



**SURVEI SIKAP SISWA TERHADAP PENERAPAN  
NILAI-NILAI OLAHRAGA PADA KEGIATAN  
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMP NEGERI 4  
BREBES KABUPATEN BREBES TAHUN PELAJARAN  
2016/2017**

**SKRIPSI**

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Universitas Negeri Semarang**

**UNNES**  
Oleh:  
**Roberto Aminudin**  
6101412039  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2016**

## ABSTRAK

Roberto Aminudin (2016), Survei Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-Nilai Olahraga Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMP Negeri 4 Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017 Kecamatan Brebes Kabupaten Brebes. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Dr. Imam Santoso Ciptaning Wahyu W., S.Pd., M.Si. Dan Agus Raharjo, S.Pd, M.Pd

Kata Kunci : Survei, Nilai Olahraga, Ekstrakurikuler

Latar belakang masalah penelitian ini yaitu berbagai panggung kehidupan telah memberikan bukti kepada bangsa ini tentang hal tersebut, baik dalam skala mikro seperti kekerasan dalam keluarga maupun bersifat makro seperti penyerangan terhadap aliran keagamaan, tawuran antar pelajar, tindakan anarkis mahasiswa dalam berdemo, dan kerusuhan suporter sepakbola. Nilai menjadi rujukan yang sederhana, tetapi menyatakan bahwa nilai adalah suatu rujukan yang dirasakan dan atau dianggap sebagai kriteria yang dinilai secara moral, atau dengan penalaran, atau dengan pertimbangan estetika. Identifikasi masalah tentang sikap siswa terhadap penerapan nilai-nilai olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga SMP Negeri 4 Brebes. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses penerapan nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP N 4 Brebes.

Penelitian ini menggunakan metode kombinasi (*mixed methods*) yaitu metode kombinasi antara penelitian kuantitatif dengan penelitian kualitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *sequential explanatory*. Tempat penelitian dilakukan di SMP Negeri 4 Brebes. Sampel sebanyak 48 siswa dengan pengambilan sampel data secara *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu Kuesioner/angket, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan meliputi analisis data kuantitatif dan kualitatif.

Hasil penelitian, kegiatan ekstrakurikuler olahraga sudah berjalan dengan baik dan terprogram baik dalam materi dan pelaksanaannya. Dari proses kegiatan tersebut menunjukkan bahwa data dari penelitian sebagian besar siswa yaitu 33 siswa atau 68,75% mampu menerapkan nilai-nilai olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berkategori tinggi, selebihnya 15 siswa atau 31,25% mampu menerapkan nilai-nilai olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga berkategori sedang.

Berdasarkan data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa pemahan nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga berkategori baik. Saran dari peneliti siswa hendaknya senantiasa berusaha untuk terlibat aktif dalam berbagai kegiatan olahraga di sekolah untuk mengembangkan berbagai nilai-nilai positif olahraga yang dapat dijadikan sebagai bekal dalam menjalani kehidupan sosialnya baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat dan lingkungan keluarga.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawahini, Saya :

Nama : Roberto Aminudin

NIM : 6101412039

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Survei Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-Nilai Olahraga  
Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMP Negeri 4  
Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

UNNES  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Semarang, Agustus 2016  
Yang menyatakan,



Roberto Aminudin  
6101412039

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Roberto Aminudin NIM 6101412039, Program Study Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Judul "Survei Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-Nilai Olahraga pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri 4 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017" telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Pada Hari: Rabu

Tanggal : 16 November 2016

Panitia Ujian,



Prof. Dr. Tandiyg Rahayu, M.Pd  
NIP. 196403201984032001



PANITIA UJIAN SKRIPSI  
Sekretaris  
JURUSAN PJKR - FTK  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Ipang Setiawan, S.pd., M.pd  
NIP. 197508252008121001

Dewan Penguji,

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

1. Dra. Anirotul Qoriah, S.Pd., M.Pd (Penguji I)  
NIP. 196508211999032001
2. Dr. Imam Santosa C W W, S.Pd., M.Pd (Penguji II)  
NIP. 196905292001121001
3. Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd (Penguji III)  
NIP. 198208282006041003

## MOTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTO :

- Lakukan yang terbaik, bersikaplah yang baik maka kau akan menjadi yang terbaik.
- Sesungguhnya bersyukur dan memperbanyak berdo'a akan menambah kenikmatan Allah SWT. (HR.Ath-Thabrani)

### PERSEMBAHAN

Hasil karya ilmiah yang berupa Skripsi ini saya persembahkan pada :

- Kedua orang tuaku Bapak Durokhim dan (Almh) Ibu Kasriyah tercinta yang telah mendidik dan membesarkanku.
- Kakaku Eny , Sudiharti, M Roby, Imam S, dan adiku Indah nurkholifah beserta keluarga besar saya yang selalu memberikan semangat dan doa.
- Seseorang yang kelak akan menjadi pendamping hidupku Wirna Fujiyanti dan teman-teman kos Ibu Sutinah yang selalu memberi semangat.
- Teman-teman se-Angkatan PJKR A 2012 dan Almamater FIK UNNES yang saya banggakan.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Survei Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-Nilai Olahraga Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Di SMP Negeri 4 Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017”. Tidak lupa pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menjadi mahasiswa Unnes.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan pengarahan dan memberikan ijin penulis untuk bisa menyelesaikan penelitian ini.
4. Dr. Imam Santosa C. W. W., S.Pd., M.Si. dan Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah bersedia untuk memberikan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan karya ilmiah ini.
5. Dra. Siti Nuriyah, MM selaku kepala sekolah SMP Negeri 4 Brebes Kecamatan Brebes, Kabupaten Brebes yang telah memberikan ijin penelitian disekolah tersebut.
6. Sukarmin, S.Pd, MM, Abdus Somad, S.Pd, Edy Suwarko, S.Pd, Sugiharto, S.Pd, Nugroho Dimas Pambudi, S.Pd. selaku pembina ekstrakurikuler yang



berada disekolah SMP Negeri 4 brebes Kecamatan Brebes, Kabupaten Brebes.

7. Semua teman-teman PJKR dan PGPJSD angkatan 2012 yang telah sama-sama berjuang dalam menempuh perkuliahan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
8. Siswa-siswi SMP Negeri 4 brebes Kecamatan Brebes, Kabupaten Brebes, yang telah bersedia untuk menjadi subjek penelitian ini.
9. Bapak, Ibu, kakak, dan adikku tercinta yang selalu memberikan dukungan semangat dan doa demi terselesaikannya skripsi ini.

Kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini, mengucapkan banyak terima kasih, semoga Allah memberikan balasan yang baik bagi kita semua.

Akhirnya penulis berharap semoga karya ilmiah yang sederhana ini bisa memberikan inspirasi kepada semua pihak yang membacanya dan penulis sendiri khususnya. Amin.



Semarang, 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
KATAPENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR/GRAFIK.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	9
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian .....	10
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.7 Penegasan Istilah .....	11
1.7.1 Survei .....	11
1.7.2 Nilai.....	11
1.7.3 Olahraga .....	11
1.7.4 Ekstrakurikuler .....	11
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Definisi Nilai .....	13
2.2 macam-macam nilai olahraga.....	14
2.3 peran nilai dalam olahraga.....	19
2.4 Ekstrakurikuler.....	22
2.4.1 Pengertian Ekstrakurikuler.....	22
2.4.2 Bentuk-Bentuk Kegiatan Ekstrakurikuler .....	23
2.4.3 Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Satuan Pendidikan .....	23
2.4.4 Lingkup Kegiatan Ekstrakurikuler .....	23
2.4.5 Mekanisme .....	24
2.5 Pengertian Olahraga .....	27
2.5.1 Tujuan Olahraga.....	29
2.5.2 Bentuk-Bentuk Kegiatan Olahraga Disekolah.....	33
2.6 Anak Usia Smp .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Metode Penelitian.....	38
3.2 Lokasi Dan Sasaran.....	38
3.3 Populasi Penelitian .....	39



3.4 Sampel Penelitian.....	39
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.6 Instrumen Penelitian.....	42
3.7 Teknik Analisis Data.....	44
3.7.1 Analisis Data Kualitatif .....	44
3.7.2 Analisis Data Kuantitatif.....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Peneltian .....	47
4.1.1 Hasil Analisis Data Penelitian.....	47
4.1.1.1 Deskriptif Penerapan Nilai-Nilai Olahraga Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Pada Siswa Kelas Delapan.....	47
4.1.2 Hasil Wawancara.....	56
4.2 Pembahasan .....	60
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	66
5.2 Saran .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>71</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Sejumlah Keterampilan Dan Nilai Yang Dapat Dipelajari Melalui Olahraga..	18
3.1 Jumlah Peserta Ekstrakurikuler.....	39
3.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....	42
3.3 Panduan Wawancara.....	42
4.1 Distribusi Penerapan Nilai-Nilai Olahraga Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga .....	47
4.2 Distribusi Frekuensi Penerapan Nilai Respek Siswa .....	49
4.3 Distribusi Frekuensi Penerapan Nilai Tanggungjawab Siswa.....	50
4.4 Distribusi Frekuensi Penerapan Nilai Peduli Siswa .....	52
4.5 Distribusi Frekuensi Penerapan Nilai Jujur Siswa .....	53
4.6 Distribusi Frekuensi Penerapan Nilai Fair Siswa.....	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar/Grafik	Halaman
2.1 Model konseptual hubungan olahraga-nilai-karakter .....	20
4.1 Diagram Batang Penerapan Nilai-Nilai Olahraga Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Diteliti Oleh Pembina.....	48
4.2 Diagram Batang Penerapan Nilai Respek Siswa Oleh Pembina .....	49
4.3 Diagram Batang Penerapan Nilai Tanggungjawab Siswa Oleh Pembina .....	51
4.4 Diagram Batang Penerapan Nilai Peduli Siswa Oleh Pembina .....	52
4.5 Diagram Batang Penerapan Nilai Jujur Siswa Oleh Pembina .....	54
4.6 Diagram Batang Penerapan Nilai Fair Siswa Oleh Pembina .....	55



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1.Surat Keputusan Dosen Pembimbing .....	72
2.Surat Ijin Penelitian.....	73
3.Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian .....	74
4.Biodata Pembina .....	75
5.Daftar Hadir Responden .....	80
6.Kuisioner/Angket.....	85
7.Data Wawancara .....	86
8.Analisis Data.....	93
9.Jadwal Ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Brebes.....	98
10.Program Latihan .....	99
11.Piagam Prestasi Siswa .....	104
12.Dokumentasi.....	108



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan suatu proses yang berlangsung cukup panjang dan diorganisasikan dalam lingkungan sekolah maupun di luar sekolah menurut pola-pola tertentu yang dianggap baik. Pada umumnya para pendidik berpendapat bahwa tugas lembaga pendidikan adalah mendorong pertumbuhan seseorang kearah tujuan yang diharapkan oleh individu dan masyarakat sekitarnya (Adang Suherman dan Agus Mahendra 2001:8). Pendidikan pada hakekatnya adalah tanggung jawab antara keluarga, masyarakat dan pemerintah. Seperti tertulis dalam Garis-garis Besar Haluan Negara (GBHN) tahun 1999 sebagai berikut : Pendidikan berlangsung seumur hidup dan dilaksanakan di dalam lingkungan rumah tangga, sekolah dan masyarakat karena itu pendidikan adalah tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat dan pemerintah.

Pendidikan, menurut Azyumardi Azra dalam buku "Paradigma Baru Pendidikan Nasional Rekonstruksi dan Demokrasi", merupakan suatu proses yang suatu bangsa mempersiapkan generasi mudanya untuk menjalankan kehidupan dan untuk memenuhi tujuan hidup secara efektif dan efisien. Pendidikan lebih sekedar pengajaran, artinya, bahwa negara membina dan mengembangkan kesadaran diri diantara individu-individu. (Prof. Suyanto, 2010: 16).

Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan. seperti sering dipaparkan oleh UNESCO misalnya,

pendidikan di sini tidak sama artinya dengan pengertian “*schooling*” atau persekolahan, tetapi lebih bermakna luas. Pendidikan adalah segenap upaya yang mempengaruhi pembinaan dan pembentukan kepribadian, termasuk perubahan perilaku. Maka karena itu, pendidikan jasmani dan olahraga selalu melibatkan dimensi sosial, di samping itu kriteria bersifat fisik yang menekankan keterampilan, ketangkasan dan unjuk “kebolehan” (Rusli Lutan, 2002: 4).

Menurut Baron Pierre de Coubertin (Penggagas Kebangkitan Olympiade Modern dari Perancis); Tujuan akhir olahraga dan pendidikan jasmani terletak dalam peranannya sebagai wadah unik penyempurnaan watak, dan sebagai wahana untuk memiliki dan membentuk kepribadian yang kuat, watak yang baik dan sifat yang mulia; hanya orang-orang yang memiliki kebajikan moral seperti inilah yang akan menjadi warga masyarakat yang berguna (Rusli Lutan, 2002: 1).

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara menyeluruh, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Depdiknas, 2003:5). Di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, peranan Pendidikan Jasmani adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Menurut Bucher (1979), dalam .(Ega Trisna Rahayu, 2013: 3) mengemukakan pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, adalah proses pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interperatif, sosial, dan emosional. Jelas bahwa selain untuk mengembangkan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pegetahuan, penalaran pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu alat bersosialisasi dengan masyarakat di sekolah karena dengan berolahraga akan terjadi suatu kontak sosial yaitu adanya suatu komunikasi antar individu sehingga mereka akan mengenal satu sama lain. Hal ini sesuai dengan apa yang di ungkapkan oleh Rusli dan Among (2000:12) tentang partisipasi seseorang dalam olahraga memberi kesempatan kepadanya untuk berafiliasi dalam kelompok atau berinteraksi dengan anggota masyarakat lain.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan dua istilah yang saling berkaitan dan berdampak sangat kuat terhadap perkembangan dan keberfungsian nilai-nilai sosial olahraga, yaitu istilah pendidikan jasmani sudah tidak asing lagi bagi siswa dan guru di lingkungan persekolahan dan istilah olahraga telah dikenal lebih luas yaitu di samping di sekolah juga di masyarakat. Pentingnya memahami konsep pendidikan jasmani dan olahraga akan sangat membantu dalam memahami nilai-nilai olahraga.(Husdarta, 2010: 141).

Proses pembelajaran di sekolah seharusnya memperhatikan kebermaknaan dalam belajar, artinya apa yang bermakna bagi siswa menunjuk pada dunia minatnya (*center of interest*). Pelaksanaan pembelajaran di sekolah saat ini harus bertujuan mengembangkan potensi siswa melalui : (1) **Olah hati**, untuk memperteguh keimanan dan ketakwaan, meningkatkan akhlak mulia, budi



pekerti, atau moral, membentuk kepribadian unggul, membangun kepemimpinan dan *entrepreneurship*; (2) **Olah pikir** untuk membangun kompetensi dan kemandirian ilmu pengetahuan dan teknologi; (3) **Olah rasa** untuk meningkatkan sensitifitas, daya apresiasi, daya kreasi, serta daya ekspresi seni dan budaya; dan (4) **Olah raga** untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, daya tahan, dan kesiapan fisik serta ketrampilan kinestetis. (Renstra Depdiknas, 2005: 15).

Pendidikan di sekolah merupakan salah satu wadah utama dalam proses mendidik dan mencetak individu yang berkualitas, selain pendidikan yang diperoleh di lingkungan keluarga. Hurlock dalam Mahardika (2010:1) menjelaskan bahwa sekolah merupakan lembaga formal yang melaksanakan pendidikan melalui proses pembimbingan, pengajaran dan pelatihan yang akan memandu dan membangun perkembangan fisik, mental spiritual, dan intelektual peserta didik. Di sekolah, peserta didik mendapatkan pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa, baik kegiatan dalam jam pelajaran sekolah (intrakurikuler) maupun kegiatan yang ada di luar jam sekolah (ekstrakurikuler). Kedua kegiatan tersebut berjalan secara beriringan yang dapat meningkatkan potensi siswa (Diarda Picsa Astamandira, 2013:24).

Kegiatan Ekstrakurikuler dapat menemukan dan mengembangkan potensi peserta didik, serta memberikan manfaat sosial yang besar dalam mengembangkan kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dengan orang lain. Disamping itu Kegiatan Ekstrakurikuler dapat memfasilitasi bakat, minat, dan kreativitas peserta didik yang berbeda-beda.(Permendikbud No. 62, 2014)

Tujuan kegiatan ekstrakurikuler pada umumnya adalah untuk mengembangkan bakat siswa sesuai dengan minatnya. Ekstrakurikuler yang

diselenggarakan di sekolah umumnya terbagi menjadi dua jenis yaitu, ekstrakurikuler olahraga dan ekstrakurikuler non olahraga. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga maupun non olahraga mempunyai keterkaitan dengan aspek psikologi peserta didik. Keterkaitan kegiatan ekstrakurikuler dengan aspek psikologi peserta didik tersirat dalam petunjuk pelaksanaan kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler oleh Depdikbud (1995:134) yaitu: "...kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengaitkan pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan serta usaha pemantapan dan pembentukan kepribadian siswa agar terpadu ke arah kemampuan mandiri, percaya diri dan kreatif”..

Sedangkan di dalam kegiatan ekstrakurikuler yang berhubungan dengan kegiatan jasmaniah, Maksum (2007:27) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh aktivitas olahraga terhadap beberapa dimensi psikologi, salah satunya keterkaitan antara olahraga dan konsep diri (*self- concept*), di mana mereka yang terlibat aktif dalam kegiatan olahraga menunjukkan tingkat kepercayaan diri (*self- confidence*) yang lebih tinggi dibanding mereka yang tidak terlibat.

Menurut (Maksum A, 2009:25-26), Mencermati perilaku masyarakat pada umumnya dan pelajar pada khususnya dewasa ini, bangsa Indonesia patut merenung dan mengungkapkan rasa keprihatinan yang mendalam. Indonesia yang dulu dikenal sebagai bangsa yang santun, toleran, dan bersahabat; kini seolah berubah menjadi bangsa yang suka marah, suka melakukan kekerasan, dan tidak taat pada aturan main. Berbagai panggung kehidupan telah memberikan bukti kepada bangsa ini tentang hal tersebut, baik dalam skala mikro seperti kekerasan dalam keluarga maupun bersifat makro seperti penyerangan terhadap aliran keagamaan, tawuran antar pelajar, tindakan

anarkis mahasiswa dalam berdemo, dan kerusuhan suporter sepakbola. Apa yang sedang terjadi pada bangsa ini? Mengapa semua itu harus terjadi? Upaya apa yang bisa dilakukan untuk mengatasi hal tersebut? Tidak mudah untuk mencari jawaban atas pertanyaan tersebut, mengingat banyak faktor yang melingkupinya seperti faktor pendidikan, ekonomi, sosial, dan kemiskinan. Dalam konteks pendidikan, ketika sebagian pelajar dianggap tidak lagi memiliki etika bertingkah laku, banyak pihak yang mengusulkan dihidupkannya kembali pendidikan budi pekerti. Nostalgia masa lalu ketika mendapatkan pendidikan seperti itu tampaknya menjadi dasar pijakan. Pihak-pihak tersebut seolah berkesimpulan, anak-anak sekarang perilakunya buruk karena tidak mendapatkan pelajaran budi pekerti. Banyak pihak menaruh harapan kepada pendidikan olahraga, meskipun dengan Pendidikan Olahraga memang tidak serta merta sejumlah persoalan di atas akan terselesaikan. Pendidikan Olahraga juga bukanlah segala-galanya, akan tetapi melalui Pendidikan Olahraga banyak hal yang bisa diajarkan. Misalnya, terkait dengan nilai persamaan dan kebersamaan, fair play, kompetisi, toleransi yang kesemuanya merupakan prasarat dasar mewujudkan masyarakat madani *civil society*.

Macam-macam kegiatan olahraga di sekolah antara lain intrakurikuler, ekstrakurikuler, *class meeting* atau olahraga antar kelas. Waktu pelaksanaannya bisa pada waktu setelah ujian semester maupun selama satu semester yang dilaksanakan pada sore hari setelah jam pelajaran selesai atau pertandingan antar kelas yang diawali dengan adanya tantangan dari kelas lain yang bukan merupakan program sekolah ataupun OSIS.

Dari berbagai macam kegiatan olahraga di sekolah, tentunya mempunyai dampak, baik positif maupun negatif karena dalam olahraga mempunyai nilai

positif maupun negatif yang diakibatkan oleh interaksi sosial. Dampak olahraga akan berpengaruh pada kehidupan sosial keseharian siswanya. Kondisi tersebut juga terjadi pada siswa-siswa di SMP N 4 Brebes, dimana melalui berbagai kegiatan olahraga yang diikuti oleh para siswa baik dalam kegiatan intrakurikuler, ekstrakurikuler, *class meeting* atau olahraga antar kelas diharapkan mampu mendorong sikap-sikap positif dari para siswa yang diantaranya adalah sikap sportivitas yang tinggi yang ditunjukkan dari kesiapan siswa menerima kemenangan maupun kekalahan dalam kompetisi olahraga baik antar kelompok dalam kelas maupun antar kelas, rasa kedisiplinan, rasa saling memiliki dan kebutuhan kerjasama guna mewujudkan tujuan bersama serta menumbuhkan sikap kepemimpinan dalam hal mengkoordinasikan berbagai kepentingan dari berbagai kelompok siswa.

Selain menumbuhkan sikap-sikap positif dalam diri siswa kegiatan olahraga yang diselenggarakan di sekolah juga sering kali memicu timbulnya sikap negatif diantara kelompok siswa seperti adanya loyalitas yang terlalu tinggi pada kelompoknya atau kelasnya yang seringkali memicu sikap meremehkan atau tidak menghargai eksistensi dari kelompok lain.

Mendengar sebutan remaja, maka terbesit sejumlah perilaku remaja yang bernada negatif. Tawuran pelajar, penggunaan obat-obatan terlarang, pergaulan bebas, atau kecenderungan mencari kenikmatan tanpa mau berusaha adalah hal negatif yang sering kita dengar sekarang ini. Fenomena kenakalan remaja memang menarik untuk dibicarakan. Sisi yang menarik bukanlah karena pemberitaan tentang perilaku remaja yang ganjil itu bisa mendongkrak media massa atau acara televisi, tetapi yang lebih penting adalah karena tindakan kenakalan remaja dianggap menyimpang dan mengganggu ketertiban

masyarakat. “Maraknya tawuran antar remaja selama bulan puasa hingga menelan korban puluhan jiwa merupakan cermin semakin minimnya sosok panutan yang bisa menjadi teladan masyarakat khususnya generasi muda di tanah air” (suara merdeka, 18 september 2008). Berita tersebut merupakan contoh dari sebagian kecil kenakalan yang dilakukan remaja sekarang. Tidak kalah dengan di media massa, acara berita kriminal di stasiun televisi si banyak dipenuhi berita perkelahian, tawuran antar pelajar, atau perkelahian antar geng beberapa waktu yang lalu, kita semua dihebohkan dengan adanya aksi geng Nero yang begitu brutal melakukan kekerasan kepada sesama remaja. Ironisnya, pelaku dari geng tersebut adalah remaja putri. Sungguh sangat memprihatinkan jika hal tersebut terus terjadi. Hal seperti diatas adalah sedikit gambaran tentang kondisi remaja sekarang. Padahal kita tahu, bahwa remaja adalah cikal bakal penerus bangsa. Jika remaja di negara kita melakukan tindakan seperti itu, tentunya bangsa ini akan segera runtuh. Lalu yang menjadi pertanyaan adalah mengapa remaja bisa terlibat dalam kenakalan remaja? Apa yang melatar belakangi hal itu semua?.

Berdasarkan dari observasi awal pada tanggal 19 april 2016 hasil pengamatan dan wawancara kepada guru olahraga terhadap kehidupan sehari-hari siswa di SMP N 4 Brebes khususnya pada saat penyelenggaraan kegiatan-kegiatan pertandingan olahraga seperti *class meeting* sering kali menimbulkan perselisihan antar kelompok siswa akibat berbagai hal seperti kelompok yang tidak terima dengan kekalahan kelasnya, tidak terima atas ejekan kelas lain, tidak terima dengan keputusan wasit, tidak terima dengan peraturan yang diterapkan panitia maupun yang lain. Melihat fenomena tersebut maka timbul keinginan peneliti untuk melakukan kajian tentang “Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-

nilai Olahraga pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP N 4 Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang di atas peneliti merumuskan masalah tentang sikap siswa terhadap penerapan nilai-nilai olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Hal ini dianggap penting dan menarik oleh peneliti karena dengan mengetahui hal tersebut maka pembinaan olahraga di sekolah dapat diarahkan pada kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa dan pengembangan olahraga. Dalam penelitian ini peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana penerapan nilai-nilai olahraga dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga siswa SMP N 4 Brebes Tahun Pelajaran 2016/2017 ?

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dilakukan agar penelitian terarah, terfokus, dan tidak menyimpang dari sasaran pokok penelitian. Oleh karena itu, penulis memfokuskan kepada pembahasan atas masalah-masalah pokok yang dibatasi dalam konteks: sikap siswa terhadap penerapan nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP N 4 Brebes.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah Sikap Siswa Terhadap Penerapan Nilai-nilai Olahraga pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP N 4 Brebes?
2. Bagaimanakah kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP N 4 Brebes?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui Pemahaman Siswa Terhadap penerapan Nilai-nilai Olahraga pada Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP N 4 Brebes.
2. Untuk mengetahui kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP N 4 Brebes..

### 1.6 Manfaat penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh dengan adanya penelitian ini adalah:

1. Bagi sekolah

Bagi Sekolah Menjadi sumber pengetahuan dan contoh nyata pelaksanaan nilai-nilai olahraga di wilayah yang sama untuk mengembangkan proses pendidikan yang sudah ada.

2. Bagi Universitas Negeri Semarang

Menjadi pendukung referensi bagi perpustakaan dan pihak yang akan melaksanakan penelitian yang relevan dengan penelitian ini.

3. Bagi Pembaca

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang dapat menambah pemahaman dan wawasan tentang proses penerapan nilai-nilai positif olahraga di sekolah tingkat SMP.

4. Bagi peneliti

Menjadi salah satu sumber pengalaman dan pengetahuan tentang cara menyampaikan nilai-nilai positif olahraga kepada anak didik,



sehingga peneliti dapat membekali diri dengan pengetahuan yang sudah diperoleh tentang nilai-nilai positif olahraga untuk menjadi pengajar kelak.

## **1.7 Penegasan Istilah**

### **1.7.1 Survei**

Survei adalah cara mengumpulkan data dari sejumlah unit atau individu dalam waktu (jangka waktu) yang bersamaan (Suharsimi Arikunto, 2010: 153).

### **1.7.2 Nilai**

Banyak ahli yang telah mencoba mengemukakan cara-cara seseorang menilai atau memberikan penilaian terhadap sesuatu. Salah satu diantaranya adalah Hunter Lewis (1990). Dalam karyanya yang berjudul *A Question of Value*, Hunter Lewis mengemukakan enam cara untuk menilai sesuatu, nilai yang dimaksud tidak selalu nilai moral, tetapi juga nilai non moral (Husdarta, 2010: 171)

### **1.7.3 Olahraga**

Definisi olahraga yang dikemukakan oleh Matveyev (1981; dalam Rusli, 1992), bahwa *olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakanya (performance) dan kemauannya semaksimal mungkin* (Rusli Lutan, 2002: 37).

### **1.7.4 Ekstrakurikuler**

Ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan, bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama,

dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan (permendikbud no 62, 2014)



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Definisi Nilai

Kesepakatan tentang makna nilai memang masih dalam perdebatan. Makna nilai ini cukup beragam. Kluckoln (1956) menjelaskan bahwa nilai (*value*) adalah “sebuah konsepsi, eksplisit atau implisit, yang membedakan individu atau karakteristik kelompok, yang diharapkan, yang mempengaruhi pemilihan cara, alat, dan akhir (tujuan) suatu perbuatan”. Definisi ini tidak mengurangi arti nilai menjadi rujukan yang sederhana, tetapi menyatakan bahwa nilai adalah suatu rujukan yang dirasakan dan atau dianggap sebagai kriteria yang dinilai secara moral, atau dengan penalaran, atau dengan pertimbangan estetika (Rusli Lutan, 2002: 173).

Menurut Rokeach (1973) menjelaskan bahwa nilai itu adalah “suatu sistem kepercayaan yang melekat dan bertahan lama mengenai cara khas suatu perbuatan atau akhir suatu keadaan dari suatu keberadaan yang menjadi rujukan pribadi atau rujukan kelompok sosial (Rusli Lutan, 2002: 173).

Banyak ahli yang telah mencoba mengemukakan cara-cara seseorang menilai atau memberikan penilaian terhadap sesuatu. Salah satu diantaranya adalah Hunter Lewis (1990). Dalam karyanya yang berjudul *A Question of Value*, Hunter Lewis mengemukakan enam cara untuk menilai sesuatu, nilai yang dimaksud tidak selalu nilai moral, tetapi juga nilai non moral (Husdarta, 2010: 171)

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa hakikat dan makna nilai adalah sesuatu hal sesuatu hal yang dihubungkan

dengan akal rasional, logis dan bergantung pada pengalaman manusia pemberi nilai itu sendiri.

Thomas Lickona dalam Karyanya *Education for Character* menjelaskan bahwa seseorang harus memiliki kualitas pengetahuan moral, *feeling* moral, dan tindakan moral. Ketiga komponen ini penting untuk mengembangkan watak yang baik. Pada komponen pengetahuan moral terdapat unsur lainnya yakni kesadaran moral, pengetahuan tentang nilai moral, perhitungan ke depan, pertimbangan moral, pembuatan keputusan. Termasuk ke dalam komponen *feeling* moral adalah kesadaran hati nurani, *self esteem* (hormat diri), empati, kecintaan terhadap yang baik, pengendalian diri, dan di bawah tindakan moral adalah kompetisi, kemauan, dan kebiasaan. Setiap komponen itu pada hakikatnya menyatu dan melumat satu sama lain, dan saling mempengaruhi. Namun tidak berarti, setelah kita tahu yang baik dan buruk lalu kita berbuat yang baik. Dengan mengetahui yang baik tidak berarti seseorang mampu berempati atau mengendalikan dirinya untuk mengikuti tindakan moral (Rusli Lutan dan Sumardianto, 2000: 35).

## 2.2 Macam-Macam Nilai Dalam Olahraga

Salah satu ahli yang telah melakukan pembagian tentang nilai non moral adalah Frankona (1973). Menurutnya nilai non moral terdiri atas:

- a) Nilai Utilitas, yaitu sesuatu yang dinilai baik karena kemanfaatannya bagi maksud tertentu; raket bulutangkis bernilai karena dengan alat itu anda dapat bermain bulutangkis.
- b) Nilai Ekstrinsik, yaitu sesuatu dinilai baik karena merupakan alat untuk menjadi baik, misal anda dapat menilai tinggi sesuatu nilai ekstrisik karena bermanfaat bagi anda.

- c) Nilai Inheren, yaitu sesuatu dinilai baik karena pengalamannya yang diperoleh tatkala diresapi, direnungi, didalamnya terkandung nilai berharga. Memikirkan tercapainya kemenangan atau indahnya gerakan tubuh atlet dapat menjadi sesuatu yang baik.
- d) Nilai Instrinsik, yaitu sesuatu dinilai baik didalamnya atau baik karena berani, bededikasi, dan pengorbanan pribadi merupakan nilai instrinsik. Dikatakan baik karena didalamnya mengandung hal yang baik.
- e) Nilai Kontribusi, yaitu sesuatu dinilai baik karena kontribusinya yang baik bagi hidup atau bagian dari hidup. Uang dinilai berharga karena kontribusinya.
- f) Nilai Final yaitu segala sesuatu atau kombinasi sesuatu dinilai baik secara keseluruhan. Nilai moral data termasuk dalam kategori tersebut. Sesuatu dapat dikatakan baik berdasarkan beberapa pemahaman, baik instrinsik maupun ekstrinsik.(Husdarta, 2010: 177)

Nilai moral adalah kepatuhan relatif yang dikenakan bagi berbagai perilaku baik. Nilai moral itu bersifat subjektif, internal dan tidak terukur dalam pengertian objektif. Nilai moral itu adalah sifat atau disposisi yang anda hargai dan tidak.(Husdarta, 2010: 177). Husdarta, (2010:182), mengemukakan nilai dalam moral beraneka macam, termasuk: loyalitas, kebajikan, kehormatan, kebenaran, respek, keramahan, integritas, keadilan, kooperasi, tugas dan lain-lain.

Olahraga memainkan peranan penting dalam hidup dan kehidupan bermasyarakat. Nilai-nilai dalam olahraga sangat terkait dengan tradisi budaya masyarakat yang diwariskan secara turun menurun dari suatu generasi ke generasi lainnya. Karena itu, olahraga merefleksikan nilai-nilai sosial suatu masyarakat (Husdarta, 2010: 88).

Maksum, A (2009, 31-32), menjelaskan indikator nilai-nilai olahraga sebagai berikut:

a. Respek

adalah suatu sikap yang menaruh perhatian kepada orang lain dan memperlakukannya secara hormat. Sikap respek antara lain dicirikan dengan memperlakukan orang lain sebagai mana individu ingin diperlakukan; berbicara dengan sopan kepada siapa pun; menghormati aturan yang ada dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat.

b. Tanggung jawab

adalah kemampuan untuk memberikan respons, tanggapan, atau reaksi secara cakap. Tanggung jawab dicirikan antara lain dengan melakukan apa yang telah disepakati dengan sungguh-sungguh; mengakui kesalahan yang dilakukan tanpa alasan; memberikan yang terbaik atas apa yang dilakukan.

c. Peduli

adalah kesediaan untuk memberikan perhatian dan kasih sayang kepada sesama. Peduli antara lain ditandai dengan memperlakukan orang lain, diri, dan sesuatu dengan kasih sayang; memperhatikan dan mendengarkan orang lain secara seksama; menangani sesuatu dengan hati-hati.

d. Jujur

adalah suatu sikap terbuka, dapat dipercaya, dan apa adanya. Sikap jujur antara lain ditandai dengan mengatakan apa adanya; menepati janji; mengakui kesalahan; menolak berbohong, menipu, dan mencuri.

e. Fair

adalah bersikap adil dalam melakukan dan memperlakukan sesuatu. Sikap fair antara lain ditandai dengan menegakkan hak sesama termasuk dirinya; mau menerima kesalahan dan menanggung resikonya; menolak berprasangka.

f. Beradab

adalah sikap dasar yang diperlukan dalam bermasyarakat yang berintikan pada kesopanan, keteraturan, dan kebaikan. Beradab antara lain dicirikan dengan menempatkan sesuatu pada tempatnya; mengapresiasi terhadap keteraturan.

Olahraga mengajarkan kepada seseorang akan kedisiplinan, jiwa *sportivitas*, tidak mudah menyerah, mempunyai jiwa kompetitif yang tinggi, semangat bekerja sama, mengerti akan adanya aturan, berani mengambil keputusan. Pendek kata, olahraga akan membentuk manusia dengan kepribadian yang sehat. Ini relevan dengan pemikiran Barron Piere de Courbertin, penggagas Olympiade modern bahwa tujuan olahraga terletak pada fungsinya "*as the unique school of moral perfection, and as the means for the acquisition and formation of strong personality, good character and noble sentiments; only men with these moral virtues can be useful member of society*".

Olahraga juga membina manusia menuju kesempurnaan seperti tercermin dalam motto. *Citius, Altius, Fortius*, telah diakui dunia sebagai Gerakan Olympiade (*Olympic Movement*). *Citius*, sesungguhnya tidak hanya diartikan sebagai lebih cepat atau tercepat, seperti terekam pada prestasi seorang atlet dalam berlari. Namun makna sesungguhnya menunjukkan kualitas mental seseorang yang mampu mengambil keputusan lebih cepat dan lebih cerdas.



Makna *Altius*, bukan dalam pengertian lebih tinggi atau tertinggi mencapai prestasi, misalnya lompat tinggi atau lompat galah dalam atletik, namun merujuk pada moral yang lebih luhur atau mulia. Demikian pula *Fortius*, bukan dalam pengertian lebih kuat atau terkuat dalam prestasi olahraga angkat berat misalnya, tetapi menunjukkan kualitas pribadi yang lebih ulet dan tangguh.

Tabel. 2.1 Sejumlah Keterampilan Dan Nilai Yang Dapat Dipelajari Melalui Olahraga

No.	Keterampilan/Nilai	No.	Keterampilan/Nilai
1	Kerjasama	13	Fair play
2	Komunikasi	14	Sharing
3	Patuh pada aturan	15	Harga diri
4	Memecahkan masalah	16	Kepercayaan
5	Pengertian	17	Kejujuran
6	Keterjalinan	18	Penghormatan diri
7	Kepimimpinan	19	Toleransi
8	Hormat pada orang lain	20	Kegembiraan
9	Kerja keras	21	Kerjasama
10	Meraih kemenangan	22	Disiplin
11	Belajar dari kekalahan	23	Percaya diri

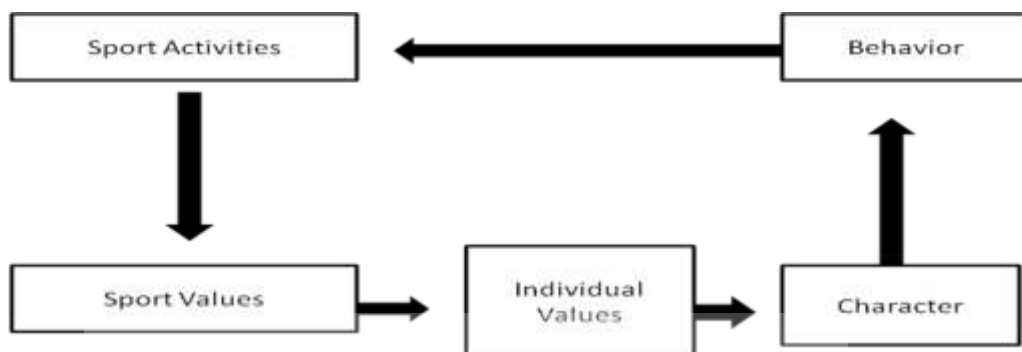
12	Mengelola persaingan		
----	----------------------	--	--

### 2.3 Peran Nilai Dalam Olahraga

Olahraga merupakan sekolah kehidupan (*school for life*). Sejumlah keterampilan dan nilai (lihat tabel 2.1) yang merupakan pondasi perkembangan menyeluruh dari para pemuda dapat dipeajari melalui kegiatan bermain, pendidikan jasmani, dan olahraga. Ketika sekelompok orang bermain sepak bola, misalnya, mereka tidak hanya sekedar menggiring dan menendang bola. Hakikatnya mereka belajar bekerjasama, mengatasi rintangan, memecahkan masalah, dan mencapai tujuan. Karena itu, tidak mengherankan jika sejak tahun 2000, di Zimbabwe telah dikembangkan program *Youth Education through Sport (YES)* di 10 propinsi. Sebuah program yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian pemuda termasuk didalamnya pembentukan disiplin, harga diri, kerjasama, toleransi, kejujuran, dan rasa hormat terhadap orang lain. Setiap partisipan harus membuat komitmen untuk tinggal disekolah dan menjadi sukarelawan dalam masyarakat. Mereka mensosialisasikan sejumlah kecakapan hidup (*life skills*) kepada para pemuda melalui tutor sebaya atau model.

UNNES  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Gambar. 2.1 : Model konseptual hubungan olahraga-nilai-karakter



Dari gambar tersebut jelas menunjukkan bagaimana aktivitas olahraga yang erat dengan nilai-nilai mempengaruhi sistem nilai yang dimiliki individu. Sistem nilai yang dimiliki individu mempengaruhi karakter, dan karakter selanjutnya mempengaruhi perilaku. (Mutohir, 2004: 28-30).

Menurut Mutohir (2004:31-32), mengemukakan beberapa hasil riset terkait dengan pengaruh aktivitas olahraga terhadap beberapa dimensi kepribadian.

#### 1. Olahraga dan Konsep Diri (*self-concept*)

Kebanyakan studi menyatakan bahwa ada hubungan yang positif antara keterlibatan dalam olahraga dengan perkembangan identitas remaja (Biddle, Sallis, & Cavill, 1998). Mereka yang terlibat aktif dalam kegiatan olahraga menunjukkan tingkat kepercayaan diri (*self-confidence*) yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak terlibat.

Ketika para remaja terlibat olahraga kompetitif, ternyata mereka menunjukkan konsep diri yang lebih positif dibandingkan mereka yang tidak terlibat dalam olahraga kompetitif (Brettschneider & Klimek, 1998;

Richartz & Brettschneider, 1996). Konsep diri yang positif tampak tidaknya hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga sosial; dan yang lebih suprise adalah pengaruh pada perkembangan intelektual.

## 2. Kemampuan Mengatasi Stress (*coping with stress*)

Sebagaimana dimaklumi bahwa kehidupan remaja sangat rentan terhadap persoalan-persoalan psikososial, seperti godaan terhadap penggunaan obat-obat terlarang, minuman keras, pergaulan bebas, dan penyakit sosial lainnya. Hasil studi membuktikan bahwa remaja yang terlibat dalam aktivitas fisik lebih memiliki ketahanan dan mampu mengatasi stressor dari lingkungannya (Brinkhoff, 1998).

## 3. Penyimpangan Perilaku Remaja

Hasil studi Biddle, Sallis, & Cavill, (1998). Menyatakan bahwa remaja yang aktif dalam olahraga penyimpangan perilakunya lebih kecil dibandingkan mereka yang tidak berpartisipasi dalam olahraga. Meskipun demikian, dalam studi tersebut juga dikemukakan bahwa diantara beberapa cabang olahraga, mereka yang terjun dalam sepakbola kasus penggunaan obat-obat terlarang lebih tinggi dibandingkan cabang olahraga lain.

## 4. Integrasi Sosial

Umumnya anak-anak dan remaja tidak terlalu 'betah' tinggal di institusi-institusi sosial seperti rumah, sekolah, tetangga, dan tempat ibadah. Sebagian besar waktunya dicurahkan bersama teman dan kelompoknya, sehingga terkesan eksklusif. Kegiatan olahraga memberi kesempatan yang baik bagi para remaja, baik pria dan wanita untuk terintegrasi dalam jaringan sosial dan mengembangkan kepercayaan sosial (*social*

*confidence*). Studi yang dilakukan Brettsneider (1999) menunjukkan bahwa remaja umumnya membutuhkan interaksi dengan yang lain dan membutuhkan dukungan sosial, tidak saja dari kelompoknya melainkan dari kelompok dan institusi yang lain. Dalam hal ini yang demikian, kegiatan olahraga menjadi yang efektif.

## **2.4 Ekstrakurikuler**

### **2.4.1 Pengertian Ekstrakurikuler**

1. Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan, bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan.
2. Kegiatan Ekstrakurikuler wajib adalah Kegiatan Ekstrakurikuler yang wajib diselenggarakan oleh satuan pendidikan dan wajib diikuti oleh seluruh peserta didik.
3. Kegiatan Ekstrakurikuler pilihan adalah Kegiatan Ekstrakurikuler yang dapat dikembangkan dan diselenggarakan oleh satuan pendidikan dan dapat diikuti oleh peserta didik sesuai bakat dan minatnya masing-masing.

### **2.4.2 Bentuk Bentuk Kegiatan Ekstrakurikuler**

1. Krida, misalnya: Kepramukaan, Latihan Kepemimpinan Siswa (LKS), Palang Merah Remaja (PMR), Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), Pasukan Pengibar Bendera (Paskibra), dan lainnya;
2. Karya ilmiah, misalnya: Kegiatan Ilmiah Remaja (KIR), kegiatan penguasaan keilmuan dan kemampuan akademik, penelitian, dan lainnya;
3. Latihan olah-bakat latihan olah-minat, misalnya: pengembangan bakat olahraga, seni dan budaya, pecinta alam, jurnalistik, teater, teknologi informasi dan komunikasi, rekayasa, dan lainnya;
4. Keagamaan, misalnya: pesantren kilat, ceramah keagamaan, baca tulis alquran, retreat; atau
5. Bentuk kegiatan lainnya.

#### **2.4.3 Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler pada satuan pendidikan**

- 1) Partisipasi aktif yakni bahwa Kegiatan Ekstrakurikuler menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh sesuai dengan minat dan pilihan masing-masing; dan
- 2) Menyenangkan yakni bahwa Kegiatan Ekstrakurikuler dilaksanakan dalam suasana yang menggembirakan bagi peserta didik.

#### **2.4.4 Lingkup Kegiatan Ekstrakurikuler**

1. Individual, yakni Kegiatan Ekstrakurikuler yang diikuti oleh peserta didik secara perorangan.
2. Berkelompok, yakni Kegiatan Ekstrakurikuler yang diikuti oleh peserta didik secara:
  - Berkelompok dalam satu kelas (klasikal).
  - Berkelompok dalam kelas paralel

- Berkelompok antarkelas.

#### 2.4.5 Mekanisme

##### 1. Pengembangan

Kegiatan Ekstrakurikuler dikelompokkan menjadi Kegiatan Ekstrakurikuler wajib dan Kegiatan Ekstrakurikuler pilihan. Dalam Kurikulum 2013 Pendidikan Kepramukaan merupakan ekstrakurikuler wajib. Kegiatan Ekstrakurikuler wajib pendidikan kepramukaan diperuntukan bagi peserta didik SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA, dan SMK/MAK. Pelaksanannya dapat bekerja sama dengan organisasi kepramukaan setempat/terdekat dengan mengacu kepada Pedoman dan Prosedur Operasi Standar Pendidikan Kepramukaan sebagai Kegiatan Ekstrakurikuler wajib.

Kegiatan Ekstrakurikuler pilihan diselenggarakan oleh satuan pendidikan bagi peserta didik sesuai bakat dan minat peserta didik. Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler pilihan di satuan pendidikan dapat dilakukan melalui tahapan: (1) analisis sumber daya yang diperlukan dalam penyelenggaraan kegiatan ekstrakurikuler; (2) identifikasi kebutuhan, potensi, dan minat peserta didik; (3) menetapkan bentuk kegiatan yang diselenggarakan; (4) mengupayakan sumber daya sesuai pilihan peserta didik atau menyalurkannya ke satuan pendidikan atau lembaga lainnya; (5) menyusun Program Kegiatan Ekstrakurikuler.

Satuan pendidikan wajib menyusun program Kegiatan Ekstrakurikuler yang merupakan bagian dari Rencana Kerja Sekolah. Program Kegiatan Ekstrakurikuler pada satuan pendidikan dikembangkan dengan mempertimbangkan penggunaan sumber daya bersama yang tersedia pada gugus/klaster sekolah. Penggunaannya difasilitasi oleh pemerintah

provinsi atau pemerintah kabupaten/kota sesuai dengan kewenangan masing- masing. Program Kegiatan Ekstrakurikuler disosialisasikan kepada peserta didik dan orangtua/wali pada setiap awal tahun pelajaran. Sistematika Program Kegiatan Ekstrakurikuler sekurang-kurangnya memuat:

- a. Rasional dan Tujuan umum;
- b. Deskripsi setiap Kegiatan Ekstrakurikuler;
- c. Pengelolaan;
- d. Pendanaan; dan
- e. Evaluasi

## 2. Pelaksanaan

Penjadwalan Kegiatan Ekstrakurikuler Pilihan dirancang di awal tahun pelajaran oleh pembina di bawah bimbingan kepala sekolah/madrasah atau wakil kepala sekolah/madrasah. Jadwal Kegiatan Ekstrakurikuler diatur agar tidak menghambat pelaksanaan kegiatan intra dan kokurikuler.

## 3. Penilaian

Kinerja peserta didik dalam Kegiatan Ekstrakurikuler perlu mendapat penilaian dan dideskripsikan dalam raport. Kriteria keberhasilannya meliputi proses dan pencapaian kompetensi peserta didik dalam Kegiatan Ekstrakurikuler yang dipilihnya. Penilaian dilakukan secara kualitatif.

Peserta didik wajib memperoleh nilai minimal “baik” pada Pendidikan Kepramukaan pada setiap semesternya. Nilai yang diperoleh pada Pendidikan Kepramukaan berpengaruh terhadap kenaikan kelas peserta



didik. Bagi peserta didik yang belum mencapai nilai minimal perlu mendapat bimbingan terus menerus untuk mencapainya.

#### 4. Evaluasi

Evaluasi Kegiatan Ekstrakurikuler dilakukan untuk mengukur ketercapaian tujuan pada setiap indikator yang telah ditetapkan dalam perencanaan satuan pendidikan. Satuan pendidikan hendaknya mengevaluasi setiap indikator yang sudah tercapai maupun yang belum tercapai. Berdasarkan hasil evaluasi, satuan pendidikan dapat melakukan perbaikan rencana tindak lanjut untuk siklus kegiatan berikutnya.

#### 5. Daya Dukung

Daya dukung pengembangan dan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler meliputi:

- a. Kebijakan Satuan Pendidikan Pengembangan dan pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler merupakan kewenangan dan tanggung jawab penuh dari satuan pendidikan. Oleh karena itu untuk dapat mengembangkan dan melaksanakan Kegiatan Ekstrakurikuler diperlukan kebijakan satuan pendidikan yang ditetapkan dalam rapat satuan pendidikan dengan melibatkan komite sekolah/madrasah baik langsung maupun tidak langsung.
- b. Ketersediaan Pembina Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler harus didukung dengan ketersediaan pembina. Satuan pendidikan dapat bekerja sama dengan pihak lain untuk memenuhi kebutuhan pembina.
- c. Ketersediaan Sarana dan Prasarana Satuan Pendidikan Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler memerlukan dukungan

berupa ketersediaan sarana dan prasarana satuan pendidikan. Yang termasuk sarana satuan pendidikan adalah segala kebutuhan fisik, sosial, dan kultural yang diperlukan untuk mewujudkan proses pendidikan pada satuan pendidikan. Selain itu unsur prasarana seperti lahan, gedung/bangunan, prasarana olahraga dan prasarana kesenian, serta prasarana lainnya (Pemendikbud no 62, 2014).

## 2.5 Pengertian Olahraga

Penjelasan definisi olahraga (*sport*) hingga diperoleh sebuah rumusan yang tuntas tidak akan berhasil, karena olahraga mengalami perkembangan yang cukup panjang, sehingga definisi olahraga tersebut mengalami perubahan, seiring dengan perubahan sosial dan pengaruh penerapan teknologi olahraga. Tidak mengherankan jika definisi klasik olahraga yang bertumpu pada permainan dan peragaan keterampilan fisik dengan dukungan usaha keras kelompok otot-otot besar misalnya, semakin sukar dipertahankan (Rusli Lutan, 2002: 34).

Definisi olahraga yang dikemukakan Matveyev (1981; dalam Rusli, 1992), bahwa “olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuas gerakanya (peforma) dan kemauannya semaksimal mungkin” cenderung merupakan sebuah rumusan dari sudut pandang olahraga elit-kompetitif. Menurut UNESCO tentang *sport*, yaitu “setiap aktifitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan yang melawan unsur-unsur alam, orang lain atau pun diri sendiri.

Sedangkan definisi olahraga yang dirumuskan oleh Dewan Eropah pada tahun 1980 yang berbunyi “olahraga sebagai aktifitas spontan, bebas, dan dilaksanakan selama waktu luang” merupakan interpretasi yang bersifat umum

yang kemudian digunakan sebagai dasar bagi “*Sport for All*” olahraga massal yang dimulai di eropah pada tahun 1966, dan 27 tahun kemudian 1983, indonesia mencanangkan panji olahraga “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat (Rusli lutan dan sumardianto, 2000: 6).

Dalam UUD nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 4: olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial.(Biro humas & hukum kemenpora, 2010: 3)

Olahraga berasal dari dua suku kata, yaitu olah dan raga, yang berarti memasak atau memanipulasi raga dengan tujuan membuat raga menjadi matang (Ateng, 1993). Olahraga digunakan untuk segala jenis kegiatan fisik, yang dapat dilakukan di darat, air, maupun di udara. Kemal dan Supandi mengungkapkan beberapa definisi olahraga ditinjau dari kata asalnya (1990), yaitu (1) *disport / disportare*, yaitu bergerak dari suatu tempat ke tempat lain (menghindarkan diri). Olahraga adalah suatu permulaan dari dan menimbulkan keinginan orang untuk menghindarkan diri atau melibatkan diri dalam kesenangan (rekreasi), (2) *field sport*, mula-mula dikenal di inggris pada abad ke-18. Kegiatannya dilakukan oleh para bangswan/aristocrat, terdiri dari dua kegiatan pokok yaitu menembak dan berburu pada waktu senggang. (3) *despoter*, berarti membuang lelah (bahasa perancis). (4) *sport*, sebagai pemuasan atau hobi (*enslikopedia Jerman*). (5) olahraga, latihan gerak badan untuk menguatkan badan, seperti berenang, maen bola, dsb. Olahraga adalah usaha mengolah, melatih raga/tubuh manusia untuk menjadi sehat dan kuat,

Harsono (1988) mengemukakan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah “*the big muscle activities*”. Hampir sama dengan pendapat Kemal dan Supandi

(1990) yang menjelaskan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah “aktivitas otot besar yang menggunakan energi tertentu untuk meningkatkan kualitas hidup”. Hal ini agak berbeda dengan Abdul Kadir Ateng (1993) yang mengungkapkan bahwa “ciri-ciri olahraga adalah: (1) aktivitas fisik, (2) permainan, (3) pertandingan. Ketiganya di payungi semangat *fair play/sportif*”. Satu-satunya ciri hakiki olahraga yang tertinggal utuh adalah pertandingan. Definisi lain dari olahraga menurut Rusli Lutan, dkk. (1997) yang mengungkapkan bahwa olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal (Menpora RI) (Husdarta, 2010: 145-146).

### **2.5.1 Tujuan Olahraga**

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. (BAB I, pasal 1 ayat 4). Menurut UUD nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab II pasal 4 yaitu: keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa. (Biro humas & hukum kemenpora, 2010: 6)

Tujuan pembinaan olahraga dalam rumusan gagasan yang bersifat normatif, rupanya sudah cukup banyak kita kenal dalam wacana nasional dan internasional. Ambil misal, warisan kekayaan intelektual para pendahulu sesepuh kita. Dalam sambutannya pada acara pembukaan kongres *ICHPER (International Council on Health, Physical Education, and Recreation)*, ke 16, 29 juli, 1973 di

Denpasar Bali, *Acting President KONI*, mendiang D. Suprajogi, mengutip kembali ungkapan Baron Piere de Coubertin, sebagai penggagas kembalinya Olympiade, yakni tujuan akhir olahraga dan pendidikan jasmani terletak pada peranannya “*as the unique school of moral perfection, and as the means for the acquisition and formation of a strong personality, good character and noble sentiments; only men with these moral virtues can be useful members of society.*” Pernyataan itu menekankan bahwa tujuan akhir pendidikan jasmani dan olahraga terletak pada peranannya yang unik sebagai wadah penyempurnaan moral, dan sebagai wahana untuk memiliki dan membentuk kepribadian yang kuat, karakter yang baik dan sifat-sifat mulia; hanya orang-orang dengan kebajikan moral seperti inilah yang akan menjadi warga masyarakat yang berguna. Landasan falsafah ini sangat mendalam dan mendudukan pendidikan jasmani dan olahraga tidak untuk mencapai tujuan yang dangkal, seperti meraih kemenangan atau sebagai hiburan belaka, tetapi sebagai wahana untuk membentuk kepribadian dan watak yang baik (Rusli Lutan, 2002: 18-19).

Salah satu tujuan olahraga adalah untuk pendidikan, dimana kegiatan olahraga ini termasuk dalam bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ini merupakan bagian yang integral dari pada pendidikan secara keseluruhannya. Jadi jelaslah bahwa tujuan akhir dari semua usaha pendidikan di Indonesia ini adalah seperti yang tercantum dalam Garis-garis Besar Haluan Negara (GBHN), Ketetapan MPR No. IV/MPR/1978, dalam Imam Suyudi (1978,15- 16), yang menyatakan bahwa, Pendidikan Nasional berdasarkan atas Pancasila dan bertujuan untuk meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, kecerdasan keterampilan, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian

mempertebal semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan manusia-manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri serta bertanggung jawab atas pembangunan bangsa. Untuk mencapai pendidikan nasional yang telah dirumuskan secara lebih khusus lagi tetapi tidak meninggalkan hakekat yaitu yang berupa tujuan institusi pendidikan keguruan. Jadi tujuan institusi tersebut merupakan pengawasan dari pada tujuan Pendidikan Nasional yang lebih dekat. Selanjutnya tujuan institusi ini masih harus dikhususkan lagi tanpa kehilangan hakekatnya menjadi tujuan-tujuan khusus masing-masing bidang studi yang diajarkan di lembaga pendidikan keguruan termasuk bidang studi olahraga dan kesehatan. (Desianto, 2008. <http://lib.unnes.ac.id/2143/1/4260.pdf>)

Menurut Wilkerson dan Dodder (1979;50), mereka menemukan, bahwa olahraga mempunyai tujuh fungsi seperti uraian di bawah ini:

1. Pelepasan Emosi. Olahraga adalah satu cara untuk menyatakan emosi dan mengendurkan ketegangan, jadi bertindak sebagai katub keselamatan dan katarsis untuk meniadakan kecenderungan agresif.
2. Menunjukkan Identitas. Olahraga memberikan kesempatan untuk dikenal orang dan untuk menunjukkan kualitas diri.
3. Kontrol Sosial. Olahraga memberikan cara untuk mengontrol orang dalam satu masyarakat bila ada penyimpangan perilaku.
4. Sosialisasi. Olahraga dapat berperan sebagai satu cara untuk terjadi kontak sosial sesama penggemar olahraga.
5. Agen Perubahan. Olahraga menghasilkan perubahan sosial, pola perilaku baru dan menjadi satu faktor yang mengubah jalan

sejarah. Umpamanya, olahraga memungkinkan untuk berinteraksi dari semua jenis manusia dan untuk mobilitas ke atas berdasarkan kemampuan.

6. Semangat Kolektif. Olahraga menciptakan semangat kebersamaan yang membuat orang bersatu untuk mencari tujuan bersama.
7. Sukses. Olahraga memberikan perasaan berhasil, baik sebagai pemain maupun penonton, bil seorang pemain atau regu memperoleh sukses. (Harsuki, 2003: 31-32).

Olahraga itu sendiri pada hakekatnya bersifat netral, tetapi masyarakatlah yang kemudian membentuk kegiatan dan memberi arti bagi kegiatan itu dan memanfaatkannya untuk tujuan tertentu. Seperti Indonesia, sesuai dengan fungsi dan tujuannya, kita mengenal beberapa bentuk olahraga, sesuai dengan motif dan tujuan utama, yaitu:

- 1) Olahraga pendidikan, yaitu olahraga untuk mencapai tujuan yang bersifat pendidikan dan sering diartikan sama maknanya dengan istilah *pendidikan jasmani*.
- 2) Olahraga rekreasi, yaitu olahraga untuk mencapai tujuan yang bersifat rekreatif.
- 3) Olahraga kesehatan, yaitu olahraga untuk tujuan pembinaan kesehatan.
- 4) Olahraga cacat, yaitu olahraga untuk orang cacat, termasuk kegiatan olahraga dalam konteks pendidikan untuk anak cacat yang lazim disebut dalam istilah *adapted physical education*.
- 5) Olahraga penyembuhan atau rehabilitasi, yaitu olahraga atau aktivitas jasmani untuk tujuan terapi.

- 6) Olahraga kompetitif (prestasi), yaitu olahraga untuk tujuan mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Jadi, olahraga dilakukan karna berbagai alasan penting dari sisi pelakunya. Nilai-nilai dan manfaat (kemaslahatan) yang diperoleh pelaku itu didapat dari keterlibatan aktif sebagai pelaku dalam beberapa kegiatan yang bersifat hiburan, pendidikan, rekreasi, kesehatan, hubungan sosial, perkembangan biologis, kebebasan menyatakan diri, pengujian kemampuan sendiri atau kemampuan diri dibandingkan dengan orang lain. Dengan kata lain, seperti dikemukakan Zakrajsek (1991), olahraga merupakan wahana untuk mengalami aspek pengalaman manusiawi. (Rusli Lutan, 2002: 40-41).

### **2.5.2 Bentuk-bentuk Kegiatan Olahraga di Sekolah**

Ada dua bentuk kegiatan olahraga yang diselenggarakan di sekolah, yaitu kegiatan olahraga intrakurikuler dan kegiatan olahraga ekstrakurikuler. Kegiatan olahraga intrakurikuler ini di laksanakan atas dasar kurikulum yang berlaku di sekolah dan masuk dalam jam pelajaran. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan di luar jam pelajaran dan biasanya sore hari.

Macam-macam olahraga disekolah juga dipengaruhi oleh adanya sarana dan prasarana di sekolah, jika di sekolah ada sarana dan prasarana maka siswa leluasa melakukan kegiatan olahraga yang mereka senangi dan mempelajarinya. Dengan adanya sarana dan prasarana disekolah maka terciptalah bibit-bibit atlet yang dapat mengharumkan nama baik sekolah bahkan bisa kejenjang yang lebih tinggi, mengharumkan nama bangsa Indonesia.

Kegiatan olahraga di sekolah merupakan wadah untuk melakukan kegiatan olahraga, dengan demikian untuk menyongsong hari depan olahraga Indonesia perlu disiapkan wadah yang mencukupi jumlahnya sehingga seluruh



masyarakat dapat memperoleh kesempatan yang sama untuk berolahraga sehingga dapat mendapatkan kebugaran dan kesehatan dan sesuai dengan konsep "sport for all", hal tersebut sejalan dengan semboyan "memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat" yang dicanangkan oleh presiden Soeharto pada hari Olahraga Nasional Indonesia pada tahun 1983 (Harsuki. 2003:379).

Menurut Harsuki (2003:384), penyiapan prasarana olahraga selalu dikaitkan dengan kegiatan olahraga yang mempunyai sifat:

- 1) Horizontal, dalam arti bersifat menyebar atau meluas sesuai dengan konsep "sport for all" atau dengan semboyan yang kita miliki "memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat" yang tujuannya untuk kebugaran dan kesehatan.
- 2) Vertikal, dalam arti bersifat keatas dengan tujuan mencapai prestasi tertinggi dalam cabang olahraga tertentu, baik dari tingkat daerah, nasional maupun internasional.

Guna memenuhi dua arah kegiatan tersebut kebutuhan prasarana olahraga perlu memperhatikan tiga hal:

- 1) Kuantitas Guna menampung kegiatan pemasaran olahraga yang jumlahnya mencukupi sesuai dengan kebutuhan seperti yang ditentukan didalam pedoman Penyiapan prasarana. Tersebar secara merata di seluruh wilayah.

- 2) Kualitas

Guna menampung kegiatan olahraga prestasi prasarana olahraga yang disiapkan perlu memenuhi kualitas sesuai dengan syarat dan ketentuan masing-masing olahraga.

- a. Memenuhi standard ukuran internasional.
- b. Kualitas bahan/material yang di pakai memenuhi syarat internasional.

### 3) Dana

Untuk menunjang faktor diatas diperlukan dana yang cukup sehingga dapat disiapkan prasarana yang mencukupi jumlahnya serta kualitasnya memenuhi syarat.

Macam-macam kegiatan olahraga di sekolah antara lain intrakurikuler, ekstrakurikuler, *class meeting* atau olahraga antar kelas. Waktu pelaksanaanya bisa pada waktu setelah ujian semester maupun selama satu semester yang dilaksanakan pada sore hari setelah jam pelajaran selesai atau pertandingan antar kelas yang diawali dengan adanya tantangan dari kelas lain yang bukan merupakan progam sekolah ataupun OSIS.

## 2.6 Anak Usia SMP

Karakteristik perkembangan anak usia SMP/MTs adalah sebagai berikut:

Pada anak usia antara 13 - 14 tahun, anak memasuki tahap perkembangan gerak spesialistik. Berbagai keterampilan gerak yang diorientasikan pada berbagai situasi, arah dan tujuan pada kondisi keterampilan terbuka telah dapat dilakukan anak dengan tingkat koordinasi yang baik. Pertumbuhan fisik yang makin sempurna makin berkembangnya kapasitas fisik seperti daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelentukan, keseimbangan dan koordinasi.

Perkembangan fungsi kapasitas tersebut menyebabkan mereka telah dapat melakukan berbagai kegiatan fisik dan permainan seperti halnya orang

dewasa. Berbagai aktivitas fisik yang dilakukan mereka menjadi stimulan bagi pertumbuhan dan perkembangan yang makin sempurna. Peraturan permainan yang serupa dengan peraturan permainan orang dewasa dapat dilakukan oleh mereka.

Proses pembelajaran pada kelompok usia ini diorientasikan pada pengembangan kematangan kemampuan fisik-motorik, mental dan sosial subjek sebagai bagian dari komunitas masyarakat. Pembentukan kemampuan keterampilan sebaiknya diorientasikan pada pengembangan kemampuan keterampilan terbuka dengan tidak mengabaikan kemampuan individu untuk melakukan berbagai keterampilan tertutup, seperti pada cabang olahraga atletik dan senam perlu mendapatkan perhatian, sedangkan pengembangan keterampilan seperti pada berbagai permainan hendaknya mendapatkan perhatian yang lebih proporsional.

Pada anak berusia 15 tahun, berbagai keterampilan gerak yang diorientasikan pada berbagai situasi, arah dan tujuan telah dapat dilakukan dengan baik. Kualitas perkembangan gerak pada tahap ini secara signifikan dipengaruhi oleh kualitas perkembangan gerak pada masa sebelumnya.

Proses pembelajaran pada tahap ini diorientasikan pada berbagai pengembangan keterampilan gerak yang lebih spesialisik dengan tidak mengabaikan prinsip pengembangan keterampilan multilateral. Proses pengembangan keterampilan yang multipleks-kompleks dengan orientasi pembentukan keterampilan terbuka hendaknya menjadi bagian yang dominan dalam tiap proses pembelajaran. Prinsip-prinsip permainan cabang olahraga individu dan beregu, seperti beberapa nomor atletik, senam permainan sepak

bola dan bola voli telah dapat diperkenalkan kepada mereka. Pada keterampilan atletik dan senam dapat diperluas implementasi dari pengembangan gerak dasar lokomosi, nonlokomosi serta stabilisasi. Sementara itu, pada permainan sepak bola, dan bola voli dapat memperluas implementasi keterampilan gerak di atas dalam rambu-rambu peraturan yang membatasi keinginan destruktif dalam diri anak.(permendikbud no 58, 2014).



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat di ambil kesimpulan yaitu:

1. Tingkat penerapan siswa terhadap nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 4 Brebes tahun pelajaran 2016/2017, berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat diambil simpulan bahwa penerapan nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 4 Brebes tahun pelajaran 2015/2017 dalam kategori baik.
2. Kegiatan ekstakurikuler sangat membantu siswa dalam mengembangkan minat dan bakat, selain itu dapat menumbuhkan sikap-sikap yang positif untuk bisa berinteraksi dengan sosial.
3. wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap dua narasumber menyimpulkan proses kegiatan ekstrakurikuler olahraga sudah berjalan dengan baik dan terprogram, baik dari program latihan dan pelaksanaannya.

Proses pengajaran dalam penerapan nilai-nilai olahraga terhadap siswa sudah berjalan dengan baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat penerapan siswa terhadap nilai-nilai olahraga pada kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 4 Brebes berkategori baik.

## 5.2 SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dari penerapan nilai-nilai olahraga pada ekstrakurikuler olahraga di SMP Negeri 4 Brebes penulis dapat menyarankan bagi:

1. Para siswa hendaknya senantiasa berusaha untuk terlibat aktif dalam berbagai kegiatan olahraga di sekolah karena di samping dapat dijadikan sebagai wahana untuk mengembangkan bakat dan kemampuan juga dapat dijadikan sebagai tempat untuk mengembangkan berbagai nilai-nilai olahraga yang dapat dijadikan sebagai bekal dalam menjalani kehidupan sosialnya baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat dan lingkungan keluarga.
2. Pihak sekolah di samping memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat melaksanakan kegiatan olahraga yang seluas-luasnya juga perlu memberikan berbagai pembelajaran nilai-nilai olahraga pada diri siswa melalui pengawasan yang ketat atas kegiatan olahraga yang dilaksanakan siswa dan tidak segan-segan untuk memberikan teguran atau sanksi kepada siswa yang melanggar berbagai aturan yang dibuat sekolah maupun aturan yang telah disepakati bersama.
3. Guru/Pelatih hendaknya lebih meningkatkan metode pembelajaran agar siswa tidak jenuh untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
4. Bagi dinas terkait hendaknya dapat mengambil kebijakan untuk lebih mengefektifkan kegiatan olahraga di sekolah.
5. Bagi orang tua hendaknya memberikan motivasi kepada anaknya untuk dapat lebih aktif mengikuti kegiatan olahraga baik di sekolah maupun di

rumah dengan menyediakan berbagai fasilitas olahraga yang dibutuhkan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman dan Agus Mahendra, 2001. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Depdiknas.
- Biro Humas dan Hukum. 2010. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Kemenpora.
- Diarda Picsa Astamandira. 2013. *Perbandingan Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dengan yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga*.  
<http://ejournal.unesa.ac.id/article/7265/68/article.pdf>
- Dwi Endra Desianto. 2008. *Penerapan Nilai-Nilai Positif Olahraga pada Kehidupan Sosial*. <http://lib.unnes.ac.id/2143/1/4260.pdf>
- Ega Trisna Rahayu. 2013. *Stretegi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Harsuki, 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini: Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada .
- Husdarta. 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Lexy J. Moleong, 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Roesdakarya.
- Maksum, A. 2009. *Konstruksi Nilai Melalui Pendidikan Olahraga*. Cakrawala Pendidikan. Edisi XXVIII, No 1.  
[http://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/44/pdf\\_3](http://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/44/pdf_3)
- Mutohir, Toho cholik. 2004. *OLAHRAGA DAN PEMBANGUNAN*. Jakarta. Proyek Pengembangan dan keserasian kebijakan olaraga. Direktorat Jenderal Olahraga. Departemen Pendidikan Nasional.
- Permendikbud. 2014. *Permendikbud no 58 tentang Pendidikan Jasmani dan Olahraga SMP*



Permendikbud. 2014. *Permendikbud no 62 tentang Kegiatan Ekstrkurikuler pada Pendidikan dasar dan Pendidikan Menengah.*

Rusli Lutan. 2002 *Olahraga dan Etika: Fair Play.* Jakarta: Depdiknas

Rusli dan Amung, 2000. *Sosiologi Olahraga.* Jakarta:Depdiknas Dikdasmen

Rusli Lutan, sumardianto. 2000. *Filsafat Olahraga.* Depdiknas

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.* Bandung. Alfabeta

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung. Alfabeta

Suharsimi Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian.* Yogyakarta: Rinika Cipta

Utvi Hinda Zhannis. 2015. *Implementasi Nilai-Nilai Olahraga Dalam Pembangunan Nilai Kewarganegaraan dan Memperkokoh NKRI, Jurnal Ilmiah CIVIS, Volume V, No 2.*

<http://e-jurnal.upgrismg.ac.id/index.php/civis/article/download/905/823>.