



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
PENCAPAIAN PRESTASI DI KLUB PANJAT TEBING
ON-SIGHT BATANG
TAHUN 2011**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :
Ginangar Prihantoro
6101406538

PERPUSTAKAAN
UNNES

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2011**

SARI

Prihantoro, Ginanjar. 2011. *Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub panjat tebing On-Sight Batang tahun 2011*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Utama : Dra. Heny Setyawati, M.Si dan Pembimbing Pendamping : Supriyono, S. Pd. M. Or.

Klub panjat tebing *On-Sight* Batang mempunyai prestasi yang bagus di tingkat Karesidenan Pekalongan dan sebagian besar atletnya masuk dalam tim atlet FPTI cabang Batang. Dari latar belakang tersebut, maka permasalahan yang muncul adalah faktor-faktor apasajakah yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub panjat tebing *On-Sight* Batang tahun 2011? Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub Panjat Tebing *On-sight* Batang tahun 2011.

Populasi dalam penelitian ini adalah klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang yang meliputi atlet, pelatih dan pengurus. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*, meliputi pengurus sebanyak 2 orang, pelatih 1 orang, dan atlet 10 orang. Teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Prosedur dalam penelitian ini analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa dari faktor Internal atlet memiliki motivasi yang tinggi dalam mengikuti latihan, sehingga pembentukan kondisi fisik, teknik, penguasaan taktik dan mental tercipta dengan baik. Sedangkan untuk faktor Eksternal, pelatih telah menjalankan tugas-tugasnya sebagai pelatih, pada organisasi meskipun jumlah pengurus masih kurang namun proses organisasi dan proses pembinaan prestasipun telah dijalankan dengan baik, sarana dan prasarana yang dimiliki masih kurang dan banyak yang rusak, lingkungan telah mendukung kegiatan-kegiatan klub meskipun perhatian pemerintah daerah masih kurang, dan kompetisi telah terjadwal mulai dari tingkat karesidenan, provinsi, nasional bahkan internasional.

Simpulan yang bisa diberikan adalah faktor internal menjadi faktor yang dominan, sebagian besar atlet telah memiliki aspek-aspek seperti motivasi berlatih yang tinggi, mental bertanding dan juara yang baik. Sedangkan untuk faktor eksternal yang berpengaruh adalah faktor pelatih dan organisasi/pengurus, komitmen dan loyalitas keduanya menjadi kunci keberhasilan pembinaan prestasi dan pencapaian prestasi, meskipun jumlah sumber daya manusia di dalamnya masih kurang sehingga pemenuhan dana, sarana dan prasarana juga kurang. Faktor lingkungan dan faktor kompetisi juga sudah berjalan dengan baik. Sehingga saran yang bisa penulis berikan yaitu kepada semua atlet untuk selalu rajin berlatih agar mampu meningkatkan prestasinya ditingkat daerah, nasional maupun internasional. Kepada pelatih untuk bisa meningkatkan kualitas kepelatihannya dengan mengikuti penataran pelatih. Dan kepada pengurus untuk segera melakukan perekrutan pengurus serta meningkatkan kerjasamanya dengan pihak luar untuk pemenuhan sumber dana dan melengkapi sarana prasarana.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Ginanjar Prihantoro

NIM : 6101406538

Jurusan : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan yang sesungguhnya dan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini asli karya saya sendiri bukan jiplakan atau tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sangksi akademik sesuai dengan hukum yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Mei 2011

Penulis

Ginanjar Prihantoro
NIM 6101406538

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi panjat tebing *On-Sight* Batang tahun 2011” telah dipertahankan dihadapan sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari :

Tanggal :

Waktu :

Panitia Ujian,

Ketua Panitia

Sekretaris

Drs. Said Junaidi, M.Kes
NIP. 19690715 199403 1 001

Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd
NIP. 19651020 199103 1 002

Dewan Penguji,

1. Drs. Bambang Priyono, M.Pd (Penguji) _____
NIP. 19600422 198601 1 001

2. Dra. Heny Setyawati, M.Si (Anggota) _____
NIP. 19670610 199203 2 001

3. Supriyono, S.Pd. M.Or (Anggota) _____
NIP. 19720127 199802 1 001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

1. Takut akan kegagalan seharusnya tidak menjadi alasan untuk tidak mencoba sesuatu. (Frederick Smith)
2. Tak ada rahasia untuk menggapai sukses. Sukses itu dapat terjadi karena persiapan, kerja keras, dan mau belajar dari kegagalan. (General Collin Power)

Persembahan :

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

1. Bapakku Amat Ya'i, Ibuku Khasanah dan adikku Riski Dwi Nanto yang selalu memberi kasih sayang, do'a dan dukungan.
2. Almameter FIK UNNES sebagai bukti baktiku padamu.
3. Teman-temanku se-Angkatan PJKR 2006.
4. Teman-teman Kost Mbah Joe

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Pemurah atas kekuatan dan semangat yang diberikan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub panjat tebing *On-Sight* Batang tahun 2011”. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang memberi kesempatan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi ijin dalam penyusunan ini.
3. Ketua Jurusan PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Dra. Heny Setyawati, M.Si selaku Pembimbing Utama dan Supriyono, S. Pd. M. Or selaku pembimbing Pendamping yang telah sabar dalam memberikan petunjuk, dorongan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak / ibu dosen yang telah membantu dan membagi ilmunya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak-Ibu dan adikku tercinta yang telah memberikan semangat kepada penulis hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.

7. Teman-temanku PJKR angkatan 2006 terima kasih atas kebersamaannya.
8. Teman-temanku FPTI Cabang Batang terima kasih atas kebersamaannya.
9. Teman-temanku Kose Mbah Joe terima kasih atas kebersamaannya.
10. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu proses terselesaikannya

skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Manusia tidaklah ada yang sempurna, karena kesempurnaan hanyalah milik Tuhan YME. Sebagai makhluk yang lemah penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Untuk itu masukan berupa kritik, saran dan pendapat yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kemajuan pendidikan khususnya bidang olahraga.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, rekan-rekan, mahasiswa, dan kepada pembaca pada umumnya.

Semarang,

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SARI	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Fokus Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Kegunaan Hasil Penelitian	7
1.5 Sumber Pemecahan Masalah	8
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Prestasi Olahraga	12
2.1.1 Hakikat Olahraga	12
2.1.2 Tahapan Prestasi Olahraga	13
2.2 Olahraga Panjat Tebing	15
2.1.1 Hakikat Olahraga Panjat Tebing	15
2.1.2 Teknik Dasar Panjat Tebing	17
2.1.3 Proogram Latihan Panjat Tebing	21
2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Olahraga..	24
2.3.1 Faktor Internal	25
2.3.2 Faktor Eksternal	28

BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Ilmia	41
3.1.1 Populasi	41
3.1.2 Sampel	42
3.2 Lokasi Penelitian	43
3.3 Metode Pengumpulan Data	43
3.3.1 Observasi	43
3.3.2 Wawancara	44
3.3.3 Dokumentasi	45
3.4 Keabsahan Data	46
3.5 Analisis Data	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	48
4.1.1 Faktor Internal	48
4.1.2 Faktor Eksternal	51
4.2 Pembahasan	57
4.2.1 Faktor Internal	57
4.2.2 Faktor Eksternal	58
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	63
5.2 Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN – LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Prestasi Klub Panjat Tebing <i>On-Sight</i> Batang.....	5
2. Gambaran Fisik dalam Aplikasi Pemanjatan	22
3. Menu Latihan Pemanjatan	23
4. Hasil Observasi Klub Panjat Tebing <i>On-Sight</i> Batang.....	68
5. Daftar Atlet Panjat Tebing <i>On-Sight</i> Batang.....	70

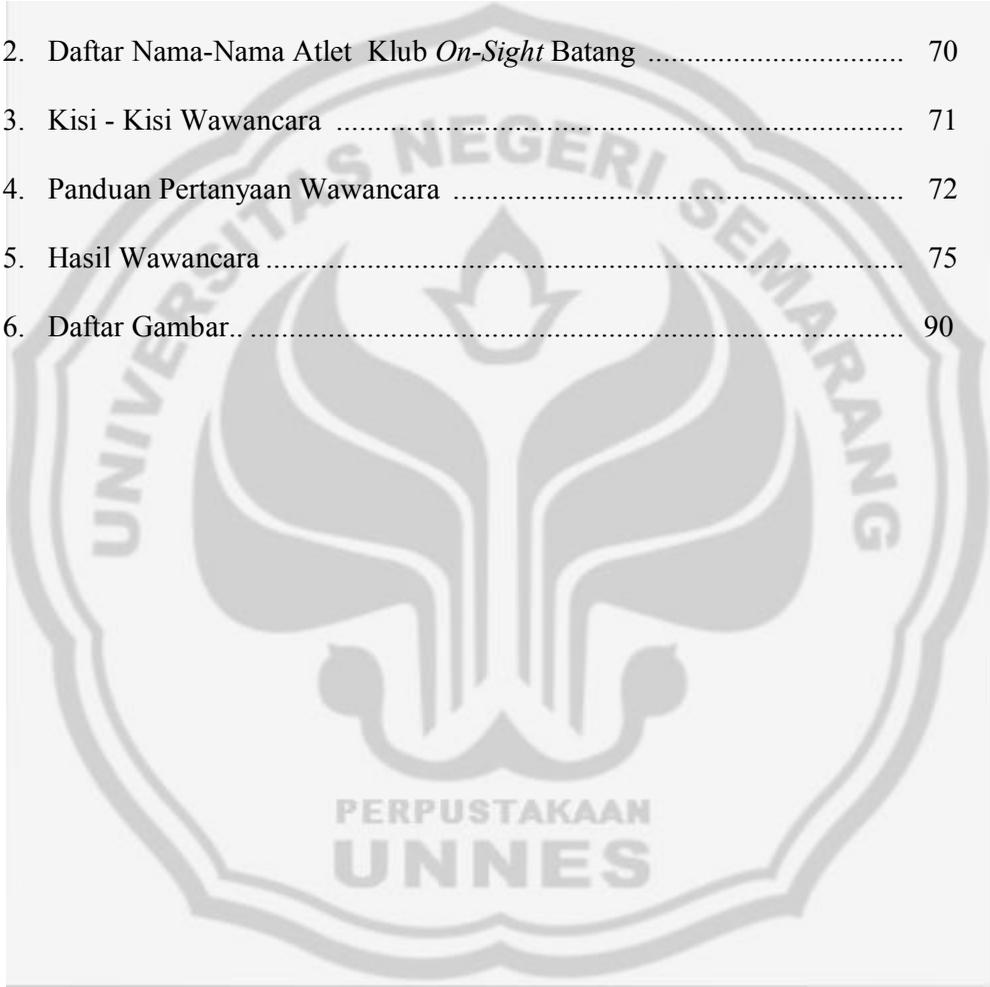


DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Tahapan Latihan	14
2. Teknik - Teknik Pegangan	18
3. Teknik - Teknik Pijakan	19
4. Teknik - Teknik Gerakan	20
5. Bagan struktur organisasi <i>On-sight</i> Batang	54
6. Wawancara dengan Ketua Klub <i>On-Sight</i> Batang	90
7. Wawancara dengan Pelatih Klub <i>On-Sight</i> Batang	90
8. Wawancara dengan Atlet Klub <i>On-Sight</i> Batang	91
9. Pelaksanaan Program Latihan Beban (<i>Pull-Up</i>)	91
10. Pelaksanaan program latihan <i>Boulder</i>	92
11. Atlet klub <i>On-Sight</i> Batang mengikuti kompetisi	92
12. Atlet klub <i>On-Sight</i> Batang menerima Trophy Juara I	93
13. Tim Panjat Tebing <i>On-Sight</i> Batang 2011	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Observasi klub Panjat Tebing <i>On-Sight</i> Batang	68
2. Daftar Nama-Nama Atlet Klub <i>On-Sight</i> Batang	70
3. Kisi - Kisi Wawancara	71
4. Panduan Pertanyaan Wawancara	72
5. Hasil Wawancara	75
6. Daftar Gambar.....	90



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Prestasi olahraga yang dicapai para atlet nasional belum mampu menembus peringkat atas dalam percaturan olahraga ditingkat Asia. Dalam dunia olahraga kita semua harus tahu bahwa masalah pembibitan dan pembinaan atlet merupakan permasalahan penting yang juga harus mendapatkan perhatian. Program pemanduan dan pembibitan atlet berbakat di negara maju telah dilaksanakan dengan mendapat dukungan dari sumber daya yang memadai, termasuk bukan saja dari pemerintah dan masyarakat, tetapi dukungan kepakaran melalui pendekatan ilmiah. Kecanggihan dalam bidang pengukuran dan evaluasi yang dapat digunakan untuk meramal prestasi seseorang, hal ini mendorong kita untuk bekerja secara efektif dalam melaksanakan pembinaan prestasi olahraga untuk meningkatkan prestasi olahraga secara optimal.

Disadari bahwa upaya mencapai prestasi dalam olahraga merupakan hal yang kompleks, karena melibatkan banyak faktor antara lain, faktor internal seperti : fisik dan mental atlet dan faktor eksternal seperti pelatih, organisasi, sarana prasarana, lingkungan dsb. Faktor internal sesungguhnya bersumber dari kualitas atlet itu sendiri, dimana atlet yang berkualitas berarti mempunyai bakat bawaan yang sesuai dengan tuntutan cabang olahraga dan siap dikembangkan mencapai prestasi puncak. Pengalaman menunjukkan bahwa hanya atlet yang berbakat dan mau latihan yang baik dapat mencapai prestasi puncak (*peack*

performance). Prestasi puncak merupakan hasil dari seluruh usaha program pembinaan dalam jangka waktu tertentu (3-5 tahun) yang merupakan paduan dari proses latihan yang dirancang secara sistematis, berjenjang, berulang-ulang dan makin lama makin meningkat. Terciptanya prestasi puncak adalah hasil dari persiapan atlet yang amat cermat, berdasarkan program latihan, yang terorganisasi secara sangat rinci, direncanakan secara bertahap, obyektif dan diterapkan secara berkesinambungan. (Harsuki 2003:308)

Dari sekian banyak olahraga di Indonesia, cabang olahraga panjat tebing merupakan salah satu cabang olahraga yang akhir-akhir ini mulai banyak digemari oleh masyarakat umum, khususnya dikalangan remaja. Hal ini terbukti dari semakin seringnya diselenggarakan kejuaraan panjat tebing, baik yang dilakukan antar pelajar sekolah, mahasiswa pecinta alam maupun masyarakat umum. Olahraga panjat tebing telah menjadi trend yang digemari dan dijadikan olahraga tantangan bagi para generasi muda. Di samping itu, olahraga yang penuh tantangan dan harus dilakukan dengan keberanian dan ketrampilan ini ternyata mampu menjadi olahraga alternatif bagi para generasi muda kita untuk menyalurkan energi mereka pada kegiatan yang positif dan konstruktif.

Olahraga panjat tebing memiliki seperangkat nilai positif yang harus kita kembangkan terus, antara lain pembentukan watak dan karakter, mengokohkan kepribadian, memupuk jiwa sportif, sederhana, patriotis dan penuh semangat juang, serta merupakan penyaluran bakat dan prestasi. Olahraga keras seperti panjat tebing ini dapat digunakan sebagai pembinaan kepribadian. Nilai tersebut

dibutuhkan dalam mengembangkan kepribadian bagi penyiapan sumber daya manusia untuk pembangunan.

Panjat tebing adalah olahraga individu maupun kelompok (beregus), dimana setiap atlet harus memiliki kemampuan yang baik pada dirinya sehingga dalam suatu pertandingan dapat dimenangkannya. Kemampuan individu dalam usaha meningkatkan prestasi panjat tebing membutuhkan waktu yang panjang, terprogram dan dimulai sejak dini. Selain itu juga mampu bekerja sebagai kelompok saat diterjunkan dalam ajang beregu.

Dalam melakukan suatu pembinaan diperlukan wadah atau organisasi yang dapat membina pemain sehingga dapat menjadikan pemain yang handal, selain itu adanya sarana dan prasarana atau fasilitas yang mendukung terlaksananya latihan yang sistematis, dan hal yang penting lainnya adalah pendanaan yang merupakan faktor pokok untuk terlaksananya tujuan suatu organisasi. Dalam pembinaan prestasi olahraga akan melibatkan berbagai pihak tidak hanya tertuju oleh para atlet dan pelatihnya saja, tetapi juga pihak pengurus organisasi panjat tebing tersebut, dan hal lain yang dapat meningkatkan prestasi panjat tebing. Maka organisasi yang menjadi wadah atau tempat kegiatan panjat tebing juga sangat berperan penting dan harus juga diperhatikan.

— Federasi Panjat Tebing Indonesia (FPTI) sebagai induk organisasi panjat tebing di Indonesia dalam rangka memajukan prestasi panjat tebing dengan mengadakan kejuaraan-kejuaraan atau kompetisi-kompetisi antar klub panjat tebing, dalam hal ini dimaksudkan untuk mencari bibit-bibit atlet yang baik melalui organisasi atau klub panjat tebing yang ada di Indonesia.

Salah satu organisasi / klub panjat tebing di Indonesia yang telah diakui keberadaannya yaitu klub panjat tebing *On-Sight* Batang, sebuah klub panjat tebing yang berada di Kabupaten Batang berdiri sejak 1 Januari 2007 dan beralamatkan di Jl. A.Yani Gg. 8 (Kemuning) no.3, Kauman, Batang. Terdiri dari 17 atlet meliputi Senior dan Kelompok Umur, Senior sebanyak 1 atlet (di atas 20 tahun). Kelompok umur meliputi Junior sebanyak 4 atlet (umur 18-19 tahun), *Youth A* sebanyak 4 anak (umur 16-17 tahun), *Youth B* sebanyak 1 atlet (umur 14-15 tahun), *Spider Kid A* sebanyak 2 atlet (umur 12-13 tahun), *Spider Kid B* sebanyak 2 atlet (umur 10-11 tahun), *Spider Kid C* sebanyak 3 atlet (umur 7-9 tahun). Keadaan dan permasalahan yang ada mencakup aspek program pembinaan, aspek sarana prasarana, aspek organisasi dan pengelolaan klub, serta aspek prestasi yang merupakan hasil pembinaan klub.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi olahraga Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang menjadi perhatian dan ketertarikan peneliti karena:

- 1) Semua atlet-atletnya masuk dalam tim inti atlet panjat tebing Kabupaten Batang.
- 2) Banyaknya atlet Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang yang menjuarai kejuaraan panjat tebing tingkat Karesidenan, Provinsi, Nasional bahkan ada juga yang masuk peringkat 4 (empat) di Asia. Hal ini dapat dilihat dari tabel prestasi atlet sebagai berikut.

Tabel 1.
Daftar Prestasi Atlet Klub Panjat Tebing On-Sight Batang

No.	Nama Atlet	Tanggal /Nomor Piagam	Juara	Tingkat	Nomor	Keterangan
1.	Asrul Sani	8-7-2007	4	Karesidenan	Lead Umum	Piala Rektor UNIKAL
2.	Firma Kartika Dewi	29-7-2007	1	Karesidenan	Lead Umum	Brebes Climbing Competition
3.	Firma Kartika Dewi	19-8-2007	2	Karisidenan DULONGMA S	Lead Umum	PORDULONGMAS di Purwokerto
4.	Firma Kartika Dewi	2-9-2007	2	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG di Pemalang
5.	Firma Kartika Dewi	25-11-2007	4	Nasional	Lead Kelompok Umur	Kejurnas FPTI di Cijantung Jakarta
6.	Firma Kartika Dewi	30-12-2007	4	Asia	Lead Kelompok Umur	Asia Youth Competition di Jogjakarta
7.	M. Heri Gunawan	18-11-2008	2	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda JATENG di Karanganyar
8.	Firma Kartika Dewi	18-11-2008	3	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Pra Kualifikasi PORPROV JATENG di Karanganyar
9.	Kiromal Katibin	18-11-2008	1	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG di Karanganyar
10.	Kiromal Katibin	28-12-2008	8	Nasional	Lead Kelompok Umur	Kejurnas FPTI di Jogjakarta
11.	Asrul Sani	20-6-2009	9	Nasional	Lead Junior	Walikota Cup Surabaya
12.	M. Heri Gunawan	20-6-2009	7	Nasional	Lead Junior	Walikota Cup Surabaya
13.	Firma Kartika Dewi	20-6-2009	2	Nasional	Lead Kelompok Umur	Walikota Cup Surabaya
14.	Wahid Hamzah	20-6-2009	2	Nasional	Lead Kelompok Umur	Walikota Cup Surabaya
15.	Rury Diwira R.	20-6-2009	2	Nasional	Lead Kelompok Umur	Walikota Cup Surabaya
16.	Firma Kartika Dewi	1-8-2009	2	Provinsi	Lead Kelompok Umur	PORPROV JATENG di Solo
17.	Wahid Hamzah	1-8-2009	3	Provinsi	Lead Kelompok Umur	PORPROV JATENG di Solo
18.	Asrul Sani	15-6-2010	1	Karesidenan	Speed Umum	Kompetisi Panjat Tebing dalam rangka HUT Kab.Batang (Sirkuit I FFTP)
19.	Agus Supriyanto	15-6-2010	6	Karesidenan	Lead Umum	Kompetisi Panjat Tebing dalam rangka HUT Kab.Batang (Sirkuit I FFTP)
20.	Firma Kartika Dewi	15-6-2010	1	Karesidenan	Lead Umum	Kompetisi Panjat Tebing dalam rangka HUT Kab.Batang (Sirkuit I FFTP)
21.	Wahid Hamzah	15-6-2010	3	Karesidenan	Lead Umum	Kompetisi Panjat Tebing dalam rangka HUT Kab.Batang (Sirkuit I FFTP)
22.	Rury Diwira R.	15-6-2010	3	Karesidenan	Speed Umum	Kompetisi Panjat Tebing dalam rangka HUT Kab.Batang (Sirkuit I FFTP)

23.	Firma Kartika Dewi	30-6-2010	1	Nasional	Lead Kelompok Umur	Walikota Cup Surabaya
24.	Rury Diwira R.	30-6-2010	3	Nasional	Lead Kelompok Umur	Walikota Cup 2010 di Surabaya
25..	Baldah Kaje	10-6-2010	4	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
26.	Asrul Sani	10-7-2010	1	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
27.	M. Heri Gunawan	10-7- 2010	3	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
28.	Firma Kartika Dewi	10-7-2010	2	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
29.	Wahid Hamzah	10-7-2010	2	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
30.	Rury Diwira R.	10-7-2010	3	Karesidenan	Lead Umum	Super Wall Climbing Competition UNIKAL
31.	Kiromal Katibin	1-8-2010	8	Nasional	Kelompok Umur	ESGE Climbing Competition X di Gresik
32.	Baldah Kaje	24-10-2010	3	Karesidenan	Lead Umum	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
33.	Asrul Sani	24-10-2010	1	Karesidenan	Speed Umum	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
34.	M. Heri Gunawan	24-10-2010	3	Karisidenan	Lead Umum	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
35.	Firma Kartika Dewi	24-10-2010	2	Karesidenan	Lead Umum	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
36.	Rury Diwira R.	24-10-2010	1	Karesidenan	Speed umum	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
37.	Firman Kartika Dewi	24-10-2010	1	Karesidenan	Lead Pelajar	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
38.	Rury Diwira R.	24-10-2010	1	Karesidenan	Lead Pelajar	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
39.	Kiromal Katibin	24-10-2010	1	Karesidenan	Lead pelajar	Sirkuit II FFTP Kab.Pemalang
40.	Asrul Sani	7-11-2010	1	Provinsi	Speed Junior	Kejurda FPTI JATENG
41.	Firma Kartika Dewi	7-11-2010	1	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG
42.	Rury Diwira R.	7-11-2010	3	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG
43.	Wahid Hamzah	7-11-2010	2	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG
44.	Waryani	7-11-2010	4	Provinsi	Lead Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG
45.	Cipto Saputra	7-11-2010	4	Provinsi	Speed Kelompok Umur	Kejurda FPTI JATENG
46.	Farida	7 -11-2010	3	Provinsi	Lead Kelompor Umur	Kejurda FPTI JATENG
47.	M. Heri Gunawan	27-12-2010	2	Karesidenan	Lead Umum	Sirkut III FFTP Kota Tegal
48.	Rury Diwira R.	27-12-2010	1	Karesidenan	Lead Umum	Sirkut III FFTP Kota Tegal
49.	Kiromal Katibin	27-12-2010	1	Karesidenan	Lead Pelajar	Sirkut III FFTP Kota Tegal
50.	Mia Amelia	27-12-2010	1	Karesidenan	Lead Pelajar	Sirkut III FFTP Kota Tegal
51.	Sabrina Aulia R.	27-12-2010	2	Karesidenan	Lead Pelajar	Sirkut III FFTP Kota Tegal

1.2 Fokus Masalah

Dengan melihat latar belakang yang sudah dijelaskan di atas maka permasalahan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah faktor-faktor apasajakah yang mempengaruhi pencapaian prestasi klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang tahun 2011?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor apasajakah yang mempengaruhi pencapaian prestasi klub Panjat Tebing *On-sight* Batang tahun 2011.

1.4 Kegunaan Hasil Penelitian

Dengan adanya penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang tahun 2011 inilah, peningkatan dan pembinaan diharapkan akan dapat memperoleh dan mempunyai nilai manfaat sebagai berikut :

- 1) Sebagai sumbangan informasi yang dapat dipakai sebagai bahan masukan bagi klub terhadap pembinaan prestasi agar semakin maju.
- 2) Sebagai masukan bagi olahragawan, pelatih, pembina olahraga, dalam upaya peningkatan prestasi cabang olahraga panjat tebing.

- 3) Sebagai sumbangan informasi terhadap DISPORA mengenai pembinaan prestasi cabang olahraga panjat tebing di Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang.

1.5 Sumber Pemecahan Masalah

Untuk menghindari salah penafsiran atau pengertian dalam penelitian ini dan untuk memberikan gambaran yang jelas ke arah tujuan yang dimaksud, maka terlebih dahulu dibuat sumber pemecahan masalah yang digunakan dalam judul penelitian sebagai berikut.

1.5.1 Prestasi Olahraga

Prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dsb). (KBBI, 2003:895)

Prestasi olahraga dapat diartikan sebagai hasil yang dicapai dalam suatu kegiatan atau latihan yang menghasilkan perubahan-perubahan, perubahan itu dapat berupa pengetahuan, pemahaman, keterampilan, yang terjadi akibat latihan. Dalam hal ini prestasi merupakan hasil akhir yang dicapai oleh atlet setelah mengikuti latihan pada cabang olahraga tertentu.

Pengertian prestasi olahraga menurut Sumarno Sumoprawiro dalam <http://jurnalilmiaholahraga.blogspot.com> (2009), dijelaskan bahwa prestasi sebagai pencapaian akhir yang memuaskan oleh seseorang atau tim, berdasarkan target awal yang dibebankan. Jadi prestasi tidak selalu identik dengan juara. Walaupun tidak menjadi juara atau meraih kemenangan, tetapi bila itu sudah

dapat memenuhi atau bahkan melampaui target awal, maka itu sudah dapat dikatakan berprestasi.

Prestasi merupakan tolak ukur yang dapat dipergunakan seseorang untuk mengukur tingkat kualifikasi seseorang dalam menguasai dan memahami berbagai teknik dan taktik selama latihan yang telah diberikan oleh pelatih. Maka sudah barang tentu semua manusia sebagai atlet akan selalu mengharapkan untuk dapat memperoleh prestasi yang setinggi-tingginya.

1.5.2 Olahraga Panjat Tebing

Panjat tebing adalah salah satu cabang olahraga yang penuh tantangan dan harus dilakukan dengan keberanian. Selain bertumpu pada kekuatan tangan, kaki dan gaya gerakan, juga harus memiliki keahlian saat memanjat dinding (tebing buatan) yang terbuat dari kayu, selain memerlukan stamina, olahraga ini dibutuhkan konsentrasi untuk menyiasati agar tangan dan kaki selalu menempel serta tidak terpelehet oleh pijakan poin. Pijakan poin ini terbuat dari batu-batuan yang dipasang di dinding, fungsinya untuk dijadikan pijakan atau pegangan pada saat ingin memanjat. Untuk tinggi dinding biasanya mencapai 20 meter (standar Nasional).

Kegiatan Olahraga Panjat Tebing merupakan suatu kegiatan pemanjatan di tebing alam maupun tebing buatan menggunakan gabungan kemampuan fisik, strategi manusia untuk menuju tempat yang lebih tinggi dari puncak tebing serta didukung oleh moril dan mental yang sehat. (FPTI JATENG, 2001: 8)

Menurut FPTI JATENG (2001) dalam perlombaan panjat tebing terdapat 4 macam kategori, yaitu: *lead*, *boulder*, *speed* dan *dyno*. *Lead* merupakan kompetisi

dimana pemanjat dilakukan dengan cara merintis (*leading*), setiap titik pengaman (*quickdraw*) dikaitkan secara berurutan *di-belay* dari bawah, jarak yang paling tinggi yang dapat ditempuh antara sumbu jalur menentukan peringkat atlet pada satu babak. *Boulder* merupakan kompetisi yang terdiri dari sejumlah *boulder problem*. Setiap pemanjat melakukan secara *solo* dan diamankan dengan matras landasan jatuh. Jumlah keseluruhan jumlah nilai yang diraih oleh atlet pada tiap *boulder problem*, dan jumlah usaha yang digunakan untuk mencapai batas tertentu menentukan peringkat atlet. *Speed* merupakan kompetisi dimana pemanjatan dilakukan dengan *top-rope*, atlet *di-belay* dari bawah. Waktu yang ditempuh atlet dalam menyelesaikan jalur menentukan peringkat atlet dalam suatu kompetisi. *Dyno* merupakan kompetisi lonjak atau melompat setinggi-tingginya untuk meraih *hold* (pegangan), dengan posisi, jarak maupun jenis *hold* yang telah ditentukan. Setiap lonjakan pada *dyno problem* dilakukan secara *solo* dan diamankan dengan matras landasan jatuh.

Pembagian kelompok dalam kompetisi Olahraga Panjat Tebing, meliputi:

- (1) Senior, usia 20 tahun keatas.
- (2) Kelompok Umur, meliputi: Junior (usia 18 – 19 tahun), *Youth A* (usia 16 – 17 tahun), *Youth B* (usia 14 – 15 tahun), *Spider Kid A* (usia 12 – 13 tahun), *Spider Kid B* (usia 10 – 11 tahun), *Spider Kid C* (usia 7 – 9 tahun).

1.5.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi olahraga

Upaya atlet untuk memperoleh prestasi yang tinggi banyak faktor yang mempengaruhi. Menurut Faidillah Kurniawan dalam <http://blog.uny.ac.id> (2010), Beberapa faktor penentu pencapaian prestasi maksimal terdiri dari dua faktor

besar, yaitu faktor indogen dan faktor eksogen. Faktor indogen yaitu, kesehatan fisik dan mental, bentuk tubuh serta proporsi tubuh selaras dengan olahraga yang diikuti, penguasaan teknik, penguasaan taktik, memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, memiliki kematangan juara yang mantap. Faktor eksogen yaitu, pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, lingkungan dsb.

Apabila seseorang dapat melalui faktor utama pada diri atlet serta dapat melaksanakan faktor pendukungnya maka bisa dipastikan seorang atlet akan memperoleh hasil yang memuaskan. Sebagaimana yang timbul dilingkungan para atlet, prestasi merupakan harapan agar memperoleh hasil yang sebaik-baiknya dan setinggi-tingginya. Namun demikian faktor-faktor kesulitan di dalam latihan akan selalu muncul. Maka dari itu kita harus dapat menghilangkan ataupun mengurangi berbagai faktor penghabat sebagai kesulitan di dalam latihan seperti yang diungkapkan di atas. Upaya mengurangi faktor kesulitan tersebut hendaknya dilaksanakan secara rutin dan tidak cepat putus asa.

1.5.4 Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang

Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang adalah salah satu klub Panjat Tebing yang ada di Jawa Tengah yang telah diakui keberadaannya sejak 1 Januari 2007 beralamatkan di Jl. A.Yani Gg. 8 (Kemuning) no.3, Kelurahan Kauman, Kecamatan Batang, Kabupaten Batang. Terdiri dari 17 atlet meliputi Senior dan Kelompok Umur, Senior sebanyak 1 atlet (di atas 20 tahun). Kelompok umur meliputi Junior sebanyak 4 atlet (umur 18-19 tahun), *Youth A* sebanyak 4 anak (umur 16-17 tahun), *Youth B* sebanyak 1 atlet (umur 14-15 tahun), *Spider Kid A* sebanyak 2 atlet (umur 12-13 tahun), *Spider Kid B* sebanyak 2 atlet (umur 10-11 tahun), *Spider Kid C* sebanyak 3 atlet (umur 7-9 tahun).

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Prestasi Olahraga

Setiap atlet maupun klub yang menaunginya pastilah mengharapkan prestasi dalam cabang olahraga yang ditekuninya, karena prestasi adalah salah satu tolak ukur atlet selama mengikuti program latihan. Mengenai prestasi olahraga akan dijelaskan sebagai berikut.

2.1.1 Hakikat Prestasi Olahraga

“Prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari apa yang telah dilakukan, dikerjakan, dsb)”. (KBBI, 2003:895)

Prestasi olahraga dapat diartikan sebagai hasil yang dicapai dalam suatu kegiatan atau latihan yang menghasilkan perubahan-perubahan, perubahan itu dapat berupa pengetahuan, pemahaman, keterampilan, yang terjadi akibat latihan. Dalam hal ini prestasi merupakan hasil akhir yang dicapai oleh atlet setelah mengikuti latihan pada cabang olahraga tertentu.

Prestasi olahraga Menurut Sumarno Sumoprawiro dalam <http://jurnalilmiaholahraga.blogspot.com> (2009), kata prestasi dapat diartikan sebagai ‘pencapaian akhir yang memuaskan oleh seseorang atau tim, berdasarkan target awal yang dibebankan’. Jadi prestasi tidak selalu identik dengan juara. Walaupun tidak menjadi juara atau meraih kemenangan, tetapi bila itu sudah dapat memenuhi atau bahkan melampaui target awal, maka itu sudah dapat dikatakan berprestasi.

Prestasi merupakan tolak ukur yang dapat dipergunakan seseorang untuk mengukur tingkat kualifikasi seseorang dalam menguasai dan memahami berbagai teknik dan taktik selama latihan yang telah diberikan oleh pelatih. Maka sudah barang tentu semua manusia sebagai atlet akan selalu mengharapkan untuk dapat memperoleh prestasi yang setinggi-tingginya, yang pastinya didukung dengan usaha pencapaian prestasi yang baik pula.

2.1.2 Tahapan Pencapaian Prestasi

Untuk mencapai prestasi olahraga yang setinggi-tingginya, seorang atlet dengan bimbingan pelatih memerlukan waktu bertahun-tahun untuk latihan secara kontinyu, meningkat, bertahap dan berkesinambungan. Prestasi maksimal olahraga tidak dapat diperoleh secara kebetulan atau untung-untungan saja, oleh karena itu untuk menghindari faktor kebetulan dalam prestasi olahraga diperlukan dengan sengaja penguasaan ilmu oleh pelatih dalam melatih atletnya. Rubianto Hadi (2002: 63-65) menjelaskan mengenai beberapa tahapan pencapaian prestasi olahraga sebagai berikut :

(1) Tahap Latihan Dasar

Tahap latihan dasar merupakan tahap latihan awal yang harus dilewati oleh atlet muda sebelum masuk dalam spesialisasi pada satu-satunya cabang yang akan ditekuni. Dengan melakukan aktifitas dalam latihan dasar yang berprinsip multilateral maka dimungkinkan atlet muda dapat diidentifikasi bakatnya sejak dini. Tujuan pada tahap ini adalah memberikan landasan yang baik kepada atlet muda berkaitan dengan aspek fisik, mekanik, psikologi dan

moral sebagai prekondisi untuk mencapai hasil yang baik melalui kemampuan pengembangan, ketrampilan dan karakter.

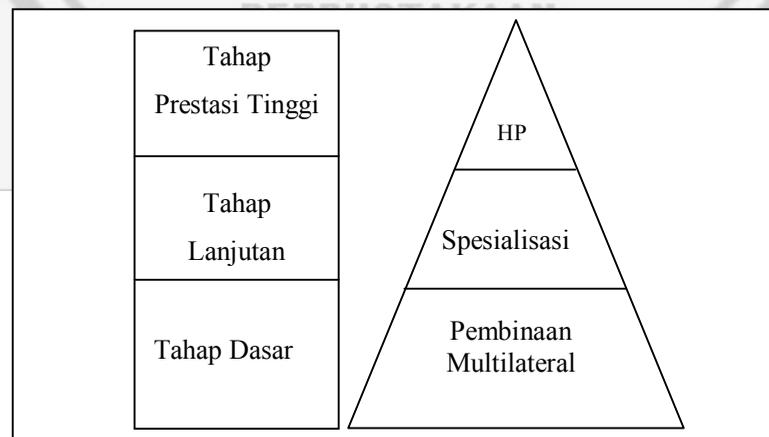
(2) Tahap Latihan Lanjutan

Tahap lanjutan merupakan tahap penghubung dari tahap latihan dasar menuju tahap prestasi tinggi. Tujuan latihan pada tahap ini adalah untuk memperkuat fondasi keterampilan, kualitas dan kemampuan fisik dan melakukan latihan yang lebih khusus pada cabang olahraga / nomor yang ditekuni.

(3) Tahap Prestasi Tinggi

Tahap ini merupakan bagian terakhir pada seluruh proses latihan. Tujuan pada tahap ini adalah kemampuan atlet untuk mengikuti kejuaraan nasional dan internasional serta mencatatkan prestasi yang terbaik. Sasaran pada tahap ini adalah melakukan spesialisasi pada tingkat tertinggi untuk mencapai prestasi.

Seluruh pentahapan latihan di atas dapat divisualisasikan dalam gambar sebagai berikut :



Gambar 1. Tahap Latihan (adaptasi dari Bompa)
Sumber: Rubianto Hadi (2002: 65)

2.2 Olahraga Panjat Tebing

Panjat tebing adalah salah satu cabang olahraga ekstrim yang telah terdaftar resmi di Komite Olahraga Indonesia dan telah dipertandingkan di event PON. Untuk mengetahui olahraga panjat tebing ini akan dijelaskan sebagai berikut :

2.2.1 Hakikat Olahraga Panjat Tebing

Panjat tebing adalah salah satu cabang olahraga yang penuh tantangan dan harus dilakukan dengan keberanian. Olahraga ini tidak seperti yang lainnya, selain bertumpu pada kekuatan tangan dan kaki, juga harus memiliki keahlian saat memanjat dinding (tebing buatan) yang terbuat dari kayu, yang lebih tepatnya merayapi dinding seperti binatang cicak. Selain memerlukan stamina, olahraga ini dibutuhkan konsentrasi untuk menyiasati agar tangan dan kaki selalu menempel serta tidak terpeleset oleh pijakan poin. Pijakan poin ini terbuat dari batu-batuan yang dipasang di dinding, fungsinya untuk dijadikan pijakan atau pegangan pada saat ingin memanjat. Untuk tinggi dinding biasanya mencapai 20 meter.

Kegiatan Olahraga Panjat Tebing merupakan suatu kegiatan pemanjatan di tebing alam maupun tebing buatan menggunakan gabungan kemampuan fisik, strategi manusia untuk menuju tempat yang lebih tinggi dari puncak tebing serta didukung oleh moril dan mental yang sehat. (FPTI JATENG, 2001: 8)

Olahraga panjat tebing bisa dikatakan olahraga yang masih baru, meskipun cikal bakalnya *mountaineering* sudah berjalan berabad-abad yang lalu, *mountaineering* sebagai olahraga baru dicatat pada tanggal 8 agustus 1786 ketika Dr. Paccard dan Jack Balmat berhasil mencapai puncak Mountain Blanc yang

merupakan puncak tertinggi pegunungan Alpen, puncak ini berhasil ditapaki meski dengan peralatan sederhana. Dan peristiwa-peristiwa itu memacu para pendaki untuk melakukan kegiatan yang sama dengan persiapan yang lebih matang dan program latihan pun disusun seperti olahraga pada umumnya.

Modern Sport Climbing hadir sebagai pembaharuan dari panjat tebing secara tradisional. Program latihan sudah memacu kepada standar Olympiade, penemuan teknologi peralatan yang lebih baik terus berkembang sehingga seorang pemanjat bisa lebih fokus kepada peningkatan prestasi yang optimal. Tahun 1989 Indonesia kedatangan tamu pemanjat dari Perancis dan sekaligus memperkenalkan tebing buatan yang sempat terpasang di gedung Menpora. Atas kunjungan ini, dibentuk Federasi Panjat Gunung Tebing Indonesia (FPGTI) dengan ketua Harry Suliztiarto. Selang beberapa tahun, tepatnya bulan maret 1990, dalam acara lomba Panjat Tebing Nasional I di Bintaro Jakarta, FPGTI berubah menjadi Federasi Panjat Tebing Indonesia (FPTI) hingga sekarang.

Dalam perkembangan berikutnya, FPTI berusaha untuk menjadi lembaga yang mendapat pengakuan baik dari para pelakunya maupun oleh pemerintah. Pada tahun 1992 FPTI secara resmi diterima menjadi anggota UIAA, sedangkan diterimanya sebagai anggota KONI yang ke-50 setelah tahun 1994. Pada tanggal 13-16 Januari melaksanakan ekshibisi PON XIV 1996. Masuk dalam cabang olahraga yang dipertandingkan dalam PON XV 2000 di Surabaya.

Menurut FPTI JATENG (2001) dalam perlombaan panjat tebing terdapat 4 macam kategori, yaitu: *lead*, *boulder*, *speed* dan *dyno*. *Lead* merupakan kompetisi dimana pemanjat dilakukan dengan cara merintis (*leading*), setiap titik pengaman

(*quickdraw*) dikaitkan secara berurutan *di-belay* dari bawah, jarak yang paling tinggi yang dapat ditempuh antara sumbu jalur menentukan peringkat atlet pada satu babak. *Boulder* merupakan kompetisi yang terdiri dari sejumlah *boulder problem*. Setiap pemanjat melakukan secara *solo* dan diamankan dengan matras landasan jatuh. Jumlah keseluruhan jumlah nilai yang diraih oleh atlet pada tiap *boulder problem*, dan jumlah usaha yang digunakan untuk mencapai batas tertentu menentukan peringkat atlet. *Speed* merupakan kompetisi dimana pemanjatan dilakukan dengan *top-rope*, atlet *di-belay* dari bawah. Waktu yang ditempuh atlet dalam menyelesaikan jalur menentukan peringkat atlet dalam suatu kompetisi. *Dyno* merupakan kompetisi lonjak atau melompat setinggi-tingginya untuk meraih *hold* (pegangan), dengan posisi, jarak maupun jenis *hold* yang telah ditentukan. Setiap lonjakan pada *dyno problem* dilakukan secara *solo* dan diamankan dengan matras landasan jatuh.

Pembagian kelompok dalam kompetisi Olahraga Panjat Tebing, meliputi Senior, usia 20 tahun keatas. Kelompok Umur, meliputi: Junior (usia 18 – 19 tahun), *Youth A* (usia 16 – 17 tahun), *Youth B* (usia 14 – 15 tahun), *Spider Kid A* (usia 12 – 13 tahun), *Spider Kid B* (usia 10 – 11 tahun), *Spider Kid C* (usia 7 – 9 tahun).

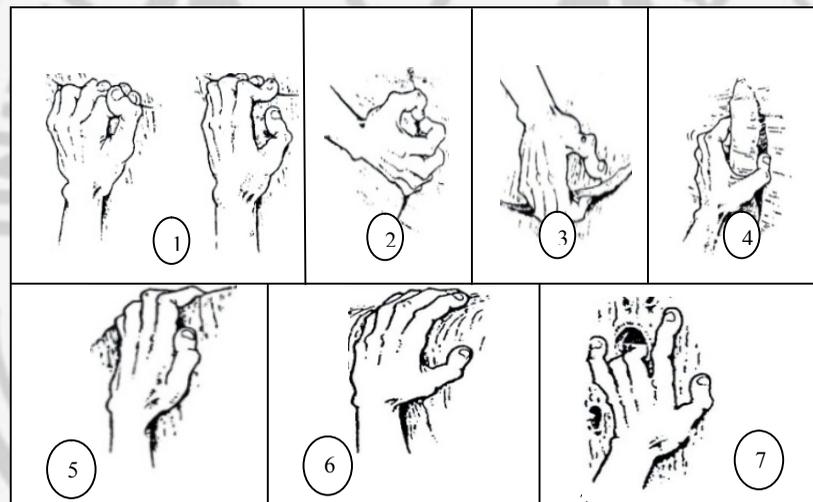
2.2.2 Teknik Dasar Panjat Tebing

Teknik adalah melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal. Tujuan panjat tebing adalah memeragakan teknik dan taktik pemanjatan di tebing (tebing buatan) untuk

mencapai puncak sehingga dapat meraih kemenangan dalam suatu pertandingan. Teknik panjat tebing yang harus dikuasai dan ditingkatkan kemampuannya meliputi teknik pegangan, teknik pijakan dan teknik gerakan.

2.2.2.1 Pegangan

Sebuah teknik dasar dalam panjat tebing yang berhubungan dengan pengaturan posisi tangan atau cengkraman jari pada batuan (*point-point*) saat melakukan pemanjatan. Teknik-teknik pegang meliputi: 1) *Crimp Grip*, 2) *Side Pull*, 3) *Undercling*, 4) *Picnh Grip*, 5) *Open Hand*, 6) *Sloper*, 7) *Pocket*. Teknik-teknik pegangan dalam panjat tebing divisualisasikan dalam gambar sebagai berikut:



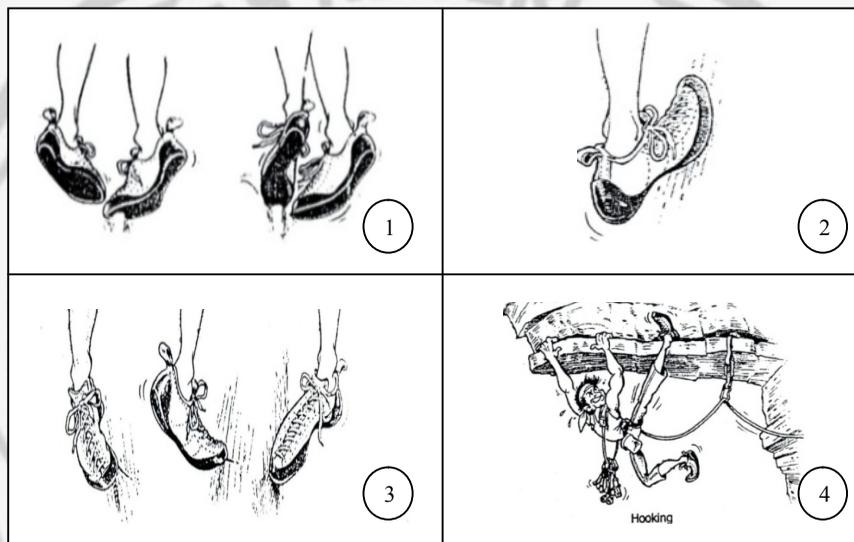
Gambar 2. Teknik-teknik pegangan
Sumber: Madawirna (2004: 32-33)

Keterangan gambar :

1. *Crimp Grip*,
2. *Side Pull*,
3. *Undercling*,
4. *Picnh Grip*,
5. *Open Hand*,
6. *Sloper*,
7. *Pocket*.

2.2.2.2 Pijakan

Sebuah teknik dasar dalam panjat tebing yang berhubungan dengan pengaturan posisi kaki pada batuan (*point-point*) saat melakukan pemanjatan. Teknik-teknik pijakan meliputi: 1) Pergantian pijakan, 2) *Friksi* sepatu, 3) *Smearing*, 4) *Hooking*. Berikut gambar yang bisa menjelaskan macam-macam teknik pijakan dalam panjat tebing.



Gambar 3. Teknik-teknik pijakan
Sumber: Madawirna (2004: 32-33)

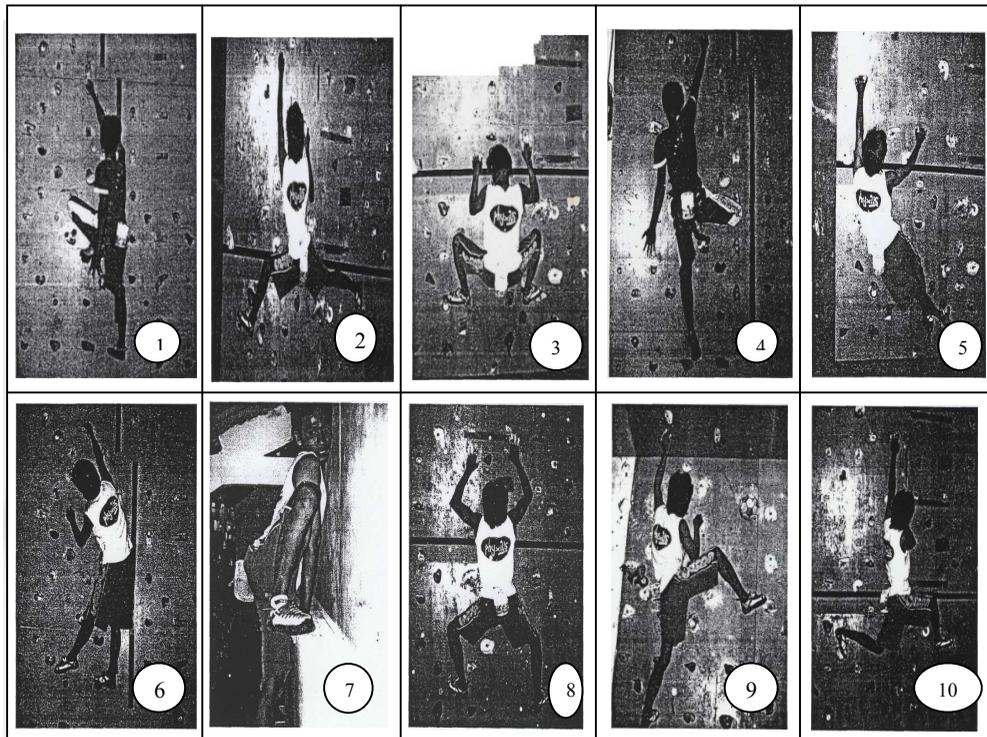
Keterangan :

1. Pergantian pijakan,
2. *Friksi* sepatu,
3. *Smearing*,
4. *Hooking*.

2.2.2.3 Gerakan

Merupakan sebuah teknik dalam panjat tebing yang menyatukan antara teknik pegangan, pijakan dan gerakan badan saat menemui sebuah *point* (batuan) dalam sebuah pemanjatan. Teknik-teknik gerakan meliputi : 1) *Diagonal*

Movement, 2) *Paralel Movement*, 3) *Frogging*, 4) *Body Tension*, 5) *Flagging*, 6) *Twisting*, 7) *Mantling*, 8) *Dynamic Movement*, 9) *Static Movement*, 10) *Drop Knee*. Berikut gambar yang bisa menjelaskan macam-macam teknik gerakan dalam panjat tebing.



Gambar 4. Teknik Gerakan Panjat Tebing
Sumber: Slamet Santoso (2007: 1-5)

Keterangan :

1. *Diagonal Movement*
2. *Paralel Movement*
3. *Frogging*
4. *Body Tension*
5. *Flagging*
6. *Twisting*
7. *Mantling*
8. *Dynamic Movement*
9. *Static Movement*
10. *Drop Knee*

2.2.3 Program Latihan Panjat Tebing

Menurut Slamet Santoso (2007) waktu dalam pembuatan program latihan yang ideal ada 3 macam yaitu jangka pendek 4-6 bulan, jangka menengah 6-8 bulan dan jangka panjang 8-12 bulan. Dan masing-masing program latihan memiliki 4 fase latihan yaitu pembentukan fisik umum yang terdiri 80% fisik dan 20% teknik selama 6-8 minggu, pembentukan fisik khusus terdiri dari 60% fisik dan 40% teknik selama 4-6 minggu, pra kompetisi 40% fisik dan 60% teknik selama 3-4 minggu serta fase kompetisi 20% fisik dan 80% teknik selama 1-2 minggu.

2.2.3.1 Fase Pembentukan Fisik umum

Menurut Slamet Santoso (2007) latihan dasar fisik secara umum yang dibutuhkan untuk melatih fisik antara lain aerobik dan Anaerobik. Adapun fungsi dari Aerobik adalah untuk meningkatkan Vo_{2max} dengan pengertian (V) Volume (O_2) oksigen yang dikonsumsi seseorang dinyatakan dalam ml/kg (berat tubuh) /menit atau biasa disebut juga dalam pengertian lain (kapasitas jangtung paru dalam menampung oksigen).

Aerobik itu sendiri yaitu suatu latihan yang dilakukan dengan kecepatan yang tetap tanpa menjadi lelah atau terengah-engah. Beberapa contoh latihan aerobik yaitu lari stabil 2.400 meter, lari stabil 12 menit, jogging, lari stabil 3.200 meter, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan dalam menyelesaikan latihan tersebut maka semakin baik Vo_{2max} nya.

Sedangkan anaerobik adalah latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan otot-otot tertentu dalam proses penggunaan tenaga secara maksimal

dalam suatu usaha. Anaerobik adalah aktivitas olahraga yang dilaksanakan dalam waktu pendek, tidak memerlukan oksigen dimana hanya membakar gula (glukosa) bukan lemak. Contoh latihan anaerobik konvensional yaitu sit up, push up, back up, pull up. Dalam olahraga panjat tebing adapun latihan beban yang dianjurkan sebagai berikut:

- (1) Leg Curl (otot belakang paha)
- (2) Leg Extension (otot bagian muka paha)
- (3) Bent-arm flay dan Bench press (otot dada)
- (4) Triceps Extension (otot lengan belakang)
- (5) Biceps curl (otot muka lengan)
- (6) Bent over row (otot punggung)
- (7) Pec Deck Butterfly (otot dada)
- (8) Finger flexors (otot jari tangan)

2.2.3.2 Fase Pembentukan Fisik khusus

Menurut Slamet Santoso (2007) dalam ini kita harus bisa menentukan tujuan dari program latihan yang akan kita susun dan disesuaikan dengan periodisasi yang ada, adapun sebagai gambaran fisik dalam aplikasi pemanjatan terbagi atas:

Tabel.2 Gambaran fisik dalam aplikasi pemanjatan

	Prosentase dari kekuatan maksimum			
	25%	50%	80%	100%
Aspek kekuatan	Daya Tahan Lokal / Endurance	Daya Tahan Tenaga / Strength Endurance	Kekuatan / Power Max	
Meliputi	- Lamanya waktu - Kekuatan sedang	- Berulang-ulang - Kekuatan cukup tinggi	- Singkat - Kekuatan maksimum	
Fisik dalam aplikasi pemajatan/contoh memanjat	- Lamanya waktu - Kecepatan terus menerus - Gerakan / jalur mudah	- Jalur pendek - Bergerak terus menerus - Sebanyak mungkin	- Jalur masalah - Kesulitan boulder - Sependek mungkin	

Dalam fase pembentukan fisik khusus ini juga terdapat beberapa bentuk sasaran diantaranya pembentukan

(1) Daya tahan lokal (endurance)

Daya tahan didefinisikan dan diukur sebagai pengulangan kontraksi submaksimal atau masa bertahan submaksimal (daya tahan isometric). Daya tahan dicapai dengan kontraksi serta otot yang berulang-ulang. System yang dipakai yaitu ber-seri (dengan volume latihan ringan sampai sedang intensitas tinggi jeda waktu istirahat sedikit).

(2) Kekuatan Maksimum (power max)

Kekuatan didefinisikan sebagai kerja yang dibagi dengan waktu, atau tingkat pelaksanaan kerja. Metode yang dipakai adalah piramida prosentase atau pyramid bilangan prima atau volume latihan berat intensitas sedikit jeda waktu istirahat banyak.

2.2.3.3 Fase Pra Kompetisi

Menurut Slamet Santoso (2007) dalam fase pra kompetisi yang perlu diperhatikan adalah bagaimana caranya seorang pelatih bisa menutupi kekurangan-kekurangan yang ada pada diri atlet dari sisi teknik, taktik dan strategi. Adapun teknik-teknik dasar pemanjatan yang harus dilatih meliputi pegangan, pijakan, gerakan dan lain sebagainya. Metode pelatihannya sebagai berikut:

Tabel.3 Menu latihan pemanjatan

Lead	Speed	Boulder
1. Endurance	1. Record	1. 8 gerakan
2. Strength Endurance	2. Endurance	2. 12 gerakan
3. Power	3. Power	3. 24 gerakan
4. Pemecahan Jalur	4. Endurance Kompetisi	4. 30 gerakan
5. Propeoseptive	5. Teknik	5. Stick Games
		6. Kuis Memecahan Jalur

2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Olahraga

Kita semua tentunya mengetahui bahwa pembentukan prestasi olahraga melalui beberapa faktor yang dominan. Karena di dalam olahraga yang kompetitif tujuan utama yang ingin dicapai oleh para atlet adalah mencapai prestasi puncak/optimal. Prestasi disini yang diperlihatkan adalah pemunculan (aktualisasi) tiga faktor yang terpadu pada seseorang atlet yaitu fisik, teknis dan psikis. Ketiga faktor tersebut terkadang masih sering sulit ditentukan, karena hal ini tergantung pada tingkatan prestasi yang sudah biasa atau yang diperlihatkan, disamping jenis olahraga yang sedang dilatihkan.

Dalam usaha membentuk seorang atlet sehingga berprestasi baik, mencapai rekor tinggi dan menjadi juara, potensi-potensi yang dimiliki hanya bisa dikembangkan sesuai dengan kerangka batasnya. Dalam hal ini kerangka batas dan potensi seseorang tidak selalu sama dengan orang lain meskipun dia saudara sekandung.

Upaya atlet untuk memperoleh prestasi yang tinggi banyak faktor yang mempengaruhi. Seperti yang dikatakan **Faidillah Kurniawan** dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), 'faktor penentu pencapaian prestasi maksimal terdiri dari dua faktor besar, yaitu faktor indogen dan faktor eksogen'. Faktor indogen atau faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri atlet itu sendiri, meliputi kesehatan fisik dan mental, bentuk tubuh serta proporsi tubuh selaras dengan olahraga yang diikuti, penguasaan teknik, penguasaan taktik, memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, memiliki kematangan juara yang mantap. Faktor berikutnya adalah faktor eksogen, yaitu faktor yang berasal

dari luar, faktor eksogen meliputi: pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, dan lingkungan, dsb.

2.3.1 Faktor Internal

Faktor intern adalah faktor yang timbul dari dalam diri individu. Menurut **Faidillah Kurniawan** dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), 'faktor penentu prestasi olahraga adalah faktor indogen atau atlet itu sendiri yang meliputi : kesehatan fisik dan mental yang baik'. Faktor internal tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

2.3.1.1 Bentuk Tubuh

Bentuk tubuh atau faktor konstitusi tubuh antara lain adalah anthropometris, Postur dan struktur tubuh, seperti : ukuran tinggi dan panjang tubuh, ukuran besar, lebar dan berat tubuh, *somato-type* tubuh hal ini harus sesuai dengan olahraga yang diikutinya. Contohnya pada cabang bola voli dan bola basket yang membutuhkan sosok atlet yang tinggi minimalnya 180 cm untuk putera.

2.3.1.2 Kondisi Fisik dan Kemampuan Fisik

Berdasarkan kriteria fisik meliputi: memiliki kemampuan otot mengatasi tahanan yang baik (kekuatan), mampu melakukan kerja dalam jangka waktu lama (daya tahan), memiliki kemampuan untuk bergerak dalam waktu yang cepat (kecepatan), kemampuan melakukan gerakan persendian melalui jangkauan daerah yang luas (fleksibilitas), kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien (koordinasi).

Fungsi organ-organ tubuh, seperti : daya kerja jantung, peredaran darah, daya kerja paru-paru, system pernapasan, daya kerja pernapasan, dan daya kerja panca indera bekerja dengan baik.

2.3.1.3 Penguasaan Teknik yang Sempurna

Hal ini dapat dibuktikan dengan mampu mengaplikasikan teknik-teknik yang ada pada cabang olahraga tertentu dengan gerakan yang baik, contoh pada olahraga panjat tebing atlet mampu menerapkan teknik pegangan, pijakan dan gerakan pemanjatan dengan baik sehingga jalur pemanjatan mudah diatasi.

2.3.1.4 Menguasai Masalah-masalah Taktik,

Penguasaan taktik ini berupa taktik perorangan, taktik kelompok, taktik tim, pola-pola pertahanan dan penyerangan sistem-sistem bertanding.

Hal ini juga sama seperti yang diungkapkan M. Yunus (1992: 170) hakikat bertaktik adalah mempergunakan daya fikir dan sikap kreatif serta improvisasi untuk menentukan alternatif pemecahan masalah yang efektif, efisien dan produktif dalam rangka mencapai kemenangan dalam bertanding.

2.3.1.5 Memiliki Aspek Kejiwaan dan Kepribadian

Untuk mencapai prestasi semaksimal mungkin disamping memiliki prestasi fisik yang tinggi perlu motor penggerak dan pendorong dari aspek kejiwaan dan kepribadian. Salah satu bentuk aspek kejiwaan itu adalah motivasi dari diri atlet itu sendiri. Menurut Purti K.A & Henny E. Wirawan dalam <http://www.psikologi.tarumanagara.ac.id> (2010) 'Motivasi adalah suatu hal yang didorong seseorang untuk melakukan atau mendapatkan sesuatu'.

Hampir senada dengan yang diungkapkan oleh *Anwar Pasau* dalam *Sajoto* (1988:3-4), faktor internal berupa aspek psikologis atau kaitanya dengan mental atau kejiwaan individu yang terdiri atas terdiri atas:

- (1) Intelektual, ditentukan oleh pendidikan, pengalaman dan bakat.
- (2) Motivasi, terdiri dari dua macam, yaitu dari diri atlet (internal): perasaan harga diri, kebanggaan, keinginan berprestasi, percaya diri, perasaan sehat, dan lain-lain. Dan dari luar diri atlet (eksternal) : penghargaan, pujian, hadiah (material, uang), kedudukan, dan lain-lain.
- (3) Kepribadian, yang menguntungkan dalam pembinaan prestasi, seperti : ketekunan, kematangan, semangat, berani, berhati-hati, mudah menerima, bijaksana/serius, tenang, percaya diri, terkontrol, cakap/pintar, praktis, teguh pendirian, dan lain-lain. Sedangkan yang kurang menguntungkan, seperti : mudah tersinggung/emosi, cepat bosan, kurang cakap, sembrono, ragu-ragu, pemalu, lambat menerima, curiga/cemburu, bersifat kewanitaan, tidak terkendali, tidak tetap pendirian, menyendiri, penakut, dan lain-lain.

2.3.1.6 Memiliki kematangan juara yang mantap.

Memiliki kematangan juara yang mantap maksudnya atlet tersebut dalam menghadapi pertandingan apapun kondisinya, selalu memperlihatkan keajegan prestasi cabang olahraga yang diikutinya.

Senada dengan *Suharno* (1986:77) yang dimaksud kematangan juara yang mantap yaitu kematangan penerapan kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental atlet dalam pertandingan dimana prestasi telah konstan (ajeg) meskipun

menghadapi situasi, kondisi yang berbeda-beda dalam hal tempat, alat, lawan dan lingkungan.

2.3.2 Faktor Eksternal

Faktor eksogen atau faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar, meliputi:

2.3.2.1 Faktor Pelatih

Peran pelatih dalam pemncapaian prestasi sangat penting, berikut ini akan dijelaskan mengenai hakikat, kriteria atau syarat pelatih serta tugas-tugasnya.

2.3.2.1.1 Hakikat Pelatih

Pelatih dalam kaitanya pencapaian prestasi merupakan bagian dari faktor eksternal, dialah yang akan mengolah atlet dan menjadikan sesuai dengan tujuannya yang diharapkan. Faktor pelatih akan menunjang tercapainya prestasi yang maksimal apabila memiliki kriteria tertentu dan mampu menjalankan tugas-tugasnya dengan baik.

2.3.2.1.2 Kriteria dan Tugas Pelatih

Menurut Suharno (1986:8-9), bahwa kriteria atau syarat-syarat pelatih yang baik itu memiliki:

- (1) Kemampuan fisik yang baik

Seorang pelatih harus memiliki kesehatan yang sempurna, artinya pelatih itu tidak berpenyakit jantung, paru-paru, saraf, tekanan darah tinggi, sakit kuning

dan lain-lainnya. Proporsi fisik yang harmonis sesuai dengan cabang olahraga yang ditangani. Karena seorang pelatih menjadi panutan bagi atletnya.

(2) Mengusai ilmu sesuai dengan bidangnya secara teoritis dan praktis

Memiliki skill yang baik sesuai dengan cabang olahraganya. Mengingat ilmu dan teknologi selalu berkembang, maka pelatih perlu menambah/mengembangkan ilmu dan skill cabang olahraganya merupakan suatu landasan kuat untuk menimbulkan wibawa dan keberhasilan di dalam proses kepelatihan.

(3) Kemampuan psikis yang baik

Memiliki daya fikir yang tinggi, daya cipta, kreatifitas dan imajinasi yang tinggi, perasaan yang stabil tidak mudah marah dalam menghadapi permasalahan baik dalam menangani atlet maupun dalam kesehariannya, memiliki kemampuan yang kuat, memiliki daya perhatian dan daya konsentrasi tinggi, memiliki daya motivasi yang besar, dan lain sebagainya.

(4) Berkepribadian baik sesuai dengan norma-norma hidup yang berlaku

Memiliki rasa tanggung jawab yang besar, disiplin dalam arti waktu dan pelaksanaan, dedikasi yang tinggi, sopan santun dalam tindakan, memiliki rasa sosial, demokrasi, adil, memiliki rasa humor, berani dan satunnya kata dengan perbuatan.

(5) Kemampuan penerapan ilmu di dalam masyarakat

Keberhasilan seorang pelatih di dalam melatih sangat tergantung dari mampu dan tidaknya penerapan ilmu dan skill yang telah dimilikinya hal ini untuk memperlihatkan hasil prestasi kerja sebaik-baiknya.

(6) Ahli dalam memberikan informasi/penjelasan ke atlet

Selain terampil melatih fisik seorang pelatih juga diharapkan mampu memberikan informasi dan penjelasan kepada atletnya secara baik, karena informasi yang sesuai akan memberikan dampak yang baik bagi seseorang dan dia akan lebih dipercayai.

(7) Memiliki sikap kepemimpinan yang baik

Pelatih harus merupakan seorang individu yang dinamis, yang dapat memimpin dan memberikan motivasi pada anak asuhnya maupun kepada asisten-asistennya.

(8) Bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa

Seorang pelatih mampu menerapkan perilaku yang baik sesuai dengan yang dianjurkan Tuhan Yang Maha Esa, memberikan contoh positif pada atletnya. Jadi seorang pelatih tidak hanya memberikan nasihat-nasihat berupa ucapan saja namun juga bisa memberikan contoh dalam perilakunya.

2.3.2.1.3 Tugas Pelatih

Setelah memiliki kriteria yang mendukung seorang pelatih juga harus mampu menjalankan tugas-tugasnya. Menurut Suharno (1986:7-8), bahwa tugas utama seorang pelatih adalah membina mengembangkan bakat atlet untuk direalisasi kemutu prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Pembimbingan dan pembinaan atlet sebagai manusia keseluruhan, pelatih harus menyadari bahwa dia dalam melaksanakan tugas dapat bertindak sebagai guru, pemimpin, polisi, hakim, orang tua, teman sejati, dan pelayan.

Tugas pelatih secara praktis dan metodis dapat dijabarkan:

(1) Mencari bibit atlet yang berbakat

- (2) Membuat rencana dan program latihan
- (3) Melatih atlet secara efektif dan efisien
- (4) Menyusun, menentukan strategi dan taktik pertandingan
- (5) Menilai (mengevaluasi) hasil pertandingan
- (6) Membuat laporan dan dokumentasi proses coaching yang dijalankan
- (7) Memelihara, mengembangkan dan mengamalkan ilmu sesuai dengan cabang olahraga yang digemari. Mengadakan penyelidikan-penyelidikan sesuai dengan spesialisasi cabang olahraga
- (8) Bermasyarakat yang baik / pendekatan sosial

2.3.2.2 Sarana dan Prasarana Olahraga

Faktor sarana dan prasarana juga merupakan faktor eksternal dalam pencapaian prestasi atlet, kedua faktor ini merupakan faktor yang penting karena sebagai fasilitas dalam peningkatan kualitas dan kemampuan atlet dalam cabang olahraga tertentu.

2.3.2.2.1 Pengertian Sarana dan Prasarana

Menurut Soepartono (2000:6) sarana olahraga adalah terjemahan dari "*facilities*", yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu :

(1) Peralatan (*apparatus*)

Peralatan ialah sesuatu yang digunakan, contoh dalam panjat tebing yaitu Tali *Kernmantle*, *Carrabiner*, *Harnes*, *Belay Devices (Figure of Eight)*, *Webbing*, *Quickdraw*, *Prusik*, *Cowstail*, dan *Hanger*, garis batas dan lain-lain.

dinding panjat (tebing buatan) baik dinding lead, speed maupun boulder yang terbuat dari papan kayu maupun fiber atau panel.

(2) Perlengkapan (*device*)

Perlengkapan yaitu sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya Sepatu panjat, *Chalk Bag* dan Bubuk Magnesium, garis batas dan lain-lain.

Sedangkan prasarana menurut Soepariono (2000:5) berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen, contohnya yaitu papan panjat tebing. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindah. Fasilitas olahraga ialah semua prasarana olahraga yang meliputi semua lapangan atau bangunan olahraga beserta perlengkapannya untuk melaksanakan program kegiatan olahraga. Berdasarkan batasan di atas, istilah fasilitas olahraga sudah mencakup pengertian sarana dan prasarana perlengkapan.

2.3.2.2.2 Ukuran Standar Sarana dan Prasarana Olahraga

Semua olahraga prestasi yang dipertandingkan / dilombakan mulai tingkat Internasional, Nasional dan tingkat Daerah menggunakan fasilitas alat dan lapangan dengan ukuran yang sama untuk masing-masing cabang olahraga. Ukuran yang sama disemua tingkat dan disemua tempat inilah yang dinamakan ukuran standar.

Ukuran standar Sarana papan panjat untuk *Lead* dan *Speed* (tebing buatan) tinggi 20 meter dan lebar 3 meter. Khusus untuk *Speed* tebing datar dengan

kemiringan yang kecil, sedangkan untuk lead terdapat bentuk *overhang* dan *roof*. Standar prasarana panjat tebing adalah lulus uji dari UIAA.

2.3.2.3 Organisasi

Organisasi juga berpengaruh dalam pencapaian prestasi, dalam hal ini akan dijelaskan mengenai hakikat dan ciri-ciri organisasi yang sehat.

2.3.2.3.1 Hakikat Organisasi

Hakikat organisasi menurut **Faidillah Kurniawan** dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), organisasi adalah setiap bentuk kerja sama antara manusia yang terikat oleh suatu ketentuan, yang bermaksud untuk mencapai tujuan bersama. Selain itu beliau juga mengatakan organisasi adalah suatu sistem perserikatan formal, terstruktur, dan terkoordinasi dari sekelompok orang yang bekerja sama dalam mencapai tujuan tertentu.

Dirham (1986:15) juga memberikan penjelasan mengenai pengertian organisasi yaitu sebuah rangka (bentuk) yang menjadi wadah dari pada usaha kerja sama sekelompok manusia. Dan seperti yang dikutipnya dari Dwighi Walder Eral tentang organisasi yaitu struktur hubungan pribadi yang berdasarkan atas wewenang formil dan kebiasaan di dalam sistem administrasi.

Secara umum organisasi dapat diartikan sebagai sebuah sistem yang terdiri dari sekelompok individu yang melalui suatu hierarki sistematis dalam pembagian kerja, dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan secara struktural dan sistematis.

2.3.2.3.2 Ciri-Ciri Organisasi

Untuk pencapaian prestasi yang sesuai harapan sebuah organisasi harus bisa dikatakan sehat. Menurut Zizer dalam <http://zizer.wordpress.com/2009/11/26>

/organisasi-sehat-dan-organisasi-berhasil (2011) Organisasi yang sehat adalah organisasi yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- (1) Organisasi harus memiliki pemimpin serta susunan manajemen yang juga jelas pembagian tugasnya

Masing-masing bagian, divisi, maupun seksi aktif memainkan perannya. Tidaklah bagus ketika suatu organisasi yang terlihat aktif hanyalah ketuanya saja. Seorang ketua umum merupakan pimpinan umum dan bertugas sebagai penanggung jawab dan mengkoordinasikan atas seluruh pengurus didalam suatu organisasi. Seorang sekretaris merupakan pusat kegiatan tugas administrasi secara tertulis dan pencatatan. Bendahara bertanggung jawab mengenai keselamatan semua harta dari organisasi dan memegang kas serta pembukuan dan juga bertanggung jawab keluar masuknya keuangan organisasi. Penasehat yang bertugas mendampingi ketua umum dan memberi nasehat serta pertimbangan didalam suatu keputusan dalam setiap kegiatan yang ada. Dan Seksi-seksi, setiap seksi dipimpin oleh ketua seksi dan banyaknya seksi tergantung besar kecilnya organisasi.

- (2) Organisasi harus memiliki anggota yang jelas identitas dan kuantitasnya

Saat ini, setiap organisasi modern memberikan pada para anggotanya nomor dan kartu tanda anggota, hal ini dimaksudkan agar tidak terjadi penyalahgunaan sebuah oleh anggotanya. Anggota juga ikut menentukan keberhasilan jalannya organisasi, sebab apabila pengurus bekerja dan giat dan teratur tetapi jika anggotanya tidak disiplin dan tidak menaati peraturan yang telah ditetapkan dalam organisasi, maka jalannya organisasi tersebut akan

terganggu dan terhambat, bahkan tujuan organisasi itu tidak bisa tercapai. Jadi dalam suatu organisasi perlu adanya kerjasama yang baik, adanya pengertian anggota dan pengurus dan juga komponen lain yang terkait.

(3) Organisasi harus memiliki pula identitas yang jelas tentang keberadaannya dalam masyarakat

Artinya yaitu jelas mengenai alamat kantornya. Tampak pula aktivitas sehari-hari kantor tersebut dalam menjalankan roda organisasi. Ada pula nama, lambang, dan tujuan organisasi yang termuat dalam AD (anggaran dasar) dan ART (anggaran rumah tangga), serta menyusun rencana kerja yang jelas. Demikian pula struktur organisasinya, yaitu dengan menyusun struktur organisasi dengan lengkap, wewenang tiap pejabat/petugas, macam jenis organisasi dan sebagainya dengan ditunjukkan menggunakan kotak-kotak atau garis yang disusun menurut kedudukan yang masing-masing membuat fungsi tertentu yang satu sama lain dihubungkan dengan garis-garis saluran wewenang dan tanggung jawab atau disebut juga dengan bagan organisasi.

(4) Dalam setiap aktivitas organisasi mengacu pada manajemen yang sehat

Misalnya, seperti yang dikatakan Waharso (2002: 1.16-1.21) bahwa tahapan atau fungsi manajemen sebagai berikut: *Forecasting, Planning, Organizing, Staffing, Directing, Leading, Coordinating, Motivating, Controlling* dan *Reporting*. Semua tahapan itu selalu dimusyawarahkan dan melibatkan sebanyak mungkin anggotanya, terutama saat melewati tahap *action*. Dalam manajemen itu, yang juga harus mendapat perhatian serius adalah administrasi. Surat bernomor, kop surat, dan ciri-ciri administrasi lainnya yang lazim ada di sebuah organisasi.

(5) Organisasi harus mendapat tempat di hati masyarakat sekitarnya

Artinya, organisasi itu dirasakan benar manfaatnya bagi masyarakat. Maka, kegiatan organisasi dituntut untuk mengakar kepada kebutuhan anggota khususnya, bahkan untuk masyarakat di sekelilingnya. Sebuah organisasi mampu bekerjasama dengan masyarakat sekitar sehingga proses pencapaian prestasi setinggi-tingginya mudah diraih.

2.3.2.4 Pembinaan Prestasi

Untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya maka usaha pembinaan atlet harus dilaksanakan dengan menyusun strategi dan perencanaan yang rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas atlet serta mempunyai program yang jelas. Beberapa kegiatan dasar yang dilaksanakan dalam pembinaan atlet untuk mencapai prestasi tertinggi yaitu :

- (1) Pemassalan
- (2) Pembibitan
- (3) Pemanduan Bakat
- (4) Pembinaan
- (5) Sistem Pelatihan
- (6) Dukungan Dana (KONI, 1998: B-5)

Keenam kegiatan tersebut menyimpulkan bahwa dalam pembinaan olahraga prestasi seperti pada panjat tebing juga memerlukannya. Yang diharapkan dapat menghasilkan peningkatan prestasi dan kualitas para atlet panjat tebing.

2.3.2.4.1 Pemassalan

Pemassalan yaitu usaha mempolakan keterampilan dan kebugaran jasmani atlet multilateral dan spesialisasi. Tujuan dari pemassalan adalah melibatkan sebanyak-banyaknya atlet dalam olahraga prestasi, sehingga timbul kesadaran terhadap pentingnya olahraga prestasi sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi olahraga secara nasional. (KONI, 1998: B-6)

2.3.2.4.2 Pembibitan

Pembibitan adalah upaya yang diterapkan untuk menjangkau atlet berbakat dalam olahraga prestasi yang diteliti secara terarah dan intensif melalui orang tua, guru dan pelatih pada suatu cabang olahraga tertentu. Tujuan dari pembibitan adalah untuk menyediakan calon atlet berbakat dalam berbagai cabang olahraga prestasi, sehingga dapat dilanjutkan dengan pembinaan yang lebih intensif, dengan sistem yang lebih inovatif dan mampu memanfaatkan hasil riset ilmiah serta perangkat teknologi modern. (KONI, 1998: B-7)

2.3.2.4.3 Pemanduan Bakat

Pemanduan bakat adalah usaha yang dilakukan untuk memperkirakan peluang seorang atlet yang berbakat untuk dapat berhasil dalam menjalani program latihan sehingga mampu mencapai prestasi puncak. Tujuan pemanduan bakat yaitu memperkirakan seberapa besar seseorang untuk dapat berpeluang dalam menjalani program latihan sehingga mampu mencapai prestasi tertingginya. (KONI, 1998: B-10)

2.3.2.4.4 Pembinaan

Menurut KONI (1998: B12) pembinaan diarahkan melalui latihan yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Perhatian harus

difokuskan pada kelompok otot, kelenturan persendian anggota tubuh dan kaitanya dengan persyaratan cabang olahraga spesialisasi. Perkembangan perbendaharaan keterampilan adalah sebagai persyaratan pokok yang diperlukan untuk memasuki tahap spesialisasi dan prestasi. Prinsip perkembangan ini didasarkan kepada fakta bahwa semua ada interaksi antara semua oargan dan sistem dalam tubuh manusia dan antara proses faaliah dengan psikologi. Spesialisasi atau latihan khusus untuk suatu cabang olahraga mengarah kepada perubahan morfologis dan fungsional. Dalam proses pembinaan ini meliputi pembinaan fisik, teknik, taktik dan mental.

2.3.2.4.5 Sistem Pelatihan

Menurut KONI (1998: B-13) Tujuan utama dari sistem pelatihan dalam olahraga dalam untuk meningkatkan keterampilan dan prestasi para olahragawan semaksimal mungkin. Untuk melakukan hal ini seorang atlet perlu bantuan tenaga pelatih.

Menurut Rubianto Hadi (2002: 63-65) tahapan latihan dibagi menjadi tahap latihan dasar, tahap latihan lanjutan dan tahap prestasi tinggi. Diharap dengan proses atau tahapan yang sistematis tersebut atlet dapat mencapai prestasi puncaknya. Selain tahapan pemberian beban latihan juga harus disesuaikan, Rubianto Hadi (2002: 66-68) menjelaskan mengenai pembagian beban latihan meliputi adanya unsur beban latihan fisik, teknik, taktik dan mental, jenis-jenis beban latihan yang berupa beban neural, beban struktural, beban metabolik dan pembagian indikator beban latihan yang berupa volume, intensitas dan pemulihan (recovery).

2.3.2.4.6 Dukungan Dana

Dukungan dana berperan dalam pembinaan prestasi atlet, dengan adanya dana baik dari pemerintah maupun swasta program pembinaan akan berjalan sesuai rencana.

2.3.2.5 Lingkungan

Lingkungan yang menunjang prestasi baik menurut Menurut **Faidillah Kurniawan dalam** <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), beliau menyatakan bahwa kondisi-kondisi lingkungan yang sifatnya menunjang prestasi atlet adalah :

(1) Keluarga, khususnya orang tua

Kondisi rumah yang bersih, terang, tenang dan nyaman. Sopan santun dalam keluarga. Lingkungan keluarga yang senang dan mendukung dalam bidang olahraga, memberikan perhatian pada sang atlet dalam mengikuti program-program latihan maupun saat kompetisi. Belajar, berlatih, bekerja, dan istirahat harus serasi. Hal ini bisa diberikan contoh yaitu keluarga datang menyaksikan anak (atlet) mengikuti sebuah kompetisi.

(2) Pembina dan pelatih

Peran pelatih dan pembina dalam mengatur pola hidupnya misalkan, tidur yang teratur antara 8-10 jam per hari. Kehidupan sehari-hari yang teratur, hindarilah rokok, alkohol dan morphin. Pengaturan makanan selalu segar sesuai dengan ilmu gizi, pengaturan pola makan atlet harus selalu dikontrol agar kebugaran dan kesehatannya selalu terjaga. Kesehatan selalu dikontrol. Selain itu juga perlengkapan dan materi yang memadahi dan pekerjaan untuk hari depan serta keuangan perlu diperhatikan secukupnya.

(3) Lingkungan secara umum, khususnya lingkungan sosial

Dukungan moral dari lingkungan sekitar yang positif, misalkan dari lingkungan sekolah memberi warna kepada tindakan olahragawan pada waktu berlatih ataupun bertanding, saat masa-masa ujian maupun kegiatan ekstrakurikuler menuntut pencurahan semua daya upaya kepada tugas-tugas sekolah tersebut, akibatnya kalau dipaksakan berlatih maupun bertanding maka hasilnya akan jauh berbeda dengan masa-masa dimana tidak ada tugas sekolah.

Bentuk dukungan dan bantuan dana dari pemerintah pusat maupun daerah merupakan andil yang cukup besar di dalam peningkatan prestasi olahraga. Dengan turut campur tangan dari pejabat-pejabat pemerintah dalam menangani masalah peningkatan prestasi olahraga.

2.3.2.6 Kompetisi

Kompetisi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi atlet, dan keikutsertaan atlet dalam kompetisi eksibisi memungkinkan atlet mencapai kesiapan menghadapi kompetisi utama (*Bompa, 1983:249*), sesuai terdapat pada bagian lain juga *Bompa (1983:250)* membagi kompetisi menjadi kompetisi utama dan kompetisi eksibisi.

Faktor kompetisi menurut Faidillah Kurniawan dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), bahwa tujuan dari pertandingan/kompetisi bertujuan untuk :

- (1) Untuk mengevaluasi kondisi serta kesiapan fisik, teknik, taktik, dan mental atlet guna *feed back* dalam merencanakan latihan-latihan untuk musim latihan berikutnya.
- (2) Untuk mengevaluasi prestasi atlet maupun tim setelah berlatih selama 4-5 bulan.
- (3) Untuk menseleksi atlet guna dipilih menjadi bagian tim inti.

BAB III

METODE PENELITIAN

Penggunaan metode penelitian dalam sebuah penelitian harus tepat dan mengarah pada tujuan penelitian agar memperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah. Oleh karena itu dalam bab ini akan diulas tentang metode penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini.

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan dengan metode kualitatif, sehingga akan menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.

Dalam penelitian ini, untuk mendapatkan data yang diinginkan, penelitian dilakukan secara langsung serta menganalisis tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang.

3.1.1 Populasi

Populasi yaitu keseluruhan subyek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:130). Menurut Margono (2005:118), populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan. Jadi, populasi berhubungan dengan data yang akan diteliti atau diambil, bukan manusianya.

Populasi mencakup keseluruhan subyek yang akan diteliti. Sehingga dalam penelitian ini yang menjadi subyek penelitian adalah klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang.

3.1.2 Sampel

Sampel yaitu sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti (Suharsimi Arikunto, 2006:131). Sedangkan menurut Margono (2005:121) sampel adalah sebagai bagian dari populasi. Sampel adalah jumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari populasi. Pengertian mengenai sampel juga disampaikan oleh <http://sambasalim.com> (2009), bahwa sampel adalah bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya.

Pemilihan sampel selalu dilakukan dalam berbagai jenis penelitian yang bertujuan untuk menarik generalisasi yang berlaku bagi populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik sampling ini dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Untuk itu konsep sampel dalam penelitian ini berkaitan dengan bagaimana memilih informan tertentu yang dapat memberikan informasi yang mantap, akurat, dan terpercaya mengenai unsur-unsur yang ada dalam topik atau permasalahan dalam penelitian.

Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti memilih informan yang dapat memberikan informasi yang lengkap dan semaksimal mungkin, yaitu melibatkan anggota Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang secara langsung, yang akan diwakili oleh pengurus, pelatih dan atlet.

3.2 Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat dimana peneliti melakukan kegiatan penelitiannya. Penelitian ini dilakukan di Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang, Kabupaten Batang. Penelitian dimulai dari tanggal 2 Januari 2011 sampai dengan tanggal 8 Maret 2011.

Penelitian dimulai dengan melakukan observasi langsung ke lokasi penelitian, melakukan wawancara dengan narasumber, serta peneliti melakukan pengambilan dokumentasi secara visual melalui kamera.

3.3 Metode Pengumpulan Data

Untuk dapat mengumpulkan data yang sesuai dengan fokus masalah dan tujuan penelitian, terlebih dahulu melakukan pemilihan teknik pengumpulan data yang tepat. Teknik yang digunakan dalam pengambilan data pada penelitian ini adalah :

3.3.1 Observasi

Observasi dapat diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap unsur-unsur yang tampak dalam suatu gejala pada objek penelitian, karena observasi merupakan teknik yang utama dalam penelitian kualitatif.

Pada tahapan observasi ini peneliti melakukan observasi di Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang pada tanggal 2 Januari 2011. Sasaran dari metode observasi ini yaitu untuk mencari atau menggali data mengenai kepengurusan

organisasi, program pembinaan atlet, sarana prasarana, serta apa saja yang mendukung pencapaian prestasi Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang.

Dengan demikian manfaat yang diperoleh dalam menggunakan metode observasi ini antara lain:

- (1) Melalui observasi/pengamatan secara langsung,
- (2) Observasi memungkinkan dapat melihat dan mengamati sendiri kemudian mencatat perilaku dan kejadian sebagaimana yang terjadi pada keadaan sebenarnya,
- (3) Observasi memungkinkan dapat mencatat peristiwa dalam situasi yang berkaitan dengan pengetahuan secara langsung sesuai dengan fokus yang diamati, dan
- (4) Dapat mengungkap hal-hal dan memperoleh data-data yang tidak akan bisa diperoleh dengan metode wawancara.

3.3.2 Wawancara

Untuk melengkapi dan memeperkuat data yang telah diperoleh maka perlu adanya wawancara. Wawancara mengandung arti dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk memperoleh informasi dari pewawancara (Suharsimi Arikunto, 2006 : 155). Dalam teknik wawancara ini dapat menggali informasi suatu data yang diketahui oleh seseorang yang diteliti, dan juga mendapatkan informasi yang berkaitan dengan masa lampau, masa sekarang, dan masa yang akan datang.

Untuk melakukan wawancara dengan responden, peneliti harus mempersiapkan daftar pertanyaan-pertanyaan yang terarah dengan fokus masalah

dan tujuan penelitian. Data atau informasi berbentuk tanggapan, pendapat, keyakinan, hasil pemikiran dan pengetahuan seseorang tentang segala sesuatu yang dipertanyakan sehubungan dengan fokus masalah tersebut.

Dalam pelaksanaan metode wawancara berkisar pada faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi pencapaian prestasi di Klub panjat Tebing *On-Sight* Batang. Sehingga sasaran dalam pelaksanaan wawancara ini kepada pengurus, pelatih dan atlet dari Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang. Dan dalam melaksanakan wawancara ini tidak tersembunyi.

Pelaksanaan wawancara dengan pengurus, pelatih dan atlet Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang dilakukan pada tanggal 8 maret 2011. Dari pengurus diwakili Afif Riyanto selaku ketua dan Kushendarto selaku Sie.Binpres merangkap Sie.Sarpras, untuk pelatih D.K.W. Yusnita sedang dari atlet diwakili Asrul Sani, M. Heri Gunawan, Waryani, Dzulfi Ad'hari, Wahid Hamzah, Cipto Saputra, Kiromal Katibin, Firma Kartika Dewi, Rury Diwira R, Rohmiyati.

3.3.3 Dokumentasi

Menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 158) dokumentasi dari asal katanya adalah dokumen yang mempunyai arti barang-barang tertulis. Didalam melaksanakan metode dokumentasi peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan, notulen rapat, catatan harian dan lain sebagainya.

Metode dokumentasi adalah memeriksa dokumen-dokumen yang ada untuk dapat memperkuat dan melengkapi data yang telah diperoleh dari hasil

observasi dan wawancara. Data dokumentasi yang didapatkan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah adalah :

- (1) Jumlah atlet yang terdaftar di Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang
- (2) Prestasi yang telah didapatkan oleh para atlet
- (3) Dokumen visual yaitu berupa foto-foto pada saat proses latihan berlangsung, yang dihasilkan sendiri dengan menggunakan kamera
- (4) Program latihan dari pelatih

3.4 Keabsahan Data

Untuk mendukung hasil penelitian diperlukan alat untuk membuktikan kebenaran hasil penelitian dalam kenyataan di lapangan. Oleh karena itu, diperlukan suatu teknik untuk memeriksa keabsahan data tersebut. Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Triangulasi adalah data/informasi dari satu pihak harus dicek kebenarannya dengan cara memperoleh data tersebut dari sumber lain. Yaitu dengan cara membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara, dan sumber data lainnya.

Hal ini dapat dicapai dengan jalan :

- (1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.
- (2) Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakan pribadi.
- (3) Membandingkan dengan apa yang dikatakan orang mengenai situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.

- (4) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan menengah atau tinggi, orang berada, orang pemerintahan.
- (5) Membandingkan hasil wawancara dengan isi dokumen yang berkaitan (Moleong, 2008:331).

3.5 Analisis Data

Langkah yang diambil setelah data terkumpul dari hasil pengamatan adalah melakukan analisis untuk mengolah data yang ada. Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian, karena analisis data dapat memberi arti yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori dan suatu uraian dasar (Patton 1980 : 268 yang dikutip Moleong 2008:103).

Analisis data dalam penelitian ini adalah proses mengorganisasikan data dan mengurutkannya kedalam pola atau kategori. Selanjutnya hasil analisis data dipaparkan secara deskriptif yaitu penyajian data dengan mempergunakan kata-kata, uraian, dan penjelasan. Dengan adanya teknik analisis data tersebut, maka akan diperoleh hasil yang sesungguhnya mengenai komponen-komponen yang diteliti.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan pada Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang, didapati bahwa dalam pelaksanaan kegiatan selalu memperhatikan berbagai aspek yang dapat menunjang pencapaian prestasi, hal tersebut meliputi sebagai berikut:

4.1.1 Faktor Internal

Dari hasil penelitian yang dilakukan terdapat beberapa hal yang didapatkan mengenai faktor internal pada atlet sebagai berikut:

4.1.1.1 Perekrutan Atlet

Untuk bergabung menjadi atlet klub panjat tebing *On-Sight* Batang pada dasarnya sangat mudah, dari pihak klub tidak melakukan seleksi, jadi siapa saja dan dari wilayah mana saja yang ingin bergabung akan diterima. Justru pihak pelatih dan penguruslah yang kadang terjun langsung kemasyarakat untuk mencari bibit, berupa sosialisasi di lingkungan tempat latihan maupun di sekolah-sekolah. Jika calon atlet bersedia bergabung pelatih akan memberikan gambaran mengenai olahraga panjat tebing baik berupa teori, pemutaran video kompetisi maupun praktek panjat tebing langsung. Lalu dilakukanlah tes pengukuran fisik untuk kemudian dibuatkan program latihan. Dari sinilah biasanya akan terlihat siapa saja yang serius untuk bergabung di klub panjat tebing *On-Sight* Batang.

4.1.1.2 Kualitas dan Jumlah Atlet

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, bahwa kualitas atlet klub *On-Sight* Batang dapat dikatakan baik. Hal ini ditunjukkan dengan prestasi yang didapat dalam pertandingan yang dilakukan khususnya ditingkat Karesidenan. Untuk jumlah atlet berdasarkan data yang diperoleh pada tahun 2011 klub panjat tebing *On-Sight* Batang berjumlah 17 atlet. Terdiri dari atlet Senior dan Kelompok Umur, Senior sebanyak 1 atlet (di atas 20 tahun). Kelompok umur meliputi Junior sebanyak 4 atlet (umur 18-19 tahun), *Youth A* sebanyak 4 anak (umur 16-17 tahun), *Youth B* sebanyak 1 atlet (umur 14-15 tahun), *Spider Kid A* sebanyak 2 atlet (umur 12-13 tahun), *Spider Kid B* sebanyak 2 atlet (umur 10-11 tahun), *Spider Kid C* sebanyak 3 atlet (umur 7-9 tahun).

4.1.1.3 Pencapaian Prestasi Berdasarkan Aspek Internal

Berdasarkan hasil penelitian didapati mengenai aspek internal yang mempengaruhi pencapaian prestasi, yaitu:

- (1) Semua atlet klub panjat tebing *On-Sight* Batang memiliki bentuk tubuh yang bermacam-macam, namun sebagian besar memiliki ukuran tubuh yang proporsional. Tidak ada batasan dalam bentuk tubuh, yang penting tidak memiliki cacat fisik.
- (2) Kondisi fisik dan kemampuan fisik awalnya dalam keadaan yang biasa saja, namun seiring berjalannya waktu dan penerapan program latihan kondisi fisik atlet berangsur-angsur mengalami peningkatan. Hal ini bisa dilihat dari tes fisik yang dilakukan pelatih di sela-sela program latihan.

- (3) Penguasaan teknik yang baik pada masing-masing atlet, penguasaan dari teknik dasar pegangan maupun pijakan sampai teknik lanjutan. Hal ini dapat dilihat dalam penyelesaian jalur pemajatan dengan cepat dengan pengaturan tenaga yang baik.
- (4) Penguasaan taktik senantiasa diterapkan semua atlet panjat tebing *On-Sight* Batang, penerapannya bisa dilihat ketika latihan maupun dalam kompetisi. Seperti atlet yang senantiasa memahami jalur dengan hati-hati dan menerapkan taktik ketika terjun dalam kompetisi perorangan maupun beregu.
- (5) Sebagian besar atlet panjat tebing *On-Sight* Batang memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang tinggi, hal ini berupa motivasi tinggi yang terlihat dari keseriusan untuk bergabung dalam klub, ketekunan dan disiplin dalam menjalankan program latihan yang telah diberikan. Solidaritas yang tinggi pada atlet-atletnya, hal ini dapat dilihat ketika latihan dimana senior juga membantu adiknya junior dalam melaksanakan program latihan. Semua atlet memiliki semangat tinggi dan optimistis dalam menghadapi pertandingan. Komitmen pada masing-masing atlet untuk meraih prestasi setinggi-tingginya.
- (6) Setiap atlet klub *On-Sight* Batang memiliki kematangan juara yang bagus. Dalam menghadapi sebuah kompetisi setiap atlet senantiasa menanamkan pada dirinya semangat yang tinggi dan berusaha semaksimal mungkin guna meraih hasil terbaik.

4.1.2 Faktor Eksternal

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa hal yang didapatkan mengenai faktor-faktor eksternal dalam klub panjat tebing *On-Sight* Batang sebagai berikut:

4.1.2.1 Aspek Pelatih

Dari hasil penelitian untuk aspek pelatih meliputi :

4.1.2.1.1 Kualitas dan Jumlah Pelatih

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapati bahwa jumlah pelatih Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang hanya satu orang, beliau adalah Ibu D.K.W. Yusnita. Beliau ditunjuk sebagai pelatih langsung dari pusat yaitu *On-Sight* Surabaya. Untuk kualitas pelatih Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang dikatakan baik dan memiliki loyalitas tinggi. Hal ini dikarenakan pelatih Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang sudah mengenal sistem pelatihan dan menjalankan program yang telah dirancang dan mempunyai sifat disiplin yang tinggi serta ketegasan kepada para atletnya. Dalam proses perekrutan, pelaksanaan program latihan dan saat kompetisi berlangsung pelatih terjun langsung ke lapangan untuk melihat kondisi atlet-atletnya.

Dalam menyusun program latihan, pelatih meminta saran juga kepada pengurus, beliau menyiapkan atletnya dalam jangka 1 tahun, melihat kompetisi dalam satu tahun tersebut dan kemudian membaginya menjadi beberapa fase, yang meliputi fase adaptasi, persiapan umum, persiapan khusus, persiapan pra kompetisi dan kompetisi. Contoh program latihannya adalah ketika akan menghadapi kompetisi Porwil Dulongmas di Purwokerto bulan Juli tahun 2011. Pelatih membagi kelas

dalam latihan yaitu kelas Senior (16 tahun keatas), enam hari latihan dalam satu minggu dan pembagian sesi latihan pagi pukul 05.00 - 06.00 dan sore hari pukul 14.30 - 17.30. Kelas Junior (12 -16 tahun), enam hari latihan dalam satu minggu dan dua sesi latihan hanya dilakukan pada hari minggu, hari yang lain latihan hanya disore hari. Dan kelas Spider Kid (6 – 11 tahun) lima hari latihan dalam satu minggu, terdapat dua kali rest yaitu rest total dan rest aktif, untuk hari minggu juga terdapat dua kali sesi latihan yaitu pagi dan sore, sedang hari yang lain satu sesi latihan. Untuk lebih jelasnya tentang program latihan dapat dilihat di bagian lampiran. Dalam hal psikologis pelatih memiliki kedekatan emosional yang tinggi dengan atlet-atletnya, hal ini bisa dilihat dari banyak atlet yang tidak segan untuk mencurahkan isi hatinya ketika ada masalah.

4.1.2.1.2 Pendidikan Penataran Pelatih

Pelatih Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang belum pernah mengikuti pendidikan penataran pelatih sehingga belum mempunyai sertifikat pelatih. Kemampuannya melatih didapati berdasarkan pengalamannya menjadi atlet panjat tebing selama 15 tahun. Beliau pernah menjadi atlet FPTI Jawa Tengah yang sebelumnya juga menjadi atlet FPTI Jawa Timur, jadi beliau belajar dari para pelatih-pelatih yang pernah menangani beliau saat menjadi atlet dulu. Selain itu beliau juga gemar membaca buku yang berhubungan dengan ilmu kepelatihan dan panjat tebing.

4.1.2.2 Aspek Sarana Prasarana

Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang belum mempunyai sarana sendiri untuk kegiatan latihan, dalam proses pembinaan klub tersebut masih meminjam

sarana milik FPTI Pengcab Batang. Dalam hal ini sarana yang dimaksud adalah Dinding panjat vertikal maupun dinding boulder. Sedangkan untuk prasarana atau perlengkapan panjat seperti *karmatle, harnes, webbing, calkbag, sepatu, figure of eight, carrabiner* dan *magnesium carbonat* Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang sudah memiliki.

Tidak ada biaya untuk penggunaan sarana dari FPTI Pengcab Batang, hanya saja pihak yang memakai diminta untuk merawat dan menjaga bersama. Sementara untuk gedung sekretariat sendiri belum tersedia, selama ini masih mengindik dengan FPTI Pengcab Batang.

4.1.2.3 Aspek Organisasi

Hasil penelitian dari aspek organisasi meliputi :

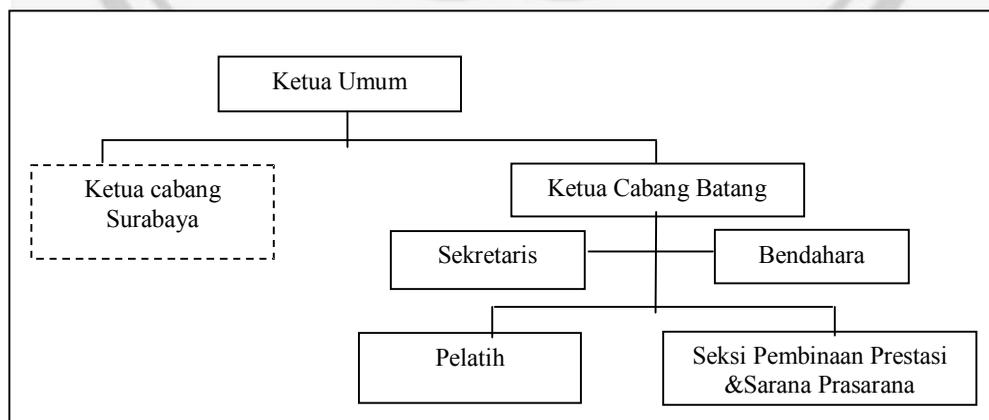
4.1.2.3.1 Sejarah berdirinya klub panjat tebing *On-sight* Batang

Klub panjat *On-Sight* Batang merupakan cabang dari Klub Panjat Tebing *On-Sight* Surabaya. Bapak Afif Riyanto dan Ibu D.K.W. Yusnita, merupakan pasangan suami istri, bapak Afif Riyanto yang merupakan mantan atlet panjat tebing Batang menikah dengan Ibu D.K.W. Yusnita, yang merupakan mantan atlet panjat tebing Jawa Timur. Setelah menikah keduanya memiliki rencana untuk mendirikan klub panjat tebing di Batang dikarenakan melihat animo masyarakat Kabupaten Batang yang mulai bagus terhadap olahraga ini. Setelah meminta pendapat dengan kakak kandung Ibu D.K.W. Yusnita, yang menjadi ketua umum sekaligus pelopor pendiri klub panjat tebing *On-Sight* yang ada di Surabaya, maka diputuskan untuk membuka cabang klub panjat tebing *On-Sight* di Kabupaten Batang pada tahun 2007.

Klub panjat tebing *On-sight* Batang didirikan bertujuan untuk menampung minat dan bakat usia pelajar dibidang olahraga panjat tebing, dan juga sebagai klub yang berdiri untuk pembinaan olahraga panjat tebing. Diharapkan dari klub ini dapat muncul atlet-atlet yang baik untuk memajukan daerah kaitanya dalam olahraga panjat tebing.

4.1.2.3.2 Susunan Kepengurusan

Dalam kepengurusan klub panjat tebing *On-Sight* Batang belum menggunakan masa bakti, sumber daya manusia yang tergabung masih kurang sehingga ada pengurus yang kadang mengerjakan pekerjaan yang bukan tugasnya, bersikap saling mengisi dan membantu demi pencapaian tujuan bersama selalu ditanamkan masing-masing pengurus. Stuktur organisasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang terdiri dari Ketua umum (yang ada di Surabaya), ketua cabang, sekretaris, bendahara, seksi pembinaan prestasi merangkap sarana dan prasarana dan pelatih. Susunan pengurus klub panjat tebing *On-Sight* Batang dapat dilihat pada bagan sebagai berikut.



Gambar 5.

Bagan Struktur Organisasi klub panjat On-Sight Batang

4.1.2.3.2 Sistem Manajemen

Sistem manajemen yang digunakan adalah sebagai berikut :

(1) Pengelolaan Dana

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, klub panjat tebing *On-Sight* Batang tidak menarik iuran pada atletnya, baik iuran saat pendaftaran maupun saat latihan. Sumber dana klub berasal dari *On-Sight* pusat di Surabaya yang besarnya tiap bulan Rp.1.000.000,00 selain itu dari PEMDA melalui dana olahraga masyarakat dari Dinas Sosial Sekda kabupaten Batang yang besarnya tidak tentu disesuaikan dengan proposal yang diajukan. Selain itu juga ada donatur di klub panjat tebing *On-Sight* Batang. Dana dari PEMDA biasanya diprioritaskan untuk membeli sarana dan prasarana yang kurang atau yang perlu diganti. Sedangkan dari donatur biasanya digunakan untuk pendaftaran saat kompetisi.

(2) Perekrutan Pengurus

Dikarenakan masih baru perekrutan pengurus klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang tanpa didasarkan rapat, diawali dengan penunjukan ketua cabang oleh ketua umum dari Surabaya yaitu Bapak Afif Riyanto dan Ibu D.K.W. Yusnita sebagai pelatih, kemudian Bapak Afif Riyanto mengajak mantan-mantan atlet panjat tebing Batang yang siap untuk membantu. Dari awal berdiri sampai tahun 2011 ini belum ada pergantian pengurus.

4.1.2.4 Aspek Pembinaan Prestasi

Berdasarkan penelitian yang diamati Klub *On-Sight* Batang menerapkan proses pembinaan prestasi yang sistematis, mulai dari Pemassalan yaitu klub

menjaring peminat-peminat olahraga prestasi panjat tebing ini untuk bergabung, melakukan pembibitan dimana atlet-atlet yang masuk klub tidak hanya seseorang yang telah berumur dewasa namun juga melakukan penjaringan pada usia dini, memberikan pemanduan bakat bagi atlet-atlet usia dini mengarahkannya ke nomor-nomor tertentu dalam panjat tebing, melakukan pembinaan dengan terstruktur dengan melibatkan berbagai peran, memberikan sistem pelatihan yang baik sesuai dengan karakter masing-masing atlet, dan dukungan dana yang semaksimal mungkin. Semua proses pembinaan ini berjalan atas kerja bersama antara berbagai pihak yang tergabung dalam klub *On-Sight* Batang.

4.1.2.5 Aspek Lingkungan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan aspek lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat sekitar sudah sangat membantu dalam pencapaian prestasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang. Peran keluarga dan sekolah yang memberikan ijin pada atlet untuk mengikuti latihan, dukungan keluarga berupa motivasi saat bertanding juga selalu ada, dukungan dari sekolah dimana atlet tersebut menuntut ilmu sudah dirasa baik, bisa dilihat dari ijin dan pemberian uang saku ketika seorang atlet akan bertanding membawa nama sekolahnya. Dukungan masyarakat sekitar yang menyambut baik adanya klub panjat tebing *On-Sight* Batang dilingkungannya, hal ini terlihat dari timbulnya interaksi yang baik diantara keduanya.

4.1.2.6 Aspek Kompetisi

Dari aspek kompetisi pengurus dan pelatih senantiasa memberangkatkan atletnya baik yang senior, junior maupun kelompok umur, selain untuk menambah

jam terbang juga untuk mengevaluasi latihan yang telah dilakukan, pertimbangan pemberangkatan dilihat dari situasi dan kondisi atlet. Misal dari kondisi kesehatan maupun jadwal akademik, karena sebagian besar atletnya adalah pelajar. Selain itu juga pelatih terkadang melakukan strategi-strategi pengiriman atlet dalam mengikuti kompetisi. Kompetisi yang pernah diikuti yaitu tingkat karesidenan, provinsi maupun nasional.

4.2 Pembahasan

Dalam hal ini pembahasan yang penulis bisa sampaikan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang adalah sebagai berikut :

4.2.1 Faktor Internal

Mengenai faktor internal atau dalam diri atlet klub panjat tebing *On-Sight* Batang sebagian besar telah memiliki kemampuan fisik, teknik dan mental yang baik. Didasari dari minat untuk bergabung, keseriusan saat berlatih dan komitmen yang tinggi dalam menjalankan perannya sebagai atlet, maka pencapaian prestasi mudah untuk diraih.

Hal ini sebagaimana dikatakan oleh Faidillah Kurniawan dalam <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), faktor indogen atau atlet itu sendiri yang meliputi kesehatan fisik dan mental yang baik. Hal tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut:

- (1) Bentuk tubuh, proporsi tubuh sesuai dengan olahraga yang diikutinya.
- (2) Kondisi fisik dan kemampuan fisik yang baik, meliputi komponen kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, daya ledak, reaksi, stamina dan mobilitas.

- (3) Penguasaan teknik yang sempurna, baik teknik dasar, teknik menengah dan teknik-teknik tinggi.
- (4) Menguasai masalah-masalah taktik, taktik perorangan, taktik kelompok, taktik tim, pola-pola pertahanan dan penyerangan sistem-sistem bertanding.
- (5) Memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik.
- (6) Memiliki kematangan juara yang mantap.

4.2.2 Faktor Eksternal

Untuk faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi pencapaian prestasi klub panjat tebing On-Sight Batang, yaitu sebagai berikut:

4.2.2.1 Pelatih

Pelatih adalah seorang yang menjadi panutan bagi atletnya, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Pelatih klub panjat tebing *On-Sight* Batang bisa dikatakan sebagai pelatih yang baik, hal ini bisa dilihat dari kemampuan fisiknya karena beliau mantan atlet dan prestasi yang diraihnya dahulu, kemampuan mengelola psikis dan pengendalian emosi dalam menangani atletnya, mampu memberikan motivasi dan nasehat, serta mampu memberikan contoh yang baik dalam kesehariannya. Hal ini sama seperti yang diungkapkan Faidillah Kurniawan *dalam artikelnya* <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010), “untuk menjadi seorang pelatih yang baik, paling tidak harus memiliki beberapa kemampuan atau kriteria antara lain : kemampuan fisik, kemampuan psikis, kemampuan pengendalian emosi, kemampuan sosial, tanggung jawab dan pengabdian demi prestasi atlet”.

Kaitanya dengan tugas-tugas pelatih, beliau juga telah menjalankannya mulai dari mencari bibit atlet secara langsung, membuat program latihan yang dikonsultasikan dengan pengurus, disiplin dan senantiasa mengawasi langsung saat atlet-atletnya latihan, menyusun strategi dan taktik saat kompetisi, mengevaluasi hasil kompetisi, membuat laporan proses latihan yang dijalankan dan bermasyarakat dengan baik. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Suharno (1986:7-8), Tugas pelatih secara praktis dan metodis dapat dijabarkan:

- (1) Mencari bibit atlet yang berbakat
- (2) Membuat rencana dan program latihan
- (3) Melatih atlet secara efektif dan efisien
- (4) Menyusun, menentukan strategi dan taktik pertandingan
- (5) Menilai (mengevaluasi) hasil pertandingan
- (6) Membuat laporan dan dokumentasi proses coaching yang dijalankan
- (7) Memelihara, mengembangkan dan mengamalkan ilmu sesuai dengan cabang olahraga yang digemari. Mengadakan penyelidikan-penyelidikan sesuai dengan spesialisasi cabang olahraga
- (8) Bermasyarakat yang baik / pendekatan sosial

4.2.2.2 Organisasi

— Dalam kaitanya organisasi, klub panjat *On-sight* Batang telah terdapat kepengurusan yang jelas, meskipun keberadaan sumber daya manusianya masih kurang, hanya terdapat 5 orang pengurus yang meliputi ketua pusat, ketua cabang merangkap sekertaris, bendahara, seksi pembinaan prestasi yang merangkap dengan seksi sarana prasarana dan pelatih. Masing-masing pengurus telah bekerja

sesuai dengan tugas-tugasnya, namun karena kurangnya sumber daya manusia terkadang juga saling membantu tugas pengurus lain. Pengurus dan pelatih senantiasa melakukan komunikasi dan koordinasi mengenai program latihan, kondisi atlet maupun prestasi atlet.

Pendanaan klub berasal dari sumber dana *On-Sight* pusat dan berasal dari PEMDA yaitu dana olahraga masyarakat melalui Dinas Sosial Sekda kabupaten Batang, besarnya dana tidak tentu hanya berdasarkan perimbangan dana yang ada. Pendanaan lain didapat dari donatur dan terkadang dari pengajuan proposal ke perusahaan swasta yang biasanya digunakan untuk mengikuti kompetisi. Disini seharusnya pemerintah juga perlu mempertimbangkan peranannya karena dengan melihat prestasi yang telah dicapai cukup bagus.

Komitmen yang tinggi pada diri masing-masing individu untuk melakukan tugas-tugasnya secara maksimal sangat mempengaruhi keberhasilan klub guna mencapai tujuan yang diinginkan. Sesuai dengan yang **diungkapkan** Faidillah Kurniawan dalam artikelnya <http://blog.uny.ac.id/faidillahkurniawan> (2010) adalah *“Jika manajemen dan organisasi baik, maka tujuan optimal dapat diwujudkan, pemborosan dihindari dan semua potensi yang dimiliki akan lebih bermanfaat”*.

4.2.2.3 Sarana Prasarana

Klub panjat tebing On-Sight Batang belum memiliki sarana untuk latihan, selama ini klub hanya memakai papan panjat vertikal dan *boulder* milik FPTI Batang, ketinggian sarana yang digunakanpun belum standar. Setiap klub seharusnya memiliki sarana sendiri guna mempermudah pencapaian prestasi,

dengan sarana sendiri sebuah klub bisa menggunakannya secara leluasa. Sarana itu berupa papan panjat vertikal yang digunakan untuk latihan nomor lead dan speed sedang *boulder* untuk latihan nomor *boulder* (jalur pendek).

Untuk prasarana, klub telah memiliki sendiri meskipun sebagian besar adalah milik pelatih dengan kondisi terbatas karena banyak yang rusak. hal ini lah yang bisa menghambat klub dalam pencapaian prestasi.

4.2.2.4 Pembinaan Prestasi

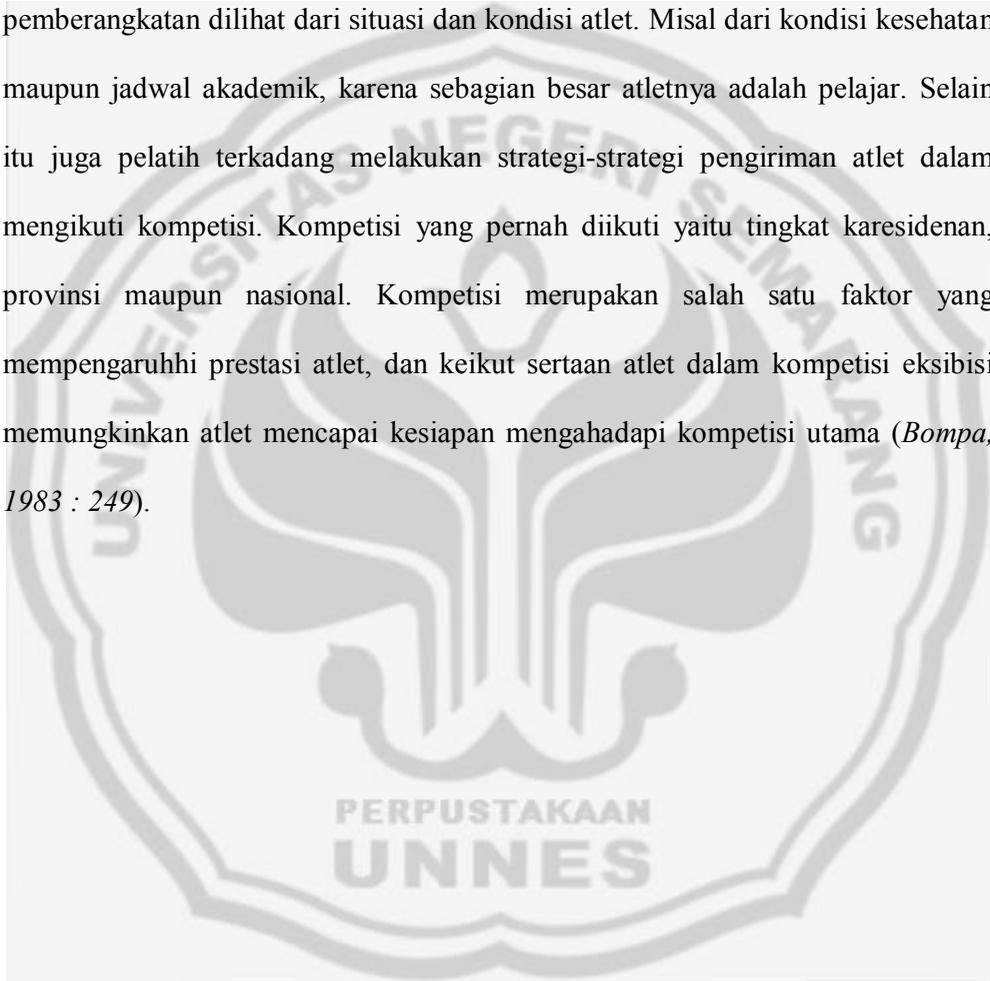
Sesuai penelitian yang telah dilakukan proses pembinaan prestasi telah berjalan dengan sistematis, klub melakukan perekrutan mulau dari usia dini, pembinaan dan sistem pelatihan yang baik, namun untuk dukungan dana masih mengalami kekurangan dimana dukungan dari pemerintah daerah kaitanya dana belum teranggarkan secara rutin. Proses pembinaan prestasi dalam klub on-Sight berjalan atas kerjasama pelatih dan pengurus yang loyal dan konsisten atas tanggung jawabnya.

4.2.2.5 Lingkungan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan aspek lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat sekitar sudah sangat membantu dalam pencapaian prestasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang. Peran keluarga dan sekolah yang memberikan ijin pada atlet untuk mengikuti latihan, dukungan keluarga berupa motivasi saat bertanding juga selalu ada. Dukungan masyarakat sekitar yang menyambut baik adanya klub panjat tebing *On-Sight* Batang dilingkungannya, selalu timbul interaksi yang baik diantara keduanya. Sedangkan untuk dukungan dari pemerintah daerah masih kurang kaitanya dengan pendanaan. Dengan adanya peran serta yang baik maka tujuan pencapaian prestasi akan terpenuhi.

4.2.2.6 Kompetisi

Dari aspek kompetisi pengurus dan pelatih senantiasa memberangkatkan atletnya baik yang senior, junior maupun kelompok umur, selain untuk menambah jam terbang juga untuk mengevaluasi latihan yang telah dilakukan, pertimbangan pemberangkatan dilihat dari situasi dan kondisi atlet. Misal dari kondisi kesehatan maupun jadwal akademik, karena sebagian besar atletnya adalah pelajar. Selain itu juga pelatih terkadang melakukan strategi-strategi pengiriman atlet dalam mengikuti kompetisi. Kompetisi yang pernah diikuti yaitu tingkat karesidenan, provinsi maupun nasional. Kompetisi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi atlet, dan keikutsertaan atlet dalam kompetisi eksibisi memungkinkan atlet mencapai kesiapan menghadapi kompetisi utama (*Bompa, 1983 : 249*).



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi di klub panjat tebing *On-Sight* Batang terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal.
- 5.1.2 Faktor internal atau dalam diri atlet adalah faktor yang paling berpengaruh dalam pencapaian prestasi di klub panjat tebing *On-Sight* Batang. Sebagian besar atlet telah memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang tinggi serta memiliki mental bertanding dan juara yang baik pula. Komitmen yang tinggi pada diri atlet memudahkan dalam proses pembentukan fisik, teknik dan taktik.
- 5.1.3 Faktor eksternal pencapaian prestasi di klub panjat tebing *On-Sight* Batang yang berpengaruh adalah faktor pelatih dan pengurus. Peran pelatih dan pengurus pada klub panjat tebing *On-Sight* Batang sudah maksimal, meskipun dengan keterbatasan personil pengurus/sumber daya manusia namun mereka mampu bekerja sesuai tanggung jawabnya, melakukan proses pembinaan prestasi dengan sistematis dan tidak menutup kemungkinan terkadang saling melengkapi dan membantu dengan satu tujuan yang sama yaitu meraih prestasi setinggi-tingginya. Faktor sarana

dan prasarana masih minim dimana banyak alat-alat pendukung latihan sudah mengalami kerusakan hal tersebut dapat mengganggu proses latihan.

5.2 Saran

Dengan adanya kesimpulan yang telah diambil, maka untuk pencapaian prestasi yang lebih tinggi lagi disarankan untuk melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

5.2.1 Kepada semua atlet untuk selalu memiliki tiga unsur motivasi atau semangat dalam berprestasi yaitu semangat berlatih, semangat bertanding dan semangat juara, sehingga target prestasi dapat diraih dengan mudah, baik prestasi ditingkat daerah, nasional maupun internasional.

5.2.2 Kepada pelatih untuk bisa meningkatkan kualitas kepelatihannya dengan mengikuti penataran pelatih, sehingga proses kepelatihannya dapat berkembang.

5.2.3 Kepada para pengurus klub panjat tebing *On-Sight* Batang hendaknya melakukan perekrutan pengurus lagi, menambah sarana dan prasarana pendukung latihan yang berguna untuk menunjang proses latihan sehingga para atlet tidak akan merasa jenuh dan proses latihan akan lebih bervariasi.

Selain itu pengurus juga mempertimbangkan peningkatan kualitas pelatih dengan cara pendelegasian pelatih dalam penataran-penataran. Dan meningkatkan kerjasama dengan instansi-instansi lain dalam rangka pemenuhan sumber dana klub, misalkan mengajak kerjasama pihak-pihak swasta.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa. O Tudor. 1983. *Theory and Methodology of Training*. De Bugue Lowa: Kendal / Hunt Publishing Company.
- Dirham. 1986. *Kepemimpinan, Organisasi dan Administrasi Khusus Olahraga*. IKIP Semarang.
- Faidillah Kurniawan. *Faktor Penghambat dalam Berprestasi Maksimal pada Atlet Cabang Olahraga Anggar di DIY*. <http://blog.uny.ac.id> {accessed 2011/02/21}.
- FPTI JATENG. 2001. *Buku Panduan Pelatihan Altet Panjat Tebing*. Semarang. Tidak diterbitkan
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- KONI. 1998. *Proyek Garuda Emas*. Jakarta.
- Lexy Moleong. 2008. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- M Yunus. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : Depdikbud.
- Madawirna. 2004. *Pendidikan Lanjut Rock Climbing*. Yogyakarta. Tidak diterbitkan.
- Mochamad Sajoto. 1998. *Pembinaan dan Peningkatan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Effar & Dahara Prize.
- Putri K.A dan Henny E. Wirawan. *Motivasi Pada Diri Atlet*. <http://www.psikologi.tarumanagara.ac.id> {acesed 2011/02/22}.
- S Margono. 2005. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sambas Ali Muhidin. *Populasi dan Sampel Penelitian*. <http://sambasalim.com> {acesed 2011/04/10}.
- Slamet Santoso. 2007. *Metode Latihan Panjat Tebing Prestasi*. Surabaya. Tidak diterbitkan.
- Soepartono. 2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Depdikbud.
- Suharno H.P. 1986. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sumarno Sumoprawiro. *Prestasi Olahraga Indonesia*. <http://jurnalilmiahoalahraga.blogspot.com> {accessed 2011/02/20}.

Tim Penyusun, Kamus Besar Bahasa Indonesia. 2003. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Waharso. 2002. *Administrasi Penjaskes dan Organisasi Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.

Zizer. *Organisasi yang Sehat dan Organisasi Berhasil*. <http://zizer.wordpress.com/2009/11/26> {accessed 2011/05/19}.





LAMPIRAN – LAMPIRAN

Tabel 4. Hasil Observasi Awal Klub Panjat Tebing On-Sight Batang 2011

No.	Pengamatan	1	2	3	4	5
1.	Atlet					
	a. Kehadiran atlet pada saat latihan					√
	b. Kedisiplinan atlet mengikuti program latihan					√
	c. Motivasi atlet mengikuti latihan					√
2	Pelatih					
	a. Pelatih mengikuti pelatihan atau penataran pelatih (sertifikat)	√				
	b. Pelatih melakukan beberapa tahapan dalam pembinaan					√
	c. Pelatih menjadi motivator bagi atlet					√
	d. Pelaksanaan program latihan					√
3.	Organisasi					
	a. Adanya struktur organisasi			√		
	b. Koordinasi antara pengurus, pelatih dan atlet					√
	c. Jalannya kepengurusan organisasi				√	
	d. Pengadaan prasarana dan sarana oleh pengurus			√		
	e. Kecukupan dana yang diperoleh		√			
	f. Alokasi dana yang ada sudah tepat penggunaannya				√	
	g. Penggalangan dana untuk menunjang pembinaan		√			
4.	Pembinaan Prestasi					
	a. Adanya pemassalan				√	
	b. Adanya pembibitan				√	
	c. Adanya pemanduan bakat				√	
	d. Adanya pembinaan				√	

	e. Adanya sistem pelatihan				√	
	f. Adanya dukungan dana		√			
5.	Prasarana dan Sarana					
	a. Adanya prasarana dan sarana yang mendukung pembinaan		√			
	b. Penambahan prasarana dan sarana saat ini		√			
	c. Keadaan (kelayakan) prasarana dan sarana yang di gunakan		√			
	d. Prasarana dan sarana yang sesuai standar		√			
	e. Prasarana dan sarana yang ada memadai		√			
5	Lingkungan					
	a. Komunikasi dengan keluarga atlet					√
	b. Komunikasi dengan sekolah atlet				√	
	c. Komunikasi dengan warga sekitar tempat latihan				√	
6.	Kompetisi					
	a. Telah mengikuti beberapa kompetisi tingkat daerah maupun nasional				√	
	b. Prestasi dibeberapa pertandingan tingkat daerah				√	

Keterangan :

5 = Baik Sekali

4 = Baik

3 = Cukup

2 = Kurang

1 = Kurang Sekali

Tabel 5. Daftar Atlet Klub Panjat tebing On-Sight Batang 2011

No.	Nama	Jenis Kelamin (L/P)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Usia (tahun)
1.	Asrul Sani	L	174	63	20
2.	M. Heri Gunawan	L	165	57	18
3.	Wahid Hamzah	L	156	45	17
4.	Dzulfi ad'Hari	L	168	59	19
5.	Agus Supriyanto	L	156	44	18
6.	Waryani	L	155	43	17
7.	R.H. Erga	L	163	55	16
8.	Cipto Saputra	L	148	37	14
9.	Kiromal Katibin	L	138	24	11
10.	M. Refi Rizki	L	125	14	6
11.	Firma Kartika D.	P	158	47	18
12.	Rohmiyati	P	149	39	17
13.	Rury Diwira R.	P	149	42	13
14.	Mia Amelia	P	140	28	12
15.	Sabrina Aulia R.	P	132	20	9
16.	Ajeng Kusuma D.	P	136	25	10
17.	Farida	P	128	17	8

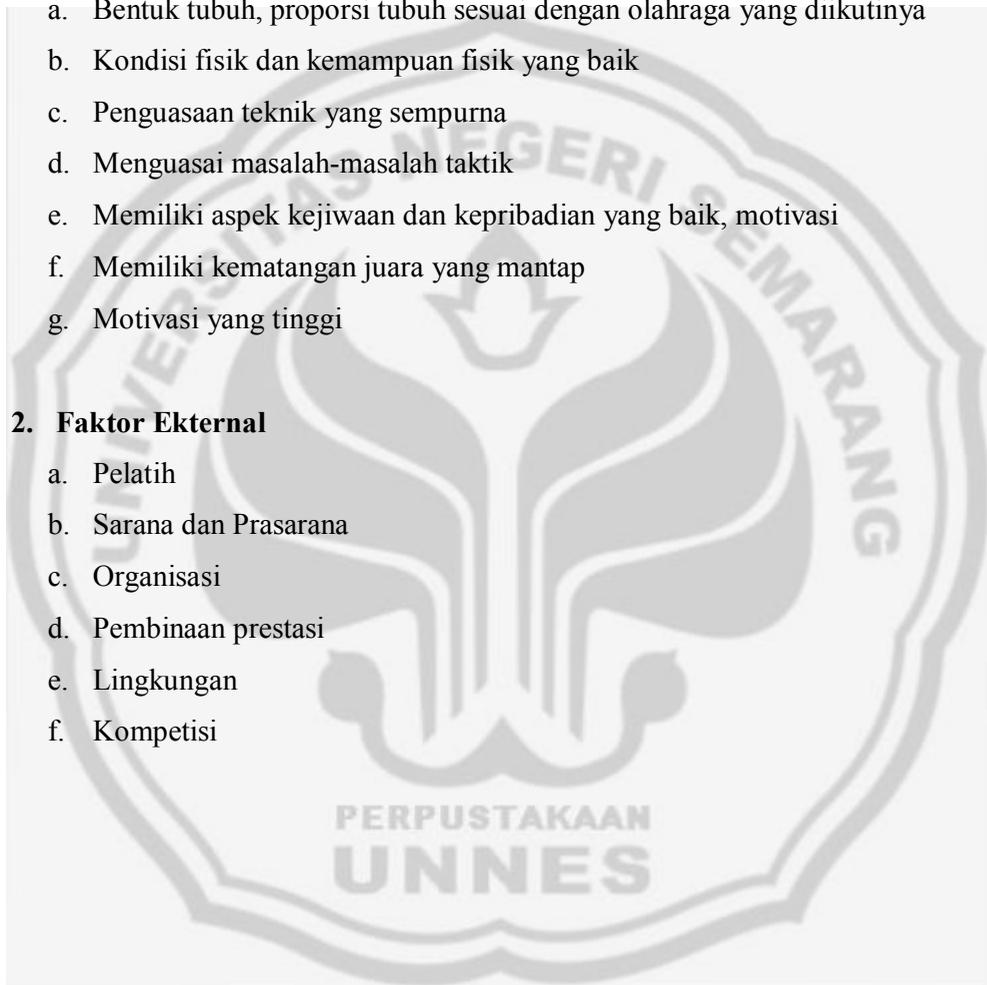
Kisi-kisi Wawancara
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi
Klub panjat Tebing On-Sight Batang

1. Faktor Internal

- a. Bentuk tubuh, proporsi tubuh sesuai dengan olahraga yang diikutinya
- b. Kondisi fisik dan kemampuan fisik yang baik
- c. Penguasaan teknik yang sempurna
- d. Menguasai masalah-masalah taktik
- e. Memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, motivasi
- f. Memiliki kematangan juara yang mantap
- g. Motivasi yang tinggi

2. Faktor Eksternal

- a. Pelatih
- b. Sarana dan Prasarana
- c. Organisasi
- d. Pembinaan prestasi
- e. Lingkungan
- f. Kompetisi



Pertanyaan untuk Atlet

1. Sejak kapan anda bergabung dalam klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang?
2. Bagaimanakah proses perekrutan atlet dalam klub Panjat Tebing *On-sight* Batang?
3. Bagaimanakah peranan pelatih dalam menjalankan tanggung jawabnya guna pencapaian sebuah prestasi?
4. Bagaimanakah peranan pengurus dalam menjalankan tanggung jawabnya dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan pengurus dengan pelatih?
5. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?
6. Apakah ada iuran, bagaimanakah sistem pengelolaannya?
7. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?
8. Menurut anda, kegiatan pembinaan prestasi apasajakah yang telah ada pada klub panjat tebing *On-Sight* Batang?

Pertanyaan untuk Pelatih

1. Mulai kapan saudara menekuni sebagai pelatih panjat tebing?
2. Bagaimakah latar belakang pendidiahn saudara?
3. Bagaimanakah proses perekrutan pelatih yang dilakukan klub panjat tebing

On-Sight Batang?

4. Bagaimana cara saudara memperoleh atlet?
5. Bagaimanakah peran saudara dalam menjalankan tanggung jawab guna pencapaian sebuah prestasi?
6. Bagaimanakah peran pengurus dalam kinerja saudara dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan dalam proses pembinaan prestasi?
7. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?
8. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Pertanyaan untuk Pengurus

1. Bagaimanakah sejarah berdirinya Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang?
2. Bagaimana struktur organisasinya?
3. Bagaimana proses dan dasar pemilihan kepengurusannya?
4. Berapakah jumlah pelatih saat ini dan bagaimanakah proses perekrutannya?
5. Berapakah jumlah atlet saat ini dan bagaimanakah proses perekrutannya?
6. Bagaimanakah peran pelatih dalam pembinaan dan pencapaian prestasi?
7. Bagaimanakah peran pengurus dalam menjalankan tanggung jawabnya dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan pengurus dengan pelatih maupun atlet guna pencapaian prestasi?
8. Darimana saja sumber dana untuk kegiatan Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang dan bagaimanakah pengelolaannya?
9. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?
10. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Hasil Panduan Wawancara Atlet

Nama : Ashrul Sani

Jabatan: Atlet

1. Sejak kapan anda bergabung dalam klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang?

Jawab :

Saya bergabung dengan klub panjat *On-Sight* Batang sejak bulan Juni tahun 2007.

2. Bisa anda ceritakan bagaimana sejarah anda bisa bergabung dengan klub panjat *On-Sight* Batang ?

Jawab :

Awalnya dulu saya melihat ada latihan panjat tebing di lingkungan tempat tinggal saya yang dilakukan pelatih dan pengurus, dan saya mulai tertarik karena melihat gerakan olahraga panjat tebing yang bagus. Kemudian dari ajakan seorang teman untuk bergabung dan merasa senang ketika melakukannya. Setelah bergabung pihak pelatih dan pengurus pergi ke rumah saya untuk menijinkan saya supaya bergabung dengan klub.

3. Bagaimanakah peranan pelatih dalam menjalankan tanggung jawabnya guna pencapaian sebuah prestasi?

Jawab :

Peran pelatih sudah bagus, pelatih membuatkan program latihan, dan memberikan contoh kepribadian yang baik, senantiasa menerapkan disiplin

dalam latihan dan dekat dengan atlet-atletnya. Ketika kompetisi berlangsungpun pelatih tidak lepas tangan, beliau selalu menemani dan memberikan arahan serta evaluasi.

4. Bagaimanakah peranan pengurus dalam menjalankan tanggung jawabnya dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan pengurus dengan pelatih?

Jawab :

Pengurus juga menjalankan tugas-tugasnya dengan baik. Mereka selalu bekerjasama dalam pencapaian prestasi. Bentuk komunikasinya seperti pengurus juga ikut mengontrol program latihan dan memberikan evaluasi ketika latihan berlangsung dan setelah kompetisi. Pengurus juga ikut mengontrol kondisi atlet-atletnya.

5. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?

Jawab :

Kondisi tentang sarana dan prasarana masih minim, banyak alat-alat pendukung yang rusak.

6. Apakah ada iuran, bagaimanakah sistem pengelolaannya?

Jawab :

Tidak ada pemungutan iuran, baik iuran pendaftaran maupun iuran rutin.

7. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Jawab :

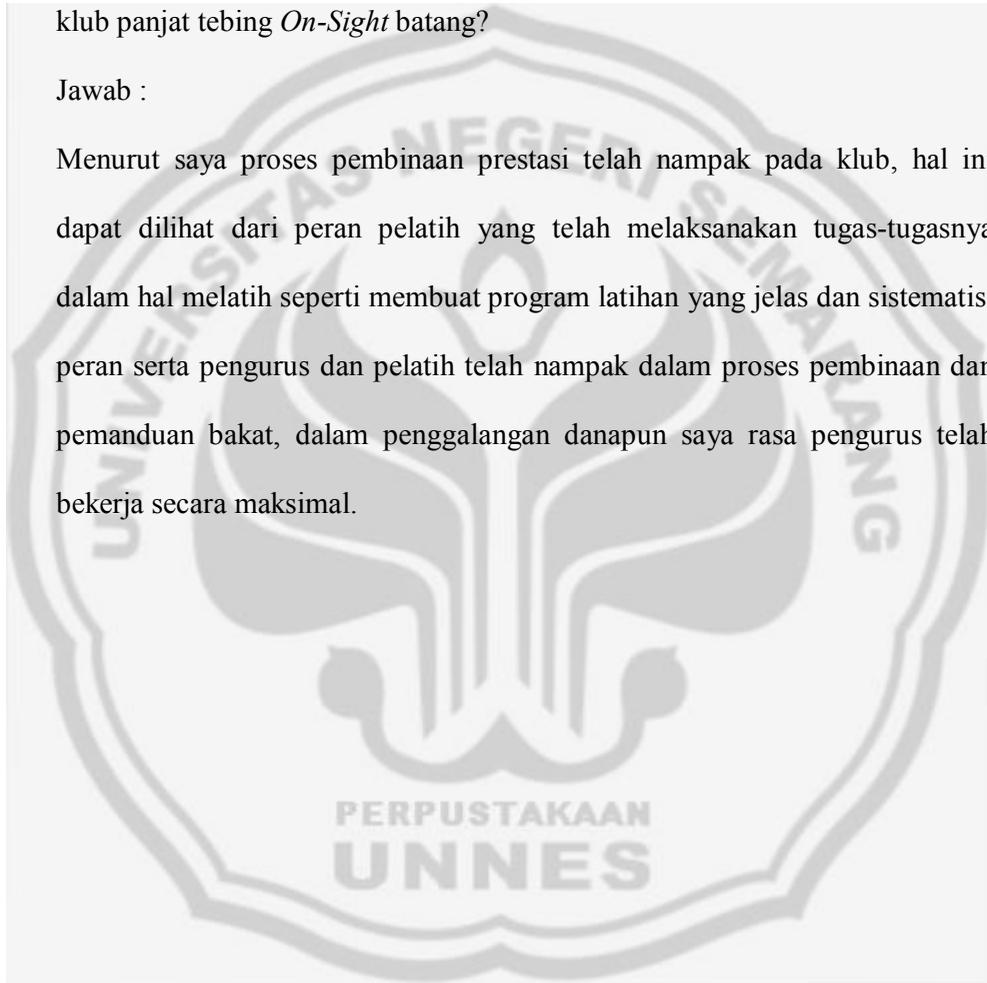
Peran lingkungan sangat tinggi, orangtua dan pihak sekolah sangat mendukung saya untuk mengikuti program latihan di klub panjat tebing *On-*

Sight Batang ini. Dukungan langsung dari orangtua seperti memberikan ijin untuk latihan dan kadang ikut melihat langsung ketika saya mengikuti kompetisi.

8. Menurut anda kegiatan pembinaan prestasi apasajakah yang telah ada pada klub panjat tebing *On-Sight* batang?

Jawab :

Menurut saya proses pembinaan prestasi telah nampak pada klub, hal ini dapat dilihat dari peran pelatih yang telah melaksanakan tugas-tugasnya dalam hal melatih seperti membuat program latihan yang jelas dan sistematis, peran serta pengurus dan pelatih telah nampak dalam proses pembinaan dan pemanduan bakat, dalam penggalangan danapun saya rasa pengurus telah bekerja secara maksimal.



Hasil Panduan Wawancara Atlet

Nama : Firma Kartika Dewi

Jabatan: Atlet

1. Sejak kapan anda bergabung dalam klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang?

Jawab :

Saya bergabung dengan klub panjat *On-Sight* Batang sejak bulan Juni tahun 2007.

2. Bisa anda ceritakan bagaimana sejarah anda bisa bergabung dengan klub panjat *On-Sight* Batang ?

Jawab :

Dimulai dari ketertarikan saya ketika melihat kompetisi panjat tebing di alun-alun Batang, dan mendapat arahan dari tetangga saya yang kebetulan dulu pengurus FPTI cabang Batang, dari beliaulah saya disarankan untuk bergabung dengan klub panjat tebing *On-sight* Batang. Bergabung pertama kali mendapat arahan dari pelatih Ibu D.K.W Yusnita untuk langsung mencoba melakukan pemanjatan boulder, merasa enak dan senang akhirnya saya serius untuk bergabung dengan klub ini.

3. Bagaimanakah peranan pelatih dalam menjalankan tanggung jawabnya guna pencapaian sebuah prestasi?

Jawab :

Peranan pelatih sangat maksimal, beliau senantiasa mengarahkan dan memotivasi atlet-atletnya untuk rajin dalam berlatih karena semuanya juga demi kebaikan atlet itu sendiri. Pelatih menjalankan tugas-tugasnya dengan penuh tanggung jawab, senantiasa menemani saat latihan dan kompetisi.

Pelatih juga memiliki kedekatan emosional kepada atlet-atletnya, sehingga atletnya terkadang merasa nyaman untuk mengungkapkan isi hati ketika memiliki masalah, baik masalah di rumah maupun di sekolah.

4. Bagaimanakah peranan pengurus dalam menjalankan tanggung jawabnya dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan pengurus dengan pelatih?

Jawab :

Peran pengurus juga baik, pengurus tidak lepas tangan terhadap program latihan atlet-atletnya, mereka terkadang ikut mengevaluasi kegiatan-kegiatan yang ada. Pengurus dan pelatih berkoordinasi dengan baik baik saat latihan maupun kompetisi berlangsung. Dan ketika evaluasi setelah kompetisi penguruspun ikut hadir dan memberi masukan.

5. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?

Jawab :

Kondisi sarana dan prasarana di klub panjat tebing *On-Sight* Batang masih kurang, sarana yang belum memiliki dan selama ini masih ikut dengan FPTI cabang Batang. Prasarana masih kurang dan keadaan prasarana yang ada kini banyak dalam kondisi yang rusak. Namun dengan kondisi ini kita tetap memaksimalkan untuk latihan.

6. Apakah ada iuran, bagaimanakah sistem pengelolaannya?

Jawab :

Klub panjat tebing *On-sight* Batang tidak menerapkan iuran, baik iuran saat pendaftaran maupun iuran rutin. selama ini iuran didapat dari pemerintah Kabupaten yang besarnya tidak tentu sesuai dengan proposal yang diajukan.

7. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Jawab :

Peran serta lingkungan pada selama ini seperti, dari pihak keluarga yang memberikan izin mulai dari awal untuk saya bergabung dalam klub panjat tebing *On-sight* Batang ini selain itu juga restu ketika akan melaksanakan kompetisi, dukungan seperti itu juga diberikan dari sekolah tempat saya menuntut ilmu. Dari pihak lingkungan sekitar juga bagus dimana banyak orang sekitar yang membantu terlaksananya program latihan yang selama ini saya lakukan.

8. Menurut anda, kegiatan pembinaan prestasi apasajakah yang telah ada pada klub panjat tebing *On-Sight* Batang?

Jawab :

Proses pembinaan prestasi telah dilaksanakan klub panjat tebing *On-Sight* Batang, hal ini dapat dilihat dari adanya pemassalan, pembibitan, dan penggalangan dana yang dilakukan oleh pengurus serta pemanduan bakat, pembinaan dan pembuatan sistem pelatihan oleh pelatih, semuanya itu terlaksana atas kerjasama yang baik antara pengurus dan pelatih.

Hasil Panduan Wawancara Pelatih

Nama : D.K.W. Yusnita

Jabatan: Ketua Cabang Batang

1. Mulai kapan saudara menekuni profesi pelatih panjat tebing?

Jawab :

Saya mulai menekuni profesi pelatih sejak tahun 2007. Tepatnya ketika ditunjuk oleh Bapak Afif Riyanto untuk melatih di klub panjat tebing *On-Sight* Batang.

2. Bagaimakah latar belakang pendidikan saudara mengenai profesi kepelatihan?

Jawab :

Latar belakang pendidikan saya mengenai profesi kepelatihan belum ada, saya tidak memiliki dasar akademik mengenai kepelatihan, dan belum pernah mengikuti penataran-penataran kepelatihan. Ilmu kepelatihan yang saya miliki berasal dari pengalaman saya dalam menjadi atlet panjat tebing daerah selama 15 tahun baik saat di Jawa Timur maupun di Jawa Tengah. Selain itu juga berasal dari buku-buku kepelatihan yang sering saya baca.

3. Bagaimanakah proses perekrutan pelatih yang dilakukan klub panjat tebing *On-Sight* Batang?

Jawab :

Karena klub ini masih baru, dan pelatih juga masih satu, saya sendiri. Perekrutannya dilaksanakan dengan penunjukan langsung dari ketua cabang yaitu bapak Afif Riyanto kepada saya.

4. Bagaimana cara saudara memperoleh atlet dan bagaimanakah kualitas atlet saudara selama ini?

Jawab :

Cara perolehan atlet dilakukan dengan tanpa proses seleksi, saya mencari langsung calon-calon atletnya, baik melalui sosialisasi ke masyarakat sekitar maupun sekolah-sekolah. Atlet yang mau bergabung awalnya diberi gambaran mengenai olahraga panjat tebing, memberikan kesempatan untuk mencoba melakukan pemanjatan. Setelah ada respon yang baik, kemudian pelatih dan pengurus meminta ijin pada keluarganya. Pelatih melakukan tes fisik untuk membuat program latihan.

Kualitas atlet-atlet dalam kondisi yang baik, didasari dari minat dan motivasi yang tinggi untuk mengikuti klub, sehingga dari yang awalnya memiliki fisik biasa saja sekarang menjadi meningkat proses pelaksanaan program latihan berjalan lancar, dan pembentukan fisik, teknik, taktik dan mental berjalan dengan lancar.

5. Bagaimanakah peran saudara dalam menjalankan tanggung jawab guna pencapaian sebuah prestasi?

Jawab :

Peran saya adalah menjalankan segala tugas-tugas yang ada, mulai dari pencarian bibit, pembuatan program latihan, pembinaan, dan pengevaluasian latihan saya kerjakan secara maksimal.

6. Bagaimanakah peran pengurus dalam kinerja saudara, seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan?

Jawab :

Peran serta pengurus terhadap kinerja saya senantiasa ada, komunikasi dalam pencarian bibit atlet, pembuatan program latihan hingga evaluasi. Pemanduan bakat ini dapat dilihat ketika pengurus ikut terjun langsung membantu saya dalam proses pemanduan bakat yang saya laksanakan bagi atlet-atlet yang mengikuti program latihan. Sedangkan dalam program latihan atau sistem latihan pengurus membantu dalam mengevaluasi sistem pelatihan yang saya berikan dan tidak segan untuk membantu dalam proses pelaksanaan program. Selain itu peran pengurus juga nampak ketika kompetisi, dimana pengurus ikut terjun mendampingi atlet-atletnya.

7. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?

Jawab :

Sarana dan prasarana masih kurang dan minim, klub belum mempunyai papan panjat vertikal maupun papan boulder. Perlengkapannya pun banyak yang rusak. Seperti tali *karmantle* dan sepatu-sepatu panjat yang dipakai atlet.

8. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Jawab :

Bentuk dukungan dari lingkungan seperti, ijin yang diberikan orangtua maupun pihak sekolah pada atlet untuk bergabung dalam klub panjat tebing ini. Dukungan untuk rutin mengikuti latihan bahkan ketika akan mengikuti kompetisi. Dari masyarakat sekitar terlihat dari respon yang baik terhadap warga klub panjat tebing *On-Sight* ini.

9. Bagaimanakah pengaturan penunjukan pemberanatan atlet dalam kompetisi?

Jawab :

Selagi ada dana yang mendukung dan kesiapan pada diri atlet pelatih akan memberangkatkan atlet tersebut. Kompetisi-kompetisi yang sudah diikuti mulai dari tingkat kabupaten, karesidenan, provinsi, nasional maupun internasional. Hal ini dilakukan supaya atlet memiliki jam terbang yang tinggi dan sebagai evaluasi proglam latihan yang telah dilakukan.

Hasil Panduan Wawancara Pengurus

Nama : Afif Riyanto

Jabatan: Ketua Cabang Batang

1. Bagaimanakah sejarah berdirinya Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang?

Jawab :

Klub panjat *On-Sight* Batang merupakan cabang dari Klub Panjat Tebing *On-Sight* Surabaya. Setelah saya menikah dengan Ibu D.K.W. Yusnita, beliau merupakan mantan atlet panjat tebing Jawa Timur yang kemudian menjadi atlet Jawa Tengah, kami memiliki rencana untuk mendirikan klub panjat tebing di Batang dikarenakan melihat animo masyarakat Kabupaten Batang yang mulai bagus terhadap olahraga ini. Setelah meminta pendapat dengan kakak kandung Ibu DKW. Yusnita, yang menjadi ketua umum sekaligus pendiri klub panjat tebing *On-Sight* yang ada di Surabaya, maka diputuskan untuk membuka cabang klub panjat tebing *On-Sight* cabang Batang pada tahun 2007. Klub panjat tebing *On-sight* Batang didirikan bertujuan untuk menampung minat dan bakat dibidang olahraga panjat tebing sekaligus sebagai klub yang berdiri untuk pembinaan olahraga panjat tebing.

2. Bagaimana struktur organisasinya?

Jawab :

Karena klub panjat tebing *On-Sight* Batang masih berjalan beberapa tahun saja jadi masih sedikit personil/sumber daya manusia yang menanganinya. Di

sini belum menggunakan masa bakti. Karena kita kita adalah cabang dari Surabaya secara tidak langsung kita juga ada sedikit mengadopsi gaya kepengurusan di sana. Dan dikarena sumber daya manusia yang tergabung masih kurang sehingga ada pengurus yang kadang mengerjakan pekerjaan yang bukan tugasnya, kita saling mengisi dan membantu demi pencapaian tujuan bersama. Struktur organisasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang terdiri dari Ketua umum (yang ada di Surabaya) yaitu Bapak R. Wijang Dwi Raharjo, ketua cabang atau wilayah Batang saya sendiri, sekretaris saudara Invan, bendahara Yoana, seksi pembinaan prestasi soudara Kushindarto, seksi sarana prasarana saudara Sugeng dan pelatih Ibu D.K.W. Yusnita.

3. Bagaimana proses dan dasar pemilihan kepengurusannya?

Jawab :

Dikarenakan masih baru perekrutan pengurus klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang tanpa didasarkan rapat, diawali dengan penunjukan ketua cabang oleh ketua umum dari Surabaya Bapak R. Wijang Dwi Raharjo, dan akhirnya saya ditunjuk sebagai ketua cabang, dan Ibu D.K.W. Yusnita sebagai pelatih. Setelah itu saya mengajak mantan-mantan atlet panjat tebing Batang yang siap untuk membantu. Dan bergabunglah saudara Invan di sekertaris, saudara Yoana sebagai bendahara, Kushindarto seksi pembinaan prestasi dan seksi sarana prasarana saudara Sugeng.

4. Berapakah jumlah pelatih saat ini dan bagaimanakah proses perekrutannya?

Jawab :

Karena masih baru untuk jumlah pelatih yang ada hanya satu proses perekrutannya langsung ditunjuk dari ketua umum di Surabaya.

5. Berapakah jumlah atlet saat ini dan bagaimanakah proses perekrutannya?

Jawab :

Jumlah atlet sampai saat ini ada 17 orang, meliputi Senior sebanyak 1 atlet (di atas 20 tahun). Kelompok umur meliputi Junior sebanyak 4 atlet (umur 18-19 tahun), *Youth A* sebanyak 4 anak (umur 16-17 tahun), *Youth B* sebanyak 1 atlet (umur 14-15 tahun), *Spider Kid A* sebanyak 2 atlet (umur 12-13 tahun), *Spider Kid B* sebanyak 2 atlet (umur 10-11 tahun), *Spider Kid C* sebanyak 3 atlet (umur 7-9 tahun).

Proses perekrutan atlet tanpa diadakan seleksi, siapa saja yang mau bergabung kami siap menerima, dimulai dari pemberian gambaran olahraga panjat tebing, melakukan pemanjatan secara bebas lalu melakukan tes fisik untuk memberikan program latihan. Setelah itu minta ijin dari orang tua.

6. Bagaimanakah peran pelatih dalam pencapaian prestasi?

Jawab :

Peran pelatih sampai saat ini sudah maksimal, pelatih telah menjalankan tugas-tugasnya mulai dari pencarian bibit, pembuatan program latihan, disiplin dalam melatih, dan melaksanakan proses pembinaan secara baik.

Pelatih memiliki komitmen yang tinggi dalam tugas-tugasnya, ketika melatih beliau selalu terjun langsung dan senantiasa memberikan koreksi dan nasehat pada atlet-atletnya.

7. Bagaimanakah peran pengurus dalam menjalankan tanggung jawabnya dan seperti apakah bentuk komunikasi yang dilakukan pengurus dengan pelatih maupun atlet guna pencapaian prestasi?

Jawab :

Sampai saat ini peran pengurus berjalan dengan baik, meskipun sumber daya manusia yang tergabung masih kurang sehingga ada pengurus yang kadang mengerjakan pekerjaan yang bukan tugasnya, bersikap saling mengisi dan membantu demi pencapaian tujuan bersama.

Pengurus senantiasa melakukan komunikasi dengan pelatih contohnya ketika pelatih memberikan evaluasi pada atletnya pengurus juga ikut terlibat disitu, dan ketika pelatih meminta pertimbangan mengenai program latihan pengurus juga ada perhatian.

8. Darimana saja sumber dana untuk kegiatan Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang dan bagaimanakah pengelolaannya?

Jawab :

Sumber dana klub berasal dari PEMDA yaitu dana olahraga masyarakat melalui Dinas Sosial Sekda kabupaten Batang yang besarnya tidak tentu disesuaikan dengan proposal yang diajukan. Selain itu juga ada donatur di klub panjat tebing *On-Sight* Batang.

9. Bagaimanakah kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana latihan?

Jawab :

Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang belum mempunyai sarana sendiri untuk kegiatan latihan, dalam proses pembinaan klub tersebut masih meminjam

sarana milik FPTI Pengcab Batang berupa papan panjat vertikal dan papan boulder. Untuk prasarana klub sudah memiliki namun dengan kondisi banyak yang rusak.

10. Bentuk dukungan dan peran serta seperti apakah yang diberikan lingkungan dalam mendukung pencapaian prestasi?

Jawab :

Bentuk dukungan yang dilakukan aspek lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat sekitar sudah sangat membantu dalam pencapaian prestasi klub panjat tebing *On-Sight* Batang. Peran keluarga dan sekolah yang memberikan ijin pada atlet untuk mengikuti latihan, dukungan keluarga berupa motivasi saat bertanding juga selalu ada. Dukungan masyarakat sekitar yang menyambut baik adanya klub panjat tebing *On-Sight* Batang dilingkungannya, hal ini terlihat dari timbulnya interaksi yang baik diantara warga klub dengan masyarakat sekitar.

DAFTAR GAMBAR



Gambar 6.
Wawancara dengan Ketua Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang



Gambar 7.
Wawancara dengan Pelatih Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang



Gambar 8.
Wawancara dengan atlet putri Klub Panjat Tebing *On-Sight* Batang



Gambar 9.
Pelaksanaan program latihan beban (*Pull-Up*)



Gambar 10.
Pelaksanaan program latihan *Boulder*



Gambar 11.
Salah satu atlet klub *On-Sight* Batang mengikuti kompetisi Panjat Tebing Pantura 2011 di Kabupaten Pekalongan



Gambar 12.

Atlet klub *On-Sight* Batang menerima Trophy Juara I Lead Pelajar Putri dikompetisi Panjat Tebing Pantura 2011 di Kabupaten Pekalongan



Gambar 13.

Tim Panjat Tebing *On-Sight* Batang 2011