# PEMBINAAN PRESTASI RENANG
# DI PANCA MUTIARA *SWIMMING CLUB*
# KABUPATEN PEKALONGANTAHUN 2019

## SKRIPSI

**diajukan dalam rangka penyelesaian tudi Strata 1**
**untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**
**pada Universitas Negeri Semarang**

**Oleh**
**Safiqoh Umi Solekhatun Najah**
**6101415030**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**
**UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**
**2019**

# ABSTRAK

Safiqoh Umi Solekhatun Najah. 2019. Pembinaan Prestasi Renang di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan Tahun 2019. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Supriyono, S.Pd. M.Or.

Kata kunci: Prestasi renang

Latar belakang masalah penelitian ini adalah kondisi Panca Mutiara *Swimming Club* yang memiliki atlet sedikit dengan perolehan prestasi yang baik di tingkat Kabupaten. Pertanyaan penelitian adalah apakah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembinaan prestasi renang pada atlet Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi pembinaan prestasi renang pada atlet Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Sasaran dalam penelitian ini adalah atlet renang di Panca Mutiara *Swimming Club* sebanyak 6 orang, pelatih dan pengurus. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Pemeriksaan keabsahan data menggunakan triangulasi data. Analisis data melalui reduksi data, penyajian data dan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan faktor atlet memiliki aspek kondisi fisik, motivasi dan kemampuan olahraga renang yang sangat baik. Sebagian besar atlet memiliki mental bertanding yang tinggi. Faktor tenaga keolahrgaan, sarana dan prasarana, dana, organisasi, metode dan penghargaan. Pendukung pencapaian prestasi renang di Panca Mutiara *Swimming Club* meliputi kualitas tenaga keolahragaan yang baik, adanya penghargaan kepada atlet, sistem managemen organisasi yang sudah tertata baik, dan adaya dukungan dana meski masih memiliki sedikit keterbatasan sarana dan prasarana serta memiliki jadwal metode pembinaan prestasi yang tersusun baik dan terjadwal untuk selalu diikuti atlet.

Simpulan: Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembinaan prestasi renang pada atlet Panca Mutiara *Swimming Club* yaitu faktor atlet dengan kategori sangat baik, tenaga keolahragaan dan organisasi kategori cukup sedangkan sarana dan prasarana, dana, metode dan penghargaan dalam kategori kuarang dalam pembinaan prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club*. Saran: (1) Pengurus diharapkan melakukan perekrutan pengurus lagi, menambah sarana dan prasarana pendukung latihan; (2) Pelatih melakukan pembinaan terhadap atletnya agar atlet tetap berlatih secara *kontinue* dan rutin; (3) Atlet diharapkan selalu memiliki tiga unsur motivasi atau semangat dalam berprestasi yaitu semangat berlatih, semangat bertanding dan semangat juara.

# ABSTRACT

Safiqoh Umi Solekhatun Najah. 2019. *Swimming Achievement Coaching in* Panca Mutiara *Swimming Club in* Pekalongan Regency in 2019. *Undergraduate Thesis. Department of Physical Education and Recreation, Faculty of Sports Science.* Universitas Negeri Semarang. *Advisor:* Supriyono, S.Pd. M.Or.

*Keywords: Swimming Achievement*

*The background of this research problem is the condition of the* Panca Mutiara *Swimming Club which has few athletes with good achievements at the district level. The research question is what are the factors that can influence the swimming achievement coaching of athletes in* Panca Mutiara *Swimming Club in Pekalongan Regency? The purpose of this study is to describe the factors that influence swimming achievement coaching of athletes in* Panca Mutiara *Swimming Club in Pekalongan Regency.*

*This type of research is a qualitative descriptive study. The objects of this study are six (6) swimming athletes, trainers and administrators of* Panca Mutiara *Swimming Club. Data collection methods in this study used interviews, observation and documentation. To check the validity of the data, the researcher used data triangulation, while data were analyzed through data reduction, data presentation and conclusions.*

*The results show that athletes have aspects of physical condition, motivation, and ability to swim very well. Most athletes have a high competitive mentality, not to mention factors of Sports staff, facilities and infrastructure, funds, organization, methods and awards. Supporting aspects of swimming achievement at the* Panca Mutiara *Swimming Club include good quality Sports staff, an appreciation for athletes, a well-organized organizational management system and financial support although it still has a limited facilities and infrastructure, and has a well-structured schedule of achievement coaching method to always be followed by athletes.*

*Conclusion: Factors that can influence the swimming achievement coaching in* Panca Mutiara *Swimming Club athletes are the athletes with excellent category; Sports staff and organization with adequate category; while the facilities and infrastructure, funds, methods and awards in the less adequate category in fostering achievement at* Panca Mutiara *Swimming Club. Suggestions: (1) Administrators are expected to recruit more managers, add facilities and infrastructure to support training; (2) The coach provides guidance to the athlete so that the athletes keep practicing continuously and routinely; (3) Athletes are expected to always have three elements of motivation or enthusiasm in achievement, namely the spirit of training, the spirit of competition and the spirit of champions.*

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya :

Nama : Safiqoh Umi Solekhatun Najah

NIM : 6101415030

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Pembinaan Prestasi Renang Di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan Tahun 2019

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 17 Agustus 2019
Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
0FC1FAFF011042603
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Safiqoh Umi S.N
NIM. 6101415030

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "**Pembinaan Prestasi Renang Di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan Tahun 2019**" telah disetujui dan disahkan untuk diajukan kepada Panitia Penguji Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : .....

Tanggal : .....

Menyetujui,

| | |
|---|---|
| Ketua Jurusan PJKR | Pembimbing, |
| 23/8 2019 | |
| Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd. | Supriyono, S.Pd.,M.Or. |
| NIP. 196109031988031002 | NIP. 197201271998021001 |

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Safiqoh Umi Solekhatun Najah. NIM 6101415030. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Judul "Pembinaan Prestasi Renang Di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan Tahun 2019 " telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada Jumat, 20 September 2019.

Panitia Ujian

Ketua

Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd.
NIP. 196103201984032001

Sekretaris

Drs. H. Endro Puji P., M.Kes.
NIP. 195903151985031003

Dewan Penguji

1. Dr.Imam Santosa C. S.Pd., M.Si. (Penguji I)
NIP. 196905292001121001

2. Ricko Irawan, S.pd..M.Pd. (Penguji II)
NIP. 198505212014041003

3. Supriyono, S.Pd.,M.Or. (Penguji III)
NIP. 197201271998021001

## MOTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO:

1. Jangan lihat masa lampau dengan penyesalan; jangan pula lihat masa depan dengan ketakutan; tapi lihatlah sekitarmu dengan penuh kesadaran (James Thurber).
2. Proses sama pentingnya dibanding hasil. Hasilnya nihil tidak apa. Yang penting sebuah proses telah dicanangkan dan dilaksanakan (Sujiwo Tejo).
3. Tanda kebodohan itu adalah membuang-buang waktu, menunda-nunda taubat, menggantung kepada orang lain, durhaka kepada orang tua, dan menyebarkan rahasia orang lain (La-Tahzan).

### PERSEMBAHAN:

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas (PJKR) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
2. Panca Mutiara *Swimming Club* yang telah membantu, memberikan motivasi dan dukungan.
3. Bapak saya Slamet dan ibu saya Lismuni yang senantiasa memberikan doa, dukungan dan motivasi terbaik untuk saya.

# KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt yang telah mellimpahkan rahmat, taufik, hidayah dan inayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Renang Di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan Tahun 2019 dapat penulis selesaikan dengan baik.

Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada bapak ibu dosen dan semua pihak yang telah memberi petunjuk, saran dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Ucapan rasa terimakasih juga penulis sampaikan kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk memperoleh pendidikan formal di UNNES
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang atas ijinnya dalam penelitian ini.
3. Ketua jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan arahan dan ijin penelitian kepada penulis
4. Bapak Supriyono, S.Pd., M.Or. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan petunjuk bimbingan, sehingga terselesainya skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang yang telah mengasah dan mengasuh serta memberi bekal ilmu pengetahuan.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan terutama di jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
7. Ketua Pengurus Panca Mutiara *Suwimming Club* Kabupaten Pekalongan memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
8. Atlet renang di Panca Mutiara Suwimming Club Kabupaten Pekalonganyang mau bersedia menjadi Objek dalam penelitian ini.
9. Teman-teman satu angkatan 2015, sahabat sahabat serta seluruh keluarga besar Fakultas Ilmu Keolahragaan serta orang-orang tersayang yang selalu memberikan semangat.
10. Semua pihak yang telah memotivasi dan membantu saya yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu-persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala dan nikmat atas semua kebaikan yang telah ibu, bapak, dan saudara berikan. Dan akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semarang, 2019

Penulis

# DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL ..... i
ABSTRAK ..... ii
ABSTRACT ..... iii
PENYATAAN ..... iv
HALAMAN PERSETUJUAN ..... v
PENGESAHAN ..... vi
MOTO DAN PERSEMBAHAN ..... vii
KATA PENGANTAR ..... viii
DAFTAR ISI ..... x
DAFTAR TABEL ..... xii
DAFTAR GAMBAR ..... xiii
DAFTAR GRAFIK ..... xiv
DAFTAR LAMPIRAN ..... xv
BAB I PENDAHULUAN ..... 1
1.1 Latar Belakang ..... 1
1.2 Fokus Masalah ..... 5
1.3 Pertanyaan Penelitian ..... 6
1.4 Tujuan Penelitian ..... 6
1.5 Manfaat Penelitian ..... 7
BAB II KAJIAN PUSTAKA ..... 8
2.1 Pembinaan Prestasi ..... 8
2.2 Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi ..... 9
2.2.1 Pengolahragaan ..... 9
2.2.2 Tenaga Keolahragaan ..... 10
2.2.3 Peorganisasian ..... 15
2.2.4 Pendanaan ..... 22
2.2.5 Metode ..... 24
2.2.6 Sarana dan Prasarana ..... 24
2.2.7 Penghargaan ..... 37
2.3 Pembinaan Prestasi di Panca Mutiara S.C ..... 40
2.4 Kerangka Konseptual ..... 43
BAB III METODE PENELITIAN ..... 45
3.1 Metode penelitian ..... 45
3.2 Pendekatan Penelitian ..... 45
3.3 Lokasi Dan Sasaran Penelitian ..... 46
3.3.1 Lokasi Penelitian ..... 46
3.3.2 Sasaran Penelitian ..... 46
3.3.3 Waktu penelitian ..... 46

3.4 Instrumen Penelitian Dan Metode Pengumpulan Data ..... 46
3.4.1 Instrumen Penelitian ..... 46
3.4.2 Metode Pengumpulan Data ..... 53
34.2.1 Observasi ..... 53
3.3.1.1 Wawancara ..... 59
3.3.1.2 Dokumentasi ..... 66
3.5 Pemeriksaan Keabsahan Data ..... 67
3.5.1 Kriteria Pemeriksaan Keabsaan Data ..... 67
3.5.1.1 Drajat Kepercayaan ( *Credibility*) ..... 68
3.5.1.1.1 Perpanjangan pengamatan ..... 68
3.5.1.1.2 Peningkatan ketekunan ..... 68
3.5.1.1.3 Triangulasi data ..... 68
3.5.1.1.4 Analisis kasus negatif ..... 69
3.5.1.1.5 Menggunakan bahan referensi ..... 69
3.5.1.1.6 Mengadakan member *check* ..... 70
3.5.1.2 Pengujian *transferability* ..... 70
3.5.1.3 Pengujian *Dependability* ..... 70
3.6 Teknik Analisis Data ..... 71
3.6.1 Analisis sebelum di lapangan ..... 71
3.6.2 Analisis selama dilapangan ..... 71
3.6.2.1 Reduksi Data ..... 72
3.6.2.2 Peyajian Data ..... 72
3.6.2.3 Menarik Kesimpulan Atau Verifikasi ..... 72
3.6.3 Analisis setelah di lapangan ..... 73

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... 76
4.1 Hasil Penelitian ..... 76
4.1.1 Gambaran Umum Panca Mutiara *Swimming Club* ..... 76
4.2 Hasil pembahasan dan pemeriksaan keabsahan data ..... 77
4.2.1 Pemeriksaan keabsahan data uji kredibilitas ..... *77*
4.2.1.1 Perpanjangan pengamatan ..... 77
4.2.1.1.1 Penyajian Data Pembinaan Prestasi Panca Mutiara S.C ..... 77
4.2.1.2 Peningkatakn ketekunan ..... 88
4.2.1.2.1 Penyajian Data Pembinaan Prestasi Panca Mutiara S.C ..... 88
4.2.1.3 Triangulasi data ..... 99
4.2.1.4 Analisis khasus negatif ..... 104
4.2.1.5 Menggunakan bahan referensi ..... 107
4.2.1.6 Member check ..... 111
4.2.1.7 Penyajian data dan uji t*ransferability* ..... 111
4.2.1.8 Penyajian datadan uji *Dependability* ..... 111
4.2.1.9 Penyajian data dan uji *konfirmability* ..... 112

BAB V SIMPULAN DAN PEMBAHASAN ..... 113
5.1 Simpulan ..... 113
5.2 Saran ..... 114

DAFTAR PUSTAKA ..... 115
LAMPIRAN ..... 120

# DAFTAR TABEL

Tabel Halaman


1. Daftar Atlet Klub Panca Mutiara *Swimming Club* .....4
2. Perolehana Juara Pada Olahraga Renang Atlet Renang Panca Mutiara *Swimming Club* .....5
3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....47
4. Pedoman Observasi .....54
5. Pedoman Wawancara.....59
6. Pedoman Dokumentasi.....67
7. Analisi kriteria lembar wawancara kategori indikator .....74
8. Analisi kriteria lembar wawancara kategori sub indikator .....75
9. Struktur Organisasi Panca Mutiara *Swimming Club* .....77
10. Faktor Pembinaa Prestasi Renang Panca Mutiara S.C .....77
11. Kondisi Sarana Prasarana Di Panca Mutiara S.C .....85
12. Perolehan penghargaan juara .....87

# DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman


1. Kolam Renang ..... 32
2. Kaca Mata Renang ..... 33
3. Pakaian Renang ..... 33
4. Penutup Kepala ..... 34
5. Ear Plugs ..... 34
6. Nose Clip ..... 35
7. Kaki Katak ..... 35
8. Hand Paddle ..... 35
9. Pull Boy ..... 36
10. Rompi Pelampung ..... 36
11. Papan Pelampung ..... 36
12. Ban ..... 37
13. Skema Kerangka Konseptual ..... 44
14. Bagan Analisis Data ..... 71

## DAFTAR GRAFIK

Grafik Halaman

1. Hasil analisis perpanjangan pengamatan ..... 87
2. Hasil analisis peningkatan ketekunan..... 98
3. Hasil triangulasi..... 103
4. Hasil analisis khasus Negatif..... 107

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman


1. Usul Topik Skripsi ..... 120
2. Surat Keputusan Dekan Mengenai Penetapan Dosen Pembingbing Skripsi ..... 122
3. Surat Penelitian ..... 123
4. Surat Balasan Penelitian ..... 124
5. Instrumen Observasi ..... 125
6. Instrumen Wawancara Pengurus Klub ..... 126
7. Instrumen Wawancara Pelatih,PRSI dan KONI ..... 129
8. Instrumen Wawancara Atlet ..... 132
9. Instrumen Dokumentasi ..... 135
10. Instrumen Angket ..... 136
11. Hasil Observasi ..... 143
12. Hasil Wawancara Pengurus Klub ..... 144
13. Hasil Wawancara Pelatih ..... 148
14. Hasil Wawancara Atlet ..... 152
15. Hasil Dokumentasi ..... 160
16. Hasil Angket ..... 161
17. Reduksi Data ..... 166
18. Program Latihan Panca Mutiara *Swimming Club* ..... 174
19. Sertifikat Pelatih Renang ..... 179
20. Daftar Hadir Atlet Panca Mutiara *Swimming Club* ..... 182
21. Piagam Penghargaan ..... 183
22. Dokumentasi Kegiatan ..... 190

# BAB I

# PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Olahraga prestasi bukan hanya sekedar pencapaian akhir yang memuaskan berdasarkan target awal tim atau atlet, dalam lingkup dunia olahraga, akan tetapi bagaimana proses untuk menuju prestasi olahraga sesuai dengan targetnya Undang-Undang Republik No.3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional, Bab I Pasal (1), disebutkan bahwa pengertian olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjejnjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungnan ilmu pengutuhan dan teknologi keolahragaan. Sedangkan Pengeratian Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang mencapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga. Sementara pengertian pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan ( UU No.3 Tahun 2005 Bab I Pasal 1).

Suatu organisasi atau perkumpulan olahraga harus ada pembinaan yang nantinya dapat menghasilkan suatu prestasi yang bagus, dan diharapkan dalam pembinaan harus melihat pada setiap individu pemain atau atlet baik dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Dalam UU No 16 tahun 2007 pasal 93 ayat 4 yaitu tentang standar pelayanan minimal keolahragaan untuk olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat 1 (standar pelayanan minimal keolahragaan sebagaimana dimaksud pasal 92 meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi,

dan olahraga prestasi) mencakup persyaratan : (1) pelatih olahraga, (2) klub atau perkumpulan, (3) pelatihan, (4) penataran, (5) prasarana dan sarana yang memenuhi standar, (6) kompetisi, (7) kejuaraan atau pekan olahraga, (8) sentra pembinaan, (9) ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan, (10) sistem informasi keolahragaan, (11) pendanaan, dan (12) penghargaan.

Oleh karena itu menurut Rumpis Agus Sudarko, (2009: 56) untuk memajukan olahraga prestasi, pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat dapat mengembangkan: (a) Perkumpulan olahraga; (b) pusat penelitian dan pengembangan ilmu pengelohuan dan teknologi keolahragaan; (c) sentra pembinaan olahraga prestasi; (d) pendidikan dan pelatihan tenaga keolahragaan; (e) prasarana dan sarana olahraga prestasi; (f) informasi keolahragaan; dan (h) melakukan uji coba kemampuan prestasi olahragawan pada tingkat daerah, nasional, dan internasional sesuai dengan kebutuhan.

Renang adalah salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat, khususnya para remaja dan anak- anak, oleh karena itu di Indonesia terutama di kota besar banyak tersedia kolam renang yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat untuk meningkatkan kebugaran dan prestasi olahraga. Renang juga merupakan salah satu cabang olahraga yang menuntut suatu pola gerakan tangan dan kaki yang harus dilakukan pada saat bersamaan sehingga dapat mengapung dan meluncur bergerak maju dari satu tempat ke tempat lain. Gerakan kombinasi antara kaki dan tangan serta tekhnik pengambilan nafas dan dipadukan dengan koordinasi gerakan saat berenang dapat menciptakan hasil gerakan yang lebih efisien, efektif dan renang yang baik (Herawanto Dikromo, 2013: 2).

Bagas Suryowidodo (2016: 10) menyatakan dalam suatu kompetisi renang yang dilombakan adalah kecepatan atlet renang dalam berenang. Pemenang dalam perlombaan renang adalah perenang yang tercepat dalam menyelesaikan jarak lintasan yang dilombakan. Gaya yang diperlombakan antara lain gaya bebas, gaya kupu-kupu, gaya punggung, dan gaya dada.

Mencetak atlet berprestasi tidak bisa secara instan, akan tetapi memerlukan waktu yang cukup panjang dengan tahapan tertentu yang harus berkesinambungan dan terpadu (Soegiyanto KS, 2004:1). Proses berlatih melatih merupakan proses yang panjang, atlet yang mulai latihan dari usia anak-anak, baik berhasil dan tidak berhasil dalam cabang olahraga prestasi akan bisa memperoleh hasil yang positif dari proses latihan yang dijalani, antara lain kebugaran, kekayaan gerak dan pertumbuhan yang optimal. Cukup pahalawidi (2007: 44) berpendapat bahwa latihan yang berorientasi pada satu tujuan yaitu peningkatan hasil akan membuat atlet mengalami hal-hal negatif antara lain, pertumbuhannya bermasalah karena saat masa pertumbuhan energi digunakan untuk latihan, kekakuan gerak atau miskin gerak saat dewasa, prestasi cepat didapat dan cepat hilang dan atlet akan kehilangan waktu untuk bermain bebas karena tertekan oleh latihanyang tertuju pada event khusus secara berlebihan.

Untuk mencapai prestasi dibutuhkan beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi, sistem pembinaan dan sarana-prasarana olahraga. Sedangkan faktor eksterna lmeliputi, faktor psikologis, rutinitas latihan, pelatih, keadaan fisik, serta teknik dan *skill* yang dimiliki atlet. Dikutip dalam Dwiki Adi Septian (2017: 94) Tidak hanya faktor-faktor tersebut yang dapat menunjang sebuah olahraga prestasi, karena didalam olahraga prestasi terdapat manajemen Sumber Daya Manusia atau SDM (rekrutmen, seleksi, orientasi, proses, evaluasi,

promosi dan degradasi pada atlet, pelatih maupun pengelola), dan terdapat program latihan (jangka panjang, jangka pendek dan evaluasi progam). Bila semua faktor tersebut telah dapat dipenuhi, maka prestasi olahraga akan menjadi lebih baik.

Panca Mutiara *Swimming Club* hanya memliki 10 atlet (Pekalongan, Batang dan Pemalang) yang status masih pelajar dengan usia 5 -14 tahun serta memiliki 3 pelatih. Sarana untuk latihan masih menyewa kolam renang dan prasaran yang digunakan untuk latihan yang dimiliki dari dana iuran pengurus dan atlet. Kompetisi yang sering sering diikuti dan setiap tahun mendapatkan juara yaitu POPDA tingkat daerah serta ada salah satu dari atlet yang sudah merai kejuaraan di tingkat provinsi dan nasional.

Berdasarkan fakta yang ditemukan di Panca Mutiara *Swimming Club* yaitu kurangnya sumber daya manusia (SDM) Atlet dan sarana prasarana yang dimiliki Panca Mutiara *Swimming Club* dengan pencapain pertasi yang dimiliki atlet. Meskipun masih banyak kekurangan akan tetapi atlet di Panca Mutiara *Swimming Club* masih tetap berprestasi setiap tahun. Berikut adalah fakta yang di temukan peneliti di lapangan yang berupa daftar atlet di Panca Mutiara *Swimming Club*.

Tabel 4.1 Daftar atlet Panca Mutiara *Swimming Club*

| No | Nama | Kelas |
|---|---|---|
| 1. | Balqis Syifa Rohma | Kelas 6 SD |
| 2. | Naili Salsa Azarah | Kelas 5 SD |
| 3. | Naya Putri | Kelas 2 SMP |
| 4. | Hanif Panca | Kelas 1 SMP |
| 5. | Najwa Farah densa | Kelas 8 SMP |
| 6. | Naura | Kelas 5 SD |
| 7. | Wira Ahmad | Kelas 3 SD |
| 8. | Albian | Kelas 3 SD |
| 9. | Bintang | Kelas 4 SD |
| 9. | Faiz | Kelas 1 SD |
| 10. | Widi | TK B |

Klub ini memiliki beberapa prestasi yang berhasil dimiliki oleh atlet Panca Mutiara *Swimming Club*. Berikut adalah beberapa prestasi yang diperoleh atlet Panca Mutiara *Swimming Club*.

Tabel 4.2 Perolehan Juara pada Olahraga Renang atlet Panca Mutiara *Swimming Club*

| NO. | Juara | Gaya | Tingkat | Tahun |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Juara 1 | 100M Gaya Punggung Putri | Kejuaraan renang antar perkumpulan nasional kelompok umur taruna Piala Kapolda Jateng | 2017 |
| 2. | Juara 1 | 50M Gaya Punggung Putri | Kejuaraan renang antar perkumpulan nasional kelompok umur taruna Piala Kapolda Jateng | 2017 |
| 3. | Juara 2 | 100M Gaya Dada Putri | Kabupaten (POPDA tingkat SD/Mi Se-Kab.Pekalongan) | 2018 |
| 4. | Juara 1 | 50M Gaya Dada Putra | POPDA tingkat SD/Mi Se-Kab.Pekalongan | 2018 |
| 5. | Juara 1 | 100M Gaya Dada Putri | POPDA tingkat SD/Mi Se-Kab.Pekalongan | 2018 |
| 6. | Juara 3 | 50M Gaya Dada Putri | POPDA tingkat SD/Mi Se-Kab.Pekalongan | 2018 |
| 7. | Juara 3 | 200M Gaya dada Putri | Krapprov jateng | 2016 |
| 8. | Juara 2 | 50M Gaya dada Putra | POPDA tingkat SD/Mi Se-Kab.Pemalang | 2018 |

Berdasarkan uraian diatas penelitian tertarik untuk meneliti pembinaan prestasi atlet Panca Mutiara *Swimming Club* . Dengan judul "Pembinaan Prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan tahun 2019".

## 1.2 Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang, serta keterbatasan ppeneliti dan agar penelitian lebih terfokus, maka permasalahan dalam penelitian ini di fokuskan pada pembinaan prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan.

## 1.3 Pertanyaan penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah ditentukan diatas maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan:

1. Bagaimana pengolahragaan di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
2. Bagaimana Ketenagaan di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
3. Bagaimana pengorganisasian di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
4. Bagaimana pendanaan di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
5. Bagaimana Metode di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
6. Bagaimana sarana dan prasarana di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?
7. Bagaimana penghargaan keolahragaan di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan?

## 1.4 Tujuan penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pembinaan prestasi yang meliputi pengolahragaan, ketenagaan, pendanaan, metode, saran dan prasarana, penghargaan keolahragaan di Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan .

## 1.5 Manfaat Penelitian

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan ilmu pendidikan jasmani khususnya dalam bidang renang. Bahan referensi untuk penelitian yang akan datang pada akuatik khususnya faktor keberhasilan renang itu sendiri.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pelatih dapat membantu mempermudah proses latihan para Atlet untuk meningkatkan prestasi khususnya dalam latihan renang.
2. Bagi klub turut berperan serta dalam meningkatkan proses keberhasilan pembelajaran yang menyenangkan kreatif dan inovatif.
3. Bagi atlet dapat meningkatkan keterampilan gerakkan renang dengan benar dan dapat menjadi sumbangsih terhadap lingkungan.

# BAB II

# KAJIAN PUSTAKA

## 2.1 Pembinaan Prestasi Olahraga

Dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 Bab I pasal 1 ayat 4 bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani,rohani, dan sosial. Menurut KBBI pembinaan adalah upaya yang dilakukan agar sedikit lebih maju atau sempurna. Karakteristik dari pembinaan yaitu berorientasi jauh ke depan untuk menuju perubahan yang sempurna. Adapun pembinaan prestasi adalah upaya yang dilakukan untuk memajukan atau menyempurnakan atlet agar dapat berprestasi lebih baik. Berdasarkan Undang-Undang Republik No.3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional, Bab I Pasal (1), disebutkan bahwa pengertian olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjejnjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungnan ilmu pengutuhan dan teknologi keolahragaan.

Pencapaian prestasi maksimal olahraga harus dikembangkan melalui kegiatan pembinaan yang terprogram, terarah, terencana melalui kegiatan pembinaan yang terprogram, terarah, terencana melalui kegiatan berjenjang dalam waktu yang relatif lama (Rusli Lutan dkk, 2008). Pembinaan olahraga yang optimal dapat dicapai dengan pembinaan yang baik dan benar sebagai satu keutuhan, prestasi itu merupakan kombinasi kondisi fisik, kemampuan mental,

penguasaan teknik, kecakapan teknik, yang diantaranya melalui pembinaan hingga mencapai prestasi maksima.

Undang-Undang Republik No.3 tentang sistem keolahragaan Nasional Bab 4 Pasal 21 pemerintah dan pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya. Pembinaan dan pengembanagn sebagaiaman dimaksud pada ayat (1) meliputi pengolahraga, ketenagaan, pengorganisasisan, pendanaan, metode, persarana dan saran serta penghargaan. Pemerintah daerah mempunyai tugas untuk melaksanakan kebijakan dan mengoordinasikan pembinaan dan pengembangan keolahragaan serta melaksanakan standarisasi bidang keolahragaan di daerah (UU RI No. 3 Tahun 2005 Bab V pasal 12 ayat 2). Pemerintah daerah mempunyai kewenangan untuk mengatur, membina, mengembangkan, melaksanakan, dan mengawasi penyelenggaraan keolahragaan di daerah (UU RI No. 3 Tahun 2005 Bab V pasal 13 ayat 2). Implikasi dari pasal terscbut adalah bahwa daerah diberikan kewenangan untuk mengatur dan melaksanakan program olahraga didaerah masing-masing sejalan dengan undang-undang otonomi daerah (Kemenegpora, 2007).

## 2.2 Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi Olahraga

### 2.2.1 Pengolahragaan

Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 Bab I pasal 1 ayat 6 Pengolahragaan adalah orang yang berolahraga dalam usaha mengembangkan potensi jasmani, rohani dan soaial. Olahragawan adalah pengolahraga yang mengikuti pelatihan secara teratus dan kejuraan dengan penuh dedikasi untuk mencapai prestasi. Menurut KBBI arti dari katta atlet adalah olahragawan yang terlatih kekuatan, ketangkasan dan kecepatan untuk diikut sertakan dalam pertandingan. Atlet

berasal dari bahasa Yunani yaitu *atlos* yang bearti “kontes”. Istilah lain atlet adalah *atilete* yaitu orang yang terlatih diadu kekuatannya agar mencapai prestasi. Menurut Sondkh (2009, mereka yang disebut atlet adalah pelaku olahraga yang berprestasi baik tingkat daerah, nasional maupun internasional. Dari penjelasan diatas Sehingga dapat dikatakan bahwa yang di sebut pengolahraga adalah atlet.

Atlet dilahirkan dan dibuat dengan bakat dari fisik yang optimal, memiliki intelegensi (kecerdasan) dan kualitas personal yang layak. Faktor intelegensi merupakan bagian penting selain bakat (fisik) dan kualitas personal (kepribadian, disiplin, dan lain-lain) dari seorang atlet untuk menjadi juara dunia. Jadi untuk berhasil menjadi atlet profesional (dunia), idealnya mempunyai:

1. Bakat

Bakat merupakan dasar (kepandaian, sifat dan pembawaan) yang dibawa sejak lahir. Bakat yang dimiliki setiap individu itu berbeda-beda dan dapat dilihat mulai sejak usia dini (Depdiknas, 2005:93). Pendapat lain menurut Asrori (2009: 98), Bakat adalah kemampuan alamiah untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan, baik yang bersifat umum maupun yang bersifat khusus. Dikatakan bakat umum contohnya bakat intelektual secara umum, sedangkan bakat khusus contohnya bakat akademik, sosial, seni, olahraga, dan sebagainya.

2. Kualitas Personal

Bila ingin menjadi seorang atlet, anak idealnya harus mempunyai kualitas personal yang baik seperti; disiplin dalam berlatih, kepribadian yang baik artinya bertanggungjawab dan patuh terhadap instruksi pelatih serta semangat dalam berlatih dan mempunyai kemauan keras untuk maju.

3. Tingkat Intelegensi (Kecerdasan)

Kecerdasan menurut Departemen Pendidikan Nasional (2005: 209) adalah kesempurnaan perkembangan akal budi (seperti kepandaian, ketajaman pikiran dan lain-lain).

### 2.2.2 Tenaga Keolahragaan

Tenaga keolahragaan adalah setiap orang yang memiliki kualifikasi dan sertifikat kompetensi dalam bidang olahraga (UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I pasal 1 ayat 9),yang di dalamnya terdapat pelatih, wasit, guru, manajer, instruktur dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya (Kemenegpora RI, 2006: 13). UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab X pasal 63 ayat 1 tenaga keolahragaan terdiri atas pelatih,guru/dosen, wasit, juri, manajer, promotor, administrator, pemandu, penyuluh, instruktur, tenaga medis dan para medis, ahli gizi, ahli biomekanika, psikolog, atau sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan kegiatan olahraga

Pelatih adalah tokoh sentral dalam proses pelatihan olahraga. Pelatih adalah orang yang memberi bimbingan/tuntunan kepada atlet agar dapat dicapai prestasi olahraga yang optimal (Widijoto, 2007). Pelatih adalah seorang yang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina, dan mengarahkan atlet terpilih berbakat untuk merealisasi prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (KONI tentang Proyek garuda Emas, 1998: B-16). Pelatih adalah orang yang berperan untuk membantu atlet memantapkan penampilan serta meningkatkan seluruh potensinya, sehingga mampu berprestasi tinggi dalam cabang olahraganya (Harsuki, 2003, 374).

Hubungan pelatih-atlet tidak memiliki pengaruh langsung pada hasil atlet, tetapi bertindak sebagaisuatu bentuk variabel mediasi antara perilaku pelatih dan

hasil atlet *(International Journal of Sports Science & Coaching Volume 5 · Number 3 · 2010).* Kepemimpinan pelatih adalah proses pengaruh yang bergantung pada, dan didasari oleh hubungan interpersonal antara pelatih dan atlet (*International Journal of Sports Science & Coaching Volume 5 · Number 3 · 2010 431*). Menurut Supriyanto (2007: 8) Pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengungkapkan potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata secara optimal dalam waktu relatif singkat. Menurut Irianto (2002: 35) berpendapat bahwa Pelatih adalah ahli yang memahami indikator atlet berbakat dari berbagai aspek baik yang terkait dengan anatomi maupun fisiologi. Seorang pelatih sangat berperan penting dalam faktor berkembangnya bakat anak, tanpa pelatih sangat sulit bagi kita untuk mengembangkan bakat anak usia sekolah dasar, maka sangat perlu bimbingan dari pelatih, karena pelatih adalah orang yang ahli dalam bidangnya.

Menurut Monika E. Schloder and Richard T. McGuire pelatih adalah seseorang yang bertugas untuk mempersiapkan fisik dan mental olahragawan maupun kelompok olahragawan (dalam Kurnia Tahki dan Gerdy Zulfitranto, 2018). Pelatih merupakan sosok yang paling dekat dan berperan penting dalam memotivasi atletnya (Lilik Sudarwati, 2007). Untuk menghasilkan prestasi tinggi dalam olahraga banyak faktor yang ber-peran penting, mementukan dan saling berkaitan. Salah satunya adalah peranan pelatih yang menentukan beberapa persyaratan. Seorang pelatih harus memiliki 3 aspek menurut Iman Sulaiman (2015) antara lain:

1) Pengetahuan, seorang pelatih harus berpengetahuan banyak tentang keterampilan cabang olahraganya. Seorang pelatih juga harus memiliki

pengetahuan dasar tentang ilmu keolahragaan (*sport sciences*) pendukung seperti biomekanik, medis, gizi, psikologi, dan pendidikan.

2) Pengalaman, Pelatih harus memiliki pengalaman atau berpengalaman sebagai acuan untuk evaluasi pertandingan agar kesalahan yang terjadi pada pertandingan sebelumnya dapat diperbaiki dan diantisipasi sehingga tidak terulang pada pertandingan berikutnya.
3) Karakter, Seorang pelatih juga harus memiliki kualifikasi personal dan moral yang baik, karena pelatih akan selalu menjadi contoh bagi atlet yang dibinanya.

Tutko dan Richard (dalam Harsono, 2017:26-31) membahas tipe-tipe kepribadian pelatih yang kemudian dikategorikan dalam 5 katogori antara lain:

1. Pelatih Otoriter (*Authoritarian Coach*)

   Tipe pelatih kuasa, yang penuh energi, selalu menuntut para bawahanya untuk patuh pada perintahnya. Ciri-ciri kepribadian pelatih otoriter berpegang teguh pada disiplin, bisa kejam dan sadis dengan kebiasaan menerapkan sistem hukuman, ketat dalam rencana dan jadwal latihan dan Biasanya bukan pribadi yang hangat
2. Pelatih Yang Baik Hati *(Nice Guy Coach*)

   Tipe pelati dengan ciri-ciri senang memberi pujian, sangat luwes dalam rencana latihan sehingga kadang-kadang justru membingungkan atlet,sering mencoba-coba beberapa alternatif metode dan sistem
3. Pelatih Pemacu (*Intens Atau Drive Coac* )

   Ciri-ciri pelatih pemacu mirip dengan pelatih otoriter yaitu penuh semangat, agresif, menekankan pada disiplin dan pada hal-hal yang kecil karena keinginananya untuk memeperoleh kesempurnaan dalam segala hal, namun

tidak menerapkan sistem hukuman sebagaimana pelatih otoriter. Tipe seorang yang emosional dan sukar dalam mengendalikan emosinya.

4. Pelatih Yang Santai *(Easy-Going Coach)*

   Pelatih yang bersifat pasif, santai, laissez faire, dan tidak pernah merasa ada beban stress.

5. Pelatih Tipe Bisnis Atau Pelatih Scientific (*Business-Like Coach)*

   Pelatih yang menganggap olahraga sebagai bisnis karena itu timnya terorganisir dengan baik. Mempertimbangkan hal-hal secara detail sebelum menerapkan dalam latihan. Hubungan dengan atlet mirip hubungan bisnis karena itu atlet tidak mudak medekatinya serta keras hati namun terbuka bagi gagasan-gagasan baru.

Wasit adalah seorang pengadil di lapangan pada setiap pertandingan olahraga. Setiap pertandingan olahraga dipimpin oleh seorang wasit yang memiliki wewenang penuh untuk memimpin suatu pertandingan olahraga dan memegang teguh peraturan permainan pertandingan olahraga, terhitung mulai dari saat masuk sampai dengan meninggalkan lapangan tersebut. Wasit adalah seorang yang memiliki wewenang untuk mengatur jalannya suatu pertandingan olahraga. Ada bermacam-macam istilah wasit. Dalam bahasa Inggris dikenal *referee*, *umpire*, *judge* atau *linesman* (Wikipedia bahasa Indonesia, ensiklopedia bebas, http://id.wikipedia.org/wiki/Wasit).

Menurut Kamus Bahasa Indonesia (KBBI ) bahwa :

1) Juri adalah orang (panitia) yang menilai dan memutuskan kalah atau menang (dalam perlombaan, sayembara, dan sebagainya).
2) Manajer adalah orang yang berwenang dan bertanggung jawab membuat rencana, mengatur, memimpin, dan mengendalikan pelaksanaannya untuk mencapai sasaran tertentu.
3) Promotor adalah orang yang bertanggung jawab atas keuangan suatu pertandingan olahraga, termasuk mencari dana, mengadakan kontrak, dan sebagainya.
4) Administrator adalah direktur perusahaan, pengurus, penata usaha, pengusaha atau pembesar setempat, orang yang mempunyai kemampuan memerintah yang sangat baik, pemimpin di bidang pelaksanaan peraturan, prosedur, dan kebijakan *(Manajemen)*.
5) Administrasi pertandingan Pemandu adalah orang yang memandu sesuatu (dalam diskusi dsb) atau moderator.
6) Penyuluh yang bertugas melaksanakan kegiatan penyuluhan kegiatan olahraga.

### 2.2.3 Pengorganisasian

Meningkatkan pembinaan dan pengembangan olahraga, khususnya olahraga prestasi tidak lepas dari peran serta pengurus dan organisasi. Organisasi adalah sarana atau alat untuk mencapai tujuan organisasi; dan unsur atau unit yang ada dalam suatu organisasi harus dapat menampung berbagai program dan kegiatan yang telah dirancang untuk mencapai tujuan organisasi (KONI tentang Proyek garuda Emas, 1998: 43).

Secara sederhana organisasi memiliki tiga unsur, yaitu ada orang, ada kerjasama, dan ada tujuan bersama. Tiga unsur organisasi itu tidak berdiri sendiri-

sendiri, akan tetapi saling terkait atau saling berhubungan sehingga merupakan suatu kesatuan yang utuh. Sedangkan dalam UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I pasal 1 ayat 24, organisasi olahraga adalah sekumpulan orang yang menjalin kerjasama dengan membentuk organisasi untuk penyelenggaraan olahraga sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Menurut Arnold *and* Jack (2002:6) olahraga adalah sebuah aktivitas berkompetisi yang dilakukan paling tidak oleh dua kompetitor yang mensyaratkan adanya kemampuan fisik mengikuti prosedur-prosedur yang resmi dan di bawah pengawasan struktur organisasi yang resmi. Oleh karena itu untuk mengembangkan olahraga dibutuhkan suatu cara yang terorganisir untuk meningkatkan dan mengembangkan kegiatan olahraga itu sendiri hal tersebut dapat dilakukan dengan memadukan ilmu manajemen dan olahraga.

Peningkatan prestasi dalam pembinaan dan pengembangan olahraga tergantung bagaimana pengurus organisasi menjalankan fungsi-fungsi keorganisasiannya. Pengurus organisasi dapat menyusun porgram-program kerja yang dapat mendukung tercapainya prestasi yang maksimal dalam pembinaan dan pengembangan olahraga. Program-program tersebut diantaraya adalah perekrutan atau pengadaan pelatih, pengadaan sarana dan prasarana, perekrutan atlet, menentukan perencanaan dan pelaksanaan pembinaan atlet melalui pemusatan latihan cabang olahraga, mengadakan atau menyelenggarakan even olahraga, mengikuti berbagai even olahraga sesuai dengan cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai tambahan pengalaman bagi atlet, mencarikan dana untuk pembinaan, dan lain sebagainya.

Adapun unsur-unsur organisasi secara terperinci adalah :

1. Man

Man (orang-orang), dalam kehidupan organisasi atau ketatalembagaan sering disebut dengan istilah pegawai atau personnel. Pegawai atau personnel terdiri dari semua anggota atau warga organisasi, yang menurut fungsi dan tingkatannya terdiri dari unsur pimpinan (administrator) sebagai unsur pimpinan tertinggi dalam organisasi, para manajer yang memimpin suatu unit satuan kerja sesuai dengan fungsinya masing-masing dan para pekerja. Semua itu secara bersama-sama merupakan kekuatan manusiawi (man power) organisasi.

2. Kerjasama

Kerjasama merupakan suatu perbuatan bantu-membantu akan suatu perbuatan yang dilakukan secara bersama-sama untuk mencapai tujuan bersama. Oleh karena itu, semua anggota atau semua warga yang menurut tingkatan-tingkatannya dibedakan menjadi administrator, manajer, dan pekerja (workers), secara bersama-sama merupakan kekuatan manusiawi berorganisasi.

3. Tujuan Bersama

Tujuan merupakan arah atau sasaran yang dicapai. Tujuan menggambarkan tentang apa yang akan dicapai atau yang diharapkan. Tujuan merupakan titik akhir tentang apa yang harus dikerjakan. Tujuan juga menggambarkan tentang apa yang harus dicapai melalui prosedur, program, pola (network), kebijaksanaan (policy), strategi, anggaran (budgeting), dan peraturan-peraturan (regulation) yang telah ditetapkan.

4. Peralatan *(Equipment)*

Unsur yang keempat adalah peralatan atau equipment yang terdiri dari semua sarana, berupa materi, mesin-mesin, uang, dan barang modal lainnya (tanah, gedung/bangunan/kantor).

5. Lingkungan *(Environment)*

Faktor lingkungan misalnya keadaan sosial, budaya, ekonomi, dan teknologi. Termasuk dalam unsur lingkungan, antara lain : 1) Kondisi atau situasi yang secara langsung maupun secara tidak langsung berpengaruh terhadap daya gerak kehidupan organisasi, karena kondisi atau situasi akan selalu mengalami perubahan;2) Tempat atau lokasi, sangat erat hubungannya dengan masalah komunikasi dan transportasi yang harus dilakukan oleh organisasi;3) Wilayah operasi yang dijadikan sasaran kegiatan organisasi. Wilayah operasi dibedakan menjadi : a). Wilayah kegiatan, yang menyangkut jenis kegiatan atau macam kegiatan apa saja yang boleh dilakukan sesuai dengan tujuan organisasi b). Wilayah jangkauan, atau wilayah geografis atau wilayah teritorial, menyangkut wilayah atau daerah operasi organisasi. c). Wilayah personil, menyangkut semua pihak (orang-orang, badan-badan) yang mempunyai hubungan dan kepentingan dengan organisasi. d). Wilayah kewenangan atau kekuasaan, menyangkut semua urusan, persoalan, kewajiban, tugas, tanggung jawab dan kebijaksanaan yang harus dilakukan dalam batas-batas tertentu yang tidak boleh dilampaui sesuai dengan aturan main yang telah ditetapkan dan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku; 4) Kekayaan Alam yang termasuk dalam kekayaan alam ini misalnya keadaan iklim, udara, air, cuaca (geografi, hidrografi, geologi, klimatologi), flora dan fauna.

Dalam UU No tahun pasal 90 Standar Pengelolaan Organisasi Keolahragaan wajib memiliki persyaratan: a) Akta pendirian yang bersifat autentik atau yang

dilegalisasi; b) Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga; c) Nomor Pokok Wajib Pajak; d) struktur dan personalia yang kompeten; e) rencana dan program kerja; f) sistem administrasi dan manajemen organisasi keolahragaan; g) pelatihan dan pembinaan berjenjang dan berkelanjutan; h) kompetisi atau kejuaraan yang diselenggarakan atau diikuti; i) sistem kesejahteraan pelaku olahraga; j) kode etik organisasi

Dikemukakan oleh Dirham (dalam skripsi Purno Padmonobo: 2009) Dalam suatu organisasi diperlukan aturan-aturan yang harus ditaati oleh semua anggota agar tujuan organisasi tersebut tercapai, maka timbul anggaran dasar dan anggaran rumah tangga agar tidak terjadi penyelewengan-penyelewengan. Organisasi itu sendiri mempunyai unsurunsur yang saling berkaitan satu dengan yang lain. Unsur-unsur yang ada di organisasi yaitu :

1. Pengurus

Purno Padmonobo (2009 ) pengurus merupakan tubuh yang terdiri dari berbagai tenaga atau orangorang yang menjalankan tugas dan kewajibannya. Di dalam suatu organisasi pasti terdapat adanya pengurus, dimana pengurus memegang peranan yang sangat penting dalam menjalankan tugasnya. Secara umum susunan sistem di dalam organisasi olahraga terdiri dari :

2. Ketua umum

Purno Padmonobo (2009 ) seorang ketua umum merupakan pimpinan umum dan bertugas sebagai penanggung jawab atas seluruh kepengurusan di dalam suatu organisasi. Adapun tugasnya yaitu : 1) mengkoordinasikan seluruh kegiatan yang dilaksanakan oleh pengurus, 2) bertanggungjawab atas seluruh kegiatan yang dilakukan pengurus dan anggota, 3) mengkoordinasikan tugas-tugas

kesekretariatan dan bendahara serta seksi-seksi demikian juga pemimpin dan, 4) mengendalikan semua kegiatan.

3. Sekretaris

Purno Padmonobo (2009 ) sekretaris merupakan pusat kegiatan tugas administrasi secara tertulis dan pencatatan. Sekretaris adalah karyawan/pegawai yang diangkat oleh pimpinannya sebagai pembantu untuk mengerjakan tugas-tugas kantor, perusahaan/instansi karena dianggap dipercaya dalam mengerjakan tugas pimpinan dan dapat memegang rahasia perusahaan.

4. Bendahara

Purno Padmonobo (2009 ) bendahara bertanggungjawab mengenai keselamatan semua harta kekayaan dari organisasi dan memegang kas serta pembukuan dan juga bertanggungjawab akan keluar masuknya keuangan organisasi.

5. Penasehat

Purno Padmonobo (2009 ) memiliki tugas mendampingi ketua umum dan memberi nasehat serta tempat pertimbangan di dalam pengambilan keputusan dalam setiap kegiatan yang ada.

6. Seksi-seksi

Purno Padmonobo (2009 ) setiap seksi dipimpin oleh ketua seksi dan banyaknya seksi tergantung besar kecilnya organisasi. Adapun tugas seksi, yaitu : 1) Menyelenggarakan kegiatan menurut tugas dan fungsinya masing-masing, 2) Menyediakan kebutuhan-kebutuhan, 3) Memelihara sarana dan prasarana kegiatan, 4) Mengadakan kontrak dengan pihak lain sesuai kegiatan atas petunjuk dan konsultasi ketua, 5) Mencatat, mengevaluasi dan melaporkan kegiatan kepada ketuadan pengurus.

7. Anggota

Purno Padmonobo (2009 ) anggota juga ikut menentukan keberhasilan jalannya organisasi, sebab apabila pengurusnya bekerja dengan giat dan teratur tetapi kalau anggotanya tidak disiplin dan tidak mentaati peraturan yang telah ditetapkan dalam organisasi, maka jalanya organisasi tersebut akan terganggu dan terhambat, bahkan tujuan organiasasi itu tidak bisa tercapai.

8. Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga.

Purno Padmonobo (2009 ) Anggaran Rumah Tangga merupakan penjelasan dari Anggaran Dasar, karena Anggaran Dasar sebagai pedoman dari suatu organisasi pada setiap pasalnya ditulis secara garis besarnya saja. Ada kemungkinan uraian pasal-pasal dari Anggaran Dasar organisasi tersebut, hanya ditulis secara garis besarnya saja teteapi cukup jelas sehingga pada Anggaran Rumah Tangga dicantumkan bahwa pasal tersebut dengan sebutan cukup jelas. Oleh karena itu Anggaran Dasar itu merupakan tali pengikat dan sumber peraturan guna mengatur anggotaanggotanya termasuk pengurus. Sedangkan Anggaran Rumah Tangga merupakan kelengkapan bagi Anggaran Dasar, yaitu mengatur hubungan kerja sama antara anggota dan pengurus dan sebaliknya.

9. Rencana Kerja

Purno Padmonobo (2009 ) untuk mencapai tujuan organisasi pengurus harus mempunyai rencana kerja atau program kegiatan, tujuan perencanaan adalah untuk membuat keputusan yang baik mengenai hal-hal yang perlu dilaksanakan dan bagaimana melaksanakannya. Perencanaan bisa untuk masa kini atau masa akan datang, dengan perencanaan dapat dibedakan arah yang perlu ditempuh dalam pencapaian tujuan. Perencanaan juga memungkinkan adanya kontrol yang efektif, karena dengan perencanaan dapat menyusun standar yang dapat

dijadikan petunjuk dalam penilaian aktifitas. Perencanaan mencakup tujuan umum ke dalam sasaran spesifik, juga mencakup penentuan sumber daya yang diperlukan untuk mencapai

tujuan organisasi.

10. Anggaran Belanja

Purno Padmonobo (2009 ) anggaran belanja merupakan suatu bentuk jumlah yang harus dipenuhi di dalam melaksanakan kegiatan. Semua kegiatan dapat dilaksanakan kalau semua anggaran terpenuhi, oleh sebab itu didalam organisasi harus berusaha untuk mendapatkan dana.

### 2.2.4 Pendanaan

Salah satu faktor pendukung terpenting dalam upaya menyukseskan program pembinaan olahraga prestasi adalah tersedianya dana yang memadai. Berbagai sumber dana alternatif perlu digali dalam upaya memenuhi kebutuhan dana untuk pembinaan cabang-cabang olahraga prestasi.

Pendanaan mempunyai peranan yang sangat penting bagi pembinaan dan pengembangan olahraga. Dengan adanya pendanaan, berbagai kebutuhan/hal yang berhubungan dengan pembinaan dan pengembangan olahraga dapat dipenuhi dengan baik, diantaranya adalah: pengadaan sarana dan prasarana olahraga yang baru untuk melengkapi/mengganti fasilitas yang ada/rusak; pemeliharaan dan perbaikan sarana dan prasarana olahraga termasuk alat dan fasilitas lapangan; pendanaan pembinaan dan pengembangan atlet mulai dari perekrutan sampai dengan pemusatan latihan dan ikut serta dalam even kejuaraan; kesejahteraan atlet, pelatih, dan pengurus organisasi.

Sumber pendanaan keolahragaan ditentukan berdasarkan prinsip kecukupan dan keberlanjutan. Dana keolahragaan yang dialokasikan dari Pemerintah dan

pemerintah daerah dapat diberikan dalam bentuk hibah sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Pemerintah bertanggungjawab atas penyelenggaraan keolahragaan di daerah, bahwa untuk melaksanakan ketentuan Pasal 72 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2007 Tentang Pendanaan Keolahragaan perlu menetapkan Peraturan Pemerintah tentang Pendanaan Keolahragaan:

BAB I

KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Pemerintah ini yang dimaksud dengan:

1. Pendanaan keolahragaan adalah penyediaan sumber daya keuangan yang diperlukan untuk penyelenggaraan keolahragaan.
2. Pemerintah adalah Pemerintah Pusat.
3. Pemerintah daerah adalah pemerintah provinsi, dan/ atau pemerintah kabupaten /kota.

Pasal 2

Pendanaan keolahragaan menjadi tanggung jawab bersama antara Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat.

Pasal 3

Pemerintah dan pemerintah daerah wajib mengalokasikan anggaran keolahragaan melalui Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara dan Anggaran Pendapatan dan Anggaran Pendapatan Belanja Daerah.

Pasal 4

Sumber pendanaan keolahragaan ditentukan dengan prinsip kecukupan dan berkelanjutan sesuai dengan prioritas rencana pembangunan keolahragaan.

BAB II

SUMBER DAN ALOKASI PENDANAAN

Bagian Kesatu

Sumber Pendanaan

Pasal 5

1) Sumber pendanaan keolahragaan dari Pemerintah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara.

2) Sumber pendanaan keolahragaan dari pemerintah daerah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah.

Pasal 6

1) Sumber pendanaan keolahragaan dari masyarakat dapat diperoleh dari:

   a. kegiatan sponsorship keolahragaan;

   b. hibah baik dari dalam maupun luar negeri;

   c. penggalangan dana;

   d. kompensasi alih status dan transfer olahragawan;

   e. uang pembinaan dari olahragawan profesional;

   f. kerja sama yang saling menguntungkan;

   g. sumbangan lain yang tidak mengikat; dan

h. sumber lain yang sah berdasarkan ketentuan Peraturan Perundang-undangan.

2) Selain sumber sebagaimana dimaksud pada ayat (1) pendanaan keolahragaan dapat juga bersumber dari industri olahraga yang meliputi antara lain dari:

a) tiket penyelenggaraan pertandingan/kompetisi;

b) penyewaan prasarana olahraga;

c) jual beli produk sarana olahraga;

d) *sport labeling*;

e) iklan;

f) hak siar olahraga;

g) promosi, eksibisi, dan festival olahraga;

h) keagenan; dan

i) layanan informasi dan konsultasi keolahragaan.

Pasal 7

1. Pendapatan Pemerintah yang diperoleh dari jasa layanan keolahragaan atau terkait dengan keolahragaan dalam penyelenggaraan keolahragaan dan sumber pendanaan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 6 merupakan Penerimaan Negara Bukan Pajak.
2. Pendapatan pemerintah daerah yang diperoleh dari jasa layanan keolahragaan atau terkait dengan keolahragaan dalam penyelenggaraan keolahragaan dan

sumber pendanaan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 6 merupakan pendapatan daerah.

3. Pendapatan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dan ayat (2) dikelola sesuai dengan ketentuan Peraturan Perundang-undangan.

Pasal 8

1. Untuk mendukung pendanaan keolahragaan, Pemerintah dapat membentuk badan usaha keolahragaan milik negara yang berbadan hukum.
2. Pembentukan badan usaha sebagaimana dimaksud pada ayat (1) didirikan sesuai dengan ketentuan Peraturan Perundang-undangan.

Bagian Kedua

Alokasi Pendanaan

Pasal 9

1. Dana yang diperoleh dari sumber pendanaan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 hanya dapat dialokasikan untuk penyelenggaraan keolahragaan yang meliputi:
   a. Olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi;
   b. Pembinaan dan pengembangan olahraga;
   c. Pengelolaan keolahragaan;
   d. Pekan dan kejuaraan olahraga;
   e. Pembinaan dan pengembangan pelaku olahraga;
   f. Peningkatan kualitas dan kuantitas prasarana dan sarana olahraga;
   g. Pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan;
   h. Pemberdayaan peran serta masyarakat dalam kegiatan keolahragaan;
   i. Pengembangan kerja sama dan informasi keolahragaan;
   j. Pembinaan dan pengembangan industri olahraga;

k. Standardisasi, akreditasi dan sertifikasi;

l. Pencegahan dan pengawasan doping;

m. Pemberian penghargaan;

n. Pelaksanaan pengawasan; dan

o. Pengembangan, pengawasan, serta pengelolaan olahraga professional.

2. Tata cara penggunaan dana sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan sesuai dengan ketentuan Peraturan Perundang-undangan.

### 2.2.5 Metode

Menurut KBBI metode adalah cara teratur yang digunakan untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai sesuai dengan yang dikehendaki; cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan. Metode merupakan cara-cara yang dilakukan untuk mendukung terlaksananya pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi. Metode yang digunakan tersebut antara lain melalui pemusatan latihan yang didalamnya terdapat sistem-sistem pembinaan kepada atlet dan juga program-program latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan atlet baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental.

### 2.2.6 Sarana dan Prasarana

Ketersediaan sarana-prasarana merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan prestasi olahraga. Tanpa adanya fasilitas yang memadai, meraih prestasi mungkin hanya sekedar mimpi (Hermawan, 2012 : 8).

Prasarana dan sarana olahraga sangat penting keberadaannya untuk menunjang pembinaan dan pengembangan olahraga, khususnya olahraga prestasi. Prasarana dan sarana olahraga yang diperlukan untuk pembinaan dan pengembangan olahraga sebaiknya memenuhi standar nasional atau bahkan

Internasional. Harsuki (2003:384), guna menampung kegiatan olahraga prestasi prasarana olahraga yang disiapkan perlu memenuhi kualitas sesuai dengan syarat dan ketentuan masing-masing cabang olahraga, yaitu: a. Memenuhi standard ukuran Internasional, b. Kualitas bahan/material yang dipakai harus memenuhi syarat Internasional.

Fasilitas olahraga merupakan media nostalgia, pengingat mengenai acara olahraga yang dahulu pernah dijalankan. Jaringan televisi salah satunya seperti ESPN Classic, Fox Sports, dan lainnya secara teraturmenyiarkan peristiwa olahraga masa lalu yang dapat berkembang dan membangkitkan nostalgia karena merekamenyediakan replay acara olahraga bersejarah untuk memungkinkan orang untuk hidup kembali atau pengalaman untukpertama kali saat-saat itu terjadi (Gammon, 2002).

1. Pengertian Sarana

Menurut Soepartono (2000: 5-6) Sarana olahraga adalah terjemahan dari *fac ilities,* yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani, mudah dipindah, bahkan dibawa oleh pelaku atau siswa. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu:

1. Peralatan (apparatus), ialah sesuatu yang digunakan, contoh: palang tunggal, alang sejajar, gelang-gelang dan lainnya.
2. Perlengkapan (device), yaitu: Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya: net, bendera untuk tanda, garis batas dan lain-lain, lalu sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya: bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dijelaskan, “Sarana adalah segala sesuatu yang dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan”.

Menurut Agus S. S (2004:4), sarana adalah sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, sehingga sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik untuk selalu bergerak aktif, sehingga tujuan aktivitas pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

2. Pengertian Prasarana

Menurut Agus S. Suryobroto (2004:16-18) prasarana adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindah (bisa semi permanen). Contoh: matras, peti lompat, meja tenis meja, dll.

Menurut Soepartono (2000:5-6) menambahkan bahwa prasarana 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. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan. Berdasarkan definisi tersebut dapat disebutkan beberapa contoh prasarana olahraga ialah: lapangan sepakbola, lapangan tenis, gedung olahraga *(hall)*, dan lain-lain. Gedung olahraga merupakan prasarana berfungsi serba guna yang secara berganti-ganti dapat digunakan untuk pertandingan beberapa cabang olahraga. Semua yang disebutkan adalah adalah contoh-contoh prasarana olahraga dengan ukuran standar.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) bahwa, “prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha, pembangunan proyek dan lain sebagainya”.

Secara umum sarana dan prasarana adalah alat penunjang keberhasilan suatu proses upaya yang dilakukan di dalam pelayanan publik, karena apabila kedua hal ini tidak tersedia maka semua kegiatan yang diakukan tidak akan dapat mencapai hasil yang diharapkan sesuai dengan rencana. Menurut Soepartono (dalam Ahmad Irzan: 2018) secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana diidefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relative permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan. Berdasarkan definisi tersebut dapat disebutkan beberapa contoh prasarana olahraga antara lain: lapangan bola basket, lapangan tenis, gedung olahraga (*hall*), stadion sepak bola, stadion atletik dan lain-lain. Menurut Harsuki (2003:380) penyiapan prasarana olahraga selalu dikaitkan dengan kegiatan olahraga yang mempunyai sifat: 1) Horizontal, dalam arti bersifat menyebar atau meluas yang sesuai dengan konsep "*Sport for all*" atau dengan semboyan "Memasyarakatkan Olahraga dan Mengolahragakan Masyarakat" yang tujuannya untuk kebugaran dan kesehatan, 2) Vertikal, dalam arti bersifat mengarah keatas dengan tujuan mencapai prestasi tertinggi dalam cabang olahraga tertentu, baik untuk tingkat daerah, nasional, maupun internasional.

Guna memenuhi 2 arah kegiatan tersebut kebutuhan prasarana olahraga perlu memperhatikan 3 faktor:

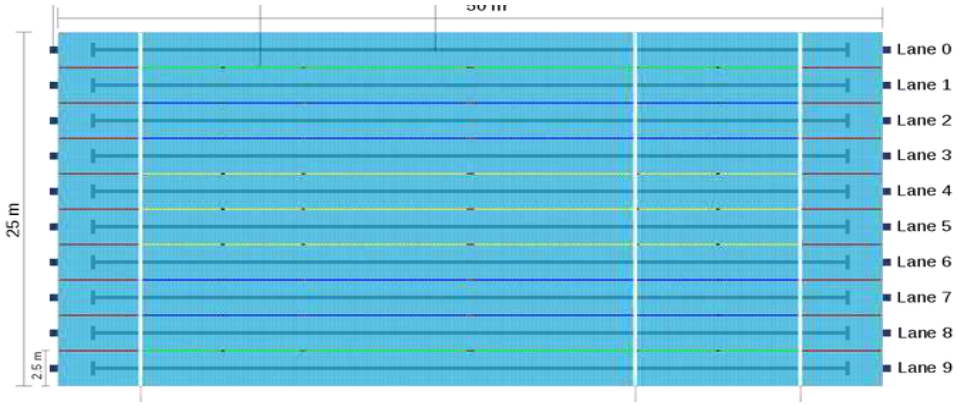
1. Kuantitas: guna menampung kegiatan pemasalan olahraga perlu prasarana olahraga yang jumlahnya mencukupi sesuai dengan kebutuhan seperti yang ditentukan dalam pedoman penyiapan prasarana. Tersebar secara merata di seluruh wilayah.
2. Kualitas: guna menampung kegiatan olahraga prestasi prasarana olahraga yang disiapkan perlu memenuhi kualitas sesuai dengan syarat dan ketentuan masing-masing cabang olahraga: a) memenuhi standar ukuran internasional, b) Kualitas bahan/material yang diapakai harus memenuhi syarat internasional, Sebagai ilustrasi kegiatan olahraga masal dan olahraga prestasi dapat digambarkan dengan skema piramida, dimana bagian dasarnya yang lebar menggambarkan pemassalan sedang puncaknya menggambarkan puncak prestasi. Dalam skema digambarkan 3 komponen kegiatan yang terdiri dari kegiatan masyarakat, organisasi/klub olahraga dan KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia) sebagai Pembina apabila masing-masing dapat disatukan merupakan gambaran secara menyeluruh pembinaan prestasi olahraga secara terpadu.
3. Dana: untuk menunjang kedua faktor diatas diperlukan dana yang cukup agar dapat disiapkan prasarana yang mencukupi jumlah serta kualitasnya memenuhi syarat.

Menurut UU RI No.3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dalam pasal 1 ayat 20 dan 21 dijelaskan apa yang dimaksud dengan sarana dan prasarana olahraga. Prasarana olahraga adalah tempat atau ruang termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga dan/atau penyelenggaraan olahraga. Sedangkan sarana olahraga adalah peralatan atau perlengkapan yang digunakan untuk kegiatan olahraga. Berdasarkan UU RI No.3 tahun 2005 Bab XI

pasal 67 ayat 1 bahwa pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakatbertanggung jawab atas perencanaan, pengadaan, pemanfaatan, pemeliharaan, dan pengawasan prasarana olahraga.

Renang adalah suatu jenis olahraga yang dilakukan di dalam air dan merupakan cabang olahrga yang dapat dilakukan oleh siapa saja, baik putra maupun putri. Berikut sarana dan prasarana dalam latihan renang meliputi:

1. Kolam Renang




Gambar 2.1 Kolam Renang
Sumber :(Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

Menurut Pardijono dan Afifan (dalam Deni Setyo Wicaksono dan Setiyo Hartono) Panjang untuk kolam renang baik yang digunakan dalam ukuran kolam renang standar nasional maupun internasional memiliki panjang 50 meter dengan lebar 25 meter dan kedalam kolam dengan ukuran minimum 1,8 meter (untuk lebar standar internasional) dan 2 meter (untuk standar nasional), garis lebar 2,5 meter, lintasan 8, dan yang lainnya.

2. Kacamata Renang

Berenang tanpa memakai kacamata renang, maka pandangan mata di dalam air kolam akan terbatas dan seisi kolam dengan buram serta tidak dapat melihat

jelas dasar/lantai kolam renang beserta garis di dasar kolam renang. Selain itu menggunakan kacamata renang akan mencegah perih dan iritasi pada mata saat berenang di dalam air. Beberapa *fitur* yang harus diperrtimbangkan ketika memilih kacamata renang.

*Anti Fogging* : untuk mencegah timbulnya kabut/*fog* pada lensa kacamata renang anda

*Anti UV* : untuk mencegah radiasi ultraviolet terutama ketika anda sedang berenang di bawah sinar matahari terik

Gambar 2.2 Kaca Mata
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

3. Pakaian Renang

Pakaian renang merupakan suatu hal yang sangat pent ing bagi perenang baik perenang profesional maupun pemula. Pakaian renang berfungsi untuk membantu pergerakan perenang agar lebih mudah menggerakkan dirinya di dalam air. Selain itu dalam aspek kesehatan bisa mencegah pembekuan pada tubuh manusia dan juga mencegah kutu air (kuman) yang masuk kedalam tubuh manusia

Gambar 2.3 Pakaian Renang
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

4. Penutup Kepala (*Swim Cap*)

Berenang terlalu lama, maka akan membuat rambut kita menjadi keras, lengket, dan kaku. Hal ini karena efek dari kaporit yang ada di dalam kolam renang. Maka dari itu fungsi dari penutup kepala adalah melindungi rambut kita. Selain itu, penutup kepala juga disarankan bagi kalian yang memiliki rambut panjang, karena jika kalian memiliki rambut panjang namun tidak menggunakan penutup kepala, maka rambut anda bisa saja akan mengganggu wajah anda.

Gambar 2.4 Penutup Kepala
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

*5. Ear Plugs*

*Ear plug* dipasang di telinga kita untuk mencegah masuknya air ke dalam lubang telinga kita.

*Gambar 2.5 Ear Plugs*
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

*6. Nose Clip*

Sementara itu *Nose clip* fungsinya agar air tidak masuk ke dalam lubang hidung.

*Gambar 2.6 Nose Clip*
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

7. Kaki katak (*Fins)*

Kaki katak merupakan peralatan renang yang dipasang di telapak kaki. Kaki katak berfungsi membantu untuk mempercepat gerakan renang terutama pada renang gaya bebas.

Gambar 2.7 Kaki Katak
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

*2. Hand Paddle*

Alat ini pemakaiannya mirip dengan kaki katak, kalo kaki katak kan dipakai di telapak kaki, maka alat ini dipasang di telapak tangan. Fungsi *hand paddle* yakni untuk mempermudah gerakan tangan ketika berenang

*Gambar 2.8 Hand Paddle*
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

*3. Pull Boy*

*Pull boy* ini membantu kaki agar mudah balance di dalam air. Cara pakainya yakni dengan menjepitnya di antara kedua paha kita. *Pull boy* sering digunakan untuk membantu kita dalam belajar renang gaya kupu-kupu.

*Gambar 2.9 Pull Boy*
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

4. Rompi Pelampung

Digunakan agar selalu mengambang di permukaan air. Cocok banget buat yang takut tenggelam di dalam air dan ingin belajar berenang

Gambar 2.10 Rompi Pelampung
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

5. Papan Pelampung

Papan pelampung/papan renang/*swimming board* biasa dipakai untuk membantu kita meluncur, renang gaya bebas, dan renang gaya katak dengan memfokuskan diri pada gerakan kaki kita

Gambar 2.11 Papan Pelampung
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

6. Ban

Ban memang membuat kita terapung di air dan juga biasa dipakai sebagai alat penolong ketika ada yang akan tenggelam di dalam air. Ban tentunya dipakai sebagai alat bantu bagi orang yang masih pemula dalam belajar renang.

Gambar 2.12 Ban
Sumber : (Peraturan Standar sarana prasarana Renang FINA)

### 2.2.7 Penghargaan Kepada Pelaku Olahraga Berprestasi

Dalam UU RI No.3 Tahun 2005 tentang SKN pasal 1 ayat 19 disebutkan bahwa penghargaan olahraga adalah pengakuan atas prestasi dibidang olahraga yang diwujudkan dalam bentuk material dan /atau nonmaterial. Dalam UU RI No. 3 tahun 2005 tentang SKN pasal 86 ayat 1 disebutkan bahwa setiap pelaku olahraga, organisasi olahraga, lembaga pemerintah/swasta, dan perseorangan yang berprestasi dan/atau berjasa dalam memajukan olahraga diberi penghargaan. Dalam UU RI No.3 Tahun 2005 tentang SKN pasal 86 ayat 3 disebukan bahwa penghargaan dapat berbentuk pemberian kemudahan, beasiswa, asuransi, pekerjaan, kenaikan pangkat luar biasa, tanda kehormatan,

kewarganegaraan, warga kehormatan jaminan hari tua, kesejahteraan, atau bentuk penghargaan lain yang bermanfaat bagi penerima penghargaan

Penghargaan merupakan sebuah apresiasi yang diberikan oleh Pemerintah kepada pelaku olahraga yang berprestasi. Pemberiaan penghargaan ini sebagai wujud terimakasih atas kerja keras dan perjuangan para pelaku olahraga karena telah membawa nama baik daerahnya, serta sebagai motivasi agar selanjutnya mendapatkan prestasi yang lebih baik lagi.

Dalam Kajian Kebijakan Pemberian Penghargaan Kepada Pelaku Olahraga Berpartisipasi (2015:1) disebutkan bahwa:

Latar belakang pemberian penghargaan pada atlet:

1. Masa depan pelaku olahraga tidak terjamin
2. Pelaku olahraga harus fokus memilih antara prestasi olahraga atau pendidikan.
3. Pengorbanan seorang pelaku olahraga tidak sebanding dengan penghargaan.
4. Olahraga prestasi belum bisa menjadi pilihan untuk berkarir.
5. Dukungan dunia pendidikan terhadap olahraga prestasi tidak optimal.

Tujuan pemberian penghargaan pada atlet:

1. Menghargai jerih payah dan perjuangan para atlet/pelatih yang telah mengorbankan waktu, tenaga, pikiran dan masa depan demi martabat bangsa.
2. Memacu peningkatan prestasi atlet secara berjenjang, konsisten dan berkesinambangunan di tingkat Daerah, Nasional, Regional dan Internasional.

3. Memotivasi orangtua yang memiliki putra/putri dengan bakat terbaik untuk mendukung putra/putri mereka untuk menjadikan olahraga sebagai tujuan prestasi dan masa depan.
4. Memberikan jaminan pendidikan dan kesejahteraan seumur hidup bagi Atlet dan Pelatih yang berprestasi.
5. Memotivasi para Pelatih untuk meningkatkan kompetensi kepelatihan dengan mengikuti pendidikan kepelatihan bersertifikasi.

Dalam Perpres RI No. 44 Tahun 2014 tentang Pemberian Penghargaan Olahraga pasal 3 disebutkan bahwa:

1. Penghargaan olahraga yang dapat diberikan kepada pelaku olaraga, organisasi olahraga, lembaga pemerintah/swasta, dan perseorangan yang berprestasi dan/ atau berjasa dalam memajukan olahraga berbentuk:
   1) Tanda kehormatan
   2) Kemudahan
   3) Beasiswa
   4) Pekerjaan
   5) Kenaikan pangkat luar biasa
   6) Asuransi
   7) Kewarganegaraan
   8) Warga kehormatan
   9) Jaminan hari tua
   10) Kesejahteraan, atau
   11) Bentuk penghargaan lain
2. Bentuk penghargaan olahraga sebagaimana yang dimaksud pada ayat (1) disesuaikan dengan prestasi dan jasa yang bersangkutan.

## 2.3 Pembinaan Renang di Panca Mutiara *Swimming Club*

Renang menurut Dadi Dartija (2014) sudah ada sejak zaman dahulu kalah hal ini dapat dilihat dari peninggalan-peninggalan pada zaman dahulu, pada benda-benda kuno, relief-relief yang menunjukkan bahwa manusia telah berenang sejak 2000-3000 tahun yang lalu. Di zaman Yunani kuno, renang merupakan salah satu pelajaran pokok yang penting dalam pendididkan keseluruhan renang. Renang sebagai olahraga renang di kembangkan oleh Bangsa Inggris dimulai sejak abad ke-19 di London. Renang mempunyai sejarah yang selaras dengan sejarah kehidupan manusia. Sejarah renang ini perlu diketahui oleh para olahragawan renang pada umumnya. Pada negara-negara kuno renang digunakan untuk melatih dan mempersiapkan para pemudanya dalam rangka pertahanan negara. Demikian pula setelah lahirnya sekolah-sekolah pada jaman kuno di negara-negara Mesir,China, Yunani, Roma dan banyak negara lain renang selalu masuk dalam acara pelajaran sekolah. Oleh karena itu sejak jaman dahulu renang telah dikenal dan terus berkembang sampai saat ini.

Menurut Indik Karnadi (2008: 38-106) olahraga renang dapat di bagi menjadi empat gaya, yaitu:

1. Gaya bebas yang merupakan gaya renang yang palin cepat dibandingkan dengan ketiga gaya lainnya karena gaya renang ini mempunyai koordinasi gerak yang yang baik dan hambatanya paling minim.
2. Gaya dada yang merupakan gaya yang petama dalam pertandingan olahraga renang, baru menyusun gaya bebasa, gaya punggung dan gaya kupu-kupu faktor-faktor yang berpengaruh dalam mencapaian prestasi
3. Berenang gaya punggung adalah berenang dimana punggung menghadap pada permukaan air atau tubuh dalam posisi terlentang.

4. Gaya kupu yang permulaanya merupakan modifikasi dari gaya dada, dimana gerakan kakinya sama dengan gaya dada sedang gerak lengannya dalam mendayung berlawanan arah dengan gaya dada.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat terkenal dan banyak digemari oleh masyarakat. Hal ini dapat kita lihat banyaknya orang-orang yang memenuhi kolam renang serta banyaknya bermunculan klub-klub renang. Indikasi inilah yang membuat olahraga renang dapat menjadi semakin berkembang. Pembinaan renang harus dimulai sejak usia muda sebagai tahap persiapan. Semenjak itu diberikan pendidikan renang mulai awal dan metodis, artinya berenang bagi anak-anak merupakan kegiatan yang dilakukan dengan penuh kesadaran, teratur, dan terarah agar anak-anak dari permulaan belajar berenang memiliki pengetahuan tentang pembinaan olahraga dan dasar-dasar berenang serta diberikan ketrampilan teknik berenang dengan benar, pembentukan kondisi fisik, memahami peraturan permainan dengan benar, dan memiliki teknik berenang.

Seorang perenang harus menguasai teknik dasar gaya-gaya dalam renang agar menjadi perenang yang baik. Teknik dasar tersebut menjadi ketrampilan berenang yang dilakukan dengan gerakan-gerakan otomatis perlu adanya latihan yang kontinyu, sehingga setiap individu memiliki gerakan yang otomatis untuk dapat dilakukan pada masing-masing gaya dengan demikian diharapkan dapat meraih prestasi yang lebih baik.

Persatuan Renang Seluruh Indonesia (PRSI) sebagai induk organisasi renang di Indonesia telah mencanangkan suatu program pembinaan latihan secara nasional. Program ini bertujuan untuk mendapatkan pemain-pemain yang berkualitas dan nantinya dapat dipakai sebagai perenang nasional. Namun,

program pembinaaan ini dilaksanakan dengan memutar kejuaraan secara nasional yang terdiri dari beberapa tingkatan atau jenjang meliputi Kejuaraan Kelompok Umur, Aqua Master, POPDA, POPNAS.

Pola pembinaan renang nasional ini mengacu pada doktrin renang Indonesia melalui proses pembinaan sebagai berikut. 1) Pemassalan dilakukan pada usia 8-12 tahun dengan lama proses 2-5 tahun, 2) Pembibitan dilakukan pada usia 12-16 tahun dengan lama proses 2-5 tahun, 3) Pemantapan dilakukan pada usia 16-19 tahun dengan lama proses 3-4 tahun, 4) Pematangan dilakukan pada usia 19-23 tahun dengan lama proses 4-5 tahun, 5) Penggalangan prestasi dilakukan pada usia 23 tahun keatas dengan lama proses 10-12 tahun, 6) Prestasi Puncak, (Proyek Garuda Emas: 1997)

Pembinaan pemain pada fase pemassalan (usia 8-12 tahun) dilaksanakan oleh klub-klub renang maupun sekolah-sekolah renang yang tersebar di seluruh Indonesia. Sedangkan program pembinaan untuk remaja usia 12-16 tahun (fase pembibitan) serta usia 16-19 tahun (fase pemantapan) dibina lewat program kerja sama antara Depdiknas, lembaga swasta, serta Persatuan Renang Seluruh Indonesia yang diwujudkan dalam pusdiklat renang. Dengan adanya pembinaan renang berjenjang dan berkelanjutan ini diharapkan kebutuhan pemain nasionalakan terpenuhi.

Pembinaan prestasi olahraga renang di kabupaten Pekalongan, belum begitu memuaskan dilihat dari perolehan juara yang dimiliki. Faktor penghambatnya yaitu, dana yang disediakan untuk pembinaan masih kurang, fasilitas olahraga khususnya renang kurang maksimal, latihan yang kurang. Akan tetapi pemerintah daerah dalam hal ini. Kabupaten Pekalongan tetap berupaya membina atlet-atlet renang agar prestasi mereka meningkat. Pembinaan yang dilakukan yaitu dengan

mendirikan klub-klub renang. Bibit atlet renang diambil dari pelajar-pelajar sekolah di Kabupaten Kebumen, baik SMP maupun SMA., prestasi yang pernah diperoleh Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan adalah dari tingakat daerah, provinsi dan nasional.

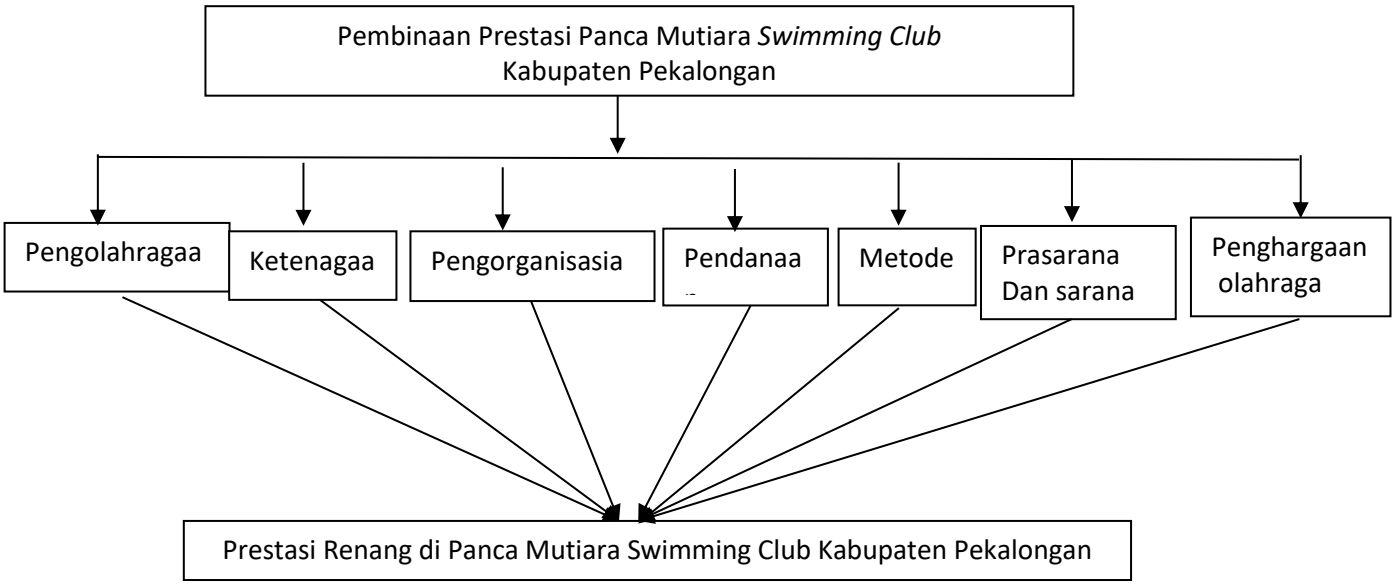
## 2.4 Kerangka Konseptual

Prestasi maksimal merupakan tujuan dari pembinaan olahraga. Pencapaian prestasi maksimal membutuhkan proses waktu yang lama, karena itu untuk mewujudkan prestasi maksimal tersebut bukanlah merupakan hal mudah, banyak faktor yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi maksimal. Atlet merupakan komponen utama dalam pencapain prestasi olahraga. Atlet yang berpotensi dan berkualitas sesuai dengan cabang olahraga yang dipelajarinya merupakan factor yang mendasar untuk meraih prestasi.

Dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 Bab I pasal 1 ayat 4 bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani,rohani, dan sosial. Pelatih harus mampu menerapkan program latihan yang sesuai dengan keadaan, memantau latihan dan membina secara teratur dan terus menerus. Disamping itu olahraga tersebut juga harus dibina pengurus dengan kinerja yang baik melalui organisasi demi kelangsungan dan kelancaran kegiatan yang dilakukan. Maka dari itu diperlukan keseriusan serta motivasi yang tinggi untuk menjalankan pembinaan dari berbagai aspek.

Pembinaan olahraga yang optimal dapat dicapai dengan pembinaan yang baik dan benar sebagai satu keutuhan, prestasi itu merupakan kombinasi kondisi fisik, kemampuan mental. penguasaan teknik, kecakapan teknik, yang diantaranya melalui pembinaan hingga mencapai prestasi maksima.

Pemerintah daerah mempunyai kewenangan untuk mengatur, membina, mengembangkan, melaksanakan, dan mengawasi penyelenggaraan keolahragaan di daerah (UU RI No. 3 Tahun 2005 Bab V pasal 13 ayat 2). Implikasi dari pasal terscbut adalah bahwa daerah diberikan kewenangan untuk mengatur dan melaksanakan program olahraga didaerah masing-masing sejalan dengan undang-undang otonomi daerah (Kemenegpora, 2007).




Gambar 2.13 Kerangka Berpikir Penelitian

# BAB V

# SIMPULAN DAN SARAN

## 5.1 Simpulan

Hasil analisis dan pembahasan dapat ditarik simpulan sebagai berikut: faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pembinaan prestasi renang pada atlet Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan meliputi

1. Faktor pengolahragaan atau dari dalam diri atlet adalah faktor yang sangat baik dalam pencapaian prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan dinilai dari kedisiplinan, motivasi, kemampuan sosial, dan potensi atle.
2. Faktor tenaga olahraga atlet adalah faktor yang cukup dalam pembinaan prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan. Beberapa hal yang mempengaruhi tersebut diantaranya adalah keterampilan, pengalaman, pendidikan, kreatifitas dan pengetahuan tenaga keolahragaan.
3. Faktor organisasi cukup untuk pembinaan prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* secara sistematis dinilai dari struktur organisasi, kedisiplinan, kerjasama, perhatian kepada klub,program kerja dan pengalaman berorganisasi.
4. Faktor pendanaan kurang untuk pembinaan prestasi di Panca Mutiara *Swimming Club* Jumlah dana yang dialokasikan untuk pengcab cabang olahraga belum memenuhi standar kecukupan, dikarenakan dana terbatas.
5. Faktor metode pembinaan prestasi kurang mendukung karena program pembinaan yang dilakukan terhadap klub dilakukan oleh Pengcab masing-masing dan belum berjalan dengan baik.

6. Faktor sarana dan prasarana dalam proses pembinaan prestasi merupakan faktor yang kurang dikarenakan sarana kolam latihan masih meminjam di kolam renang Baruna Depok sedangkan prasana memiliki sendiri.
7. Faktor penghargaan dalam pembinaan prestasi dalam proses pembinaan klub tersebut faktor yang kurang karena pemberian pengharagaan hanya berupa uang pembinaan bagi atlet yang berprestasi.

## 5.2 Saran

Hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan di atas, maka diberikan beberapa saran pengurus Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan, 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 kuailias 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. Tenaga keolahragaan melakukan pembinaan terhadap atletnya agar atlet tetap berlatih secara kontinu dan rutin serta perlunya meningkatkan kualitas kepelatihannya untuk kemampuan tenaga olahraga dapat berkembang. Atlet Panca Mutiara *Swimming Club* Kabupaten Pekalongan, hendaknya selalu memiliki tiga unsur motivasi atau semangat dalam berprestasi yaitu semangat berlatih, semangat bertanding dan semangat juara, sehingga target prestasi dapat diraih ,baik prestasi ditingkat daerah, nasional maupun internasional.

# DAFTAR KEPUSTAKAAN


Abriadi Muhara dkk. Hubungan antara prasarana olahraga 17 kabupaten/kota se-Sulawesi terhadap raihan prestasi 17 kabupaten'kotase-Sulawesi Selatan pada PORDA XVI Bantaeng tahun 2014. SPORTIVE: *Journal of Physical Education, Sport and Recreation* Vol.1/No. 1/September, 2017:1-11.

Adisasmito, L S. 2007. Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi. Jakarta. Rajagrafindo Persada.

Ahmad Irzan, dkk. Survai Sarana Prasarana Penjas Dalam Pelaksanaan Kurikulum 2013 di Madrasah Aliyah Negeri 1 Makasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 2018.

Bagas Suryowidodo. 2016. *"Analisis Kesusaiam Keteampilan Gerak Renang Gaya Dada".* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Bidang Penelitian dan Pengembangan Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat. 2015. Kajian Kebijakan Pemberian Penghargaan Kepada Pelaku Olahraga Berpartisipasi: Jakarta

Cukup Pahalawidi. 2007. Pembinaan Olahraga Prestasi Cabang Atletik Usia Dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*. Aaaajanuari, 2007:42-60.

Dadi Dartija. Analisis Pembinaan Atlet Renang Pada Pengurus Propinsi Dan Pengurus Cabang Persatuan Renang Seuruh Indonesia (PRSI) Se- Aceh Tahun 2013. *Jurna*l Olahraga.Vol.1/No. 2/Desember, 2013: 1-10.

Danarstuti Utami. Peran Fisiologi Dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga Indonesia Menuju Sea Games. *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol 11/ No. 2/2015: 52-63.

Deni Setyo Wicaksono dan Setiyo Hartono. Kontribusi Kecepatan Gerakan Tangan Dan Gerakan Kaki Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas 25 Meter. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*. Vol 5/No. 3/2017:758-761.

Djoko Pekik Irianto. 2002. Dasar Kepelatihan. Yogyakarta: Andi.

DPR RI dan Presiden RI. 2005. *UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NO.3 TAHUN 2005 TENTANG SISTEM KEOLAHRAGAAN NASIONAL.* Jakarta. Dewan Perwakilan Rakyat

Dwiki Adi Septian. 2017. *"*Analisis Pembinaan Prestasi Olahraga Panahan Pada Perpani Kabupaten Ponorogo*".* Tesisi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Effendi, H. Peranan Psikologi Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet. *Jurnal Ilmu pengetahuan sosial.* Vol. 1/Desember 2016:22-30.

Faidillah Kurniawan. Faktor Penghambat dalam Berprestasi Maksimal pada Atlet Cabang Olahraga Anggar di DIY. http://blog.uny.ac.id

Feldman, R. (2008*). Essentials of Understanding Psychology*. (fifth ed). Boston: McGraw Hill.

Fungsi peralatan perlengkapan renang. Online at: http://www.berenang.id/2017/01/fungsi-peralatan-perlengkapan-renang.html (accesed 19/10/2019 18:18)

Fouoss, D., Robert, J T. 1981. *Effective Coaching: Psychological Approach*. New York: John Wiley & Sons.

Gunarsa, SD., Gunarsa, YSD 2004. Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hadi, R. Peran pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Vol.1/2011:88-93.

Harsono. 2017. Kepelatihan Olahraga. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Herawanto Dikromo. 2014. *"*Upaya Meningkatkan Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 Meter Melalui Latihan *Hand Paddle* Pada Atlet Putra Usia 13-14 Tahun *Amphibi Swimming Club* Unimed Tahun 2013*".* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

Indik Karnadi., Sumarno. 2008. Renang. Jakarta: Universitas Terbuka.

Juriana, D. Pengetahuan Psikologi Olahraga Pada Pelatih Renang Indonesia. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education.* Vol 2/2018:31-38.

J. W. Atkinson and J. O. Raynor (Eds.). *Motivation and Achievement*. Washington, D.C.: V. H. Winston & Sons.*Jornal Indexing & Metrics.* 1974.

Karel Muskanan. Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Kebijakan & Administrasi Publik*. Vol 19/ No 2/ November 2015.

Khotibul Umam. Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket Pada Kelas Khusus Olahraga (KKO) Di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman. *Jurnal Pembinaan Prestasi Olahraga.* 2018:1-5.

Kuncoro, R. T. 2011*. "Pembinaan Prestasi Olahraga Pada Kelas Plus Olahraga di SMA Negeri 5 Kota Magelang Tahun 2010".* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Kristivan 2013. Dampak Manajemen Sarana Prasarana dan Kinerja Guru Terhadap Prestasi Siswa dalam Bidang Olahraga.

Lekso , M. Pengertian Metode dan Power Tungkai Terahdap Kecepatan Berang 50 Mater Gaya Pada Atlet Kelompok Umur IV Perkumpulan Renang Spreetrum Semarang. *Unnes Journal Of Sport Sciences.*Vol. *2*/ No.1/2013.

Meleong, L. 2010. Metodelogi Penelitian Kualitatif*.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

M. Faradise Lekso. Pengaruh metode latihan dan power tungkai terhadap kecepatan berenang 50 mater gaya dada pada atlet kelompok umur IV perkumpulan renang SPECTRUM semarang. *Unnes Journal of sport sciences*. Vol 2 /No. 1 /Juni 2013:1-14.

Octaviana, D. N. 2017. *"Pengelolaan Fasilitas Olahraga Milik Pemerintah Kota Semarang Tahun 2016".* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Permatasar, W. d. Analisis Peranan Daerah dalam Peningkatan Prestasi Olahraga di Kabupaten Maros. *Jurnal Ilmu Pemerintah*. Vol.7/ No.1/2011:40-60.

Prasetyo, D. d.. Evaluasi Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Pembinaan Prestasi Olahraga. *Jurnal Gelanggang Olahraga* , Vo.1/No.2./2018:32-41.

Roesdiyanto, S. B. 2008. Dasa-dasar Kepelatihan Olahraga*.* Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.

Rusli Lutan. 1988. Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: Depdikbud Dirjend Dikti PPLMTK.

Seifried, Chad., and Katherine Meyer. 2010. *Nostalgia-Related Aspects of Professional Sport Facilities: A Facility Audit of Major League Baseball and National Football League Strategies to Evoke the Past.*International Journal of Sport Management Recreation & Suharsimi, Arikunto,2010. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.

Tourism, Vol.5, pp.51-76, 2010. Available at http://www.ijsmart.eu/onlinepic/vol5_3%20Seifreid.pdf (accesed : 26/09/2019)

Stewart, A. et al. 2010. *The Aplication of Coach Leadership Models to Coaching Practice: Current State and Future Directions*. International of Journal of Sport Science and Coaching Volume 5, Number 3, 2010. Avaiable at https://pdfs.semanticscholar.org/6cb5/b13377956a6a87be2fe0fc7e6d3c2e813dc8.pdf(accesed: 26/09/2019)

Sudarko, R. A. 2009. *Peningkatan Kualitas Prosedur dan Evaluasi Olahraga Unggulan Propinsi Kalimantan Timur*. Jurnal Olahraga Prestasi Volume 5, No. 1, Januari 2009. Tersedia pada :http://eprints.uny.ac.id/94/1/Peningkatan_kualitas_prosedur_evaluasi_olahraga_Unggulan_Kaltim.pdfv(diakses : 26/09/2019)

Suharsimi, Arikunto,2010. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan . Bandung: Alfabeta.

Sutrisno, Jarot. dkk. 2012. *Peran Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga di Kabupaten Pontianak*. Jurnal Tesis PMIS-UNTAN-IAN 2012 hal 2-3. Tersedia pada https://media.neliti.com/media/publications/9403-ID-peran-dinas-pendidikan-pemuda-dan-olahraga-dalam-meningkatkan-prestasi-olahraga.pdf(diakses: 26/09/2019)

Utami, D. Peranan Fisiologi dalam meningkatkan Prestasi Olahraga Indonesia Menuju Sea Games. *Jurnal Olahraga Prestasi*, Vo.11/ No.2/2015: 52-63. Pedoman Penyusunan Skripsi FIK-Unnes 2014.

Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2014 tentang Pemberian Penghargaan Olahraga.

Perdani, Iffa Karunia. 2017. *"Analisis Perkembangan Wahana Olahraga Rekreasi Paintball Linggo Asri Kabupaten Pekalongan Tahun 2014-2016"*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Purno Padmonobo. 2009 . Survai Manajemen Klub Renang De' Zander Kabupaten Purbalingga Pada Tahun 2007/2008. Skripsi Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi UNNES. Semarang: tidak di terbitkan.

Verawati, Nindya. 2011. *"Survei Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Jawa Tengah Tahun 2011".* Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeritas Negeri Semarang.

Weinberg, Robert S & Daniel Gould. 2003. *Foundations of sport and Exercise Psychology Ed 3rd*. USA: Human Kinetics.

Widowati, Atri. 2015. *Modal Sosial Budaya dan Kondisi Lingkungan Sehat dalam Pembinaan Prestasi Olahraga Pelajar*. Kemas 10 (2) (2015) 218-226. Tersedia pada: https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/3384 (diakses: 26/09/2019)

Yogi Saputro. 2016 . Survai Prestasi Olharaga Dan Prestsi Akademik Atlet Peraih Mendalu POPDA SMP Kontingen Cilacap Tahun 2016. Skripsi Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi UNNES. Semarang: tidak di terbitkan
.