



**PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA PERMAINAN
DI PEMUSATAN PENDIDIKAN DAN LATIHAN OLAHRAGA
PELAJAR DAERAH (PPLOPD) KABUPATEN KENDAL**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

Oleh :
Helmita Wahyu Pitoko
6101415112

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

2019

ABSTRAK

Helmita Wahyu Pitoko. 2019. Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan Di Pemusatan Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal. Fakultas Ilmu Kelolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Dr. Sulaiman, M.Pd

Kata Kunci: Pembinaan, Prestasi, Olahraga Permainan, PPLOPD

Prestasi cabang olahraga permainan yang dibina oleh PPLOPD Kendal berbeda-beda, Atlet sepak takraw dan voli pantai mendapat prestasi yang baik, basket memperlihatkan progres yang baik, tetapi atlet sepak bola dan voli indoor belum menunjukkan progres yang maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pemasalan, pembibitan dan pembinaan dalam pencapaian prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara (Kepala Seksi Peningkatan Prestasi Olahraga, Disporapar Kabupaten Kendal, pelatih utama, asisten pelatih, dan atlet), observasi dan dokumentasi. Pemeriksaan data menggunakan triangulasi sumber dan teknik. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif yang terdiri dari tiga aktivitas yaitu: reduksi data, penyajian data, dan verifikasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemasalan dan pembibitan setiap cabang olahraga permainan di PPLOPD Kendal dilakukan dengan sistem sama. Cabang takraw memiliki prestasi yang baik karena merupakan olahraga yang membudaya di daerah Jungsemi Kangkung dan setiap sore anak-anak disana memainkan olahraga takraw sehingga di PPLOPD Kendal dengan pelatih dan sarana prasarana yang mendukung menjadikan takraw sebagai olahraga unggulan. Cabang voli pantai juga memiliki prestasi yang baik karena sarana prasarana berstandar nasional, pelatih memiliki sertifikat nasional, sering menjadi tuan rumah untuk kejuaraan voli pantai, adanya intensif cukup besar serta bonus bagi atlet berprestasi. Berbeda dengan cabang olahraga sepakbola, voli indoor dan basket, prestasinya belum menunjukkan progres karena baru dirintis, sarana prasarana, lapangan sepak bola yang harus berbagi dengan SSB lain dan letak rumah atlet yang jauh serta terpusat pada satu titik tempat latihan, untuk voli terkendala tempat latihan dan perijinan sekolah.

Simpulan penelitian ini yaitu pencapaian prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kendal berbeda dikarenakan adanya perbedaan pola pembinaan mulai dari kemampuan pelatih, sarana olahraga, intensif bagi atlet dan pelaksanaan program latihan. Saran yang dapat peneliti berikan yaitu hendaknya Disporapar lebih memperhatikan atlet dari cabang olahraga sepakbola, basket dan voli *indoor* dengan cara lebih memperhatikan sarana prasarana dan memudahkan perijinan untuk atlet disekolahnya. Selain itu perlu juga bagi Pemerintah Kabupaten Kendal untuk menyediakan mess bagi atlet.

ABSTRACT

Helmita Wahyu Pitoko. 2019. Development Of Game Sports Achievement on Regional Student Training and Education Training Center (PPLOPD) Kendal Regency. Faculty of Sports Science. Semarang State University. Lecturer Dr. Sulaiman, M.Pd

Keywords: Coaching, Achievement, Games Sports, Development Of Regional Student Sports Education And Training.

The achievements of the game sports that are fostered by PPLOPD Kendal are different, athletes sepak takraw and beach volleyball get good achievements, basketball shows good progress, but soccer and indoor volleyball athletes have not shown maximum progress. The purpose of this study was to find out the implementation of the introduction, nursery and coaching in the achievement of the game sports in PPLOPD Kendal Regency.

This study uses a qualitative approach with data collection techniques consisting of interviews (Head of Sports Achievement Development Section, Kendal District Disporapar, main coach, assistant coach, and athlete), observation and documentation. Data checking uses source and technique triangulation. Data analysis was carried out in a qualitative descriptive manner which consisted of three activities, namely: data reduction, data presentation, and verification

The results showed that the development of each game sports in PPLOPD Kendal was carried out with the same system. Sepak Takraw has a good achievement because it is an entrenched sport in the Jungsemi Kungkung area and every afternoon the children there play takraw so in PPLOPD Kendal with trainers and infrastructure facilities that support making sepak takraw as a superior sport. The beach volleyball also has good achievements because national standard infrastructure, coaches have national certificates, often host to the beach volleyball championship, there is quite a lot of intensive and a bonus for outstanding athletes. Unlike football, indoor volleyball and basketball, the achievements have not shown progress due to new pioneering, infrastructure, soccer fields that have to be shared with other soccer school and the location of athletes' houses which are far and centered on one training ground, for volleyball constraints and school permits.

The conclusions of this study are the results of the achievement of sports in PPLOPD Kendal related to differences in coaching patterns, ranging from the ability of trainers, sports facilities, intensive to athletes and the implementation of training programs. Suggestions that researchers can give are that Disporapar should pay more attention to athletes from sports in football, basketball and indoor volleyball by paying more attention to facilities and facilitating permission to altet their schools. In addition, it is also necessary for the Kendal Regency Government to provide mess for athletes

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Helmita Wahyu Pitoko
NIM : 6101415112
Jurusan : PJKR
Prodi : Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/PJKR
Fakultas : FIK
Judul Skripsi : Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan Di
Pemusatan Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar
Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian di dalam tulisan 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 yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, Maret 2019
Peneliti

Helmita Wahyu Pitoko
6101415112



PERSETUJUAN PEMBIMBING

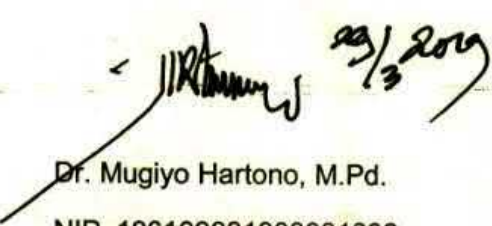
Skripsi dengan judul "**Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan Di Pemusatan Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal**" telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari :

Tanggal :

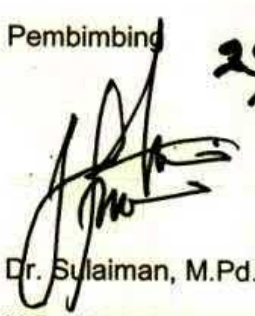
Menyetujui,

Kajur/Prodi PJKR

 29/3/2019
Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd.

NIP. 196109031988031002

Pembimbing

 29/3/19.
Dr. Sulaiman, M.Pd.

NIP. 196206121989011001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama Helmita Wahyu Pitoko NIM 6101415112, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, judul "Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di Pemusatan Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PLOPD) Kabupaten Kendal" telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Selasa tanggal 16-7-2019.

Panitia Ujian


Ketua
Prof. Dr. Tendiyo Rahayu R, M.Pd.
NIP: 196103201984032001


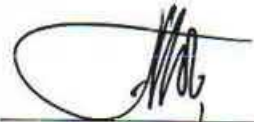


Sekretaris
PANITIA UJIAN SKRIPSI
JURUSAN PJKR - FK
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.
NIP: 197508252008121001

Dewan Penguji

Donny Wira Yudha K, M.Pd., Ph.D.
NIP:198402292009121004

Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd.
NIP:198009072008121002

Dr. Sulaiman, M.Pd
NIP: 196206121989011001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

- ☞ Rahasia kesuksesan adalah mengetahui yang orang lain tidak ketahui
(Aristotle Onassis)

Persembahan :

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Orangtua saya, Bapak dan Ibu yang senantiasa memberikan dukungan baik moral maupun material serta tiada henti memberikan doa dan kasih sayang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kepada hamba-Nya kelapangan dada dan kelembutan hati, yang menggerakkan hati hamba-Nya untuk selalu berjalan di jalan-Mu. Shalawat dan Salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW.

Atas berkat rahmat dan hidayah Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di Pemusatan Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal**". Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan Studi Strata 1 yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa tersusunya skripsi ini bukan hanya atas kemampuan dan usaha penulis semata, namun juga berkat bantuan berbagai pihak. Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa Unnes.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dorongan dan semangat serta izin penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Sulaiman, M.Pd, selaku Dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, saran, dorongan, dan motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen beserta staff Tata Usaha Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bimbingan dan bantuannya.
6. Kepala Seksi Pembinaan Olahraga Prestasi Disporapar Kabupaten Kendal yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian dan memberikan semua informasi yang dibutuhkan untuk penyelesaian skripsi ini.
7. Pelatih, asisten pelatih dan atlet PPLOPD cabang olahraga permainan yang telah bersedia menjadi subyek penelitian dan memberikan semua informasi yang dibutuhkan untuk penyelesaian skripsi ini.
8. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan ibadah dan mendapatkan pahala dari ALLAH SWT. Pada akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, Maret 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Fokus Masalah.....	6
1.3 Pertanyaan Masalah.....	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	
2.1 Olahraga Permainan.....	8
2.1.1 Sepak Takraw.....	8
2.1.2 Voli Pantai dan Voli Indoor.....	11
2.1.3 Sepakbola.....	14
2.1.4 Basket.....	18
2.2 Pembinaan Prestasi.....	21
2.3.1 Konsep Pembinaan Prestasi.....	21
2.3.2 Upaya Pembinaan Prestasi Olahraga.....	22
2.3.3 Tahap-Tahap Pembinaan Prestasi Atlet.....	26
2.3.3.1 Pemasalan.....	26
2.3.3.2 Pembibitan.....	27
2.3.3.3 Pembinaan untuk Pencapaian Prestasi.....	28
2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembinaan dan Pencapaian Prestasi Olahraga.....	29
2.3.1 Organisasi Kepengurusan Olahraga.....	29
2.3.2 Program Latihan.....	34
2.4.1 Sarana Prasarana.....	40
2.4.2 Pendanaan.....	41
2.4 Kerangka Berpikir.....	42
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Penelitian.....	43
3.2 Lokasi Penelitian, Sasaran dan Subyek Penelitian.....	43
3.3 Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	44

3.3.1 Teknik Wawancara.....	44
3.3.1 Teknik Observasi.....	45
3.3.3 Teknik Dokumentasi.....	46
3.4 Pemeriksaan Keabsahan Data.....	47
3.5 Teknik Analisis Data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	51
4.1.1 Pemasalan Dalam Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	51
4.1.2 Pembibitan Dalam Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	53
4.1.3 Pembinaan Untuk Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	55
4.1.3.1 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal.....	55
4.1.3.2 Faktor Pendukung Pembinaan dan Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal.....	58
4.1.3.2.1 Organisasi Kepengurusan.....	58
4.1.3.2.2 Pelaksanaan Program Latihan.....	63
4.1.3.2.3 Keberadaan Sarana Prasarana.....	73
4.1.3.2.4 Pengelolaan Pendanaan.....	81
4.2 Pembahasan.....	84
4.2.1 Pemasalan Dalam Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	85
4.2.2 Pembibitan Dalam Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	86
4.2.3 Pembinaan Untuk Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal...	87
4.2.3.1 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal.....	87
4.2.3.2 Faktor Pendukung Pembinaan dan Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal.....	90
4.2.3.2.1 Organisasi Kepengurusan.....	90
4.2.3.2.2 Pelaksanaan Program Latihan.....	91
4.2.3.2.3 Keberadaan Sarana Prasarana.....	93
4.2.3.2.4 Pengelolaan Pendanaan.....	95
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	96
5.2 Saran-Saran.....	98
DAFTAR PUSTAKA.....	100
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Daftar Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal.....	3
3.1 Kisi-Kisi Wawancara.....	45
3.2 Kisi-Kisi Pedoman Observasi.....	46
3.3 Kisi-Kisi Dokumentasi Penelitian.....	47
3.4 Ceklis Pengumpulan Data.....	48
4.1 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan Takraw.....	55
4.2 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan Voli Pantai.....	56
4.3 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan Basket.....	56
4.4 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan Sepakbola.....	57
4.5 Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan <i>Voli Indoor</i>	58
4.6 Program Mikro Cabang Olahraga Permainan.....	70
4.7 Hasil Observasi Alat fitness dan Gor Bahurekso Pelatihan Atlet PPLOPD.....	74
4.8 Hasil Observasi Sarana Prasana Cabang Olahraga Takraw.....	75
4.9 Hasil Observasi Sarana Prasana Cabang Olahraga Voli Pantai.....	76
4.10 Hasil Observasi Sarana Prasana Cabang Olahraga Sepakbola.....	78
4.11 Hasil Observasi Sarana Prasana Cabang Olahraga Basket.....	79
4.12 Hasil Observasi Sarana Prasana Cabang Olahraga Voli Indoor.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Struktur Bangunan Olahraga.....	22
2.2 Kerangka Pemikiran Penelitian.....	42
3.1 Komponen dalam Analisis Data.....	49
4.1 Kepengurusan PPLOPD Kendal dalam Struktur Organisasi Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata Kendal.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pedoman Wawancara.....	103
2. Pedoman Observasi.....	108
3. Pedoman Dokumentasi.....	109
4. Transkrip Hasil Wawancara.....	110
5. Hasil Observasi Sarana Dan Prasarana.....	139
6. Program latihan Makro.....	143
7. Data Pelatih PPLOPD Kabupaten Kendal.....	148
8. Sertifikat Pelatih PPLOPD Kendal.....	149
9. Piagam Penghargaan Prestasi Atlet PPLOPD Kendal.....	156
10. Dokumentasi Kejuaraan Popda Tahun 2019.....	164
11. Dokumentasi Foto Penelitian.....	165
12. Surat Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi.....	170
13. Surat Rekomendasi Ijin Penelitian.....	171
14. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian.....	176

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada masa globalisasi sekarang ini olahraga sangat penting bagi manusia karena bukan hanya untuk kesehatan tapi juga menggalang kebersamaan antar kelompok serta semangat persatuan. Olahraga mempunyai arti yang penting dalam usaha untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Dalam diri manusia terdapat dua aspek, yaitu aspek jasmani dan aspek rohani. Bila kedua aspek tersebut tumbuh dan berkembang secara selaras dan seimbang, maka akan timbul kehidupan yang harmonis antar keduanya. Keselarasan kehidupan jasmani dan rohani pada manusia dapat dicapai dengan melakukan olahraga (Imam Agus Faisol, 2016: 1).

Olahraga merupakan bagian upaya dalam peningkatan kualitas tercapainya prestasi olahraga. Peningkatan kualitas manusia dapat dilakukan melalui pembinaan dan pengembangan olahraga. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional (Ahmad Jamalong, 2014:156).

Menurut Tri Aji (2013:50) bahwa pembinaan olahraga khusus untuk usia pelajar dapat dilakukan di pusat pembinaan dan latihan olahraga pelajar di tiap-tiap daerah atau provinsi. Pusat pembinaan dan latihan olahraga pelajar merupakan suatu bagian dari sistem pembinaan prestasi olahraga yang integral

melalui kombinasi antara pembinaan prestasi dengan jalur pendidikan formal di sekolah. Sistem ini memiliki posisi strategis dalam meletakkan pondasi pembangunan prestasi olahraga di Indonesia pada usia potensial (*the golden age*).

Peran pembinaan yang sesuai dan tepat, pelatih yang berkompeten, sarana dan prasarana yang memadai, program pelatihan yang sesuai karakter mampu mendukung pencapaian hasil prestasi atlet pelajar. Maka dalam hal ini Pusat Pembinaan dan Latihan Olahraga Pelajar bertujuan untuk membina, mendidik dan mengembangkan prestasi olahraga yang dipersiapkan untuk kejuaran olahraga baik di tingkat daerah, nasional bahkan internasional.

Kabupaten Kendal merupakan salah satu daerah yang melakukan pembinaan olahraga pada 15 cabang olahraga melalui PPLOPD (Pemusatan Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah). Kelima belas cabang olahraga tersebut yaitu meliputi voli pasir, atletik, angkat besi, pencak silat, taekwondo, sepak takraw, bidge, anggar, karate, renang, sepakbola, bola basket, bola voli pasir, gulat dan judo. PPLOPD Kendal adalah induk organisasi olahraga dengan Disporapar Kabupaten Kendal sebagai lembaga yang bertanggungjawab dalam pelaksanaan pembinaan prestasi olahraga di Kabupaten Kendal.

Satu cabang olahraga yang dibina di PPLOPD Kendal melalui kerjasama dengan sekolah-sekolah untuk mencari pelajar yang memiliki bakat dan keahlian adalah olahraga permainan. Olahraga permainan adalah salah olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat karena melibatkan banyak pemain dan menuntut adanya kerjasama tim yang baik. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi olahraga permainan dapat berkembang di Kabupaten Kendal misalnya faktor strategi, kerjasama, taktik dan pembinaan yang terstruktur

dengan rapi serta mendapatkan dukungan pemerintah melalui Disporapar Kabupaten Kendal.

Berdasarkan hasil observasi pendahuluan pada tanggal 10-28 Desember 2018 dapat diketahui bahwa olahraga permainan yang diselenggarakan oleh PPLOP Kendal meliputi takraw, voli pantai, sepak bola, voli *indor* dan basket. Berikut ini adalah data tiap cabor beserta pencapaian prestasinya.

Tabel 1.1 Daftar Pencapaian Prestasi Cabang Olahraga Permainan di PPLOPD Kendal

No	Jenis dan Tahun Berdiri	Jumlah Atlet	Pencapaian Prestasi
1	Takraw (2014)	9	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tahun 2014 Popda Sma provinsi juara 1 putra; Popwil putra juara 1; Popda Smp Provinsi juara 1 putra. 2. Tahun 2015 Popnas putra juara 1; Popda sma juara 1 putra; Invitasi pelajar 2015 juara 1 putra 3. Tahun 2016 ASEAN SCHOOL 2016 juara 2 putra; Bupati Jepara Cup 2016 juara 1; Kejurnas putra tahun 2016 juara 1. 4. Tahun 2017 Kejurnas putra juara 1 dan ASEAN SCHOOL 2017 juara 2 putra. 5. Tahun 2018 Porprov Jawa Tengah juara 1; Porprov Jawa Tengah juara 3 putri; Popda Smp Jawa Tengah juara 1 putra; Popda Sma Jawa Tengah juara 1 putra; Kejurnas junior putra juara 1 di kendal; Kejurnas junior putra juara 2 di kendal; Kejurnas junior putri juara 3 di kendal; dan Gala desa juara 1 turnamen terbuka putra putri.
2	Voli Pantai (2014)	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tahun 2014 juara 3 kejurda junior di Kendal putri 2. Tahun 2015 1 atlet memperkuat tim provinsi putra; 1 atlet dipanggil SATLAG PRIMA dan juara 1 se indonesia (kejurnas). 3. Tahun 2016 juara 3 kejurda pelajar putri di Kendal 4. Tahun 2017 juara 3 Kejurda Junior di Cilacap dan juara 1 Dalimas Popda SMP tingkat Provinsi 5. Tahun 2018 Juara 1 Karesidenan Semarang SMA putri; dan atlet popda binaan PPLOPD juara 2 Porprov 2018
3	Sepakbola	14	<p>Tahun 2017 Popda tingkat karesidenan juara 3; Piala kemenpora lolos</p>

	(2017)		Jateng sampai 8 besar; Piala sueratin u-15 sampai semi final tingkat Jawa Tengah; dan Divisi 3 Askab Kendal juara 2.
4	Voli <i>Indor</i> (2017)	9 putra 9 putri	Tahun 2018 Juara 3 popda tingkat karesidenan di Demak tahun 2018 (putra) sedangkan PPLOPD putri belum ada prestasi
5	Basket (2017)	8 putra 8 putri	Tahun 2017 Juara 3 bersama Popda Karesidenan Semarang SMP (putra) dan Juara 2 Popda Karesidenan Semarang 2017 (putri)

Sumber: Dispora Kabupaten Kendal, 2018

Tabel 1.1 di atas menunjukkan bahwa raihan prestasi terbanyak yaitu pada cabang olahraga takraw dan voli pantai. Olahraga takraw yang telah berdiri sejak tahun 2014 hingga kini tiap tahun selalu memperoleh prestasi baik ditingkat daerah maupun antar provinsi, begitu juga dengan olahraga voli pantai. Berbeda dengan olahraga sepakbola, voli indor dan basket yang sama-sama berdiri sejak 2017 masih belum banyak memiliki prestasi. Sepakbola tahun 2017 mampu menjadi juara ke 3 dalam Popda tingkat karesidenan, sedangkan voli indor baru memiliki prestasi setelah satu tahun berdiri yaitu 2018 memperoleh juara 3 popda tingkat karesidenan di Demak pada atlet putra sedangkan atlet putri sama sekali belum memperoleh juara. Pada olahraga basket atlet putra di tahun 2017 menjadi juara 3 bersama Popda Karesidenan Semarang SMP (putra) dan Juara 2 Popda Karesidenan Semarang 2017 (putri).

Berdasarkan hasil wawancara pendahuluan dengan pelatih tiap cabang olahraga diketahui bahwa pembinaan prestasi cabang permainan di PPLOPD Kendal tersebut mengalami berbagai kendala yang pada akhirnya dapat mempengaruhi prestasi atlet. Pertama, pada cabang olah raga takraw yang memiliki 2 orang pelatih (berlisensi Provinsi) dengan jadwal latihan 4 kali dalam seminggu dalam pembinaannya terkendala dengan sarana dan prasarana yang

masih ikut dengan klub Citra Kartika dan ketika latihan beban masih menggunakan teman sendiri.

Kedua pada cabang olahraga voli pantai dilatih oleh 2 orang pelatih (pelatih utama berlisensi internasional dan asisten pelatih (berlisensi c Provinsi) dengan jadwal latihan 4 kali dalam seminggu. Cabang ini terkendala perijinan dengan pihak sekolah, dalam hal ini sekolah kurang mendukung bagi siswanya untuk mengikuti pelatihan di PPLOPD sehingga untuk ijin cenderung sulit dan ditambah lagi tidak adanya mess bagi para atlet. Ketiga pada cabang voli indor memiliki 4 orang pelatih (2 pelatih putra dan 2 pelatih putri masing-masing 2 diantaranya berlisensi nasional) dengan jadwal latihan 3 kali dalam seminggu. Kendala pembinaan cabang ini yaitu lapangan untuk latihan tidak selalu *indoor* namun lebih sering di *out door* sehingga mempengaruhi penguasaan teknik maupun taktik dalam permainan voli *indoor*.

Keempat pada cabang sepakbola memiliki jumlah pelatih sebanyak 3 orang yang merupakan pelatih utama, pelatih kiper dan manajemen tim, serta pelatih fisik dan asisten pelatih dengan jadwal latihan 4 kali dalam seminggu. Kendala dalam pembinaan cabang sepakbola yaitu pembiayaan yang kurang karena memerlukan personil yang banyak, tidak ada tempat latihan karena di kendal terdapat 2 stadion, yang pertama stadion baru Kebondalem Kendal digunakan untuk persik kendal divisi 2 dan stadion lama kendal harus berbagi dengan tim lokal atau ssb (sekolah sepakbola) yang lain sehingga tidak ada lapangan khusus untuk latihan. Kelima pada cabang olahraga basket yang memiliki 4 orang pelatih dengan jadwal latihan 4 kali dalam seminggu terkendala dengan lapangan latihan dan tidak adanya mes untuk atlet.

Berdasarkan uraian di atas, adanya perbedaan prestasi pada cabang olahraga takraw dan voli pantai yang sejak berdiri tahun 2014 hingga 2018 ini selalu rutin memperoleh kemenangan dalam kejuaraan yang diikuti namun pada cabang olahraga sepakbola, voli *indor* dan basket tidak bisa selalu memperoleh kemenangan tiap tahun menunjukkan bahwa pembinaan atlet pada tiap cabang berbeda. Atas dasar tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap proses pembinaan pada cabang olahraga permainan dengan judul “Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Permainan Di Pemusatan Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal”.

1.2 Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi fokus masalah pada penelitian ini yaitu pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di Pemusatan Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal yang meliputi organisasi kepengurusan, pola pembinaan, program pelatihan, sarana prasarana dan pendanaan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian ini disusun berdasarkan fokus masalah yang telah ditetapkan. Oleh karena itu pertanyaan penelitian ini yaitu:

1. Bagaimanakah pelaksanaan pemasalan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal?
2. Bagaimanakah pelaksanaan pembibitan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal?
3. Bagaimanakah pembinaan untuk pencapaian prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan pemasalan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan pembibitan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal.
3. Untuk mengetahui pembinaan dalam pencapaian prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi PPLOPD Kendal

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan pertimbangan untuk meningkatkan prestasi olahraga permainan di Kabupaten Kendal.

2. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui secara jelas mengenai pembinaan prestasi cabang olahraga permainan yang meliputi takraw, voli pantai, sepakbola, voli *indoor* dan basket di PPLOPD Kendal.

3. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi yang dapat menambah pemahaman dan wawasan tentang pembinaan prestasi cabang olahraga permainan.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1 Olahraga Permainan

Olahraga memiliki berbagai jenis cabang dan salah satu cabang dalam olahraga adalah olahraga permainan. Olahraga permainan adalah jenis olahraga yang dilakukan sebagai bentuk permainan yang dipertandingkan oleh dua tim untuk mendapatkan angka dan meraih kemenangan. Pada penelitian ini difokuskan pada olahraga permainan berupa Takraw, voli pantai dan voli indoor, sepakbola dan basket.

2.1.1 Sepak Takraw

Sepak takraw adalah permainan yang menggunakan bola terbuat dari rotan (takraw) dimainkan di atas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Di tengah-tengah dibatasi oleh jaring/net seperti permainan bulutangkis. Permainan ini permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu baik putera maupun puteri, yang masing-masing regu terdiri dari 3 orang pemain. Dalam permainan permainan ini yang dipergunakan terutama kaki dan semua anggota badan kecuali tangan. Tujuan dari setiap regu adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh di lapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran atau bermain salah (Sulaiman, 2008:1).

Penguasaan teknik dasar sangat penting karena menentukan ketrampilan dan kemahiran secara keseluruhan gerak dalam cabang olahraga berarti seseorang harus trampil melakukan beberapa gerakan teknik dasar. Adapun teknik-teknik dasar permainan sepak takraw (Sulaiman, 2008: 15-16)

diantaranya: 1) teknik sepakan, 2) teknik memaha, 3) teknik mendada (kontrol dada), 4) teknik membahu (kontrol bahu), 5) teknik kepala (sundulan kepala/heading), 6) teknik smes, teknik smes ada dua yaitu smes kedeng dan smes gulung, 7) teknik tahanan (blok).

1. Teknik Sepakan

Teknik sepakan atau menyepak merupakan teknik utama dan yang paling banyak digunakan dalam permainan sepak takraw, karena cabang ini paling dominan menggunakan bagian anggota badan, yaitu kaki (Sulaiman, 2008: 16). Pada teknik sepakan ini terdiri dari sepak sila, sepak kura, sepak cungkil, sepak badek, sepak mula, dan sepak tapak.

2. Teknik Memaha/kontrol paha

Menurut Sulaiman (2008:26) bahwa memaha adalah memainkan bola dengan paha dalam usaha mengontrol bola. Perkenaan bola pada tungkai atas bagian tengah paha, tidak pada ujung (lutut/patela) ataupun pada pangkal paha. Kalau pengenaan pada lutut maka bola akan mengarah ke depan, sedang jika perkenaan pada pangkal paha bola tertahan tidak dapat naik ke atas. Memaha dapat digunakan untuk menahan dan menerima bola dari serangan lawan, atau untuk membentuk dan menyusun serangan.

3. Teknik Mendada

Mendada adalah teknik dasar memainkan bola dengand ada. Perkenaan bola adalah pada bidang yang lebar pada dada kiri ataupun kanan, tidak pada bagian dada tengah. Teknik mendada dalam permainan biasa digunakan untuk mengontrol bola (Sulaiman, 2008:27).

4. Teknik membahu (kontrol bahu)

Membahu adalah teknik memainkan bola dengan bagian badan antara batas lengan dengan leher (bahu) dalam usaha mempertahankan serangan dari pihak lawan. Membahu dalam permainan biasa digunakan untuk bertahan dari serangan lawan yang tiba-tiba/mendadak yang mana pihak bertahan dalam keadaan terdesak dan posisi yang kurang baik (Sulaiman, 2008:28).

5. Teknik kepala (sundulan kepala/heading)

Main kepala atau menyundul bola adalah teknik dasar memainkan bola dengan kepala. Menyundul dalam permainan digunakan untuk bertahan, menoper pada teman dan melakukan smes ke pertahanan lawan. Menyundul dapat dilakukan dengan sikap berdiri ditempat atau dengan melompat (Sulaiman, 2008:29).

6. Teknik smes

Menurut Sulaiman (2008:31) bahwa serangan atau smes adalah pukulan bola yang keras dan tajam ke arah bidang lapangan lawan. Smes pada permainan sepak takraw merupakan teknik yang paling penting dan harus dikuasai oleh seorang pemain karena dengan smes ini angka dapat dengan mudah diperoleh oleh regu yang bertanding dan dapat memenangkan pertandingan dengan mudah.

Smes dalam permainan sepak takraw dapat dilakukan dengan kaki maupun dengan kepala. Smes dengan kaki dapat dilakukan oleh bagian punggung (kura), kaki bagian luas, kaki bagian dalam dan telapak kaki. Sedangkan smes dengan kepala perkenaannya pada kepala bagian depan (dahi) dan kepala bagian samping (pelipis)

7. teknik tahanan (blok).

Menurut Sulaiman (2008:35) bahwa bertahan dalam suatu permainan merupakan teknik yang sama pentingnya dengan kemampuan menyerang. Block pada permainan sepak takraw memiliki derajat keberhasilan yang kecil hanya 10-15% keberhasilannya. Hal ini dikarenakan pemain yang melakukan block tidak melihat langsung bola yang ditahan. Bloc atau menahan serangan dalam sepak takraw dapat dilakukan dengan menggunakan seluruh anggota tubuh badan kecuali tangan. Block biasa dilakukan menggunakan seluruh tungkai dari kaki sampai pangkal paha, pantat dan punggung badan.

2.1.2 Voli Pantai dan Voli *Indoor*

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga melambungkan bola melewati di atas jaring atau net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam lapangan permainan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain. Memmelambungkan dan memantulkan bola ke udara harus mempergunakan bagian tubuh mana saja (asalkan sentuhan/pantulannya harus sempurna). Permainan bola voli mulanya dimainkan untuk aktivitas rekreasi, untuk para usahawan. Permainan bola voli kemudian berkembang dan menjadi populer di daerah pariwisata dan dilakukan di lapangan terbuka, tepatnya di Amerika Serikat pada musim panas tiba. Selanjutnya berkembang ke Kanada. Melalui gerakan internasional YMCA, permainan bola voli meluas ke negara lainnya, yaitu Kuba (tahun 1905), Puerto Rico (tahun 1909), Uruguay (tahun 1912), dan Cina serta Jepang (tahun 1913). Permainan bola voli di Indonesia berkembang sangat pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga timbul klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia. Dengan dasar itulah, maka pada tanggal 22 Januari

1945 PBVSI (Persatuan Bola voli Seluruh Indonesia) didirikan di Jakarta bersamaan dengan kejuaraan nasional yang pertama. Pertandingan bola voli masuk acara resmi dalam PON II di Jakarta dan POM I di Yogyakarta. Setelah tahun 1962 perkembangan bola voli seperti jamur tumbuh di musim hujan (Muhajir, 2013: 24).

Permainan bolavoli mulai dikenal pada tahun 1893 dengan nama *Faustball* di Romawi. Namun cabang olahraga bolavoli modern dianggap mulai lahir pada tahun 1895, yang didirikan oleh William C. Morgan. Permainan bolavoli pantai dimainkan pertama kali pada awal tahun 1920, di pantai Santa Monica California, dengan jumlah pemain 6 lawan 6. Tahun 1930an permainan bolavoli pantai dua lawan dua mulai dimainkan di Santa Monica, California. Pada tahun 1947, untuk pertama kali dilakukan turnamen bolavoli pantai dengan 2 pemain, di pantai California (Winarno dan Agus Tomi, 2005:8).

Pada permainan bola voli ini terdapat dua jenis yaitu voli *indoor* dan *outdoor* (voli pantai). Teknik dasar permainan bola voli pantai yaitu meliputi:

1. *Service*

Service merupakan sajian bola yang dilakukan lawan untuk memulai permainan bolavoli. Dalam perkembangannya *service* memiliki peranan penting, karena selain sebagai sajian awal untuk memulai permainan, *service* merupakan suatu teknik yang digunakan untuk melakukan serangan kepada lawan. *Service* yang baik, maka akan menyulitkan lawan untuk memainkan bola. Beberapa macam cara dilakukan oleh pemain bolavoli pantai untuk menghasilkan bola hasil *service* sulit diterima lawan (Winarno dan Agus Tomi, 2005:10).

2. *Passing*

Passing merupakan teknik dasar yang memiliki frekuensi paling sering digunakan dalam permainan bolavoli pantai. Sehingga teknik *passing* ini harus dikuasai dengan sempurna oleh setiap pemain. Teknik *passing* yang lazim digunakan dalam permainan bolavoli pantai meliputi: *passing* bawah dan *passing* atas. Pelaksanaan pass bawah dilakukan di depan badan setinggi perut ke bawah sedangkan *passing* atas ialah operan yang dilakukan pada saat bola setinggi bahu atau lebih tinggi, sedang *passing* adalah operan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan dalam lapangannya sendiri (Winarno dan Agus Tomi, 2005:20).

3. *smash*

Menurut Winarno dan Agus Tomi (2005:24) *smash* adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam mencapai kemenangan. Untuk mencapai keberhasilan yang gemilang dalam melakukan *smash* ini diperlukan raihan yang tinggi dan kemampuan loncat yang tinggi. Serangan yang dilakukan pemain sedekat mungkin dengan net, dilakukan dengan melompat dengan memukul bola sekeras-kerasnya disebut *smash*. Dalam permainan bolavoli pantai *smash* memiliki beberapa jenis yaitu: *smash* normal, *smash* semi, dan *smash pull (quick smash)*.

4. *Block* (bendungan)

Bendungan merupakan pertahanan pertama dari serangan. Sikap permulaan: berdiri dengan kedua telapak kaki sejajar menghadap ke jaring, jarak kurang lebih 0,5 meter dari jaring. Sesaat akan melakukan bendungan, segera kedua kaki ditekuk sedalam-dalamnya untuk memperoleh awalan yang kuat. Setelah kedua kaki ditekuk tolek kedua

kaki pada tanah dengan kuat dan secara eksplosif. Begitu badan merasa terangkat ke atas, segera kedua tangan dijulurkan ke atas dengan jari-jari terbuka agar memperoleh bidang yang luas untuk menutup jalannya bola. Lengan lurus dan agak condong ke depan. Tegangkan jari-jari dan telapak tangan agar cukup kuat menerima tekanan bola yang kuat (Winarno dan Agus Tomi, 2005:28).

2.1.3 Sepakbola

Roji dan Eva Yulianti (2014:1) bahwa olahraga sepakbola dimulai sejak abad ke-2 dan 3 sebelum Masehi di Cina. Di masa Dinasti Han tersebut, masyarakat menggiring bola kulit dengan menendangnya ke jaring kecil. Permainan serupa juga dimainkan di Jepang dengan sebutan Kemari. Di Italia, permainan menendang dan membawa bola juga digemari terutama mulai abad ke-16.

Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menendang bola kian-kemari untuk diperebutkan para pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan juga mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Dalam permainan ini, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan di daerah gawang. Sepak bola merupakan permainan dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain. Permainan sepak bola dimainkan dalam dua babak (2x45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit di antara dua babak tersebut (Muhajir, 2013: 1).

Roji dan Eva Yulianti (2014: 2) menyatakan bahwa pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan atau mengontrol (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tacling*), lemparan ke dalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*). Di bawah ini akan dijelaskan beberapa teknik menendang, menghentikan, dan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

1. Menendang (*kicking*)

Prinsip dasar mengumpan dan menendang menggunakan kaki bagian dalam (mengumpan dan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam) yaitu (1) posisi awal: berdiri menghadap arah gerakan, letakkan kaki tumpu di samping bola dengan sikap lutut agak tertekuk dan bahu menghadap gerakan, sikap kedua lengan di samping badan agak terentang, pergelangan kaki yang akan digunakan mengumpan diputar ke luar dan dikunci, pandangan terpusat pada bola. (2) Gerakan: tarik kaki yang akan digunakan mengumpan ke belakang lalu ayun ke depan ke arah bola, perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola. (3) Akhir gerakan: pindahkan berat badan ke depan mengikuti arah, kaki yang digunakan mengumpan diletakkan di depan, pandangan ke depan (Roji dan Eva Yulianti, 2014: 2)

Prinsip dasar mengumpan dan menendang menggunakan kaki bagian luar (mengumpan dan menendang bola menggunakan kaki bagian luar) yaitu (1) Posisi awal, berdiri menghadap arah gerakan bola, letakkan kaki tumpu di samping bola, posisi kedua lengan di samping badan agak terentang, pergelangan kaki yang akan digunakan menendang diputar ke dalam dan dikunci, pandangan terpusat pada bola. (2) Gerakan, tarik kaki yang akan digunakan menendang ke belakang, lalu ayunkan ke depan ke

arah bola bersamaan kaki diputar ke arah dalam, perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola. (3) Akhir gerakan, kaki yang digunakan menendang agak menyilang depan badan, pindahkan berat badan ke depan, pandangan ke arah gerakan bola (Roji dan Eva Yulianti, 2014:3).

2. Menghentikan atau mengontrol (*stopping*)

Menurut Roji dan Eva Yulianti (2014: 4) bahwa prinsip dasar menahan bola dengan kaki bagian dalam adalah (1) Posisi awal, diawali dengan posisi menghadap arah datangnya bola, pusatkan pandangan ke arah gerakan bola, putar pergelangan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah luar dan dikunci. (2) Gerakan, julurkan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah datangnya bola, saat bola mengenai kaki bagian dalam, tarik kembali ke belakang mengikuti arah gerakan bola. (3) Akhir gerakan, gerak bola tertahan dan berhenti di depan badan, pandangan ke depan.

Prinsip dasar menahan bola dengan kaki bagian luar yaitu (1) posisi awal, diawali dengan posisi berdiri menghadap arah gerak dasar bola, letakkan kaki tumpu di samping bola, posisi kedua lengan di samping badan agak terentang, pergelangan kaki yang akan digunakan menghentikan diputar ke dalam dan dikunci, pandangan terpusat pada bola. (2) Gerakan, julurkan kaki yang akan digunakan menahan bola ke arah datangnya bola, saat bola menyentuh kaki bagian luar, tarik kaki yang akan digunakan menghentikan bola ke belakang, perkenaan kaki pada bola tepat pada tengah-tengah bola. (3) Akhir gerakan, bawa berat badan ke depan bersamaan kaki yang tidak digunakan menahan bola dijadikan

tumpuan berat badan, pandangan ke depan, bola tertahan di depan badan (Roji dan Eva Yulianti, 2014: 4)

Prinsip dasar menahan bola menggunakan telapak kaki yaitu (1) posisi awal, berdiri menghadap arah datangnya bola, pusatkan pandangan ke arah datangnya bola, posisi kedua lengan di samping badan, posisi badan agak condong ke depan. (2) Gerakan, saat bola datang sambut dengan telapak kaki menghadap ke arah datang bola, pergelangan kaki dikunci, posisi tumit ada di bawah. (3) Akhir gerakan, posisi kaki terangkat dari tanah dengan lutut agak tertekuk, gerak bola tertahan oleh telapak kaki, tumpuan berat badan pada kaki yang lainnya.

3. Menggiring (*dribbling*)

Roji dan Eva Yulianti (2014: 3) menyatakan bahwa prinsip dasar menggiring bola dengan kaki bagian dalam yaitu (1) posisi awal, berdiri menghadap arah gerakan, pandangan ke depan, posisi kedua lengan di samping badan agak terentang, pergelangan kaki diputar ke luar dan dikunci. (2) Gerakan, dorong bola dengan kaki bagian dalam ke arah depan dengan posisi kaki agak dibuka ke depan bersamaan kaki tumpu ikut bergerak, bola bergerak ke depan tidak jauh dari kaki di permukaan tanah. (3) Akhir gerakan berupa bola bergulir di atas tanah, di depan badan, tumpuan berat badan berada pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola, dan pandangan ke depan arah bola.

Prinsip dasar menggiring bola dengan kaki bagian luar dapat dilakukan dengan cara (1) posisi awal, posisi berdiri menghadap arah, pandangan ke depan, posisi kedua lengan di samping badan agak terentang, pergelangan kaki diputar ke dalam dan dikunci; (2) gerakan,

dorong bola dengan kaki bagian luar ke arah depan dengan posisi kaki agak terangkat dari tanah, tumpuan berat badan berada pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola; (3) akhir gerakan, bola bergulir di atas tanah, di depan badan, tumpuan berat badan berada pada kaki yang tidak digunakan menggiring bola, pandangan ke depan ke arah bola (Roji dan Eva Yulianti, 2014: 4).

2.1.4 Basket

Bolabasket adalah olahraga bola beregu, yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Permainan ini dianggap sebagai olahraga unik karena ditemukan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga (Roji dan Eva Yulianti, 2014: 34).

Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang guru olahraga asal Kanada yang mengajar di sebuah perguruan tinggi untuk para siswa profesional di YMCA (sebuah wadah pemuda umat Kristen) di Springfield, Massachusetts, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di New England. Terinspirasi dari permainan yang pernah ia mainkan saat kecil di Ontario, Naismith menemukan permainan yang sekarang dikenal sebagai bolabasket pada 15 Desember tahun 1891. Pertandingan resmi bolabasket yang pertama, diselenggarakan pada tanggal 20 Januari 1892 di tempat kerja Dr. James Naismith. Basket adalah sebutan yang diucapkan oleh salah seorang muridnya. Olahraga ini pun menjadi segera terkenal di seantero Amerika Serikat. Penggemar fanatik ditempatkan di seluruh cabang di Amerika Serikat. Pertandingan demi pertandingan pun segera dilaksanakan di kota-kota di seluruh negara bagian Amerika Serikat. Pada

awalnya, setiap tim berjumlah sembilan orang dan tidak ada dribble, sehingga bola hanya dapat berpindah melalui lemparan. Sejarah peraturan permainan basket diawali dari 13 aturan dasar yang ditulis sendiri oleh James Naismith (Roji dan Eva Yulianti, 2014: 35).

Permainan bola basket dimainkan oleh dua regu putra maupun putri yang masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain. Permainan ini bertujuan mencari nilai/angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan nilai. Ketika memainkan bola pemain dapat mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan. Untuk dapat memainkan bola dengan baik perlu melakukan gerakan dengan baik. Gerakan yang baik menimbulkan efisiensi kerja dan berkat pembelajaran yang teratur mendapatkan efektivitas yang baik pula (Muhajir, 2013:40).

Menurut Vic Amber (2009:12-14) bahwa keterampilan dasar dalam permainan bola basket yaitu meliputi beberapa keterampilan sebagai berikut:

1. Menangani bola

Pelajaran untuk menangani bola meliputi melemparkan bola, menangkap bola, mengarahkan bola, melambungkan bola berukuran normal atau hampir mendekati normal ke arah yang tepat.

2. Mengoperkan bola

Para pemain harus mengkonsentrasikan diri dalam menggunakan sebelah atau kedua tangan dalam latihan mengoperkan bola pada temannya. Mengoperkan bola harus cepat dan langsung. Posisi mulai

melemparkan ini dapat dari arah rendah ataupun dari ketinggian di depan tubuh.

3. Dribbling

Dribbling diusahakan agar tubuh rileks dan seimbang. Bola dilemparkan kelantai, jangan dipukul atau dibantingkan tetapi diusahakan untuk menjatuhkan bola tadi.

4. Shooting

Gerakan shooting ini bukan hanya sekedar asal melemparkan bola saja melainkan meliputi gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat sasaran. Semua gerakan mengarahkan ini terutama dengan satu tangan ke arah target yang tingginya di atas kepala merupakan dasar dari keterampilan ini.

5. Mengamankan bola dari musuh

Mampu melepaskan diri dari kepungan musuh merupakan suatu keterampilan yang sangat dibutuhkan dan sangat berharga. Bola harus diamankan dari musuh, menempatkan seorang lawan diantara pemain yang memegang bola yang dioperkan merupakan suatu latihan yang sangat berharga dalam permainan bola basket. Pemain dapat dilatih untuk tetap bertahan menghadapi lawan yang sedang membawa bola bahkan kalau mungkin berusaha mengambil alih bola tadi dari lawan.

6. Melompat

Latihan melompat ini penting juga, terutama melompat ke arah vertikal (tegak). Pemain harus berlatih melompat dan berusaha menyentuh bola atau suatu obyek lain dengan menggunakan satu atau dua tangan.

2.2 Pembinaan Prestasi

2.2.1 Konsep Pembinaan Prestasi

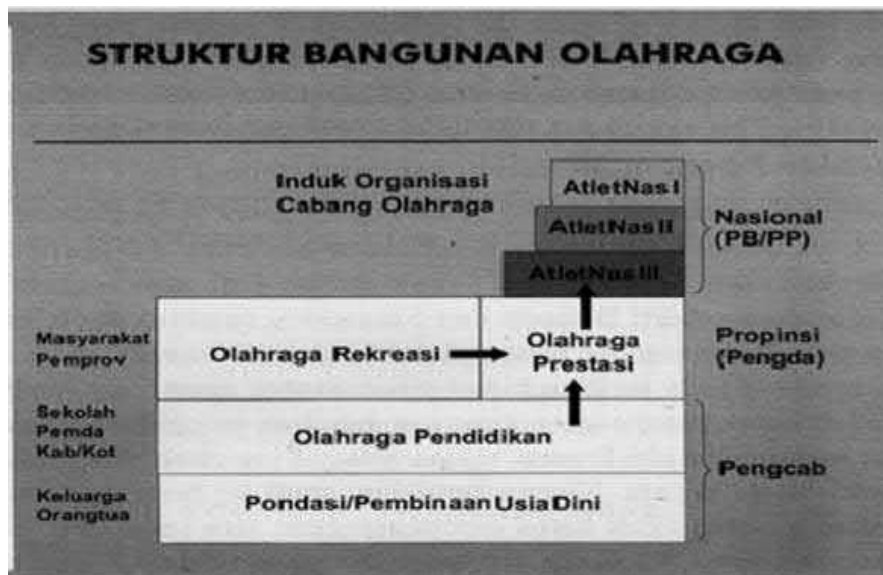
Prestasi olahraga yang optimal dapat dicapai dengan pembinaan yang baik dan benar. Pembinaan yang teratur, sistematis, terprogram dan berkesinambungan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang diterapkan dalam program latihan, sehingga dapat meningkatkan kualitas kemampuannya. Latihan akan mendukung suatu prestasi yang diinginkan. Prestasi olahraga tidak akan lepas dari beberapa program pembinaan (Anggit Dwi Aszari, 2015:1784).

Pembinaan olahraga merupakan bagian dan upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional (Khotibul Umam, 2017:2). Konsep pembinaan atlet untuk dapat mencapai prestasi yang tinggi dan maksimal harus dilakukan secara berjenjang dan berkelanjutan hingga prestasi puncak.

Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Pasal 25 ayat 6 dijelaskan bahwa untuk menumbuhkembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakannya kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan, hal tersebut menjadi dasar lahirnya kebijakan tentang penyelenggaraan kelas olahraga.

Pembinaan olahraga berdasarkan Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 dilakukan melalui tiga domain yakni olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Berdasarkan kerangka pemikiran tersebut, maka dikenal tiga

pilar bangunan olahraga yakni pendidikan jasmani/olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Ketiga pilar tersebut saing terkait satu sama lain seperti terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2.1
Struktur Bangunan Olahraga
Sumber: Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum (2007:30)

Menurut Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Polewali Mandar, bahwa pola pembinaan dan pengembangan olahraga di Indonesia menggunakan pola piramida terbalik yaitu: dimulai dari pemassalan me-lalui sekolah -sekolah dan masyarakat, kemudian *talent scouting* (Pemandu Bakat), Pembinaan spesialisasi cabang olahraga di klub-klub, tahap pemantapan prestasi, dan terakhir penghalusan prestasi (berprestasi Nasional dan Internasional) (Irmaya Suci, 2011:83).

2.2.2 Upaya Pembinaan Prestasi Olahraga

Menurut Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum (2007:148) bahwa upaya mempercepat peningkatan prestasi olahraga maka perlu dilakukan revitalisasi

dan rekonstruksi terhadap komponen dalam pembinaan prestasi olahraga yang meliputi:

1) Pembinaan atlet jangka panjang secara berjenjang dan berkelanjutan

Pembinaan atlet jangka panjang harus dimulai dengan penumbuh kembangan budaya olahraga yang dimulai dengan peningkatan akses dan mutu pendidikan jasmani dan olahraga di berbagai jalur (jalur pendidikan yang meliputi sekolah, madrasah, pondok pesantren; jalur masyarakat umum dan jalur TNI/POLRI). Pola pembinaan dari penanaman pola gerak dasar umum (*multilateral development*) menuju spesialis cabang olahraga tertentu. Perkembangan majemuk (*multi-ability*) yang mencakup aspek fisik, mental, sosial, personal, kognitif dan kreativitas perlu diperhatikan dalam kurikulum/latihan pendidikan jasmani dan olahraga.

Pembinaan atlet jangka panjang yang perencanaannya disesuaikan taraf pertumbuhan dan perkembangan (*long term, developmentally appropriate planning of training*) dirancang sebagai berikut:

- a. Mulai aktif olahraga (umur 0-6 tahun)
- b. Fundamental (laki-laki 6-9 tahun, perempuan 6-8 tahun)
- c. Belajar latihan (*learning to train*) (laki-laki 9-12 tahun, perempuan 8-11 tahun)
- d. Latihan untuk latihan (*training to train*) (laki-laki 12-16 tahun, perempuan 12-15 tahun)
- e. Latihan untuk bertanding (laki-laki 16-23 tahun +/-, perempuan 15-21 tahun +/-)

- f. Latihan untuk menang (*training to win*) (laki-laki 19 +/-tahun, perempuan 18 tahun +/-)
- g. Aktif untuk kehidupan (*active for live*) (masuk pada tahap umur tertentu)

2) Prioritas cabang olahraga

Guna meningkatkan efektivitas pembinaan olahraga dan agar pembinaan lebih fokus, diperlukan keberanian untuk membuat keputusan dalam hal menetapkan prioritas cabang olahraga yang dibina dan diikutsertakan dalam multi event.

3) Identifikasi dan pengembangan bakat

Program identifikasi bakat menjadi keniscayaan, setelah bakat ditemukan perlu dipandu dan dikembangkan sehingga bakat tersebut menjadi sesuatu yang aktual. Untuk itu setiap program pemanduan bakat harus ditindaklanjuti dengan program pengembangan bakat.

4) Penetapan standar kualitas pelatihan

Guna meningkatkan daya saing diperlukan peningkatan upaya dan kekuatan komponen-komponen strategis seperti pengadaan dan peningkatan standar kompetensi pelatih, peningkatan sarana dan prasarana olahraga baik dalam hal kualitas maupun kuantitas. Selain itu, perlu memperbaiki mutu pusat-pusat pelatih, menata sistem pelatihan dan sistem kompetisi.

5) Regionalisasi pembinaan

Membina prestasi olahraga secara terpusat tentu merupakan upaya yang tidak mudah, tidak efisien, tidak efektif dan biaya tinggi. Selain itu, Indonesia memiliki potensi keanekaragaman karakteristik yang

terbentuk dari kondisi daerah, cara hidup, budaya dan kondisi geografis masing-masing wilayah. Ini semua pada gilirannya mempengaruhi jenis olahraga cabang olahraga yang dikuasai dan dikembangkan.

6) Investasi dan implementasi IPTEK

Kedudukan IPTEK olahraga perlu diberdayakan dengan lebih menitikberatkan IPTEK sederhana yang murah dan dapat dilaksanakan dalam rangka membuat keputusan-keputusan pembinaan yang cermat dan tepat. Semua lembaga tinggi di bidang kelolahragaan juga perlu diberdayakan untuk meningkatkan jumlah tenaga pembina disamping peningkatan kemampuan dalam riset di bidang olahraga.

7) Pemberdayaan semua jalur pembinaan

Efisiensi pendayagunaan semua sumber daya perlu menjadi bagian yang diprioritaskan dalam pelaksanaan pembinaan. Oleh karena itu, perlu dioptimalkan pemanfaatan semua jalur pembinaan (jalur pelajar dan mahasiswa dengan PPLP, PPLM dan sekolah olahraga; jalur klub dengan pusat pelatihan di daerah dikelola Pengcab/Pengda dan jalur khusus yang dikelola perusahaan swasta).

8) Sistem jaminan kesejahteraan dan masa depan

Penyediaan dan penerapan sistem penghargaan bagi atlet dan pelatih perlu dioptimalkan. Secara prinsip pembinaan atlet perlu disertai dengan pembinaan karier, begitu juga dengan pelatih yang kesemuanya perlu diperhatikan kesejahteraannya ketika sudah pensiun menjadi atlet atau pelatih.

9) Perubahan sikap mental

Manajemen untuk penyelenggaraan sistem keolahragaan nasional menuntut perubahan sikap mental yang lebih profesional, transparan dan akuntabel. sikap mental yang profesional, transparan dan akuntabel menuntut nilai-nilai kejujuran, disiplin, tanggungjawab, kesetiakawanan dan saling menghormati dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam pergaulan olahraga.

10) Koordinasi dan sinergi

Pembinaan olahraga tidak akan berjalan dan mencapai apa yang diinginkan tanpa adanya koordinasi dan sinergi dari semua pihak baik dari lembaga pemerintah maupun organisasi non pemerintah; jalur formal, informan maupun non formal dan sub sistem yang satu dengan sub sistem yang lain.

2.2.3 Tahap-Tahap Pembinaan Prestasi Atlet

Prestasi tinggi dalam cabang olahraga, prasyarat berupa karakteristik yang sesuai dengan tuntutan cabang yang bersangkutan (Rusli Lutan, 2000:13). Setiap cabang olahraga memiliki sifat yang spesifik dan karena itu pula, pembinaan olahraga merupakan bantuan secara sengaja dan sistematis untuk memenuhi tuntutan tersebut agar dapat dicapai prestasi yang lebih tinggi. Tahap-tahap pembinaan untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan, dan pembinaan untuk pencapaian prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002:27).

2.2.3.1 Pemasalan

Soegiyono (1999) dalam Helen Purnama Sari (2017:262) bahwa pemasalan adalah dasar pokok gerakan olahraga. Sasaran utama dari

pemasalan adalah melibatkan sebanyak mungkin peserta dalam mengikuti olahraga. Peserta terdiri dari segala lapisan masyarakat, pelajar, mahasiswa, buruh tani, dan lainnya. Tujuan orang melakukan olahraga di sini berbeda-beda ada yang untuk kesegaran jasmani, rekreasi, prestasi, rehabilitasi, kesehatan, dan lainnya.

Pemassalan olahraga akan sangat baik apabila dilakukan pada anak usia dini, karena dengan pemassalan olahraga di pendidikan dasar diharapkan tersedianya bibit atlet unggul untuk pencapaian yang maksimal. Pemassalan olahraga usia dini adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan aktifitas olahraga secara menyeluruh. Strategi pemassalan olahraga usia dini antara lain menyiapkan sarana dan prasarana olahraga yang memadai di sekolah dasar, menyiapkan pengadaan tenaga pengajar olahraga yang mampu menggerakkan olahraga di sekolah, mengadakan pertandingan antar kelas, memberikan motivasi, baik dari dalam maupun dari luar, mengadakan demonstrasi pertandingan atlet-atlet yang berprestasi, merangsang minat anak melalui media massa, televisi, video, dan lain-lain, dan melakukan kerja sama antara sekolah dengan masyarakat khususnya orang tua.

2.2.3.2 Pembibitan

Pembibitan adalah suatu pola yang diterapkan dalam mengupayakan menjaring atlet berbakat yang diteliti secara ilmiah, pembibitan juga upaya untuk menemukan individu-individu yang memiliki potensi untuk mencapai prestasi yang tinggi di kemudian hari. Menurut James Tangkudung tentang pencarian bibit unggul dilaksanakan oleh tim yang terdiri dari tenaga pendidikan jasmani, pelatih, dokter olahraga, pakar olahraga, psikolog, sosiolog dan antropolog,

melalui observasi pengamatan, angket dan wawancara, tes dan pengukuran (Helen Purnama Sari, 2017:262)

Pembibitan atlet adalah upaya untuk mencari dan menemukan individu-individu yang memiliki potensi untuk mencapai prestasi olahraga yang setinggi-tingginya di kemudian hari, sebagai langkah atau tahap lanjutan dari pemassalan olahraga. Pembibitan merupakan usaha untuk mendapatkan atlet yang baik dan berbakat yang nantinya dibina untuk pencapaian prestasi yang setinggi-tingginya.

Beberapa pertimbangan penting untuk memperoleh bibit atlet unggul adalah bakat dan potensi tinggi yang dibawa sejak lahir mempunyai andil lebih dominan dibandingkan dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya, menghindari pemborosan dalam pembinaan apabila atlet yang dibina memiliki potensi yang tinggi yang dibawa sejak lahir, dan perlunya di Indonesia digalakan pencarian bibit-bibit atlet unggul pada usia dini.

2.2.3.3 Pembinaan untuk Pencapaian Prestasi

Ketiga yaitu pembinaan untuk pencapaian prestasi. Setelah adanya suatu pemassalan dan pembibitan, untuk mencapai suatu prestasi yang baik maka dilanjutkan dengan pembinaan. Pembinaan diarahkan melalui latihan yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan atlet. Untuk mencapai prestasi olahraga yang tinggi memerlukan waktu yang cukup lama 8-10 tahun dengan proses latihan yang benar, untuk itu latihan hendaknya dilakukan sejak usia dini dengan tahapan latihan yang benar. Tahapan latihan disesuaikan dengan tingkat usia atlet, meskipun latihan perlu dilakukan sejak usia dini bukan berarti sejak usia dini itu pula atlet sudah dikelompokkan ke suatu cabang olahraga.

Tahap terakhir dalam suatu pembinaan adalah tahap pematangan juara. Kondisi dalam tahap ini adalah keadaan atlet disiapkan untuk mencapai prestasi puncak. Dalam tahap ini kegiatan pembinaan yang utama dilakukan, mulai dari pelaksanaan program latihan hingga bagaimana manajemen organisasi yang dilakukan dalam mengembangkan prestasi secara keseluruhan. Pembinaan memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan dan merekrut atlet-atlet yang berprestasi, akan tetapi pembinaan yang baik adalah pembinaan yang memang terstruktur organisasinya, jalan program pembinaannya terdapat sarana dan prasana yang menunjang keberlangsungan proses pembinaan serta memiliki kesejahteraan dan pendanaan yang dapat menunjang program pembinaan itu sendiri, dukungan dan peran serta pemerintah sangat menentukan kelakyakan dan keberhasilan suatu pembinaan prestasi atlet (Helen Purnama Sari, 2017:262).

2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pembinaan dan Pencapaian Prestasi Olahraga

Pencapaian prestasi olahraga dapat dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah organisasi kepengurusan, program pelatihan, sarana prasarana, dan pengelolaan pendanaan. Untuk lebih jelasnya faktor-faktor tersebut dapat dijelaskan seperti di bawah ini.

2.3.1 Organisasi Kepengurusan Olahraga

2.3.1.1 Pengertian Organisasi

Manajemen dan organisasi merupakan dua sisi mata uang yang tidak dapat terpisahkan. Keberadaan organisasi merupakan wadah bagi manajemen, tetapi manajemen pula yang menentukan gerak dan napas organisasi. Artinya organisasi tidak dapat digerakkan tanpa manajemen dan sebaliknya manajemen

hanya dapat diimplementasikan dalam organisasi. Dijelaskan mengenai definisi manajemen, yaitu: "*management as being responsible for the attainment of objectives, taking place within a structured organization and with prescribed roles*". Definisi ini menjelaskan bahwa manajemen mencakup orang yang melaksanakan tanggung jawab mencapai tujuan dalam suatu struktur organisasi dan peran yang jelas. Itu artinya, manajemen berkaitan dengan organisasi. Di dalam organisasi ada struktur yang jelas dengan pembagian tugas dan kewenangan formal sebagai upaya menggerakkan personil melakukan tugas mencapai tujuan (Rifa'i dan Fadli, 2013:12).

Organisasi merupakan badan, wadah, tempat dari kumpulan orang-orang yang bekerjasama untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Organisasi juga didefinisikan sebagai sekelompok orang yang saling berinteraksi dan bekerjasama untuk merealisasikan tujuan bersama sehingga dalam suatu organisasi paling tidak terdapat tiga unsur yang satu dengan lainnya sukar dipisahkan yang meliputi sekelompok orang, terdapatnya interaksi dan kerjasama serta mempunyai tujuan yang sama (Harsuki, 2012: 104).

Pengertian organisasi menurut Hasibuan (2011:24) adalah "suatu sistem perserikatan formal, berstruktur dan terkoordinasi dari kelompok orang yang bekerjasama dalam mencapai tujuan tertentu. Sedangkan Weber dikutip oleh Silalahi (2011:124), menyebutkan bahwa organisasi merupakan tata hubungan sosial dimana setiap individu yang melakukan kerjasama melakukan proses interaksi dengan individu lainnya.

Menurut Jones bahwa organisasi adalah suatu alat yang dipergunakan oleh orang-orang untuk mengkoordinasikan kegiatannya untuk mencapai sesuatu yang mereka inginkan atau nilai yaitu untuk mencapai tujuan. Selain itu,

disebutkan bahwa organisasi adalah entitas sosial yang menciptakan untuk mengkoordinasikan upaya individu dengan maksud untuk mencapai tujuan (Harsuki, 2012: 106).

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa organisasi adalah sebuah wadah atau tempat berkumpulnya sekelompok orang untuk bekerjasama secara rasional dan sistematis, terkendali, dan dipimpin untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan memanfaatkan sumber daya yang ada. Pada umumnya organisasi akan memanfaatkan berbagai sumber daya tertentu dalam rangka untuk mencapai tujuan, seperti; uang, mesin, metode/cara, lingkungan, sumber daya manusia, dan sumber daya lainnya, yang dilakukan secara sistematis, rasional, dan terkendali.

2.3.1.2 Pengorganisasian dalam Kepengurusan Olahraga

Pengorganisasian menyebabkan timbulnya sebuah struktur organisasi yang dapat dianggap sebagai sebuah kerangka yang merupakan titik pusat sehingga manusia dapat menggabungkan usaha-usaha mereka dengan baik (Harsuki, 2012: 106). Menurut GR. Terry bahwa pengorganisasi adalah tindakan mengusahakan hubungan-hubungan kelakuan yang efektif antar orang-orang , hingga mereka dapat bekerjasama secara efisien dan demikian memperoleh kepuasan pribadi dalam hal melaksanakan tugas-tugas tertentu dalam kondisi lingkungan tertentu guna mencapai tujuan atau sasaran tertentu (Harsuki, 2012: 106).

Proses yang menyangkut bagaimana strategi dan taktik yang telah dirumuskan dalam perencanaan didesain dalam sebuah struktur organisasi yang tepat dan tangguh, sistem dan lingkungan organisasi yang kondusif, dan dapat memastikan bahwa semua pihak dalam organisasi dapat bekerja secara efektif

dan efisien guna pencapaian tujuan organisasi (G.R Terry dalam Siswanto, 2007: 9). *Organizing* atau pengorganisasian ini meliputi (1) penentuan sumber daya dan kegiatan-kegiatan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan organisasi; (2) perancangan dan pengembangan suatu organisasi atau kelompok kerja yang akan dapat membawa hal-hal tersebut ke arah tujuan; (3) penugasan tanggung jawab tertentu dan (4) pendelegasian wewenang yang diperlukan kepada individu-individu untuk melaksanakan tugasnya.

Eva Yunida, dkk (2017) menyatakan bahwa sistem kepengurusan di dalam Klub yang sudah terstruktur dengan baik, semua pengurus sudah tercantum didalam kepengurusan Klub sehingga tidak ada yang merangkap jabatan. Kepengurusan jabatan yang dirangkap satu orang atau bahkan kepengurusan tidak dipegang oleh seorang yang tidak pada kompetensinya berarti dalam hal ini merupakan contoh kecil dari buruknya sistem pengelolaan organisasi atau dalam hal ini fungsi penyusunan personalia (*staffing*) belum tertata dengan baik sehingga penyusunan personalia, dalam perekrutan pengurus harus lebih memperhatikan kompetensi dan rasa tanggung jawab dari para pengurus sehingga kegiatan organisasi memang benar-benar di pegang oleh orang-orang yang berkompeten di bidangnya (Ari Tri Wiyoko, 2014).

Abdul Rachim Gema (2006:12) dan Eva Yuninda (2017:131) menyebutkan bahwa pengorganisasi olahraga yang baik meliputi kepengurusan yang lengkap, ada mekanisme kegiatan, job diskripsi yang jelas dan ada aktivitas rutin (kegiatan, kejuaran dan pertemanan). Organisasi olahraga bisa berjalan dengan baik harus mempunyai unsur-unsur yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya. Unsurunsur yang terdapat dalam organisasi yaitu pengurus, anggota,

anggaran dasar, anggaran rumah tangga, rencana kerja, anggaran belanja (Martiana Dewi, 2015: 2268).

Pengorganisasian pada klub selalu berkaitan dengan penetapan struktur organisasi, tugas dan fungsi pengurus, harmonisasi hubungan antara manajemen, pelatih dan pemain (M. Munna Khabibi, 2014). Popi Sotiadou (2013) menyebutkan bahwa perencanaan pengembangan olahraga adalah suatu proses kunci untuk mencapai tujuan organisasi olahraga.

Wahyu Hidayat (2015) bahwa struktur organisasi yang sistematis dan terkoordinasi sangat diperlukan untuk memajukan prestasi. Suatu organisasi olahraga perlu melakukan perencanaan. Adanya perencanaan dalam sebuah organisasi berarti pula bahwa organisasi itu memiliki kerangka dasar yang dapat dijadikan sebagai pedoman untuk melakukan semua aktivitas. Perencanaan strategis merupakan acuan untuk menjabarkan sasaran-sasaran organisasi dalam jangka pendek (Rusniati dan Ahsanul Haq, 2014). Hal yang sama menurut Nuicos Kartakoullis, N.L. *et al* (2013) bahwa perencanaan organisasi biasanya dianggap sebagai pemikiran prospektif yang mengantisipasi tindakan di masa depan. Untuk melakukan ini secara efisien dan efektif, perencanaan harus mempertimbangkan baik kompleksitas organisasi dan lingkungannya yang relevan).

Proses pengorganisasian dalam manajemen penanganan atlet mengacu pada proses pemanduan bakat sebagai faktor pendukung tercapainya prestasi maksimal. Perekrutan atlet yang menggunakan sistem pemanduan bakat dengan bekerjasama dengan guru penjas disekolah-sekolah juga merupakan proses pemanduan bakat. Proses pengorganisasian pelatih ditentukan oleh manajemen kepengurusan. Dalam proses ini pengurus akan menekankan pencapaian yang

harus dicapai oleh setiap pelatih dibidangnya, seperti pelatih *keeper* dan pelatih utama (Heri Siswanto, 2015:1618).

2.3.2 Program Latihan

2.3.2.1 Pengertian Program latihan

Latihan adalah upaya untuk meningkatkan kualitas fungsional organ-organ tubuh serta psikis pelakunya. Oleh karena itu, latihan yang dilakukan harus disusun dan dilakukan secara tepat dan benar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Latihan dengan cara tidak tepat akan mempengaruhi perkembangan anak baik secara fisiologi ataupun psikologis (Sanusi Hasibuan, dkk, 2009:12).

Tujuan utama pelatihan olahraga prestasi adalah untuk meningkatkan keterampilan atau prestasi semaksimal mungkin. Untuk mencapai tujuan itu, Harsono (1998) yang dikutip oleh Sanusi Hasibuan, dkk (2009:14), ada empat aspek latihan yang dilatih secara seksama yaitu fisik, teknik, taktik dan mental.

1) Latihan fisik

Latihan fisik adalah latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik yaitu faktor yang amat penting bagi atlet. Tanpa kondisi fisik yang baik atlet-atlet tidak akan dapat mengikuti latihan-latihan apalagi bertanding dengan sempurna. Beberapa unsur kemampuan fisik dasar yang perlu dikembangkan antara lain kekuatan, daya tahan, kelentukan, kelincahan dan kecepatan.

2) Latihak teknik

Latihan teknik bertujuan untuk mempermahir penguasaan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga seperti teknik menendang, melempar, menangkap, menggiring bola, melompat, lari dan sebagainya. Penguasaan keterampilan dari teknik-teknik dasar amatlah penting

karena akan menentukan kemahiran dalam melakukan keseluruhan gerak dalam suatu cabang olahraga.

3) Latihan taktik

Latihan taktik bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkembangkan daya tafsir pada atlet ketika pelaksanaan kegiatan olahraga yang bersangkutan. yang dilatih adalah pola-pola permainan, strategi dan taktik pertahanan dan penyerangan. Latihan taktik akan bisa berjalan dengan baik apabila penguasaan teknik dasar seseorang atlet sudah cukup baik demikian pula sebaliknya.

4) Latihan mental

Latihan mental adalah latihan yang lebih banyak menekankan pada perkembangan kedewasaan serta emosional atlet, seperti semangat bertanding, sikap pantang menyerah, keseimbangan emosi terutama bila berhubungan pada situasi stress, fair play, percaya diri, kejujuran, kerjasama.

Perubahan fisiologis dan psikologis hanyalah mungkin terjadi apabila latihan dilakukan secara intensif. Maksudnya adalah proses latihan haruslah kian lama semakin berat dengan cara menambah beban kerjanya, jumlah repetisi gerakan serta kadar intensitas pengulangan gerak. Latihan yang ringan tidak akan dapat merangsang perubahan dalam fungsi organ tubuh maupun dalam hal yang bersifat kejiwaan (Sanusi Hasibuan dkk, 2009:23).

Simanjuntak (2016) menyatakan bahwa manajemen pembinaan prestasi ditinjau dari aspek manajemen, aspek pembinaan dan pelatihan, serta aspek prestasi. Keberhasilan pembinaan prestasi atlet yang sistemik, terpadu, terarah

dan terprogram dengan jelas dilihat dari beberapa faktor yang mempengaruhi, yaitu sebagai berikut:

- 1) Tersedianya atlet potensial (*Talented Athletes*) yang mencukupi
- 2) Tersedianya pelatih profesional dan dapat menerapkan IPTEK
- 3) Tersedianya sarana prasarana dan kelengkapan olahraga yang memadai.
- 4) Adanya program yang berjenjang dan berkelanjutan, ditunjang dengan adanya anggaran yang mencukupi dan hubungan yang baik antara semua pihak (atlet, pelatih, pembina, pengurus, Pengprov, KONI, dan Pemerintah)
- 5) Perlu diadakannya tes dan pengukuran kondisi atlet secara periodik (Khotibul Umam, 2017:2).

Pencapaian atau pembinaan prestasi adalah latihan yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan atlet. Kebutuhan yang dilatihkan mencakup biomotor, klasifikasi kemampuan baik *open skill* dan *close skill* atau kombinasi. Tahap ini adalah yang mengarah ke spesialisasi, harapannya adalah ada pembinaan spesialisasi sehingga terjadi prestasi pada usia ini. Menurut Rusli Lutan (2000:32) bahwa prestasi terbaik hanya akan dapat dicapai bila pembinaan dapat dilaksanakan dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya yang mencakup pembinaan kepribadian atlet, pembinaan kondisi fisik, keterampilan teknik dan latihan koordinasi serta latihan mental.

Pertama, pembinaan kepribadian atlet. Untuk dapat berprestasi dalam olahraga dibutuhkan sifat-sifat tertentu yang sesuai tuntutan cabangnya seperti sikap positif (gembira) melaksanakan tugas latihan, loyal terhadap kepemimpinan, rendah hati, semangat bersaing dan berprestasi. Sikap positif

terhadap tugas latihan merupakan cerminan dari kesiapan untuk melaksanakan tugas sebagai kewajiban yang menggembirakan. Rendah hati berkaitan dengan loyalitas untuk menerima kepemimpinan orang lain, menerima kritik, dan kesiapan bekerja sama dalam tim. Semangat bersaing dan berprestasi merupakan virus yang mempercepat perkembangan prestasi.

Kedua, pembinaan kondisi fisik. Pembinaan kondisi fisik tertuju pada komponen kemampuan fisik yang dominan untuk mencapai prestasi. Di samping terdapat kebutuhan yang bersifat umum, setiap cabang juga memerlukan pembinaan komponen kondisi fisik yang spesifik. Persamaan umum komponen kondisi fisik untuk cabang olahraga yang mengandalkan keterampilan dan pengerahan tenaga otot-otot besar adalah kekuatan, power, dan kecepatan. Berkaitan dengan kemampuan fisik, diperlukan derajat kebugaran jasmani yang serasi dengan tuntutan kerja bagi seseorang.

Ketiga, keterampilan teknik dan latihan koordinasi. Pembinaan keterampilan teknik tertuju pada penguasaan keterampilan teknik yang rasional dan ekonomis dalam suatu cabang olahraga. Bila kekuatan stamina, dan kecepatan sudah berkembang, maka atlet dapat mengalami peningkatan dalam penguasaan keterampilan teknik. persoalan penting bagaimana memadukan kemampuan fisik untuk mendukung keterampilan. Karena itu, pembinaan teknik dan fisik merupakan dua hal yang saling bergandengan.

Keempat, latihan taktik yang tertuju pada peningkatan keterampilan taktis. Untuk itu atlet harus dapat memanfaatkan kondisi fisik, keterampilan, dan kondisi psikologis guna merespon kekuatan atau kelemahan lawannya secara efektif. Selain itu, agar mampu beradaptasi dengan situasi kompetisi secara keseluruhan. Kelima, latihan mental yang tertuju pada kemampuan mental,

karena ditaksir sekitar 90- 95 % variasi prestasi sebagai pengaruh kemampuan mental. Pembinaan mental dimaksudkan antara lain agar, atlet mampu membuat keputusan dengan cepat dan tepat, atlet mampu menanggulangi stres mental, atau mengatasi stres dari beban latihan yang lebih berat, atlet memiliki stabilitas emosi yang tangguh.

2.3.2.2 Pelaksanaan Latihan oleh Pelatih

Program latihan yang telah dibuat akan diterapkan atau dilaksanakan oleh pelatih sebagai panduan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan. Pate Rotella dalam Sanusi Hasibuan dkk (2009:8) mengatakan pelatih adalah seorang profesional yang tugasnya membantu olahragawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraga. karena pelatih adalah suatu profesi, maka sebaiknya pelatih harus dapat memberikan pelayanan yang sesuai dengan standar/ukuran profesional yang ada. Sedangkan yang dimaksud dengan sesuai standar profesi adalah pelatih harus dapat memberikan pelayanan pelatihan sesuai dengan perkembangan mutakhir pengetahuan ilmiah di bidang yang ditekuni.

Kavussanu *et all* (2008) pengalaman positif dari pelatih berpengaruh pada teknik pembinaan, dan pelatih laki-laki memiliki strategi permainan yang lebih tinggi daripada perempuan. Kimberley J. Bartholomew *et all* (2010) bahwa "*that coaches' tendency to be autonomy supportive or controlling can influence athlete motivation*" (kecenderungan pelatih untuk menjadi pendorong utama atau melakukan pengawasan dapat mempengaruhi motivasi atlet. Pelatih dan atlet dapat berkembang dengan menerapkan manajemen komunikasi dalam tim olahraga (Ezzeldin, 2014).

Ecky Tamtelahitu dalam Sanusi Hasibuan dkk (2009:10) bahwasanya untuk menjadi pelatih yang sukses harus mempunyai beberapa kemampuan, diantaranya adalah : 1) pekerja keras; 2) antusias yang tinggi; 3) jujur; 4) disiplin; 5) menghargai waktu; 6) pantang mundur; 7) berpenampilan baik; 8) menepati janji; 9) melakukan sesuai dengan kata-katanya; 10) tahan dikritik; 11) dapat bekerja sama dengan orang lain; 12) mempunyai bekal ilmu pengetahuan dibidangnya; 13) mempunyai skill; 14) simpatik; 15) mempunyai personal approach yang baik; 16) berpikir positif; 17) bersikap apa adanya tidak berpura-pura; 18) tidak membeda-bedakan; 19) bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa.

Mc Kinney dalam Sanusi Hasibuan dkk (2009:10) apabila seseorang menginginkan dirinya jadi seorang pelatih yang baik, maka pelatih itu harus mempunyai kemampuan sebagai berikut : 1) mempunyai kemampuan untuk membantu atlet untuk dapat mengaktualisasikan potensinya; 2) bila membentuk tim akan didasarkan pada keterampilan individu yang telah diajarkan; 3) mempunyai pengetahuan dan keterampilan tknis yang seimbang; 4) mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan tingkat intelektual dengan keterampilan neuromuskuler atletnya; 5) mampu menerapkan prinsip-prinsip ilmiah dalam membentuk kondisi atlet; 6) lebih meningkatkan pada unsur pendidikan secara utuh, baru kemudian pada unsur pelatihan; 7) membenci kekalahan, akan tetapi tidak mencari kemenangan dengan berbagai cara yang tidak etis; 8) mempunyai kemampuan untuk mengendalikan dirinya; 9) mempunyai kemampuan untuk mengevaluasi peningkatan terhadap partisipasi atletnya; 10) mempunyai kemampuan untuk selalu dihormati oleh atletnya maupun teman-temannya; 11) mempunyai dedikasi yang tinggi terhadap profesinya.

Apabila menginginkan menjadi pelatih yang sukses serta dapat menjadi pelatih yang baik maka diperlukan adanya kompetensi dasar yang harus dimiliki pelatih. Setidak-tidaknya pelatih harus memiliki 11 kompetensi, diantaranya adalah : 1) mampu merencanakan, menyusun, melaksanakan dan mengevaluasi program latihan; 2) mampu menggunakan sarana dan prasarana olahraga baik dalam latihan maupun dalam pertandingan; 3) menguasai secara baik peraturan permainan dan perlombaan/pertandingan; 4) mampu merencanakan dan melaksanakan tes dan pengukuran, selanjutnya dapat menindak lanjuti hasil tes dan pengukuran tersebut guna menyusun dan menyempurnakan program latihan; 5) mampu melaksanakan pemanduan bakat khususnya dalam cabang olahraga yang ditekuni (Sanusi Hasibuan dkk, 2009:11)

2.3.3 Sarana Prasarana

Menurut Agus S. Suryoboto (2004:4) sarana atau alat adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, yang mudah dibawa dan dapat dipindahkan oleh pelakunya atau siswa. Sedangkan prasarana atau fasilitas adalah sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak dapat dipindah-pindahkan. 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 dilakukan tidak akan dapat mencapai hasil yang diharapkan sesuai dengan rencana.

Pencapaian prestasi yang maksimal harus didukung dengan sarana dan prasarana berkualitas dan berkualitas guna untuk menampung kegiatan olahraga prestasi berarti peralatan yang digunakan sesuai dengan cabang olahraga yang dilakukan, dapat digunakan secara optimal mungkin dan mengikuti

perkembangan ilmu dan teknologi, sehingga prestasi yang maksimal akan dapat tercapai. Dengan demikian sarana dan prasarana adalah faktor yang sangat mendukung keberhasilan pembinaan olahraga, yang harus tersedia bagi setiap upaya peningkatan prestasi sebagai tujuan utama pembinaan olahraga (Miftakhurrohman, 2015:22).

Sarana dan prasarana yang memadai dengan mempunyai gedung sendiri yang di dalamnya terdapat empat lapangan dua diantaranya lapangan karpet dengan mempunyai ruang fitness yang digunakan untuk kebugaran atlet saat latihan. Dengan semua fasilitas (sarana prasarana) yang memadai dapat meraih prestasi ditingkat Kabupaten maupun tingkat Provinsi (Moch. Nifkhanul Asfiyani, 2016).

2.3.4 Pendanaan

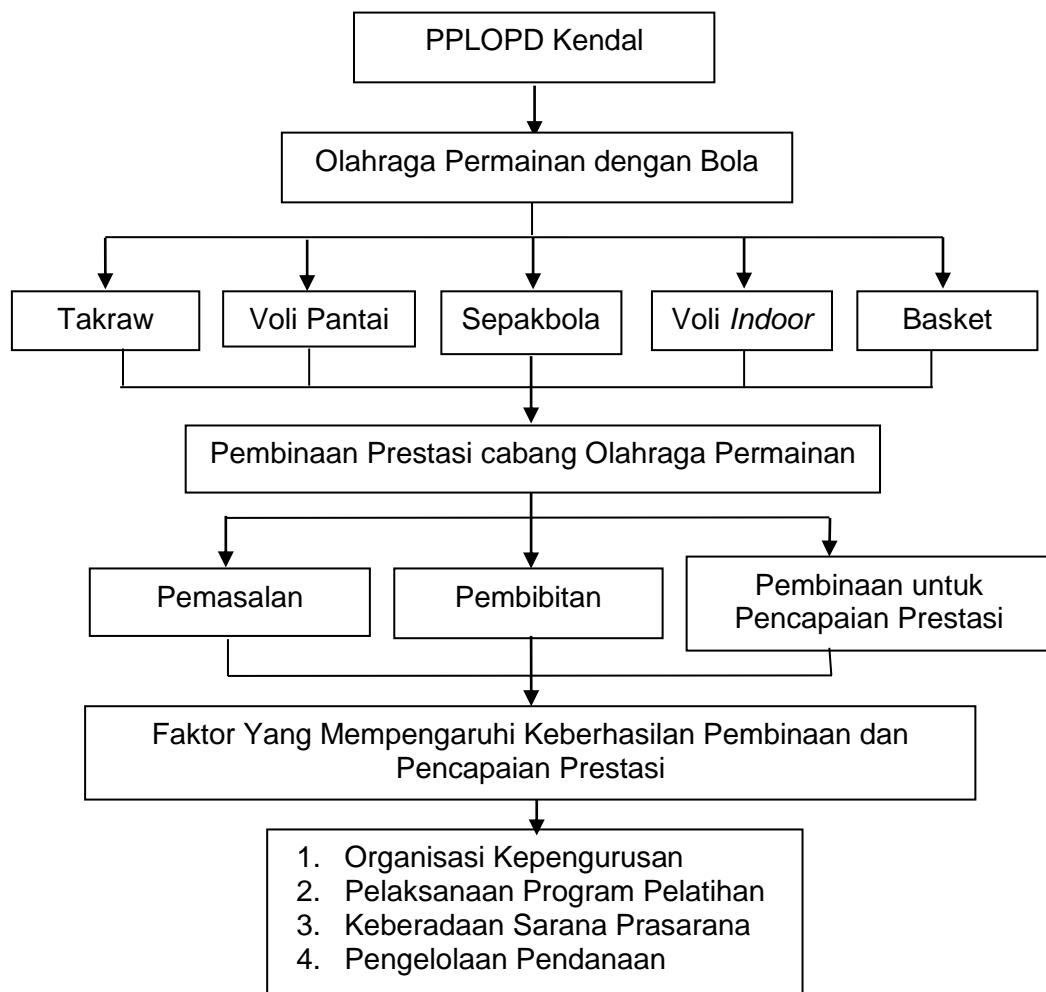
Untuk menunjang kegiatan pembinaan prestasi selain diperlukan adanya dukungan baik sarana dan prasarana juga diperlukan dana, hal ini sebagai bentuk dari proses berjalannya kegiatan pembinaan yang dilakukan. Keuangan yang menggerakkan seluruh bagian organisasi, oleh karenanya maka setiap organisasi harus mempunyai dana keuangan. Pasal 69 ayat (1) UU RI Nomor 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan keolahragaan menjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat. Adanya kerjasama akan menghasilkan dana yang cukup besar.

Menurut Miftakhurrohman (2015:26) bahwa tanpa adanya dana maka suatu organisasi tersebut akan lumpuh. Efisiensi penggunaan dana akan menyuburkan aktivitas organisasi. Manajemen yang baik dalam pengelolaan dana akan membawa organisasi dalam aktivitas yang sebenarnya. Keuangan ini

haruslah dikelola dengan baik demi kelancaran dan tercapainya tujuan organisasi.

2.4 Kerangka Berpikir

Berdasarkan teori-teori tentang pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di atas, maka dapat dibuat kerangka pemikiran penelitian seperti pada bagan di bawah ini.



Gambar 2.2
Kerangka Pemikiran Penelitian

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pemasalan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kabupaten Kendal baik untuk takraw, voli pantai, basket, sepakbola dan voli indoor dilakukan sama yaitu dengan memperkenalkan olahraga takraw, voli pantai, basket, sepakbola, dan voli indoor pada saat kegiatan seleksi terbuka melalui pengamatan langsung dengan pihak sekolah atau klub-klub. Dalam hal ini, fokus PPLOPD bukanlah pada pemasalan olahraga namun pada pembinaan prestasi olahraga sedangkan kegiatan pemasalan menjadi tanggungjawab klub, sekolah-sekolah maupun Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata Kendal. PPLOPD Kendal hanya membantu program pemasalan cabang permainan melalui ajang-ajang pertandingan maupun seleksi atlet di sekolah-sekolah.
2. Pembibitan atlet cabang olahraga permainan di PPLOPD Kendal baik untuk takraw, voli pantai, basket, sepakbola dan voli indoor dilakukan sama yaitu pada saat anak masih duduk kelas 1 atau kelas 2 SMP yang diambil dengan cara seleksi melalui sekolah-sekolah atau dengan cara mengambil anak-anak berprestasi diajang popda dan kejurda serta seleksi calon atlet juga dilakukan melalui rekanan dan pemantaun yaitu penyeleksian calon atlet dengan cara menjalin kerjasama dengan pelatih-pelatih untuk mengadakan sparing sehingga dapat dipantau kemampuan para atlet

sehingga apabila ada atlet berbakat akan ditawarkan untuk menjadi atlet PPLOPD.

3. Pembinaan untuk mencapai prestasi atlet PPLOPD Kendal dilakukan oleh pelatih dengan menerapkan program pelatihan makro dan mikro hingga mencapai prestasi atlet terbaik pada cabang sepak takraw dan voli pantai sehingga menjadi olahraga unggulan di Kabupaten Kendal sedangkan prestasi cabang basket, sepakbola dan voli indoor belum secara rutin memperoleh juara dalam setiap kejuaraan yang diikutinya. Pencapaian prestasi cabang olahraga permainan di PPLOPD Kendal dikarenakan adanya perbedaan pola pembinaan mulai dari kemampuan pelatih, sarana olahraga, intensif bagi atlet dan pelaksanaan program latihan. Cabang takraw memiliki prestasi yang baik karena menjadi olahraga unggulan dan membudaya di Kendal sehingga banyak bibit-bibit atlet berkualitas untuk dilatih di PPLOPD Kendal dengan pelatih, sarana prasarana, program latihan yang mendukung pencapaian prestasi dan adanya intensif cukup besar serta bonus bagi atlet berprestasi. Cabang voli pantai juga memiliki prestasi yang baik karena sarana prasarana berstandar nasional, pelatih juga memiliki sertifikat nasional, seringnya Kendal menjadi tuan rumah untuk kejuaraan voli pantai, adanya intensif cukup besar serta bonus bagi atlet berprestasi. Berbeda dengan cabang olahraga sepakbola, voli indoor dan basket, prestasinya belum baik karena baru dirintis, sarana prasarana belum mendukung/masih meminjam lapangan, jumlah intensif atlet cenderung kecil karena olahraga kelompok sedangkan dana pembinaan sama tiap cabang

5.2 Saran-Saran

Berdasarkan simpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada Pemerintah Kabupaten Kendal

Hendaknya Pemerintah Kabupaten Kendal lebih memperhatikan terkait sarana seperti mess atlet karena letak geografis Kendal yang sangat luas dan membentang dari daerah dataran tinggi seperti Boja, Limbangan dan Sukorejo serta dataran pesisir atau kota seperti Kendal Kota, Waleri dan lain sebagainya sehingga adanya mess akan memudahkan atlet untuk meningkatkan porsi latihan dan perijinan di sekolah.

2. Kepada Disporapar Kabupaten Kendal

Hendaknya Disporapar lebih memperhatikan atlet-atlet dari cabang olahraga permainan berkelompok seperti sepakbola, basket dan voli *indoor* dengan cara memberikan bonus-bonus atas keberhasilan dalam kejuaraan sehingga motivasi atlet dapat meningkat karena tergolong masih baru berdiri tahun 2017, perbaikan sarana dan prasarana terutama olahraga sepakbola dan voli *indoor*, dan memudahkan urusan dan perijinan latihan untuk atlet.

3. Kepada Pelatih Cabang Olahraga Permainan

Perlu adanya perbaikan program latihan khususnya program mikro dengan bervariasi tiap minggunya agar atlet tidak jenuh dan pola latihan terutama pada peningkatan kondisi fisik. Selain itu, atlet perlu ditambahkan latihan teknik dasar sesuai prinsip-prinsip dasar latihan agar dalam pertandingan-pertandingan dapat memperoleh hasil yang maksimal dan prestasi yang lebih baik.

4. Kepada Atlet.

Atlet hendaknya mengikuti pelatihan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan oleh pelatih dan memperbanyak latihan mandiri selain di PPLOPD untuk meningkatkan keterampilan dalam permainan cabang olahraga permainan yang diikutinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rachim Gema. "Manajemen Kompetisi Sepakbola Sumsel Super League (SSL) Kota Palembang". *Journal Of Physical Education And Sport*. 5 (1). 2016: 8-16.
- Adiska Rani Ditya Candra. "Pembinaan Prestasi di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah". *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 5 (2).2016: 48-52.
- Agus S. Suryobroto. 2004. *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*: Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan
- Ahmad Jamalng. "Peningkatan Prestasi Olahraga Nasional Secara Dini Melalui Pusat Pembinaan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Dan Pusat Pembinaan Dan Latihan Mahasiswa (PPLM)". *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, Vol. 3, No. 2, 2014: 156-158
- Ari Tri Wiyoko. "Survei Minat Dan Sistem Pengelolaan Manajemen Suporter Sepak Bola (Braling Mania) Purbalingga Tahun 2013". *Journal of Physical Education, Sport*. Vol 3 No. 11. 2014:1426-1433.
- Asfiyani, Moch Nifkhanul. "Analisis Pembinaan Cabang Olahraga Bulutangkis Pada Klub Persatuan Bulutangkis Tri Darma Di Kabupaten Tuban". *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol. 06 No 2,2016: 484-488.
- Aszari, Anggit Dwi. "Survei Pembinaan Prestasi Klub-Klub Bulutangkis Di Kabupaten Pematang Tahun 2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*". Vo. 4, No.5 . 2015: 1783-1787.
- Djoko Pekik Irianto. 2002. *Dasar Keplatihan*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu. Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Eva Yunida. "Manajemen Pembinaan Merdeka Basketball Club (Mbbc) Pontianak Kalimantan Barat Tahun 2016". *Journal Of Physical Education And Sports Jpes* 6 (2), 2017: 125 – 132.
- Ezzeldin R ally. "*Communication Management Among Athlete And Coaches*". *European Scientific Journal* . Vol.3 No 1, 2014: 1-13.
- Harsuki. 2012. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta: Rajagrafindo
- Hasibuan. 2009. *Manajemen Dasar Pengertian Dan Masalah*. Jakarta: Bumi Aksara
- Helen Purnama Sari. "Evaluasi Program Pembinaan Atlet Pekan Olahraga Nasional Cabang Olahraga Bulu Tangkis Provinsi Sumatera Selatan". *Journal of Physical Education and Sports* Vol 6, No. 3, 2017: 261-265.
- Heri Siswanto. "Manajemen Walet Muda Futsal Akademi Kabupaten Kebumen Tahun 2012/2013". *Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreation* 4 (2), 2015: 1613-1620.

- Imam Agus Faisol. "Pembinaan Prestasi Di Sekolah Bolavoli Bima Loka Kabupaten Jember Pada Usia 16-18 Tahun". *E-Journal Ilmu Keolahragaan*, 2016: 1-7.
- Irmaya Suci. "Upaya Pemerintah Daerah dalam Pembinaan Olahraga Cabang Taekwondo di Kabupaten Polewali Mandar". *Government: Jurnal Ilmu Pemerintahan* Volume 4, Nomor 2, 2011:79-88.
- Kavussanu *et all*. "Coaching Efficacy and Coaching Effectiveness: Examining Their Predictors and Comparing Coaches' and Athletes' Reports". *The Sport Psychologist Journal*, Vol 1, No 22, 2008: 383-404.
- Kimberley J. Bartholomew, Nikos Ntoumanis, and Cecilie Thøgersen-Ntoumani. "The Controlling Interpersonal Style in a Coaching Context: Development and Initial Validation of a Psychometric Scale". *Journal of Sport & Exercise Psychology*, Vol 32, 2016:193-216.
- Khotibul Umam. "Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket Pada Kelas Khusus Olahraga (KKO) Di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman". *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. Vol 6, No 9, 2017:1-6
- Lexy J Moleong. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Penerbit PT Remaja Rosdakarya.
- Martiana Dewi. "Sistem Pembinaan Renang Anak Usia Dini Di Klub Renang Se Kabupaten Magelang Tahun 2014". *Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreation* 4 (12), 2015:2265-2269.
- Miftakhurrohman. 2015. *Pembinaan Prestasi Tim Sepak Takraw Putra Kabupaten Demak Tahun 2015*. Skripsi: Unnes
- Mokhammad Munna Khabibiyi. "Studi Tentang Manajemen Klub Sepakbola Perspa (Persatuan Sepakbola Pacitan) Tahun 2015". *Jurnal Sport Science*, Volume 4, Nomor 3, 2014: 141 -146.
- Muhajir. 2013. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Nuicos L. Kartakoullis, et all. 2013. Strategic Resource Planning For Football Clubs. *J. International Business and Entrepreneurship Development*, Vol. 7, No. 1, 013.pg: 1-21.
- Popi Sotiriadou. "Sport development planning: The Sunny Golf Club". *Sport Management Review*, 2013: 1-29.
- Rifa'i, Muhammad Dan Fadhli. 2013. *Manajemen Organisasi*. Bandung: Citapustaka Media Perintis
- Roji Dan Eva Yulianti. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan kebudayaan.
- Rusli Lutan. 2000. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Depdiknas.
- Rusniati dan Ahsanul Haq. "Perencanaan Strategis Dalam Perspektif Organisasi". *Jurnal INTEKNA*, Tahun XIV, No. 2, 2014: 102 – 209.

- Sanusi Hasibuan dkk. 2009. *Evaluasi Program Pembinaan Pusat Pendidikan dan pelatihan Olahraga Pelajar di Kalimantan Timur, Riau dan Sumatera Barat Tahun 2009*. Jakarta: Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Kemendikpora RI
- Silalahi, Ulber. 2011. *Asas-Asas Manajemen*. Bandung: Refika Aditama
- Simanjuntak, Juande Ferro. "Manajemen Pembinaan Prestasi Di Sriwijaya Football Club". *Jurnal Bina Darma*, Vol1 No.1, 2016:1-10.
- Siswanto. H.B, 2007. *Pengantar Manajemen*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung. Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. PT. Rineka Cipta
- Sulaiman, 2008. *Sepak Takraw, Pedoman Bagi Guru olahraga, Pembina, Pelatih dan Atlet*. Semarang: Unnes Press
- Toho Cholikh Mutohor dan Ali Maksum. 2007. *Sport Development Indeks: Konsep, Metodologi dan Aplikasi*. Jakarta: PT. Indeks
- Tri Aji. "Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013". *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* Volume 3. Edisi 1. 2013: 49-61.
- Undang-Undang RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional
- Vic Amber. 2009. *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Basket*. Bandung: Pionir Jaya
- Wahyu Hidayat. "Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas". *Journal of Sport Sciences and Fitness*. JSSF 4 (2), 2015: 10-15.
- Winarno dan Agus TOmi. 2005. *Dasar-Dasar Permainan Bolavoli Pantai*. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang