalah tempat yang tepat untuk pembinaan, membentuk akhlak dan mengarahkan keterampilan serta mengembangkan bakat yang di miliki oleh anak didik itu sendiri. Jika kegiatan ekstrakurikuler ini adalah salah satu wadah bagi anak didik untuk mencapai prestasi, maka hasil yang diharapkan melalui kegiatan ekstrakurikuler menurut Depdikbud 1997 adalah :

- a. Siswa dapat memiliki pengetahuan, wawasan, pengalaman, dan keterampilan sebagai bekal untuk dapat dikembangkan di lingkungan sekitarnya, yaitu lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat.
- b. Siswa dapat mengembangkan potensi bakat dan minat serta kreatifitasnya secara wajar dan terarah.

- c. Terbentuknya sikap perilaku dan kepribadian siswa secara mantap.
- d. Terbentuknya sikap disiplin, rasa memiliki, rasa tanggung jawab dan jiwa kepemimpinan yang tinggi di kalangan para siswa sehingga mendorong terciptanya suasana kehidupan sekolah sebagai wiyatamandala.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa hasil yang dirasakan dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini tidak hanya individu atau siswa itu sendiri, tetapi dirasakan pula bagi kelompok dan juga bagi masyarakat di mana siswa itu berada. Mengingat pentingnya pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa maupun bagi lingkungan masyarakat, maka lembaga sekolah sudah seharusnya menyadari dan melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler ini dengan baik, sebab semakin baik pengelolaan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler maka akan memberikan manfaat secara optimal bagi siswa dan masyarakat sekitarnya.

Jika kita bicara tentang prestasi sepak bola perlu kiranya kita mempersiapkan anak – anak dari segala segi, dan hal ini sangat berat sekali. Maka untuk mencapainya di butuhkan peran dan dukungan dari semua pihak yang terkait agar tujuan pembinaan yang dimaksud dapat menyenangkan sepak bola. Untuk mendapatkan teknik – teknik secara benar, sehingga bila mereka terus menerus mengikutinya dengan

tekun dan mendalaminya dengan baik sehingga nantinya akan bisa menjadi pemain junior. Untuk mendapatkan hal itu sangatlah di dukung oleh :

1. Peran guru olahraga sebagai pembimbing atau pelatih
2. Motivasi siswa itu sendiri
3. Peran orang tua

Ketiga komponen di atas merupakan satu kesatuan yang tak dapat di pisahkan, karena antara faktor yang satu dengan yang lainnya sangat berpengaruh untu mencapai prestasi tersebut. Ketiganya itu harus berjalan dengan keadaan yang sama sehingga akan mempunyai tujuan yang sama pula. Seberapa jauhnya pengaruh dari ketiga komponen tersebut akan dijelaskan satu persatunya.

- a. Peranan Guru Olahraga sebagai pembimbing dan pelatih

Guru olahraga sebagai pembimbing yang dimaksud dalam kegiatan ekstrakurikuler di sini adalah guru olahraga yang secara langsung berperan sebagai pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola ini. Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepak bola di SD Negeri 01 koto lamo kecamatan kapur IX Kabupaten 50 kota sasaranya adalah pembinaan. Melalui kegiatan ini lah akan kelihatan kemampuan guru olahraga sebagai pembimbing kegiatan, dimana para guru dapat merealisasikan antara teori dengan praktek olahraga itu sendiri.

Namun seharusnya guru mampu menguasai teori dan praktek olahraga tersebut. Guru tidak dapat mengajar dan membimbing anak dalam latihan kalau tidak menguasai bahan atau materi latihan. Apabila kita melihat tugas yang di realisasikan dan dilaksanakan oleh guru di sekolah, maka tugasnya di bagi menjadi dua bagian yaitu sebagai pendidik dan sebagai pelatih. Kedua tugas tersebut dapat diuraikan sesuai dengan tujuannya.

#### 1. Guru Olahraga sebagai Pendidik

Menurut Kurt Egger dalam A.Sarumpet ada 4 kemampuan yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pendidik atau guru olahraga yaitu :

- a. Kemampuan mengajar olahraga
- b. Kemampuan mempraktekan olahraga
- c. Kemampuan teori olahraga
- d. Kemampuan menguasai lingkungan

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah tugas guru di sekolah bukanlah hanya sekedar mengajar teori tetapi harus mampu menjalankan ke empat komponen tersebut.

#### 2. Guru Olahraga sebagai Pelatih

Sebagai pelatih sebenarnya tidak terlepas dari pada mendidik, sebab dalam pembinaan juga mengaju kepada proses

untuk meraih prestasi yang sebaik mungkin. Akan tetapi sebagai pelatih secara khusus ia berperan membina dan mengembangkan bakat dan kemampuan atlet menuju prestasi maksimal dalam waktu yang relatif singkat. Sedangkan secara operasional teknis dan non teknis tugas pelatih menurut Suharno HP ( 1982 : 4 ) adalah sebagai berikut :

- a. Mencari bibit atlet yang berbakat
- b. Melatih atlet secara efektif dan efisien
- c. Membuat program latihan untuk atlet
- d. Menyusus dan menentukan strategi dan teknik pertandingan
- e. Mengevaluasi hasil pertandingan
- f. Membuat laporan dokumentasi proses coacing yang dijalankan
- g. Mengadakan penyediaan sesuai dengan spesialisasi cabang olahraga yang di geluti

Berdasarkan kutipan di atas, tugas tersebut haruslah dimiliki oleh seorang pelatih untuk mendapatkan prestasi atlet yang diharapkan. Namun selain tugas tersebut di atas para pelatih juga sangat perlu memiliki ilmu – ilmu pendukung yang sesuai dengan cabang olahraga yang dilatih.

Untuk menjadi pelatih bukanlah suatu hal yang mudah karena pelatih harus mengenal watak dan karakteristik atletnya, karena semua atlet itu mempunyai watak yang berbeda. Untuk itu pelatih harus mampu

menanganinya, dengan arti pelatih harus juga mempelajari ilmu – ilmu yang lain selain dari ilmu melatih. Hal ini sesuai dengan yang di katakan Harsono ( 1982 : 3 ) bahwa “ seorang pelatih harus mempunyai syarat – syarat dan latar belakang pendidik, berpengetahuan dan berpendidikan yang cukup mengenal ilmu yang lainny, yang erat hubungannya dengan olahraga tersebut, misalnya ilmu faal, ilmu pertumbuhan dan perkembangan tubuh, ilmu jiwa, ilmu biomekanik, kenissiologi dan ilmu gizi”.

Dari uraian di atas, jelaslah tanggung jawab guru olahraga sangat berat dan kompleks, baik sebagai pendidik maupun sebagai pelatih. Namun sebagai guru yang mengerti akan tugas dan tanggung jawab akan terlaksanalah kegiatan ini dengan baik.

### 3. Kemampuan pembina

Pembinaan adalah suatu komponen yang sangat berperan dalam membimbing dan mengembangkan keterampilan dan prestasi atau kegiatan ekstrakurikuler olahraga, pembina juga bertanggung jawab mengajar dan mendidik serta mengembangkan keterampilan yang dimiliki oleh anak, juga meningkatkan kualitas dan minat anak didik. Oleh karena itu seorang pembina adalah orang yang bisa membina anak didik dengan kemampuan membina yang ia miliki , baik secara membina maupun dari cara kedisiplinan membina anak didik dalam ekstrkurikuler olaharaga, karena pembina ekstrakurikuler olahraga sepak bola harus memiliki kemampuan yang di punyai dalam mengembangkan tugas sebagai pendidik di sekolah.

Tujuan guru penjas dalam buku bahan ajar dasar dasar penjas oleh Ali Munar ( 2004 : 5 ) adalah :

- a. Anak – anak usia sekolah mulai dari TK, SD, SMP, SMA dan perguruan tinggi.
- b. Pembina dalam kegiatan kurikulum, kokurikuler dan ekstrakurikuler.
- c. Pembina dan kegiatan olahraga tersebut disesuaikan dengan tingkat perkembangan biologis subjek anak didik
- d. Menanamkan nilai-nilai dan sikap kepribadian nasional kepada seluruh siswa
- e. Perencanaan sarana dan prasarana dimana kegiatan olahraga itu dilangsungkan atau dilaksanakan
- f. Program-program tersebut disesuaikan pembinaan generasi muda, POPSI dan kegiatan lainnya.

Bersarkan kutipan diatas tugas dan tanggung jawab seorang guru adalah pembinaan terhadap kegiatan ekstrakurikuler dan kegiatan olahraga, seharusnya pembina kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah seorang guru penjas yang di bantu oleh guru lain karena guru penjas adalah orang yang memiliki ilmu pengetahuan dan kemampuan dalam bidang olahraga sebagai seorang yang ahli olahraga.

## 2. Hakikat Sarana dan Prasarana

Di dalam pendidikan jasmani, sarana dan prasarana sangatlah penting karena dalam proses belajar mengajar akan dapat berjalan dengan lancar apabila tersedianya sarana dan prasarana.

Sarana adalah alat-alat yang di perlukan seseorang dalam melakukan kegiatan yang sipatnya tidak permanen, dapat di usahakan dalam waktu yan tidak begitu lama, dapat dipindah-pindahkan dan di bawa, seperti bola, net, matras, balok star, dan lain-lain. Sedangkan prasarana adalah tempat lokasi Dimana sarana dapat dimampatkan, sipatnya permanen, tiadak dapat dipindahkan atau dibawa, seperti GOR, lapangan, kolam renang dan sebagainya.

Sebagaimana yang telah diungkapkan oleh Santoso

( 1994 : 12 )

**“Yang dimaksud dengan Prasarana adalah suatu bentuk yang sipatnya permanen, baik untuk di dalam maupun di luar ruangan, misalnya : kolam renang, lapangan sepak bola, lapangan voli, tiang, net, dan sebagainya. Sarana adalah bentuk yan gtidak permanen, seperti : matras, peti lompat, box dan lain-lain”.**

Sarana dan prasarana dalam kegiatan olahraga merupakan salah satu aspek penunjang yang sangat penting, baik dalam melakukan latihan maupun dalam proses belajar mengajar. Dalam proses pengajaran olahraga, sarana dan prasarana berkaitan erat dengan kelangsungan dan kelancaran pelaksanaan pembelajaran. Di samping itu agar tujuan pengajaran dapat tercapai dengan baik, maka

sarana dan prasarana yang di gunakan harus sesuai dengan materi pengajaran dan layak pakai. Dan selanjutnya Yanis ( 1989 : 16 ) menyatakan :

**“ Sarana dan Prasarana harus sesuai dengan olahraga itu sendiri. Dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai maka sangat menunjang sekali jalan pendidikan jasmani dan kesehatan secara efektif dan efisien”.**

Berdasarkan kutipan di atas, bahwa setiap aktivitas pembelajaran dalam olahraga harus sesuaikan dengan kebutuhan olahraga itu sendiri, baik dari segi kualitas maupun kuantitas.

Selain itu Yanis juga memberikan pendapat :

**“ Kedudukan sarana dan prasarana dalam pendidikan pada umumnya, khususnya pendidikan olahraga sangat memegang peranan penting, sarana dan prasarana harus disediakan sesuai dengan kebutuhan di lapangan. Sarana dan prasarana yang memadai sangat menunjang berjalannya proses belajar mengajar secara efektif dan efisien tanpa di dukung oleh sarana yang memadai untuk pendidikan olahraga sukar di ramalkan pencapaian tujuan yang diharapkan ( Yanis 1989 : 20 )”.**

Sarana dan prasarana adalah penunjang berjalannya suatu proses belajar mengajar secara efektif dan efisien. Di dalam pendidikan jasmani, sarana dan prasarana sangatlah penting karena proses belajar mengajar akan dapat berjalan dengan lancar apabila tersediannya sarana dan prasarana yang cukup.

a) Sarana Olahraga

Sarana adalah segala sesuatu yang yang dapat di pakai sebagai alat dalam mencapai tujuan (Depdikbud, 1989 : 784). Adapun sarana yang di butuhkan dalam ekstrakurikuler olahraga sepak bola adalah bola kaki, bola tersebut terbuat dari kulit, karet, atau bahan sintetis lainnya. Bola yang baik memiliki bentuk yang bulat dengankeliling lingkaran bola 68 – 71 cm, berat bola yang ideal berkisar antara 396 – 453 gram. Semua sarana sangat diperlukandan harus ada pada saat melakukan olahraga, sebab kalau sarana tidak ada maka ekstrakurikuler olahraga tidak akan berjalan.

b) Prasarana Olahraga

Menurut Depdikbud ( 1989 : 699 ), prasarana adalah segala yang dapat merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha, pembangunan, proses). Adapun prasarana yang dibutuhkan ekstrakurikuler sepak bola adalah : lapangan yang berbentuk segi empat dengan ukuran panjang 100 – 110 m, lebar 64 – 78 m, jari-jari lingkaran tengah 9.15 m, luas daerah gawang 18.35 x 5.5 m, luas daerah tembakan hukuman 40.32 x 16,5 m dengan jarak titik tendangan hukuman dari tiang gawang 11 m, tinggi gawang 2.44 m dan lebar gawang 7.32 m serta diameter tiang dan palang gawang 12 m.

Berdasarkan pendapat di atas, sarana dan prasarana sangatlah menunjang proses berjalannya kegiatan olahraga. Untuk melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bidang olahraga sangat dibutuhkan sarana dan prasarana yang memadai, tidaklah mungkin melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga tanpa didukung oleh sarana dan prasarana yang lengkap, sebab proses belajar mengajar tidak akan terlaksana dengan baik.

### 3. Hakikat Motivasi

#### 1. Pengertian motivasi

Motivasi berasal dari kata *motiv*, kata *motiv* di artikan sebagai upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. *Motiv* dapat dikatakan sebagai pendorong atau penggerak dari dalam untuk melakukan aktifitas – aktifitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Menurut Sardiman ( 2001 :71 ) “ motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “ *feelling*” dan didahului dengan tanggapan terhadap tujuan”.

Menurut Sardiman ( 2001 ;71 ) “motivasi terbagi dalam dua tipe yaitu *intrinsik* yaitu keinginan bertindak yang disebabkan faktor pendorong dari dalam diri individu”. *Intrinsik* ini bertindak laku karena mendapat energi dan pengaruh dari tingkah laku yang tidak dapat dilihat sumbernya dari luar,

individu terdorong untuk bertindak ke arah tujuan tertentu tanpa adanya faktor dari luar. Individu yang digerakan oleh intrinsik baru akan merasa puas kalau kegiatan yang dilakukan telah mencapai hasil yang terlibat dalam kegiatan itu.

Menurut Elida ( 1989 : 11 ), mengatakan individu yang melakukan kegiatan yang didorong oleh motivasi intrinsik maka kegiataannya adalah untuk mencapai tujuan merupakan hasil kegiatan tersebut. Misalnya siswa yang belajar olahraga bola kaki tujuannya agar mampu memahami bola kaki tersebut secara teori dan praktek bukan untuk mengharapkan pujian dari orang lain. Seseorang yang bermotivasi dapat dilihat dari kegiatannya yang tekun dalam melakukan belajar baik teori maupun praktek serta mengerjakan tugas – tugas belajar karena butuh dan ingin mencapai hasil belajar yang baik.

Sardiman ( 2001 : 73 ), ”Ekstrinsik adalah motivasi yang keadaannya karena pengaruh rangsangan dari luar “. Motivasi ekstrinsik bukan merupakan perasaan atau keinginan yang sebenarnya yang ada dalam diri siswa untuk belajar. Akan tetapi disebabkan oleh dorongan dari berbagai pihak yang pada akhirnya dapat membuat seseorang termotivasi.

Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar menjadi bersemangat yang dapat

memberikan arah pada kegiatan pembelajaran, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek dapat tercapai.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan usaha sadar yang berasal dari dalam diri seseorang untuk menggerakkan dan bertindak laku untuk melakukan sesuatu sehingga dapat mencapai tujuan tertentu. Berpedoman dari motivasi intrinsik dan ekstrinsik, maka seseorang akan mendapatkan hasil belajar itu secara optimal kalau adanya motivasi yang positif. Dengan arti adanya usaha yang tekun dan terutama disadari adanya motivasi, maka seseorang yang belajar akan melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seorang siswa akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya. Untuk menumbuhkan motivasi yang tepat dalam belajar, siswa dapat mencapai tujuan yang dikehendaki yaitu dengan motivasi intrinsik.

b. Faktor – Faktor yang mempengaruhi Motivasi

Menurut David Krech, RS. Crutch Field dan El Balthe dalam Singgih ( 1998 ), motivasi dipengaruhi oleh pengalaman akan pemenuhan kebutuhan perasaan dan pikiran dalam diri individu dan lingkungan. Menurut Kamlesh dalam Singgih ( 1998 ) kondisi dan faktor yang mempengaruhi motivasi dalam pendidikan jasmani dan olahraga:

**“1) Sehat fisik, mental dan psikis merupakan satu kesatuan yang memungkinkan motivasi berkembang, 2) Lingkungan yang sehat dan menyenangkan, 3) Fasilitas lapangan dan alat yang baik untuk latihan, 4) Olahraga yang disesuaikan dengan bakat dan naluri, 5) Program pendidikan jasmani yang menuntut aktifitas, 6) Menggunakan audio visual AID ( Perabaan ), 7) Metode mengajar yang sesuai dengan proses belajar mengajar”. ( Singgih, 1988 : 103 ).**

c. Teknik- Teknik Meningkatkan Motivasi

Menurut Singgih ( 1988 : 107 ) ada beberapa teknik untuk meningkat motivasi yaitu :

1. Teknik Verbal

Teknik verbal dapat dilakukan melalui :

- a. Pembicaraan pembangkit semangat
- b. Pendekatan individu
- c. Diskusi

Langkah – langkahnya adalah:

- a. Berikan pujian terhadap apa yang telah dilakukan dan jelaskan apa yang telah dilakukan.
- b. Berikan koreksi dan sugesti yang tidak mengecewakan siswa, melalui evaluasi yang objektif terhadap kesalahan siswa

2. Teknik tingkah laku ( Behavior )

Seseorang pelatih hendaknya memberikan teladan kepada siswanya dalam hal bertingkah laku, atau dengan kata lain

menciptakan hubungan yang seharmonis mungkin antara siswa dan pelatih.

### 3. Teknik Insentif

Ini dilakukan dengan cara memberikan oleh –oleh pada siswa dalam bentuk yang sederhana tetapi tidak secara terus menerus.

### 4. Citra Mental

Maksudnya pelatih hendaknya membuat gerakan – gerakan yang benar melalui imajinasi setelah gerakan tersebut dimatangkan dalam imajinasi kemudian benar – benar dilaksanakan untuk di evaluasi.

#### d. Fungsi Motivasi

Fungsi motivasi belajar menurut Djamarah (2000 : 122) :

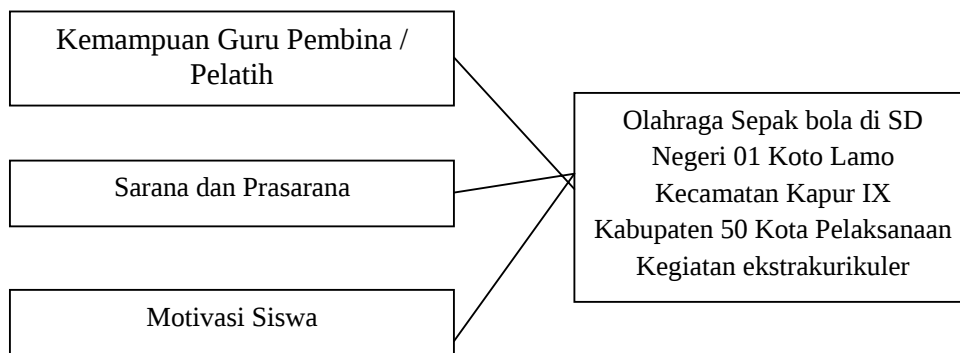
“1) Motivasi sebagai pendorong perbuatan, 2) Motivasi sebagai penggerak perbuatan, 3) Motivasi sebagai pengarah perbuatan”.

## **B. Kerangka Konseptual**

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan penunjang kegiatan intrakurikuler dan kokurikuler disekolah. Oleh karena itu ketiga unsur tersebut tidak dapat di pisahkan satu sama lain, karena saling keterkaitan dan saling mendukung dalam pencapaian tujuannya. Dari berbagai faktor yang di jelaskan di latar belakang dalam pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga sepak bola maka ada tiga faktor yang sangat besar sekali

pengaruhnya adalah kemampuan guru pembina / pelatih, sarana dan prasarana serta motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler olahraga sepak bola. Untuk lebih jelasnya dapat di lihat kerangka konseptualnya sebagai berikut :

*Gambar 1*  
*Kerangka Konseptual*



### **C. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimanakah motivasi siswa terhadap Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota.
2. Bagaimana kualitas pelatih atau pembina terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota.
3. Bagaimana Ketersediaan sarana dan prasarana terhadap pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola di SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten 50 Kota.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan deskripsi data dan pembahasan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Motivasi siswa dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola pada SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota berada pada kategori cukup. Hal ini dibuktikan dengan temuan 17 orang yang menyatakan cukup.
2. Kemampuan pembina / pelatih / guru dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola pada SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota berada pada kategori cukup. Hal ini dibuktikan dengan temuan 16 orang yang menyatakan cukup.
3. Penyediaan sarana dan prasarana dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sepakbola pada SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota berada pada kategori cukup. Hal ini dibuktikan dengan temuan 16 orang yang menyatakan cukup.

**B. Saran**

1. Siswa diharapkan agar memiliki motivasi yang lebih baik dalam setiap kegiatan ekstrakurikuler di sekolah sehingga dapat mengembangkan minat dan bakat siswa untuk dapat berhasil dengan baik.
2. Pelatih yang ada pada SD Negeri 01 Koto Lamo Kecamatan Kapur IX Kabupaten Lima Puluh Kota perlu ditingkatkan kemauan, kemampuan dan keterampilan, sehingga dapat memberikan sumbangan yang berarti terhadap hasil kegiatan tersebut.
3. Sarana dan prasarana perlu di tingkatkan lagi, baik kualitas maupun kuantitas sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar.
4. Semua pihak yang terkait dan masyarakat diharapkan dapat bekerjasama memberikan bantuan dan dukungan, baik moril maupun meteril untuk dapat melaksanakan kegiatan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimunar. 2004. *Buku ajar Dasar – Dasar Pendidikan Jasmani*. Padang : FIK  
UNP. Padang
- Almatsier, Sunita (2001). *Prinsip – prinsip dasar ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia
- Pustaka Umum
- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Bhineka Ciptaa
- Depdikbud. 1989. *Bahan Penataran P4 Bagi Siswa*. Jakarta : Depdikbud
- Depdikbud. 1997. *Ekstra Petunjuk Pelaksanaan Ekstrakurikuler Sebagai Salah  
Satu Jalan Pembinaan Siswa*. Jakarta
- Depdiknas. 2003. *Undang – Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tentang  
Sisdiknas*. Jakarta
- Dikdasmen .1997. *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Salah  
Satu Jalan Pembinaan Kesiswaan*. Jakarta. Depdikbud
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2000. *Psikologi Belajar*. Banjarmasin : Rineka Cipta
- Prayitno, Elida. 1989. *Motivasi Dalam Belajar*. Jakarta : Depdikbud Dirjen  
Pendidikan Tinggi dan PLPTK.
- Ridwan. 2002. *Skala Pengukuran Variabel – Variabel Penelitian*. Padang :  
Alfabeta
- Santoso. 1994. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Dirjen Olahraga
- Sadirman, A.M. 2001. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT.  
Raja Grafindo
- Sharno, HP. 1982. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*, Jakarta : FPOK