

PEMBINAAN EKTRAKURIKULER PENCAK SILAT DI SMP PGRI PEKANBARU

Rivo Hariyanda¹, Drs.Saripin.M.Kes,AIFO², Zainur,S.Pd,M.Pd³

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS RIAU

ABSTRACT

The Development of PencakSilat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU Year of Academic.

This research is intended to know the development of Pencak Silat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU year of academic. This research is going to use descriptive method that showing a phenomenon can be concluded from respondents' ideas toward conveyed statements. The statements which are conveyed have correlation with:

1. Teachers's guide quality in realization Pencak Silat Extracurricular.
2. Student's interest in realization Pencak Silat Extracurricular, and
3. The facilities in realization Pencak Silat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU.

The data collection technique is going to use total population sampling. The data is got by sending questionnaire to the respondent then the respondents answer the statements.

Furthermore, the data was going to be analyzed by using presented statistical formulation. The result showed that teacher's guide quality in realization PencakSilat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU year of academic On good category, 79, 07 %. Students' interest in realization Pencak Silat Extacurricular at SMP PGRI PEKANBARU year of academic on excellent category, 91,20 %. And also, the facilities in realization Pencak Silat at SMP PGRI PEKANBARU on good category, 79, 73 %. And all indicators in development PencakSilat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU year of academic is 83,42 %, on good category. Thus, the development of PencakSilat Extracurricular at SMP PGRI PEKANBARU year of academic is good category.

Keyword: Pencak Silat, Extracurricular, development

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia, dengan berolahraga manusia dapat menjaga kesehatan dan kebugaran tubuhnya. Selain menjaga kesegaran tubuh,

- 1.Mahasiswa pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi FKIP Universitas Riau,Nim 0905132418, Alamat; Jln.kubang raya.
- 2.Dosen Pembimbing I, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga, (081276255002)
- 3.Dosen Pembimbing II, Staf pengajar program studi pendidikan olahraga, (081364593780)

banyak cabang olahraga yang dijadikan ajang untuk meraih prestasi. Olahraga prestasi merupakan olahraga yang diperlombakan baik skala nasional ataupun internasional yang diatur dengan seperangkat peraturan yang telah dibakukan. Olahraga prestasi semakin berkembang seiring dengan keinginan bangsa Indonesia untuk memajukan bidang olahraga. Pembinaan-pembinaan olahraga prestasi terus dilakukan. Pemerintah memasukkan tentang pembinaan olahraga kedalam undang-undang keolahragaan No. 3 Tahun 2005 dalam pidato presiden pada peresmian Undang-undang keolahragaan dimana Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa, "Pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap

. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak (Kosasih Engkos, 1993: 2).

Oleh karena itu kurikulum sekolah yang didalamnya terdapat bidang studi pendidikan jasmani adalah mutlak. Sedangkan olahraga dapat melengkapinya dalam bentuk-bentuk kegiatan pertandingan, latihan dan rekreasi yang sangat dibutuhkan dalam rangka memiliki aspek-aspek kepuasan diri, semangat bersaing yang positif, jiwa sportif dan prestasi optimal.

Pendidikan jasmani tersebut diberikan disekolah-sekolah hanya seminggu sekali. Khususnya untuk kurikulum pendidikan olahraga sekolah kita mengenal adanya istilah intra kurikuler dan ekstra kurikuler. Dimana intra kurikuler merupakan tatap muka yang wajib diikuti oleh siswa atau murid. Sedangkan kegiatan ekstra kurikuler merupakan kegiatan tambahan (ekstra). Pada kegiatan ini siswa diberi kesempatan untuk dapat menyalurkan bakat atau keinginannya sesuai dengan cabang olahraga yang dipilihnya.

Selain dari pada itu siswa juga diberi kesempatan berlatih untuk meningkatkan prestasi dalam suatu cabang olahraga tertentu. Kedua bentuk kegiatan di atas, baik yang bersifat intra kurikuler maupun ekstra kurikuler akan dapat memberikan pengetahuan dan keterampilan (skill) kepada siswa. Pada dasarnya kedua bentuk kegiatan ini dapat mengembangkan kemampuan belajar motorik (gerakan). Bagaimana seseorang belajar motorik dan meningkatkan kemampuan motoriknya. Tentu saja melalui suatu proses training yang jelas dan terencana, yang meliputi perumusan/penentuan tujuan yang jelas, pemilihan materi, metode dan pengorganisasian serta memahami prinsip-prinsip latihan secara benar (Syafudin, 1996: 8).

Pembinaan dan pengembangan olahraga tersebut bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental, dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan

nasional. Salah satu cabang olahraga yang akan ditingkatkan prestasinya oleh pemerintah adalah cabang olahraga pencak silat.

Pencak Silat adalah suatu metode bela diri yang diciptakan oleh bangsa Indonesia guna mempertahankan diri dari bahaya-bahaya yang mengancam keselamatan dan kelangsungan hidupnya. Oleh karena itu Pencak Silat sangat dipengaruhi oleh falsafah budaya dan kepribadian bangsa Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, tampak jelas bahwa olahraga pencak silat ini sangat berguna untuk mempertahankan diri dari bahaya-bahaya yang mengancam keselamatan dan kelangsungan hidupnya. Sehingga SMP PGRI mengadakan ekstrakurikuler pencak silat untuk siswa-siswinya disekolah. Selain berguna untuk mempertahankan diri, pencak silat ini juga dapat meningkatkan prestasi sekolah di bidang olahraga.

Selama ini kegiatan ekstrakurikuler di SMP PGRI sudah berjalan sebagaimana yang diketahui, namun dari hasil observasi yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yang lebih berkembang di SMP PGRI adalah ekstrakurikuler basket disebabkan karena olahraga ini telah lama dilaksanakan dan juga dikarenakan guru pembina ekstrakurikuler ini selalu aktif mendampingi dan melatih siswanya dalam latihan maupun bertanding.

Menurut informasi yang diperoleh dari pelatih SMP PGRI Pekanbaru ekstrakurikuler pencak silat, bahwa pertama kali mulai ekstrakurikuler pencak silat banyak siswa-siswi yang hadir tetapi lama-kelamaan kehadiran mereka menurun. Hal tersebut dikarenakan siswa yang latihan pada ekstrakurikuler ini selalu terlambat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, dan tidak semua yang datang untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut dikarenakan siswa pulang ke rumah dan akhirnya kembali lagi ke sekolah, dan juga sarana dan prasarana yang kurang memadai. Sehingga mengakibatkan waktu yang terulur-ulur dan akhirnya tidak berjalan dengan yang diinginkan.

Motivasi siswa-siswi di SMP PGRI Pekanbaru terlihat kurang tertanam semangat untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat yang mereka pilih. Hal ini terlihat dalam daftar hadir siswa-siswi yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pencak silat pada hari sebelumnya. Hal ini telah berjalan terus menerus semenjak mereka memasuki kegiatan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru.

Agar prestasi olahraga di ekstrakurikuler ini meningkat dan berkembang lebih maju perlu dukungan dari kepala sekolah dan orang tua dari para siswa sehingga siswa-siswi lebih termotivasi lagi dalam melaksanakan ekstrakurikuler.

Dari penjelasan latar belakang masalah di atas, untuk itu penulis akan tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang **“Perkembangan Ekstrakurikuler Pencak Silat Di SMP PGRI Pekanbaru ”**.

METODE PENELITIAN

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berfungsi untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2012:2070)

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP PGRI Pekanbaru yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat sebanyak 15 orang dan yang mengajar ekstrakurikuler pencak silat hanya 1 orang yang berasal dari jurusan olahraga. Jadi, jumlah populasi keseluruhannya adalah 16 orang.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti berjumlah 15 orang (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini terdapat populasi sebanyak 15 orang siswa dan 1 orang guru, mengingat jumlah populasi sedikit, maka seluruh populasi yang dijadikan sebagai sampel (total sampling) yaitu sebanyak 16 orang. Hal ini sesuai dengan pendapat bahwa apabila jumlah populasi kecil maka pengambilan sampel dapat dilakukan dengan mengambil seluruh bagian populasi menjadi sampel.

3. Teknik Pengumpulan data

Teknik ini berguna untuk mengumpulkan data penelitian yang diperoleh melalui 30 butir pertanyaan melalui angket yang diisi oleh siswa-siswi untuk mengetahui perkembangan ekstrakurikuler pencak silat SMP PGRI Pekanbaru.

3. Instrumen penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu jawabannya sudah disediakan terlebih dahulu dan responden hanya memilih jawaban yang benar. Angket yang digunakan untuk mendapatkan data tersebut menggunakan lima alternatif jawaban, yaitu:

Variabel	Indikator	Butir	Ket.
Pembinaan Ekstrakurikuler Pencaksilat di SMP PGRI Pekanbaru tahun 2012	• Kemampuan Guru	1 – 10	
	• Minat Siswa	11 – 20	
	• Sarana dan Prasarana	21 – 30	

SS (Sangat Setuju) = 5 STS (Sangat Tidak Setuju) = 1

S (Setuju) = 4

KS (Kurang Setuju) = 3

TS (Tidak Setuju) = 2

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes aspek berprestasi di SMP PGRI Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan dengan menjalankan angket kepada responden.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Verifikasi Data

Data yang dikumpulkan perlu diverifikasi terlebih dahulu. Hal ini perlu dilakukan karena data yang tidak lengkap diberikan pada masing-masing instrument sehingga data tersebut tidak dapat diolah. Kriteria lengkapnya data masing-masing instrumen diberikan kepada responden kemudian lengkap diisi sesuai instruksi di dalam instrumen. peneliti meminta tanggapan responden terhadap pembinaan ekstra kurikuler olahraga pencak silat, dengan indikator kualitas guru pembina dalam pelaksanaan ekstra kurikuler pencak silat, minat siswa dalam pelaksanaan ekstra kurikuler pencak silat dan kelengkapan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan ekstra kurikuler pencak silat. Hasil verifikasi dari jumlah sampel yang dipakai adalah 15 orang yang diberikan angket, setelah dikumpulkan dan diverifikasi kemudian angket dikembalikan.

2. Deskripsi Data Penelitian

Dari hasil penyebaran angket tentang pembinaan ekstrakurikuler olahraga pencak silat di SMP PGRI, maka diperoleh data mentah yang selanjutnya diolah menjadi data seharusnya, di mana data yang diperoleh dimasukkan ke dalam daftar tabel.

Tabel.1 Data sampel kualitas Guru pembina dalam ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI pekanbaru

NO	Pernyataan	ALTERNATIF JAWABAN										
		SS		S		KS		TS		TST		Rata-rata
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	%
1	Pada saat kegiatan ekstrakurikuler pencaksilat, pelatih bersikap tegas terhadap siswa agar dapat melakukan gerakan-gerakan yang di harapkan	14	93,33	1	6,67	0	0,00		0,00		0,00	98,67
2	Pada saat kegiatan ekstrakurikuler guru yang mengajar sering meninggalkan lapangan	0	0,00	1	6,67	1	6,67	6	40,00	7	46,67	34,67
3	Guru yang mengajar bersifat otoriter, sehingga saya malas untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler	0	0,00	3	20,00	1	6,67	7	46,67	4	26,67	44,00
4	Guru memiliki rasa humor sehingga membuat saya tidak bosan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler	5	33,33	5	33,33	3	20,00	1	6,67	1	6,67	76,00
5	Guru mempunyai program latihan sendiri	4	26,67	5	33,33	2	13,33	3	20,00	1	6,67	70,67

6	Guru mempunyai prestasi yang tinggi dalam olahraga pencak silat.	11	73,33	4	26,67		0,00		0,00		0,00	94,67
7	Guru mempunyai pengalaman dalam melatih saya	9	60,00	6	40,00		0,00		0,00		0,00	92,00
8	Guru sering menyuruh saya berlatih lebih giat lagi	13	86,67	2	13,33		0,00		0,00		0,00	97,33
9	Guru yang mengajar berasal dari jurusan olahraga	5	33,33	10	66,67		0,00		0,00		0,00	86,67
10	Guru tidak pernah bosan mengajar siswa dalam berolahraga sehingga saya dapat dengan mudah memahami teknik-teknik dalam pencak silat	12	80,00	3	20,00		0,00		0,00		0,00	96,00
	JUMLAH	73		40		7		17		13		
	RATA-RATA											79,07

Diketahui : $F_1 = 13, F_2 = 17, F_3 = 7, F_4 = 40, F_5 = 73$

Ditanya: $F_{\text{Rata-rata}}$ dan $P_{\text{Rata-rata}}$?

Jawaban :

$$(13 \times 1) + (17 \times 2) + (7 \times 3) + (40 \times 4) + (73 \times 5) = 593$$

$$F_{\text{Rata-rata}} = \frac{593}{10 \times 5} = \frac{593}{50} = 11,86$$

F

$$P_{\text{Rata-rata}} = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

N

$$11,86$$

$$P_{\text{Rata-rata}} = \frac{11,86}{15} \times 100 \% = 79,07 \%$$

15

Bedasarkan tabel. 1 diatas dapat diketahui bahwa guru pembina ekstrakurikuler pencak silat memiliki sikap yang tegas dalam membina siswa sehingga dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat siswa mampu melakukan gerakan-gerakan dengan benar dan sesuai dengan yang diharapkan. Jawaban responden menyatakan sangat setuju 93,33%, sedangkan jawaban responden yang setuju sebesar 6,67%, responden yang

menyatakan kurang setuju 0%, responden yang menyatakan tidak setuju 0% dan responden yang menyatakan sangat tidak setuju sebanyak 0%, sedangkan nilai rata-rata jawaban no. 1 adalah 98,67% dapat dikategorikan sangat baik

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kualitas guru pembina dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru adalah 79,07% dapat dikategorikan baik, sedangkan minat siswa dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru adalah 91,209% dapat dikategorikan sangat baik dan kelengkapan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru adalah 79,73% dikategorikan baik. Dari jumlah keseluruhan indikator didapatkan hasil rata-rata 83,42%, maka pembinaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru pada tahun dikategorikan baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi hasil penelitian pembinaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kualitas guru pembina dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru memiliki kategori baik dengan persentase 79,07% .
2. Minat siswa dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru memiliki kategori sangat baik dengan persentase 91,20%.
3. Kelengkapan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI Pekanbaru memiliki kategori baik dengan persentase 79,73%

Jadi, dapat ditarik kesimpulan secara keseluruhan bahwa pembinaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI dikategorikan baik dengan persentase 83,42%

B. Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pembinaan ekstrakurikuler pencak silat di SMP PGRI dikategorikan baik Maka, sebagai tindak lanjut dari penelitian ini disarankan beberapa hal kepada :

1. pembina agar dapat memotivasi siswa untuk giat berlatih agar cita-cita siswa yang ingin menjadi atlet dapat tercapai melalui program latihan yang terstruktur dan sistematis.
2. Guru Pihak sekolah agar dapat senantiasa mendukung eksistensi ekstrakurikuler pencak silat dengan menyediakan berbagai kelengkapan sarana dan prasaran seni bela diri pencak silat yang representatif.
3. Dalam upaya meningkatkan prestasi pencak silat, kepada guru pembina kiranya dapat mengikutsertakan siswa untuk ambil bagian dalam berbagai kompetisi pencak silat.
4. Peneliti lain, karena keterbatasan penelitian ini dan masih kecilnya ruang lingkup dan kecilnya kelompok sampel, disarankan pada peneliti lain yang ingin untuk melakukan penelitian lanjutan, baik untuk meneliti unsur yang sama maupun unsur yang berbeda sebaiknya memperluas ruang lingkup dan kelompok sampel yang lebih banyak.

5. Kepada siswa yang ingin meningkatkan kemampuan bermain pencak silat untuk selalu berlatih dengan teratur, giat dan disiplin.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimiyati. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rinneka Cipta
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta : C.V.Tambak Kusuma.
- Hermita, Neni. 2009. *Psikologi Pendidikan*. Riau: Cendikia Insani Pekanbaru.
- Ismaryati.2008. *Tes & Pengukuran Olahraga*.Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan.
- Kosasih, Engkos.1993. *Olahraga teknik & program latihan*. Jakarta: Akapres.
- Sajoto,M. 1998. *Peningkatan& Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Dahara Prize.
- Setyobroto, Sudibyoy. 2003. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: UNJ.
- Sudijono, anas.2011. *pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Syafrudin. 1996. *Pengantar Ilmu Melatih*. Padang.