



Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Basket SMA N di Kabupaten Pati

Yuni Indri Sulistyowati^{1✉}, Tri Nurharsono²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

History Article

Received : 06 May 2020

Accepted : July 2020

Published : December 2020

Keywords:

*Basketball; Extracurricular
Coaching; High Schools*

Abstrak

Tujuan penelitian adalah agar dapat mengetahui pembinaan ekstrakurikuler basket di SMA N di Kabupaten Pati Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif DI 6 sekolah menengah atas yaitu SMA 1 Pati, SMA N 2 Pati, SMA N 3 Pati, SMA N 1 Kayen, SMA N 1 Jakenan, SMA N 1 Juwan. Metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah guru pembina ekstrakurikuler, pelatih, dan atlet/siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik triangulasi data. Analisis data dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa, hasil mengenai pembinaan ekstrakurikuler bola basket di SMA N di Kabupaten Pati. Pelaksanaan pembinaan sudah cukup baik hal ini dapat dilihat dari aspek pemassalan, pembibitan, prestasi, pembinaan, sumber daya manusia, program latihan, sarana dan prasarana serta pendanaan. Sehingga dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembinaan prestasi ekstrakurikuler bola basket di SMA N di Kabupaten Pati sudah cukup baik.

Abstract

The background to the problem in this study was the process of sports extracurricular development at SMAN in Pati Regency, which had not been supported by good coaching in extracurricular activities. It could be seen from the mustering, training, and achievement stages. The objective of this study was to find out the basketball extracurricular coaching process in high schools in Pati Regency. This research used descriptive qualitative approach. The data collection was done by using observation, interview, and documentation methods. The subjects of this research were teachers as extracurricular coaches, trainers, and athletes/students. Data analysis technique used was data triangulation technique. The data analysis was done by reducing data, presenting data, and drawing conclusion. The result of this study showed that the coaching process of basketball extracurricular in High Schools in Pati Regency had been good enough. It could be seen from the mustering stage, training stage, and achievements stage, human resources, training programs, learning facilities, and the funding. From the result of this study, it could be concluded that the coaching process of basketball extracurricular in high schools in Pati Regency had been good.

How To Cite:

Sulistyowati, Y. I., & Nurharsono, T., (2020). Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Basket SMA N di Kabupaten Pati. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(2), 290-298

© 2020 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

E-mail: indri15yuni@gmail.com

p-ISSN 2723-6803

e-ISSN-

PENDAHULUAN

Secara umum olahraga sangat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan fisik. Sekarang banyak orang yang hobi melakukan olahraga. Menurut Achmad Paturisi (2012:1) olahraga merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik (jasmani) dan olahraga untuk menghasilkan perubahankualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, dan emosional. Pengembangan keolahragaan dalam tatanan sistem keolahragaan nasional dikembangkan melalui tiga pilar yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan merupakan bagian integral dari pendidikan yang dilaksanakan baik pada jalur formal maupun non formal melalui kegiatan intra dan atau ekstrakurikuler. (Toho Cholik dan Ali Maksum, 2007: 4).

Perkembangan di olahraga sangat perlu diperhatikan dan dihimbauagaradanya upaya peningkatan kualitas manusia yang baik. Sebagai dasar suatu bangsa memiliki aspek kehidupan perlu dilaksanakanadanya pembinaan secara sungguh-sungguh, terarah sehingga memungkinkan untuk memberi sumbangan nyata dengan perkembangan pembangunan nasional. Melalui usaha, upaya dan pembinaan yang terarah pengembangan olahraga, mempunyai peranan dalam pembangunan nasional perlu dibina dan dikembangkan tentunya harus mempunyai sistem yang jelas dan tertata, agar pengembangan olahraga semakin berkembang dan maju.

Olahraga secara umumnya dilakukan oleh semua tingkatan usia. Namun secara khusus pembinaan bakat dan prestasi olahraga

dimulai dari sedini mungkin mulai dari usia sekolah dasar, sekolah menengah hingga masa usia emas atau golden age, yang pada sekitar usia delapan belas hingga dua puluh tujuh tahun. Pembinaan dan pengembangan olahraga perlu terus ditingkatkan secara tertata, terarah, sistematis, dan berkesinambungan agar selaras dengan tujuan prestasi olahraga (Mutohir, 2005: 31).

Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan prestasi. Usaha dalam perwujudan prestasi dalam sekolah adalah dengan diadakannya suatu program yang berfungsi sebagai wadah atau tempat pembinaan dan penyaluran bakatbakat siswa yaitu dengan program ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum (Suryosubroto, 2009:288).

Kegiatan ekstrakurikuler terdiri atas kegiatan ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib yang harus diikuti peserta didik adalah pendidikan kepramukaan, sedangkan ekstrakurikuler pilihan merupakan ekstrakurikuler yang harus diikuti peserta didik. Ekstrakurikuler yang dikembangkan diselenggarakan sesuai bakat dan minat peserta didik. Berbentuk latihan olah bakat dan olah minat.

Bompa (2009: 10) pembinaan olahraga merupakan suatu proses yang berlangsung terus menerus dan berkesinambungan. Proses pembinaan olahraga harus dilakukan dari awal

hingga akhir sesuai dengan program yang sudah disepakati. Pesan yang hendak disampaikan adalah bahwa prestasi tidaklah hanya didapat dari cara yang mudah melainkan dicapai dengan melewati proses yang panjang.

Pembinaan olahraga nasional dapat berjalan dengan sebaik-baiknya diperlukan komponen-komponen penting selain jalur-jalur pembinaan yang teridentifikasi agar olahraga semakin berkembang dengan selaras. Komponen di dalam sistem pembinaan olahraga nasional adalah; tujuan, manajemen, faktor ketenagaan, atlet, sarana dan prasarana, struktur dan isi program, sumber belajar, metodologi, evaluasi dan penelitian, serta dana (Harsuki, 2003: 37). Dalam proses pembinaan kepribadian, kedisiplinan, sportivitas yang tinggi sangat diperlukan untuk membentuk atlet yang tangguh (Wandi, S. : 2013).

Pada dasarnya pola pembinaan prestasi bola basket di kabupaten pati berasal dari jalur sekolah walaupun belum ada pembinaan yang nyata. maka dari itu pembinaan ekstrakurikuler di kabupaten pati untuk mengembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga yang diselenggarakan kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan (Undang-Undang sistem keolahragaan Nasional, 2005: pasal 25 ayat 6).

Untuk dapat melaksanakan pembinaan dan pengembangan didalam olahraga perlakuan pengelolaan yang terpadu, berjenjang dan berkesinambungan antara instansi yang terkait sehingga dibutuhkan yang sangat dibutuhkan dapat terpenuhi, unsur berdasarkan hasil pengamatan di lapangan di SMA N Se-Kabupaten Pati didapatkan data

dalam pelaksanaan pembinaan prestasi, atlet merupakan pelaku utama dalam keberhasilan, bagaimana perekrutan yang dilakukan oleh pelatih dalam memilih atlet akan sangat penting dalam menentukan tercapainya suatu keberhasilan dalam pembinaan prestasi.

Pelatih juga faktor utama dan sangat berpengaruh dalam terciptanya suatu atlet yang berprestasi, ada tidak nya sertifikat melatih untuk membuktikan bahwa dia seorang profesional dan pelatih juga harus memiliki program latihan yang digunakan dalam kegiatan sangat mempengaruhi suatu pembinaan, akan tetapi pelatih ekstrakurikuler baset SMA N Se-Kabupaten Pati menurut hasil pengamatan tidak semua pelatih memiliki sertifikat melatih secara profesional dan juga program latihan.

Sarana dan prasarana merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam suatu proses pembinaan. kelengkapan sarana dan prasarana menentukan terciptanya nyaman tidak nya kondisi dalam melakukan sebuah kegiatan. SMA N Se-Kabupaten Pati sendiri masih kurang lengkap dimulai dari jumlah bola yang digunakan lapangan yang digunakan tidak sesuai standat dan keterbatasan ring basket yang digunakan dalam proses latihan.

METODE PENELITIAN

Penelitian akan menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif mendeskripsikan tentang keterangan data yang didapat dari lapangan berupa data tulisan ataupun lisan (wawancara). Saat pelaksanaan penelitian berlangsung dengan memberikan data yang sebenar-benarnya.

Lokasi penelitian yang digunakan sebagai tempat penelitian Lokasi penelitian adalah tempat dimana penelitian itu akan dilaksanakan di SMA N 1 Pati, SMA N 2 Pati, SMA N 3 Pati, SMA N 1 Kayen, SMA N 1 Juwana, SMA N 1 Jakenan.

| Sekolah | Alamat |
|--------------------|--|
| SMA N 1 Pati | JL. P. SUDIRMAN NO.24 PATI Kec. Pati Plangitan Kab. Pati |
| SMA N 2 Pati | JL. JENDRAL AHMAD YANI NO. 4, Winong, Kec. Pati Kab. Pati |
| SMA N 3 Pati | JL. P.SUDIRMAN NO. 1A PATI, Puri, Kec.Pati Kab. Pati |
| SMA N 1 Kayen | JL. RAYA KAYEN- SUKOLILO, KAYEN, Kec. Kayen Kab. Pati |
| SMA N 1 Jakenan | JL. JAKENAN-WINONG KM. 1,5 Kec. Jakenan Kab. Pati |
| SMA N 1 Juwana | JL. KI HAJAR DEWANTARA NO.54 JUWANA, Kec. Juwana, Kab. Pati |

Sasaran pada penelitian ini adalah peneliti ekstrakurikuler dan sesuatu yang berkenaan dengan aspek-aspek pembinaan prestasi basket disekolah, dengan sumber data dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi. Dengan mewawancarai guru pembinaan ekstrakurikuler, pelatih dan atlet dengan jumlah 6 guru pembinaan, 6 pelatih, dan 6 atlet/ peserta ekstrakurikuler basket. Pertimbangan tertentu disini maksudnya ialah orang yang dianggap paham dan mengetahui informasi yang diharapkan. Informasi yang diperlukan peneliti didapatkan dari pelatih, guru pendamping ekstra dan atlet.

Analisis data merupakan salah satu bagian penting dalam suatu penelitian, karena dengan analisis data dapat diberi arti atau

makna yang berguna untuk pemecahan masalah dalam penelitian. menurut Bogdan analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya sehingga dapat mudah dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain.

Menurut Bogdan dan Tyor dalam Moleong (2010:280) analisis data sebagai proses yang merinci usaha secara formal untuk menemukan tema dan merumuskan hipotesis seperti yang disarankan oleh data dan sebagai usaha untuk memberikan bantuan pada tema dan hipotesis tersebut, jika dikaji definisi pertama lebih berkat pada pengorganisasian data sedangkan definisi yang kedua lebih menekankan maksud dan tujuan analisis data, dan dari kedua definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan, analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.

Setelah mendapatkan data, proses selanjutnya yaitu menelaah seluruh data yang sudah didapatkan dari wawancara, pengamatan, yang sudah dituliskan dalam catatan lapangan, dokumen-dokumen, gambar, foto dan sebagainya, langkah selanjutnya ialah mengadakan reduksi data, mereduksi data berarti merangkum memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Langkah selanjutnya yaitu mereduksi data yaitu merangkum hasil penelitian menjadi lebih inti untuk memperoleh gambaran jelas tentang data yang dibutuhkan

oleh peneliti yaitu tentang pembinaan ekstrakurikuler bola basket di SMA N Se-Kabupaten Pati. Tahap terakhir dari analisis ini adalah mengadakan pemeriksaan keabsahan data dalam mengolah hasil sementara menjadi teori subantif dengan menggunakan beberapa metode tertentu (Moleong, 2007:247).

Penguji keabsahan data dalam penelitian kualitatif menggunakan istilah beda dengan penelitian kualitatif jadi uji keabsahan data dalam peneliti kualitatif meliputi uji, credibility (kepercayaan), transferability (keterahlian), deprndability (kebergantungan), dan confirmability (kepastian), (Sugiono, 2014:121). Teknik yang diambil dalam menguji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik derajat kepercayaan (cedibility) yaitu pelaksana inkuiri dengan pembuktian oleh peneliti pada kenyataan ganda yang sudah diteliti sehingga tingkat kepercayaan penemuan dalam kriterium dapat dipakai. Uji kreadibility dalam peneliti ini dilakukan dengan cara triangulasi dan member chek.

Tringulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, tringulasi teknik pengumpulan data, dan berbagai waktu. Oleh karena itu dalam penelitian ini digunakan triangulasi, peneliti ini melakukan perbandingan dan mengecek kebenaran data tertentu dan membandingkan dengan data yang diperoleh dari sumber lain. Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis triangulasi metode. Triangulasi metode adalah teknik keabsahan data yang digunakan

untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mencetak data yang diperoleh melalui beberapa sumber. Triangulasi tidak sekedar menilai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pembinaan

Tujuan pemassalan untuk melibatkan sebanyak-banyaknya anggota siswa dalam kegiatan olahraga sehingga timbul minat dan kesadaran terhadap pentingnya olahraga sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi oalahraga Muh. Yusuf (2003:33). Berdasarkan hasil penelitian dan dikaji berdasarkan teori, maka proses kegiatan pemassalan sudah sesuai dengan teori yang ada. Keberhasilan tahapan pemassalan olahraga ini akan berakumulasi terhadap munculnya bibit-bibit olahragawan yang memiliki potensi dikembangkan lebih baik.

Pembibitan di 6 sekolah yang diteliti dilakukan melalui proses pembibitan ketika ekstrakurikuler berlangsung, pelatih melakukan pengamatan ketika para siswa di suruh untuk bermain di lapangan ketika berlangsungnya ekstrakurikuler atau di uji cobakan latihan tanding. Dengan adanya pembibitan ini membuka peluang selebar-lebarnya untuk seluruh siswa. Pertimbangan penling tinggi untuk memperoleh bibit unggul adalah: Bakat dan potensi tinggi yang dibawa sejak lahir mempunyai andil yang lebih dominan dibanding dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya (Hartono.,dkk, 2009:259-278). Pembibitan adalah upaya yang diterapkan untuk menjaring atlet berbakat dalam olahraga prestasi yang diteliti secara terarah dan intensif melalui orang tua, guru,

dan pelatih pada suatu cabang olahraga menurut Muh. Yusuf (2003:34).

Menurut Rasyono, (2016:45) pembibitan olahraga merupakan sebuah tahap penting dalam pembiaian prestasi olahraga merupakan fondasi dan bangunan pembinaan olahraga. Melalui pembibitan ini ditemukan atlet-atlet yang berpotensi yang nantinya pada saat dibina dalam pemusatan latihan akan menampilkan peforma diberbagai event kejuaraan untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Prestasi yang dicapai bertujuan untuk pembinaan prestasi perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi maksimal. Pencapaian prestasi yang maksimal membutuhkan perencanaan pelatihan yang cukup panjang tidak diperoleh secara langsung, untuk menjadi pemain yang handal membutuhkan proses mulai dari waktu latihan, jenis latihan, mengasah kemamuan diri, dan kelompok berupa ikut berbagai pertandingan dalam skala tertentu. Prestasi yang telah dicapai dari 6 sekolah yang diteliti 3 dari 6 sekolah yaitu SMA Negeri 1 Pati, SMA Negeri 2 Pati, dan SMA Negeri 3 Pati memiliki prestasi yang cukup baik dan 3 yang lain masih belum mempunyai prestasi yang baik. Prestasi yang miliki SMA N 1 Pati dari tahun 2017-2019 memiliki prestasi yang cukup baik, prestasi SMA N 2 Pati, dan SMA N 3 Pati yang cukup baik, untuk SMA N 1 Kayen belum memiliki prestasi yang bagus, melainkan SMA N 1 Jakenan juga belum memiliki prestasi yang cukup baik begitu juga SMA N 1 Juwana.

| Sekolah | Tahun |
|--------------|---|
| SMA N 1 PATI | JUARA 1 KJBL Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018 |

| | | |
|-----------------|--|---|
| | | Juara 1 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018 |
| | | Juara 1 SMASA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018 |
| | | Juara 1 POPDA Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018 |
| | | Juara 1 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten pati 2019 |
| | | Juara 3 SMASA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2019 |
| | | Juara 1 KJBL 7 Pi Tingkat Kabupaten Pati 2019 |
| | | Juara 2 GAKAES SMASA Pi Tingkat Kabupaten Pati 2019 |
| SMA N 2 PATI | | Juara 2 KJBL Pi Tingkat Kabupaten Pati 2017. |
| | | Juara 2 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2017. |
| | | Juara 3 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018. |
| | | Juara 3 KJBL Pi Tingkat Kabupaten Pati 2018. |
| | | Juara 2 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati 2019. |
| SMA N 3 PATI | | JUARA 3 BUPATI CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati. |
| | | Juara 2 KJBL 7 Pi Tingkat Kabupaten Pati. |
| | | Juara 3 PEMUDA CUP Pi Tingkat Kabupaten Pati. |
| SMA N 1 KAYEN | | - |
| SMA N 1 JUWANA | | - |
| SMA N 1 JAKENAN | | - |

Sumber Daya Manusia

Atlet merupakan pelaku utama yang melakukan sendiri usaha dan upaya dalam

rangka pencapaian prestasi. Pembinaan cabang olahraga basket membawa dampak positif bagi para peserta ekstrakurikuler itu sendiri, diantaranya kedisiplinan, tanggung jawab, sifat sportif, memupuk percaya diri, dan semangat yang bertambah. pertanyaan yang dikutip dari Rubianto Hadi (2007:7) atlet adalah orang yang dihadapkan kepada pemasalahan, baik pemasalahan mengejar prestasi, menghadapi tekanan oleh lawan maupun penonton, kemungkinan mengalami kegagalan, dan sebagainya. Spesialisasi sangat dibutuhkan dalam proses pembinaan, semakin tinggi puncak pembinaan maka akan semakin nampak spesialisasi dari atlet (Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017)

Pelatih merupakan seseorang yang paling dekat dengan atlet ketika dilapangan. Peran pelatih sebagai penyusun program latihan itu harus tepat karena kunci keberhasilan adalah program latihan serta menaungi atletnya menjaga motivasi yang dimiliki atlet. Peran pelatih yang sangat penting mengajarkan disiplin latihan, menciptakan respon positif dan kerjasama antara pelatih dan atlet, memberikan rasa kepercayaan diri menjadi atlet, mengejarkan tanggung jawab dan sebagai pendorong semangat serta mengembangkan atlet dalam peningkatan prestasi.

Setiap pelatih memiliki program latihan yang berbeda. Program latihan secara tertulis namun tetap memperhatikan aspek-aspek latihan yang ada. Secara teknis pengetahuan dan keterampilan seorang pelatih dapat dilihat dari perolehan/lisensi. Pelatih basket di ekstrakurikuler yang ada di sekolah SMA N di Kabupaten Pati memiliki sertifikat/lisensi

masih berlevel daerah. Berdasarkan hasil penelitian dan kajian teori maka peran pelatih di ekstrakurikuler SMA N di Kabupaten sudah sesuai dengan teori yang ada.

Program Latihan

Pelatih di sekolah memiliki program latihan namun tidak memiliki program latihan secara tertulis. Pada pelaksanaannya tetap ada aspek-aspek latihan yang diperhatikan oleh pelatih. dalam 3 kali dalam seminggu. Program latihan apapun yang diberikan oleh pelatih, atlet selalu bisa mengikuti dengan baik. Tujuan utama dari latihan bola basket adalah latihan fisik, latihan teknik dan latihan taktik.

Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana yang terdapat pada SMA N di Kabupaten Pati cukup baik, dan terus untuk diperbaiki agar lebih baik dan sangat memadai hanya saja butuh penambahan alat yang sudah mulai rusak seperti bola, cone dan lain sebagainya untuk menunjang ekstrakurikuler. Tempat untuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sudah disiapkan khusus sebagai tempat olahraga. Halaman yang ada di SMA Negeri 1 Pati, SMA Negeri 2 Pati, SMA Negeri 3 Pati, SMA N 1 Kayen, SMA N 1 Jakenan dan SMA N 1 Juwana, memang sudah di desain khusus sebagai area bermain, pelaksanaan upacara bendera dan tentunya pelaksanaan tempat olahraga.

Pendanaan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa seluruh SMA Negeri di Kabupaten Pati dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola basket putri mendapat pendanaan tetap dari sekolah dan tidak ada pendanaan dari luar. Pendanaan

ini bersumber dari dana Bantuan Operasional Sekolah (BOS) yang kemudian dialokasikan untuk pemenuhan sarana dan prasarana, honor pelatih, dan pembiayaan dalam mengikuti kejuaran-kejuaraan. BOS adalah program pemerintah yang pada dasarnya adalah untuk penyediaan pendanaan biaya operasi nonpersonalia bagi satuan pendidikan dasar sebagai pelaksana program wajib belajar. Sejalan dengan penelitian dari (Widayat:2004) yang menyatakan bahwa komponen-komponan program latihan, pendanaan, dan sarana prasarana sangat dibutuhkan untuk memajukan pelaksanaan pembinaan prestasi. Selain hal tersebut, pembiaian prestasi yang bagus juga didapatkan dari banyaknya komptisi yang diikuti oleh atlet sehingga atlet menjadi sering dalam melakukan kompetisi dalam membangun mental.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh dapat diambil kesimpulan bahwa pembinaan prestasi ekastrakurikuler basket SMA N di Kabupaten Pati cukup baik tetapi masih ada beberapa aspek yang perlu didukung seperti pembinaan pemassalan, pemilihan peserta ekstrakurikuler, program latihan di sekolah-seloah yang saya teliti sudah cukup baik walaupun program latihan tidak tertulis secara terstruktur dengan baik, sarana-prasarana untuk menunjang latihan disetiap sekolah masih belum merata dan pendanaan untuk setiap sekolah yang diteliti sudah cukup.

REFERENSI

- Achmad Paturusi. Achmad. 2012. Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta. Rineka Cipta
- Bompa. 2009. Total Training For Young Champions. Champaign Human Kinetics.
- Domestio, F. T. (2016). *PEMBINAAN PRESTASI EKSTRAKURIKULER BASKET DI 3 SMA TERBAIK KABUPATEN PATI TAHUN 2013* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Harsuki Hasana. (2003). Pengantar Manajemen Olahraga. Jakarta: PT.Grafindo Persada.
- Moleong, Lexy J. 2010. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT. Remaja.
- Mutohir. 2005. Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional, Secercah Harapan Buat Olahragawan. Jakarta: PT. Indeks
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar, 3(1)
- Rubianto Hadi. (2007). Peran Pelatih Dalam Membentuk Karakter Atlet. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, Vol,1 No.1. Universitas Negeri Semarang.
- Suryosubroto, 2009. Proses Belajar Mengajar Di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta
- Toho Cholik Mutohir. 2007. Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional, Secercah Harapan Buat Olahragawan. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka.
- Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005. Tentang Sistem Keolahragaan Nasional
- Wandi, S. (2013). Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Karangturi Kota Semarang. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(8).
- Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9-15.
- Widayat, W. W. (2004). "Survei Pembinaan Ekstrakurikuler Bola Basket di SMP se-

Kabupaten Banjarnegara Tahun 2004/2005” (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).

Yusuf, Muhammad. (2003) *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Universitas Tunas Pembangunan Surakarta