



PERAN PENDIDIKAN JASMANI MELALUI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER FUTSAL DALAM MENCEGAH KENAKALAN REMAJA PADA SISWA SMK N 1 KARIMUN

Rahmat Sanusi¹⁾, Eka Lenggang Dianasari²⁾

^{1,2)} Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Karimun, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari upaya yang dilakukan untuk mencegah kenakalan remaja pada siswa Sekolah Menengah Atas. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, kajian literatur, penyebaran kuisioner dan wawancara. Teknik analisa data menggunakan teknik deskriptif dengan cara reduksi data, penyajian data dan pengambilan kesimpulan. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa pendidikan jasmani dapat mencegah kenakalan remaja dengan tiga indikator yaitu pengembangan kegiatan olahraga unggulan, gaya kepemimpinan guru penjas dan partisipasi keseluruhan warga sekolah.

Kata Kunci: *Kenakalan, Remaja dan Pendidikan Jasmani*

PENDAHULUAN

Fenomena kenakalan remaja tidak dapat terpisahkan pada fase remaja siswa sekolah menengah atas (SMA), hal ini berhubungan dalam proses transisi menuju dewasa. Lingkungan, rekan sejawat dan perkembangan media digital saat ini ikut berkontribusi terhadap tingginya angka pada remaja. Shoemaker, (2009:3) mengartikan kenakalan remaja sebagai aktivitas-aktivitas yang terdiri dari tindakan kriminal yang serius, meskipun tidak semua aktivitas mengandung unsur kriminal. Barrett, Katsiyannis, Zhang, & Zhang (2014) mengungkapkan bahwa sejak tahun 2008 sedikitnya 2.11 juta remaja terlibat dengan masalah hukum. Noyori-corbett & Moon (2010: 246) menambahkan bahwa terdapat tiga masalah utama terkait perilaku kenakalan remaja yang terdiri dari alkohol, tembakau dan tindak kekerasan. Santrock dalam Aviyah & Farid (2019: 127) menambahkan bahwa kenakalan remaja sebagai kumpulan dari berbagai perilaku, dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial hingga tindakan kriminal. Pada fase SMA, orientasi perkembangan psikologis pada tahapan rasa ingin tahu dan menemukan jati diri tergolong sangat tinggi. Tidak sedikit kenakalan remaja

terjadi karena tidak tersedianya wadah yang menjadi sarana dalam menemukan jati diri.

Salah satu peran pendidikan adalah memanusiakan manusia yang dalam prosesnya memberikan tunjuk ajar kepada peserta didik. Termasuk Pendidikan olahraga atau yang lebih dikenal dengan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani (penjas) diartikan sebagai proses belajar yang melibatkan aktivitas fisik. Keunikan dari pembelajaran penjas adalah penerapan antara teori dan praktik berjalan secaraimbang dan optimal, dalam beberapa hal penerapan praktik melibatkan 60% dari keseluruhan proses pembelajaran. Etzel-Wise & Mears (2004: 223) menjelaskan ada hubungan dari aktivitas fisik dan pendidikan yakni pertumbuhan (fisik), perkembangan (psikis), pembelajaran dan perilaku.

Pendidikan jasmani bukan pembelajaran yang berisikan permainan dan bola semata seperti yang dipikirkan kebanyakan orang awam. Pendidikan jasmani melibatkan dua komponen utama yaitu fisik dan psikologis. Heaney, Walker, Green, & Rostron (2014) menjelaskan bahwa dalam proses pendidikan olahraga terdapat pendidikan psikologi olahraga yang berkaitan dengan perilaku. Psikologi

dalam pendidikan olahraga bertujuan mengubah pola perilaku subjek yang terlibat dalam kegiatan olahraga. Kedua komponen tersebut bertujuan agar siswa berhasil selama proses pembelajaran yang diimplementasikan melalui tiga unsur penilaian utama yakni afektif, kognitif dan psikomotor. Hal ini didasari pada nilai-nilai positif dalam olahraga yang tidak hanya mengutamakan kemampuan fisik namun psikis/ mental ikut terlibat, seperti: sportif, menerima kekalahan, jujur, tidak mudah menyerah, kontrol emosi percaya diri dan lain sebagainya. Taylor, Wamsler, Sanchez, & Arellano, (2016) menjelaskan bahwa partisipasi remaja dalam kegiatan olahraga dapat mencegah keterlibatan dalam kegiatan-kegiatan menyimpang, seperti pembulian, tindakan kriminal dan pelanggaran norma disekolah maupun luar sekolah. Konsep ini diharapkan dapat ditanamkan kepada peserta didik khususnya remaja melalui pembinaan olahraga yang diharapkan dalam mencegah dan mengatasi kenakalan remaja.

Berdasarkan observasi ditemui kesenjangan yaitu kenakalan remaja pada siswa yang mengarah pada aktivitas merokok, minuman keras, perkelahian, agresif, tidak patuh dan

dominan pada bolos sekolah. Kondisi ini cukup mengkhawatirkan mengingat peran pendidikan adalah merangkul peserta didik untuk mengetahui bakat dan potensi yang dimiliki. Situasi menarik lainnya adalah, rata-rata siswa yang mengalami masalah kenakalan remaja memiliki potensi dan ketertarikan pada pelajaran pendidikan jasmani khususnya pada kegiatan olahraga futsal. Kesempatan ini tentunya perlu dioptimalkan oleh guru sebagai pemegang kendali agar dapat merangkul siswa yang bermasalah menemukan potensinya agar terhindar dari kegiatan yang dapat merusak diri sendiri dan orang lain.

Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani menawarkan upaya peningkatan prestasi melalui pembinaan kegiatan olahraga diluar jam sekolah yang disebut dengan kegiatan ekstrakurikuler dengan menanamkan nilai-nilai karakter yang diwujudkan melalui keterlibatan aktivitas fisik dalam bentuk permainan olahraga. Beighle & Morrow, Jamer R (2014) menjelaskan bahwa mendapatkan maaf kesehatan dan aktivitas fisik merupakan tugas utama dari pendidikan olahraga. Pendidikan olahraga berperan dalam mempromosikan hidup sehat. Jarrett

(2002) menambahkan bahwa pendidikan olahraga harus dikenalkan sejak usia 3 tahun yang bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani dan mengubah perilaku. Paparan tersebut menjelaskan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran dan tanggung jawab terhadap orientasi perilaku sama pentingnya dengan fisik.

Ekstrakurikuler Futsal

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan intra sekolah yang dilaksanakan setelah berakhirnya jam wajib belajar. Tujuan kegiatan ini pada dasarnya merupakan pembinaan untuk menemukan bakat dan potensi. (Faulkner et al. (2007) mengungkapkan bahwa aktivitas fisik telah banyak diketahui memberikan manfaat secara fisik dan psikis. Salah satu kelebihanannya adalah memberikan kesempatan untuk remaja memiliki pengalaman melalui sosial dan pengembangan moral yang dikaitkan melalui pendidikan olahraga. Dengan demikian dapat menekan keterlibatan remaja pada aktivitas aktivitas dan rekan sejawat yang tidak bermanfaat.

Olahraga futsal menjadi olahraga pilihan yang difokuskan pada pembinaan. Mengingat cabang olahraga ini adalah olahraga favorit yang dapat diterima oleh siswa SMA. Dengan kata

lain, pembinaan kegiatan ekstra kurikuler futsal menjadi wadah untuk mengembangkan potensi peserta didik sehingga dapat mencegah dan menangani kenakalan remaja pada siswa SMA.

Kenakalan Remaja

Kenakalan remaja menjadi bagian dari masalah sosial. Masyarakat, keluarga dan pendidikan ikut berperan dalam upaya mencegah. Kenakalan remaja merupakan penyimpangan perilaku yang merupakan masalah sosial sehingga dianggap mengkhawatirkan. Beberapa tindakan dianggap sudah biasa hingga melanggar hukum. (Hardiyanto & Romadhona, 2018). Sumara, Humaedi, & Santoso (2017) menegaskan bahwa kenakalan remaja adalah perilaku yang menyimpang dari norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Kartono dalam Oktaviani & Lukmawati (2018) menegaskan bahwa kenakalan remaja adalah perilaku jahat atau kejahatan yang merupakan gejala sakit secara sosial pada anak-anak yang disebabkan pengabaian sosial sehingga mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang. Paparan di atas menjelaskan bahwa kenakalan remaja adalah perilaku menyimpang pada remaja yang berpotensi dapat melanggar norma dan hukum.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisa data menggunakan teknik deskriptif yang dimulai dengan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Subjek penelitian berjumlah 43 orang yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler dengan latar belakang memiliki masalah kenakalan remaja yang dominan yaitu Merokok, Miras, Bolos, Tidak Patuh, Tidak Displin dan Perkelahian. Penelitian dilak

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan upaya pencegahan dan penanganan kenakalan remaja pada siswa di lingkungan SMKN 1 Karimun melalui kegiatan ekstra kurikuler Futsal.

Hasil

Identifikasi Kenakalan Remaja

Langkah pengumpulan data dimulai dengan identifikasi kenakalan remaja pada siswa. Hasil data merumuskan kenakalan remaja pada siswa cenderung didominasi sebagai berikut:

1. Bolos mata pelajaran. Hal ini disebabkan ketidaksukaan terhadap mata pelajaran karena dianggap sulit dan membosankan, sehingga berdampak pada tidak tuntasnya standar minimal kelulusan mata pelajaran.
2. Merokok.
3. Tidak patuh, agresif dan memberontak.
4. Perkelahian.

Upaya Pencegahan Melalui Pembinaan Ekstrakurikuler Futsal Pembinaan

Ekstrakurikuler futsal telah berdiri selama dua tahun. Pemilihan cabang olahraga futsal didasarkan pada tingginya minat siswa yang terlibat pada aktivitas futsal diluar sekolah, selain itu beberapa siswa yang bermasalah diketahui memiliki prestasi futsal dan tergabung dalam klub-klub amatir. Situasi ini menjadi peluang dengan memilih futsal sebagai olahraga unggulan pembinaan prestasi melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan demikian sekolah dapat mengontrol aktivitas siswa.

Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler dipegang langsung oleh guru olahraga. Dimulai dari perekrutan calon atlet, proses latihan hingga

pendampingan saat bertanding. Proses latihan dilaksanakan selama 4x dalam seminggu setelah berakhirnya jam sekolah dimulai dari pukul 16.00 wib s.d 18.00 wib.

Rekrutmen dan Aturan

Perekrutmen sebagai tim ekstrakurikuler futsal merupakan bagian vital dalam upaya pencegahan dan penanganan kenakalan remaja. Pelatih sebagai ketua rekrutmen membuat aturan-aturan baku yang wajib dipatuhi oleh peserta, yaitu sebagai berikut:

1. Tidak Merokok dan Miras

Setiap anggota tim ekstrakurikuler futsal tidak diperbolehkan merokok/perokok. Jika pelatih mendapati anggota merokok akan mendapatkan peringatan pertama dengan sanksi tidak akan diikutkan dalam pertandingan. Apabila mendapatkan peringatan kedua, maka akan dikenakan sanksi dikeluarkan dari tim.

2. Tidak Bolos dan Bermasalah Pada Nilai Setiap Mata Pelajaran.

Pelatih mengawasi kegiatan anggota di luar dan dalam lingkungan sekolah. Anggota tidak dibenarkan bolos dan bermasalah pada setiap mata pelajaran. Sanksi yang

diberikan adalah diistirahatkan untuk tidak ikut dalam latihan selama 4x hingga menyelesaikan masalah kepada guru yang bersangkutan. Sanksi terberat adalah dikeluarkan dari tim.

3. Displin

Anggota tim wajib datang tepat waktu. Jika terlambat pelatih akan memberikan sanksi push up, bahkan pelatih akan menghukum diri sendiri jika datang terlambat sebagai bentuk konsistensi dari aturan.

4. Perkelahian

Sanksi yang diberikan jika terdapat anggota tim yang berkelahi baik di dalam sekolah, di luar sekolah, selama latihan atau selama bertanding maka akan dikeluarkan dari tim.

Peran Pelatih

Peran pelatih sangat menentukan dalam proses pembinaan ekstrakurikuler futsal tersebut. Terdapat beberapa point penting terkait aktivitas pelatih yaitu memiliki karakter kepemimpinan sebagai berikut:

1. Banyak terlibat dalam beberapa kegiatan diluar sekolah yakni sebagai wasit dan pelatih futsal
2. Kemampuan mempengaruhi

3. Kecakapan dalam berkomunikasi dan melakukan pendekatan individu
4. Penguasaan pada bidang keilmuan
5. Penampilan
6. Memiliki keyakinan diri yang baik
7. Mampu menyusun dan merancang goal setting
8. Konsisten terhadap aturan tanpa perbedaan.
9. Kemampuan memberikan motivasi
10. Memberikan contoh
11. Menerima kritik dan memberikan umpan balik
12. Tidak merokok
13. Memperhatikan kegiatan siswa di luar jam sekolah

Dampak Perubahan Pencegahan

Melalui pembinaan ekstrakurikuler futsal berdampak positif terhadap kemajuan peserta didik sebagai berikut:

1. Tercapainya beberapa prestasi pada kejuaraan futsal pelajar tingkat daerah.
2. Beberapa siswa diundang untuk tergabung sebagai atlet daerah
3. Menurunnya angka siswa yang bolos khususnya pada siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler.
4. Tercapainya standar kelulusan minimal pada semua mata pelajaran.
5. Siswa menjadi lebih santun dan lebih disiplin dalam proses pembelajaran.

Pembahasan

Pembinaan ekstrakurikuler futsal dapat menjadi salah satu strategi dalam mencegah dan menangani kenakalan remaja.

Proses Rekrutmen dan Pembentukan Ekstrakurikuler Futsal

Ditinjau dari proses pemilihan cabang olahraga merupakan gagasan yang patut dicontoh oleh sekolah lain untuk mengembangkan potensi siswa. Pemilihan cabang olahraga didasari dengan pertimbangan bakat dan minat terutama dengan mempertimbangkan bakat dan potensi siswa yang bermasalah. Hasil observasi menunjukkan siswa yang bermasalah cenderung memiliki minat dan potensi tertentu salah satunya olahraga. Dengan demikian memunculkan rasa suka pada sesuatu akan meningkatkan obsesi. Jika siswa telah suka dengan sesuatu maka akan dengan mudah mengikatnya dengan aturan-aturan yang berkaitan dengan mencegah kenakalan remaja.

Dalam olahraga, agresivitas dapat menjadi positif jika dibina dengan baik. Misalnya, jika siswa gemar berkelahi maka potensi siswa dapat dikembangkan pada olahraga cabang bela diri sehingga pelampiasan emosi

dapat tersalur dengan baik dan positif. Termasuk dalam hal ini pemilihan olahraga futsal. Konsep penting yang harus dipahami oleh pelaku pendidikan terhadap upaya kontrol siswa adalah dengan melakukan pendekatan dengan melihat hal-hal apa yang disukai. Pada proses rekrutmen anggota tim, pelatih membuat aturan-aturan yang disepakati dan dijalankan secara konsisten oleh anggota, termasuk pelatih. Ini menjadi strategi yang efektif untuk memberikan pesan tentang konsistensi hukuman yang dapat berlaku bagi siapa saja. Sering kali dalam proses pembinaan dan latihan, pelatih merasa paling hebat sehingga bebas dari hukuman. Tindakan ini tidak selamanya tidak dapat dibenar karena dapat memunculkan rasa tidak hormat kepada pelatih/ pembina. Urgensinya adalah membentuk karakter tanggung jawab khususnya untuk pelatih/ pembina atau guru itu sendiri.

Peran Pelatih

Guru penjas secara tidak langsung dapat menjadi pelatih, hal ini disebabkan keterlibatan peran guru penjas pada semua cabang olahraga terutama futsal. Paparan dari hasil di atas menunjukkan kecakapan gaya kepemimpinan guru penjas memberikan pengaruh positif terhadap jalannya

pembinaan. Kemampuan komunikasi, terlibat sebagai pelatih dan wasit futsal diluar lingkungan sekolah, kemampuan motivasi, konsistensi dan terpenting adalah tidak memiliki kebiasaan negatif, yaitu merokok. Faktor-faktor tersebut adalah contoh-contoh gaya kepemimpinan yang harus dimiliki seorang guru olahraga. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh Spruit, Put, Vugt, & Stams (2017) bahwa beberapa hasil penelitian mengungkapkan terdapat hubungan antara lingkungan olahraga dan perilaku individu yang dihubungkan dengan intervensi berbasis aktivitas olahraga yang efektif mengubah perilaku. Aktivitas olahraga memberikan kesempatan pada individu untuk membuat pengalaman yang berhubungan dengan tanggung jawab secara individu dan sosial. Yang membuat ini menjadi menarik adalah lingkungan olahraga itu sendiri. Konsep pendidikan adalah mencontoh. Setiap tindakan dari seorang guru/ pelatih menjadi bahan pelajaran untuk dicontoh. Guru olahraga memegang peran yang sangat besar dalam upaya menanamkan nilai-nilai karakter sejak usia dini, seperti sportif, jujur dan tanggung jawab agar terimplementasi menjadis sebuah kebiasaan pada dewasanya nanti.

Keberhasilan pembinaan ekstrakurikuler ini tidak terlepas dari sinergi bersama dari semua warga sekolah. Kepala sekolah dan guru memegang peran sangat penting terutama dalam hal memberikan dukungan sebagai bentuk perhatian. Kolaborasi sesama warga sekolah akan berdampak pada suasana nyaman sehingga termotivasi dalam pencapaian prestasi dan mencegah kenakalan remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa peran pendidikan jasmani melalui pembinaan kegiatan ekstrakurikuler futsal dapat mencegah dan menangani kenakalan remaja pada siswa SMA yang didasarkan pada tiga pokok utama. *Pertama*, melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga unggulan dengan mempertimbangkan potensi peserta dan mencegah kenakalan remaja. Penting untuk mempertimbangkan potensi siswa-siswa yang bermasalah terkait kenakalan remaja, sehingga pembinaan kegiatan ekstrakurikuler menjadi wadah untuk mengembangkan bakat, potensi dan penyaluran emosi dengan cara positif. *Kedua*, Guru penjas memegang peran penting dalam proses

pembinaan dan memiliki gaya kepemimpinan seperti paparan di atas efektif dalam mencegah kenakalan remaja. *Ketiga*, partisipasi semua warga sekolah dalam memberikan perhatian sebagai bentuk rasa peduli dan dukungan moral secara nyata.

SARAN

Pencegahan kenakalan remaja merupakan tanggung jawab bersama yang diawali dari keluarga dan sekolah. Sebagai wadah pendidikan, peran sekolah sangat penting dalam mencegah kenakalan remaja. Melalui penelitian ini dapat memberikan gambaran setiap sekolah dalam menyusun strategi pencegahan kenakalan remaja dengan tiga komponen. Membina dengan optimal kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai wadah pengembangan bakat, potensi dan penyaluran aktivitas positif di luar kegiatan wajib sekolah. *Kedua*, meningkatkan kualitas guru olahraga, baik dari keterampilan dan kecakapan melalui pelatihan atau workshop. *Ketiga*, meningkatkan kesadaran seluruh warga sekolah bahwa ikut terlibat dan berperan dalam mencegah kenakalan remaja yang menjadi tanggung jawab bersama.

DAFTAR PUSTAKA

Aviyah, E., & Farid, M. (2019). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja.

- Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 126-129.
- Barrett, D. E., Katsiyannis, A., Zhang, D., & Zhang, D. (2014). Delinquency and Recidivism: A Multicohort, Matched-Control Study of the Role of Early Adverse Experiences, Mental Health Problems, and Disabilities. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 22(1), 3-15.
- Beighle, A., & Morrow, Jamer R, J. (2014). Promoting physical activity: addressing barriers and moving forward. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* 85(7), 23.
- Etzel-Wise, D., & Mears, B. (2004). Adapted Physical Education and Therapeutic Recreation in Schools. *Intervention in School and Clinic*, 39(4), 223-232.
- Faulkner, G. E. J., Adlaf, E. M., Irving, H. M., Allison, K. R., Dwyer, J. J. M., & Goodman, J. (2007). The relationship between vigorous physical activity and juvenile delinquency: A mediating role for self-esteem? *Journal of Behavioral Medicine*, 30(2), 155-163.
- Hardiyanto, S., & Romadhona, E. S. (2018). Remaja dan perilaku menyimpang (studi kasus remaja di Kota Padangsidempuan). *Jurnal Interaksi*, 2(1), 23-32.
- Heaney, C. A., Walker, N. C., Green, J. K., & Rostron, C. L. (2014). Sport Psychology Education for Sport Injury Rehabilitation Professionals: A Review. *Physical Therapy in Sports*, 1(1).
- Jarrett, O. S. (2002). Recess in Elementary School: What Does the Research Say? Recess and Child Health. *ERIC DIGEST*, 2(July), 1-5.
- Noyori-corbett, C., & Moon, S. S. (2010). Multifaceted Reality of Juvenile Delinquency: An Empirical Analysis of Structural Theories and Literature. *Child Adolescent Social Work J*, 245-268.
- Oktaviani, D., & Lukmawati. (2018). Keharmonisan Keluarga Dan Kenakalan Remaja Pada Siswa Kelas 9 Mts Negeri 2 Palembang. *Jurnal Psikologi Islami*, 4(1), 52-60.
- Shoemaker, D. J. (2009). *Juvenile delinquency* (i). sStover Road: Rowman & Littlefileld Publisher, INC.
- Spruit, A., Put, C. Van Der, Vugt, E. Van, & Stams, G. J. (2017). Predictors of Intervention Success in a Sports-Based Program for Adolescents at Risk of Juvenile Delinquency. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 1(22).
- Sumara, D., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan remaja dan penanganannya. *Jurnal Penelitian & PPM*, 4(2), 129-389.
- Taylor, M. J., Wamser, R. A., Sanchez, M. E., & Arellano, C. M. (2016). The Impact of Sports Participation on Violence and Victimization among Rural Minority Adolescent Girls. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 19(1), 3-13.