



Survei Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bola Tangan di SMK Kabupaten Purworejo

Muhammad Zuhdan Tamami^{1✉}, Hermawan Pamot Raharjo²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia¹²

History Article

Received : 02 January 2021

Accepted : January 2021

Published : June 2021

Keywords

Development;

Extracurricular; Handball.

Abstract

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif, subyek pada penelitian ini yaitu pembina ekstrakurikuler, pelatih ekstrakurikuler atau guru olahraga serta siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo. Pengambilan data menggunakan teknik purposive sampling dengan menggunakan metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi mengenai pembinaan prestasi, program latihan, sarana prasarana, dan pendanaan kegiatan ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo. Penelitian ini memperoleh hasil diantaranya, Dalam pembinaan prestasi perlu adanya dukungan dan kerjasama dari pembina, pelatih, dan juga peserta ekstrakurikuler bola tangan. Dalam hal ini pihak sekolah melakukan monitoring, motivasi, dan evaluasi terhadap pembinaan prestasi sudah berjalan dengan baik, program latihan yang diberikan pelatih meliputi empat aspek (latihan fisik, teknik, taktik, dan mental), sarana dan prasarana untuk ekstrakurikuler bola tangan sudah memadai, hanya saja dana tersebut digunakan untuk pelatih, perlengkapan, dan keperluan lain yang dibutuhkan Sumber dana ekstrakurikuler bola tangan diperoleh dari alokasi dana BOS.

Abstract

The purpose of this study was to determine the development of handball extracurricular achievements at Vocational High School in Purworejo Regency. This research used qualitative approach method, the subjects in this study were extracurricular coaches or sports teachers and the students who took part in handball extracurricular activities at Vocational High School in Purworejo Regency. The retrieval of data using purposive sampling technique with observation, interviews, and documentation as the data collection methods regarding achievement development, training programs, infrastructure, and funding for handball extracurricular activities at Vocational High School in Purworejo Regency. This study obtained some result, they were: the achievement development has gone well, the training program provided by the coach includes four aspects (physical, technical, tactical, and mental training), the facilities and infrastructure for handball extracurricular activities are adequate, it is just that the field is inadequate, the source of handball extracurricular funds is obtained from the allocation of BOS funds.

How To Cite:

Tamami, M. Z., & Raharjo, H. P., (2021). Survei Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Bola Tangan di SMK Kabupaten Purworejo. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 107 – 115.

✉ Corresponding author :

E-mail: tamamizuhdanrock106106@gmail.com

© 2021 Universitas Negeri Semarang

p-ISSN 2723-6803

e-ISSN-

PENDAHULUAN

Olahraga sudah menjadi suatu kebutuhan dalam kehidupan manusia dan bahkan sudah menjadi kegiatan atau aktivitas sehari-hari, sebab dengan olahraga kita mendapatkan kesenangan dan kepuasan batin dan jasmani, karena itu dengan olahraga secara rutin dan tepat dapat membuat manusia menjadi sehat dan kuat, baik secara jasmani maupun rohani. Banyak orang yang berpendapat bahwa berolahraga merupakan kegiatan yang baik untuk pembentukan fisik dan mental anak-anak dan pemuda-pemudi bangsa. Dengan latihan olahraga secara rutin dan teratur akan memperkuat anggota tubuh manusia, dalam arti pembentukan fisik. Sedangkan pembentukan mental melalui olahraga akan tercipta rasa sportifitas, keberhasilan, kerjasama dan rasa tanggung yang tinggi (Prabowo & Wismanadi, 2017: 311).

Menurut Pusat Bahasa Kemdikbud (2016), pembinaan adalah "suatu kegiatan yang dilaksanakan secara efisien dan efektif dengan tujuan untuk mendapatkan hasil yang lebih baik." (Nugraha & Pratama, 2019:241)

Salah satu faktor pendukung tercapainya prestasi olahraga yang maksimal adalah dari pembinaan dan pembangunan olahraga itu sendiri (Irmansyah, 2017 : 25).

Keberhasilan suatu pembinaan sangat ditentukan oleh kualitas SDM (atlet dan pelatih) yang dibina dan yang membina atau melatih. Kualitas pelatih, faktor pendukung seperti sarana dan prasarana, faktor profesionalisme pengelolaan menjadikan pembinaan olahraga harus dipegang oleh orang-orang yang memiliki kompetensi (Rumini 2015: 26)

Menurut (Irawati,2018:3) pembinaan merupakan salah satu solusi dari sekolah yaitu dengan mengembangkan potensi siswa melalui beberapa kegiatankegiatan terutama pada ekstrakurikuler.

Perkembangan prestasi olahraga juga merupakan hasil dari perpaduan kemampuan fisik, teknik, taktik, mental olahragawan yang diperoleh melalui proses pembinaan yang tepat. Keberhasilan pencapaian prestasi dalam olahraga juga ditentukan oleh penjenjangan latihan sesuai dengan tingkat usia anak (Isfiani, 2013:36).

Menurut (Daryanto, 1996:68), ekstrakurikuler adalah kegiatan untuk membantu memperlancar perkembangan individu murid sebagai manusia seutuhnya. Menurut Poerwadarminta (1986:269), ekstrakurikuler adalah tambahan yang bersangkutan dengan kurikulum. Menurut

pelaksanaan kurikulum 1994, ekstrakurikuler olahraga adalah merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam sekolah untuk memperluas wawasan pengetahuan dan berbagai mata pelajaran dan kurikulum (Yahya & Amrizan, 2019: 82).

Tujuan kegiatan ekstrakurikuler pada umumnya merupakan untuk mengembangkan bakat siswa sesuai dengan minatnya. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga untuk mengisi waktu luang anak pada kegiatan yang positif dan dapat lebih memperkaya keterampilan, memperluas wawasan, daya kreativitas, jiwa sportivitas, meningkatkan rasa percaya diri, dan lain sebagainya. Akan lebih baik lagi apabila siswa mampu memberikan prestasi yang gemilang diluar sekolah sehingga dapat mengharumkan nama sekolah (Oktafandi & Wahyuni, 2015: 167).

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler yang baik untuk tujuan prestasi dilaksanakan minimal 2 kali pertemuan dalam satu minggunya dan waktunya antara 30-120 menit, karena apabila jumlah pertemuan kurang dari 2 kali dalam satu minggunya berarti terlalu lama masa istirahatnya, sehingga bakat, kemampuan, keterampilan, dan pengetahuan siswa kurang terasah, dan hal ini tidak akan menjamin tercapainya prestasi optimal (Chandra & Argantos, 2019:104). kegiatan ekstrakurikuler memberikan manfaat seperti menggunakan waktu luang seoptimal mungkin, memberikan rekreasi mental dan fisik secara sosial, memperoleh pengalaman bekerjasama dengan orang lain serta mengembangkan tanggung jawab (Inriyani, Wahjoedi, & Sudarmiatin, 2017: 956).

menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan sejalan dengan tujuan umum pendidikan dan merupakan bagian dari pendidikan dan, mereka menggambarkan kegiatan ekstrakurikuler sebagai kegiatan yang berorientasi pada minat dan kebutuhan siswa dan dilaksanakan sesuai dengan rencana dan program dalam rangka peningkatan kepribadian siswa dalam wawasan dan pembinaan administrasi sekolah (Acarl & Gündüz, 2017, pp.901).

Permendiknas No 22 tahun 2006 tentang Standar Isi menyebutkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler termasuk bagian dari kegiatan pengembangan diri. Tujuannya memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, kondisi dan perkembangan peserta didik, dengan memperhatikan kondisi sekolah/madrasah. Kegiatan ekstrakurikuler

adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah (Sudarmono, 2018:66).

Bola Tangan (*Handball*) merupakan olahraga yang menggunakan tangan untuk memantulkan, melempar, dan memukul bahkan memasukan bola ke dalam gawang lawan, yakni merupakan perpaduan dari olahraga Basket, Hoki, dan Futsal karena untuk permainan hampir sama dengan Futsal sedangkan untuk bagian anggota tubuh yang digunakan hampir sama dengan Basket dan beberapa peraturan menyerupai cabang olahraga hoki (Muhlisin & Adi, 2016: 2).

Menurut Susanto (2017: 117-118) bola tangan (*handball*) diartikan sebagai permainan beregu yang menggunakan bola sebagai alatnya dan dimainkan dengan menggunakan satu atau kedua tangan. Bola tersebut dapat dilempar, dipantulkan, atau ditembakkan.

Setiap sekolah mempunyai tujuan untuk mencerdaskan siswa-siswinya. Kecerdasan dan keterampilan siswa dapat ditumpahkan dalam sebuah pencapaian prestasi, sebagai bentuk pengembangan minat dan bakat olahraga. Dunia pendidikan kini tidak memperhatikan aspek akademik saja, namun aspek non akademik pun juga diperhatikan sebagai penunjang dalam mencapai tujuan sistem pendidikan. Salah satunya yaitu program kegiatan ekstrakurikuler.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini dipimpin oleh guru olahraga dari sekolah sehingga proses pelaksanaan dapat berjalan dengan apa yang dimaksudkan. Usia sekolah berpotensi besar dalam melakukan proses pembinaan olahraga, sehingga sistem pembinaan olahraga tidak bisa dipisahkan dari jalur sekolah. Upaya dalam mencapai olahraga prestasi dilakukan secara kompleks. Karena itulah perlu adanya faktor-faktor yang perlu dipertimbangkan antara lain: faktor internal (berupa segi fisik dan mental seorang olahragawan) dan juga faktor eksternal (seperti peran guru atau pelatih dan juga saran dan prasarana). Faktor internal merupakan faktor yang ada dalam diri olahragawan sendiri, berupa bakat dan potensi tinggi yang dibawa sejak lahir mempunyai andil yang lebih dominan dibandingkan dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya. Sedangkan faktor eksternal bisa ditunjukkan dengan adanya para guru atau pelatih yang berkualitas dapat

menciptakan atlet-atlet yang berprestasi dalam bidang olahraga.

Di Purworejo olahraga bola tangan sudah berkembang dan mulai banyak diminati, terutama dalam kegiatan ekstrakurikuler di berbagai sekolah, salah satunya di SMK Kabupaten Purworejo. Bola tangan telah menjadi pilihan bagi siswa laki-laki maupun siswa perempuan yang tertarik dan ingin mengikuti ekstrakurikuler bola tangan di sekolah untuk mengembangkan minat dan bakat mereka.

Di Kabupaten Purworejo ada beberapa sekolah SMK yang menjadikan olahraga bola tangan sebagai ekstrakurikuler. SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK Negeri 1 Purworejo dan SMK TKM Purworejo adalah sekolah kejuruan di Kabupaten Purworejo yang menjadikan olahraga bola tangan sebagai ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler bola tangan, hanya diberikan waktu 2 jam (2x45 menit dalam 1 minggu), begitu pula yang dilaksanakan di SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK Negeri 1 Purworejo dan SMK TKM Purworejo. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola tangan (*handball*), sebanyak 35 siswa di SMK Batik Perbaik Purworejo, 31 siswa di SMK Negeri 1 Purworejo, dan 34 siswa di SMK TKM Purworejo.

Berdasarkan observasi awal setelah mewawancarai guru penjas yang ada di SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK Negeri 1 Purworejo dan SMK TKM Purworejo diperoleh data bahwa ketiga sekolah tersebut telah mengikuti kejuaraan (Kejurkab dan Popda) dan telah memiliki prestasi. Dari ketiga SMK yang memiliki prestasi juara 1 (satu) hingga juara 3 (tiga) yaitu SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK TKM Purworejo, dan SMK Negeri 1 Purworejo. Berikut bukti prestasi ketiga SMK tersebut dalam kurun waktu 3 (tiga) tahun terakhir:

Tabel 1 restasi Bola Tangan di SMK Kabupaten Purworejo

Nama Sekolah	Tahun	Keterangan
SMK Batik Perbaik Purworejo	2018	- Juara 1 Kerjurkab Bola Tangan di Kab.Purworejo
	2019	- Juara 3 Kerjurkab Bola Tangan di Kab. Purworejo
	2020	- Juara 3 POPDA Bola Tangan
SMK TKM Purworejo	2018	- Juara 1 Kerjurkab Bola Tangan di Kab. Purworejo
		- Juara 1 Kerjurkab Bola Tangan di Kab.

SMK Negeri 1 Purworejo	2019	Purworejo
	2020	- Juara 1 POPDA Bola Tangan
	2018	Belum mengikuti
	2019	- Juara 3 Kerjurkab Bola Tangan di Kab. Purworejo
	2020	- Juara 3 POPDA Bola Tangan

Dari prestasi yang telah diperoleh ketiga SMK **Tabel 1**, menunjukkan bahwa ketiga SMK tersebut dapat dikatakan mengalami perkembangan karena mampu mengikuti kompetisi untuk mewakili sekolah di tingkat Kabupaten maupun Provinsi dan telah mendapatkan prestasi.

Memperhatikan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Survei Pembinaan Prestasi Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Tangan (Handball) di SMK Kabupaten Purworejo Tahun 2020”**.

METODE

Pendekatan penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif. Lokasi yang akan digunakan untuk penelitian yaitu di SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK TKM Purworejo, dan SMK N 1 Purworejo. Instrumen penelitian yaitu menggunakan pedoman observasi dengan *check list*, pedoman wawancara, dan pedoman dokumentasi. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi (Suharsimi Arikunto, 2010:173). Dalam penelitian ini sebagai populasi adalah semua siswa di tiga sekolah di Kabupaten Purworejo yakni SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK TKM Purworejo, dan SMK Negeri 1 Purworejo. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Kabupaten Purworejo sejumlah 6.695 siswa. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 9 siswa dengan 3 siswa per-sekolah.

Desain penelitian ini adalah *one-shot* model. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Subyek penelitian ini adalah Pembina, pelatih atau guru olahraga dan peserta ekstrakurikuler bola tangan. Variabel dalam penelitian ini adalah survei pembinaan prestasi ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo yang mengadakan ekstrakurikuler bola tangan diantaranya adalah SMK Batik Perbaik Purworejo, SMK TKM

Purworejo, dan SMK N 1 Purworejo. Untuk menguji keabsahan data yang didapat agar sesuai dengan tujuan penelitian, maka penelitian ini menggunakan triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Pengumpulan data dilakukan dengan triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan menggabungkan data observasi, wawancara, serta dokumentasi yang bersumber dari Pembina, pelatih dan peserta ekstrakurikuler bola tangan. Oleh karena itu, apabila ada perbedaan informasi dari subjek penelitian, maka dalam teknik pemeriksaan datanya dapat menggunakan *Cross Check*. Dalam penelitian ini, agar keabsahan data terjamin akurat dan telah sesuai dengan data, maka akan dilakukan *Cross Check* antara hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi mengenai pembinaan kegiatan ekstrakurikuler bola tangan (*handball*) di SMK Kabupaten Purworejo Tahun 2020.

Analisis data dimulai dengan masalah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber, yaitu dari hasil wawancara, pengamatan yang sudah dituliskan dalam bentuk catatan lapangan, dokumentasi pribadi, gambar, foto, dan sebagainya.

Menurut Sugiyono (2015:336), analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Pada kenyataannya analisis data kualitatif berlangsung selama proses pengumpulan data dari pada setelah pengumpulan data. Aktivitas dalam analisis data yaitu:

Data Reduction (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu (Sugiyono:338).

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama pada penelitian kualitatif adalah pada temuan. Oleh karena itu peneliti dalam melakukan penelitian menemukan segala sesuatu yang dipandang asing, tidak dikenal, belum memiliki pola, justru itulah yang harus dijadikan perhatian peneliti dalam melakukan reduksi data (Sugiyono,2015:339).

Reduksi data dilakukan dengan cara merangkum, memilih dan menyederhanakan data, memfokuskan pada hal-hal yang penting.

Data Display (Penyajian Data)

Setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data dalam penelitian ini. Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk teks naratif dan tabel.

Sugiyono (2015:341) menjelaskan bahwa penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagian hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Miles dan Huberman dalam (Sugiyono, 2015:341), mengatakan, yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif, juga dapat berupa matrik, network (jejaring kerja), dan chart.

Conclusion Drawing/Verification

Merumuskan makna dari hasil penelitian dengan kalimat yang singkat, padat, dan mudah dipahami, dilakukan dengan berulang kali, melakukan peninjauan mengenai kebenaran dari penyimpulan itu, khususnya berkaitan dengan relevansi dan konsistensinya terhadap judul, tujuan, dan perumusan masalah yang ada.

Kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masi bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Kesimpulan yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada (Sugiyono, 2015:345).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembinaan Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Untuk mencapai suatu prestasi diperlukan adanya pembinaan yang tepat. Langkah awal untuk melakukan pembinaan adalah dengan menarik minat siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola tangan. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menarik minat siswa adalah dengan melakukan sosialisasi mengenai olahraga bola tangan. Sosialisasi bisa dilakukan dengan mendatangkan Asosiasi Bola Tangan Indonesia di Kabupaten Purworejo, seperti yang telah dilakukan di SMK Batik Perbaik Purworejo.

Walaupun olahraga bola tangan merupakan olahraga baru, antusias anak terhadap olahraga ini sudah bagus. Hal ini bisa dilihat dari partisipasi siswa untuk mewakili sekolah dalam mengikuti kompetisi olahraga bola tangan. Berikut disajikan tabel kondisi ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo.

Tabel 2 Kondisi Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Nama Komponen	Nama Sekolah		
	SMK Batik	SMK TKM	SMK N 1
Perekrutan	Berdasarkan atas minat dan kemauan siswa sendiri	Berdasarkan atas minat dan kemauan siswa sendiri. Selain itu juga diambil dari siswa basket dan sepak bola	Berdasarkan atas minat dan kemauan siswa sendiri
Waktu Pelaksanaan	Seminggu 1x (hari Sabtu), durasi selama 2 jam. Ketika akan ada kegiatan lomba latihan akan ditambah 2-3x seminggu.	Seminggu 1x, durasi selama 2 jam. Ketika akan ada kegiatan lomba latihan bisa lebih dari 2x seminggu.	Seminggu 2x (hari Senin dan Rabu), durasi selama 2 jam.
Prestasi	Juara 1 Kejurkab 2018 Juara 3 Kejurkab 2019 Juara 3 POPDA 2020	Juara 1 Kejurkab 2018 Juara 1 Kejurkab 2019 Juara 1 POPDA 2020	Juara 3 Kejurkab 2019 Juara 3 POPDA 2020
Apresiasi dari Sekolah	Penghargaan berupa piagam dan bebas SPP	Penghargaan berupa piagam dan bebas SPP	Penghargaan berupa piagam dan insentif

Dari **Tabel 2** di atas dapat diketahui bahwa perekrutan peserta ekstrakurikuler bola tangan dilakukan berdasarkan atas minat dan kemauan. Peran sekolah dalam upaya melakukan pembinaan untuk meningkatkan prestasi bola tangan dilakukan dengan memberikan penghargaan bagi siswa yang berprestasi dalam olahraga bola tangan. Penghargaan tersebut berupa pembebasan SPP, insentif, dan piagam. Pembinaan ekstrakurikuler bola tangan telah membuahkan hasil yang memuaskan. Hal ini dibuktikan dengan juara yang diperoleh setiap tahunnya dalam perlombaan olahraga bola tangan.

Berkaitan dengan pembinaan prestasi olahraga terdapat banyak faktor yang harus dipertimbangkan antara lain meliputi tujuan pembinaan yang jelas, program latihan yang sistematis, materi dan metode latihan yang

tepat, serta evaluasi yang bisa mengukur keberhasilan proses pembinaan itu sendiri (Triyasari, Soegiyanto, & Soekardi, 2016: 42).

Para ahli olahraga seluruh dunia sependapat perlunya tahap-tahap pembinaan untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan dan pencapaian prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002:27).

Keberhasilan yang telah dicapai tentunya tak lepas dari adanya dukungan dan kerjasama dari pembina, pelatih, dan juga peserta ekstrakurikuler bola tangan. Dalam hal ini pihak sekolah memberikan bantuan baik dari segi waktu, segi biaya, segi pendampingan, dan juga segi sarana prasarana. Pendampingan yang dilakukan oleh sekolah adalah dengan menyiapkan tenaga pengajar olahraga atau pelatih khusus untuk mengampu kegiatan ekstrakurikuler bola tangan. Berikut disajikan tabel kondisi pelatih ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo

Tabel 3 Kondisi Pelatih Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Nama Sekolah	Nama Komponen					
	Program Latihan		Sertifikat Pelatih		Pelatih Khusus	
	Ada	Tidak Ada	Ada	Tidak ada	Ada	Tidak ada
SMK Batik	√	-	√	-	-	√
SMK TKM	√	-	√	-	√	-
SMK N 1	√	-	-	√	-	√

Berdasarkan **Tabel 3** di atas dapat diketahui bahwa pelatih yang mengampu ekstrakurikuler bola tangan ada yang diambil dari sekolah itu sendiri, maupun menggunakan pelatih khusus yang diambil dari luar sekolah. Pelatih tersebut ada yang sudah memiliki sertifikat pelatih, tetapi ada juga yang belum mempunyai sertifikat pelatih. Dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bola tangan pelatih menyiapkan program latihan yang akan diberikan selama kegiatan latihan. Dalam pelaksanaannya, baik pelatih maupun pihak sekolah akan melakukan monitoring, motivasi, dan evaluasi terhadap pelaksanaan ekstrakurikuler bola tangan.

Untuk mempertahankan dan meningkatkan prestasi olahraga bola tangan, yang paling utama adalah peserta bisa mengikuti ekstra dengan baik. Pihak sekolah juga mempunyai peran penting untuk memberikan fasilitas untuk menunjang kegiatan tersebut. Selain itu, dukungan dari orangtua dalam hal pemberian izin dan motivasi juga dibutuhkan.

Program Latihan Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Program latihan dibuat oleh pelatih, yang nantinya akan digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan ekstrakurikuler bola tangan. Berikut disajikan tabel program latihan dan waktu pelaksanaan ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo

Tabel 4 Program Latihan Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Program Latihan	Nama Sekolah		
	SMK Batik	SMK TKM	SMK N 1
Fisik	bolak-balik lapangan selebar 40 meter, sirkuit training, jogging, dan latihan daya tahan cardiovascular	pemanasan, jogging, sirkuit training	jogging, sit up, push up dan back up
Teknik	melempar dan menangkap bola dengan baik	lempar tangkap bola	melempar dan menangkap bola dengan baik, teknik tembakan, teknik posisi pemain
Taktik	taktik pertahanan dan taktik penyerangan	taktik bertahan dan menyerang	taktik pertahanan dan taktik penyerangan
Mental	Pemberian motivasi	Pemberian motivasi	Pemberian motivasi

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa kegiatan yang dilakukan selama latihan ekstrakurikuler bola tangan meliputi latihan fisik, teknik, taktik, dan mental. Latihan fisik yang dilakukan berupa pemanasan, jogging bolak-balik lapangan selebar 40 meter, sit up, push up, back up, latihan daya tahan cardiovascular, dan sirkuit training. Latihan teknik yang diberikan kepada peserta ekstrakurikuler berupa latihan teknik dasar,

seperti melempar dan menangkap bola dengan baik. Latihan taktik yang diberikan kepada peserta ekstrakurikuler berupa taktik pertahanan dan taktik penyerangan. Latihan mental yang diberikan kepada peserta ekstrakurikuler berupa motivasi. Tujuan latihan antara lain: (a) mengembangkan kepribadian, (b) mempertahankan kondisi fisik, (c) meningkatkan teknik dan koordinasi gerak. (d) meningkatkan taktik, (e) meningkatkan mental. Serangkaian latihan tersebut harus dijalankan secara terus menerus sesuai dengan program latihan yang telah disusun dan diterapkan oleh pelatih (Lestari, Muslihin, & Suryana, 2019: 101).

Keempat aspek tersebut telah diberikan kepada peserta ekstrakurikuler selama latihan dan dilakukan secara bertahap. Metode latihan yang digunakan adalah latihan fisik terlebih dahulu. Setelah itu ada latihan teknik dasar, latihan taktik, dan latihan tanding.

Sarana dan Prasarana Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor pendukung yang diberikan oleh pihak sekolah untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler bola tangan. Tentunya dengan sarana dan prasarana yang memadai akan mendukung pembinaan prestasi dari kegiatan ekstrakurikuler bola tangan. Berikut ini disajikan tabel sarana dan prasarana di SMK Kabupaten Purworejo.

Tabel 5 Kondisi Sarpras Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Nama Komponen	Nama Sekolah					
	SMK Batik		SMK TKM		SMK N 1	
	Layak	Tidak Layak	Layak	Tidak Layak	Layak	Tidak Layak
Bola Tangan	10	0	10	0	10	0
Gawang	2	0	2	0	2	0
Cones	10	0	12	0	15	0
Lapangan	0	1	0	1	1	0

Dari **Tabel 5** di atas dapat diketahui bahwa sarana dan prasarana untuk ekstrakurikuler bola tangan sudah memadai, hanya saja untuk lapangan kurang memadai. Tentunya hal ini menjadi hambatan atau kendala dalam ekstrakurikuler bola tangan. Sehingga untuk menunjang ekstrakurikuler bola

tangan diperlukan adanya tambahan dan pembaruan sarana prasarana yang kurang memadai.

Menurut Harsuki prasarana olahraga 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 (Harsuki, 2003:379).

Sarana adalah peralatan yang digunakan dan dapat dipakai sebagaimana perlunya sesuai dengan kebutuhan, serta sifat alat tersebut dapat dipindahkan dari tempat satu ke tempat yang lain. Misalnya dalam permainan bola handball peralatan yang dibutuhkan seperti bola dan gawang

Pendanaan Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Salah satu faktor pendukung terpenting untuk memperlancar program pembinaan prestasi olahraga adalah tersedianya dana yang memadai. Dana tersebut digunakan untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler seperti penyediaan sarana prasarana dan kebutuhan penunjang lainnya. Berikut disajikan tabel pendanaan ekstrakurikuler bola tangan di SMK Kabupaten Purworejo.

Tabel 6 Kondisi Pendanaan Ekskul Bola Tangan di SMK Kab. Purworejo

Nama Sekolah	Nama Komponen			
	Sumber Dana	Sponsor	Iuran Anggota	Pengeluaran untuk Kegiatan
SMK Batik	Berasal dari dana BOS	Tidak memiliki sponsor	Ada iuran	Penyediaan sarana prasarana, honor untuk pelatih, dan kebutuhan penunjang lainnya
SMK TKM	Berasal dari dana BOS	Tidak memiliki sponsor	Tidak Ada iuran	Penyediaan sarana prasarana, honor untuk pelatih, dan kebutuhan penunjang lainnya
SMK N 1	Berasal dari dana BOS	Tidak memiliki sponsor	Tidak Ada iuran	Penyediaan sarana prasarana, honor untuk

BOS	pelatih, dan kebutuhan penunjang lainnya
-----	--

Berdasarkan **Tabel 6** di atas dapat diketahui bahwa sumber dana ekstrakurikuler bola tangan diperoleh dari alokasi dana BOS yang telah dibuat oleh pihak sekolah. Dana tersebut digunakan untuk pelatih, perlengkapan, dan keperluan lain yang dibutuhkan. Selain itu, untuk SMK Batik Perbaik sumber dana juga didapat dari peserta ekstra dimana setiap kali latihan di luar sekolah iuran sebesar Rp 2.000,00 untuk menyewa lapangan, karena lapangan sekolah tidak memenuhi standar. Sedangkan untuk SMK TKM dan SMK N 1 tidak membebaskan peserta ekstrakurikuler membayar iuran rutin, semua biaya yang berkaitan dengan kegiatan ekstrakurikuler ditanggung oleh pihak sekolah, seperti perlengkapan dan biaya sewa lapangan untuk latihan.

Harzuki (2012:58) mengatakan penyusunan anggaran dimulai dari menjelaskan dan menetapkan masuk dan tujuan dari organisasi. Proses perencanaan ini membantu untuk mengkhususkan pengeluaran yang diusulkan pada item-item yang telah diidentifikasi sebagai yang telah diprioritaskan. Tugas berikutnya adalah meninjau laporan pemasukan dan pengeluaran untuk tahun yang sedang berlangsung dan tahun sebelumnya, dengan memperhitungkan biaya yang mungkin terjadi untuk satu tahun: 1) Biaya yang sudah tertentu, contoh ongkos sewa lapangan, 2) Biaya dari kegiatan yang berkurang secara periodic, contoh laporan tahunan, 3) Biaya program, 4) Ongkos inflasi.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini bahwa pembinaan prestasi di SMK Kabupaten Purworejo sudah berjalan dengan baik, program latihan yang diberikan pelatih kepada peserta ekstrakurikuler meliputi empat aspek (latihan fisik, teknik, taktik, dan mental) dan peserta ekstrakurikuler telah mengikuti dengan baik, sarana dan prasarana untuk ekstrakurikuler bola tangan sudah memadai, hanya saja untuk lapangan kurang memadai, sumber dana ekstrakurikuler bola tangan diperoleh dari alokasi dana bos dan digunakan untuk pelatih dan perlengkapan yang dibutuhkan. Saran yang diberikan peneliti yaitu: 1) pihak sekolah diharapkan bisa memberikan fasilitas yang memadai, khususnya untuk lapangan dan perlu

adanya pembaruan alat yang rusak. 2)pelatih diharapkan dapat mengembangkan dan memajukan olahraga bola tangan. 3)siswa diharapkan dapat mengikuti olahraga bola tangan dengan baik dan penuh semangat.

REFERENSI

- Acarl, Z., Gündüz, N. (2017). Participation Motivation for Extracurricular Activities: Study on Primary School Students. *Universal Journal of Educational Research*, 5(5), 901-910. doi: 10.13189/ujer.2017.050533
- Chandra, R., Argantos. (2019). Pelaksanaan Pembinaan Ekstrakurikuler Sepakbola SMAN 3 Pariaman. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 2 (1), 103107.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta : FIK UNY
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini : Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Inriyani, Y., Wahjoedi, & Sudarmiatin. (2017). Pengaruh Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Prestasi Belajar IPS Melalui Morivasi Belajar. *Jurnal Pendidikan*, 2(7), 955-962.
- Irawati, R. 2018. Pengaruh Pelatihan dan Pembinaan terhadap Pengembangan Usaha Kecil. *Jurnal JIBEKA*, 74-82 12(1)
- Irmansyah, J. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Pantai. *Jurnal Keolahragaan*, 5 (1), 2017, 24-38 doi: [10.21831/jk.v5i1.12759](https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12759)
- Lestari, S.F., Muslihin, H.Y., & Suryana, Y. (2019). Motivasi Siswa Sekolah Dasar Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Ditinjau dari Motif Prestasi. *Indonesian Journal of Primary Education*, 3(2), 100-106.
- Muhlisin, Adi, P.J. (2016). *Metode Dasar-Dasar Handball*. Semarang: CV Presisi Cipta Media.
- Nugraha, P.D., Pratama, E.B. (2019). Survei Pembinaan Prestasi Atlet Bola Basket Kelompok Umur di Bawah 16 dan 18 Tahun. *Journal Sport Area*, 4(1), 240-247. doi: 10.25299/Sportarea.2019.Vol4(1).2394
- Oktafandi, D.L., Wahyuni, E.S. (2015). Perbandingan Tingkat VO2 Max Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli dengan Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA Negeri 1 Driyorejo. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(1), 166-170.
- Prabowo, E.A., Wismanadi, H. (2017). Pola Pembinaan Prestasi Klub Olahraga Hockey di SMA Negeri 1 Menganti. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(3), 311-316.
- Rumini, Rumini. "Manajemen Pembinaan Cabang Olahraga Atletik di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah." *Journal of Physical Education Health and Sport* 2.1 (2015): 20-27.
- Sudarmono, M. (2018). Sistem pembinaan ekstrakurikuler sepakbola di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Penjakora*, 5(1), 64-75.

- Sugiyono.2015. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta
- Susanto, E. (2017). Pengembangan Tes Keterampilan Dasar Olahraga Bola Tangan Bagi Mahasiswa. Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan, 21(1),116-125.doi: 10.21831/pep.v21i1.15784
- Triyasari, A., Soegiyanto, & Soekardi. (2016). Evaluasi Pembinaan Olahraga Senam Artistik di Klub Senam Kabupaten Pati dan Rembang. *Journal of Physical Education and Sport* 5 (1), 41-46
- Yahya, M., Amrizan. (2017). Tanggapan Siswa Terhadap Manfaat Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dalam Pengembangan Prestasi dan Potensi Diri. Jurnal Sosial Humaniora, 2(1), 79-87.