

BAB II

MANAJEMEN PROGRAM

EKSTRAKURIKULER BIDANG OLAHRAGA

A. Deskripsi Teori

1. Manajemen Program Ekstrakurikuler

a. Pengertian Manajemen Ekstrakurikuler

Ditinjau dari aspek bahasa, manajemen berasal dari kata *manage* yang berarti mengurus, mengatur, melaksanakan, mengelola.¹ Sedangkan dalam Kamus Bahasa Indonesia Modern manajemen berarti proses sumber daya secara efektif.² Pada dasarnya manajemen merupakan suatu proses penggunaan sumber daya secara efektif untuk mencapai sasaran atau tujuan tertentu.³

G.R. Terry menyatakan dalam Mohamad Mustari: “Manajemen adalah suatu proses atau kerangka kerja, yang melibatkan bimbingan atau pengarahan suatu

¹John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia: an English-Indonesian Dictionary*, (Jakarta: Gramedia, 2006) hlm. 372.

²Daryanto, *Kamus Bahasa Indonesia Modern*, (Surabaya: Apollo, 1994) hlm. 132.

³Muhaimin, dkk. *Manajemen Pendidikan: Aplikasinya dalam Penyusunan Rencana Pengembangan Sekolah atau Madrasah*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011) hlm. 4.

kelompok orang-orang ke arah tujuan-tujuan organisasional atau maksud-maksud yang nyata.”⁴

Jadi, dapat disimpulkan bahwa manajemen merupakan suatu proses yang melibatkan bimbingan atau pengarahan suatu kelompok ke arah tujuan yang nyata secara efektif.

Adapun secara umum, fungsi manajemen ada *planning, actuating, organizing, staffing, directing, leading, coordinating, motivating, controlling, reporting dan forecasting.*⁵ Namun dalam penelitian ini, penulis bermaksud mengambil tiga fungsi, yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

Planning adalah merencanakan atau perencanaan, yang terdiri dari lima hal, yaitu:

- 1) Menetapkan tentang apa yang harus dikerjakan, kapan dan bagaimana melakukannya.
- 2) Membatasi sasaran dan menetapkan pelaksanaan-pelaksanaan kerja untuk mencapai efektivitas maksimum melalui proses penentuan target.
- 3) Mengumpulkan dan menganalisis informasi.
- 4) Mengembangkan alternatif-alternatif.

⁴Mohamad Mustari, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014) hlm. 3.

⁵Mohamad Mustari, *Manajemen Pendidikan*, hlm. 7.

5) Mempersiapkan dan mengkomunikasikan rencana-rencana dan keputusan-keputusan.⁶

Rencana yang telah disusun akan memiliki nilai jika dilaksanakan dengan efektif dan efisien. Dalam pelaksanaan, setiap organisasi harus memiliki kekuatan yang maksimal dan meyakinkan karena apabila tidak maksimal, maka proses pendidikan seperti yang diharapkan sulit terealisasi.⁷

Penilaian (*evaluating*) yakni menilai segala sesuatu yang telah direncanakan dan dikerjakan.⁸ Suchman memandang evaluasi sebagai sebuah proses menentukan hasil yang telah dicapai beberapa kegiatan yang direncanakan untuk mendukung tercapainya tujuan.⁹ Evaluasi digunakan untuk menilai suatu program yang sudah dibuat dalam perencanaan untuk mencapai target yang telah ditentukan.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 49 Tahun 2007 tanggal 7 Desember 2007, tentang

⁶Mohamad Mustari, *Manajemen Pendidikan*, hlm. 7.

⁷Mulyasa, *Manajemen Berbasis Sekolah*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014) hlm. 21.

⁸Abuddin Nata, *Manajemen Pendidikan: Mengatasi Kelemahan Pendidikan Islam di Indonesia*, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2012) hlm. 359.

⁹Suharsimi Arikunto dan Cepi Safruddin Abdul Jabar, *Evaluasi Program Pendidikan: Pedoman Teoretis Praktis bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010) hlm. 1.

Standar Pengelolaan Pendidikan oleh Satuan Pendidikan Nonformal bahwa Standar Pengelolaan Pendidikan Nonformal meliputi:

- 1) Perencanaan Program
 - a) Visi satuan pendidikan nonformal
 - b) Misi satuan pendidikan nonformal
 - c) Tujuan satuan pendidikan nonformal
 - d) Rencana kerja satuan pendidikan nonformal
- 2) Pelaksanaan Rencana Kerja
 - a) Pedoman satuan pendidikan nonformal
 - b) Organisasi satuan pendidikan nonformal
 - c) Pelaksanaan kerja satuan pendidikan nonformal
 - d) Bidang peserta didik
 - e) Bidang kurikulum dan rencana pembelajaran
 - f) Bidang sarana dan pra sarana
 - g) Bidang pendidik dan tenaga kependidikan
 - h) Bidang pendanaan
 - i) Peranserta masyarakat dan kemitraan
- 3) Pengawasan dan Evaluasi Diri
 - a) Program pengawasan
 - b) Evaluasi diri
 - c) Evaluasi dan pengembangan kurikulum dan/atau rencana pembelajaran
 - d) Evaluasi pendayagunaan pendidik dan tenaga kependidikan

e) Akreditasi pendidikan nonformal

Sedangkan kata ekstrakurikuler memiliki arti kegiatan tambahan di luar rencana pelajaran, atau pendidikan tambahan di luar kurikulum. Dengan demikian, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran (kurikulum) untuk menumbuhkembangkan potensi sumber daya manusia yang dimiliki peserta didik, baik yang berkaitan dengan aplikasi ilmu pengetahuan yang didapatkannya maupun dalam pengertian khusus untuk membimbing peserta didik dalam mengembangkan potensi dan bakat yang ada dalam dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang wajib maupun pilihan.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan ini dilaksanakan pada sore hari bagi sekolah-sekolah yang masuk pagi, dan dilaksanakan pada pagi hari bagi sekolah-sekolah yang masuk sore. Kegiatan ekstrakurikuler ini sering dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misalnya olahraga, kesenian dan berbagai kegiatan keterampilan.

Dengan demikian, yang dimaksud dengan ekstrakurikuler adalah berbagai kegiatan sekolah yang dilakukan dalam rangka memberikan kesempatan kepada

peserta didik untuk dapat mengembangkan potensi, minat, bakat, dan hobi yang dimilikinya yang dilakukan di luar jam pelajaran normal.¹⁰

Adapun yang dimaksud dengan manajemen kegiatan ekstrakurikuler adalah seluruh proses yang direncanakan dan diusahakan secara terorganisir mengenai kegiatan sekolah yang dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran (kurikulum) untuk menumbuhkan kembangkan potensi sumber daya manusia yang dimiliki peserta didik, baik berkaitan dengan aplikasi ilmu pengetahuan yang didapatkannya maupun dalam pengertian khusus untuk membimbing peserta didik dalam mengembangkan potensi dan bakat yang ada dalam dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang wajib maupun pilihan.¹¹

b. Fungsi, Tujuan, Prinsip dan Sasaran Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan memiliki fungsi pengembangan, sosial, rekreatif, dan persiapan karier.

- 1) Fungsi pengembangan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mendukung

¹⁰Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media,2015) hlm. 224.

¹¹Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 224.

perkembangan personal peserta didik melalui perluasan minat, pengembangan potensi, dan pemberian kesempatan untuk membentuk karakter dan pengembangan kepemimpinan.

- 2) Fungsi sosial, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik. Kompetensi sosial dikembangkan dengan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memperluas pengalaman sosial, praktik ketrampilan sosial, internalisasi nilai moral dan nilai sosial.
- 3) Fungsi rekreatif, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dilakukan dalam suasana rileks, menggembarakan, dan menyenangkan sehingga menunjang proses perkembangan peserta didik.
- 4) Fungsi persiapan karier, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler berfungsi untuk mengembangkan kesiapan karier peserta didik melalui pengembangan kapasitas.¹²

Tujuan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan adalah sebagai berikut:

¹²Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 227.

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik.
- 2) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi pembina menuju pembinaan manusia seutuhnya.¹³

Kegiatan ekstrakurikuler pada satuan pendidikan dikembangkan dengan prinsip sebagai berikut:

- 1) Bersifat individual, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan sesuai potensi, minat, bakat, peserta didik masing-masing.
- 2) Bersifat pilihan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan sesuai dan diikuti oleh peserta didik secara sukarela.
- 3) Keterlibatan aktif, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler menuntut keikutsertaan peserta didik secara penuh sesuai minat dan bakat masing-masing.
- 4) Menyenangkan, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dalam suasana yang menggembirakan bagi peserta didik.
- 5) Membangun etos kerja, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan dan dilaksanakan

¹³Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*. hlm. 226.

dengan prinsip membangun semangat peserta didik bekerja dengan baik dan giat.

- 6) Manfaat sosial, yakni bahwa kegiatan ekstrakurikuler dikembangkan dan dilaksanakan dengan tidak melupakan kepentingan masyarakat.¹⁴

Sebagai kegiatan pembelajaran dan pengajaran di luar kelas, ekstrakurikuler mempunyai fungsi dan tujuan sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan kemampuan peserta didik sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya, dan alam semesta.
- 2) Menyalurkan dan mengembangkan potensi serta bakat peserta didik agar dapat menjadi manusia yang berkeaktifitas tinggi dan penuh dengan karya.
- 3) Melatih sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan, dan tanggung jawab dalam melaksanakan tugas.
- 4) Mengembangkan etika dan akhlak yang mengintegrasikan hubungan dengan Tuhan, manusia, Rosul, alam semesta bahkan diri sendiri.
- 5) Mengembangkan sensitivitas peserta didik dalam melihat persoalan-persoalan sosial keagamaan

¹⁴Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 227.

sehingga menjadi insan yang produktif terhadap permasalahan sosial keagamaan.

- 6) Memberikan bimbingan dan arahan serta pelatihan kepada peserta didik agar memiliki fisik yang sehat, bugar, kuat, cekatan, dan terampil.
- 7) Memberikan peluang peserta didik agar memiliki kemampuan untuk komunikasi (*human relation*) dengan baik, secara verbal dan nonverbal.¹⁵

c. Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler

Dalam keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI nomor 125/U/2002 tentang kalender pendidikan dan jam belajar efektif di sekolah, Bab V pasal 9 ayat 2, dinyatakan bahwa: "Pada tengah semester 1 dan 2 sekolah melakukan kegiatan olahraga dan seni (PORSENI), karya wisata, lomba kreatifitas atau praktik pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan bakat, kepribadian, prestasi, dan kreatifitas siswa dalam rangka mengembangkan pendidikan anak seutuhnya."

Pada bagian Keputusan Mendiknas nomor 125/U/2002 tanggal 31 Juli 2002 disebutkan "Liburan sekolah atau madrasah selama bulan Ramadhan diisi dan dimanfaatkan untuk melaksanakan berbagai kegiatan yang diarahkan pada peningkatan ahklak mulia, pemahaman,

¹⁵Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 228.

pendalaman, dan amaliah agama termasuk kegiatan ekstrakurikuler lainnya yang bermuatan moral.

Pernyataan-pernyataan dalam Kepmendiknas tersebut menegaskan bahwa:

- 1) Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari keseluruhan program pendidikan di sekolah.
- 2) Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sebagai realisasi dari perencanaan pendidikan yang tercantum dalam kalender sekolah.

Dalam Standar Isi Permendiknas Nomor 22 tahun 2006 antara lain diatur mengenai struktur kurikulum bahwa KTSP terdiri atas beberapa komponen, diantaranya pengembangan diri. Berdasarkan Panduan Pengembangan KTSP yang diterbitkan oleh BSNP, antara lain dinyatakan “Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan oleh guru. Pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.”

Secara umum, kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dikembangkan oleh sekolah setidaknya mencakup kegiatan-kegiatan untuk memfasilitasi peserta didik mencapai butir-butir Standar Kompetensi Lulusan (SKL) sebagaimana dituangkan dalam Permendiknas Nomor 23 tahun 2006.

Berdasarkan butir-butir SKL, sejumlah kegiatan ekstrakurikuler dapat dikembangkan oleh sekolah, baik yang terkait dengan kompetensi akademik maupun kepribadian. Adapun kegiatan-kegiatan untuk mengusung pengembangan butir-butir SKL tersebut dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu kegiatan ekstrakurikuler yang secara langsung mendukung pengembangan kompetensi akademik terutama pencapaian KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum), dan kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan bakat, minat, dan kepribadian/karakter.¹⁶

Kegiatan ekstrakurikuler yang secara langsung mendukung pengembangan kompetensi akademik diantaranya yaitu:

a) Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)

Nilai yang terdapat dalam OSIS adalah nilai berorganisasi, antara lain pengalaman memimpin,

¹⁶ Zainal Aqib dan Sujak, *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter*, (Bandung: Yrama Widya, 2011) hlm. 70.

pengalaman bekerja sama, hidup demokratis, berjiwa toleransi, dan pengalaman mengendalikan organisasi. Fungsi OSIS ialah fungsi pembinaan siswa, tujuannya agar siswa nantinya dapat menjadi warga negara yang baik dan berguna. Dengan demikian, pembinaan siswa meliputi pembentukan kepribadian dan sikap, pembentukan pengetahuan, dan pembentukan keterampilan.

b) Pramuka sekolah

Dalam suatu sekolah diperlukan suatu situasi yang memungkinkan siswa mendapatkan kesempatan mengembangkan diri dengan program dan kegiatan yang bersifat non formal. Salah satu bentuknya adalah kegiatan Pramuka yang diselenggarakan diluar jam pelajaran. Kegiatan Pramuka merupakan salah satu bentuk pendidikan non formal yang keanggotaannya bersifat sukarela.

c) Majalah sekolah

Majalah sekolah dapat memuat berbagai karya siswa prosa atau puisi berupa berita-berita mengenai kehidupan sekolah. Pada pihak lain guru dapat memanfaatkannya untuk menyampaikan materi-materi yang disampaikannya melalui proses belajar mengajar. Kepala sekolah juga dapat memanfaatkan

majalah sekolah untuk menyampaikan peraturan dan penjelasan-penjelasan serta nasihat kepada siswa.

d) Palang Merah Remaja (PMR)

Palang Merah Remaja (PMR) adalah sebuah wadah atau organisasi yang mempunyai tugas dan tanggung jawab untuk melakukan pelayanan-pelayanan kesehatan dan medis terhadap para korban atau pasien yang membutuhkan pertolongan, baik di lingkungan internal sekolah maupun masyarakat yang berada di sekitar.

Kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan bakat, minat, dan kepribadian/karakter yaitu olahraga dan kesenian sekolah, yang termasuk dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan kesenian sekolah antara lain:

- a. Klub voli, sepak bola, basket, dayung, badminton, renang, atletik, silat, karate, judo, dan bela diri lainnya.
- b. Klub tari, nyanyi, sandiwara, melukis dan berbagai kesenian daerah.¹⁷

2. Kegiatan Olahraga

a. Pengertian Olahraga

Kata olahraga tidak asing lagi terdengar di telinga kita. Banyak orang-orang melakukan olahraga, baik itu

¹⁷Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 233

anak-anak maupun lanjut usia. Anak-anak melakukan olahraga di sekolah untuk kesenangan dan prestasi. Di sekolah-sekolah baik SD, SMP dan SMA anak-anak mengikuti mata pelajaran olahraga yang disebut Penjaskes. Pendidikan jasmani ini merupakan pendidikan yang melalui aktifitas jasmani.¹⁸

Olahraga merupakan kegiatan aktifitas fisik yang dilakukan oleh seseorang yang memiliki unsur-unsur kompetisi, semangat dan perjuangan.¹⁹

Kegiatan olahraga semua bentuk kegiatan yang mengarah kepada olah fisik (jasmani), olah pikir, olah ketangkasan maupun olah mental-spiritual melalui meditasi. Kegiatan ekstrakurikuler dalam bentuk olahraga, selain untuk media pelatihan kesehatan melalui olah tubuh, juga merupakan sarana bagi para siswa untuk dapat mengembangkan potensi, bakat dan minat yang dimilikinya, sehingga menjadi manusia yang sehat dan berprestasi baik secara individual maupun kolektif. Hal ini sejalan dengan apa yang diajarkan agama, “*akal yang sehat terdapat pada raga yang sehat*”.²⁰

¹⁸ Giri Wiarto, *Panduan berolahraga untuk kesehatan dan kebugaran*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2015) hlm 4.

¹⁹Giri Wiarto, *Panduan berolahraga untuk kesehatan...*, hlm 11.

²⁰Departemen Agama RI, *Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam pada Sekolah Umum dan Madrasah*, (Jakarta: Departemen Agama RI Direktorat Jenderal Kelembagaan Agama Islam, 2004) hlm 54.

Kegiatan olahraga yang bisa dilakukan di lingkungan madrasah atau sekolah di antaranya sepak bola, futsal, bola voly, basket, catur, tenis meja, karate, silat, lari dan sebagainya. Kegiatan-kegiatan olahraga tersebut bisa ditangani secara intensif melalui pelatihan-pelatihan tertentu dengan bimbingan khusus oleh seorang pelatih yang kegiatannya dijadwalkan di luar jam pelajaran, dan bisa juga dilakukan secara amatiran dengan membuat ruang seluas-luasnya bagi warga sekolah untuk melatih dirinya dalam olahraga tertentu. Namun demikian, keduanya harus terencana sehingga kegiatan yang dijalankan sesuai dengan kebutuhan dan tidak mengganggu kegiatan intrakurikuler.²¹

Di antara hadits yang menunjukkan pensyariatan memanah (olahraga) adalah hadits dari Uqbah ibn Amir radiallahu ‘anhu, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

مَنْ عَلِمَ الرَّمْيَ ثُمَّ تَرَكَهُ فَلَيْسَ مِنَّا أَوْ قَدْ عَصَى

“Barangsiapa yang menguasai memanah kemudian meninggalkannya, maka ia bukan golongan kami, atau beliau

²¹Departemen Agama RI, *Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam pada Sekolah Umum dan Madrasah*, hlm 55.

bersabda, 'Maka ia telah berbuat maksiat.' “ (HR. Muslim).²²

b. Jenis Olahraga

Kita mengetahui bahwa olahraga memiliki banyak jenis, seperti olahraga prestasi, olahraga rekreasi, olahraga kesehatan, dan olahraga untuk pendidikan.

1) Olahraga Berprestasi

Bertujuan untuk memperoleh prestasi, seperti atlet lari sprint melakukan latihan olahraga memiliki tujuan untuk memperoleh prestasi yaitu waktu tempuh dalam menempuh jarak misalnya 100 meter ditempuh dengan waktu 10 detik.

2) Olahraga Rekreasi

Bertujuan hanya untuk bersenang-senang misalnya *outbound*. Untuk olahraga pendidikan, tentunya tujuannya untuk pendidikan. Biasanya olahraga pendidikan ini berkaitan dengan pendidikan jasmani dan olahraga yang diberikan sekolah-sekolah dari Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Atas. Tujuan dari olahraga sebagai pendidikan ini adalah untuk membuat siswa sehat baik jasmani ataupun rohani, sehingga mampu melakukan kegiatan

²²M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Mishbah Volume 9*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) hlm. 579-581

pembelajaran dengan baik. Namun yang paling utama dari olahraga pendidikan ini adalah sebagai pembentuk karakter siswa, sikap sportifitas, jujur, semangat, disiplin, kerjasama dan berani serta percaya diri. Melalui olahraga diharapkan siswa memiliki karakter yang baik.

3) Olahraga Kesehatan

Olahraga kesehatan tentunya memiliki tujuan untuk kesehatan, misalnya terapi renang, untuk menyembuhkan keseleo dan nafas. Pada umumnya jenis olahraga bagi kesehatan bersifat sederhana, mudah dilakukan dan murah. Tujuan dari olahraga kesehatan adalah untuk melatih fungsi organ tubuh bagian dalam dan bagian luar agar tubuh memiliki daya tahan kelincahan dan kekuatan. Olahraga kesehatan ini biasanya dilakukan di pusat kesehatan baik itu di Rumah Sakit ataupun Puskesmas.²³

Hadist tentang pentingnya membentuk jasmani yang kuat. Umar bin Al-Khaththab radiallahu ‘anhu berkata:

عَلِّمُوا أَبْنَاءَكُمْ السَّبَّاحَةَ وَالرَّمَايَةَ وَرُكُوبَ الْخَيْلِ ۝

²³Giri Wiarto, *Panduan berolahraga untuk kesehatan ...*, hlm 13.

“Ajarilah anak-anak kalian berenang, memanah, dan menunggang kuda.”

Semua contoh aktivitas tersebut adalah dalam rangka mempersiapkan dan melatih jasmani kita agar senantiasa kuat dan sehat di dalam mengemban tugas-tugas yang Allah Subhanah wa Ta’ala berikan kepada kita.²⁴

c. Manfaat Olahraga

Olahraga memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh kita baik itu kesehatan jasmani maupun rohani:

- 1) Manfaat Olahraga bagi Kesehatan Jasmani
 - a) Meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru-paru dan pembuluh darah.
 - b) Memperkuat sendi otot
 - c) Dapat mengurangi lemak.
 - d) Mengurangi resiko terkena penyakit jantung.
 - e) Mencegah stroke.
 - f) Meningkatkan kekuatan otot dan kepadatan tulang.
 - g) Meningkatkan kelenturan tubuh sehingga dapat mengurangi resiko cidera.
 - h) Meningkatkan mobilitas tubuh.
 - i) Mengurangi resiko penyakit.

²⁴M. Quraish Shihab, *Tafsir Al Mishbah Volume 9*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) hlm. 579-581

- j) Meningkatkan sistem kekebalan tubuh.
- 2) Manfaat Olahraga bagi Kesehatan Mental
- Menurut Landers ada lima manfaat olahraga yang dapat menyehatkan mental kita:
- a) Olahraga mengurangi stres.
 - b) Olahraga dapat meningkatkan kekuatan otak.
 - c) Berkurangnya kecemasan, depresi dan perasaan letih.
 - d) Penyalur syaraf otak.
 - e) Olahraga dapat melawan penuaan.
 - f) Olahraga dapat meningkatkan perasaan bahagia.
 - g) Meningkatkan kepercayaan diri.²⁵

d. Tujuan dan Target Olahraga

Tujuan dari digalakkan dan dilestarikannya kegiatan olahraga di lingkungan madrasah atau sekolah adalah untuk membentuk siswa-siswa yang sehat, baik jasmani, jiwa, dan pikirannya, sehingga menjadi manusia yang benar-benar siap dan berprestasi dalam menjalani kehidupannya baik di lingkungan akademis madrasah atau sekolah ataupun di masyarakat yang lebih luas. Adapun target yang ingin dicapai adalah:

- 1) Melatih anak didik agar mampu mengembangkan dan membina potensi, minat dan bakat yang dimilikinya dalam bidang keolahragaan, sehingga mampu

²⁵Giri Wiarto, *Panduan berolahraga untuk kesehatan ...*, hlm 16.

berprestasi secara positif dalam berbagai cabang olahraga sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

- 2) Membangkitkan rasa kepercayaan diri para siswa untuk selalu hidup sebagai manusia yang sehat, sehingga dengan demikian akan lahir dorongan untuk menjauhi hal-hal yang merusak kesehatannya.
- 3) Menciptakan sikap sportifitas pada siswa.
- 4) Menciptakan lingkungan yang sehat dan kondusif bagi perkembangan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran dan pengajaran di madrasah atau sekolah.
- 5) Kompetisi yang memuat cabang-cabang olahraga dimaksudkan untuk melatih siswa dalam menumbuhkembangkan sikap sportif dalam pergaulan dan dari sudut pandang prestasi akan mendorong siswa untuk lebih memperbaiki dan meningkatkan dirinya di bidang olahraga.²⁶

Sebagaimana diterangkan dalam QS. Al Qashash: 26:

قَالَتْ إِخْدَاهُمَا يَا أَبْتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ

Artinya: "Salah seorang dari kedua wanita itu berkata: "Ya bapakku ambillah ia sebagai orang yang bekerja (pada kita), karena Sesungguhnya orang yang paling baik yang

²⁶Departemen Agama RI, *Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam ...*, hlm 55.

*kamu ambil untuk bekerja (pada kita) ialah **orang yang kuat** lagi dapat dipercaya". (QS. Al Qashash: 26)*

Ayat di atas menyatakan bahwa orang yang kuat dan terpercaya, sesungguhnya orang yang paling baik yang engkau pekerjakan untuk tugas apa pun adalah orang yang kuat fisik dan mentalnya lagi terpercaya."

3. Manajemen Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di Sekolah

a. Perencanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2004 menjelaskan kegiatan ekstrakurikuler dikelompokkan berdasarkan kegiatan-kegiatan tersebut dengan kurikulum, yakni ekstrakurikuler wajib dan ekstrakurikuler pilihan. Ekstrakurikuler wajib merupakan ekstrakurikuler yang harus diikuti oleh seluruh peserta didik, terkecuali peserta didik dengan kondisi tertentu yang tidak memungkinkan peserta didik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut.²⁷

Kegiatan ini antara lain kelompok atau klub yang kegiatan ekstrakurikulernya dikembangkan atau berkenaan dengan konten suatu mata pelajaran. Misalnya

²⁷Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 238.

klub olahraga seperti klub sepak bola atau klub bola voli. Berkenaan dengan hal tersebut, satuan pendidikan (Kepala Sekolah, guru dan tenaga kependidikan) perlu secara aktif mengidentifikasi kebutuhan dan minat peserta didik yang selanjutnya dikembangkan ke dalam kegiatan ekstrakurikuler yang bermanfaat positif bagi peserta didik. Ide pengembangan suatu kegiatan ekstrakurikuler dapat pula berasal dari peserta didik atau sekelompok peserta didik. Program ekstrakurikuler berikut merupakan contoh yang dapat dikembangkan di satuan pendidikan yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan yang dimilikinya. Program ekstrakurikuler olahraga meliputi:

- 1) Klub voli
- 2) Sepak bola
- 3) Basket
- 4) Dayung
- 5) Badminton
- 6) Renang
- 7) Atletik
- 8) Silat, karate, judo, dan bela diri lainnya.²⁸

Masih menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014, satuan pendidikan selanjutnya menyusun “Panduan

²⁸Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 239.

Kegiatan Ekstrakurikuler” yang berlaku di satuan pendidikan dan mendeseminasikannya kepada peserta didik pada setiap awal tahun pelajaran. Panduan kegiatan ekstrakurikuler yang diberlakukan pada satuan pendidikan paling sedikit memuat:

- 1) Kebijakan mengenai program ekstrakurikuler.
- 2) Rasional dan tujuan kebijakan kegiatan ekstrakurikuler.
- 3) Deskripsi program ekstrakurikuler meliputi:
 - a) Ragam kegiatan ekstrakurikuler yang disediakan.
 - b) Tujuan dan kegunaan kegiatan ekstrakurikuler.
 - c) Keanggotaan/ kepesertaan dan persyaratan.
 - d) Jadwal kegiatan.
 - e) Level supervisi yang diperlukan dari orang tua peserta didik.
- 4) Manajemen program ekstrakurikuler olahraga meliputi:
 - a) Struktur organisasi pengelolaan program ekstrakurikuler olahraga pada satuan pendidikan.
 - b) Level supervisi yang disiapkan/disediakan oleh satuan pendidikan untuk kegiatan ekstrakurikuler olahraga.
 - c) Level asuransi yang disiapkan/disediakan oleh satuan pendidikan untuk kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

5) Pendanaan dan mekanisme pendanaan program ekstrakurikuler olahraga.

Pihak-pihak yang terkait dengan pengembangan, pelaksanaan, dan penilaian program ekstrakurikuler, antara lain sebagai berikut:

- a) Satuan pendidikan Kepala Sekolah, dewan guru, guru pembina ekstrakurikuler, dan tenaga kependidikan bersama-sama mengembangkan ragam kegiatan ekstrakurikuler sesuai dengan penugasannya melaksanakan supervisi dan pembinaannya dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dan melaksanakan evaluasi terhadap program ekstrakurikuler.
- b) Komite sekolah/madrasah. Sebagai mitra sekolah yang mewakili orang tua peserta didik memberikan usulan dalam pengembangan ragam kegiatan ekstrakurikuler dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler.²⁹

Sekolah sebaiknya melakukan penelusuran atau seleksi atas potensi, keinginan, minat, bakat, motivasi dan kemampuan siswa sebagaimana dipertimbangkan adanya kuota atas peserta untuk setiap jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ditawarkan

²⁹Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 240.

atau akan diselenggarakan. Seleksi dapat ditempuh melalui suatu tes, kuesioner dan wawancara atau penawaran tertentu sekaligus dimaksudkan untuk mengetahui siswa/kelompok siswa yang karena berbagai hal tidak dapat melanjutkan study hingga perlu mendapat perhatian khusus dalam layanan program kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Selanjutnya sekolah melakukan pengelompokan beberapa jenis kegiatan olahraga yang akan diselenggarakan. Sebagaimana jumlah peserta telah ditetapkan, suatu kegiatan olahraga hendaknya menetapkan tujuan yang jelas untuk setiap jenis program kegiatan olahraga yang disediakan sejalan pula dengan visi sekolah yang telah ditetapkan.³⁰

b. Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga

Peserta didik harus mengikuti kegiatan ekstrakurikuler wajib (kecuali bagi yang terkendala) dan dapat mengikuti suatu program kegiatan ekstrakurikuler olahraga pilihan baik yang terkait maupun tidak terkait dengan suatu mata pelajaran di suatu pendidikan tempatnya belajar. Penjadwalan waktu kegiatan ekstrakurikuler sudah dirancang awal tahun atau semester

³⁰Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 241.

dan di bawah bimbingan Kepala Sekolah bidang kurikulum dan peserta didik. Jadwal waktu kegiatan ekstrakurikuler olahraga diatur sedemikian rupa sehingga tidak menghambat pelaksanaan kurikuler atau menyebabkan gangguan bagi peserta didik dalam mengikuti kegiatan kurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler dilakukan di luar jam pelajaran kurikuler yang terencana setiap hari. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat dilakukan setiap hari atau waktu tertentu (blok waktu). Kegiatan ekstrakurikuler seperti OSIS, klub olahraga, atau seni mungkin saja dilakukan setiap hari setelah jam pelajaran usai.³¹

Fasilitas untuk setiap program ekstrakurikuler olahraga hendaknya dipikirkan guna mendukung terlaksananya program kegiatan ekstrakurikuler yang efektif. Fasilitas program ini misalnya mencakup:

- 1) Pedoman/sumber dan kesempatan mengikuti program ekstrakurikuler olahraga yang ditawarkan;
- 2) *Form* biodata siswa;
- 3) Alat tes dan *form interview*;
- 4) *Form* penawaran pilihan atas jenis kegiatan ekstrakurikuler;

³¹Kompri, *Manajemen Pendidikan:Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 242.

- 5) Daftar siswa atau kelompok siswa untuk layanan kegiatan ekstrakurikuler;
- 6) *Form* pengaturan jadwal kegiatan ekstrakurikuler dan liburan sekolah;
- 7) *Form* rencana kegiatan ekstrakurikuler olahraga;
- 8) *Form* MOU;
- 9) *Form* perizinan;
- 10) *Form* monitoring pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dan pembimbingan;
- 11) *Form* pelaksanaan evaluasi hasil pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga;
- 12) *Form* sertifikasi penyelesaian keikutsertaan siswa dalam program kegiatan ekstrakurikuler yang dipercaya.³²

c. Evaluasi Program Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga

Kinerja keberhasilan lebih ditentukan oleh proses dan keikutsertaan peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler yang dipilihnya. Penilaian dilakukan secara kualitatif. Peserta didik diwajibkan untuk mendapatkan nilai yang memuaskan pada kegiatan ekstrakurikuler wajib dan pada setiap semester. Nilai yang diperoleh pada kegiatan ekstrakurikuler wajib

³²Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 244.

kepramukaan berpengaruh terhadap kenaikan kelas peserta didik. Nilai dibawah memuaskan dalam dua semester atau satu tahun memberikan sanksi bahwa peserta didik tersebut harus mengikuti program khusus yang diselenggarakan bagi mereka. Persyaratan demikian tidak dikenakan bagi peserta didik yang mengikuti program ekstrakurikuler pilihan seperti olahraga. Meskipun demikian, penilaian tetap diberikan dan dinyatakan dalam buku raport. Penilaian didasarkan atas keikutsertaan dan prestasi peserta didik dalam suatu kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti. Hanya nilai memuaskan atau di atasnya yang dicantumkan dalam buku raport.

Satuan pendidikan dapat dan perlu memberikan penghargaan terhadap peserta didik yang memiliki prestasi sangat memuaskan atau cemerlang dalam satu kegiatan ekstrakurikuler wajib atau pilihan. Penghargaan tersebut diberikan untuk pelaksanaan kegiatan dalam satu kurun waktu akademik tertentu, misalnya pada setiap akhir semester akhir tahun atau pada waktu peserta didik telah menyelesaikan seluruh program pembelajarannya. Penghargaan tersebut memiliki arti sebagai suatu sikap menghargai prestasi seseorang. Kebiasaan satuan pendidikan memberikan penghargaan terhadap prestasi

baik akan menjadi bagian dari diri peserta didik setelah mereka menyelesaikan pendidikannya.

Evaluasi program kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk memperoleh data/informasi mengenai tingkat keberhasilan yang dicapai siswa. Penilaian dapat ditetapkan sewaktu-waktu untuk menetapkan tingkat keberhasilan siswa pada tahap-tahap tertentu dan untuk jangka waktu tertentu berkenaan dengan proses dan hasil kegiatan ekstrakurikuler. Penilaian program ekstrakurikuler olahraga menekankan pada penilaian penilaian/tes/prestasi yang dapat meningkatkan tingkat unjuk perilaku belajar/kerja siswa.³³

B. Kajian Pustaka

Secara substansial penelitian ini tidaklah sama sekali baru. Dalam kajian pustaka di sini akan mendeskripsikan berbagai karya yang ada relevansinya dengan judul “Manajemen Program Ekstrakurikuler Bidang Olah Raga” antara lain:

No	Judul	Perbedaan/Persamaan
1.	<i>Pelaksanaan Manajemen Mutu Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Islam Al-Azhar 29 BSB Semarang</i> (Mashudi-	Skripsi ini membahas mengenai manajemen mutu kegiatan ekstrakurikuler, pelaksanaan manajemen mutu kegiatan ekstrakurikuler dan bagaimana ketercapaian pelaksanaan

³³Kompri, *Manajemen Pendidikan: Komponen-komponen Elementer Kemajuan Sekolah*, hlm. 245.

No	Judul	Perbedaan/Persamaan
	053311109)	manajemen mutu ekstrakurikuler di SD Islam al-Azhar 29 BSB Semarang. ³⁴
2.	<i>Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Perilaku Sosial di 5 SMKN se-wilayah Yogyakarta</i> (Mia Kusumawati, S.Pd.,M.Pd)	Artikel ini membahas tentang seberapa besar dampak kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan non olahraga terhadap perilaku sosial siswa. Selain itu ingin melihat ekstrakurikuler manakah yang memberikan dampak yang lebih besar terhadap perubahan perilaku sosial siswa. ³⁵
	<i>Pembelajaran Ekstrakurikuler Gogonjakan di SMA Negeri 1 Tanjung Kabupaten Brebes</i> (Ade Ivan Mustaghfirin-2503407064) 2013.	Skripsi ini menjelaskan bahwa, SMA Negeri 1 Brebes mengadakan kegiatan Ekstrakurikuler untuk mempertahankan dan melestarikan kesenian gogonjakan. Nilai-nilai yang terdapat pada kesenian <i>Gogonjakan</i> ini adalah mengajarkan kepada siswa untuk dapat lebih bersyukur atas segala pemberian dari tuhan. Kebersamaan dan kekompakan juga menjadi suatu manfaat untuk

³⁴Mashudi-053311109, *Pelaksanaan Manajemen Mutu Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Islam Al-Azhar 29 BSB Semarang*, Fakultas Ilmu Teknologi dan Keguruan, 2005.

³⁵Mia Kusumawati, *Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Perilaku Sosial di 5 SMKN se-wilayah Yogyakarta*. Penjaskesrek FKIP UNISMA Bekasi.

No	Judul	Perbedaan/Persamaan
		siswa dalam belajar dan bersosialisasi. ³⁶

Dari beberapa judul yang telah peneliti paparkan, judul-judul di atas membahas pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler. Adapun perbedaannya adalah penelitian ini fokus pada pengelolaan program ekstrakurikuler bidang olahraga

³⁶Ade Ivan Mustaghfirin-2503407064, *Pembelajaran Ekstrakurikuler Gogonjakan di SMA Negeri 1 Tanjung Kabupaten Brebes*. Universitas Negeri Semarang, 2013.

C. Kerangka Berfikir

