

Pelatihan Bola Basket Terhadap Pembina dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat SMP Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang

Dhika Bayu Mahardhika¹, Dikdik Fauzi Dermawan², Akhmad Dimiyati³

¹²³Universitas Singaperbangsa Karawang

email: dhika.bayumahardhika@fkip.unsika.ac.id¹, dfauzi.dermawan@fkip.unsika.ac.id², akhmad.dimiyati@fkip.unsika.ac.id³

Info Artikel :

Diterima :
5 Januari 2023
Disetujui :
15 Januari 2023
Dipublikasikan :
24 Januari 2023

ABSTRAK

Pelatihan Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat SMP Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. Pembina dan pelatih ekstrakurikuler di sekolah merupakan penanggung jawab berjalannya ekstrakurikuler dari seluruh kegiatan yang direncanakan. Melalui pembina dan pelatih ekstrakurikuler yang kompeten, tujuan untuk memberi kesempatan siswa mengekspresikan bakat dan minatnya di luarkegiatan kurikuler dapat terlaksana dengan baik. Bola basket sering dikemukakan sebagai olahraga yang cukup kompleks membutuhkan perhatian dan keahlian yang lebih mendalam. Kompetensi pengetahuan pelatih menjadi modal yang cukup penting bagi pelatih dan pembina Ekstrakurikuler bolabasket dalam melaksanakan program latihan yang tepat. Tujuan umum dari penelitian ini memetakan tingkat pengetahuan pembina dan pelatih Ekstrakurikuler bola basket pada sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas se-Rengasdengklok Kab. Karawang

Kata kunci : Pelatihan Bola Basket, Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler, Tingkat SMP Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang.

ABSTRACT

Basketball training for coaches and extracurricular coaches at the junior high school level in Rengasdengklok District, Karawang Regency. Extracurricular coaches and trainers at school are responsible for the extracurricular running of all planned activities. Through competent extracurricular coaches and trainers, the aim is to provide opportunities for students to express their talents and interests outside of curricular activities. Basketball is often stated as a sport that is quite complex requiring more in-depth attention and expertise. The competence of the coach's knowledge is an important asset for coaches and coaches of the basketball extracurricular in implementing the right training program. The general objective of this research is to map the level of knowledge of coaches and coaches of basketball extracurricular activities in junior and senior high schools throughout Rengasdengklok Regency. Karawang

Keywords: *Basketball Training, Extracurricular Coaches and Coaches, Middle School Level in Rengasdengklok District, Karawang Regency.*



©2022 Penulis. Diterbitkan oleh Sabajaya Publisher. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License. (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Saat ini bola basket merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh banyak kalangan termasuk dikalangan sekolah. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya kegiatan kejuaraan bola basket tingkat SMP yang diselenggarakan pada tingkat sekolah di Jakarta khususnya. Bahkan dalam dua tahun terakhir telah terselenggara kejuaraan untuk tingkat pelajar SMP Se Rengasdengklok dan sederajat pada tingkat nasional dengan terlebih dahulu mengadakan pada tingkat daerah atau regional.

Dengan banyaknya SMP yang mengikuti kejuaraan tersebut maka dapat dipastikan bahwa setiap SMP tersebut telah memiliki kegiatan ekstrakurikuler bola basket disekolah masing-masing. Tidak salah jika bola basket dikatakan sebagai olahraga yang sudah berkembang pesat saat ini. Hampir tidak ada orang yang tidak mengenal olahraga bola basket. Bola basket adalah mata pelajaran wajib diajarkan pada setiap tingkat satuan pendidikan jadi wajar saja bola basket ialah salah satu olahraga terpopuler di Indonesia.

Untuk mencapai prestasi yang maksimal maka dibutuhkanlah seorang pelatih yang memiliki kemampuan secara keilmuan dan pengalaman sebagai atlet. Keberhasilan dalam pertandingan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari atlet, pelatih, pengurus, maupun lawan dan lingkungan tempat bertanding.

Kompetensi Pelatih Ekstrakurikuler Bola Basket Tingkat SMP Dalam Kejuaraan 2020 penyumbang faktor terbesar adalah peranan pelatih dalam mempersiapkan tim atau atletnya sebagai juara. Sudah lama dirasakan bahwa pelatih nasional maupun lokal yang dianggap kompeten sangatlah kurang jumlahnya. Dalam mengatasi hal tersebut Persatuan Bola basket Seluruh Indonesia PERBASI selaku badan induk tertinggi bola basket di Indonesia melakukan berbagai hal untuk mengatasi kekurangan pelatihpelatih lokal maupun nasional yang berkompeten dengan cara mendatangkan tenaga pelatih dari luar negeri.

Salah satu contohnya yang terbaru adalah pelatih tim putri pada ajang SEA GAMES 2011, William 'Bill' Frazier Mccamon, tapi tetap saja tidak dapat mendongkrak hasil timnas basket putri di ajang SEA GAMES 2011. Pelatih adalah seseorang yang sangat memiliki andil yang besar dalam pembentukan suatu tim bola basket, pelatih jugalah yang dapat membentuk perkembangan jiwa atlet pada usia dini khususnya, baik secara langsung maupun tidak langsung. Atlet basket tidak hanya di didik dan dibina di perguruan tinggi, namun pendidikan dan pengenalan mengenai bola basket sudah dimulai sejak dari sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), hingga sekolah menengah atas (SMA) yang dilaksanakan pada kegiatan ekstrakurikuler.

Ketika pembinaan atlet basket dimulai sejak sekolah menengah pertama, maka peranan pelatih ekstrakurikuler bola basket di tingkat SMP akan menjadi salah faktor yang sangat penting dalam pembinaan prestasi atlet basket. Peran pelatih ekstrakurikuler bola basket tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik dari faktor intern maupun ekstern, dan salah satunya adalah kompetensi pelatih itu sendiri. Ketika seorang pelatih ekstrakurikuler bola basket tingkat SMP memiliki kompetensi yang memadai, tentunya dapat membina seorang atlet basket sejak dini dan menanamkan sikap-sikap dan nilai yang sesuai dengan keadaan atlet bola basket ketika memasuki tingkatan yang lebih tinggi. Dari uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Kompetensi pelatih ekstrakurikuler bola basket tingkat SMP pada kejuaraan INLABS 2020".

Dengan mendapatkan suatu masalah yang didapat dari penelitian ini kelak akan memberikan rekomendasi dan melakukan tindakan pendidikan atau yang sifatnya memerlukan waktu cepat dengan kegiatan pelatihan – pelatihan sebagai solusi dalam mengatasi masalah-masalah yang terjadi dalam luar maupun dalam lapangan. Kemudian dapat memperbaiki kompetensi pelatih tersebut nantinya serta dapat menjadi acuan untuk menjadi pelatih yang baik dan berkompeten. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kompetensi pelatih ekstrakurikuler bola basket tingkat SMP pada kejuaraan INLABS 2020, dilihat dari 8 (delapan) kompetensi yang dijelaskan.

Perlu adanya sosialisasi terhadap Pembina dan Pelatih Ekstrakurikuler disekolah merupakan penanggung jawab berjalannya ekstrakurikuler dari seluruh kegiatan yang direncanakan. Melalui pembinaan pelatih ekstrakurikuler yang kompeten membuat pembimbingan siswa melalui kegiatan tambahan yang bertujuan untuk memberi kesempatan siswa mengekspresikan bakat danminatnya di luar kegiatan kurikuler dapat terlaksana dengan baik. Hal ini juga serupadengan ekstrakurikuler dalam bidang olahraga yang dilaksanakan sekolah dimana kompetensi pelatih / Pembina dan Pelatih Ekstrakurikuler olahraga di sekolah menjadi suatu hal yang patut diperhatikan. Pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga disekolah seperti ekstrakurikuler bola basket padakhususnya juga menarik minat dari sebagiansiswa berbagai sekolah menengah pertama danatas di Kabupaten Bangkalan.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan diluar jam pelajaran yang ditunjukkan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khususdi selenggarakan oleh peserta didik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah (Wiyani dalam Yantidkk, 2016). Permainan bola basket merupakan permainan yang terdiri dari dua regu atau timberisi 5 pemain inti dan maksimal 7 pemain cadangan masing-masing regu atau timnya sertasaling memperebutkan penguasaan bola untuk melakukan serangan dengan tujuan untuk memasukkan bola ke dalam keranjang dan mencetak angka (Hidayatullah, 2017).

Dengan melihat penjelasan tersebut dapat dipahami bahwasanya tujuan utama dalam pelatihan terhadap pembina permainan bola basket adalah dengan mencetak angka sebanyak mungkin dengan berbagai keterampilan atau teknik dalam bermain bola basket. Denganbervariasinya teknik bermain yang dibutuhkan dalam prosesnya untuk membantu mencapai tujuan tersebut menjadikan permainan bola basket menjadi olahraga yang cukup kompleks.

METODE PEIAKSANAAN

Berdasarkan analisis situasi, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memilih alternatif pemecahan masalah dengan metode Pelatihan Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang. Langkah-langkah kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat meliputi

1. Perencanaan

- a. Survei pendahuluan untuk identifikasi jumlah dan masalah yang dihadapi Pembina ekstrakuliler
- b. Mengurus perijinan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di kampus UNSIKA
- c. Meningkatkan Kopetensi Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang

2. Pengorganisasi.

Pada tahap pengorganisasian dibentuk kelompok kader terdiri dari 15 orang pembina dan pelatih ekskul bola bansket yang diberdayakan sebagai upaya Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang

3. Pelatihan dan Pembinaan Bola Basket Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang

Dilakukan pelatihan dan pembinaan selama 3 hari untuk penguatan Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

4. Koordinasi Intersektoral.

Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat memberdayakan Bola Basket Terhadap Pembina Dan Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang Tim melakukan audiensi dengan pihak kampus terkait pelaksanaan Bola Basket Terhadap Pembina Dan

Pelatih Ekstrakurikuler Tingkat Smp Se-Kecamatan Rengasdengklok Kabupaten Karawang dan Evaluasi.

Metode pelaksanaan yang digunakan yaitu memberikan materi serta pelaturan baru terkait permainan bola basket.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, maka usaha pembinaan harus dilaksanakan dengan menyusun strategi dan perencanaan yang rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas serta mempunyai program yang jelas. Hal ini penting agar program pembinaan dapat mencapai sasaran yang tepat yaitu prestasi yang tinggi, seperti apa yang diinginkan.

Pembinaan adalah suatu proses belajar dengan melepaskan hal-hal yang sudah dimiliki dan mempelajari hal-hal baru yang belum dimiliki, dengan tujuan membantu orang yang menjalaninya untuk membetulkan dan mengembangkan pengetahuan dan kecakapan yang sudah ada serta mendapatkan pengetahuan dan kecakapan yang baru untuk mencapai tujuan hidup dan kerja yang sedang dijalani secara lebih efektif (A. Mangunhardjana, 1989 : 12).

Pembinaan yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah membantu siswa untuk mempelajari, mengembangkan pengetahuan dan kecakapan tentang permainan bola basket yang sudah dimiliki, serta mendapatkan pengetahuan dan kecakapan yang baru untuk mencapai tujuan yaitu prestasi puncak. 16
2.2.2 Program Pembinaan Program pembinaan adalah prosedur yang dijadikan landasan untuk menentukan isi dan urutan acara-acara pembinaan yang akan dilaksanakan. Program pembinaan menyangkut : sasaran, isi, pendekatan, metode pembinaan.



Gambar 1. Proses Pelatihan terhadap pembina dan pelatih ekstrakurikuler

Sasaran Pembinaan Tidak jarang terjadi bahwa sasaran, objective, program pembinaan tidak dirumuskan dengan tegas dan jelas. Hal ini terjadi karena berbagai sebab, antara lain :

- 1) Pembina tidak tahu kepentingan perumusan sasaran program pembinaan, sehingga dia tidak membuat sasaran program pembinaan.
- 2) Pembina terlalu yakin diri, sehingga dia tidak merasa perlu untuk membuatnya.
- 3) Penyelenggara tidak mampu membedakan antara isi dan sasaran program pembinaan.
- 4) Program pembinaan sudah biasa dijalankan, tahun demi tahun, sehingga sudah menjadi tujuan tersendiri dan tidak lagi dipersoalkan sasarannya.

Agar dapat sejalan dengan sasaran program, waktu merencanakan isi program, pembina sebaiknya memperhatikan hal-hal berikut :

1. Isi sesuai dengan tingkat perkembangan dan pengetahuan para peserta pembinaan dan berhubungan dengan pengetahuan dan pengalaman mereka.
2. Isi tidak terlalu teoritis, tetapi praktis dalam arti dapat dibahas dan dikembangkan dari berbagai pandangan dan pengalaman para peserta, serta dapat dipraktikkan dalam hidup nyata.
3. Isi tidak terlalu banyak, tetapi disesuaikan dengan “daya tangkap” para peserta dan waktu yang tersedia

Kegiatan Ekstrakurikuler Tingkat SMP

1. Analisis sumber daya yang diperlukan dalam penyelenggaraan kegiatan ekstrakurikuler.
2. Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui potensi dan kondisi sarana dan prasarana, tenaga, dan anggaran untuk menjamin pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler akan berjalan dengan baik.. Identifikasi kebutuhan, potensi, dan minat peserta didik.
3. Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui bakat dan minat peserta didik serta jenis kegiatan ekstrakurikuler yang diminati oleh peserta didik termasuk kegiatan seni dan olahraga tradisional. Menetapkan bentuk kegiatan yang diselenggarakan.



Gambar. 2 Proses Prakter Permainan Basket



Gambar. 3 Proses Pelatiha Basket

Berdasarkan analisis sumber daya dan identifikasi kebutuhan, potensi, dan minat peserta didik yang telah dilakukan, satuan pendidikan dapat menetapkan bentuk dan jenis kegiatan kstrakurikuler yang diprogramkan. Mengupayakan sumber daya (pelatih/instruktur) sesuai pilihan peserta didik dari satuan pendidikan atau lembaga lainnya. Strategi tersebut dilakukan dalam rangka efektivitas dan

efisiensi pelaksanaan program ekstrakurikuler tanpa mengurangi tingkat kualitas pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Menyusun program kegiatan ekstrakurikuler, program yang disusun terdiri atas program secara keseluruhan dan program setiap bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Dalam menyusun program kegiatan ekstrakurikuler, satuan pendidikan perlu memperhatikan langkah-langkah sebagai berikut

- a. Kepala sekolah menugaskan wakil kepala sekolah bidang akademik/kurikulum dan wakil kepala sekolah bidang kesiswaan untuk menyusun program kegiatan ekstrakurikuler. Tim penyusun rencana kegiatan ekstrakurikuler ditetapkan dengan surat keputusan kepala sekolah
- b. Kepala sekolah memberi arahan tentang teknis dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler dengan menguraikan substansi dan sistematika program yang harus dibuat.
- c. Wakil kepala sekolah bidang akademik/kurikulum dan wakil kepala Panduan Teknis dan Pengembangan sekolah bidang kesiswaan bersama dengan pembina kegiatan ekstrakurikuler menyusun program kegiatan ekstrakurikuler sebagaimana arahan kepala sekolah.
- d. Untuk mengoptimalkan kegiatan ekstrakurikuler mulai dari perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, satuan pendidikan dapat membentuk Tim Pembina Ekstrakurikuler di bawah koordinasi wakil kepala sekolah bidang kesiswaan.

KESIMPULAN

Dalam permainan bola basket, program latihan yang disusun oleh pelatih sangatlah penting untuk mencapai target dari tim tersebut. Pelatih harus menyiapkan suatu program latihan untuk para atletnya. Program latihan adalah suatu petunjuk atau pedoman yang mengikat secara tertulis dan berisi cara-cara yang akan ditempuh untuk mencapai tujuan masa mendatang yang telah ditetapkan. Merupakan pedoman kegiatan yang mengorganisir untuk mencapai prestasi puncak suatu cabang olahraga.

1. Untuk menghindari faktor-faktor kebetulan dalam mencapai prestasi puncak olahraga. Efektif dan efisien dalam penggunaan waktu, dana, tenaga, untuk mencapai tujuan.
2. Untuk mengetahui hambatan-hambatan dengan cepat dan menghindari pemborosan waktu, dana dan tenaga.
3. Mempertegas arah dan tujuan yang ingin dicapai.
4. Sebagai alat kontrol terhadap pencapaian sasaran Program latihan yang lazim pada umumnya dibagi menjadi 3 bagian

DAFTAR PUSTAKA

- Moen, F., Frederici, R. A., Klemetsen, H.(2014). Coaches Competencies – Nordic Skiing. *Journal of Excellence*, 16(1), 62-73.
- Moen, F., & Frederici, R. A. (2013). Coaches' Coaching Competence in Relation to Athletes' Perceived Progress in Elite Sport. *Journal of Education and Learning*, 2(1), 240-252.
- Rodrigues, J., Andrade, R., Graça, A., Mesquita, I. (2009). Importance Awarded To Knowledge For Coaching And Self-Perception Of Competence Manifested By Portuguese Basketball Coaches. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 451-455.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Widhiarso, W. (2011). *SKALO : Program Analisis Skala Guttman*. Program Komputer. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Yanti, N., Adawiyah, R., Matnuh, H. (2016). Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dalam rangka pengembangan nilai-nilai karakter siswa untuk menjadi warganegara yang baik di sma korpri banjar masin. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 6(11), 963-