



**ANALISIS PERKEMBANGAN PRESTASI ATLET BULU
TANGKIS NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*)
PROVINSI JAWA TENGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata 1 Untuk Mencapai
Gelar Sarjana Olahraga Pada Universitas Negeri Semarang**

oleh
Izas Amelinda Distiana
6211416117

**JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020**

**ANALISIS PERKEMBANGAN PRESTASI ATLET BULU TANGKIS NPCI
(National Paralympic Committee Indonesia) PROVINSI JAWA TENGAH**

Izas Amelinda Distiana*, Gustiana Mega Anggita**

*Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang

**Dosen Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan
e-mail: Izasdistiana1010@gmail.com

ABSTRACT

Izas Amelinda Distiana. 2020. Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah. Skripsi Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Gustiana Mega Anggita, S. Pd. Jas., M. Or.

Olahraga sebagai media penyandang disabilitas untuk mengembangkan sebuah potensi dan bakat. Prestasi yang telah ditorehkan ini memberikan kesadaran kepada masyarakat dan instansi terkait bahwa kekurangan bukan lagi menjadi faktor penghambat bagi seseorang untuk berhasil. NPCI Provinsi Jawa Tengah adalah satu-satunya wadah keolahragaan orang berkebutuhan khusus. Bulu tangkis merupakan cabang olahraga yang sangat digemari dari berbagai kalangan termasuk para penyandang disabilitas. Para atlet penyandang disabilitas bulu tangkis dibawah binaan NPCI Provinsi Jawa Tengah setiap tahun mengalami peningkatan prestasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perkembangan prestasi atlet bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah yang ditinjau dari pembinaan prestasi, perekrutan atlet, perekrutan pelatih, program latihan dan sarana prasana.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen penelitian yang digunakan adalah pedoman wawancara dan observasi. Seubjek penelitian terdiri dari 9 responden yaitu pengurus, pelatih dan atlet. Pemeriksaan keabsahan data penelitian ini dengan triangulasi data dan triangulasi sumber. Teknik analisis data menggunakan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian: 1) Pembinaan seperti SDM yang ada dapat dikatakan masih terbilang kurang. 2) Perekrutan pelatih di NPCI Jawa Tengah dapat dikatakan kurang baik karena perekrutan pelatih baru dilaksanakan sekali dan pelatih tidak semua memiliki sertifikat standart Internasional BWF. 3) Perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah dapat di katakan baik dikarenakan perekrutan atlet melalui degradasi promosi atlet. 4) Program latihan yang diberikan mengikuti prosedur prinsip latihan yang ada, meliputi aspek fisik, teknik, ketrampilan, mental, pada frekuensi, intensitas, volume bahkan disesuaikan dengan usia dan nomor klasifikasi. 5) Sarana dan prasarana yang dimiliki oleh NPCI Jawa Tengah sudah baik karena sesuai dengan standart BWF tetapi kurang ideal dikarenakan tempat yang digunakan untuk latihan masih menyewa.

Simpulan hasil penelitian dari Study Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI Provinsi Jawa Tengah setiap tahun selalu meningkat lebih baik. Untuk keseluruhan proses pembinaan seperti SDM, perukutan pelatih kurang baik, sarana prasana dikatakan memadahi sedangkan perekrutan atlet melalui promosi degradasi atlet, program latihan dikatakan sudah cukup baik.

Kata kunci: Perkembangan prestasi, NPCI, Bulu tangkis

An Analysis of Para Badminton Athletes Development in Central Java Province

Izas Amelinda Distiana*, Gustiana Mega Anggita**

*Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang

**Dosen Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan
e-mail: Izasdistiana1010@gmail.com

ABSTRACT

Sports as a medium for people with disabilities to develop a potential and talent. This achievement has given awareness to the community and related agencies that lack is no longer a limiting factor for someone to succeed. NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) is the only sporting facility for people with special needs. Badminton is a sport that is very popular with various groups including people with disabilities. The athletes with badminton disabilities under the guidance of the NPCI in Central Java Province each year have increased performance. The purpose of this study was to determine the development of badminton athlete achievement in NPCI in Central Java Province in terms of achievement training, athlete recruitment, recruitment of trainers, training programs and infrastructure.

This type of research is descriptive qualitative. Data collection methods use observation, interviews, and documentation. The research instrument used was interview and observation guidelines. The subjects of the study consisted of 9 respondents namely administrators, trainers and athletes. Checking the validity of the data of this study with data triangulation and source triangulation. Data analysis techniques using data reduction, data presentation and conclusion drawing.

Research results: 1) Guidance such as existing human resources can be said to be somewhat lacking. 2) The recruitment of trainers at NPCI in Central Java can be said to be unfavorable. This is because the recruitment of trainers is only done once and not all trainers have BWF International standard certificates. 3) Badminton athlete recruitment at NPCI in Central Java can be said to be good. This is due to the recruitment of athletes through degradation of athlete promotions which is carried out to the maximum extent possible. 4) The training program provided also follows the existing training principle procedures, including physical, technical, skill, mental aspects, on frequency, intensity, volume and even in accordance with age and classification numbers. 5) The facilities and infrastructure owned by the Central Java NPCI are already good because they are in accordance with BWF's standards but are less than ideal because the place used for training is still renting.

Conclusions of the results of research from the Study of the Achievement of Badminton Athletes Achievement of the NPCI (National Paralympic Committee) of Central Java Province every year always improve better. For the whole coaching process such as HR is inadequate, recruitment of trainers is also less than the standard BWF certificate, and infrastructure is said to be inadequate while recruiting athletes through promotion of athlete degradation, training programs are said to be good enough.

Keywords: Performance development, NPCI, Badminton

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Izas Amelinda Distiana

NIM : 6211416117

Jurusan/Prodi : Ilmu Keolahragaan, S1

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di NPCI
(*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa
Tengah.

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

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

Semarang, 22 JUNI 2020

Yang menyatakan,


Izas Amelinda Distiana
NIM. 6211416117

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul "Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah" telah disetujui oleh Dosen pembimbing untuk diajukan sidang. Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Nama : Izas Amelinda Distiana

Nim : 6211416117

Hari :

Tanggal :

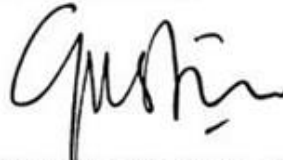
Menyetujui,

Kajur/Prodi Ilmu Keolahragaan



Sugiarto. S.Si., M.Sc. AIFM.
NIP. 198012242006041001

Dosen Pembimbing,



Gustiana Mega Anggita, S.Pd., jas., M.Or.
NIP.198808222015042003

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Izas Amelinda Distiana NIM 6211416117 Program Studi Ilmu Keolahragaan Judul Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPOI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Kamis
Tanggal : 02 Juli 2020

Panitia Ujian

Ketua



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

Bekretaris

Dr. Siti Baitul M., M. Si. Med.
NIP. 198112242003122001

Dewan Penguji

1. Drs. Hadi Setyo B., M. Kes.
NIP. 196512291968101001

(Ketua)

2. Sri Sumartiningih, S.Bi, M. Kes
NIP. 198309182005012003

(Anggota)

3. Gustiana Mega Anggita, S.Pd.Jes., M.Or
NIP. 198808222015042003

(Anggota)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Kekuatan tidak berasal dari kemampuan fisik, kekuatan datang dari kemauan yang gigih (Mahatma Gandhi).

PERSEMBAHAN :

Kupersembahkan kepada :

- ❖ Kedua orang tua saya Edi Sulaiman, Indah Widjiastuti dan saudara saya Dwiki Rama Distiawan, Fahmi Yudha Dipawaijaya yang selalu sabar memberi dukungan dan mendoakan saya sepenuh hati.
- ❖ Dian Amalia, Nur Fatimah, Lucky Jati, Dharmawan Cahya dan sahabat – sahabat kontrakan 99 yang saya sayangi yang telah mendoakan dan banyak membantu saya.
- ❖ Teman-teman seperjuangan jurusan IKOR
- ❖ Almamater Universitas Negeri Semarang

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI (*National Paralympic Committe Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Sarjana Olahraga di jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

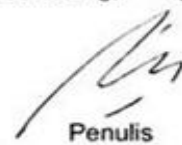
Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3. Sugiarto, S. Si., M. Sc. Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.
4. Gustiana Mega Anggita, S. Pd., Jas., M. Or. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan pengarahan dengan penuh kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu staf karyawan prodi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan informasi dan memberikan layanan demi selesainya skripsi ini.

7. Ketua NPCI Provinsi Jawa Tengah yang telah memberikan izin untuk penulis sehingga penelitian dalam skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Bapak/ibu pengurus, pelatih dan atlet bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah yang sudah membantu menjadi narasumber sehingga penelitian dalam skripsi ini bisa terselesaikan.
9. Kedua orang tua saya yang sudah membantu dan memberi motivasi selama berada di Universitas Negeri Semarang
10. Teman – teman IKOR 2016 yang sudah membantu dan memberi motivasi selama menyusun skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebut satu persatu, yang telah memberikan bantuan hingga selesainya penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah S.W.T memberikan pahala yang setimpal atas kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, April 2020



Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Fokus Masalah	5
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	5
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.5.1 Manfaat Ilmiah	6
1.5.2 Manfaat Praktis.....	6
BAB II	7
2.1 LANDASAN TEORI.....	7
2.1.1 Hakikat Olahraga	7
2.1.2 Olahraga Prestasi	7
2.1.3 Pelatih.....	14
2.1.4 Atlet	16
2.1.5 Sarana Prasarana.....	16
2.1.5.1 Prasana	17
2.1.5.2 Sarana	18
2.1.6 Program Latihan	18
2.1.6.1 Pengertian Latihan.....	18

2.1.6.2 Program Latihan	19
2.1.6.3 Periodisasi Latihan	21
2.1.6.4 Prinsip - Prinsip Latihan	23
2.1.7 Disabilitas (Difabel)	26
2.1.7.1 Jenis - Jenis Disabilitas.....	28
2.1.7.2 Penyandang Disabilitas dengan Keterbatasan Mental	34
2.1.8 NPCI (National Paralympic Committee Indonesia Provinsi Jawa Tengah .	35
2.1.8.1 Sejarah NPCI.....	36
2.1.8.2 Tujuan dan Fungsi NPCI.....	37
2.1.9 Bulu Tangkis.....	39
2.1.9.1 Program Pembinaan Bulu Tangkis.....	39
2.1.9.2 Sarana Prasana Bulu Tangkis.....	46
2.1.9.3 Peraturan Permainan Bulu Tangkis Atlet Difabel	47
2.10 Prestasi.....	47
2.2 Kerangka Konseptual.....	48
BAB III	50
Metode Penelitian	50
3.1 Penelitian.....	50
3.2 Lokasi dan Sasaran Penelitian.....	50
3.3. Instrumen dan Metode Pengumpulan Data	50
3.3.1 Observasi	51
3.3.2 Wawancara.....	51
3.3.3 Dokumentasi.....	52
3.3 Pemeriksaan Keabsahan Data	53
3.3.1 Pengujian Kepercayaan	54
3.3.2 Pengujian Keteralihan.....	54
3.3.3 Pengujian Ketergantungan.....	55
3.3.4 Pengujian Kepastian	55
3.4. Pengumpulan Data	55
3.4.1 Reduksi Data	56
3.4.2 Penyajian Data	56
3.4.3 Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi.....	56
BAB IV.....	57

Hasil Penelitian dan Pembahasan	57
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	57
4.2 Hasil Penelitian	58
4.2.1 Pembinaan Prestasi.....	58
4.2.1.1 Pemasalan.....	59
4.2.1.2 Pembibitan.....	60
4.2.1.3 Pembinaan.....	61
4.2.2 Perekrutan Pelatih	62
4.2.3 Perekrutan Atlet	64
4.2.4 Program Latihan	66
4.2.4.1 Perencanaan Program Latihan	67
4.2.4.2 Pelaksanaan Program Latihan	68
4.2.5 Sarana Prasana.....	68
4.3 Pembahasan.....	71
4.3.1 Pembinaan Prestasi.....	72
4.3.1.1 Proses Pemasalan, Pembibitan dan Pembinaan.....	72
4.3.1.2 Metode Pembinaan.....	74
4.3.1.3 Faktor yang Menghambat Proses Pembinaan	75
4.3.1.4 Peran Pengurus Dalam Pembinaan.....	75
4.3.1.5 Target Khusus Dalam Pembinaan	76
4.3.1.6 Prestasi yang Diraih NPCI Cabor Bulu Tangkis.....	77
4.3.1.7 Tenaga Keolahragaan Khusus.....	79
4.3.2 Perekrutan Pelatih.....	79
4.3.2.1 Rekrutmen Pelatih	79
4.3.2.2 Syarat Pelatih	80
4.3.2.3 Jumlah Pelatih	81
4.3.2.4 Keahlian dan Kualitas Pelatih.....	81
4.3.2.5 Evaluasi Kinerja Pelatih	82
4.3.2.6 Strategi dan Metode Pelatih.....	82
4.3.2.7 Promosi Degradasi Pelatih.....	82
4.3.2.8 Sertifikasi Pelatih	82
4.3.3 Perekrutan Atlet	86
4.3.3.1 Pedoman Perekrutan Atlet.....	86

4.3.3.2 Syarat Atlet	86
4.3.3.3 Klasifikasi Atlet Bulu Tangkis	87
4.3.3.4 Promosi Degradasi Atlet	89
4.3.3.5 Nama Atlet	91
4.3.4 Program Latihan	92
4.3.4.1 Perencanaan Program Latihan	94
4.3.4.2 Pelaksanaan Program Latihan	96
4.3.4.3 Kendala Program Latihan	96
4.3.4 Sarana Prasana	96
4.3.4.1 Pengadaan Sarana Prasana	96
4.3.4.2 Kelengkapan Sarana Prasana	97
4.3.4.3 Keadaan Sarana Prasana	97
4.3.3.4. Kualitas Sarana Prasana	97
BAB V	103
5.1 Simpulan	103
5.2. Saran	104
DAFTAR PUSTAKA	105

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1 Pengelompokan Jenis Tunanetra.....	28
Tabel 2.2 Tingkat pendengaran tuna rungu	29
Tabel 2.3 Pengelompokan Jenis Amputasi	30
Tabel 2.4 Klasifikasi ISOD (<i>International Organization of the Disable</i>).....	30
Tabel 2.5 Pengelompokan Jenis Paraplegia.....	31
Tabel 2.6 Pengelompokan Jenis <i>Cerebral Palsy</i>	33
Tabel 2.7 Klasifikasi tuna grahita	35
Tabel 4.1 Daftar Atlet <i>The 3rd Asian Para Games Tahun 2018</i>	77
Tabel 4.2 Daftar Prestasi Atlet <i>The 3rd Asian Para Games Tahun 2018</i>	77
Tabel 4.3 Daftar prestasi atlet pada event Internasional	77
Tabel 4.4 Daftar Atlet Asean Para Games Filipina Tahun 2020	77
Tabel 4.5 Klasifikasi Postur Pendek.....	88
Tabel 4.6 Nomor Pertandingan	88
Tabel 4.7 Daftar Atlet Parabadminton Promosi Degradasi.....	89
Tabel 4.8 Daftar Atlet Para Badminton setelah PJP Tahun 2019-2020.....	91
Tabel 4.9 Program daya tahan klasifikasi standing ASEAN PARAGAMES	93
Tabel 4.10 program latihan weight training maintaince Suryo Nugroho.....	93
Tabel 4.11 program latihan weight training maintaince Supriadi	94

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Piramida Pembinaan Olahraga Prestasi.....	10
Gambar 2.2. Lapangan Bulu Tangkis.....	45
Gambar 3.3 Triangulasi sumber.....	54
Gambar 4.1 RAKERDA di Alana Hotel Solo.....	76
Gambar 4.2 Pelatihan Pelatih Olahraga Disabilitas NPCI Jawa Tengah	82
Gambar 4.3 Pelatihan Pelatih Tingkat Lanjut	83
Gambar 4.4 Pelatihan classifier kepada pelatih untuk menyeleksi atlet menurut nomor klasifikasinya	83
Gambar 4.5 degradasi atlet dan perpindahan atlet	84
Gambar 4.6 pelatihan penanganan cedera olahraga	85
Gambar 4.7 contoh lapangan	99
Gambar 4.8 Lapangan Klasifikasi Wheel Chair.....	100
Gambar 4.9 lapangan Klasifikasi Standing	100
Gambar 4.10 Kursi Roda	101
Gambar 4.11 Sarung tangan atlet wheel chair	101
Gambar 4.12 Raket dan Shuttle Kok.....	102
Gambar 4.13 Alat Bantu Jalan	102

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Pembimbing	108
Lampiran 2 SK Dosen Pembimbing	119
Lampiran 3 Permohonan Izin Observasi	110
Lampiran 4 Permohonan Izin Penelitian	111
Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian	112
Lampiran 6 Lembar Pengesahan Validator 1	113
Lampiran 7 Lembar Pengesahan Validator 2	115
Lampiran 8 Pedoman Wawancara	132
Lampiran 9 Reduksi Data	135
Lampiran 10 Rekap Hasil Wawancara	138
Wawancara dengan pengurus	138
Wawancara dengan atlet wheel chair dan standing	151
Wawancara dengan pelatih	165
Lampiran 11 Sertifikat Pelatih	177
Lampiran 12 Lembar Validasi Responden	179
Lampiran 13 Foto – Foto.....	190
Gambar 1 . Observasi.....	190
Gambar 2. Wawancara dengan Atlet Standing	191
Gambar 3. Wawancara dengan Atlet Wheel Chair.....	193
Gambar 4. Wawancara dengan Pengurus	194
Gambar 5. Wawancara dengan Pelatih	195
Gambar 6 Prestasi Atlet.....	197
Gambar 7. Sarana Prasana	198
Gambar 8.Program Latihan	201
Gambar 9. Perioderisasi Latihan Asean Para Games.....	209
Gambar 10. Program Kerja NPCI Provinsi Jawa Tengah 2019.....	121
Gambar 11. Program Kerja NPCI Provinsi Jawa Tengah 2020.....	122

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia dilahirkan di dunia berbeda beda mulai dari jenis kelamin maupun dengan kondisi fisik, manusia yang lahir di dunia tidak semuanya memiliki fisik yang lengkap kadangkala ada manusia yang terlahir di dunia dengan kondisi fisik yang kurang atau tidak normal (Cohen & Houtrow, 2019). Adapula manusia yang yang diciptakan sempurna tetapi mengalami musibah hingga kehilangan anggota tubuhnya. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 19 Tahun 2011 tentang Pengesahan *Convention on the Rights of Person with Disabilities* (Konvensi mengenai Hak-hak Penyandang Disabilitas) tidak lagi menggunakan istilah penyandang cacat, diganti dengan penyandang disabilitas atau difabel.

Menurut pasal 1 ayat (1) Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang penyandang disabilitas adalah orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau sensorik dalam jangka waktu lama, dimana ketika berhadapan dengan berbagai hambatan, hal ini dapat menyulitkannya untuk berpartisipasi penuh dan efektif dalam masyarakat berdasarkan kesamaan hak. Maka kondisi tubuh tidak lengkap atau disabilitas bukan berarti terjebak dalam keterpurukan. Ada beberapa cara individu disabilitas agar tidak terjebak dalam keterpurukan dan tetap sehat aktif agar mendapatkan standar kehidupan yang memadai. Individu yang mengalami disabilitas pada umumnya sama seperti individu yang lain dapat memfokuskan pada berbagai hal yang bisa dilakukan disabilitas dan tidak bergelut dengan keterbatasan yang dimiliki, tubuh sehat dan produktif bukan hal yang tidak mungkin untuk dicapai.

Pengertian sehat menurut Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Sementara definisi sehat menurut WHO adalah keadaan sehat jasmani, rohani (mental), dan sosial yang bukan hanya bebas dari penyakit, cacat, dan kelemahan. Maka semua individu memiliki hak asasi yang

mendasar bagi setiap orang dalam mendapatkannya tanpa terkecuali bagi penyandang disabilitas. Untuk tetap sehat dilakukan upaya secara menyeluruh dan terpadu, dengan cara meningkatkan kesadaran dan kemampuan kemampuan agar terwujud derajat kesehatan yang tinggi oleh difabel.

Memperoleh pendidikan, kesempatan kerja dan pengembangan ekonomi, menggunakan fasilitas umum, berkomunikasi dan mendapatkan informasi, perlindungan hukum, peran politik, jaminan sosial dan kesehatan serta pengembangan budaya tidak akan pernah mereka dapatkan sebagaimana mestinya inilah hak yang harus didapatkan oleh para penyandang disabilitas. Bahkan mendapatkan pekerjaan yang layak sesuai dengan kecacatannya adalah hak para penyandang disabilitas. Undang-Undang Republik Indonesia pasal 67 Nomor 13 Tahun 2013 tentang Ketenagakerjaan menegaskan bahwa pengusaha yang memperkerjakan penyandang disabilitas wajib memberikan perlindungan yang sesuai dengan tingkat kecacatannya.

Selain itu untuk mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki penyandang disabilitas dapat menggunakan media olahraga, mengingat setiap manusia selain mempunyai kekurangan juga mempunyai kelebihan, kemampuan, dan keunikan tersendiri. Pilihan sebagai atlet bagi para penyandang difabel memang dapat dimaklumi karena dengan media olahraga para penyandang difabel dapat membuktikan bahwa dirinya mampu berkompetisi dan meraih prestasi. Kegiatan olahraga tidak membutuhkan banyak persyaratan dan setiap orang berhak mengikuti termasuk para penyandang difabel. Media olahraga akan sangat membantu para penyandang difabel dalam mengeksplorasi bakat keolahragaan yang terpendam dan kemampuan yang dimiliki, sehingga mereka mampu mengaktualisasikan dirinya. Keberhasilan aktualisasi diri seorang atlet dapat dilihat pada prestasi-prestasi yang telah dicapainya.

Semakin berkembangnya olahraga bagi penyandang disabilitas, maka semakin besar peluang para penyandang difabel untuk memperoleh prestasi dibidang olahraga. Prestasi yang ditorehkan oleh penyandang disabilitas melalui bidang olahraga memang cukup menarik untuk dikaji dan dicermati. Banyak kalangan mulai dari instansi terkait, pemerhati olahraga sampai

masyarakat umum menaruh perhatian pada torehan prestasi para disabilitas prestasi yang telah ditorehkan ini memberikan kesadaran kepada masyarakat dan instansi terkait bahwa kekurangan bukan lagi menjadi faktor penghambat bagi seseorang untuk berhasil. Mereka juga membuktikan bahwa dirinya adalah orang-orang yang pantas diperhitungkan potensinya di masyarakat. Hal tersebut tentu tidak dapat terlepas dari berbagai pihak, terutama pihak yang secara langsung membina atlet penyandang disabilitas.

Di Indonesia sendiri perkembangan olahraga berjalan dengan sangat pesat dan olahraga juga merupakan salah satu alat penunjang prestasi untuk kemajuan bangsa, sehingga mengangkat nama baik bangsa. Di dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional mengenai pembinaan dan mengembangkan olahraga didalam Bab VII pasal 21 menyatakan “pemerintah melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga melalui penetapan kebijakan, penataran atau pelatihan, koordinasi, konsultasi, komunikasi, penyuluhan, pembimbingan masyarakat, perintisan penelitian, uji coba, kompetisi, bantuan pemudahan perizinan, dan pengawasan. Oleh karena itu pembinaan dan dukungan kepada atlet penyandang difabel, akan menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, dan harga diri. Peran instansi terkait juga terlihat dari adanya suatu wadah pembinaan bagi atlet penyandang disabilitas yang bernama NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah.

Jawa Tengah merupakan salah satu provinsi yang mempunyai perhatian khusus kepada para penyandang disabilitas, berbagai upaya dilakukan untuk memberikan pelayanan yang baik bagi kaum difabel, antara lain melalui adanya suatu wadah pembinaan prestasi bagi kaum difabel, hal ini terbukti dengan adanya NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah. Melalui lembaga atau instansi seperti *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Provinsi Jawa Tengah, para penyandang disabilitas yang pada mulanya dianggap kurang bisa berkontribusi bagi lingkungan sekitar, namun sejak adanya NPCI Provinsi Jawa tengah atlet penyandang disabilitas mampu memberikan kontribusi bagi

lingkungan, termasuk kontribusi untuk negara melalui prestasi-prestasi yang diraih dalam berbagai ajang kejuaraan olahraga khusus disabilitas.

Semakin berkembangnya ajang olahraga bagi atlet penyandang disabilitas seperti *ASEAN PARA GAMES* dan *ASIAN PARA GAMES* serta partisipasi Indonesia dalam ajang olahraga tersebut. Ajang olahraga tersebut diikuti oleh negara-negara di Benua Asia yang mempertandingkan beberapa cabang olahraga yaitu atletik, bulutangkis, angkat berat, catur, *goal ball*, renang, *laon ball*, tanpin bouwling, *bocia*, *para cycling*, menembak, voli duduk, anggar, basket korsiroda, panahan, tenis meja, tenis lapangan, judo tunanetra.

NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah merupakan salah satu daerah yang banyak memberikan kontribusi dalam keikutsertaan atlet untuk mewakili Indonesia pada ajang tersebut. Banyak prestasi yang di peroleh oleh atlet dari perwakilan NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah pada ajang tersebut khususnya dari cabang olahraga bulu tangkis.

Bulutangkis merupakan cabang olahraga yang sangat digemari di Indonesia, baik oleh kalangan ekonomi atas sampai bawah, laki-laki, perempuan, anak-anak, bahkan orang yang sudah tergolong lansia juga masih banyak yang bermain bulutangkis dengan bermacam-macam tujuan seperti untuk rekreasi atau hiburan, menjaga kebugaran dan kesehatan sampai tujuan olahraga prestasi. Bulutangkis termasuk olahraga yang kompetitif yang memerlukan gerakan eksplosif, banyak gerakan berlari, meloncat, refleks, kecepatan merubah arah dan juga membutuhkan koordinasi mata, tangan dan kaki yang baik.

Para altet difabel dalam cabor bulu tangkis kini setiap tahunnya semakin banyak mendapatkan kejuaraan, entah dari kejuaraan Peparnas, Kejurprov, Kerjurnas bahkan kejuaraan tingkat internasional. Sering kali cabor bulu tangkis sebagai cabor andalan. Bahkan delapan atlet difabel bulu tangkis Indonesia di bawah payung National Paralympic Committee Indonesia (NPCI), yang saat mengikuti kejuaraan bulutangkis 5th Turkish Para-Badminton International-Eenercup 2019 mendapatkan kemenangan.

Para atlet difabel bulu tangkis Indonesia memiliki progres paling menjanjikan dalam beberapa waktu terakhir. Setelah tampil menjanjikan di ASEAN PARAGAMES kembali mengukir prestasi di ajang kualifikasi Paralimpiade 2020. Sedangkan untuk Jawa tengah mempunyai beberapa atlet difabel yang berbakat contohnya Surya Nugroho yang memperoleh 1 medali emas dan 2 perak saat ASEAN PARAGAMES 2018.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Analisis Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.

1.2 Fokus masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas maka dapat diambil fokus masalah penelitian yaitu “Bagaimana Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1 Bagaimana sistem pembinaan atlet bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah?
- 1.3.2. Bagaimana perekrutan pelatih bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah?
- 1.3.3. Bagaimana perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah?
- 1.3.4. Bagaimana sarana dan prasarana bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah?
- 1.3.5. Bagaimana program latihan cabang olahraga bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah?

1.4. Tujuan Penelitian

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

- 1.4.1. Mengetahui sistem pembinaan atlet bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.

- 1.4.2 Mengetahui perekrutan pelatih bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.
- 1.4.3 Mengetahui perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.
- 1.4.4 Mengetahui sarana dan prasarana bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.
- 1.4.5 Mengetahui program latihan cabang olahraga bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Untuk Ilmiah

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan menambah ilmu pengetahuan serta sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya yang menyangkut tentang penyandang disabilitas dan peningkatan prestasi diri melalui keterbatasan kondisi yang dimiliki.

2. Manfaat Untuk Peneliti

Sebagai bahan pertimbangan antara ilmu yang didapatkan peneliti dibangku kuliah dan kenyataan di lapangan serta menambah pengalaman dan wawasan peneliti tentang isu penyandang difabel.

3. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan serta bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan dalam menangani persoalan atau permasalahan penyandang disabilitas.

Bab II

Kajian Teori

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Hakikat Olahraga

Setiap manusia memiliki kebutuhan hidup yang tidak bisa ditinggalkan yaitu olahraga, dan harus dilaksanakan secara berulang-ulang agar dapat terpelihara kesehatannya baik dalam pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial. Masyarakat mulai memahami akan pentingnya menjaga kesehatan jasmani melalui kegiatan olahraga sesuai dengan kemampuan, kesenangan dan kemampuan.

Aktivitas olahraga tidak ada unsur perbedaan ras, golongan, agama, status ekonomi, jenis kelamin, usia, semuanya dapat berolahraga sesuai dengan tujuan yang ingin dicapainya. Olahraga dan berolahraga merupakan hak asasi setiap orang tanpa membedakan ras, agama, kelas sosial, maupun jenis kelamin. Oleh sebab itu Komite Olahraga Internasional (IOC) sejak tahun 1983 telah mempromosikan program yang disebut dengan *Sport for All*, olahraga bagi seluruh masyarakat. Program ini bertujuan mendorong terwujudnya suatu kondisi dimana aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat, tanpa mengenal batas usia, pembedaan jenis kelamin, maupun perbedaan kondisi sosial ekonomi. Di harapkan melalui program olahraga untuk masyarakat akan lebih menyebarluaskan manfaat kesehatan dan sosial yang bisa diperoleh oleh semua anggota masyarakat melalui aktivitas fisik secara teratur (Seogiyanto, 2013)

2.1.2 Olahraga Prestasi

Olahraga prestasi menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I pasal 1 adalah “membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga”. Pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga (Syafuruddin, 2012)

Menghadapi kompetisi, pertandingan, perlombaan mulai dari tingkat yang paling rendah sampai ke tingkat internasional adalah bagian dalam pembinaan cabang olahraga. Upaya mencapai sebuah prestasi para atlet difabel harus meningkatkan kemampuan, bakat dan potensi olahragawan agar meningkatkan harkat dan martabat bangsa.

Menurut Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (2006) “prestasi bisa tercapai, apabila memenuhi beberapa komponen seperti: atlet potensial, selanjutnya dibina dan diarahkan oleh sang pelatih”. Untuk memenuhi sarana dan prasarana latihan dan kebutuhan kesejahteraan pelatih dan atlet perlu perhatian dari pembina/pengurus induk cabang olahraga. Berdasarkan definisi di atas, pembinaan olahraga prestasi adalah proses pengembangan dan pemanduan bakat olahragawan secara sistematis dan terencana didukung oleh sumber daya manusia dan ilmu pengetahuan yang baik untuk mencapai tujuan yaitu prestasi olahraga. Pembinaan olahraga prestasi dilakukan sesuai dengan jenjang dan tingkat kompetensi yang dicapai atlet, hal itu dilakukan melalui pemassalan, pemantauan, dan pengembangan bakat atlet melalui instansi ataupun melalui organisasi olahraga.

Dalam sebuah kejuaraan atletlah yang menjadi ujung tombak sebuah pencapaian prestasi ini dikarenakan atletlah yang berjuang membawa nama baik organisasi, sehingga atlet membutuhkan dukungan penuh dari segala elemen baik itu dari pelatih, manajemen, dan masyarakat agar mendapatkan prestasi yang tinggi. Begitu pula pada cabang olahraga di dalam NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) yang mana di ketahui bahwa atlet-atlet dalam NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) adalah mereka yang mempunyai kekurangan sehingga membutuhkan dukungan dari masyarakat agar dapat mengangkat mental mereka sehingga dapat berjuang secara maksimal dan mendapatkan prestasi yang tinggi.

Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah, menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi menurut (Djoko Pekik Irianto, 2002)

1) Pemassalan

Pemassalan merupakan suatu upaya untuk mengikutsertakan seluruh lapisan masyarakat dengan sasaran melibatkan semua kelompok umur. Pemassalan adalah mempolakan keterampilan dan kesegaran jasmani secara multilateral dan spesialisasi (Furqon, 2002). Kaitannya dengan olahraga prestasi tujuan pemassalan olahraga yang dilaksanakan antara lain agar masyarakat menyadari pentingnya olahraga prestasi, sehingga akan memunculkan bibit-bibit atlet yang baik. Tujuan pemassalan adalah “melibatkan atlet sebanyak-banyaknya sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi olahraga” (Furqon, 2002). Memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat merupakan bentuk upaya dalam melakukan pemassalan olahraga. Dalam olahraga prestasi, pemassalan seharusnya dimulai pada usia dini.

2) Pembibitan

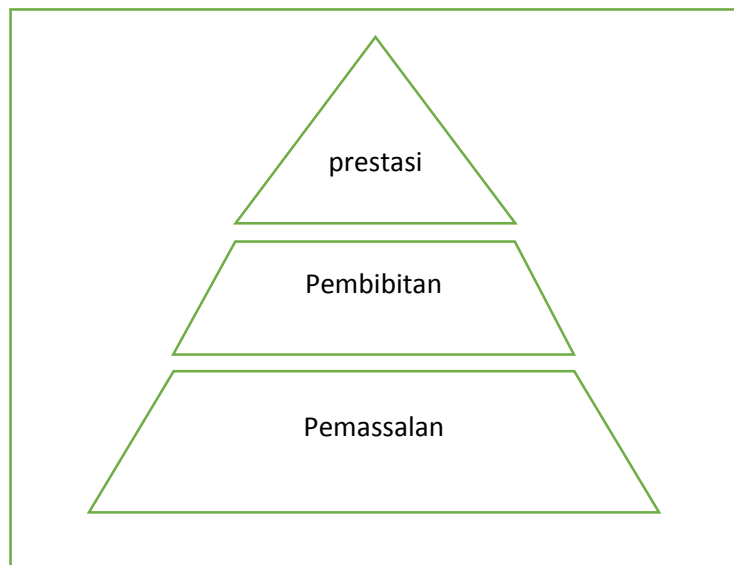
Pembibitan adalah upaya yang diterapkan untuk menjaring atlet berbakat dalam olahraga prestasi, yang diteliti secara terarah dan intensif melalui orangtua, guru, dan pelatih pada suatu cabang olahraga. Hal ini dilakukan guna menyediakan calon atlet berbakat dalam berbagai cabang olahraga prestasi, sehingga dapat dilanjutkan dengan pembinaan yang lebih intensif, dengan sistem yang lebih inovatif dan mampu memanfaatkan hasil riset ilmiah serta perangkat teknologi modern. Pembibitan itu sendiri dilaksanakan secara terarah dan intensif melalui guru olahraga, pelatih, dan orangtua berperan penting dalam persiapan ini.

Bibit-bibit atlet yang baik mempunyai pengaruh terhadap pencapaian prestasi. Bibit atlet yang baik dan berbakat, maka akan lebih mudah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki sampai pada batas kemampuan maksimal. Pengertian Pembibitan atlet menurut M Furqon (2002) 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”. Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pembibitan merupakan usaha untuk mendapatkan atlet yang baik dan berbakat. Dimana atlet yang berbakat tersebut nantinya dibina untuk pencapaian prestasi yang setinggi-tingginya.

Menurut Cholik (1994) yang dikutip Djoko Pekik Irianto (2002) ada beberapa indikator penting yang perlu diperhatikan sebagai kriteria untuk mengidentifikasi dan menyeleksi bibit atlet berbakat secara obyektif antara lain :

- 1) Kesehatan (pemeriksaan medik, khususnya cardirespirasi dan sistem otot syaraf)
- 2) Antropometri (tinggi dan berat badan, ukuran bagian tubuh, lemak tubuh)
- 3) Kemampuan fisik (speed power, koordinasi, Vo_2 max)
- 4) Kemampuan psikologis (sikap, motivasi, daya toleransi)
- 5) Lama latihan yang telah diikuti sebelumnya dan adakah peluang untuk dapat dikembangkan.
- 6) Keturunan
- 7) Maturasi

Di bawah ini adalah gambar piramida olahraga prestasi:



Gambar 2.1 Sistem Piramida Pembinaan Olahraga Prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002)

Pembibitan dapat dilakukan dengan melaksanakan identifikasi bakat (*talent identification*) kemudian dilanjutkan dengan tahap pengembangan bakat (*talent development*). Cara seperti ini diharapkan menjadikan proses pembibitan akan lebih baik menurut (Wibisono, 2011).

3) Pemanduan Bakat

Pemanduan bakat yaitu usaha yang dilakukan untuk memperkirakan peluang seorang atlet yang berbakat untuk dapat berhasil dalam menjalani program latihan, sehingga mampu mencapai prestasi puncak. Tujuannya adalah guna memperkirakan seberapa besar bakat seseorang untuk dapat berpeluang dalam menjalani program latihan sehingga mampu mencapai puncak prestasi. Prinsip pemanduan bakat dapat melalui seleksi khusus dari cabang olahraga yang bersangkutan, kompetisi khusus, ataupun pekan olahraga. Kemudian atlet tersebut akan dites secara fisik, keterampilan, maupun psikis. Langkah-langkah pemanduan bakat atlet dapat dilakukan sebagai berikut:

- 1) Melakukan suatu analisis yang lengkap terhadap baik faktor fisik, maupun mental sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang diminati.
- 2) Melakukan seleksi umum dan khusus dengan menggunakan instrumen (alat ukur) dari cabang olahraga yang bersangkutan.
- 3) Melakukan seleksi berdasarkan karakteristik antropometrik dan kemampuan fisik, serta disesuaikan dengan tahapan perkembangan fisiknya.
- 4) Melakukan evaluasi berdasarkan data yang komprehensif (menyeluruh) dengan memperhatikan sikap anak terhadap olahraga baik didalam sekolah maupun di luar sekolah, partisipasi olahraga diluar sekolah, keunggulan atau ciri-ciri prestasi yang unik.

Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah, menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002).

4) Pembinaan

Setelah melalui tahapan pemassalan, pembibitan, dan pemanduan bakat, maka atlet tersebut akan masuk kedalam tahap pembinaan. Dalam tahap pembinaan ini, latihan dari cabang olahraga spesialisasi harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan atlet. Perhatian harus difokuskan pada kelompok otot, kelentukan persendian, stabilitas, dan penggiatan anggota tubuh,

dalam kaitannya dengan persyaratannya cabang olahraga spesialisasi, serta pengembangan kemampuan fungsional dan morfologis sampai tingkat tertinggi yang akan diperlukan untuk membangun tingkat keterampilan teknik dan taktik yang tinggi secara efisien.

Pembinaan adalah usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang lebih baik. Para ahli olahraga seluruh dunia sependapat perlunya tahap-tahap pembinaan untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan dan pencapaian prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002). Mencetak atlet potensial tidak bisa dilakukan dengan cara instan, pembinaan berjenjang, kompetisi rutin, pemberian jam terbang, ketersediaan dana pembinaan, fasilitas serta perhatian dari pemerintah menjadi faktor yang penting dalam upaya melahirkan bibit-bibit atlet (Wibisono, 2011).

5) Sistem Pelatihan

Tujuan utama dari latihan atau *training* dalam olahraga adalah meningkatkan keterampilan dan prestasi para olahragawan semaksimal mungkin. Tugas utama seorang pelatih adalah membantu atlet untuk meningkatkan prestasinya setinggi mungkin. Atlet menjadi juara adalah hasil konvergensi antara atlet berbakat dan proses pembinaan yang benar dengan perbandingan sumbangan atlet 60% dan proses pembinaan 40%. Atlet juara lahir dan dibuat. Sedangkan untuk mencapai tujuan tersebut ada 4 aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama, yaitu:

- 1) Aspek teknik untuk mempermahir keterampilan teknik-teknik gerakan spesialisasi masing-masing cabang olahraga,
- 2) Aspek taktik untuk menumbuhkan perkembangan daya tafsir dan kemampuan berpikir taktis dari para atlet,
- 3) Aspek fisik untuk mempersiapkan fisik menghadapi stres-stres fisik dalam latihan dan pertandingan,
- 4) Aspek mental, latihan mental lebih menekankan pada perkembangan kedewasaan atlet serta perkembangan emosional implusif, misalnya motivasi berlatih, semangat bertanding, dan sikap pantang menyerah.

6) Dukungan

Dukungan ini dapat melalui sarana dan prasarana, departemen/instansi terkait, dan dana. Dukungan melalui sarana dan prasarana yaitu memanfaatkan secara optimal sarana dan prasarana yang telah ada dan melengkapi kebutuhan latihan serta pertandingan/perlombaan seluruh cabang olahraga yang diprioritaskan. Usaha mencapai prestasi merupakan usaha yang multikomplek yang melibatkan banyak faktor baik internal maupun eksternal, kualitas latihan merupakan penopang utama tercapainya prestasi olahraga, sedangkan kualitas latihan itu sendiri ditopang oleh faktor internal dan faktor eksternal seperti kebijakan, pendanaan dan sarana prasarana (Djoko Pekik Irianto, 2002).

7) Metode Latihan

Metode merupakan cara-cara yang dilakukan untuk mendukung terlaksananya pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi. Metode yang digunakan tersebut antara lain melalui pemusatan latihan yang didalamnya terdapat sistem-sistem pembinaan kepada atlet dan juga program-program latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan atlet baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental.

8) Pelatih

Pelatih memiliki tugas yang cukup berat yakni membantu atlet untuk mencapai kesempurnaannya. Maksudnya menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Sehingga jika ada seorang atlet menjadi juara dalam berbagai even, namun perilaku sehari-hari tidak sesuai dengan norma agama dan norma kehidupan masyarakatnya, maka hal tersebut merupakan salah satu kegagalan seorang *coach* dalam bertugas. Peran yang harus diemban oleh pelatih cukup berat dan sangat beragam, berbagai peran harus mampu dikerjakannya dengan baik (Djoko Pekik Irianto, 2002).

Mempersiapkan dan mencetak Tenaga keolahragaan yang terampil dan professional dibidang cabang olahraga keolahragaan seperti disebutkan dalam UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 1 pasal 1 ayat 9 , tenaga keolahragaan adalah setiap orang yang memiliki kualifikasi dan sertifikasi kompetensi dalam bidang olahraga. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab 1 pasal 1 ayat

9, yang didalamnya terdapat pelatih, wasit, guru, manajer, instruktur dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya.

Pelatih adalah tokoh sentral dalam proses pelatihan olahraga. Dengan pelatih yang memiliki kecerdasan dan kepiawaian dalam melatih maka prestasi akan mudah untuk dicapai. Pelatih adalah seseorang yang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina dan mengarahkan atlet terpilih berbakat untuk merealisasikan prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (KONI tentang Proyek Garuda Emas, 1998: B-16).

2.1.3 Pelatih

Suatu cabang olahraga untuk mendapatkan prestasi yang lebih baik tidak terlepas dari peran seorang pelatih. Seorang pelatih seringkali dicitrakan sebagai seseorang pendidik, ilmuwan, organisator dan manager yang baik. Pelatih adalah sosok yang penting artinya bagi setiap atlet, oleh karena tanpa bimbingan seorang pelatih prestasi yang tinggi akan sukar dicapai menurut (Harsono, 2017b). Maka seorang pelatih memiliki peran penting oleh atletnya. Seorang pelatih memiliki tugas yang lebih luas daripada sekedar dilapangan saja melainkan seorang guru, pendidik, orang tua dan teman sejati, karena seorang pelatih mencerminkan seseorang manusia yang bagaimana tumbuh kembang dibawah asuhannya.

Jadi tugas utama seorang pelatih ialah meningkatkan prestasi atlet semaksimal mungkin menurut (Harsono, 2017). Guna mewujudkan tugas tersebut Seorang pelatih harus mampu membuat susunan program latihan. Tak lupa seorang pelatih harus mengetahui karakteristik pemain atau atlet yang dibina. Dapat dikatakan seorang pemimpin harus memahami pribadi setiap anggota tim, karena dengan begitu atlet akan merasa dihargai dan diperhatikan (KEMENPORA, 2011). Sehingga dalam proses latihan mempunyai tujuan atau sasaran yang hendak dicapai.

A. Tugas dan peran pelatih :

- 1) Menciptakan komunikasi yang sebaik-baiknya antara pelatih dengan atlet,
- 2) Bagaimanapun hebatnya seorang pelatih tidak akan dapat membina atlet dengan baik apabila tidak ada kesediaan psikologik dari atlet untuk mendengarkan dan menerima petunjuk-petunjuk dari pelatihnya. Interaksi edukatif perlu diciptakan

oleh pelatih, yaitu interaksi antara pelatih dan atlet dan antara sesama atlet yang didasarkan atas nilai-nilai pendidikan, yaitu antara lain rasa keakraban, keterbukaan, penuh kasih sayang, kesediaan untuk dikoreksi, menerima saran-saran dan sebagainya, yang semua itu didasarkan atas sikap-sikap positif-konstruktif.

3) Memahami watak, sifat-sifat, kebutuhan dan minat. Atlet sebagaimana dikatakan Dewey (1964) dalam Hadi (2011) keberhasilan pendidikan juga akan ditentukan oleh seberapa jauh kita memperhatikan minat, kebutuhan dan kemampuan yang harus dikembangkan dari subyek didik.

4) Pelatih harus mampu menjadi motivator. Pelatih harus mampu menjadi motivator yang baik, dengan kemampuan pelatih membangkitkan motivasi atlet akan meningkatkan kepercayaan diri atlet, adanya kepercayaan diri ini memungkinkan atlet meraih prestasi optimal.

5) Membantu atlet dalam memecahkan problema-problema yang dihadapi, pelatih harus mampu membantu memecahkan problema yang dihadapi atlet baik problema dalam latihan dan pertandingan, maupun problema dalam keluarga, sekolah ataupun pekerjaan.

B. Yang perlu diperhatikan pelatih ketika ia membina atletnya menurut (Harsono, 2017) yaitu:

1. Perilaku
2. Kepemimpinan
3. Sikap
4. Pengetahuan dan ketrampilan
5. Imajinasi
6. Ketegasan dan keberanian
7. Humor
8. Kebugaran
9. Pendewasaan atlet
10. Kegimbaraan berlatih
11. Harga wasit
12. Harga tamu

13. Pujian dan hukuman
14. Perhatian pelatih
15. Perhatian pribadi
16. Berfikir positif
17. Berbahasa yang baik dan benar
18. Siap mental

Adapun tipe – tipe pelatih menurut Harsono (2017) (dalam Tutko dan Richard, 1975) :

1. Authorithan coach (Pelatih otoriter)
2. Nice guy coach (pelatih yang baik hati)
3. Intens atau driven coach (pelatih pemacu)
4. Easy going coach (pelatih yang santai)
5. Business-like coach (pelatih tipe bisnis)

Pelatih merupakan manusia model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak didiknya terutama atlet-atlet junior atau pemula, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Adanya contoh positif dari pelatih akan membantu atlet dalam pembentukan karakter dan mental. Pelatih tak hanya membantu meningkatkan prestasi atlet saja tetapi pealtih mengembangkan segi moral dan mental atletnya.

2.1.4 Atlet

Atlet adalah Individu yang memiliki keunikan dan memiliki bakat tersendiri lalu pola perilaku dan juga keperibadia tersendiri serta memiliki latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya Rusdianto (dalam Saputro et al., 2013). Individu yang terlibat dalam atkivitas olahraga dengan memiliki prestasi di bidang olahraga tersebut dapat dikatakan bahwa individu itulah yang dimaksud dengan atlet. Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa atlet adalah individu yang terlatih, memiliki keunikan, dan juga memiliki bakat dalam bidang olahraga yang terlatih dalam cabang olahraga.

2.1.5 Sarana Prasarana

Pencapaian yang maksimal dalam pembinaan yang baik dan prestasi didukung dengan prasarana dan sarana berkuantitas dan berkualitas guna untuk memenuhi beberapa 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.

Sarana prasarana olahraga adalah segala sesuatu yang diperlukan demi terlaksananya kegiatan olahraga baik bersifat bangunan, lapangan, dan peralatan. Sarana dan prasarana olahraga salah satunya digunakan dalam pembinaan olahraga prestasi, dengan adanya sarana dan prasarana yang lengkap maka pembinaan olahraga prestasi akan lebih mudah dilakukan. Kebijakan pemerintah dalam penyediaan sarana dan prasarana olahraga memiliki pengaruh yang sangat besar, karena tanpa adanya sarana prasarana yang lengkap maka pembibitan, pemassalan, dan pembinaan olahraga prestasi tidak akan tercapai (Soepartono, 2000).

2.1.5.1 Prasarana

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dalam pasal 1 ayat 20 dan 21 mengatakan “prasarana olahraga adalah tempat/ruang, termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga dan penyelenggaraan olahraga.

Menurut Harsuki (2003) prasarana olahraga merupakan wadah untuk melakukan kegiatan olahraga, dengan demikian untuk menongsong hari depan olahraga Indonesia perlu disiapkan “wadah” yang mencukupi jumlahnya sehingga seluruh masyarakat dapat memperoleh kesempatan yang sama untuk berolahraga sehingga dapat mendapatkan kebugaran dan kesehatan sesuai dengan konsep “*sport for all*”, hal tersebut sesuai dengan semboyan “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat”.

Prasarana yaitu segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau bangunan). Dalam olahraga prasarana merupakan sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan. Berdasarkan definisi tersebut dapat disebutkan beberapa contoh prasarana olahraga ialah: lapangan sepakbola, lapangan tenis, gedung olahraga (*hall*), dan lain-lain. Gedung olahraga merupakan prasarana berfungsi serba guna yang secara berganti-ganti dapat digunakan untuk pertandingan beberapa cabang olahraga. Semua yang disebutkan adalah contoh-contoh prasarana olahraga dengan ukuran standar (Soepartono, 2000).

2.1.5.2 Sarana

Istilah sarana olahraga adalah terjemahan dari "*facilities*", yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu:

1. Peralatan (*apparatus*), ialah sesuatu yang digunakan, contoh: palang tunggal, alang sejajar, gelang-gelang dan lainnya.
2. Perlengkapan (*device*), yaitu: Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya: net, bendera untuk tanda, garis batas dan lain-lain, lalu sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya: bola, raket, pemukul dan lain-lain (Soepartono, 2000).

Seperti halnya prasarana olahraga, sarana yang dipakai dalam kegiatan olahraga pada masing-masing cabang olahraga memiliki ukuran standar. Sarana olahraga adalah sumber daya pendukung yang terdiri dari segala bentuk dan jenis peralatan serta perlengkapan yang digunakan dalam kegiatan olah raga. Prasarana olah raga adalah sumber daya pendukung yang terdiri dari tempat olahraga dalam bentuk bangunan di atasnya dan batas fisik yang statusnya jelas dan memenuhi persyaratan yang ditetapkan untuk pelaksanaan program kegiatan olahraga.

Fasilitas olahraga memegang peran sangat penting dalam usaha mendukung prestasi kemampuan peserta didik. Tanpa adanya fasilitas olahraga maka proses pelaksanaan olahraga akan mengalami gangguan sehingga proses pembinaan olahraga juga mengalami gangguan bahkan tidak berkembang.

Sarana dan prasarana atau fasilitas merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga. Kemajuan atau perbaikan dan penambahan jumlah fasilitas yang ada akan menunjang suatu kemajuan prestasi dan paling tidak dengan fasilitas yang memadai akan meningkatkan prestasi.

2.1.6 Program Latihan

2.1.6.1 Pengertian Latihan

Seorang atlet tidak mungkin dapat mencapai puncak prestasi yang tinggi tanpa adanya kesungguhan dan kedisiplinan yang tinggi untuk berlatih. Latihan

merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan seorang atlet dapat berprestasi karena dengan latihan seorang atlet akan siap menghadapi segala bentuk rintangan dan halangan yang akan dihadapi saat pertandingan nanti. Berlatih sudah menjadi kewajiban untuk atlet agar dapat berprestasi, menurut Ambarukmi (2007) (mengutip simpulan Bompa, 1999:392) latihan mempunyai arti program pengembangan atlet untuk bertanding, berupa peningkatan keterampilan dan kapasitas energy.

Lain lagi pendapat dari Ambarukmi (2007) dalam Thomson (1993:63) bahwa latihan adalah proses yang sistematis untuk meningkatkan kebugaran atlet sesuai cabang olahraga yang dipilih. Dari berbagai kutipan diatas Ambarukmi (2007) menyimpulkan bahwa latihan olahraga pada hakekatnya adalah:

- 1) Proses sistematis untuk menyempurnakan kualitas kinerja atlet berupa: kebugaran, keterampilan dan kapasitas energi.
- 2) Menggunakan pendekatan ilmiah.

Meskipun demikian latihan dapat disimpulkan sebagai suatu kebutuhan atlet yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tingkat beban yang selalu meningkat sehingga diperoleh kemampuan optimal seorang atlet untuk menghadapi pertandingan agar memperoleh prestasi yang maksimal. Dengan menerapkan kaidah-kaidah keilmiah dan prinsip-prinsip latihan sehingga kemampuan atlet dapat meningkat.

2.1.6.2 Program Latihan

Latihan yang terprogram secara baik dan benar akan menghasilkan atlet-atlet yang berkualitas, dengan atlet yang berkualitas bukan tidak mungkin prestasi maksimalpun dapat diraih. Program latihan yang baik harus memperhatikan sasaran latihan sebagai pedoman dan arah yang diacu oleh pelatih maupun atlet dalam menjalankan program latihan. Menurut Ambarukmi (2007) sasaran latihan meliputi:

- 1) Perkembangan fisik multilateral
- 2) Perkembangan fisik khusus cabang olahraga
- 3) Faktor teknik
- 4) Faktor taktik
- 5) Aspek psikologis
- 6) Faktor kesehatan

7) Pencegahan cedera

Dengan memperhatikan sasaran yang akan dituju maka pelatih berkewajiban membuat program latihan yang benar yaitu dengan memperhatikan takaran jumlah set, seri, repetisi, volume, interval, sesi, densitas dan durasi saat latihan. Adapun pengertian dari kata-kata diatas menurut Ambarukmi (2007) adalah:

- 1) Set adalah kumpulan jumlah ulangan
- 2) Seri adalah serangkaian latihan yang terdiri beberapa pos / station
- 3) Repetisi adalah jumlah ulangan per item latihan
- 4) Volume adalah ukuran kuantitas latihan, meliputi: jumlah waktu latihan (durasi), jumlah jarak tempuh dalam satu sesi latihan, jumlah beban yang diangkat per unit waktu.
- 5) Interval adalah jeda waktu antar latihan (antar repetisi, antar set, antar sesi)
- 6) Sesi adalah banyaknya jumlah unit latihan
- 7) Densitas adalah ukuran derajat kepadatan latihan (Ambarukmi, 2007)

Program latihan itu sendiri dibagi menjadi beberapa tahap yang meliputi tahap persiapan umum dan persiapan khusus. Tahap persiapan umum di mulai dengan latihan yang menitik beratkan pada peningkatan kemampuan fisik seorang atlet agar siap secara fisik dalam menghadapi pertandingan barulah pada tahap persiapan khusus diberi latihan yang berguna untuk meningkatkan teknik, taktik maupun mental atlet. Biasanya dalam tahap persiapan khusus ini berisi tentang simulasi-simulasi pertandingan sesungguhnya maupun mencari *try out* atau lawan untuk latihan tanding yang berguna untuk menguji seberapa siap atlet dalam menghadapi pertandingan.

Berkaitan dengan itu pembuatan program latihan juga harus memperhatikan periodisasi latihan dan prinsip-prinsip latihan. Hal ini dikarenakan latihan harus dilakukan sepanjang tahun bukan hanya saat akan menghadapi pertandingan saja. Karena atlet yang berlatih sepanjang tahun dengan program latihan yang benar akan menjadi atlet yang memperoleh prestasi maksimal dan dapat mempertahankan prestasi tersebut secara berkelanjutan dalam jangka waktu yang relatif lama.

2.1.6.3 Periodesasi Latihan

Untuk memperoleh prestasi yang tinggi dan penampilan atlet pada puncak kemampuannya maka dibutuhkan periodesasi latihan. Periodesasi latihan mempunyai pengertian “Suatu perencanaan latihan dan kompetisi (pertandingan/perlombaan) yang disusun sedemikian rupa sehingga kondisi puncak (*peak performance*) dapat dicapai pada waktu (tanggal) yang ditetapkan/direncanakan sebelumnya. Kondisi puncak dicapai dengan cara memanipulasi Volume dan Intensitas (Ambarukmi, 2007).

Menurut Ambarukmi (2007) manfaat dari periodesasi latihan adalah, untuk:

- 1) Mendapatkan puncak prestasi pada saat yang tepat.
- 2) Mencapai efek latihan yang optimal
- 3) Proses latihan menjadi objektif.

Dengan manfaat yang dapat dicapai melalui periodesasi latihan maka perlu seorang pelatih membuat periodesasi latihan yang tepat dengan memperhatikan berbagai unsur seperti waktu pertandingan akan berlangsung. Hal ini dikarenakan dalam periodesasi latihan dalam satu tahun mempunyai beberapa tahapan menurut Ambarukmi (2007) yang terdiri dari :

- 1) Periode (Tahap) persiapan:
 - a) Periode persiapan umum
 - b) Periode persiapan khusus
- 2) Periode (tahap) kompetisi (perlombaan/pertandingan) :
 - a) Periode pra kompetisi (perlombaan/pertandingan)
 - b) Periode kompetisi utama (perlombaan/pertandingan)
- 3) Periode (tahap) transisi (pemulihan)

Setiap periode disusun dalam waktu satu tahun sehingga pengaturan periodesasi harus tepat karena hal ini berpengaruh pada prestasi atlet. Dan juga periodesasi merupakan petunjuk utama dari seorang pelatih untuk membuat program latihan yang baik dan benar dengan memperhatikan tahapan didalam periodesasi latihan. Hal ini dikarenakan, program latihan yang dijalankan oleh seorang pelatih pasti berbeda dan mempunyai tujuan sendiri-sendiri pada setiap tahapan periodesasi latihan. Adapun tujuan dari tiap periodesasi menurut (Ambarukmi, 2007) :

- 1) Periode persiapan umum
 - a) Tujuan latihan secara fisik adalah membangun:
 - (1) Kelenturan yang lebih baik
 - (2) Daya tahan aerobik yang lebih tinggi
 - (3) Pembentukan kecepatan gerak yang baik
 - (4) Kekuatan maksimal yang lebih besar dan daya tahan kekuatan yang lebih tinggi.
 - b) Tujuan latihan secara teknik adalah membangun kemampuan gerak keterampilan dasar dalam koordinasi yang baik dan benar.
 - c) Selain itu, secara psikologis atlet dipersiapkan untuk mampu mengatasi masalah psikis dan bersikap, berperilaku, dan berfikir positif
Poin penting dalam periode ini adalah:
 - 1) Volume tinggi dan ditingkatkan secara bertahap.
 - 2) Intensitas berkisar antara rendah dan sedang
 - 3) Penekanan latihan fisik (terutama daya tahan cardio dan otot) lebih dominan.
 - 4) Teknik dasar untuk menjadikan keterampilan (skill yang sempurna).
- 2) Periode persiapan khusus
 - a) Tujuan latihan secara fisik adalah meningkatkan dan mengembangkan kemampuan fisik dasar menjadi istimewa (eksklusif) sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga, sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga, seperti kemampuan SAQ-nya untuk olahraga permainan, kekuatan maksimalnya untuk cabang judo dan gulat, *power endurancenya* untuk pembalap sepeda, fleksibilitas dinamisnya untuk pesenam ritmik, *special speed endurancenya* pelari 800, atau *aerobic* maksimalnya pelari 5000-10000 meter.
 - b) Tujuan latihan teknik (spesifik) sudah mengarah pada kemampuan keterampilan (skill) tinggi yang dibutuhkan saat taktik (individu maupun tim) berlangsung, mematangkan teknik.

- c) Latihan taktik khusus sudah mulai diberikan dan dikembangkan secara intensif sampai periode kompetisi.
 - d) Secara psikologis, atlet dipersiapkan bukan hanya untuk kebutuhan latihan tetapi juga kesiapan mental dalam menghadapi kompetisi.
- 3) Periode pra kompetisi
- a) Latihan fisik diarahkan untuk lebih maksimal peningkatannya kemudian dipelihara (*maintenance physically*).
 - b) Penekanan untuk cabang olahraga yang berlangsung lama dan sangat dominan secara taktik lebih difokuskan pada unsur tersebut.
 - c) Secara psikologis, atlet menjaga kemampuan psikis agar tetap stabil.
- 4) Periode kompetisi utama
- a) Di periode ini memelihara kondisi fisik yang sudah dicapai agar tetap berada dalam kondisi puncak (*peak condition*)
 - b) Kematangan secara taktik harus sudah muncul.
 - c) Pengendalian diri, motivasi berprestasi, dan percaya diri merupakan modal psikologis yang penting untuk tampil dalam kompetisi.

Dengan perodesasi latihan diharapkan prestasi atlet dapat mengalami peningkatan kearah yang lebih baik. Hal itu dikarenakan pada setiap tahapan perodesasi mempunyai mempunyai penekanan masing–masing pada aspek yang dilatih sehingga pada waktu kompetisi tiba atlet menampilkan penampilan terbaiknya.

2.1.6.4 Prinsip-Prinsip Latihan

Prinsip latihan merupakan salah satu faktor yang digunakan untuk menyusun program latihan yang benar, dengan mengetahui prinsip-prinsip latihan itu sendiri maka atlet berlatih dengan benar dan pelatih pun kan menyusun program latihan yang baik sehingga prestasi yang tinggi dapat diraih. Secara individu prinsip-prinsip ini juga dengan baik menyajikan bimbingan dalam rencana jangka panjang dan dapat memberikan dasar untuk mengubah program latihan bila muncul keadaan yang tidak di inginkan. Adapun prinsip-prinsip latihan menurut Ambarukmi (2007) sebagai berikut :

1) Partisipasi aktif

Pencapaian prestasi merupakan perpaduan usaha atlet itu sendiri dan kerja keras pelatih, sehingga keduanya lah yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan program latihan untuk menghasilkan prestasi yang tinggi.

2) Perkembangan multilateral

Tahap perkembangan multilateral diletakkan pada awal program pembinaan sebelum memasuki tahapan spesialisasi, yakni pada usia: 6-15 tahun, bertujuan: mengembangkan dan mengoreksi gerak dasar (jalan, lari, lompat, loncat, lempar, tangkap).

3) Individual

Setiap atlet memiliki potensi yang berbeda-beda dan berkarakter unik, setiap latihan menimbulkan respon yang berbeda pula.

4) Overload

Untuk meningkatkan kemampuan atlet perlu latihan dengan beban lebih (*overload*), yakni beban yang diberikan cukup menantang atau benar-benar membebani pada wilayah ambang batas kemampuan atlet (*critical point*).

5) Spesifikasi

Program latihan hendaknya dirancang khusus sesuai dengan:

- a) Cabang olahraga (permainan, beladiri dll)
- b) Peran olahragawan (penjaga gawang, smasher, pitcher)
- c) Sistem gerak (anaerobik, aerobik)
- d) Pola gerak (close skill-openskill, siklis-asiklis)
- e) Keterlibatan otot (otot pada organ apa saja)
- f) Biomotor (kekuatan, kecepatan, daya tahan dll)

6) Kembali asal (*Reversible*)

“Bila anda tidak menggunakan, anda akan kehilangan” itulah filosofi prinsip reversibilitas (kembali asal) yang diartikan sebagai kemunduran kemampuan atlet yang diakibatkan ketidakteraturan dalam menjalankan program latihan.

7) Variasi

Model dan metode latihan yang monoton akan mengakibatkan kebosanan sehingga sasaran latihan tidak dapat dicapai, untuk itu perlu dirancang model dan metode latihan yang beraneka ragam, dengan tetap mengacu pada sasaran latihan.

Dalam buku karangan Russel R. Pate et. al yang kemudian diterjemahkan oleh Dwijowinoto (1993) menjelaskan bahwa prinsip-prinsip latihan adalah sebagai berikut :

a) Pembebanan berlebih

Azas latihan yang sangat mendasar adalah “pembebanan berlebih”. Hal ini dibuktikan dengan baik bahwa sebagian besar sistem fisiologi dapat menyesuaikan diri pada tuntutan fungsi yang melebihi dari apa yang biasa dijumpai dalam kehidupan sehari-hari.

b) Konsistensi

Tidak ada pengganti konsistensi dalam suatu program latihan. Olahragawan yang berhasil hampir tanpa perkecualian, taat pada cara-cara latihan yang teratur selama beberapa tahun atau lebih.

c) Kekhususan

Pengaruh latihan sangatlah khusus. Pengaruh-pengaruh itu khusus untuk sistem fisiologis tertentu yang mendapat beban lebih pada kelompok otot (Fox et al, 1983).

d) Kemajuan

Program latihan yang baik merencanakan tahapan kemajuan yang ajeg untuk jangka waktu yang panjang. Apabila seorang olahragawan harus memperbaiki diri sepanjang keikutsertaannya selama beberapa tahun, program latihannya harus meningkat sehingga sistem fisiologis yang berkaitan terus-menerus mendapat beban lebih.

e) Ciri Pribadi

Tak ada dua orang yang tepat sama dan tak ada dua orang yang secara fisiologis benar-benar sama. Dengan demikian, tidak ada dua orang olahragawan yang diharapkan memberi tanggapan terhadap peraturan latihan tertentu dengan cara yang sama. Faktor umur, seks, kematangan, tingkat kebugaran saat itu, lama berlatih, ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan sifat-sifat psikologis harus menjadi bahan pertimbangan bagi pelatih dalam merancang peraturan latihan bagi tiap olahragawan.

f) Keadaan Pelatihan

Tanggapan olahragawan terhadap program latihan sangat tergantung pada kebugarannya pada awal program. Berdasarkan pengalaman, para pemula memberi tanggapan terbaik terhadap beban latihan sedang.

g) Periodisasi

Periodisasi adalah kecenderungan penampilan olahraga yang berubah-ubah dalam siklus waktu tertentu.

h) Masa stabil

Penampilan kebanyakan olahragawan cenderung meningkat secara menanjak (mendadak), tidak secara landai. Olahragawan mungkin mengalami berminggu-minggu, berbulan-bulan, bahkan bertahun-tahun masa stabil.

i) Tekanan

Apabila tubuh dibiarkan berhadapan dengan penyebab tekanan dalam untuk satu periode waktu yang panjang (lama), apa yang dinamakan “sindrom tekanan” akan muncul dan ini dapat menyebabkan tingkat keletihan yang ditandai dengan kelelahan, sakit, dan cedera.

j) Tekanan Pertandingan

Pertandingan, secara fisiologis dan psikologis, lebih mendatangkan stress daripada latihan dan pertandingan yang berlebihan memberi resiko besar bagi olahragawan. Olahragawan yang bertanding terlalu sering khususnya, mudah mendapatkan kesulitan berhubungan dengan stress.

Dengan mengetahui prinsip-prinsip latihan tersebut, maka seorang pelatih dapat menyusun program latihan yang baik dan sistematis sehingga dapat menuju kearah prestasi yang tinggi bagi atletnya.

2.1.7 Disabilitas (difabel)

Penyandang disabilitas merupakan kelompok masyarakat yang beragam, diantaranya penyandang disabilitas yang mengalami disabilitas fisik, disabilitas mental maupun gabungan dari disabilitas fisik dan mental. Istilah penyandang disabilitas pun sangat beragam. Kementerian Sosial menyebut penyandang disabilitas sebagai penyandang cacat, Kementerian Pendidikan Nasional menyebut dengan istilah berkebutuhan khusus, sedangkan Kementerian Kesehatan menyebut dengan istilah Penderita cacat (Eko Riyadi, 2012).

Banyak istilah di masyarakat yang merujuk kepada penyandang disabilitas antara lain: Difabel, *Impairment*, *Handicap*, dan *paralympic* dan juga penyandang disabilitas itu sendiri. Menurut Bangun (2016:72) difabel adalah orang dengan kemampuan berbeda merupakan istilah baru pengganti istilah “penyandang cacat” yang selama ini banyak digunakan. Istilah ini mencoba keluar dari konotasi negatif dari penggunaan istilah cacat.

Istilah penyandang disabilitas pun sangat beragam. Sedangkan WHO mendefinisikan disabilitas sebagai “*A restriction or inability to perform an activity in the manner or within the range considered normal for a human being, mostly resulting from impairment*”. Definisi tersebut menyatakan dengan jelas bahwa disabilitas merupakan pembatasan atau ketidakmampuan untuk melakukan suatu kegiatan dengan cara yang atau dalam rentang dianggap normal bagi manusia, sebagian besar akibat penurunan kemampuan. Selain pengertian secara umum, WHO mengemukakan pula definisi disabilitas yang berbasis pada model sosial sebagai berikut.

- a) *Impairment* (kerusakan atau kelemahan) yaitu ketidaklengkapan atau ketidaknormalan yang disertai akibatnya terhadap fungsi tertentu. Misalnya kelumpuhan di bagian bawah tubuh disertai ketidakmampuan untuk berjalan dengan kedua kaki.
- b) *Disability* (cacat / ketidakmampuan) adalah kerugian / keterbatasan dalam aktivitas tertentu sebagai akibat faktor-faktor sosial yang hanya sedikit atau sama sekali tidak memperhitungkan orang-orang yang menyandang “kerusakan / kelemahan” tertentu dan karenanya mengeluarkan orang-orang itu dari arus aktivitas sosial.

Pengertian lain disebutkan pula oleh *The International Classification of Functioning (ICF)* yaitu “*Disability as the outcome of the interaction between a person with impairment and the environmental barriers s/he may face*”. Pengertian ini lebih menunjukkan disabilitas sebagai hasil dari hubungan interaksi antara seseorang dengan penurunan kemampuan dengan hambatan lingkungan dan sikap yang ditemui oleh orang tersebut.

Kesimpulannya *disability* adalah suatu keterbatasan atau kehilangan kemampuan (sebagai akibat *impairment*) untuk melakukan suatu kegiatan dengan cara atau dalam batas-batas yang dipandang normal bagi seorang manusia.

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang melibatkan seluruh fungsi tubuh, kegiatan olahraga dapat dilakukan oleh seluruh manusia di dunia ini tanpa melihat latar belakang sosial, ras, etnis atau golongan bahkan kondisi fisik seseorang,

Media olahraga akan sangat membantu para penyandang cacat dalam mengeksplorasi bakat-bakat keolahragaan yang terpendam dan kemampuan yang dimilikinya, sehingga atlet penyandang cacat mampu mengaktualisasikan dirinya (Esatbeyoglu & Campbell, 2018).

2.1.7.1 Jenis-jenis disabilitas :

1) Tuna Netra

Menurut Hendrayana (2007:41) Tunanetra adalah mereka yang penglihatannya menghambat untuk memfungsikan dirinya dalam pendidikan, tanpa menggunakan material khusus, latihan khusus atau bantuan lainnya secara khusus. Pada umumnya tunanetra dapat melihat cahaya, dan barangkali hanya 1 dari 4 tunanetra yang betul-betul buta total. Tunanetra yang buta total sebagian terjadi sejak lahir atau buta bawaan lahir. Pengelompokan jenis tunanetra menurut IBSA (*International Blind Sport Organization*) adalah sebagai berikut:

Tabel 2.1 Pengelompokan Jenis Tunanetra

Jenis	Keterangan
B1	Total <i>Blind</i> yang tidak mampu mengenali cahaya yang kuat yang diarahkan lurus kemata. Sampai dengan <i>Light Perception</i> yaitu yang mampu merasakan cahaya yang kuat dari jarak 3 kaki tetapi tidak mampu mendeteksi tangan yang digerakan dari jarak yang sama.
B2	Tunanetra yang mampu mengenali obyek atau kontur sampai dengan ketajaman 2/60 atau dibatasi pandangan sejauh 5 derajat.
B3	Tunanetra dengan kemampuan melihat dengan ketajaman 2/60 ke 6/60 (20/200) atau pandangan seluas 5 sampai dengan 20 derajat.

Sumber: *International Blind Sport Organization*

2) Tuna Rungu/ Wicara

Tuna Rungu/Wicara adalah kecacatan sebagai akibat hilangnya/terganggunya fungsi pendengaran dan atau fungsi bicara baik disebabkan oleh kelahiran, kecelakaan maupun penyakit, terdiri dari tuna rungu wicara, tuna rungu, tuna wicara.

Tunarunggu wicara tak lain mereka yang mempunyai kekurangan dalam hal pendengaran dan berbicara sehingga bila berkomunikasi harus menggunakan tanda – tanda isyarat. Adapun kriteria tunarunggu wicara adalah sebagai berikut:

Tabel 2.2 Tingkat pendengaran tuna runggu

Ambang Pendenaran	Derajat Ketulian	Tingkat Kepekaan
27-70 dB	Ringan	Berbisik
41-55 dB	Lembut	Pembicaraan normal
56-70 dB	Moderat	Suara keras
71-90 dB	Severe (bebal)	Berteriak
Lebih besar dari 90 dB	Profound (berat)	Pengeras suara

Sumber: Hendrayana (2007)

Dalam pertandingan olahraga para penderita tunarunggu wicara berada dalam satu kelas tersendiri hal ini untuk menjaga keadilan sebuah kompetisi.

3) Tuna Daksa

Tunadaksa adalah suatu keadaan rusak atau terganggu sebagai akibat gangguan bentuk atau pada tulang, otot dan sendi dalam fungsinya yang normal. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit, kecelakaan atau dapat juga disebabkan oleh pembawaan sejak lahir. Oleh sebabnya bagi mereka penyandang tunadaksa pasti memerlukan alat bantu (*tools*) untuk mempermudah gerakan mereka (Jefri, 2016:18). Salah satu jenisnya ialah *cerebral palsy* menurut Rosenbaum (2005:257) *cerebral palsy* menggambarkan sekelompok gangguan perkembangan gerakan dan postur tubuh, menyebabkan terbatasnya aktivitas, yang dikaitkan dengan gangguan non progresif yang terjadi pada perkembangan otak janin atau bayi. Gangguan motor *cerebral palsy* sering disertai dengan gangguan sensasi, kognisi, komunikasi, persepsi, dan perilaku, dan/atau oleh gangguan kejang. Tunadaksa sendiri sendiri dibagi menjadi empat kategori yaitu:

a) Amputasi

Kecacatan yang disebabkan karena salah satu anggota gerak badannya mengalami kerusakan permanen sehingga harus mengalami amputasi agar tidak menginfeksi bagian tubuh yang sehat (Utama, 2013). Pengelompokan

jenis amputasi menurut ISOD (*International Organization of sports for the Disable*) mengelompokan cacat amputasi kedalam beberapa kelas seperti

Tabel 2.3 Pengelompokan Jenis Amputasi

Jenis	Keterangan
A 1	Double diatas lutut.
A 2	Tunggal di atas lutut.
A 3	Double dibawah lutut.
A 4	Tunggal dibawah lutut.
A 5	Double diatas siku.
A 6	Tunggal di atas siku.
A 7	Double dibawah siku.
A 8	Tunggal dibawah siku.
A 9	Kombinasi bagian bawah dan atas tubuh

Sumber: situs resmi *International Organization of sports for the Disable*

b) Les Autres

Diambil dari Bahasa Prancis, Les Autres, yang berarti “lainnya”. Kategori ini mencakup atlet yang mengalami cact mobilitas atau kehilangan fungsi fisik lainnya yang tidak tergolong pada salahsatu dari kelima kategori lainnya. Contohnya hambatan pertumbuhan, *sklerosis* berganda atau cacat sejak lahir pada anggota badan.

Klasifikasi menurut ISOD (*International Organization of the Disable*) terbagi menjadi beberapa kategori antara lain:

Tabel 2.4 Klasifikasi ISOD

Jenis	Keterangan
L1	a. Terus memakai kursi roda b. Kekakuan pada satu atau kedua tangan c. Keseimbangan untuk duduk hampir tidak ada d. Kekuatan otot berkurang
L2	a. Terus memakai kursi roda b. Fungsi tangan berkurang sampai normal c. Keseimbangan duduk sedikit sampai normal
L3	a. Terus memakai kursi roda b. Fungsi tangan normal c. Kesembangan duduk normal

L4	a. Dapat berjalan dengan alat bantu b. Fungsi kaki berkurang pada satu atau dua kakinya
L5	a. Dapat berjalan dengan alat bantu b. Tangan untuk melempar bola normal c. Fungsi kaki berkurang
L6	a. Fungsi kaki berkurang b. Cacat lain pada tangan atau tubuh yang sifatnya ringan.

Adapun cacat lain yang perlu diperiksa untuk memenuhi syarat cacat minimum:

1. Kekuatan otot kaki berkurang 10 *point* ke atas
2. Kekuatan otot tangan berkurang 10 *point* keatas
3. Mobilitas persendian (kaku atau berkurang)
4. Kaki pendek sebelah kurang lebih 7 cm
5. *Dismelia* atau kondisi lain. Salah satu bentuk tangan atau kaki memendek kurang lebih 7 cm. *Dismelia* kecil harus ada kecacatan lain

b) Paraplegia

Paraplegia adalah cedera pada saraf tulang belakang yang disebabkan karena kecelakaan yang merusak sensorik dan fungsi motorik dibagian tubuh bagian bawah atau anggota gerak tubuh bagian bawah. Paraplegia ini terutama disebabkan karena jatuh dari ketinggian, kecelakaan parah, penyakit bawaan (Utama, 2013). Kelumpuhan kaki total maupun sebagian mobilitas utama dalam melakukan aktivitas Klasifikasi cacat harus menggunakan kursi roda. Pengelompokan jenis paraplegia menurut ISMWSF (*International Stoke Mendeville Wheelchair Sport Federation*) sebagai berikut:

Tabel 2.5 Pengelompokan Jenis Paraplegia

Jenis	Keterangan
IA	- Lesi servikal bagian bawah. - Tulang belikat tidak berfungsi terhadap lesistansi.
IB	- Lesi servikal bagian bawah. - Tulang belikat berfungsi baik atau normal. - Fleksor dan ekstensor dengan tingkatan otot 0 –3.

- IC**
 - Lesi servikal bagian bawah.
 - Fleksor dan ekstensor jari kuat.
 - Tidak mempunyai otot-otot antara jari atau susunan otot *lumbical* yang perut mempunyai nilai fungsional.
- II**
 - Tidak mempunyai keseimbangan yang baik ketika duduk.
 - Otot perut tidak berfungsi.
- III**
 - Ketika duduk seimbang.
 - Otot perut bagian atas baik, meskipun bagian bawah tidak berfungsi.
 - Ekstensor trunkus bagian bawah tidak berfungsi.
- IV**
 - Ketika duduk seimbang.
 - Perut dan ekstensor spina (tulang belakang baik).
 - Sedikit fleksor dan eductor pinggul
 - Nilai 1 – 20 traumatis.
 - Nilai 1 – 15 polio.
- V**
 - Dapat duduk seimbang.
 - Nilai 41 – 60 traumatis.
 - Nilai 36 – 50 polio

Sumber: situs resmi *International Stoke Mendeville Wheelchair Sport Federation*.

c) *Cerebral palsy*

Menurut Hendrayana (2007) Cerebral Palsy adalah suatu gejala yang kompleks, yang terdiri dari berbagai jenis dan derajat kelainan gerak, keterbatasan ini merupakan gejala awal dan sifatnya permanen serta kondisi tubuh cenderung tidak meningkat. Kelainan gerak ini biasanya disertai dengan kelainan kepekaan, berfikir dan komunikasi serta perilaku. Tipe CP menurut Hendarayana terdapat tiga tipe CP yang sapat dilihat dari cara mereka bergerak:

- *Spastisty CP*: adalah paling umum jenis CP. *Spastisty* adalah kekakuan atau kekejangan otot. Otot menjadi kaku karna pesan yang disampaikan oleh bagian otak yang rusak kepada bagian otot yang tidak benar Tipe ini adalah yang paling umum, 70% sd 80% adalah dari jenis ini. Pada orang normal, ketika bergerak bagian otot mengeras dan sebagian lain rileks. Hal

ini berbeda dengan orang CP, ketika membuat suatu gerakan semua otot pendukung menjadi tegang sehingga sulit untuk membuat gerakan baik.

- *Dyskinetic CP*: 10 sd 20% CP adalah tipe ini. Ada dua tipe CP golongan ini:
 - (a) *Athetosis* adalah ditandai oleh gerakan yang tidak terkontrol/terkendali (lambat atau cepat)
 - (b) *Dystonia* adalah ditandai oleh kontraksi otot yang timbul tenggelam sehingga terjadi kesalahan gerak yang berulang-ulang.
- *Ataxic CP*: adalah yang paling sedikit dari tipe orang CP. Jenis ini ditandai oleh labilnya gerak tubuh. Sehingga mempengaruhi keseimbangan tubuh dan koordinasi gerak.

Pengelompokan jenis *Cerebral Palsy* menurut CP-ISRA (*Cerebral Palsy-International Sport and Recreation Association*) terbagi menjadi beberapa kategori:

Tabel 2.6 Pengelompokan Jenis *Cerebral Palsy*

Jenis	Keterangan
Kelas C1	(1) Kekejangan (Athetosis) yang parah pada kedua tangan dan kedua kaki. (2) Kekuatan fungsional pada kedua lengan dan tubuh tidak sempurna. (3) Terus memakai kursi roda listrik atau didorong orang lain. (4) Tidak bisa mengayuh sendiri kursi rodanya.
Kelas C2	(1) Kekejangan sedang sampai berat pada kedua kaki dan kedua tangan. (2) Kekuatan fungsional pada kedua tangan dan tubuh tidak sempurna. (3) Terus memakai kursi roda listrik atau didorong orang lain, dapat berdiri dengan bantuan atau dapat berdiri dengan cara yang sukar sekali. (4) Tidak dapat mengayuh sendiri kursi rodanya.
Kelas C3	(1) Kekejangan sedang sampai berat pada 1 tangan dan 1 kaki, 2 tangan dan 1 kaki, 2 tangan dan 2 kaki. (2) Kekuatan tangan dan tubuh cukup. (3) Terus memakai kursi roda, tetapi dengan bantuan peralatan dia dapat berjalan dengan jarak sangat dekat

- Kelas C4** (1) Diplegia sedang sampai berat.
 (2) Kekuatan fungsional tangan dan tubuh baik.
 (3) Terus memakai kursi roda.
 (4) Dengan bantuan dapat berjalan dengan jarak yang dekat.
- Kelas C5** (1) Kedua kaki kejang sedang, hingga jalannya sulit.
 (2) Diplegia namun mempunyai kekuatan fungsional yang baik pada kedua lengan.
 (3) Dapat berjalan tanpa alat bantu, namun untuk kegiatan sehari-hari menggunakan kursi roda.
- Kelas C6** (1) Kekejangan pada kedua tangan.
 (2) Berjalan sendiri untuk kegiatan sehari-hari.
 (3) Mempunyai problem kontrol pada tangan dan kaki.
- Kelas C7** (1) Kekejangan ringan sampai sedang pada separuh tubuh atau 3 anggota badan (tangan dan kaki).
 (2) Berjalan sendiri untuk kegiatan.
 (3) Kemampuan fungsionalnya baik pada sisi badan yang tak terkena kekejangan.
- Kelas C8** (1) Hemiplegia, monoplegia, quadriplegia, ringan.
 (2) Mampu berlari dan meloncat dengan bebas.
 (3) Tidak mempunyai fungsi tubuh sempurna karena kurangnya koordinasi

Sumber: situs resmi *Cerebral Palsy-International Sport and Recreation Association*

2.1.7.2 Penyandang disabilitas dengan keterbatasan mental

Tuna Grahita, sering dikenal dengan cacat mental yaitu kemampuan mental yang berada di bawah normal. Tuna grahita mengacu pada fungsi intelektual umum secara signifikan berada di bawah rata-rata normal. Bersama dengan itu pula, tuna grahita mengalami kekurangan dalam tingkah laku dan penyesuaian. Semua itu berlangsung atau terjadi pada masa perkembangannya. Adapun klasifikasi tuna grahita adalah sebagai berikut:

Tabel 2.7 Klasifikasi tuna grahita

Tingkat Ketunaan	Skor Tes Intelegensi
Tunagrahita Ringan	IQ 50-55 sd. 70-75
Tunagrahita Moderat	IQ 35-40 sd. 50-55
Tunagrahita Severe (payah)	IQ 20-25 sd. 35-40
Tunagrahita Berat	IQ di bawah 20-25

Sumber: Hendrayana (2007)

Olahraga untuk penyandang tuna grahita cenderung pada olahraga yang bersifat rehabilitasi. Ketentuan kecacatan yang bisa mengikuti kegiatan olahraga dalam kelas ini adalah mereka yang mempunyai tingkat kecerdasan maksimal 70.

Tolak ukurnya adalah tingkat kecerdasan atau IQ. Tuna grahita dapat dikelompokkan sebagai berikut:

a. Tuna Grahita Ringan

Tampang dan fisiknya normal, mempunyai IQ antara kisaran 50 s/d 70. Mereka juga termasuk kelompok mampu didik, mereka masih bisa dididik (diajarkan) membaca, menulis dan berhitung, anak tunagrahita ringan biasanya bisa menyelesaikan pendidikan setingkat kelas IV SD Umum.

b. Tuna Grahita Sedang

Tampang atau kondisi fisiknya sudah dapat terlihat, tetapi ada sebagian anak tuna grahita yang mempunyai fisik normal. Kelompok ini mempunyai IQ antara 30 s/d 50. Mereka biasanya menyelesaikan pendidikan setingkat kelas II SD Umum.

c. Tuna Grahita Berat

Kelompok ini termasuk yang sangat rendah intelegensinya tidak mampu menerima pendidikan secara akademis. Anak tunagrahita berat termasuk kelompok mampu rawat, IQ mereka rata-rata 30 kebawah. Dalam kegiatan sehari-hari mereka membutuhkan bantuan orang lain.

2.1.8 NPC (*National Paralympic Committee*) Provinsi Jawa Tengah

NPC (*National Paralympic Committee*) Provinsi Jawa Tengah merupakan induk dari cabang–cabang olahraga prestasi penyandang cacat di Jawa Tengah.

Badan olahraga ini membina olahragawan yang memiliki kecacatan tertentu sesuai dengan klasifikasi yang sudah ditentukan dalam setiap olahraga yang dipertandingkan. Olahraga adaptif adalah olahraga yang dirancang secara khusus untuk individu yang memiliki kemampuan terbatas dengan peralatan yang dimodifikasi. Sedangkan menurut Agus Kristiyanto (2012) olahraga penyandang cacat adalah olahraga khusus dilakukan sesuai dengan kondisi kelainan fisik dan/ atau mental seseorang. Inti dari kedua pendapat diatas bahwa olahraga penyandang cacat merupakan olahraga yang dilakukan oleh para penyandang cacat dengan sarana dan prasarana olahraga yang disesuaikan dengan kecacatannya sehingga dapat menunjang prestasi dari olahraga yang diikuti.

2.1.8.1 Sejarah NPCI (National Paralympic Committee Indonesia)

NPC didirikan di Surakarta tanggal 31 Oktober 1962 yang pertama kali bernama Yayasan Pembina Olahraga Cacat (YPOC). Berdasarkan atas saran pengurus KONI pusat, menteri pemuda dan olahraga RI, menteri sosial RI dan pihak-pihak terkait maka YPOC perlu ditingkatkan kedudukannya menjadi Organisasi Payung Olahraga Cacat Indonesia dengan terlebih dahulu mengubah status yayasan menjadi organisasi sosial kemasyarakatan.

Dalam Musyawarah Olahraga Nasional (Musornas YPOC ke VII tanggal 31 Oktober sampai dengan 1 November 1993 di Yogyakarta, maka wadah tersebut kemudian ditetapkan dengan nama baru yaitu Badan Pembina Olahraga Cacat Indonesia (BPOC) sebagai kelanjutan dari YPOC.

Dalam Musyawarah Olahraga Nasional (Musornas) X BPOC tanggal 18 – 20 November 2008 di Surakarta, atas saran menteri pemuda dan olahraga RI serta mengikuti aturan lembaga-lembaga *paralympic* regional dan internasional, maka BPOC perlu ditingkatkan eksistensi dan kedudukannya bahwa BPOC tingkat Pusat merupakan National Paralympic Committee (NPC) sehingga disebut BPOC dan atau NPC Indonesia.

Dalam Musyawarah Olahraga Nasional Luar Biasa tanggal 28 Juli 2010 di Surakarta dilakukan perubahan nama dari BPOC yang dulunya YPOC berubah nama menjadi NPC of Indonesia, karena mengikuti regulasi Internasional, tidak diperkenankan menggunakan istilah cacat.

2.1.8.2 Tujuan dan Fungsi NPC

- **Tujuan**

- 1) Membentuk watak kepribadian penyandang disabilitas (atlet *paralympic*) Indonesia yang mencintai nilai kemanusiaan, kejujuran dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Kuasa.
- 2) Mewadahi penyandang disabilitas (atlet *paralympic*) Indonesia untuk berperan serta dalam pembangunan nasional melalui kegiatan olahraga.
- 3) Mewujudkan dunia olahraga bagi penyandang disabilitas (atlet *paralympic*) agar lebih maju, berkeadilan, bermartabat dan sejajar dengan keberadaan olahraga pada umumnya.
- 4) Memupuk kesatuan dan persatuan Bangsa Indonesia serta menjalin persahabatan antar bangsa.
- 5) Mengharumkan nama Indonesia melalui pencapaian prestasi olahraga penyandang disabilitas (atlet *paralympic*) ditingkat internasional.
- 6) Memperkuat gerakan perjuangan untuk mewujudkan kesamaan hak dan kesempatan bagi penyandang disabilitas (atlet *paralympic*) dalam segala aspek kehidupan dan penghidupan melalui olahraga.

- **Fungsi**

NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) adalah organisasi satu-satunya wadah keolahragaan penyandang disabilitas di Indonesia yang berwenang mengkoordinasikan kegiatan olahraga prestasi bagi penyandang disabilitas.

- 1) Berkedudukan sederajat dengan KONI di tingkat kabupaten / kota, provinsi dan nasional, sesuai surat edaran Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia melalui surat dengan Nomor: 03919/MENPORA.D.III-1/VIII/2015, Sifat: PENTING/SEGERA, Hal: Penganggaran NPC Daerah Pasca Pengunduran dari NPC Pusat dari Anggota KONI, tertanggal 21 Agustus 2015 yang ditujukan kepada Gubernur di Seluruh Indonesia, dengan isi surat secara lengkap sebagai berikut :
- 2) Berdasarkan Keputusan Nomor: 08/RA/2015 tanggal 31 Maret 2015 tentang Pengunduran Diri Organisasi *National Paralympic Committee* Indonesia (NPC) Sebagai Anggota KONI, dengan hormat kami sampaikan bahwa perkembangan organisasi keolahragaan *International Olympic*

Committee (IOC) dan *Olympic Council of Asia* (OCA) yang menjadikan organisasi olahraga penyandang disabilitas (*Paralympian*) menjadi organisasi yang mandiri dan berdiri sendiri, maka Badan Pembinaan Olahraga Cacat (BPOC) yang saat ini menjadi *National Paralympic Committee* (NPC) Indonesia telah menyatakan keluar dari keanggotaan KONI.

- 3) Sehubungan dengan hal tersebut, kami sampaikan kepada saudara gubernur bahwa dalam perencanaan, pembinaan, pelaksanaan dan pengawasan olahraga di setiap daerah maka dilakukan langkah-langkah sebagai berikut :
 - a) *National Paralympic Committee* (NPC) Indonesia menjadi pembantu pemerintah dalam pembinaan olahraga disabilitas di daerah dan kedudukannya sederajat dengan KONI provinsi.
 - b) Melakukan perencanaan anggaran tersendiri di luar anggaran KONI provinsi dan kabupaten / kota dan melakukan pengawasan penggunaannya sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.
 - c) Sesuai dengan kebijakan umum pemerintah terhadap persamaan hak-hak terhadap penyandang disabilitas dengan atlet pada umumnya, maka di bidang olahraga diharapkan :
 - Hak yang diterima oleh atlet penyandang disabilitas sama dengan atlet pada umumnya, baik penganggaran pembinaan organisasi, honor, vitamin serta bonus dari hasil kerja keras mereka di setiap kejuaraan adalah sama.
 - Memiliki porsi yang seimbang dalam penerimaan calon Pegawai Negeri Sipil di daerah.
 - Dengan kemandirian dan persamaan derajat dengan KONI diharapkan lebih memaksimalkan penggalan potensi / bibit olahragawan paralympian di daerah masing-masing untuk memperkuat olahraga prestasi paralympian kita di dunia internasional.
 - Diharapkan kepada Badan Pemeriksa Keuangan Daerah dan Dinas Pemuda dan Olahraga dapat membantu menganggarkan untuk pembinaan dan pengembangan olahraga Disabilitas, serta kegiatan nasional maupun Internasional. Demikian pemberitahuan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Surat tersebut ditandatangani oleh Menteri Pemuda dan Olahraga, Imam Nahrawi.

2.1.9 Bulu tangkis

Menurut Hadi (2011) bulu tangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari di Indonesia baik oleh kalangan ekonomi bawah sampai atas, laki-laki, perempuan, anak-anak, sampai orang tua dengan berbagai tujuan diantaranya untuk rekreasi atau hiburan, menjaga kebugaran dan kesehatan sampai tujuan olahraga prestasi. Bulutangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan di bidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jaring (net). Para pemain meraih angka dengan memukul bola permainan berupa *shuttlecock* (kok) dengan raket melewati net dan jatuh di bidang permainan lawan. Tiap pemain atau pasangan hanya boleh memukul kok sekali sebelum kok melewati net. Sebuah reli berakhir jika kok menyentuh lantai atau menyentuh tubuh seorang pemain (Aksan Hermawan, 2013). Menurut Yuliawan D & FX. Sugiyanto (2014) permainan bulu tangkis adalah sebuah permainan dimana pelaksanaannya menggunakan alat yang disebut raket dan *cock*. Permainan ini dapat dilakukan satu lawan satu (*single*) atau dua lawan dua (*double*), tujuan permainan bulu tangkis sendiri adalah untuk memukul sebuah *cock* menggunakan raket, melewati net ke arah wilayah lawan, sampai lawan tidak dapat mengembalikannya. Bulutangkis atau badminton sebagai olahraga hiburan dan prestasi digemari oleh tua muda, baik laki-laki maupun perempuan, khususnya di Indonesia. Hal ini dikarenakan permainan bulutangkis di samping mudah dimainkan juga peralatannya mudah didapatkan (Tatang Muhtar. Sumarno, 2009). Dari beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bulutangkis merupakan permainan yang dimainkan satu lawan satu atau dua lawan dua yang bertujuan mematikan *shuttlecock* dilapangan lawan dengan melewati net hingga *game* berakhir dengan kemenangan.

2.1.9.1 Program Pembinaan Bulu Tangkis

Program pembinaan bulutangkis menurut Panitia POR 7 Djarum (1990: 3) dalam skripsi Achmad Yulianto (2005), ada 4 aspek yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama, sebagai berikut:

A. Aspek teknik

Keterampilan dasar atau teknik dasar permainan bulutangkis menurut Subardjah (2000) adalah sebagai berikut:

a) Cara memegang raket (*grip*)

Teknik memegang raket yang dianggap baik adalah teknik memegang raket yang bisa dipergunakan untuk menerima dan mengembalikan kok dengan mudah. Ada beberapa cara yang digunakan untuk memegang raket, diantaranya cara pegangan *western (American Grip)*, cara pegangan Inggris, cara pegangan *shakehand*, dan cara campuran.

b) Berdiri (*stance*)

Beberapa bentuk berdiri atau *stance* yang perlu diketahui dan dikuasai pada dasarnya dapat dibagi menjadi 3 bagian, yaitu berdiri pada saat servis, pada saat menerima servis, dan pada saat permainan berlangsung. Akan tetapi cara berdiri meski relatif mudah harus tetap dipelajari supaya dapat bermain bulutangkis dengan nyaman.

c) Gerakan kaki (*footwork*)

Prinsip dasar bagi pemain yang menggunakan pegangan raket tangan kanan (*right handed*), adalah kaki kanan selalu berada diujung akhir, atau setiap melakukan langkah selalu diakhiri dengan kaki kanan. Sebagai contoh, jika disamping badan, kaki kanan selalu berada didepan. Demikian pula jika hendak memukul kok dibelakang, posisi kaki kanan berada dibelakang.

d) Pukulan (*stroke*)

Teknik pukulan yang sebenarnya menurut Panitia POR 7 Djarum (1990: 16-23) membangkitkan tenaga otot-otot yang menggerakkan kaki, tubuh, pundak, siku, dan pergelangan tangan.

d. *Netting*

Netting adalah pukulan yang dilakukan dengan jarak yang dekat sekali disekitar net lapangan, atau bola yang dipukul dengan halus melewati rendah sekali dibibir net. Pengertian *netting* adalah bola yang dipukul dengan halus dan mempermainkan bola dibibir net.

Teknik dasar permainan bulutangkis harus dikuasai dengan baik terlebih dahulu guna pengembangan mutu prestasi dalam permainan bulutangkis.

B. Aspek fisik

Salah satu faktor utama yang menghasilkan peningkatan prestasi dalam pembinaan adalah dengan cara berlatih fisik. Seorang pelatih juga harus mengetahui kondisi fisik atletnya, sehingga beban latihan fisik bisa disesuaikan. Program dan aplikasi pelatihan fisik bulutangkis harus melalui tahapan sebagai berikut:

1) Persiapan fisik secara umum berguna untuk meningkatkan kemampuan kerja organ tubuh, sehingga memudahkan untuk melakukan pembinaan pada tahap berikutnya:

a. Program latihan lari

Latihan ini sangat cocok untuk mengasah kemampuan kerja jantung, paru-paru dan kekuatan tungkai.

b. Program latihan senam

Bentuk latihan senam pergangan untuk seluruh bagian tubuh dan persendian harus mendapat perhatian.

c. Program latihan loncat tali

Latihan untuk membina daya tahan, kelincahan kaki dan kecepatan serta melatih kemampuan gerak pergelangan tangan lebih kuat.

d. Program latihan gabungan

Latihan ini menggunakan berbagai alat bantu seperti bangku, gawang ukuran kecil, tali. Dengan tujuan membina dan meningkatkan kemampuan gerak pemain sebagai upaya pengkayaan gerak.

e. Latihan pemanasan

Latihan pemanasan berbentuk latihan lari jarak pendek yang bervariasi, seperti lari sambil angkat paha, lari mundur, lari maju dan kesamping. Melakukan gerak senam yang bersifat merenggangkan otot tungkai, paha belakang dan depan, lengan, pergelangan kaki, serta otot bahu. Tujuannya agar tidak terjadi cedera otot, persendian dan fungsi-fungsi tubuh lainnya.

f. Latihan pendinginan

Bentuk latihannya yaitu senam dan gerakan meregang, khususnya untuk otot besar seperti paha belakang dan depan, pinggang, punggung, otot lengan, bahu dan dada. Tujuannya agar otot yang bekerja dapat kembali pada posisi rileks dan tidak kaku.

2) Persiapan fisik khusus bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik dan gerak yang lebih baik menuju pertandingan yang sebenarnya. Bentuk latihannya adalah:

a. Latihan daya tahan

Bentuk latihan yang bisa dilakukan adalah melakukan kegiatan lari dengan menambah frekuensi latihan tersebut, tujuannya untuk meningkatkan kemampuan daya tahan otot dan tidak cepat mengalami kelelahan.

b. Latihan kekuatan

Bentuk latihan yang baik untuk latihan kekuatan adalah dengan berlatih menggunakan beban, selain itu dapat melakukan latihan seperti gerakan meloncat kedepan, kebelakang dan kesamping.

c. Latihan kecepatan

Latihan yang tepat untuk melatih kecepatan adalah lari cepat dengan jarak dekat, lari bolak-balik, jongkok berdiri dan diikuti lari cepat dalam jarak yang dekat pula. Kecepatan merupakan faktor yang penting dalam permainan bulutangkis, karena pemain harus cekatan dalam merubah arah gerak secara tiba-tiba.

d. Latihan kelenturan

Kelenturan adalah komponen kesegaran jasmani yang sangat penting dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis. Dengan karakteristik gerak serba cepat, kuat, luwes namun bertenaga, pembinaan kelenturan tubuh harus mendapat perhatian khusus.

e. Latihan bayangan

Latihan ini berfungsi untuk meningkatkan gerakan kaki, kecepatan, serta daya tahan. Latihan ini dapat digunakan sebagai latihan khusus dan rutin dalam pembinaan bulutangkis.

3) Peningkatan kualitas gerak khusus pemain.

Pada tahapan ini pelatihan bertujuan untuk memahirkan gerakan kompleks dan harmonis yang dibutuhkan oleh setiap pemain untuk menghadapi suatu pertandingan.

C. Aspek taktik

Dalam bulutangkis tidak hanya diperlukan fisik dan teknik yang bagus, akan tetapi faktor taktik juga menjadi salah satu faktor penentu dalam permainan bulutangkis. Beberapa pembinaan mengenai taktik dalam bulutangkis menurut

Panitia POR 7 Djarum (1990 : 56-57) dalam skripsi Achmad Yulianto (2005) sebagai berikut:

a. Taktik dan teknik pukulan

Yaitu dari kemampuan teknik pukulan atlet dapat menipu lawan sulit untuk melakukan pengembalian.

a) Taktik permainan tunggal

Yaitu untuk dapat mengatasi suatu permainan tunggal dan lawan dalam suatu pertandingan atau game serta dapat mengatur posisi bola agar lawan sulit untuk mencapainya.

b) Taktik permainan ganda

Yaitu untuk dapat bekerja sama dengan menjaga daerah pertahanan sendiri, serta dapat mematkan bola secepat mungkin dari lawan.

D. Aspek mental

Pembinaan mental pemain yang harmonis antara jasmani dan rohani sangat penting untuk mencapai prestasi yang maksimal. Dalam pembinaan bulutangkis perlu dikembangkan pula aspek mental, yang bertujuan untuk membina atlet tersebut kearah yang lebih baik dalam tingkah laku.

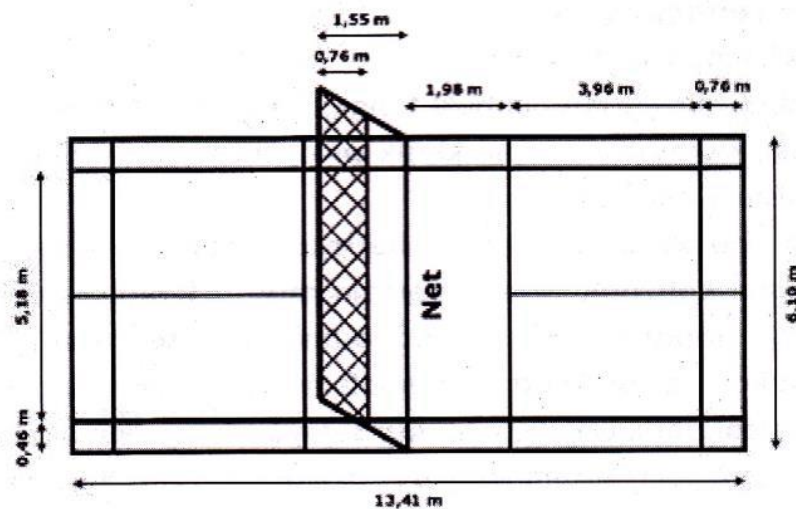
Didalam pembinaan atau pengembangan mental olahraga bulutangkis menurut Panitia POR 7 Djarum (1990 : 64) dalam skripsi Achmad Yulianto (2005) adalah sebagai berikut:

1. Contoh dari pelatih dalam tindak tanduk, sikap dan karya yang baik.
2. Biasakan kehidupan pemain sehari-hari yang teratur, tertib dan disiplin.
3. Pemberian wejangan-wejangan kepada pemain baik dalam latihan maupun diluar latihan.

2.1.9.2 Sarana Prasarana Bulu Tangkis

Lapangan bulu tangkis berbentuk persegi panjang dan mempunyai ukuran seperti terlihat pada gambar. Garis-garis yang ada mempunyai ketebalan 40 mm dan harus berwarna kontras terhadap warna lapangan. Warna yang disarankan

untuk garis adalah putih atau kuning. Permukaan lapang disarankan terbuat dari kayu atau bahan sintetis yang lunak. Permukaan lapangan terbuat dari beton atau bahan sintetis yang keras sangat tidak dianjurkan karena dapat mengakibatkan cedera pada pemain. Jaring setinggi 1,55 m berada tepat di tengah lapangan. Jaring harus berwarna gelap kecuali bibir jaring yang mempunyai ketebalan 75 mm harus berwarna putih.



Gambar 2. Lapangan Bulu Tangkis

Sumber: Feri Kurniawan (2011:32)

2.1.9.3 Peraturan permainan bulu tangkis atlet difabel

Atlet yang mengikuti cabor ini nantinya akan terbagi menjadi dua, yaitu atlet berkursi roda dan berdiri. Cabor ini memiliki enam klasifikasi yang disesuaikan dengan kondisi atlet.

- WH1 Atlet berkursi roda dengan keterbatasan pada kedua kaki dan fungsi tubuh bagian atas sangat terbatas.
- WH2 Atlet berkursi roda dengan keterbatasan pada satu atau dua kaki dan tubuh bagian atas normal atau keterbatasan minim.
- SL3 Atlet bisa berdiri dengan keterbatasan pada satu atau kedua kaki dan keseimbangan tidak bagus saat berjalan ataupun berlari.
- SL4 Atlet bisa berdiri dengan keterbatasan lebih ringan dari SL3. Keterbatasan bisa pada satu atau kedua kaki dengan keseimbangan bagus saat berjalan ataupun berlari.
- SU5 Atlet berdiri dengan keterbatasan pada tangan.

- SS6 Atlet dengan tubuh pendek karena faktor genetik yang sering merujuk pada kekerdilan.

Kelas WH1, WH2, SL3 untuk nomor tunggal hanya menggunakan satu sisi lapangan. Sementara itu untuk nomor ganda menggunakan lapangan penuh. Kelas SL4, SU5, dan SS6 menggunakan lapangan penuh pada kelima nomor (tunggal putra, tunggal putri, ganda putra, ganda putri, dan ganda campuran). Area lapangan untuk sektor tunggal dan ganda pun berbeda. Lebar area tunggal sebesar 5,18 m. Sementara itu untuk sektor ganda selebar 6,10 m. Tinggi net untuk permainan ini 1,55 meter. Cabang olahraga bulu tangkis di ajang khusus untuk penyandang disabilitas ini nantinya akan menyajikan olahraga yang kompetitif, gigih, dan kerja sama tim, serta kekuatan mental.

2.1.10 Prestasi

Kata prestasi sering kali terdengar dalam pembicaraan yang menyangkut bidang olahraga maupun bidang akademik. Agus Kristiyanto (2012) menyebutkan bahwa “prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga”. Prestasi adalah hasil akhir yang diperoleh seorang maupun pelatih dalam suatu kegiatan kejuaraan. Menurut pendapat di atas prestasi adalah sebuah hasil dari upaya maksimal, upaya maksimal di sini adalah usaha yang dilakukan atlet, pelatih, maupun manajemen.

Untuk atlet usaha maksimal yang dilakukan adalah menjalankan program latihan yang diberikan oleh pelatih secara disiplin dan menumbuhkan motivasi dalam diri sendiri. Dengan motivasi dari dalam atlet akan terus berlatih sepanjang waktu baik itu bila akan menghadapi pertandingan maupun tidak ada pertandingan. Untuk pelatih usaha maksimal yang dapat dilakukan adalah memberikan program latihan yang sesuai dengan karakteristik atlet karena setiap atlet memiliki karakteristik sendiri-sendiri dan juga seorang pelatih harus mampu memberikan dorongan motivasi kepada setiap atletnya. Sedangkan untuk manajemen usaha maksimal yang dapat dilakukan dengan cara menyiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan atlet maupun pelatih seperti sarana dan prasarana yang memadai dan sumber dana yang mencukupi.

Dalam sebuah kejuaraan atletlah yang menjadi ujung tombak sebuah pencapaian prestasi ini dikarenakan atletlah yang berjuang membawa nama baik

organisasi, sehingga atlet membutuhkan dukungan penuh dari segala elemen baik itu dari pelatih, manajemen, dan masyarakat agar mendapatkan prestasi yang tinggi. Begitu pula pada cabang olahraga di dalam NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) yang mana di ketahui bahwa atlet-atlet dalam NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) adalah mereka yang mempunyai kekurangan sehingga membutuhkan dukungan dari masyarakat agar dapat mengangkat mental mereka sehingga dapat berjuang secara maksimal dan mendapatkan prestasi yang tinggi.

2.2 Kerangka Konseptual

Olahraga adalah media untuk mengembangkan kemampuan dan bakat. Di setiap perlombaan olahraga pasti adanya perkembangan sebuah prestasi yang tidak serta merta dapat secara instan ataupun langsung. Untuk mendapatkan prestasi yang tinggi banyak faktor yang harus di penuhi faktor ini dalam pembinaan, pembibitan, program latihan, sarana dan prasarana, organisasi, atlet maupun pelatih. Seluruh faktor ini saling berkaitan dan membentuk satu kesatuan dalam perolehan prestasi yang tinggi. Apabila seluruh faktor dalam keadaan yang baik maka prestasi yang tinggipun dapat di capai. Prestasi yang tinggi menjadi sebuah cita-cita dari atlet, pelatih, dan organisasi itu sendiri.

Sedangkan, di Indonesia banyak orang yang mempunyai bakat dalam bidang olahraga dan mengikuti perlombaan nasional hingga internasional. Tak kalah menarik manusia yang dilahirkan tidak sempurna/cacat yang sering disebut dengan disabilitas. Para disabilitas ini menggunakan olahraga sebagai media untuk membanggakan diri sendiri, orang tua bahkan mengharumkan nama bangsa, yang disebut atlet difabel. Prestasi yang diperoleh atlet difabel ini dapat memberikan kesadaran kepada masyarakat dan instansi pemerintah bahwa kekurangan bukanlah penghambat seseorang untuk berhasil.

Untuk mengembangkan bakat dan prestasi yang dimiliki atlet difabel ini, pemerintah di Indonesia memberikan fasilitas yaitu sebuah organisasi (instansi) yang membina dan membimbing para atlet difabel. Sedangkan Instansi di Jawa Tengah memberikan perhatian lebih untuk mengembangkan potensi bakat kepada atlet yaitu bernama NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa

tengah. Adanya NPCI ini, atlet difabel memberi kontribusi langsung di lingkungan dan negara melalui prestasi – prestasi yang diraih.

Bulu tangkis adalah cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat baik kalangan ekonomi keatas sampai bawah, laki-laki perempuan, anak – anak, lansia bahkan penyandang disabilitas. Bulu tangkis adalah olahraga yang kompetitif menggunakan gerakan eksplosif yaitu berlari, meloncat, refleks, kecepatan merubah arah, koordinasi mata dan gerakan tangan yang tepat dan baik. Para atlet difabel dalam cabor bulu tangkis kini setiap tahunnya semakin banyak mendapatkan kejuaraan, entah dari kejuaraan Peparnas, Kejurprov, Kerjurnas bahkan kejuaraan tingkat internasional, karena cabor bulu tangkis sebagai cabor andalan. Para atlet difabel bulu tangkis Indonesia memiliki progres paling menjanjikan dalam beberapa waktu terakhir.

Keberhasilan dari sebuah atlet tak lepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi. Seperti pembibitan atlet harus dipilih dengan semaksimal mungkin karena bibit - bibit atlet berpengaruh dalam sebuah pencapaian prestasi. Atlet yang dipilih harus yang sudah berbakat dan baik untuk dibina. Lalu dilanjutkan ke tahap pemanduan bakat untuk mencari peluang atlet dalam menjalani program latihan hingga mampu ke tahap puncak. Selanjutnya proses pembinaan untuk meningkatkan ketrampilan dan prestasi semaksimal mungkin melalui empat aspek yaitu aspek teknik, aspek taktik, aspek fisik dan aspek mental.

Sarana prasarana yang memadai di suatu tempat pembinaan juga sangat mendukung dalam proses pengembangan prestasi atlet untuk kebutuhan latihan yang optimal. Sebuah latihan yang optimal harus adanya suatu program latihan yang dibuat oleh pelatih untuk meningkatkan kemampuan atlet dari ke empat aspek. Dari beberapa faktor ini terdapat faktor sentral dalam proses pelatihan olahraga yaitu pelatih. Pelatih adalah seseorang profesional yang bertugas membantu membimbing, membina dan mengarahkan atlet berbakat merelasikan prestasi maskimal dalam jangka waktu yang cepat. Contohnya di NPCI Provinsi Jawa Tengah berkontribusi memberikan perhatian khusus untuk para atletnya dan menerapkan faktor-faktor

tersebut sehingga menghasilkan atlet yang profesional maksimal. Instansi ini adalah suatu organisasi pemerintah yang mendukung dan membina para atletnya agar lebih menambah rasa percaya diri dan kemandirian untuk meraih sebuah kejuaraan.

Berkaitan dengan penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana perkembangan prestasi Atlet Bulu Tangkis *NPCI (National Paralympic Committee Indonesia)* Provinsi Jawa Tengah maka peneliti menggali lebih dalam mengenai informasi dan faktor-faktor yang mempengaruhi olahraga prestasi, informasi ini digali dari pembinaan, pembibitan, sarana dan prasarana serta atlet dan pelatih.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Yaitu dengan pengumpulan data yang berupa kata-kata, gambar dan bukan angka-angka berdasarkan dari naskah wawancara, catatan lapangan, foto, dokumen pribadi, catatan atau memo dan dokumen resmi lainnya. Metode penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi yang alamiah, bersifat deskriptif, menekankan pada proses atau produk, melakukan analisis data secara induktif dan lebih menekankan makna (Moleong, 2010).

Melalui pendekatan kualitatif ini peneliti bermaksud untuk menggambarkan hasil penelitian atau fenomena-fenomena yang digambarkan dalam bentuk uraian yang menunjukkan studi kasus tentang perkembangan prestasi atlet bulu tangkis NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah.

3.2 Lokasi dan Sasaran Penelitian

Tempat berlangsungnya penelitian ini di kantor NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah yang beralamat Jalan Adi Sucipto No.1, Manahan (Komplek Stadion Manahan Solo), Surakarta, Jawa Tengah dan tempat latihan cabang olahraga bulu tangkis.

3.3 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara dan rubrik observasi yang merupakan dasar dari pelaksanaan pencarian data. Instrumen utama penelitian ini adalah peneliti sendiri. Pengertian instrumen adalah data yang bergantung pada validitas peneliti dalam melakukan pengamatan dan eksplorasi langsung ke lokasi penelitian (Beni Ahmad Saebani dan Affudin, 2012). Pada penelitian kualitatif menggunakan wawancara, observasi, kuisisioner, dan dokumentasi yang kesemuanya merupakan sebagian dari metode pengumpulan data (Suharsimi, 2010).

Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber primer dan sumber sekunder. Sumber primer adalah

sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, dan sumber data sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau dokumen (Sugiyono, 2015). Berikut ini akan diuraikan beberapa metode dalam pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini:

3.3.1 Observasi

Observasi dalam penelitian ini dilakukan secara langsung dengan mengamati kondisi lingkungan lokasi penelitian. Proses pengamatan dimulai dengan melakukan pengamatan menyeluruh dan selanjutnya lebih terfokus. Dengan melakukan pengamatan secara menyeluruh guna mendapatkan catatan-catatan lapangan mengenai situasi umum di sekitar subjek penelitian. Sedangkan pengamatan terfokus dilakukan untuk mengamati peristiwa yang lebih mendetail, rinci dan menggambarkan informasi yang lebih spesifik tentang Study Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis *NPCI (National Paralympic Commite Indonesia) Jawa Tengah*.

Menurut Nasution (1988) dalam Suharsimi (2010) menyatakan bahwa, observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data dikumpulkan dengan bantuan berbagai alat yang sangat canggih, sehingga benda-benda yang sangat kecil maupun yang sangat jauh dapat diobservasi dengan jelas. Kegiatan ini dapat meliputi perhatian, pengamatan suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indera. Berarti dengan observasi peneliti mengamati langsung objek yang ingin diteliti, dalam arti penelitian observasi dapat dilakukan dengan tes, kuisioner dan rekaman gambar.

3.3.2 Wawancara

Penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur, yaitu dengan pertanyaan-pertanyaan yang telah disiapkan oleh peneliti. Kegunaan wawancara ini untuk memperoleh informasi tentang proses pembinaan prestasi, dampak yang didapat, serta prestasi yang telah dicapai.

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai, seseorang yang menjawab pertanyaan itu (Moleong, 2010).

Tahap – tahap wawancara yang akan digunakan peneliti:

- 1) Mencari dan menemukan pihak responden yang akan diwawancarai, mereka adalah pihak responden yang berperan penting yang mengenai daerah dan tempat penelitian agar memudahkan kegiatan yang dilakukan peneliti.
- 2) Menjalani hubungan yang baik dengan responden untuk menjalankan wawancara yang akan dilakukan agar mendapatkan informasi yang akan digali.
- 3) Peneliti menyampaikan pertanyaan yang tercantum dengan serangkaian pertanyaan dengan bahasa yang mudah dipahami oleh responden agar informasi yang didapat akurat, sesuai dengan kebutuhan peneliti.
- 4) Peneliti mencatat seluruh jawaban lisan yang disampaikan responden secara urut, teliti, efisien dan efektif.
- 5) Melakukan persiapan yang cukup matang untuk proses wawancara agar mengurangi kesalahan yang terjadi dalam proses pengambilan informasi.

3.3.3 Dokumentasi

Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dokumen resmi dari NPC Jawa Tengah sebagai bukti fisik dari suatu kegiatan yang telah dilakukan. Dokumen dalam penelitian ini dapat berupa catatan, biodata atlet, biodata pelatih, foto kegiatan, dan hasil prestasi yang pernah diraih oleh atlet difabel bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah.

Dokumentasi digunakan untuk mencatat peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk suatu tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif (Sugiyono, 2015). Adapun yang digunakan pada metode ini berupa buku catatan dan kamera.

Menurut Moleong (2010) terdapat dua dokumen yang dapat digunakan sebagai bukti penelitian, yaitu:

1. Dokumen Pribadi

Dokumen pribadi adalah catatan atau karangan seseorang secara tertulis tentang tindakan, dan kepercayaannya untuk memperoleh kejadian nyata tentang situasi social dan arti berbagai faktor di sekitar subjek penelitian.

2. Dokumen Resmi

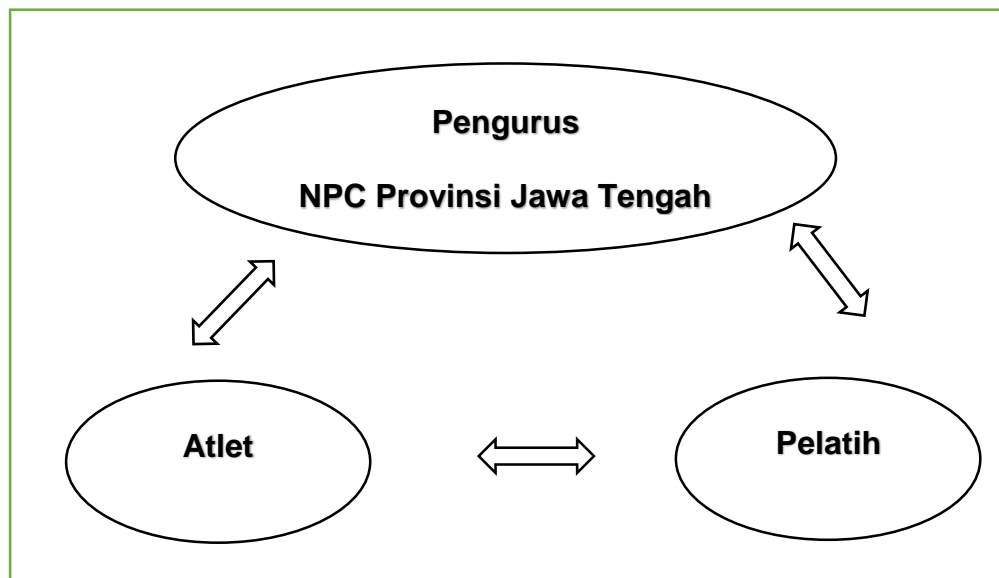
Dokumen resmi terbagi atas dokumen internal dan dokumen eksternal. Dokumen internal berisi tentang memo, pengumuman, instruksi. Dokumen demikian dapat menyajikan informasi tentang keadaannya. Dokumen eksternal berisi tentang bahan-bahan informasi yang dihasilkan oleh suatu lembaga sosial, misalnya majala, bulletin, pernyataan, dan berita yang disiarkan kepada media masa. Adapun instrument yang digunakan pada metode ini adalah pedoman wawancara.

Jadi dokumentasi adalah suatu cara penumpulan data yang menghasilkan catatan penting yang berhubungan dengan masalah yang diteliti hingga memperoleh data yang lengkap bukan berdasarkan pemikiran. Dokumen ini berbentuk tulisan, gambar atau karya seseorang. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto, gambar hidup dan sketsa (Sugiyono, 2015). Metode dokumentasi yang digunakan peneliti untuk bukti nyata data-data dengan obyek yang diteliti selama proses penelitian.

3.3 Pemeriksaan dan Keabsahan Data

Untuk menguji keabsahan data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi untuk memvalidkan data. Triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Teknik triangulasi yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber bertujuan untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber (Moleong, 2010).

Data dari sumber tersebut akan dideskripsikan, dikategorikan, mana pandangan yang sama, yang berbeda dan mana spesifik dari sumber-sumber data tersebut. Triangulasi sumber dalam penelitian ini terdiri dari tiga sumber yaitu atlet, pelatih, dan pengurus NPCI Provinsi Jawa Tengah :



Gambar 3.3 Triangulasi sumber

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan melalui observasi langsung, wawancara, dan menganalisis dokumen yang berhubungan dengan perkembangan prestasi atlet bulu tangkis NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah.

3.3.1 Pengujian Kepercayaan (Credibility)

Penerapan kriteria derajat kepercayaan pada dasarnya menggantikan konsep validitas internal dari nonkualitatif. Kriteria ini berfungsi: 1) melaksanakan inkuiri sedemikian rupa sehingga tingkat derajat kepercayaan penemuannya dapat dicapai, 2) mempertunjukkan derajat kepercayaan hasil-hasil penemuan dengan jalan pembuktian oleh peneliti pada kenyataan ganda yang sedang diteliti (Moleong, 2010).

Di dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber untuk pengecekan kredibilitas data. Triangulasi data merupakan kegiatan yang dilakukan untuk menjamin keterpercayaan data yang diperoleh melalui pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu (Sugiyono, 2015).

3.3.2 Pengujian Keteralihan (Transferability)

Kriteria keteralihan berbeda dengan validitas eksternal dari nonkualitatif. Konsep validitas itu menyatakan bahwa generalisasi suatu penemuan dapat berlaku atau diterapkan pada semua konteks dalam populasi yang sama atas

dasar penemuan yang diperoleh pada stempel yang secara representatif mewakili populasi itu (Moleong, 2010). Keteralihan sebagai persoalan empiris bergantung pada kesamaan antara konteks pengirim dan penerima. Untuk melakukan pengalihan tersebut seorang peneliti hendaknya mencari dan mengumpulkan kejadian empiris tentang kesamaan konteks (Moleong, 2010).

3.3.3 Pengujian Kebergantungan (*Dependability*)

Suatu penelitian yang reliable adalah apabila peneliti lain dapat mengulangi atau mereplikasi proses penelitian tersebut. Dalam penelitian kualitatif, uji dependability dilakukan dengan melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Dengan cara dilakukan oleh auditor yang independen, atau pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian.

3.3.4 Pengujian Kepastian (*Confirmability*)

Pengujian konfirmabilitas data dalam penelitian kuantitatif disebut juga dengan uji obyektivitas penelitian. Penelitian dikatakan obyektif apabila hasil penelitian disepakati orang banyak (Moleong, 2010). Dalam penelitian kualitatif uji konfirmabilitas mirip dengan uji dependabilitas, sehingga pengujiannya dapat dilakukan dengan bersama. Konfirmabilitas berarti hasil penelitian, dikaitkan dengan proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar konfirmabilitas.

3.4 Analisis Data

Adapun model analisis yang digunakan dalam metode ini adalah model Millies dan Huberman dalam Moleong, yakni analisis data ini dilakukan dengan mendasarkan diri pada penelitian lapangan. Model analisis ini menggunakan empat komponen yang saling berinteraksi yaitu: pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (verifikasi) (Moleong, 2010).

3.5.1 Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan jalan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data-data di lapangan itu dicatat dalam catatan lapangan berbentuk deskriptif tentang apa yang dilihat, apa yang didengar, dan apa yang dialami atau dirasakan oleh subyek penelitian. Catatan deskriptif adalah catatan yang ada, alami apa adanya dari lapangan tanpa adanya komentar atau tafsiran dari peneliti tentang fenomena yang dijumpai, dari catatan refleksi yang merupakan catatan

dari peneliti sendiri yang berkomentar, kesan, pendapat dan tafsiran terhadap fenomena yang ditentukan.

3.4.2 Reduksi Data

Langkah pertama peneliti mengumpulkan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan cara menulis semua catatan yang ada di lapangan. Langkah kedua menyeleksi, yaitu berdasarkan data yang sudah terkumpul kemudian dikategorisasikan. Langkah ketiga yaitu pemfokusan, yaitu memilih data yang relevan dengan sasaran penelitian pembinaan prestasi cabor bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah. Langkah keempat yaitu menyederhanakan, yaitu dengan cara menguraikan data kasar, dipilih yang sesuai dengan pembahasan masalah kemudian dianalisis sehingga diperoleh data benar-benar valid dan dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya.

3.4.3 Penyajian Data

Penyajian data dalam penelitian kualitatif adalah berbentuk teks naratif dan catatan lapangan. Penyajian data merupakan tahapan untuk memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan selanjutnya, untuk dianalisis dan diambil tindakan yang dianggap perlu.

3.4.4 Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Menarik kesimpulan merupakan sebagian dari suatu kegiatan dari konfigurasi utuh, karena penarikan kesimpulan juga diverifikasi sejak awal berlangsung penelitian hingga akhir penelitian yang merupakan suatu proses berkesinambungan dan berkelanjutan. Verifikasi dan penarikan kesimpulan berusaha mencari makna dari komponen-komponen yang disajikan dengan mencatat pola-pola, keteraturan, penjelasan, konfigurasi, hubungan, sebab akibat dan proporsi dalam penelitian.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Dalam penelitian pembinaan prestasi atlet bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah, peneliti melakukan penelitian langsung. Lokasi penelitian yaitu di Komplek Stadion Manahan Jl. Adi Sucipto No.1 Kota Surakarta. Nama NPCI itu diambil dari singkatan *National Paralympic Committee Indonesia*, sebelumnya bernama *NPC (National Paralympic Committee)* lalu adanya musornas di hotel Swiss Beline pada Maret 2018 NPC beralih nama menjadi NPCI yang diresmikan pada akhir tahun 2019. Jadi mulai akhir tahun 2019 hingga sekarang nama NPC Provinsi Jawa Tengah sudah berganti dengan nama NPCI Provinsi Jawa Tengah.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan penelitian langsung dengan sistem observasi pada 17 Februari – 27 Februari 2020, wawancara pada 28 Februari – 28 Maret 2020 dan dokumentasi terhadap responden yang berperan dalam pembinaan prestasi cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah, yang meliputi pengurus, pelatih dan atlet yang berperan langsung dalam kemajuan pembangunan olahraga di Indonesia. Setiap tahun NPCI Provinsi Jawa Tengah selalu mendapatkan kejuaraan dari tingkat provinsi, nasional hingga internasional. Untuk cabang olahraga bulu tangkis, mengikuti kejuaraan *single event dan multi event*. Single event adalah kejuaraan perebutan poin perdana bagi bulu tangkis di NPCI maka setiap atlet difabel yang membidik medali emas yang banyak semakin banyak point tinggi yang diraih maka ia dapat menuju event selanjutnya di Paralympic event. Sedangkan multi event adalah kejuaraan internasional yang diikuti seluruh penjuru dunia.

Event yang diikuti atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis contohnya, *5th Turkish Para Badminton International 2019, BWF Para Badminton Championships Swiss 2019, China Para Badminton Internasional 2019, Asian Paragames* dsb. Menurut responden yang diwawancarai “kejuaraan yang diperoleh oleh atlet difabel bulu tangkis yang dibina oleh NPCI Jawa Tengah itu sudah cukup baik tetapi ada sedikit penghambat untuk proses menjalankan

pembinaan prestasi". Responden disini adalah acuan untuk peneliti mendapatkan sumber informasi yang dibutuhkan dalam menyelesaikan penelitian ini.

4.2 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil data yang diperoleh oleh peneliti di NPCI Provinsi Jawa Tengah yang berlokasi di Komplek Gor Manahan Jl. Adi Sucipto No. 1 Kota Surakarta dengan responden pengurus, pelatih dan atlet, maka hasil yang diperoleh sebagai berikut:

4.2.1 Pembinaan Prestasi

Berdasarkan hasil data yang diperoleh telah dilakukan sistem pembinaan atlet bulu tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah berkelanjutan, sasaran yang dituju yaitu event tingkat nasional dan internasional. Ada beberapa tahap yang digunakan yaitu pemassalan, pembibitan dan pembinaan. Pemassalan atau pencarian atlet baru yang dilakukan oleh NPCI Jawa Tengah sejak usia dini. Pembibitan atlet dilakukan untuk mencari masyarakat difabel yang memiliki potensi dalam bidang bulu tangkis sesuai dengan klasifikasi lalu diadakan seleksi melalui kerjasama dengan NPC daerah. Sedangkan pembinaan sendiri terjadi ketika proses pemassalan dan pembibitan sudah berjalan, tentunya NPCI akan membina atlet yang sudah sesuai dengan klasifikasi lalu seleksi untuk menjalankan target mereka untuk bertanding ke ajang nasional hingga internasional. Jika atlet yang dibina lolos dalam beberapa kejuaraan tentunya mereka mendapatkan program pembinaan PJP (Program Jangka Panjang).

NPCI Provinsi Jawa Tengah adalah wadah organisasi yang mengakomodasi dan mengkoordinir dari setiap daerah Jawa Tengah dengan mengadakan Selekda, Kejuaraan PEPAPERDA (pekan paralimpic daerah), PEPARPROV (Pekan *Paralympic* Provinsi), dan kejuaraan daerah lainnya. Hasil dalam kejuaraan tersebut digunakan sebagai dasar pembinaan. Bagi atlet yang memiliki prestasi yang baik dan telah melampaui limit yang ditentukan oleh di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dapat dipromosikan untuk dibina lebih lanjut, terutama bagi atlet-atlet yang masih usia dini

untuk melanjutkan target hingga ke nasional yaitu PEPARNAS (Pekan *Paralimpic* Nasional).

Pembinaan di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah tidak hanya dilakukan dipusatkan latihan dan saat ada desentralisasi, tetapi juga dilakukan di daerah masing-masing dimana atlet tersebut berasal. Para pelatih selalu berkomunikasi dengan atlet yang ada di daerah supaya terus berlatih agar prestasi atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah tidak menurun.

Pelatih memberikan program kepada setiap atlet, yang digunakan sebagai pedoman latihan. Program latihan yang dibuat oleh pelatih bersifat berkelanjutan, program latihan akan berjalan terus-menerus sesuai dengan tingkatan kegiatan yang akan berlangsung sampai dengan atlet berprestasi maksimal. Pedoman pembuatan program latihan berdasarkan pada data diri atlet atau kemampuan atlet itu sendiri dan referensi serta informasi-informasi yang berkembang dalam dunia kepelatihan.

4.2.1.1 Pemassalan

Dari hasil data yang diperoleh dari beberapa responden penelitian yaitu pengurus, pelatih dan atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah dapat disimpulkan bahwa proses pencarian bibit baru atlet difabel dengan cara desentralisasi (penyerahan kekuasaan pemerintah pusat (provinsi) kepada daerah otonom. Lalu daerah otonom yaitu NPC daerah terjun langsung ke lapangan untuk mensosialisasikan mengenai pentingnya olahraga bagi para penyandang disabilitas. Bahkan pengurus mengadakan sebuah seleksi klasifikasi dan kejuaraan atlet difabel dari tingkat kota/kabupaten, daerah hingga provinsi. Target untuk pencarian atlet difabel ini sejak usia dini, maka pengurus mempromosikannya menggunakan melalui media sosial, mengunjungi sekolah dan masyarakat sekitar.

Tidak menutup kemungkinan untuk masyarakat umum penyandang disabilitas contohnya pengamen, anak jalanan bahkan yang putus sekolah bisa menjadi atlet yang dibina NPCI Provinsi Jawa Tengah, dengan cara mendaftarkan diri ke NPC daerah masing-masing daerah dengan syarat memiliki potensi dalam cabang olahraga. Lalu setelah pendaftaran pengurus daerah mengadakan sebuah seleksi, jika lolos seleksi penyandang disabilitas ini harus mengikuti lomba yang

diadakan tingkat daerah, Kota hingga Provinsi. Para pengurus daerah menyeleksi mana yang terbaik dari yang baik menurut standar klasifikasi yang dibutuhkan dan potensi yang dimiliki.

Tugas NPCI Provinsi Jawa Tengah ketika sudah lolos ditahap kejuaraan daerah pastinya sebagai wadah akomodasi organisasi memilah siapa yang akan dibina, jika prestasi yang ditunjukkan oleh para atlet ini selalu meningkat maka akan mendapatkan PJP (Program Jangka Panjang).

4.2.1.2 Pembibitan

Untuk proses pembibitan atlet akan dilaksanakan dengan cara menyeleksi melalui promosi degradasi para atlet bulu tangkis yang direkerut sebagai atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah melalui perlombaan kota atau daerah sesuai dengan nomor standar klasifikasi seleksi atlet bagi pembinaan di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dilakukan dengan cara mengamati pertandingan dan melihat hasil prestasi yang dicapai. Bagi atlet yang memenuhi kriteria akan dibina lebih lanjut oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. *Event* yang diadakan oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah yaitu PEPAPERDA untuk usia pelajar, PEPARPROV dan Kejurda. NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah mengadakan *event* pertandingan setiap tahun dan dari hasil tersebut NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dapat mencari bibit atlet yang mewakili NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah di even Nasional.

Dengan proses yang lumayan panjang proses pembibitan ini benar-benar disaring siapa yang mampu memberikan target kejuaraan hingga tingkat internasional. Jadi dari pihak NPCI Provinsi Jawa Tengah tidak dirugikan karena memiliki atlet yang sesuai. Tugas dari NPCI ini sendiri adalah wadah organisasi olahraga yang mengakomodasi prestasi atlet difabel di tingkat provinsi yang akan meneruskan ke tingkat nasional dan internasional. Hingga dapat membanggakan keluarga, daerah asal hingga negara kita Indonesia.

Ketika atlet mulai berprestasi para pengurus NPCI Provinsi menyeleksi atlet mana yang akan mereka bina dengan cara degradasi atlet. Lalu proses

pembinaan dimulai, dengan memberikan pelatih yang profesional dan berbakat pada bidangnya.

4.2.1.3 Pembinaan

Kesimpulan dari data yang diperoleh dengan pengurus, pelatih dan atlet proses pembinaan yang ada di NPCI Jawa Tengah sudah terkoordinasi dengan baik, karena atlet terpilih yang sudah dianggap lolos tahap seleksi melalui sebuah hasil kejuaraan dari beberapa perlombaan daerah maupun Kota dan Provinsi yang sudah sesuai dengan nomor klasifikasi pertandingannya masing-masing.

Pembinaan prestasi yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah melibatkan pengurus dan pelatih, karena pengurus terjun langsung menyeleksi yang dilihat dari kemampuan dan bakat sesuai kriteria yang dibutuhkan. Sedangkan pelatih tugasnya menyeleksi kembali kemampuan para atlet ini ketika akan melaksanakan latihan agar pelatih tahu kekurangan dan kelebihan para atlet tersebut. Pembinaan di NPCI Provinsi Jawa Tengah menggunakan metode yang digunakan saat atlet yang memberikan prestasi yang tinggi akan diberikan program jangka panjang (PJP). Melalui proses PJP ini pelatih berperan penting didalamnya. NPCI Provinsi Jawa Tengah membina para atletnya dengan cara memberikan pelatih yang profesional, akomodasi dana setiap bulannya, memberikan dukungan sarana prasana untuk tempat tinggal dan latihan, memberikan program latihan sesuai dengan kemampuan masing-masing atlet.

Pada cabang olahraga bulu tangkis para atlet dibina dengan baik untuk menjalankan target mereka ketahap nasional hingga internasional. Setiap atlet bulu tangkis yang ada di NPCI Jawa Tengah berlomba-lomba berlatih yang giat untuk mengikuti ajang kejuaraan. Setiap ajang kejuaraan mendapatkan point untuk ketahap berikutnya. Para atlet difabel bulu tangkis berburu point yang tinggi agar mendapatkan PJP (Program Jangka Panjang). Sebelum mengikuti banyak kejuaraan para atlet difabel ini tentunya mengikuti tingkatan seleksi dari SELEKDA, PELATNAS dsb, lalu untuk kejuaraan yang diikuti contohnya dari tingkat yang paling bawah hingga atas yaitu PEPARPROV, PAPERNAS, ASEAN GAMES, SEA GAMES event ini disebut multievent. Sedangkan single event untuk meraih point yang tinggi contohnya *5th Turkish Para-Badminton International - ENESCUP*

2019, Victor Denmark Para-Badminton 2019, Hulis Daihatsu Japan Para-Badminton International 2019, dsb. Para atlet difabel bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah diwajibkan bisa mengikuti jenis pertandingan single atau double walaupun setiap atlet difabel memiliki keahlian masing-masing.

Tenaga Keolahragaan Khusus

Tenaga keolahragaan yang tersedia di NPC Jawa Tengah diantaranya asisten pelatih, masseur dan psikolog olahraga. Masseur dan psikolog diambil dari pelatih yang mengikuti kepelatihan khusus atau pelatih yang mempunyai keahlian di bidang tersebut sebelumnya namun belum memiliki sertifikat kompetensi. Jika dikaitkan dengan teori yang ada, tenaga keolahragaan yang tersedia di NPCI Provinsi Jawa Tengah masih terbilang kurang guna menunjang proses pembinaan olahraga prestasi difabel dikarenakan belum adanya tenaga keolahragaan khusus yang disediakan NPCI Provinsi Jawa Tengah.

4.2.2 Perekrutan Pelatih

Hasil data yang diperoleh oleh peneliti kepada pengurus, pelatih dan atlet dapat disimpulkan pelatih yang direkrut oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah merupakan orang-orang yang mempunyai latar belakang olahraga dan mempunyai kepedulian tinggi kepada orang-orang penyandang disabilitas. Selama ini NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah bekerja sama dengan UNS (Universitas Sebelas Maret) untuk melatih para atlet disabilitas yang di bina oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah memilih UNS (Universitas Sebelas Maret) dikarenakan mahasiswa-mahasiswa UNS (Universitas Sebelas Maret) memiliki *soft skill* dan *skill* yang memenuhi syarat, serta sudah *familiar* dengan adanya olahraga *paralimpic*. Tak hanya itu para calon pelatih harus mempunyai pengalaman dalam bidang cabang olahraganya. Seorang pelatihpun juga harus menunjukkan beberapa prestasi yang mereka miliki sebelum direkrut menjadi pelatih. Tidak lagi tidak

bukan mereka sudah pernah menjadi atlet yang berkompeten dalam meraih kejuaraan.

Maka para pelatih membutuhkan sebuah lisensi pelatihan pelatih. Sedangkan lisensi yang dimiliki pelatih di NPCI Jawa Tengah beragam. Pelatihan lisensi pelatih diadakan dari berbagai badan olahraga yang terkait berdasarkan tingkatannya. NPCI Provinsi Jawa Tengah memiliki tiga pelatih dan satu asisten yaitu YA (perempuan), DH (laki-laki), IKA(laki-laki) dan TAP(laki-laki). Pelatih yang bernama YAW (perempuan) dan DH (laki-laki) memiliki lisensi pelatih yang paling tinggi. Karena setiap lisensi memiliki tahapannya. Seperti yang dimiliki YA(Perempuan) dan DH(laki-laki) lisensi pelatih berasal dari *BWF (Badminton Federation World)* yang sudah lulus standar kompetensi internasional dan mereka memiliki sertifikat lainnya yang diadakan dari tingkat nasional. IKA(laki-laki) memiliki lisensi kepelatihan dari tingkat nasional sedangkan TAP(laki-laki) hanya memiliki lisensi dari tingkat provinsi. Pelatihan pelatih ini juga diadakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah dan semua pelatih dan asisten syaratnya harus mengikuti lisensi tersebut.

Perekrutan pelatih disini bekerja sama dengan Universitas Negeri Surakarta dalam bidang keolahragaan dan dari rekrutmen umum dengan syarat lolos lisensi kepelatihan dari NPCI Provinsi Jawa Tengah, Nasional dan Internasional. Biasanya para pelatih ini adalah mantan atlet bulu tangkis bahkan pernah melatih sebelumnya.

Cara perkerutan pelatih dengan cara pengurus memberikan tes wawancara yang berisikan pertanyaan mengenai penyandang disabilitas, sertifikat lisensi pelatih, dan cabang olahraga bulu tangkis. Syarat khusus yang harus dibawa ketika wawancara yaitu membawa berkas lisensi pelatih minimal lisensi daerah hingga internasional dan piagam cabang olahraga bulu tangkis karena biasanya para pelatih adalah mantan atlet. Lalu setelah melalui tahap wawancara pelatih harus mengikuti pelatihan pelatih yang diadakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah. Lalu para pelatih juga harus mengikuti pelatihan mengenai olahraga penyandang disabilitas yang diadakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah agar pelatih mengerti bagaimana nomor klasifikasi para atletnya. Setelah itu jika pelatih

ini lolos kriteria yang dibutuhkan pelatih tersebut bisa melatih para atlet yang didampingi terlebih dahulu oleh pelatih senior.

Kriteria khusus untuk menjadi pelatih di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah ada dua yaitu yang pertama adalah peduli, mau melatih, mau mengorbankan waktunya untuk membina dan melatih atlet-atlet disabilitas. Yang kedua yaitu pendidikan, tentunya pendidikan tanpa adanya kepedulian tidak mungkin mereka bisa menjadi seorang pelatih, itu di karenakan butuh kesabaran dan ketekunan untuk melatih atlet-atlet disabilitas. Selain itu pendidikan yang dimaksud adalah para pelatih harus mengerti pembagian nomor pertandingan untuk para atlet difabel, mengerti klasifikasi pertandingan karena setiap cabang olahraga berbeda. Terutama pada cabang olahraga bulu tangkis klasifikasinya berbeda dengan cabang olahraga lain dikarenakan ada klasifikasi dalam kursi roda (*wheel chairs dan standing*).

4.2.3 Perekrutan Atlet

Kesimpulan dari data yang diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi oleh peneliti perekrutan atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah khususnya di cabang olahraga bulu tangkis, NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah mengawali dari pemilihan klasifikasi yang masuk dalam nomer-nomer pertandingan yang ada dalam cabang olahraga bulu tangkis. Kemudian berdasarkan dasar prestasi yang diperoleh atlet entah dari daerah masing-masing, provinsi bahkan nasional. Dengan adanya target atau dasar prestasi yang sudah di tentukan NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dapat melihat langsung hasil-hasil prestasi yang di peroleh, sehingga apabila hasil prestasi yang di peroleh memenuhi target maka akan langsung di rekrut menjadi atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah.

Syarat menjadi atlet di NPCI Provinsi Jawa tengah sesuai dengan Standart BWF adalah: Seperti dalam bulutangkis, atlet bulutangkis Para bersaing dalam tunggal putra dan putri, ganda putra dan putri dan ganda campuran. Atlet diklasifikasikan ke dalam "Kelas Olahraga" untuk memastikan keadilan dalam kompetisi. Di Para bulutangkis ada enam Kelas Olahraga.

1. Kursi Roda 1 WH 1: Pemain di kelas ini membutuhkan kursi roda untuk bermain bulu tangkis. Pemain di Kelas Olahraga ini biasanya memiliki gangguan pada tungkai bawah dan fungsi trunk.
2. Kursi roda 2 WH 2: Seorang pemain di kelas ini dapat memiliki gangguan pada satu atau kedua tungkai bawah dan gangguan minimal atau tidak sama sekali pada bagasi. Pemain diharuskan bermain di kursi roda di kelas ini.
3. Standing Lower SL 3: Di kelas ini seorang pemain harus bermain berdiri. Pemain bisa mengalami penurunan pada satu atau kedua tungkai bawah dan keseimbangan berjalan / berlari yang buruk.
4. Standing Lower SL 4: Kelas berdiri kedua di mana pemain memiliki gangguan lebih rendah dibandingkan dengan Kelas Olahraga SL 3. Pemain bisa mengalami penurunan pada satu atau kedua tungkai bawah dan gangguan minimal dalam keseimbangan berjalan / berlari.
5. Standing Upper SU 5: Para pemain di kelas ini memiliki gangguan pada tungkai atas. Gangguan bisa di tangan bermain atau tidak bermain.
6. Perawakan Pendek SH 6: Ini adalah pemain yang bertubuh pendek karena kondisi genetik yang sering disebut sebagai "kerdil".

Selain itu tidak ada syarat khusus untuk merekrut atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. Syarat menjadi atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah yaitu merupakan orang-orang penyandang disabilitas, selain orang-orang penyandang disabilitas NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah juga mengacu pada hasil prestasi yang di capai oleh atlet.

Klasifikasi bagi atlet merupakan hal terpenting untuk menjadi atlet di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. Klasifikasi merupakan awal bagi atlet untuk menentukan di kelas apa atlet itu bertanding. Klasifikasi bertujuan untuk menentukan menyetarakan lawan dalam perlombaan, dimana atlet akan bertanding dengan lawan yang mempunyai kedisabilitas yang sama.

Klasifikasi atlet di lakukan oleh orang-orang atau tenaga ahli yang berkecimpung di olahraga *Paralympic*, tetapi dari awal pengurus atau pelatih bisa memprediksi klasifikasi kedisabilitas yang ada di seorang atlet. NPCI (*National*

Paralympic Committee Indonesia) Jawa Tengah mengadakan sosialisasi kepelatihan klasifikasi bagi pelatih dan pengurus di kabupaten/kota, tujuan dari pelatihan klasifikasi tersebut supaya pelatih atau pengurus yang ada di kabupaten/kota dapat menentukan klasifikasi yang di bina sebelum di klasifikasi oleh tenaga ahli.

4.2.4 Program Latihan

4.2.4.1 Perencanaan Program Latihan

Hasil data yang diperoleh oleh peneliti, pelatih dan atlet adalah PJP (Program Pelatihan Jangka Panjang) pada tahun 2020 ini bertujuan untuk mempersiapkan Atlet NPCI JATENG untuk menghadapi multievent Pekan Paralympic Nasional di Papua, *Paralimpic Internasional* di Tokyo, ASEAN PARAGAMES di Filipina dan beberapa event single yang akan berlangsung di tahun 2020. Di setiap tahun di NPCI Jawa Tengah ada degradasi atlet untuk menghadapi beberapa event.

Tahun 2018 atlet yang sudah lolos pada seleksi menurut eventnya akan dikarantina dan dilatih semaksimal mungkin untuk menghadapi event tersebut. Karena di tahun 2018 ini banyak sekali multi event dan single event. Sedangkan di tahun 2019 pelatihan dilaksanakan dengan sistem Desentralisasi tetapi tetap mendapatkan uang pembinaan dari provinsi untuk vitamin, alat olahraga dsb. Di tahun 2020 pelatih mempersiapkan dari prakompetisi hingga persiapan kompetisi yang akan dimulai pada pertengahan tahun 2020.

Peran NPCI Jateng yang selalu mendukung prestasi atlet khususnya di cabang olahraga Para Bulutangkis, dengan tujuan mencapai prestasi terbaik. Karena menurut orang luar negeri, Indonesia adalah negara bulu tangkis. Beberapa atlet dunia ada di Indonesia, untuk juara 1 dunia para badminton dari Bandung yang dibina oleh NPCI Pusat dan berlatih di Solo, dan juara ketiga para badminton dunia diraih oleh atlet dari binaan NPCI Jawa Tengah yaitu Setyo Nugroho.

Adapun Target tahun 2020 dari NPCI Jateng adalah Juara Umum di Multievent Pekan Paralympic Nasional 2020, ASEAN PARAGAMES 2020, Pekan Paralimpic Nasional 2020. Contohnya untuk persiapan dari beberapa kejuaraan

terutama ASEAN PARAGAMES yang diadakan di Philipina yang seharusnya diadakan tahun 2019 dimundurkan di tahun 2020 yang membuat resah atlet dan pelatih. Sedangkan segala persiapan sudah dilakukan dengan matang pada tahun 2019. Pada tahun ini pun para pelatih mempersiapkan program latihan dari awal untuk menghadapi event.

Program latihan dibuat ketika ada atau tidaknya event karena program latihan dilaksanakan secara rutin. Tetapi jika akan mengikuti sebuah event para atlet diberikan program latihan tambahan sesuai event yang akan diikuti dan sesuai dengan nomor klasifikasi masing – masing atlet. Untuk NPCI Provinsi Jawa Tengah selalu mengikuti event olahraga bulu tangkis, setiap satu tahun minimal mengikuti dua hingga lebih. Event yang diikuti dari kejuaraan tunggal dan multi event daerah hingga internasional.

Program latihan dibuat oleh para pelatih yang saling berkoordinasi, dan dikomunikasikan kepada para pengurus untuk hasilnya selalu dijelaskan kepada para atletnya. Agar para atlet menyiapkan kesiapan fisik ketika akan melaksanakan program latihan pada hari sebelumnya, karena program latihan entah dari fisik, ketrampilan dan taktik dilaksanakan hari yang berbeda-beda setiap minggunya. Selain itu pengurus harus mengerti program latihan yang diberikan pelatih kepada atlet karena untuk pengurus dapat mengevaluasi pelatih.

Program latihan yang dibuat pelatih melainkan dari persiapan umum, persiapan khusus, persiapan pra kompetisi, persiapan kompetisi untuk pembagian waktu yang disesuaikan dengan event tersebut. Sedangkan macam-macam program latihan yang dibuat meliputi, latihan fisik, latihan mental, dan latihan ketrampilan. Pelatih tak lupa mengkoordinir dengan pengurus untuk meminimalisir kesalahpahaman agar bisa membantu memantau program latihan yang dibuat pelatih.

Selama ini program latihan yang dibuat di NPCI Jawa Tengah sudah terkoordinir dengan baik karena pelatih mempunyai keahlian masing-masing pada bidangnya. Contohnya di pelatihan fisik ada pelatihnya tersendiri yang memfokuskan latihan fisik, sedangkan para bulu tangkis disini mempunyai 2 tipe klasifikasi yaitu standing dan *wheel chairs*. Untuk *wheel chair* sendiri memiliki pelatih yang cukup handal menghadapi kekurangan disabilitas mereka. Karena

seorang pelatih harus memahami karakter diri atletnya. Atlet difabel ini memiliki tingkat kepekaan (emosi) yang tinggi. Jadi pelatih harus mengerti atletnya dan disesuaikan dengan porsi program latihannya.

Untuk team Para Bulutangkis terdiri dari 21 atlit dan 1 pelatih, 2 asisten pelatih. Untuk para atlet difabel bulu tangkis ini ketika belum adanya sentralisasi latihan untuk event tertentu, progam latihan dapat dilaksanakan di daerah masing masing. Dengan progam latihan yang sama. Progam dibuat sesuai dengan kesiapan pertandingan. Dan setiap 4 bulan sekali team pelatih mengadakan evaluasi yang akan dilaksanakan di Solo, dan akan diberlakukan sistem Degradasi. Team Pelatih berharap kerjasamanya semua atlit untuk bisa menjalankan progam latihan yang team pelatih buat dengan semaksimal mungkin.

4.2.4.2 Pelaksanaan Program Latihan

Program latihan yang diadakan di NPCI Provinsi Jawa Tengah enam hari dalam satu minggu yang dilaksanakan pada pagi hari dan sore hari. Program latihan yang di buat oleh pelatih yaitu latihan fisik, latihan mental dan latihan ketrampilan. Untuk tempat latihannya pun berbeda yaitu dilapangan sriwedari untuk latihan fisik dihari senin dan jumat, fitnes center di POK UNS Manahan untuk latihan gym di hari selasa dan kamis, dihari rabu dan sabtu diadakan games. Di hari rabu dan sabtu games diadakan di dua tempat yang berbeda karena lapangan untuk standing dan *wheel chair* berbeda. untuk yang standing lapangan berada di Hartono Trade Center (HTC) GOR Badminton lantai 3 sedangkan *untuk wheel chair* bermain game di lapangan tidak berkarpet yang berada di GOR Badminton Pratama di Cemani Surakarta. Dalam enam hari lathan dalam seminggu, untuk latihan pagi dan sore dihari senin, selasa dan jumat. Lalu dihari rabu, kamis dan sabtu hanya ada latihan pagi. Waktu latihan untuk pagi hari pukul 08.00 – 11.00 dan sore hari pukul 15.00- 17.30.

4.2.5 Sarana Prasarana

Sarana dan prasarana yang baik akan mendukung perkembangan prestasi atlet alhasil memudahkan pelatih dalam memenuhi kebutuhan atlet saat latihan, begitu pula dengan atlet akan merasa bersemangat untuk berlatih apabila didukung dengan sarana dan prasarana yang baik. Sedangkan sarana dan

prasarana yang ada di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah masih belum *ideal*, karena tempat untuk latihan masih sewa. Tetapi tidak banyak dampak yang ditimbulkan karena sarana prasana yang ada sesuai dengan standart internasional (BWF). Untuk keamanan sebuah sarana prasana yang dimiliki oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah selama ini tidak ada masalah melainkan aman karena alat olahraga disimpan didalam kantor NPCI Provinsi Jawa Tengah yang letaknya di GOR Manahan Surakarta. Setiap seminggu dua kali pasti selalu ada pengecekan dari pelatih, perwakilan atlet dan pengurus. Alat olahraga yang digunakan pada cabang olahraga bulu tangkis yaitu *shuttlecock*, raket, kursi roda, net dan lapangan. Untuk alat olahraga habis pakai yaitu *shuttlecock* yang selalu menstock satu bulan sekali. Didalam kantor menyediakan 60 slop *shuttlecock* Sedangkan raket atlet sudah diakomodasikan satu orang satu tetapi kantor menyiapkan cadangan didalam kantor berjumlah dua buah. Seragam yang dimiliki kantor NPCI Provinsi Jawa Tengah ada satu pasang untuk satu atlet. Sehingga di kantor memiliki 25 pasang seragam. Sedangkan untuk atlet *wheel chair* kursi roda milik pribadi tetapi kantor menyiapkan cadangan sejumlah dua buah. Untuk lapangan NPCI Provinsi Jawa Tengah masih menyewa dan didalamnya sudah disiapkan net. Untuk kantor memiliki cadangan net 1 buah. Lapangan yang digunakan untuk latihan sudah memenuhi standarisasi dari BWF karena untuk atlet *standing* menggunakan alas karpet hijau dan untuk atlet *wheel chair* lapangan yang digunakan lapangan tidak berkarpet dan alasnya sesuai dengan standarisasi nasional dan BWF.

Ketika atlet di karantina untuk menghadapi beberapa event kejuaraan sarana prasana seperti tempat tinggal, makanan, vitamin cukup terpenuhi. Menjalankan serangkaian program latihan pun ada transportasi untuk mengantar jemput atlet ketempat latihan. Jarak antara tempat latihan fisik, mental, ketrampilan dan taktik berbeda yang jaraknya cukup jauh.

Standart dan kualitas di terapkan di dalam sarana dan prasarana NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. Karena alat-alat yang terstandarisasi itu akan mempengaruhi rasa percaya diri, kemudian prestasi yang maksimal dari atlet NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah.

Perawatan sarana dan prasarana yang di miliki oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah sudah cukup baik, di mana NPCI

(*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah sudah memiliki tempat untuk penyimpanan alat-alat tersebut. Tempat penyimpanan alat-alat tersebut berada di kantor NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah yang berada di kompleks stadion manahan. Sayangnya belum ada petugas yang menjaga dan merawat alat tersebut, perawatan dilakukan oleh pelatih dan dibantu oleh atlet yang diawasi oleh pengurus yang dilakukan setiap satu minggu dua kali.

NPCI Provinsi Jawa Tengah adalah wadah organisasi olahraga Provinsi, maka tugasnya untuk menginstruksikan kepada cabang olahraga masing – masing dalam perawatan sarana prasana. Tidak ada SOP (Standar Operasional Prosedur) didalam perawatan sarana prasana. Terutama dalam cabang olahraga bulu tangkis diserahkan langsung kepada pelatih. Pelatih cabang olahraga bulu tangkis selalu giat dalam merawat sarana prasana yang dimiliki dari NPCI Provinsi Jawa Tengah. Pengecekan berskala selalu dilaksanakan satu minggu dua kali bahkan setelah latihanpun dilaksanakan perawatan. Perawatan yang dilaksanakan setelah dan sebelum latihan seperti pengecekan ban pada kursi roda, pengecekan *shuttlecock* dan net, pengecekan rangka kursi roda ketika rangka sudah tidak enak dipakai biasanya kurangnya minyak kursi roda dan pengecekan senar pada raket. Ketika senar putus atau sudah tidak layak pakai NPCI Provinsi Jawa Tengah mengakomodasikan biaya pembetulan senar raket. Untuk perawatan berskala yang dilaksanakan oleh pelatih biasanya pengecekan *stock shuttlecock*, pengecekan sewa lapangan, pengecekan seragam yang harus selalu dicuci seketika akan digunakan bisa layak pakai, pengecekan raket, pengecekan kursi roda yang harus dibersihkan karena jika tidak akan berkarat. Dan untuk kursi roda selalu harus dicek rangkanya bahkan ban pada kursi roda tersebut.

Perawatan pada sarana prasana yang dimiliki oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah dikatakan baik karena cabang olahraga bulu tangkis menggunakan alat olahraga habis pakai. Semua alat olahraga yang digunakan layak pakai. Ketika sarana prasana yang digunakan sudah tidak layak pakai pasti pihak NPCI Provinsi Jawa Tengah langsung tanggap mengatasi, karena cabang olahraga pada NPCI Provinsi Jawa Tengah termasuk banyak menghasilkan atlet berprestasi hingga ke kancah Internasional. Sehingga memiliki nilai kepedulian lebih besar kepada cabang olahraga bulu tangkis.

4.3 Pembahasan

Olahraga adalah media untuk mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki penyandang disabilitas. Terbukti banyak sekali penyandang disabilitas yang memiliki potensi lalu dibina oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah dengan cabang olahraga yang beragam. Karena NPCI Provinsi Jawa Tengah adalah wadah organisasi yang mengakomodasi dan membina atlet difabel untuk meraih sebuah prestasi. Seperti yang dijelaskan Syafruddin (2012) "Pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga".

Untuk memperkuat penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, Penelitian pertama oleh Supriyadi Arifin (2019) mengenai Study Tentang Perkembangan Prestasi Atlet Atletik di NPCI Jawa Tengah kesimpulannya adalah pembinaan yang dilakukan oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dapat dikatakan baik. Tetapi untuk sarana prasana atlet atletik masih terbilang kurang dan pelatih atlet atletik tidak semua memiliki lisensi pelatih.

Penelitian lainnya oleh Dwi Gansar Santi (2016) mengenai Pembinaan Olahraga Untuk Penyandang Disabilitas di NPCI Salatiga yaitu pembinaan olahraga untuk penyandang disabilitas di NPC Salatiga sudah terlaksana tetapi kurang baik. Walaupun belum semua pelatih menyusun program latihan secara tertulis dan minimnya sarana prasarana tetapi dukungan dari orang tua dan pengurus mampu memberikan kontribusi yang positif terhadap perkembangan prestasi mereka.

Bedasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian study perkembangan prestasi atlet bulu tangkis di NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah sebagai berikut:

Perkembangan prestasi NPCI Provinsi Jawa Tengah setiap tahun selalu meningkat dari berbagai cabang olahraga yang ada seperti bulu tangkis dan atletik dsb. Semua program pembinaan yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah berkelanjutan menggunakan Program Jangka Panjang yang terstruktur untuk mengikuti berbagai event dari nasional hingga internasional. Untuk Sarana Prasana yang dimiliki cabang olahraga bulu tangkis sudah cukup memadai. Dari segi perawatan sudah dirawat baik oleh para pengurus pelatih bahkan atletnya. Para pelatihpun semua memiliki lisensi pelatih dari tingkat Internasional yang

diadakan BWF hingga tingkat daerah. Walaupun ada satu orang yang hanya mempunyai lisensi pelatih daerah dari NPCI Provinsi Jawa Tengah tetapi pelatih ini baru diangkat sebagai asisten pelatih untuk mendapatkan tingkat selanjutnya menjadi pelatih ia harus mengupayakan memiliki lisensi pelatih minimal ditingkat nasional. Jadi tidak sembarang orang menjadi pelatih pada cabang olahraga bulu tangkis khususnya untuk melatih atlet difabel di NPCI Provinsi Jawa Tengah. Karena para pelatih harus memiliki beberapa syarat yang harus dipenuhi seperti memiliki lisensi pelatih, berkecimbung selama minimal lima tahun terakhir, memiliki pengetahuan mengenai atlet difabel, memiliki pengalaman melatih, mempunyai kepedulian lebih terhadap atlet difabel, memiliki kemampuan tinggi untuk melatih atlet mendapatkan kejuaraan yang maksimal. Sedangkan perekrutan atlet di NPCI Provinsi Jawa Tengah menganut sistem promosi degradasi atlet, dan syarat yang harus dimiliki yaitu harus difabel, minimal memiliki kejuaraan tingkat daerah dan provinsi, memiliki kemampuan lebih untuk mejadi juara, siap untuk melakukan program latihan yang dibuat pelatih, memiliki standart nomor klasifikasi yang dibutuhkan oleh pihak NPCI Provinsi Jawa Tengah.

4.3.1 Pembinaan prestasi

Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah, menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi menurut (Djoko Pekik Irianto, 2002).

4.3.1.1 Proses pemasalan, pembibitan dan pembinaan

Penyandang disabilitas di Indonesia memiliki kesadaran yang tinggi atas potensi olahraga. Tak sedikit dari mereka menjadi atlet yang sangat berbakat dibidangnya. Untuk menjadi atlet yang berpotensi, pemerintah mendukung dan menyediakan wadah organisasi yang mengakomodasi sebuah keberhasilan atlet dengan memberikan sebuah program latihan dan pelatih yang sangat berbakat pada bidangnya. Seperti yang diungkapkan Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (2006) "prestasi bisa tercapai, apabila memenuhi beberapa komponen seperti: atlet potensial, selanjutnya dibina dan diarahkan oleh sang pelatih". Karena pemerintah sangat mendukung sebuah bakat dan potensi yang dimiliki atlet difabel ini untuk menunjang prestasi mereka hingga ke jenjang

internasional yang didukung sarana prasana dan kebutuhan kesejahteraannya melalui organisasi olahraga seperti NPCI Provinsi Jawa Tengah.

Proses pembinaan atlet di NPCI Provinsi Jawa Tengah dengan cara pemusatan latihan dan desentralisasi yang dilakukan di setiap masing-masing daerah. Disinilah peran daerah untuk memproses pemasalan, dan pembibitan atlet. Proses pemasalan dan pembibitan atlet dilakukan diderah masing-masing dengan cara sosialisasi ke sekolah maupun masyarakat secara langsung. Lalu ada beberapa kejuaraan daerah yang diikuti para penyandang disabilitas. Mulai dari kejuaraan tingkat daerah kota hingga provinsi.

Pembinaan bagi atlet usia dini atau usia pelajar di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah sudah dikatakan baik, tetapi pembinaan bagi atlet-atlet senior masih kurang. Pembinaan bagi atlet senior di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah di lakukan dimasing-masing daerah atlet itu berasal dan tidak ada tempat khusus bagi pembinaan atlet senior tersebut. Pembinaan sentralisasi bagi atlet senior hanya di lakukan apabila sudah mendekati pertandingan dan berlangsung hanya dalam kurun waktu 24-12 bulan sebelum even berlangsung. Di tahun 2019 ada program jangka panjang yang di lakukan oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah untuk mempersiapkan atletnya di PEPARNAS Papua tahun 2020.

Seleksi atlet bagi pembinaan di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dilakukan dengan cara mengamati dipertandingan dan melihat hasil prestasi yang dicapai. Bagi atlet yang memenuhi kriteria akan dibina lebih lanjut oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah. Bagi usia pelajar atlet tersebut dapat masuk dalam PPLP dan PSOJP, untuk atlet yang sudah senior dapat dipromosikan untuk even yang lebih besar di tingkat Nasional. Even yang di adakan oleh NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah yaitu PEPAPERDA utuk usia pelajar, PEPARPROV dan Kejurda. NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah mengadakan even pertandingan setiap tahun dan dari hasil tersebut NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah dapat mencari bibit atlet yang mewakili NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Jawa Tengah di even Nasional.

Ketika atlet mulai berprestasi para pengurus NPCI Provinsi menyeleksi atlet mana yang akan mereka bina dengan cara degradasi atlet. Lalu proses pembinaan dimulai, dengan memberikan pelatih yang profesional dan berbakat pada bidangnya.

Para pelatih mendidik dan mengajarkan para atletnya agar meraih kejuaraan yang lebih tinggi. Perlu komunikasi yang baik dalam menjalankan sistem pelatihan untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Sebuah program dan sistem pelatihan yang diberikan pelatih sangatlah berpengaruh dalam prestasi mereka. Maka seorang pelatih memberikan program latihan untuk menghadapi sebuah event kejuaraan. Program latihan yang diberikan yaitu aspek teknik, taktik, fisik, ketrampilan dan mental. Sistem pelatihan melalui program latihan akan berjalan baik ketika adanya sebuah dukungan sarana prasarana yang memadai. Untuk sarana prasana yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah ini kurang memadai terutama pada bidang bulu tangkis karena sangat disayangkan tempat latihan (lapangan) masih menyewa tetapi untuk alat olahraga seperti kursi roda, *shuttlecock*, raket dsb disediakan oleh pihak pengurus yang disimpan dalam kantor NPCI Provinsi Jawa Tengah yang letaknya di komplek Gor Manahan. Perawatan sarana prasarana juga sudah cukup baik. Untuk transportasi juga sudah disiapkan untuk proses pelatihan, dimana tempat latihan jaraknya jauh dari mess. Selain itu standarisasi sarana prasarana sudah tercapai dikarenakan di tempat latihan (lapangan, net) sudah memenuhi syarat seperti yang dianjurkan *di BWF (The Badminton World Federation)*. Maka dari itu para atlet yang dibina oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah ini mempunyai semangat yang tinggi dalam menjalankan proses pelatihan karena menurut mereka dukungan sarana prasarana sudah mencukupi walaupun tempat latihan masih menyewa.

4.3.1.2 Metode pembinaan

Para atlet para badminton ini dibina dengan sebaik mungkin untuk memberikan target kejuaraan hingga ke internasional. Metode yang digunakan saat atlet yang memberikan prestasi yang tinggi akan diberikan program jangka panjang (PJP). Melalui proses PJP ini pelatih berperan penting didalamnya.

4.3.1.3 Faktor yang menghambat proses pembinaan

Mencetak atlet potensial tidak bisa dilakukan dengan cara instan, pembinaan berjenjang, kompetisi rutin, pemberian jam terbang, ketersediaan dana pembinaan, fasilitas serta perhatian dari pemerintah menjadi faktor yang penting dalam upaya melahirkan bibit-bibit atlet menurut (Wibisono, 2011). Tetapi setiap pembinaan memiliki sebuah faktor penghambat. Melainkan di NPCI Provinsi Jawa Tengah sampai saat ini ada sedikit yang menghambat sebuah pembinaan itu yaitu mengenai aksesibilitas, sarana prasarana dan kepedulian club olahraga able atas olahraga untuk para atlet difabel.

Aksesibilitas yang dimaksud disini contohnya para atlet difabel cabor bulu tangkis klasifikasi *wheel chair* menggunakan fasilitas kursi roda harus bejalan mudah naik keatas transportasi. Disini diharapkan oleh para atlet difabel mengenai fasilitas olahraga publik yang aksesibel.

Sarana prasarana yang ada kurang memadai karena lapangan pun menyewa dan harus berpindah- pindah tempat latihan untuk jarak yang ditempuhpun jauh antara tempat latihan fisik, taktik, teknik, mental dan ketrampilan bahkan ke mess mereka.

Yang terakhir adalah rasa kepedulian yang sangat kurang antara club able kepada atlet difabel sangatlah berasa karena sebenarnya atlet difabel ini butuh kepedulian lebih agar bisa meraih prestasi yang tinggi. Mereka bersusah payah menjalankan latihan dengan kondisi yang kurang. Mungkin jika club able lebih peduli akan lebih mendorong motivasi dan tingkat kejuaraan lebih tinggi. Entah dibantu dalam segi sarana prasarana, melatih dsb.

4.3.1.4 Peran pengurus dalam pembinaan

Peran pengurus dalam pembinaan sendiri tergantung pada *job description*. Untuk lebih umumnya pengurus disini membantu membina para atlet untuk meraih prestasi, dan mengkoordinasi antara pelatih dan atlet untuk mempersiapkan sebuah kejuaraan. Selain itu pengurus membantu mengakomodasi yang dibutuhkan cabang olahraga tersebut.

Selain itu dalam sistem pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah selalu mengkoordinir dengan pihak yang terkait seperti jajaran Dinas Kepemudaaan,

Olahraga dan Pariwisata (Disporapar) Jateng. Agar pembinaan berjalan baik untuk mencapai targetnya. Rakerda (rapat kerja daerah) adalah salah satunya. Dalam Rakerda ini beberapa materi yang dibahas sosialisasi perubahan AD/ART NPCI, program-program kerja, Kebijakan-kebijakan Disporapar terhadap NPC Jateng, Potensi dan peran disabilitas dalam membangun prestasi olahraga, dan masih banyak lagi yang menunjang terkait pembinaan prestasi olahraga atlet difabel.



Gambar 4.1 RAKERDA di Alana Hotel Solo

RAKERDA ini diikuti dari 33 perwakilan kota/kabupaten se-Jateng berkumpul di Solo, Selasa-Rabu 26 – 27 Februari 2020.

4.3.1.5 Target khusus dalam pembinaan

Setiap pembinaan disebuah wadah organisasi memiliki target tersendiri. Khususnya organisasi olahraga seperti di NPCI Provinsi Jawa Tengah. Target yang diberikan atlet yaitu meraih sebuah kejuaraan hingga ke kancah Internasional. Untuk target pelatih yaitu membantu atlet untuk mempersiapkan prestasi yang akan diraih dengan semaksimal mungkin.

4.3.1.6 Prestasi yang diraih NPCI Jawa Tengah Cabang Olahraga Bulu Tangkis pada tahun 2018 – 2020

Tabel 4.1 Daftar Atlet *The 3rd Asian Para Games Jakarta, Indonesia Tahun 2018*
NPCI Provinsi Jawa Tengah

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	CABOR	PENGCAB KAB/KOTA	NPC
1	FS	L	Bulu Tangkis	Surakarta	
2	SN	L	Bulu Tangkis	Karanganyar	
3	AB	L	Bulu Tangkis	Surakarta	
4	D	L	Bulu Tangkis	Cilacap	
5	S	L	Bulu Tagkis	Boyolali	

Tabel 4.2 Daftar Prestasi Atlet *The 3rd Asian Para Games Jakarta, Indonesia*
Tahun 2018 NPCI Provinsi Jawa Tengah.

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	CABOR	MEDALI	NOMOR PERTANDINGAN
1	FS	L	Bulu Tangkis	Emas Emas Perak	Tim Beregu Putra, Ganda Putra SL3-4, Tunggal Putra SL4.
2	SN	L	Bulu Tangkis	Emas Perak Perak	Tim Beregu Putra, Ganda Putra SU5, Tunggal Putra SU5.
3	D	L	Bulu Tangkis	Emas	Ganda Putra SL3-4

Tabel 4.3 Daftar prestasi atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah pada event
Internasional

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	EVENT	PRESTASI
1	SN	L	5th Turkish Para- Badminton International ENESCUP 2019	1. Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 2. Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5
			2nd Fazza- Dubai Para-Badminton International 2019	Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5
			Total BWF Para Badminton Championships Swiss 2019	Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5
			China Para- Badminton International 2019	1. Medali Emas Tunggal Putra Kelas SU5 2. Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5
			Victor Denmark Para-Badminton 2019	1. Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 2. Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5

			Hulic Japan Badminton International 2019	Daihatsu Para-Badminton	Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5
			BWF Badminton Championships Swiss 2019	Para	Medali Perunggu Tunggal Putra Kelas SL4
2	FS	L	5th Turkish Badminton International ENESCUP 2019	Para-	1. Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 2. Medali Perunggu Tunggal Putra Kelas SL4
			2nd Fazza- Dubai Para-Badminton International 2019	Dubai	1. Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 2. Medali Perunggu Ganda Campuran Kelas SL3-SU5 3. Medali Perunggu Tunggal Putra Kelas SL4
			YONEX Para-Badminton International 2019	Canada	1. Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 2. Medali Perunggu Ganda Campuran Kelas SL3-SU5
3	D	L	5th Turkish Badminton International ENESCUP 2019	Para-	Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4
			2nd Fazza- Dubai Para-Badminton International 2019	Dubai	Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4
			YONEX Para-Badminton International 2019	Canada	Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4

Tabel 4.4 Daftar Atlet Asean Para Games Filipina Tahun 2020 NPCI Provinsi Jawa Tengah

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	CABOR	PENGKAB/KOTA	NPC
1	S	L	Bulu Tangkis	Kab. Boyolali	
2	D	L	Bulu Tangkis	Kab. Cilacap	
3	AW	L	Bulu Tangkis	Kab. Cilacap	
4	SN	L	Bulu Tangkis	Kab. Karanganyar	
5	FS	L	Bulu Tangkis	Kota Surakarta	

NO	NAMA	JENIS KELAMIN	CABOR	PENGKAB KAB/KOTA	NPC
6	AB	L	Bulu Tangkis	Kota Surakarta	

4.3.1.7 Tenaga Keolahragaan Khusus

Adanya tenaga keolahragaan khusus menjadi salah satu instrumen penting dalam pembinaan olahraga prestasi. Muryadi (2015) menyatakan bahwa pelatih, atlet dan tenaga keolahragaan khusus seperti dokter, masseur, ahli gizi, ahli biomekanika olahraga dan psikolog olahraga memiliki peran dan fungsinya masing-masing yang saling melengkapi, sehingga sangat diperlukan dalam keberhasilan pembinaan.

Tenaga keolahragaan yang tersedia di NPCI Provinsi Jawa Tengah diantaranya asisten pelatih, masseur dan psikolog olahraga. Masseur dan psikolog diambil dari pelatih yang mengikuti kepelatihan khusus atau pelatih yang mempunyai keahlian di bidang tersebut sebelumnya namun belum memiliki sertifikat kompetensi. Jika dikaitkan dengan teori yang ada, tenaga keolahragaan yang tersedia di NPCI Provinsi Jawa Tengah masih terbilang kurang guna menunjang proses pembinaan olahraga prestasi difabel dikarenakan belum adanya tenaga keolahragaan khusus yang disediakan NPCI Provinsi Jawa Tengah.

4.3.2 Perekrutan pelatih

Perekrutan pelatih yang ada di Jawa tengah dengan cara seleksi dan pelatihan yang diadakan dari organisasi olahraga yang terkait disabilitas, pihak NPCI Jawa Tengah, pelatihan dari pemerintah bahkan pelatihan yang dibuat oleh BWF.

4.3.2.1 Rekrutmen pelatih

Dalam meningkatkan prestasi suatu cabang olahraga, peran seorang pelatih dalam hal ini sangat berperan besar dalam memajukannya. Maka untuk meningkatkan suatu prestasi cabang olahraga tentu diperlukan seorang pelatih

yang berkualitas yang mampu menguasai ilmu-ilmu kepelatihan dengan baik sesuai dengan cabang olahraga yang dilatih atau dipegang agar dapat terciptanya kreativitas, variasi-variasi latihan yang baik sesuai dengan tujuannya. Disamping itu tugas dan peran seorang pelatih tidak hanya membina dan melatih pemain, akan tetapi lebih dari itu, seorang pelatih harus mengetahui karakteristik individu dan kejiwaan atletnya. Pelatih harus bertindak tegas dan tepat sesuai situasi dan kondisi, serta bisa membina kemampuan anak didiknya untuk menerapkan program latihan yang akan menunjang manajemen latihan yang baik (Priyano Jaya, 2014).

Di NPCI Provinsi Jawa Tengah ini perekrutan pelatih yang merupakan orang – orang yang memiliki kepedulian tinggi atas adanya atlet difabel dan memiliki latar belakang olahraga. Selama ini NPCI Provinsi Jawa Tengah berkerjasama dengan UNS (Universitas Negeri Surakarta) dengan melihat siapa orang yang memenuhi syarat dari soft skill dan skill yang berkompeten. Bisa dari mahasiswa lulusan dari UNS bahkan dosennya. Tidak hanya itu biasanya calon pelatih dianjurkan mengikuti workshop yang diadakan NPCI Jawa Tengah agar mengerti bagaimana pemahaman mengenai pendidikan olahraga penyandang disabilitas, pendidikan pertandingan atlet penyandang disabilitas dan klasifikasi nomor- nomor cabang olahraga. Pelatih yang terpilih biasanya juga mantan atlet bahkan sudah punya pengalaman melatih sebelumnya. Pelatih ini harus sudah familiar dengan adanya olahraga paralimpyc. Karena untuk melatih atlet difabel lebih sulit dibandingkan dengan melatih atlet *able* (normal). Banyak sekali klasifikasi didalam cabang olahraga atlet difabel ini pelatih pun harus mengerti.

4.3.2.2 Syarat pelatih

Syarat untuk menjadi pelatih di NPCI Provinsi Jawa Tengah yaitu memiliki kepedulian yang tinggi terhadap olahraga untuk penyandang disabilitas. Mau sabar melatih para atlet difabel ini karena masing - masing atlet memiliki karakter yang berbeda. Mau mengorbankan waktunya untuk melatih. Mengajarkan dan membina atlet difabel ini. Mempunyai latar belakang cabang yang akan dilatihnya.

Selain itu ada beberapa faktor syarat menjadi pelatih menurut (Harsono, 2017):

- 1) Perilaku
- 2) Kepemimpinan
- 3) Sikap

- 4) Pengetahuan dan ketrampilan
- 5) Imajinasi
- 6) Ketegasan dan keberanian
- 7) Humor
- 8) Kebugaran
- 9) Pendewasaan atlet
- 10) Kegimbaraan berlatih
- 11) Hargai wasit
- 12) Hargai tamu
- 13) Pujian dan hukuman
- 14) Perhatian pelatih
- 15) Perhatian pribadi
- 16) Berfikir positif
- 17) Berbahasa yang baik dan benar
- 18) Siap mental

4.3.2.3 Jumlah pelatih

Jumlah 3 pelatih dan 1 asisten pelatih yang berada di NPCI Provinsi Jawa Tengah yaitu:

1. Y A (Perempuan)
2. J H (Laki – laki)
3. I K A (Laki – laki)
4. T A P (Laki – laki)

4.3.2.4 Keahlian dan kualitas pelatih

Keahlian dan kualitas pelatih sudah tidak perlu ditanyakan lagi, karena pelatih yang berada di NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah berkompeten dan loyalitas terhadap Jawa Tengah. Keahlian pelatih sudah pada bidangnya contohnya pelatih atas nama YA adalah mantan seorang atlet bulu tangkis yang telah mengikuti kejuaraan hingga tingkat nasional. YA memiliki sebuah club bulu tangkis yang berada di Surakarta. Ia sudah berpengalaman dalam cabang olahraga bulu tangkis. Tetapi ia memiliki pendidikan yang lebih mengenai penyandang disabilitas terutama olahraga para badminton, entah dari klasifikasi nomor pertandingan, bagaimana cara melatih atlet difabel dsb. Disini ia melatih pada atlet klasifikasi *wheel chair*. Sedangkan Indra ia mantan atlet nasional, ia mahasiswa lulusan dari UNS fakultas pendidikan keolahragaan. Ia juga sudah

pernah melatih cabang olahraga bulu tangkis sebelumnya. Lalu ia direkomendasikan UNS untuk menjadi pelatih di NPCI Jawa Tengah dengan mengikuti kepelatihan bulu tangkis dan workshop.

4.3.2.5 Evaluasi kinerja pelatih

Setiap sebelum dan setelah event para pengurus pelatih dan atlet mengadakan evaluasi mengenai sistem kerja pelatih. Entah dari sistem pelatihan, program latihan yang dibuat, bahkan cara melatih atletnya.

4.3.2.6 Strategi dan metode pelatih

Strategi yang dibuat oleh pelatih untuk atlet yang dilatihnya dengan cara pendekatan terhadap atletnya, lalu mengerti watak dan karakteristik masing – masing atlet, jika atlet merasa bosan para pelatih memberikan games. Untuk metode yang diberikan pelatih ke atlet yaitu menggunakan metode aspek taktik, ketrampilan, fisik, teknik dan mental.

4.3.2.7 Promosi degradasi pelatih

Di NPCI Provinsi Jawa Tengah sendiri pada cabang olahraga bulu tangkis baru sekali ada degradasi pelatih pada tahun 2018. Sebelumnya belum ada.

4.3.2.8 Sertifikasi pelatih

Para pelatih yang berada di NPCI Provinsi Jawa Tengah memiliki sertifikasi pelatih yaitu mereka mengikuti serangkaian pelatihan dari pihak NPCI Provinsi Jawa Tengah sendiri maupun mengikuti pelatihan tingkat nasional.



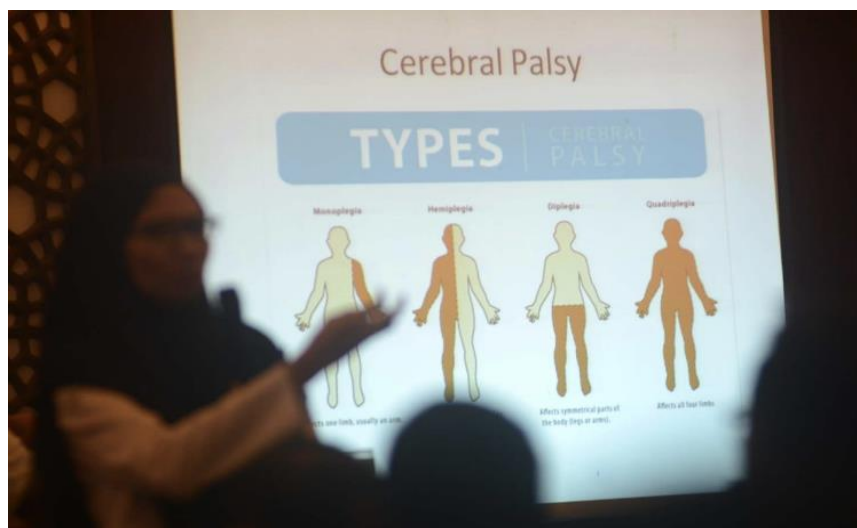
Gambar 4.2 Pelatihan Pelatih Olahraga Disabilitas NPCI Jawa Tengah.

Pelatihan pelatih ini diadakan pada Rabu, 10 Juni 2019 dengan bertemakan Pelatihan Pelatih Olahraga Disabilitas Tingkat Dasar.



Gambar 4.3 Pelatihan Pelatih Tingkat Lanjut

Pelatihan pelatih tingkat lanjut olahraga disabilitas NPCI Provinsi Jawa Tengah Tahun 2019 Hotel Grand HAP Surakarta pada 25 – 27 November 2019 yang diikuti seratus pelatih. Pembahasan yang dibahas mengenai empat aspek latihan yaitu fisik, teknik, taktik dan mental.



Gambar 4.4 pelatihan classifier kepada pelatih untuk menyeleksi atlet menurut nomor klasifikasinya.

Pelatihan ini bernama Pelatihan Klasifikasi Disabilitas Olahraga yang digelar di Syariah Hotel Lorin Solo, pada Kamis 26 – 27 September 2019 malam hari. Pelatihan ini itu diselenggarakan National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Jateng bekerja sama dengan Dinporapar Jateng. Seratusan peserta tenaga klasifikasi dari 35 kota/kabupaten dan koordinator cabang olahraga disabilitas mengikuti pelatihan itu.

Setiap perekrutan atlet pasti ada perpindahan atlet atau degradasi atlet penyandang disabilitas di sejumlah daerah yang diatur National Paralympic Committee Indonesia (NPCI). Regulasi itu bakal diterapkan demi tertibnya administrasi kependudukan, serta penghormatan terhadap upaya-upaya pembinaan yang telah dilakukan suatu daerah terhadap atlet bersangkutan. Permindahan atlet bermula karena saat di Jateng baru ada sekitar 10-15 kepengurusan NPCI kota/kabupaten, beberapa tahun silam. Sejumlah atlet muncul dari beberapa daerah yang belum memiliki NPCI, sehingga sang atlet diminta bernaung di NPC kota/kabupaten lain. Maka dari program yang dibuat tidak sesuai maka ada sebuah sistem yang bernama degradasi atlet, peprindahan atlet termasuk didalamnya.



Gambar 4.5 degradasi atlet dan perpindahan atlet.

Gambar diatas adalah proses perpindahan atlet difabel yang tersebut mengemuka pada rapat kerja daerah (rakerda) NPCI Jateng yang digelar di Hotel Alana, Colomadu, Rabu 26 - 27 febuari 2020. Rapat yang didukung Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata (Dinporapar) Jateng itu dihadiri utusan 33 NPCI kota/kabupaten, serta instansi yang membidangi olahraga pada kota/kabupaten se-Jateng.

NPCI Provinsi Jawa Tengah juga mengadakan pelatihan penanganan cedera untuk jaminan kesehatan atlet, yang termasuk dalam sistem pembinaan yang ada. Event ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan para tenaga keolahragaan khususnya para pelatih dan masseur di Kabupaten/Kota se-Provinsi Jawa Tengah



Gambar 4.6 pelatihan penanganan cedera olahraga

Pelatihan Penanganan Cedera Olahraga Disabilitas Tahun 2019 pada tanggal 28 - 30 Agustus 2019 di Hotel D'Wangsa Lorin dihadiri 35 Kabupaten/Kota se-Provinsi Jawa Tengah. Dinas Kepemudaan, Olahraga dan Pariwisata (DISPORAPAR) Provinsi Jawa Tengah berkolaborasi dengan National Paralympic Committee Indonesia (NPCI) Provinsi Jawa Tengah yang tentunya sebagai lembaga teknis dalam penyelenggaraan event ini. Tujuan event ini agar membantu dan meningkatnya sumber daya manusia khususnya para pelatih dan tenaga masseur di Kabupaten/Kota se-Provinsi Jawa Tengah.

4.3.3 Perekrutan atlet

Atlet adalah Individu yang memiliki keunikan dan memiliki bakat tersendiri lalu pola perilaku dan juga keperibadian tersendiri serta memiliki latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya Rusdianto (dalam Saputro et al., 2013). Seperti yang dijelaskan diatas, ketika atlet memiliki bakat tersendiri maka peran pengurus organisasi olahraga untuk membinanya agar mendapatkan prestasi yang semaksimal mungkin. Tidak lupa adanya sebuah pembinaan prestasi disitulah pelatih memiliki sebuah peran yang sangat besar. Maka sebuah wadah organisasi olahraga akan merekrut atlet yang memenuhi syarat yang dibutuhkan.

4.3.3.1 Pedoman perekrutan atlet

Promosi dan degradasi merupakan salah satu bentuk seleksi dalam sebuah tim, dimana penerapan sistem ini digunakan sebagai bentuk evaluasi dan kontrol terhadap peningkatan dan kemajuan setiap atlet, dengan adanya sistem promosi dan degradasi maka para atlet yang dibina akan selalu berkompetisi untuk terus meningkatkan kemampuannya baik teknik maupun fisik. Atlet yang selalu meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan tetap promosi berada dalam tim, sedangkan atlet yang tidak meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan terdegradasi keluar dalam tim (Ratna et al., 2018).

Berdasarkan penelitian yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah perekrutan seorang atlet dengan cara pemilihan klasifikasi yang masuk dalam nomor – nomor pertandingan yang ada didalam cabang olahraga bulu tangkis. Lalu pengadaan sistem desentralisasi di daerah masing –masing. Kemudian berdasarkan dasar prestasi yang dimiliki mereka memenuhi limit yang diberikan maka atlet ini akan terpilih menjadi atlet pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah.

4.3.3.2 Syarat atlet

Tidak ada syarat yang khusus untuk menjadi atlet di NPCI Provinsi Jawa Tengah, hanya semua atlet merupakan peyandang disabilitas dan yang berkompetensi dalam mengacu hasil prestasi tinggi yang dicapai. Memiliki

kemauan yang lebih untuk mendapatkan kejuaraan, mengikuti program yang dibuat oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah.

4.3.3.3 Klasifikasi atlet difabel bulu tangkis

Klasifikasi nomor pertandingan yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah standart menurut BWF (Federasi Bulu Tangkis Internasional). Inilah beberapa klasifikasi yang digunakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah:

1. Jenis gangguan/hambatan impairment pada Parabadminton

- 1) *Impaired muscle power* (gangguan kekuatan otot)
- 2) *Impaired passive range of movement* (gangguan sendi gerak)
- 3) *Limb deficiency* (ketiadaan bagian lengan)
- 4) *Leg length difference* (panjang kaki berbeda)
- 5) *Short stature* (bertubuh pendek)
- 6) *Hypertonia*: Terjadi abnormal pada ketegangan otot dan penurunan kemampuan dari otot untuk diregangkan
- 7) *Ataxia*: tanda neurologis dan gejala yang meliputi kurangnya koordinasi gerakan otot.
- 8) *Athetosis* : terjadi pergerakan yang lambat, tidak bertujuan, tidak disadari pada tangan dan kaki

2. Kelompok kelas pertandingan

- 1) Kelas Kursi Roda (*Wheelchair Classes*)
- 2) Kelas Berdiri (*Standing Classes*)

3. Jenis Klasifikasi

A. Kelas Kursi Roda

- 1) WH1 : Kelas kursi roda dengan keseimbangan sedang hingga kurang (*moderate to poor balance*)
- 2) WH 2 : Kelas kursi roda dengan keseimbangan baik (*good balance*)

B. Kelas Berdiri

- 1) SL3 : Kelas berdiri gangguan anggota gerak bawah (*Standing Classes - Lower Limb Impairment*) dengan sedang hingga kurang (moderate to poor balance)
- 2) SL4 : Kelas berdiri gangguan anggota gerak bawah (*Standing Classes - Lower Limb Impairment*) dengan keseimbangan baik (good balance)
- 3) SU5 : Kelas berdiri gangguan anggota gerak atas (*Standing Class - Upper Limb Impairment*)
- 4) SS6 : Kelas berdiri postur pendek (*Standing Class – Short Stature*)
5. Postur Pendek Usia minimal 18 tahun

Tabel 4.5 Klasifikasi Postur Pendek

No	Putra	Putri
1	Tinggi berdiri maksimal 145 cm	Tinggi berdiri maksimal 137 cm
2	Panjang lengan \leq 66 cm	Panjang lengan \leq 63 cm
3	Jumlah tinggi berdiri dan panjang lengan \leq 200cm	Jumlah tinggi berdiri dan panjang lengan \leq 190 cm

Tabel 4.6 Nomor Pertandingan

No	Klasifikasi	Putra	Putri
1	WH1	Single	Single
2	WH2	Single	Single
3	SL3	Single	Single
4	SL4	Single	Single
5	SU5	Single	Single
6	SS6	Single	Single
7	WH1/2	Double	Double
8	SL3/4	Double	Double
9	SU5	Double	Double
10	SL3/4/SU5	Double	Double

11	SL3/4/SU5	Mixed
12	SS6	Mixed

Contoh klasifikasi yang diikuti atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah di nomor ASEAN PARAGAMES Philipina 2020

4.3.3.4 Promosi degradasi atlet

Promosi dan degradasi merupakan salah satu bentuk seleksi dalam sebuah tim, dimana penerapan sistem ini digunakan sebagai bentuk evaluasi dan kontrol terhadap peningkatan dan kemajuan setiap atlet, dengan adanya sistem promosi dan degradasi maka para atlet yang dibina akan selalu berkompetisi untuk terus meningkatkan kemampuannya baik teknik maupun fisik. Atlet yang selalu meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan tetap promosi berada dalam tim, sedangkan atlet yang tidak meningkat kondisi fisik dan tekniknya akan terdegradasi keluar dalam tim (Ratna et al., 2018).

Untuk promosi degradasi atlet yang ada di NPCI Jawa Tengah diadakan setiap tahunnya. Pengurus melihat bagaimana perkembangan prestasi mereka selama satu tahun terakhir. Bagaimana pengurus dan pelatih saling mengkoordinasi para atletnya mana yang mampu menjalankan targetnya untuk meraih prestasi tinggi. Seleksi atlet selalu diadakan untuk melihat mana atlet yang layak mengikuti PJP atau tidak. atau dimana atlet yang layak untuk mengikuti event kejuaraan tersebut atau tidak yang dilihat dari beberapa faktor. Berikut contoh degradasi atlet yang diadakan pada tahun 2019:

Tabel 4.7 Daftar Atlet Parabadminton Promosi Degradasi

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Nomor Klasifikasi	NOMOR PERTANDINGAN YANG DIKUTI			
					TUNG GAL	GAN DA	GANDA CAMPUR AN	BEREG U
1	SN	25th	L	UPPER 5	√	√	√	√
2	DN	34th	L	UPPER 5	√	√		√
3	K	29th	L	UPPER 5	√	√		
4	FS	29th	L	LOWER 4	√	√	√	√
5	MF	20th	L	LOWER 4	√	√		
6	D	41th	L	LOWER 3	√	√	√	√
7	AB	43th	L	WHEEL CHAIR 2	√		√	
8	SA	26th	L	SS6	√			
9	S	34th	L	WHEEL CHAIR 2	√	√		
10	MR	18th	L	TRW	√		√	
11	JW	33th	L	TRW	√			
12	SD	18th	L	TRW	√	√		
13	T	30th	L	UPPER 5	√			

4.3.3.5 Nama atlet

Tabel 4.8 Daftar Atlet Para Badminton setelah PJP Tahun 2019-2020

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Nomor Klasifikasi	NOMOR PERTANDINGAN YANG DIKUTI			
					TUNGGAL	GANDA	GANDA CAMPURAN	BEREGU
1	SN	25th	L	UPPER 5	√	√	√	√
2	DN	34th	L	UPPER 5	√	√		√
3	K	29th	L	UPPER 5	√	√		
4	FS	29th	L	LOWER 4	√	√	√	√
5	MF	20th	L	LOWER 4	√	√		
6	D	41th	L	LOWER 3	√	√	√	√
7	AB	43th	L	WHEEL CHAIR 2	√		√	
8	SA	26th	L	SS6	√			
9	S	34th	L	WHEEL CHAIR 2	√	√		
10	MR	18th	L	TRW	√		√	
11	JW	33th	L	TRW	√			
12	SD	18th	L	TRW	√	√		
13	T	30th	L	UPPER 5	√			
14	HR	26th	L	SS6	√			

									Total
S	900	310	3,4444	2,5833	400	116,129	154,8387	2400	6200
D	900	240	2,6666	2	400	150	200	2400	4800
FS	900	290	3,2222	2,4166	400	124,137	165,5172	2400	5800
SN	900	300	3,3333	2,5	400	120	160	2400	6000

Tabel 4.10 program latihan weight training maintaince SN atlet Cabang Olahraga Para Badminton klasifikasi standing di NPCI Jawa Tengah

Program latihan atlet SN (laki-laki)									
ALAT	RM	50%	55%	60%	65%	60%	REPETISI	SET	RE C
Leg Ext	60	30	33	36	39	36	15	3	90s
Leg Press	150	75	82,5	90	97,5	90	15	3	90s
Leg Curl	55	27,5	30,25	33	35,75	33	15	3	90s
Squat	100	50	55	60	65	60	15	3	90s
Calf Rise	170	85	93,5	102	110,5	102	15	3	90s
Sidepull Ka	15	7,5	8,25	9	9,75	9	15	3	90s
Sidepull Ki	15	7,5	8,25	9	9,75	9	15	3	90s
Arm Curl	30	15	16,5	18	19,5	18	15	3	90s
Sidehand	12	6	6,6	7,2	7,8	7,2	15	3	90s
Backhand	7	3,5	3,85	4,2	4,55	4,2	15	3	90s
Forehand	12	6	6,6	7,2	7,8	7,2	15	3	90s
Sit Up	60	60	60	60	60	60	60	4	90s
Back Up	50	50	50	50	50	50	50	4	90s

Tabel 4.11 program latihan weight training maintaince S klasifikasi wheel chair cabang olahraga para badminton di NPCI Provinsi Jawa Tengah

Program latihan atlet S (laki-laki)									
ALAT	RM	50%	55%	60%	65%	70%	REPETISI	SET	REC
Poles F	13	6,5	7,15	7,8	8,45	9,1	15	3	90s
Poles B	11	5,5	6,05	6,6	7,15	7,7	15	3	90s
Pull Over	42	21	23,1	25,2	27,3	29,4	15	3	90s
Backhand Ka	10	5	5,5	6	6,5	7	15	3	90s
Backhand Ki	10	5	5,5	6	6,5	7	15	3	90s
Forehand Ka	12	6	6,6	7,2	7,8	8,4	15	3	90s
Forehand Ki	12	6	6,6	7,2	7,8	8,4	15	3	90s
Sidehand Ka	12	6	6,6	7,2	7,8	8,4	15	3	90s

Sidehand Ki	12	6	6,6	7,2	7,8	8,4	15	3	90s
Vertical Row	65	32,5	35,75	39	42,25	45,5	15	3	90s
Sayap Barbel	65	32,5	35,75	39	42,25	45,5	15	3	90s
Forehand Barbel	10	5	5,5	6	6,5	7	15	3	90s
Backhand	10	5	5,5	6	6,5	7	15	3	90s
Rotary Ka	55	27,5	30,25	33	35,75	38,5	15	3	90s
Rotary Ki	55	27,5	30,25	33	35,75	38,5	15	3	90s
Sit Up	35	35	35	35	35	35	35	3	90s
Back Up	35	35	35	35	35	35	35	3	90s

4.3.4.1 Perencanaan program latihan

Hidayat (2015) mengemukakan bahwa berkaitan dengan pembinaan prestasi olahraga terdapat banyak faktor yang harus dipertimbangkan antara lain meliputi tujuan pembinaan yang jelas, susunan program latihan yang sistematis, materi dan metode latihan yang tepat, serta evaluasi yang bisa mengukur keberhasilan proses pembinaan.

Program latihan harus diatur dan direncanakan dengan baik sehingga dapat menjamin tercapainya tujuan latihan. Penyusunan program latihan tidak bisa dibuat begitu saja tanpa ada dasar pengetahuan atau pengalaman dari pelatih itu sendiri, penyusunan program latihan harus berdasarkan ilmu pengetahuan dan teknologi, artinya harus memperhitungkan kemampuan atlet dalam menerima program latihannya agar bisa secara bertahap mampu mengembangkan kemampuan seorang atlet (Lubiss, 2017).

Tri Hadi Karyono dan Erwin Setyo Keiswanto (2006) dalam Hidayat (2015) menyebutkan bahwa ada empat faktor yang harus diperhatikan dalam menyusun program latihan yaitu frekuensi latihan, intensitas latihan, lama latihan, dan jenis latihan. Hal ini juga didukung oleh Tohar (2002: 42) dalam Kuncoro (2011) bahwa program latihan yang lazim pada umumnya dibagi menjadi 3 bagian, yaitu : 1.

Program Jangka Panjang yaitu antara 5-12 tahun, 2. Program Latihan Menengah yaitu antara 2-4 tahun, 3. Program Jangka Pendek yaitu antara 1 tahun kebawah.

Berdasarkan hasil penelitian dan landasan teori yang ada, NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam merencanakan dan menyusun program latihan. Perencanaan program latihan tersusun dengan baik karena pelatih harus menjadi pelatih yang terstruktur. Jadi pelatih cabang olahraga bulu tangkis yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah berkoordinasi bersama membuat perencanaan program latihan setiap tahunnya. Adapun program latihan untuk menghadapi event kejuaraan seperti ASEAN PARAGAMES, PEPARNAS dsb.

Pemberian program latihan yang tepat akan membantu atlet dalam mencapai prestasi optimal. Karena dalam menyusun program latihan, pelatih selalu melakukan musyawarah dengan asisten pelatih terkait program latihan apa yang akan dibuat dan program latihan dibuat secara tertulis. Program latihan yang dibuat disesuaikan dengan kejuaraan yang akan dihadapi. Mulai dari persiapan secara umum, persiapan secara khusus, persiapan pra-kompetisi sampai persiapan kompetisi, untuk pemberian frekuensi latihan, intensitas latihan, lama latihan, dan jenis latihan disesuaikan dengan kejuaraan tersebut. Program latihan yang dibuat meliputi latihan fisik, latihan mental dan latihan ketrampilan. Pelatih juga memiliki program latihan khusus, dimana program latihan khusus ini diberikan dan dipersiapkan untuk atlet terpilih yang dipersiapkan untuk kejuaraan khusus. Untuk pemberian latihan kurang lebih sama, ada latihan fisik, latihan mental dan latihan ketrampilan. Untuk program khusus pelatih, pelatih memberikan program supaya atlet lebih difokuskan.

4.3.4.2 Pelaksanaan program latihan

Pelaksanaan program latihan setiap bulannya berbeda sesuai dengan kebutuhan perlombaan, akan tetapi program latihan yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah selalu sesuai dengan susunan yang dibuat para pelatih.

Evaluasi Latihan pada setiap atlet memenuhi standart progam latihan

4.3.4.3 Kendala dalam pelaksanaan program latihan

Kendala yang ada ketika program latihan dilaksanakan yaitu tempat latihan yang cukup jauh membuat para atlet terkadang berubah mood ketika latihan.

4.3.5 Sarana prasarana

Sarana prasana yang baik akan mendukung suatu perkembangan prestasi yang diarah oleh atlet. Dengan sarana prasarana yang memadahi ini akan lebih memudahkan pelatih dalam memenuhi kebutuhan atlet saat latihan dan atlet akan merasa lebih termotivasi untuk latihan. Kebijakan pemerintah dalam penyediaan sarana dan prasarana olahraga memiliki pengaruh yang sangat besar, karena tanpa adanya sarana prasarana yang lengkap maka pembibitan, pemassalan, dan pembinaan olahraga prestasi tidak akan tercapai menurut (Soepartono, 2000).

4.3.5.1 Pengadaan sarana prasarana

NPCI Provinsi Jawa Tengah adalah wadah organisasi yang bisa memadahi kebutuhan atlet terutama dalam sarana prasana untuk sistem latihan atlet. Tetapi disayangkan di NPCI Provinsi Jawa Tengah ini sarana prasana sudah baik tetapi kurang ideal karena tempat latihan masih menyewa dan jarak antara tempat latihan saling berjauhan. Hal tersebut membuat dampak yang ditimbulkan tetapi tidak terlalu besar karena tempat latihan (lapangan) yang disewa sudah sesuai dengan standarisasi BWF dan jarak yang ditempuh memang cukup jauh tetapi tidak mengganggu program latihan. Karena program latihan disesuaikan dengan tempat. Jika program latihan yang dibutuhkan untuk melatih fisik dilapangan sriwedari untuk latihan fisik dihari senin dan jumat, fitnes center di POK UNS Manahan untuk latihan gym di hari selasa dan kamis, dihari rabu dan sabtu diadakan games. Di hari rabu dan sabtu *games* diadakan di dua tempat yang berbeda karena lapangan untuk standing dan *wheel chair* berbeda. untuk yang standing lapangan berada di Hartono Trade Center (HTC) GOR Badminton lantai 3 sedangkan *untuk wheel chair* bermain game di lapangan tidak berkarpet yang berada di GOR Badminton Pratama di Cemani Surakarta. Dalam seminggu

terdapat enam kali latihan, untuk latihan pagi dan sore dihari senin, selasa dan jumat. Lalu dihari rabu, kamis dan sabtu hanya ada latihan pagi. Waktu latihan untuk pagi hari pukul 08.00 – 11.00 dan sore hari pukul 15.00- 17.30. Maka dari itu dampak yang ditimbulkan tidak terlalu berpengaruh dalam pembinaan prestasi. Para atlet juga tidak keberatan dan bisa mengurangi rasa bosan karena berpindah – pindah tempat. Jika sarana prasana yang dimiliki milik NPCI Provinsi Jawa Tengah lebih praktis, dan efisien yang dapat mengurangi dana transportasi.

4.3.5.2 Kelengkapan sarana prasarana

Kelengkapan sarana prasana yang ada sebenarnya sudah cukup memadai dikarenakan tiap tahunnya ada pengadaan sarana prasarana khususnya alat olahraga. Untuk cabang olahraga bulu tangkis sendiri setiap tahun mengadakan pengadaan sarana prasana berupa raket, *shuttlecock*. Untuk kursi roda akan diakomodasi ketika kursi roda sudah tidak layak pakai. Sedangkan untuk tempat latihan masih menyewa tetapi untuk standarisasi tempat latihan sudah memadai. Di NPCI Provinsi Jawa Tengah juga menyiapkan sebuah transportasi untuk atlet ketika latihan, dan disediakan tempat tinggal (*mess*) ketika atlet akan dikarantina.

4.3.5.3 Keadaan sarana prasarana

Keadaan sarana prasana di NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah cukup baik, karena dirawat dengan cukup baik yang disimpan dikantor NPCI Provinsi Jawa Tengah. Walaupun yang merawat adalah pealtih yang dibantu atlet.

4.3.5.4 Kualitas sarana prasaraana

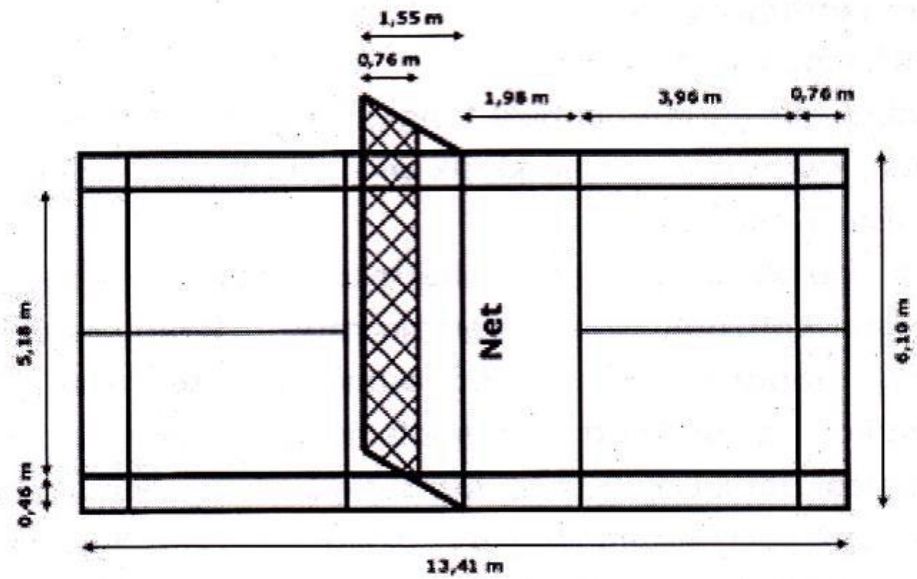
Standart Operasional Prosedur di NPCI Provinsi Jawa Tengah bergantung pada *Badminton Federation World* seperti :

- a. Tinggi tiang minimum dari lantai di atas lapangan penuh untuk Para Badminton World Kejuaraan, Kejuaraan Kontinental Para Badminton harus 9 meter (30 kaki). Ketinggian yang disyaratkan harus sepenuhnya bebas dari girder dan penghalang lainnya.
- b. Tinggi yang diinginkan adalah 9 meter (30 kaki), tetapi ketinggian minimum adalah 7 meter (23 kaki). Ketinggian yang disyaratkan harus sepenuhnya bebas dari girder dan penghalang lainnya area .
- c. Lantai sangat diinginkan untuk memiliki lantai kayu untuk acara-acara Kursi Roda, dengan tikar pengadilan non-slip yang disetujui untuk acara-acara

Berdiri dan Bertubuh Pendek. Disarankan bahwa harus ada setidaknya satu meter (3,3 kaki) ruang yang jelas mengelilingi semua garis luar pengadilan, ruang ini juga menjadi minimum persyaratan antara dua pengadilan yang ditandai berdampingan.

- d. Latar belakang dan pencahayaan untuk menghindari kesulitan dalam melihat pesawat ulang-alik, tidak ada bagian dari latar belakang di belakang ujung pengadilan harus berwarna putih. Sangat diinginkan bahwa hanya warna yang lebih gelap digunakan.
- e. Kursi Umpire untuk konstruksi harus stabil dan aman agar wasit naik dan turun. Itu harus dilengkapi dengan platform tulisan berengsel sehingga wasit dapat beristirahat scoresheet. Kursi harus sama tingginya dengan jaring yaitu 1,55 meter (5 kaki) dan harus nyaman dalam hal ukuran dan bahan yang digunakan untuk konstruksi. Statuta BWF, Bagian 5.5.2: Spesifikasi Bulu Tangkis Para Standar Internasional Fasilitas Kursi harus dipusatkan di sepanjang perpanjangan jaring kira-kira satu meter dari jaring.
- a. Sarana

Lapangan bulu tangkis berbentuk persegi panjang dan mempunyai ukuran seperti terlihat pada gambar. Garis-garis yang ada mempunyai ketebalan 40 mm dan harus berwarna kontras terhadap warna lapangan. Warna yang disarankan untuk garis adalah putih atau kuning. Permukaan lapangan disarankan terbuat dari kayu atau bahan sintetis yang lunak. Permukaan lapangan terbuat dari beton atau bahan sintetik yang keras sangat tidak dianjurkan karena dapat mengakibatkan cedera pada pemain. Jaring setinggi 1,55 m berada tepat di tengah lapangan. Jaring harus berwarna gelap kecuali bibir jaring yang mempunyai ketebalan 75 mm harus berwarna putih.



Gambar 4.7 contoh lapangan

Sumber: Feri Kurniawan (2011:32)

Seperti yang dijelaskan diatas sarana yang gunakan sudah sesuai standart. Lapangan ini digunakan untuk atlet klasifikasi wheel chair.



Gambar 4.8 Lapangan Klasifikasi Wheel Chair

Sedangkan untuk atlet klasifikasi standing menggunakan lapangan di Hartono Trade Center berikut gambar:



Gambar 4.9 Lapangan Klasifikasi Standing

b. Prasarana



Gambar 4.10 Kursi Roda

Kursi roda khusus untuk atlet wheel chair kisaran harga 35 juta hingga 50 juta.



Gambar 4.11 Sarung tangan atlet wheel chair



Gambar 4.12 Raket dan Shuttle Kok

Raket dan kok adalah alat olahraga habis pakai yang sangat penting bagi cabor para badminton.



Gambar 4.13 Alat Bantu Jalan

Alat bantu berjalan adalah akomodasi tambahan ketika atlet membutuhkan.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut:

- 5.1.1 Pembinaan yang dilakukan oleh NPCI Jawa Tengah dapat dikatakan masih terbilang kurang. Sumber Daya Manusia yang dimiliki NPCI Provinsi Jawa Tengah diantaranya atlet, pelatih dan tenaga keolahragaan khusus. Pelatih dan tenaga keolahragaan khusus adalah orang yang ahli dalam bidangnya namun tidak semua bersertifikat standarisasi BWF. Tenaga keolahragaan khusus diambil dari pelatih yang sekaligus merangkap menjadi masseur dan psikolog. Masseur dan psikolog tidak memiliki sertifikat kompetensi. NPCI Provinsi Jawa Tengah menerapkan sistem promosi dan degradasi yang sangat ketat dan bersaing guna mendapatkan atlet yang terbaik. Tetapi untuk akomodasi pembinaan di NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah cukup baik karena metode yang dilaksanakan berkelanjutan memberikan program jangka panjang (PJP) dengan menggunakan alokasi dana pembinaan yang seimbang. Maka untuk prestasi atlet pada tahun tiap tahunnya meningkat.
- 5.1.2 Perekrutan pelatih di NPCI Jawa Tengah dapat dikatakan kurang baik. Hal ini dikarenakan perekrutan pelatih baru dilaksanakan satu kali pada tahun 2018. Untuk lisensi pelatih tidak semuanya bersertifikat standart BWF karena dari 4 pelatih hanya 2 yang bersertifikat BWF.
- 5.1.3 Perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah dapat di katakan baik. Hal tersebut di karenakan perekrutan atlet melalui sistem promosi dan degradasi yang sangat ketat dan bersaing guna mendapatkan atlet yang terbaik.
- 5.1.4 Program latihan yang diberikan juga mengikuti prosedur prinsip latihan yang ada, karena program latihan yang diberikan tidak hanya fisik, Teknik, mental, taktik pada frekuensi, intensitas,

- 5.1.5 volume. Program latihan selalu disesuaikan dengan usia dan jenis disabilitas dan nomor klasifikasi masing – masing atlet. Program latihan melibatkan pengurus pelatih dan atlet itu sendiri yang memperhatikan hasil tes kesehatan dan tes fisik.
- 5.1.6 Sarana prasana yang dimiliki oleh NPCI Jawa Tengah sudah baik karena sesuai dengan spesifikasi standart interasional melalui standart BWF (Federasi Bulu Tangkis Dunia) tetapi kurang ideal dikarenakan tempat yang digunakan untuk latihan masih menyewa.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut:

- 5.2.1 Kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah supaya terus mempertahankan metode pembinaan yang sudah diterapkan dan mengembangkan program latihan agar prestasi bulu tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah tidak menurun.
- 5.2.2 Kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah supaya meningkatkan promosi degradasi atlet dengan cara sosialisasi yang lebih kedaerah-daerah karena masih banyak penyandang disabilitas di daerah yang belum paham terhadap olahraga disabilitas, sosialisasi juga menyadarkan kepada para orang tua anak penyandang disabilitas bahwa disetiap kekurangan pasti ada kelebihan yang dimiliki.
- 5.2.3 Kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah supaya ditingkatkan lagi untuk pelatih dan tenaga keolahragaan khusus agar kualitas sumber daya manusia yang ada di NPCI Jawa Tengah semakin baik.
- 5.2.4 Kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah supaya tetap mempertahankan program latihan yang ada agar prestasi atlet tidak menurun.
- 5.2.5 Kepada NPC Jawa Tengah supaya tetap mempertahankan kualitas sarana dan prasarana yang ada guna menunjang kebutuhan pembinaan prestasi bulu tangkis di NPC Jawa Tengah.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Yulianto. 2005. *Bulutangkis Di Klub PB Forza Purwodadi dan PB Mrapen Kabupaten Grobogan Tahun 2010*.
- Agus Kristiyanto. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.
- Aksan Hermawan. 2013. *Mahir Bulutangkis*. Nuansa Cendekia.
- Ambarukmi, dkk. 2007. *Pelatihan Pelatih Fisik Level I*. Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga. Kemenpora.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta..
- Bangun, S. 2016. *Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbond*. *Journal Phycal Education, Health and recreation*, 1(1), 70-77.
- Cohen, E., & Houtrow, A. 2019. *Disability Is Not Delay: Precision Communication about Intellectual Disability*. *Journal of Pediatrics*, C, 3–5.
- Dian Ratna Sari. 2018. *Bolavoli pasir merupakan cabang olahraga yang mempunyai karakteristik sangat khusus karena dilakukan di lapangan berpasir baik di pinggihistoryr pantai maupun di lapangan pasir di dalam stadion*. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2, 8–16.
- Djoko Pekik Irianto. 2002. *Dasar Kepeleatihan*. Andi.
- Eko Riyadi. 2012. *Kajian dan Mekanisme Perlindunganya*. Vulnerable Groups.
- Esatbeyoglu, F., & Campbell, M. 2018. *Mental skill usage of athletes with physical disabilities*. 11, 27–37.
- Furqon. 2002. *Program Pembinaan Jangka Panjang*.
- Harsono. 2017. *Kepeleatihan Olahraga. Bandung : PT Remaja Rosdakarya*.
- Harsono. 2017. *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*, 353–368.
- Herman Subardjah. 2000. *Bulu Tangkis*. Bandung: Pioner Jaya.
- Hidayat Wahyu. 2015. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. 4(2), 10–15.
- Kasiyo Dwijowinoto. (1993). *Dasar- Dasar Ilmiah Kepeleatihan*. IKIP Semarang Press.
- Moleong, Lexy J. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja

Rosdakarya.

Muhammad Ridwan Lubis. 2017. *Model Program Latihan Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Pantai di NTB*.

Muryadi Agustanico. (2015). *Evaluasi Program Pembinaan Sepakbola Klub Persijab Jepara*. 1(2), 1–16.

Peter Rosenbaum. (2005). Proposed defination and clasification of cerebral palsy. *Developmental medicine & child Neurology*, 47, 571–576.

Priyano Jaya. (2014). *Journal of Sport Sciences and Fitness*.

Rahmat Tri kuncoro. (2011). *Pembinaan Prestasi Olahraga Pada Kelas Plus Olahraga Di Sma Negeri 5 Kota Magelang*.

Rubianto hadi. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1).

Saputro. (2013). *Proses Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Yang Merangkap Sebagai Atlet Dengan Atlet Panjat Tebing Yang Dilatihnya*. April.

Seogiyanto. (2013). Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga. *Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga*, 3(1).

Soepartono. (2000). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmana, Olahraga, Dan Kesehatan (studi pada SD, SMP, dan SMA Negeri Se- Kecamatan Prambon Ngajuk). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya*, 5–6.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.

Syafruddin. 2012. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. UNP Press.

Tamba Jerfri. 2016. Aksesibilitas Sarana dan Prasarana bagi Penyandang Tunadaksa di Universitas Brawijaya. *IJDS*, 3(1), 16–25.

Tatang Muhtar dan Sumarno. 2009. *Bulu Tangkis. Journal Bulu Tangkis Mata Kuliah Pilihan*.

Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

Undang-Undang RI Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.

Undang-Undang RI Nomor 13 Tahun 2013 tentang Ketenagakerjaan

Undang-Undang RI Nomor 19 Tahun 2011 tentang Pengesahan Konvensi mengenai Hak-hak Penyandang Disabilitas.

Undang-Undang RI Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan.

Utama. 2013. *perpustakaan.uns.ac.id digilib.uns.ac.id*.




Wibisono. 2011. *Journal of Physical Education , Health and Sport*.

Wibowo, K., dan Hidayatullah, M. F. 2017. *Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan*. 7.

Yudi Hendrayana. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Adaptif*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Yuliawan D dan FX. Sugiyanto. 2014. *Bulu Tangkis Hakikat*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Lampiran 1.

	<p>KEMENTERIAN RISTEK DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN Gedung F1 Lt. 1, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229 Telepon: 024 8508068 Laman: http://www.ikor.unnes.ac.id, surel: prodiikorfikunnes@yahoo.com</p>
	<hr/>
Nomor	: 701 / UN 57.1.6 / TK - IKOR / 2019
Lamp.	:
Hal	: Usulan Pembimbing
<p>Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang</p>	
<p>Merujuk Keputusan Rektor Unnes Nomor 164/O/2004 tentang Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program S1 pasal 7 mengenai penentuan pembimbing, dengan ini saya usulkan</p>	
Nama	: GUSTIANA MEGA ANGGITA, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP	: 198808222015042003
Pangkat/Golongan	: III/b
Jabatan Akademik	: Asisten Ahli
<p>Sebagai Dosen Pembimbing Dalam penyusunan Skripsi/Tugas Akhir untuk mahasiswa</p>	
Nama	: IZAS AMELINDA DISTIANA
NIM	: 6211416117
Program Studi	: Ilmu Keolahragaan, S1
Topik	: Study Perkembangan Prestasi Atlet Cabang Olahraga Bulu Tangkis di NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Jawa Tengah Tahun 2019
<p>Untuk itu, mohon diterbitkan surat penetapannya.</p>	
	<p>Semarang, 1 Oktober 2019 Ketua Jurusan  Drs. Gajid Junaidi, M. Kes. NIP. 196907151994031001</p>

Lampiran 2



UNNES

KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Nomor: 16747/UN37.1.6/TD.06/2019

Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER
GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2019/2020

Menimbang : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.

Mengingat : 1. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
2. Peraturan Rektor No. 21 Tahun 2011 tentang Sistem Informasi Skripsi UNNES
3. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
4. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;


Menimbang : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Ilmu Keolahragaan/Ilmu Keolahragaan Tanggal 1 Oktober 2019

MEMUTUSKAN


Menetapkan :
PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada:
Nama : GUSTIANA MEGA ANGGITA, S. Pd. Jas., M. Or.
NIP : 198808222015042003
Pangkat/Golongan : Penata Muda Tk. I - III/b
Jabatan Akademik : Asisten Ahli
Sebagai Pembimbing
Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
Nama : IZAS AMELINDA DISTIANA
NIM : 6211416117
Jurusan/Prodi : Ilmu Keolahragaan/Ilmu Keolahragaan
Topik : Study Perkembangan Prestasi Atlet Cabang Olahraga Bulu Tangkis di NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Jawa Tengah Tahun 2019

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.


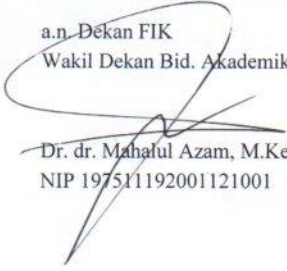

Tembusan
1. Wakil Dekan Bidang Akademik
2. Ketua Jurusan
3. Petinggal




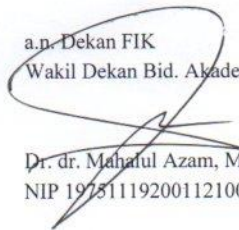

Prof. Dr. Tandjo Rahayu, M.Pd.
NIP 196103201984032007


6211416117
FM-03-AKD-24/Rev. 00


Lampiran 3

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Gedung Dekanat FIK Kampus UNNES Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telepon +6224-8508007, Faksimile +6224-8508007 Laman: http://fik.unnes.ac.id , surel: fik@mail.unnes.ac.id	
	Nomor : B/2068/UN37.1.6/LT/2020 Hal : Permohonan Izin Observasi	12 Pebruari 2020
Yth. Ketua Umum NPCI Provinsi Jawa Tengah Komplek GOR Manahan, Jl. Adi Sucipto, Manahan, Kec. Banjarsari, Surakarta		
Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:		
Nama : Izas Amelinda Distiana NIM : 6211416117 Program Studi : Ilmu Keolahragaan, S1 Semester : Gasal Tahun akademik : 2019/2020 Topik observasi : Study Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di NPCI Provinsi Jawa Tengah		
Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin observasi untuk penelitian awal skripsi di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 17 Februari s.d 27 Februari 2020.		
Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.		
Tembusan: Dekan FIK; Universitas Negeri Semarang	a.n. Dekan FIK Wakil Dekan Bid. Akademik,  Dr. dr. Mahaful Azam, M.Kes. NIP 197511192001121001	
 Nomor Agenda Surat : 458 905 876 2		
Sistem Informasi Surat Dinas - UNNES (2020-02-12 10:24:49)		

Lampiran 4

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN Gedung Dekanat FIK Kampus UNNES Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telepon +6224-8508007, Faksimile +6224-8508007 Laman: http://fik.unnes.ac.id , surel: fik@mail.unnes.ac.id	
	Nomor : B/2072/UN37.1.6/LT/2020 Hal : Izin Penelitian	12 Februari 2020
Yth. Ketua Umum NPCI Provinsi Jawa Tengah Komplek GOR Manahan, Jl. Adi Sucipto, Manahan, Kec. Banjarsari, Surakarta		
Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa di bawah ini:		
Nama : Izas Amelinda Distiana NIM : 6211416117 Program Studi : Ilmu Keolahragaan, S1 Semester : Gasal Tahun akademik : 2019/2020 Judul : Study Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis NPCI Provinsi Jawa Tengah		
Kami mohon yang bersangkutan diberikan izin untuk melaksanakan penelitian skripsi di perusahaan atau instansi yang Saudara pimpin, dengan alokasi waktu 28 Februari s.d 28 Maret 2020.		
Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.		
		a.n. Dekan FIK Wakil Dekan Bid. Akademik,  Dr. dr. Mahatul Azam, M.Kes. NIP 197311192001121001
Tembusan: Dekan FIK; Universitas Negeri Semarang		
 Nomor Agenda Surat : 398 904 918 7		
Sistem Informasi Surat Dinas - UNNES (2020-02-12 10:31:07)		

Lampiran 5

 <p style="text-align: center;">NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA <i>Jawa Tengah</i></p>	<p>Sekretariat : Komplek Stadion Mardahan J. Adh. Suropto No. 1, Surakarta Telp. (0271) 729344 Email : npc_jawatengah@yahoo.com Website : npcjateng.com</p>	<p>Akta Notaris No : Baru SK. Kemenkumham Bank No. Rekening</p>	<p>No. 02 Tgl. 28 - 12 - 2018 AHU-0000125 AH.01.08 TAHUN 2019 PT. BPD Jateng Cab. Surakarta 3 - 002 - 29702 - 6 a.n. NPC Jateng</p>
--	--	--	---

SURAT KETERANGAN
Nomor : 02.Ket/NPCI-JTG/II/2020



Yang bertandatangan di bawah ini Ketua *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Jawa Tengah, menerangkan bahwa:

Nama : Izas Amelinda Distiana
NIM : 6211416117
Jurusan : Ilmu Keolahragaan, UNNES Semarang
Tempat / Tanggal Lahir : Salatiga, 10 Desember 1996
Tahun Akademik : 2019/2020
Universitas : Universitas Negeri Semarang

Telah melaksanakan penelitian skripsi di *National Paralympic Committee Indonesia* (NPCI) Jawa Tengah sesuai judul surat permohonan ijin penelitian yaitu **"Study Tentang Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah"** pada bulan Februari 2020.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Surakarta, 27 Februari 2020
NPCI Provinsi Jawa Tengah
Ketua Umum,

Cc: Arsip

Lampiran 6

Lembar Validasi

Pedoman Wawancara

Nama : Izas Amelinda Distiana

NIM : 6211416117

Jurusan : Ilmu Keolahragaan

Petunjuk :

1. Berdasarkan pendapat bapak, berilah ceklist (v) pada kolom yang sesuai dengan kriteria.
2. Mohon menulish kesimpulan pada tempat yang tersedia dengan memilih salah satukategori yang sesuai.
3. Jika ada yang perlu dikomentari, tuliskan pada tempat yang tersedia.

No.	Elemen yang Divalidasi	Kriteria		
		LD	LDR	TLD
1.	Format pedoman wawancara			
2.	Kesesuaian petunjuk penilaian pada pedoman wawancara			
3.	Kejelasan huruf			
4.	Istilah yang digunakan tepat dan mudah dipahami			
5.	Aspek - aspek pedoman wawancara			
6.	Kesesuaian pedoman wawancara dengan indikator perkembangan prestasi <i>NPCI</i> Jawa Tengah			

Untuk kesimpulan diharapkan dijadikan kode dibawah ini agar dapat diketahui kelayakan lembar validasi pedoman wawancara.

Lampiran 7

Keterangan :

LD : Layak digunakan

LDR : Layak digunakan dengan revisi

TLD : Tidak layak digunakan

Pedoman umum

1. Mohon berikan penilaian bapak yang sesuai dengan cara melingkari angka dibawah ini:

Validasi Instrumen
Belum dapat digunakan
Dapat digunakan dengan revisi banyak
<input checked="" type="checkbox"/> Dapat digunakan dengan revisi sedikit
Dapat digunakan tanpa revisi

2. Komentor dan saran perbaikan

- o persiapkan bahan per tayaran selaku kerdor pada indikator " Van dal .
- o Bersi gambaran per tayaran yg. Sekelel sus indikator → buat kalom per tayaran. yg. akan di gub.

Semarang, 3 Febuari 2020

Validator,

Drs. Said Junaidi, M. Kes.
NIP. 196907151994031001

Lembar Validasi

Pedoman Wawancara

Nama : Izas Amelinda Distiana

NIM : 6211416117

Jurusan : Ilmu Keolahragaan

Petunjuk :

1. Berdasarkan pendapat bapak, berilah ceklist (v) pada kolom yang sesuai dengan kriteria.
2. Mohon menulishlah kesimpulan pada tempat yang tersedia dengan memilih salah satukategori yang sesuai.
3. Jika ada yang perlu dikomentari,tuliskan pada tempat yang tersedia.

No.	Elemen yang Divalidasi	Kriteria		
		LD	LDR	TLD
1.	Format pedoman wawancara			
2.	Kesesuaian petunjuk penilaian pada pedoman wawancara			
3.	Kejelasan huruf			
4.	Istilah yang digunakan tepat dan mudah dipahami			
5.	Aspek - aspek pedoman wawancara			
6.	Kesesuaian pedoman wawancara dengan indikator perkembangan prestasi <i>NPCI</i> Jawa Tengah			

Untuk kesimpulan diharapkan dijadikan kode dibawah ini agar dapat diketahui kelayakan lembar validasi pedoman wawancara.

LD Layak digunakan

LDR Layak digunakan dengan revisi

TLD Tidak layak digunakan

Pedoman umum

4. Mohon berikan penilaian bapak yang sesuai dengan cara melingkari angka dibawah ini

Validasi Instrumen
Belum dapat digunakan
Dapat digunakan dengan revisi banyak
<input checked="" type="checkbox"/> Dapat digunakan dengan revisi sedikit
Dapat digunakan tanpa revisi

5. Komentor dan saran perbaikan

*Perbaiki instrumen penilaian dengan
kata dan bentuk.*

Semarang, 3 Febuari 2020

Validator,



Nanang Indardi, S.Si., M.Si.Med

NIP.198111122005011001

Tabel pelatihan Cabang Olahraga Bulu Tangkis di NPCI (*National Paralympic Commite Indonesia*) Solo Jawa tengah

No	Aspek pelatihan	Keterangan	
		Ya ada	Tidak ada
1	Kepribadian atlet		
2	Kondisi fisik		
3	Ketrampilan fisik		
4	Ketrampilan taktik		
5	Latihan mental		

Tabel jadwal latihan Cabang Olahraga Bulu Tangkis di NPCI (*National Paralympic Commite Indonesia*) Jawa tengah

No	Hari	Waktu		
		Pagi	Siang	Sore
1	SENIN			
2	SELASA			
3	RABU			
4	KAMIS			
5	JUMAAT			
6	SABTU			
7	MINGGU			

A. Daftar Pertanyaan Wawancara Dengan Atlet

Pembinaan Prestasi

1. Sejak kapan menjadi atlet ?
2. Bagaimana proses pemassalan, pembibitan, dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Apakah ada test khusus untuk menjadi atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah? Kalau ada apa syaratnya?
4. Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
5. Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
6. Apakah faktor-faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi selalu dapat diatasi oleh NPCI Solo Jawa Tengah ?
7. Bagaimana peran pengurus dalam proses pembinaan prestasi?
8. Apakah pengurus selalu melakukan koordinasi dengan pelatih?
9. Apakah anda sebagai atlet tahu, tindak lanjut dalam proses pembinaan selanjutnya ?
10. Adakah target khusus yang harus anda capai sebagai seorang atlet bulu tangkis disini ?
11. Apa harapan saudara sebagai atlet dalam proses pembinaan guna meningkatkan prestasi bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
12. Bagaimana prestasi yang di raih oleh atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?

Program Latihan

1. Apakah anda sebagai atlet tahu bagaimana perencanaan program latihan yang dibuat oleh pelatih ?
2. Apakah anda mengetahui siapa yang membuat program latihan tersebut? Dan siapakah yang terlibat ?
3. Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?

- Berapa kali latihan dalam satu minggu ?
 - Berapa lama durasi waktu latihan ?
 - Bagaimana metode latihan mental ?
 - Bagaimana metode latihan fisik ?
 - Bagaimana metode latihan ketrampilan ?
4. Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan ?
 5. Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dikomunikasikan dengan pengurus ?
 6. Apakah anda diberi target oleh pelatih dalam mengikuti suatu pertandingan?
 7. Apakah pelatih menjelaskan tentang program latihan yang dibuat ?
 8. Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dijalankan secara berkesinambungan ?
 9. Apa saja aspek-aspek yang harus dipatuhi atlet pada saat latihan ?
 10. Apakah pelatih selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan ?
 11. Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik ?
 12. Menurut anda sebagai seorang atlet adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih ?
 13. Strategi apa yang diberikan oleh pelatih saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan ?

Pelatih

1. Apakah anda tahu bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah ?
2. Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?

1. Apakah menurut anda pelatih memiliki keahlian pada bidangnya ?
2. Menurut anda apakah semua pelatih memiliki sertifikat pelatih ?
3. Apakah anda mengetahui metode dan program latihan yang dibuat oleh pelatih ?
4. Bagaimana proses promosi dan degradasi pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah ?

Atlet

1. Apa sih NPCI itu menurut anda dan bagaimana anda mengetahui adanya NPCI ?
2. Bagaimana anda dulu bisa masuk NPCI ?
3. Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis ?
4. Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
5. Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
6. Apakah ada syarat atau tes seleksi khusus untuk menjangkau atlet bulu tangkis berbakat di NPCI Solo Jawa Tengah ?
7. Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPCI ?
8. Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet?
9. Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah ?

Sarana dan Prasarana

1. Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Bulu Tangkis ?
2. Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Bagaimana keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?

4. Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan ?
5. Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis?
6. Apakah terdapat dokumen yang menyatakan sarana dan prasarana olahraga memiliki standart minimal cabang olahraga ?
7. Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI Solo Jawa Tengah sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi ?
8. Apa perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan ?
9. Apakah semua fasilitas yang dimiliki NPCI Solo Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam mendukung pembinaan olahraga prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis ?
10. Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana ?

B. Daftar Pertanyaan Wawancara Dengan Pelatih

Pembinaan Prestasi

1. Bagaimana proses pemassalan, pembibitan, dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
2. Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah ?
4. Apakah faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi selalu dapat diatasi oleh NPCI Solo Jawa Tengah ?
5. Bagaimana peran pengurus dalam proses pembinaan prestasi ?

6. Apakah pengurus selalu melakukan koordinasi dengan anda ?
7. Menurut anda sebagai seorang pelatih, apa tindak lanjut dalam proses pembinaan selanjutnya ?
8. Adakah target khusus yang ditetapkan NPCI Jawa Tengah dalam proses pembinaan ?
9. Apa harapan saudara sebagai pelatih dalam proses pembinaan guna meningkatkan prestasi bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
10. Bagaimana prestasi yang di raih oleh atlet bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah ?

Program Latihan

1. Bagaimana perencanaan program latihan yang anda buat?
2. Apakah program latihan yang saudara buat sesuai dengan kebutuhan atlet?
3. Siapakah yang terlibat dalam pembuatan program latihan tersebut?
4. Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
 - Berapa kali latihan dalam satu minggu ?
 - Berapa lama durasi waktu latihan ?
 - Bagaimana metode latihan mental ?
 - Bagaimana metode latihan fisik ?
 - Bagaimana metode latihan ketrampilan ?
5. Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan ?
6. Apakah program latihan yang anda buat dikomunikasikan terlebih dahulu dengan pengurus ?
7. Apakah pengurus memberikan beberapa target prestasi yang harus anda capai ?
8. Apakah anda menjelaskan terlebih dahulu kepada atlet tentang program latihan yang anda buat ?
9. Apakah program latihan yang anda buat dijalankan secara berkesinambungan ?

1. latihan ?
2. Apakah anda selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan ?
3. Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik ?
4. Menurut anda sebagai seorang pelatih, adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program latihan yang anda berikan?
5. Strategi apa yang anda berikan saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan ?

Pelatih

1. Bagaimana proses awal menjadi pelatih ?
2. Apa yang menjadi syarat khusus untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
3. Apa latar belakang pendidikan saudara sehingga anda bisa menjadi pelatih seperti sekarang?
4. Apa pengalaman saudara dibidang olahraga bulu tangkis?
5. Apakah anda tahu bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah ?
6. Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
7. Apakah saudara pernah mengikuti penataran pelatih?
8. Apakah semua pelatih memiliki sertifikat pelatih ?
9. Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
10. Apakah pelatih harus memiliki keahlian pada bidangnya?
11. Bagaimana metode dan program latihan yang anda buat ?
12. Bagaimana proses promosi dan degradasi pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah ?

Atlet

1. Bagaimana supaya atlet mengetahui adanya NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) ?
2. Bagaimana proses masuk NPCI ?
3. Apakah ada tes seleksi untuk menjaring atlet difabel bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
4. Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis ?
5. Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet di NPCI Solo Jawa Tengah ?
6. Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
7. Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
8. Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet ?
9. Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah ?

Sarana dan Prasarana

1. Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo ?
2. Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Bagaimana kondisi keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo ?
4. Bagaimana kualitas sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
5. Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan ?

6. Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis?
7. Apakah terdapat dokumen yang menyatakan sarana dan prasarana olahraga memiliki standart minimal cabang olahraga?
8. Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi ?
9. Apa perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan ?
10. Apakah semua fasilitas yang dimiliki NPCI Solo Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam mendukung pembinaan olahraga prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis ?
11. Apakah terdapat kebijakan dari pemerintah terkait pengadaan sarana dan prasarana latihan cabang olahraga prestasi ?
12. Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana?

C. Daftar Pertanyaan Wawancara Dengan Pengurus

Pembinaan Prestasi

1. Bagaimana proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
2. Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
4. Apakah faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi selalu dapat diatasi oleh NPCI Solo Jawa Tengah ?
5. Bagaimana peran anda sebagai pengurus dalam proses pembinaan prestasi ?
6. Apakah anda selalu melakukan koordinasi dengan pelatih ?

7. Apakah anda sebagai pengurus tahu bagaimana tindak lanjut dalam proses pembinaan selanjutnya ?
8. Adakah target khusus yang ditetapkan NPCI Solo Jawa Tengah dalam proses pembinaan ?
9. Apa harapan anda sebagai seorang pengurus dalam proses pembinaan guna meningkatkan prestasi bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah ?
10. Bagaimana prestasi yang di raih oleh atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?

Program Latihan

1. Apakah anda sebagai pengurus tahu bagaimana perencanaan program latihan yang dibuat oleh pelatih ?
2. Apakah anda mengetahui siapa yang membuat program latihan tersebut? Dan siapakah yang terlibat ?
3. Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah ?
 - Berapa kali latihan dalam satu minggu ?
 - Berapa lama durasi waktu latihan ?
 - Bagaimana metode latihan mental ?
 - Bagaimana metode latihan fisik ?
 - Bagaimana metode latihan ketrampilan ?
4. Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan ?
5. Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dikomunikasikan dengan pengurus ?
6. Apakah pengurus memberikan target yang harus dicapai kepada pelatih ?
7. Apakah pelatih menjelaskan tentang program latihan yang dibuat kepada anda ?
8. Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dijalankan secara berkesinambungan ?
9. Apa saja aspek-aspek yang harus dipatuhi atlet pada saat latihan ?

10. Apakah pelatih selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan ?
11. Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik ?
12. Menurut anda sebagai seorang pengurus, adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih ?
13. Strategi apa yang diberikan oleh pelatih saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan ?

Pelatih

1. Bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah?
2. Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
3. Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
4. Apakah menurut anda pelatih memiliki keahlian pada bidangnya?
5. Apakah semua pelatih disini memiliki sertifikat pelatih ?
6. Apakah anda mengetahui metode dan program latihan yang dibuat oleh pelatih?
7. Bagaimana proses promosi dan degradasi pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah ?

Atlet

1. Bagaimana supaya atlet mengetahui adanya NPCI (*National Paralympic Committee Internasional*) ?
2. Bagaimana proses masuk NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
4. Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?
5. Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?

6. Apakah ada syarat atau tes seleksi khusus untuk menjaring atlet berbakat di NPCI Solo Jawa Tengah ?
7. Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
8. Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet ?
9. Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah ?

Sarana dan Prasarana

1. Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
2. Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
3. Bagaimana keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah ?
4. Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan ?
5. Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis?
6. Apakah terdapat dokumen yang menyatakan sarana dan prasarana olahraga memiliki standart minimal cabang olahraga bulu tangkis ?
7. Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI Solo Jawa Tengah sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi ?
8. Apa perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan ?
9. Apakah semua fasilitas yang dimiliki NPCI Solo Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam mendukung pembinaan olahraga prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis ?

10. Apakah terdapat kebijakan dari pemerintah terkait pengadaan sarana dan prasarana latihan cabang olahraga prestasi ?
11. Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana ?

Pedoman Studi Dokumenter

No	Sumber Data	Jenis Dokumen	Ada / Tidak	Keterangan
1.	Atlet	Prestasi		
2.	Pelatih	a. Program Latihan		
		b. Lisensi Kepelatihan(Sertifikat Pelatih)		
3.	Pengurus	a. Data Jumlah Atlet dan Pelatih		
		b. Daftar Kehadiran pelatih dan atlet		
		c. Rencana atau program kerja		

Pola Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bulu Tangkis di NPCI (National Pralimpic Commitee Indonesia) Solo Jawa Tengah

Aspek	Indikator Pengamatan	Keterangan
	Organisasi	
1	Struktur organisasi	
	Aktif berperan serta terhadap kemajuan bulu tangkis	Baik
	Aktif pada saat kegiatan saja	Sedang
	Tidak pernah aktif dalam keorganisasian	Kurang
	Sistem kerja	
	Bekerja sesuai dengan tanggung jawab masing-masing	Baik
2	Bekerja pada saat kegiatan saja	Sedang
	Tidak pernah mengikuti kegiatan sama sekali	Kurang
	Sarana prasarana	
	Kelengkapan sarana dan prasarana yang dimiliki	
	Fasilitas lengkap dan memadai	Baik
	Fasilitas ada tapi belum standar	Sedang
3	Fasilitas tidak lengkap	Kurang
	Kondisi tempat latihan	
	Layak untuk dipakai latihan ataupun kejuaraan	Baik
	Layak untuk dipakai latihan	Kurang
	Tidak layak	Sedang
	Perekrutan latihan	
3	Cara perekrutan atlet	
	Selektif dalam menentukan atlet	Baik
	Atlet dipilih lewat seleksi	Sedang
4	Atlet dipilih pengurus tanpa ada seleksi	Kurang
	Cara perekrutan pelatih	
	Selektif dalam menentukan pelatih	Baik
	Pelatih dipilih lewat seleksi	Sedang
5	Pelatih dipilih oleh pengurus tanpa ada seleksi	Kurang
	Program latihan	
	Penyusunan program latihan kebutuhan peningkatan prestasi	
	Sistemasi dan jelas dari awal sampai akhir	Baik
	Kurang sistematis	Sedang
	Tidak sistematis	Kurang
	Ada beberapa program yang diterapkan pelatih	
Program sesuai dengan tujuan	Baik	
Program tidak sesuai dengan tujuan	Sedang	
Tidak ada program	Kurang	

Lampiran 8

Tabel 3.1 Pedoman Wawancara NPCI (National Paralympic Commite Indonesia)
Solo Jawa Tengah

No	Indikator	Sub indikator	Sumber data	Ceklis (√)
1.	Pembinaan prestasi	a. Proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan	Pengurus NPCI, Pelatih dan Atlet	✓
		b. Metode pembinaan		✓
		c. Faktor yang menghambat proses pembinaan		✓
		d. Peran pengurus dalam pembinaan		✓
		e. Target khusus dalam pembinaan		✓
		f. Prestasi yang diraih NPCI		✓
2.	Pelatih	a. Rekrutmen pelatih	Pengurus NPCI, Pelatih dan Atlet	✓
		b. Syarat menjadi pelatih		✓
		c. Jumlah pelatih		✓
		d. Keahlian dan kualitas pelatih		✓
		e. Evaluasi kinerja pelatih		✓
		f. Strategi dan metode pelatih		✓
		g. Promosi degradasi pelatih		✓
		h. Sertifikasi pelatih		✓
3.	Atlet	a. Pedoman rekrutmen atlet	Pengurus NPCI, Pelatih dan Atlet	✓
		b. Syarat atlet		✓
		c. Promosi degradasi atlet		✓
4.	Sarana dan prasarana	a. Pengadaan sarana dan prasarana	Pengurus NPCI, Pelatih dan Atlet	✓
		b. Kelengkapan sarana dan prasarana		✓

Tabel 3.2 Rubrik Observasi di NPCI (*National Paralimpic Commite Indonesia*)
Solo Jawa Tengah

No	Indikator pengamatan	Kriteria	
		Ada	Tidak ada
1	Pembinaan prestasi		
	a. Proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan	✓	
	b. Metode pembinaan	✓	
	c. Faktor yang menghambat proses pembinaan		✓
	d. Peran pengurus dalam pembinaan	✓	
	e. Target khusus dalam pembinaan	✓	
	f. Peningkatan prestasi yang diraih NPC	✓	
2	Perekrutan pelatih		
	a. Rekrutmen pelatih	✓	
	b. Syarat menjadi pelatih	✓	
	c. Jumlah pelatih	✓	
	d. Keahlian dan kualitas pelatih	✓	
	e. Evaluasi kinerja pelatih	✓	
	f. Strategi dan metode pelatih	✓	
	g. Promosi degradasi pelatih	✓	

	h. Sertifikasi pelatih	✓	
	Perekrutan atlet		
3	a. Pedoman rekrutmen atlet	✓	
	b. Syarat atlet	✓	
	c. Promosi degradasi atlet	✓	
	Sarana prasarana		
4	a. Pengadaan sarana dan prasarana	✓	
	b. Kelengkapan sarana dan prasarana	✓	
	c. Keadaan sarana dan prasarana	✓	
	d. Kualitas sarana dan prasarana	✓	
	Program latihan		
5	a. Perencanaan program latihan	✓	
	b. Pelaksanaan program latihan	✓	
	c. Kendala dalam pelaksanaan program latihan		✓

Lampiran 9.

Reduksi Data

Variable	Sub variable	Keterangan
Pembinaan presastasi	Proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan	Proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan dilakukan dengan desentralisasi daerah.
	Metode pembinaan	Metode pembinaan yang digunakan di NPCI Provinsi Jawa Tengah yaitu pemusatan latihan yang berisi pembinaan kepad atlet dnengan program latihan mengenai fisik,teknik,taktik dan mental
	Faktor yang menghambat	Aksesibilitas, sarana prasarana yaitu lapangan dan kepedulian antara club able kepada difabel ilah fakotr yang menghambat sebuah pembinaan prestasi yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah
	Peran pengurus dalam pembinaan	Membantu mengkoodinir jalannya sebuah pembinaan prestasi, dan
	Target khusus dalam pembinaan	Mencapai prestasi yang semaksimal mungkin
	Prestasi yang diraih NPCI	Hingga saat ini prestai yang dicapai hingga tahap Internasional
Perekrutan pelatih	Rekrutmen pelatih	Pelatih bekerja sama dengan UNS, biasanya yang direkrut dosen atau mahasiswa yang sudah lulus. Dan para pelatih ini memiliki bakat dan potensi cabang olahraga bulu tangkis yang memiliki sebuah prestasi dan pernah menjadi pealtih sebelumnya. Lalu para pelatih ini mengikuti sebuah seminar yang diadakan NPCI Provinsi Jawa Tengah tetapi juga ada peleatih yang diambil dari luar UNS yang sesuai dengan syarat yang dibutuhkan.
	Syarat menjadi pelatih	Tidak ada syarat khsusus menjadi pelatih, hanya saja memiliki kepeduliaan lebih terhadap atlet difabel, memiliki bakat dalam cabang olahraga bulu tangkis.
	Jumlah pelatih	Ada 3 pelaith dan 1 asisten
	Keahlian dan kualitas pelatih	Pelatih yang berada di NPCI Provinsi Jawa Tengah memiliki kemampuan dalam bidangnya masing – masing.

	Evaluasi kinerja pelatih	Setiap tahun diadakan evaluasi kinerja pelatih bersama pengurus pelatih bahkan atletnya.
	Strategi dan metode pelatih	Strategi dan metodenya hanya lebih mengerti bagaimana kualitas atlet dan keinginan atlet lalu membuat solusi agar atlet lebih giat dalam berlatih
	Promosi degradasi pelatih	Baru sekali diadakan degradasi pelatih pada tahun 2018
	Sertifikasi pelatih	Ada sertifikasi pelatih melalui sebuah penataran atau kepelatihan yang diadakan dari NPCI Jawa Tengah.
Atlet	Pedoman rekrutmen atlet	Pedoman yang diabil di NPCI Provinsi Jawa Tengah melalui BWF (Badminton World Federation)
	Syarat atlet	Tidak ada syarat khusus menjadi alet hanya saja atlet harus dari penyandang disabilitas, memiliki potensi dalam bidang olahraga terutama bulu tangkis dan memiliki semangat yang lebih dalam berlatih untuk mendapatkan sebuah kejuaraan.
	Promosi degradasi atlet	Promosi degradasi atlet diadakan tiap tahun dengan mengadakan seleksi dimana NPCI Provinsi Jawa Tengah memilah mana yang memenuhi syarat untuk program PJP.
	Evaluasi kinerja atlet	Evaluasi kinerja atlet dilaksanakan ketika atlet sebelum dan setelah event.
	Jumlah atlet	Jumlah atlet ada 24 orang tetapi tiap tahun ada degradasi atlet untuk program PJP. 19 atlet dari klasifikasi standing dan 5 atlet dari wheel chair.
Sarana prasarana	Pengadaan sarana prasarana	Pengadaan sarana prasana sudah baik hanya saja lapangan tempat menyewa dan jaraknya antara tempat latihan satu ke yang lain cukup jauh.
	Kelengkapan sarana prasana	Sudah cukup lengkap sarana prasana yang ada
	Keadaan sarana prasarana	Keadaan sarana prasarana cukup baik tidak ada yang tidak layak pakai
	Kualitas sarana prasarana	Kualitas sudah memehui standarisasi

Progam latihan	Perencanaan program latihan	Perencanaan program latihan sudah baik dan terstruktur.
	Pelaksanaan program latihan	Untuk pelaksanaan program latihan berjalan dengan baik karena setiap akan mempersiapkan suatu event kejuaraan atlet ini dikarantina dan dibina dengan baik melalui program latihan yang sudah dikoordinasi dengan matang.
	Kendala dalam pelaksanaan program latihan	Kendala yang ada ketika program latihan dilaksanakan yaitu tempat latihan yang cukup jauh membuat para atlet terkadang berubah mood ketika latihan.

Lampiran 10

7. Wawancara dengan pengurus

No.	Indikator	Pertanyaan	SP (laki-laki)	PS (laki-laki)	AH (laki-laki)
1.	Pembinaan prestasi	Bagaimana proses pemassalan, pembibitan dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah	Melalui desentralisasi daerah dengan adanya kompetisi setiap tahunnya. Baik dari multievent dan seleksi. Antara lain: Pra-Perparov, Perpada, Selekda dsb.	Proses ini diadakan dengan sistem desentralisasi.	Untuk prosesnya melalui tahap desentralisasi.
		Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah	Metode program Jangka Panjang.	Pembinaan sistemnya berkelanjutan. Proges tujuannya untuk tingkat nasional.	Melalui seleksi lalu prestasi yang pernah diraih akan jadi acuan apakah atlet tersebut menjadi atlet pembinaan di NPCI Provinsi Jawa Tengah
		Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Mengenai akseibilitas Bahkan ketidk pedulian club able dan difabel. Mungkin jika adanya kepedulian lebih mungkin atlet difabel bisa dibantu dalam bidang penambahan pengadaan akomodasi. Sarana prasana juga menjadi penghambat.	orang tua itu minimal belum bisa merelakan atletnya karena dasar iba, mereka belum bisa mandiri dan lain sebagainya karena orang-orang disabilitas-kan tentunya mereka itu identik manja dan orang tuanya itu sangat iba, belum bisa merelakan atletnya bahwa anggapan orang tuanya itu dia belum tentu bisa mandiri padahal saya sebagai orang disabilitas tidak ada batasan	Selama ini belum ada penghambat yang dominan dalam pembinaan prestasi. Hanya saja dari diri atlet itu sediri. Mungkin atlet sudah merasa puas atas apa yang dicapainya menjadi malas untuk berlatih lagi.

				<p>kalau kita mau bergerak atau berbuat apa saja. Apalagi hanya untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, seperti itu. Tinggal cara orang-orang itu memandang kita seperti apa, umum atau tidak.</p>	
		<p>Bagaimana peran anda sebagai pengurus dalam proses pembinaan prestasi</p>	<p>Saya disini sebagai Sekjen membantu untuk merelasikan akomodasi pada masing – masing bidang untuk pembinaan.</p> <p>Saling mensupport dan mengakomodir yang akan menjadi program. Dan menambahkn birokrasi dan administrasi.</p>	<p>Saya sebagai pengurus pada cabang olahraga sejak periode tahun 2010 membantu dalam mengkoordinir cabang – cabang olahraga yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah.</p>	<p>Peran menjadi kepala bidang pertandingan. Jadi saya mengetahui apa saya pertandingan yang akan diikuti cabang olahraga yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah.</p>
		<p>Apakah anda selalu melakukan koordinasi dengan pelatih</p>	<p>Koordinasi selalu dilakukan di NPCI Provinsi Jawa Tengah karena semua yang ada diorganisasi ini terstruktur</p>	<p>Selalu ada koordinasi karena saya bidang cabang olahraga jadi harus mengetahui garis besar program pelatih.</p>	<p>Selalu ada koordinasi yang baik.</p>
		<p>Apakah anda sebagai pengurus tahu bagaimana tindak lanjut dalam proses pembinaan selanjutnya</p>	<p>Tahu. Tindak lanjutnya dari provinsi bisa sukses kejang internasional untuk waktu dekat ini kita menargetkan PEPARNAS dan ASEAN PARAGAMES.</p>	<p>Harus mengerti untuk masa depan prestasi atlet. Agar mengetahui adakah kendala didalamnya. Dan melihat proses dari cabang olahraga itu sendiri.</p>	<p>Mengerti karena setiap pertandingan saya yang mengkoordinirnya jadi proses terhadap pembinaan cabang itu akan terlihat.</p>

2.	Perekrutan atlet	<p>Bagaimana supaya atlet mengetahui adanya NPCI (<i>National Paralympic Committe Internasional</i>)</p>	<p>Melalui media sosial sekarang sudah jaman modern tidak ada orang yang tidak menggunakan media sosial. Facebook, website, twitter dan instrgram tidak lupa ada iklan melalui media cetak. Sosialisasi ke sekolah pun juga dilakukan kepada Jawa Tengah. Adapun sosialisasi dengan kepala pemerintahan entah dari disporapar dan gubernur seperti yang dilakukan tahun kemarin dengan bapak Ganjar Pranowo.</p>	<p>Melalui sosial media dan iklan. Tidak lupa sosialisasi ke masyarakat umum melalui seleksi dan pertandingan.</p>	<p>Melalui sosialisasi ke sekolah, seleksi ke masyarakat umum lalu diadakan pertandingan. Dan media sosial sekarang merajalela maka kami menggunakannya untuk media promosi.</p>
		<p>Bagaimana proses masuk NPCI Solo Jawa Tengah</p>	<p>Proses masuknya sesuai dengan prosedur melalui seleksi dan kejuaraan.</p>	<p>Prosesnya melalui seleksi daerah dan melalui prestasi yang dicapai hingga ketahap provinsi lalu dibina NPCI Provinsi Jawa Tengah untuk ketahap Nasional.</p>	<p>Prosesnya dari daerah lalu hingga provinsi tugas kita untuk membina atlet ketahap nasional.</p>
		<p>Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah</p>	<p>Prosedurnya dalam lima tahun terakhir mendalami cabang olahraga bulu tangkis, memiliki prestasi.</p>	<p>Untuk prosedur sesuai catatan tahun lalu, kita lihat pencapaian prestasi atlet sudah sesuai klasifikasi yang diinginkan NPCI atau tidak. jika sesuai kita seleksi sedemikian rupa untuk mengetahui potensi dan bakat mereka apakah</p>	<p>Prosedurnya harus memiliki prestasi pada cabang tersebut dan sesuai dengan nomor klasifikasi yang ada.</p>

				bisa membawa nama NPCI Jawa Tengah atau tidak.	
		Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Untuk perekrutan atlet diadakan satu tahun sekali. Karena adanya selekda, selekprov dsb.	Setahun sekali ada perekrutan atlet karena selau ada seleksi.	Satu tahun sekali.
		Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Pedoman pastinya ada. Karena adanya tolak ukur percapai prestasi. Harus jelas dan objektif.	Ada pedomannya karena gar tidak salah merekrut atlet. Karena tanggung jawab yang diberika atlet cukup besar. Dari akomodasi fasilitas yang diberikan harus seimbang dengan prestasi yang diraih.	Pedomannya dari tolak ukur prestasi yang dicapai ada karena atlet yang direkrut tidak sembarang atlet. Atlet hrus bertanggung jawab atas apa yang diakomomodasikan NPCI Jawa Tengah.
		Apakah ada syarat atau tes seleksi khusus untuk menjaring atlet berbakat di NPCI Solo Jawa Tengah	Selalu ada tes khusus karena adanya tolak ukur menjadi atlet yang dibina oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Seleksi ada agar mengetahui kemampuan atlet.	Syaratnya harus peyandang disabilitas yang memiliki prestasi minimal pada daerah dan provinsi.
		Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	24 atlet tetapi pada 2019 adanya degradasi PJP maka atlet menjadi 21 orang.	Jumlah atlet tidak menentu karena adanya promosi degdrasi atlet.	Setelah adanya degradasi atlet ada 21 atlet.
		Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet	Selalu ada karena kita memberikan beberapa seleksi dan kejuaraan.	Selalu ada	Selalu ada karena adanya sistem degradasi atlet.

		Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah	Setiap tahun diadakan degradasi atlet melalui catatan tahun lalu dimana atlet yang tidak layak dibina seperti prestasi menurun, tidak pernah mengikuti latihan pasti akan ke take down. Tolak ukurnya dari skala pertandingan provinsi.	Promosi dilakukan melalui seleksi atlet bisa dari daerah maupun NPCI Provinsi Jawa Tengah yang mengadakan.	Proses promosi melalui seleksi dan pertandingan bahkan dilihat catatan hasil prestasi pada tahun sebelumnya.
3.	Perekrutan pelatih	Bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah	Kerjasama dengan UNS dimana mereka dilihat dari take record kepeduliaan. Latar belakang dari kepelatihan olahraga dari tahun sebelumnya.	Prosesnya dengan mengikuti penataran atau kepelatihan atlet, berkecimbung dalam dunia olahraga dan peduli terhadap atlet difabel.	Perekrutan bekerja sama dengan UNS jika ada cocok dalam kriteria akan ditarik dan harus mengikuti sebuah kepelatihan pelatih. Pelatih juga ada dari lulusan mahasiswa dan dosen dari UNS.
		Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Pelatih harus terstruktur karena pelatih yang membawa kemana pencapaian prestasi.	Syaratnya mengerti mengenai cabang olahraga bulu tangkis untuk para penyandang disabilitas.	Syaratnya pada lima tahun terakhir berkecimbung dalam cabang olahraga bulu tangkis. Peduli atas adanya atlet difabel dan mengetahui klasifikasi dalam penyandang disabilitas terutama pada bidang olahraga.
		Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Jumlah pelatih ada empat orang hingga tahun ini.	Tiga pelatih dan satu asisten	Jumlah pelatih ada empat.

		Apakah menurut anda pelatih memiliki keahlian pada bidangnya	Harus sesuai bidangnya masing –masing karena pelatih jika membutuhkan asisten pelatih pun akan diberikan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Selalu ada keahlian pada masing – masing peatih dari aspek fisik, teknik mental dan ketrampilan.	Selalu ada keahlian dimasing – masing pealtih.
		Apakah semua pelatih disini memiliki sertifikat pelatih	Harus ada sertifikat pelatih entah dari nasional maupun NPCI Jawa Tengah yang mengadakan. Latar belakang harus mengenai penyangdang disabilitas.	Harus ada karena itu menjadi syarat pelatih disini untuk menguji vliditas apakah mereka sudah cocok mejadi pealtih disini atau tidak.	Mempunyai sertifikat karena prosesnya melalui pelatihan.
		Apakah anda mengetahui metode dan program latihan yang dibuat oleh pelatih	Secara garis besar tahu tetapi lebih jelasnya yang menegtahui pelatih.	Mengertahui secara garis besar	Metodenya secara besar mengerti untuk proses pembinaan.
		Bagaimana proses promosi dan degradasi pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah	Promosi melewati pentaran dan pelatihan seperti yang diadakan pada tahun 2018.	Melalui penataran.	Proses degradasi pelath baru diadakan sekali pada tahun 2018.
4.	Program latihan	Apakah anda sebagai pengurus tahu bagaimana perencanaan program latihan yang dibuat oleh pelatih	Secara garis besar tahu tetapi lebih jelasnya yang menegtahui pelatih.	Hars tahu karena itu adalah bidang saya agar mengerti apakah cabor bulu tangkis ada kendala dan peningkatan prestasi atau tidak.	Ya saya mengetahi hai ini.
		Apakah anda mengetahui siapa yang membuat program latihan tersebut? Dan siapakah yang terlibat	Yang membuat program latihan adalah semua pelatih dan asistennnya. Karena pelatih yang membawa kemana rprestasi	Mengerti, yaitu semua pelatih.	Yang membuat adalah semua pelatih dan dikoordinasikan kepada pengurus.

			yang diperoleh atlet dengan cara memberikan program latihan sesuai kemampuan masing – masing atlet.		
		<p>Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah?</p> <p>Berapa kali latihan dalam satu minggu?</p> <p>Berapa lama durasi waktu latihan?</p> <p>Bagaimana metode latihan mental?</p> <p>Bagaimana metode latihan fisik?</p> <p>Bagaimana metode latihan ketrampilan?</p>	<p>Program latihan terlaksana baik karena pelatih sudah diakomodasi melalui gaji, fasilitas untuk menjadikan para atlet mencapai prestasi yang tinggi.</p> <p>Seminggu ada libur satu hari</p> <p>Latihan mental ketrampilan dan fisik pasti selalu diberikan oleh pelatih karena itulah tolka ukur untuk meningkatkan bagaimana kualitas atlet tersebut.</p>	<p>Program latihan harus tersusun dengan baik. Selama ini yang saya lihat dari aspek fisik teknik ketrampilan mental selaku diajarkan dengan baik karena sudah ada jadwalnya masing –masing yang tidak memberatkan para atletnya.</p> <p>Untuk latihan mental pelatih lebih banyak berkomunikasi dengan atlet jadi emngerti bagaimana kepribadian atlet itu. Latihan diadakan setiap hari dan diberi libur pada hari minggu. Yang diadakan setiap pagi dan sore hari.</p>	<p>Pelaksanaan latihan berjalan baik selama ini karena selalu ada peningkatan prestasi yang dicapai pada cabaor bulu tangkis.</p> <p>Aspek fisik, teknik ketrampilan selalu diterapkan untuk membangun prestasi karena itu sebuah pedoman latihan atlet.</p> <p>Untuk latihan mental dilakukan dengan pendekatan atlet.</p>
		Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan	Latihan khusus ada karena tidak sembarangan orang akan direkrut menjadi atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah. Pasti ada pedoman dan tolak ukur nya. Atlet harus memiliki bakat prestasi yang dibutuhkan	Ada ketika atlet memang membutuhkan pealtihan khusus.	Program latihan khusus diberikan kepada atlet yang membutuhkan.

			oleh NPCI Jawa Tengah. Sedangkan kemampuan atlet berbeda maka latihan khusus akan diberikan. Ketika latihan sudah diberikan prestasi dan akomodasi yang diberikan harus seimbang.		
		Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dikomunikasikan dengan pengurus	Dikomunikasikan karena setiap pengurus mempunyai hak untuk membuat program dan target kejuaraan kedepan selanjutnya.	Selalu dikomunikasikan agar mengerti baik tidaknya program yang diberikan.	Selalu dikomunikasikan apakah program ini pantas diberikan kepada atlet atau tidak.
		Apakah pengurus memberikan target yang harus dicapai kepada pelatih	Pelatih ditunjuk untuk membantu atlet mendapatkan prestasi. Capaian medali harus seimbang dengan kuota atlet yang diminta oleh pelatih. Ada skala prioritas masing – masing.	TARGETNYA biar dari kesadaran diri pelatih dimana ada pelatih yang profesional pasti menghasilkan seorang atlet yang handal dan mencapai prestasi tinggi. Intinya pelatih harus bertanggung jawab atas tugas yang diberikan.	Pencapaiannya adalah rasa tanggung jawab agar berprestasi maksimal karena sudah dibina dengan baik melalui fasilitas akomodasi dana yang diberikan.
		Apakah pelatih menjelaskan tentang program latihan yang dibuat kepada anda	Selalu dijelaskan karena adanya kerja sama untuk pencapaian prestasi.	Menjelaskan dengan baik dan terstruktur.	Program latihan dijelaskan secara garis besar.
		Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih	Harus berkesinambungan.	Selalu berkesinambungan jika tidak pasti ada evaluasi dari saya dan pengurus lainnya jika tidak sesuai	Selalu berkesinambungan jika tidak pelatih yang akan ketertarikan pula.

		dijalankan secara berkesinambungan		dengan ketentuan yang ada.	
		Apakah aspek-aspek yang harus dipatuhi atlet pada saat latihan	Displin dalam berlatih dan mengikuti program latihan yang dibuat pelatih.	Mengikuti program latihan yang diberikan oleh pelatih.	Aspeknya giat berlatih
		Apakah pelatih selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan	Evaluasi selalu ada untuk mengerti dimana kesalahan atlet agar bisa diperbaiki.	Evaluasi ada karena itu juga termasuk poram pelatih agar dia bisa mengetahui progres yang dia berikan.	Evaluasi selalu ada karena untuk melihat perkembangan.
		Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik	Menurut saya sudah karena dimana ada pelatih yang sudah diberik fasilitas akomodasi yang baik entah diberi asisten pelatih dll maka pelatih harus bertanggung jawab apa yang sudah diberikan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah untuk memberikan program latihan agar mencapai sebuah keberhasilan seorang atlet.	Sudah baik	Sudah baik
		Menurut anda sebagai seorang pengurus, adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih	Kendalanya ketika kebutuhan seorang atlet dan pelatih tidak terpenuhi akan membuat prestasi menurun. Tapi alhamdulillah sampai	Pelaksanaan program latihan belum ada, biasanya dari diri atlet itu sendiri yang gampang merasa puas atas hasilnya dan menjadi mals untuk berlatih	Sampai saat ini faktor dari dalam diri saja yang mempengaruhi mental atlet saat menghadapi latihan.

			sekarang pencapaian semakin meingkat.		
		Strategi apa yang diberikan oleh pelatih saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan	Strateginya yang mengerti hanya pelatih dan atlet karena mereka berkomunikasi dengan baik. Bisa jadi diberikan games.	Strateginya jangan membuat atlet bosn dengan program latihan yang dibuat. Bisa dari embuat games bahkan latihan beda lapangan.	Strateginya komunikasi kepada atlet dan diberikan games.jika sudah selesai pertandingan diadakn liburan bersama.
5.	Sarana prasarana	Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Pengadaan sarana prasana menurut saya kurang.	Pengadaan sarana prasana sudah baik.	Pengadaan sarana prasana sudah cukup baik.
		Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Kelengkapannya sudah lengkap tetapi masih saja kurang karena bulu tangkis adalah olahraga yang membutuhkan alat yang habis pakai contoh pemakaian kok. Jika kok habis harus disediakan melalui alokasi dana yang seadanya.	Kelengkapannya sudah baik	Kelengkapannya sudah memadai.
		Bagaimana keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Keadaan sarana prasana layak pakai.	Keadaanya selalu layak pakai.	Keadaannya layak pakai.

		Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan	Sesuai tapi masih kurang memadai karena bulu tangkis yang menggunakan alat olahraga habis pakai. Jadi harus ada pengadaan dana yang lebih.	Sudah sesuai apa yang dibutuhkan selama ini.	Sarana prasana sudah sesuai hanya saja tempat latihan yang cukup jauh.
		Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis	Untuk spesifikasi harus sesuai karena mempengaruhi latihan atlet untuk mencapai prestasi.	Sudah seuai standarisasi.	Sudah sesuai standarisasi tanpa terkecuali.
		Apakah terdapat dokumen yang menyatakan sarana dan prasarana olahraga memiliki standart minimal cabang olahraga bulu tangkis	Selalu ada dokumen resmi untuk menjadi tolak ukur.	Selalu ada dokumen resmi karena organisasi ini dibina pula oleh pemerintah.	Ada dokumen tersendiri.
		Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI Solo Jawa Tengah sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi	Ketersediaan sarana prasana kurang memadai. Kembali lagi setiap olahraga yang membutuhkan alat habis pakai teradang membutuhkan dana berlebih. Dan untuk bulu tangkis ada klasifikasi wheel chair maka NPCI Provinsi Jawa Tengah harus	Ketersediaan sarana sudah memenuhi dan menunjang prestasi atlet.	Ketersediaan sudah memadai dan menunjang.

			memiliki cadangan kursi roda.		
		Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan	Perlu adanya penambahan dana untuk cabor bulu tangkis.	Penambahannya dengan lengkapi yang sudah ada agar lebih mendorong persiapan latihan atlet.	Penambahannya pada sarana prasana yang sudah tidak layak pakai tidak perlu lagi digunakan karena membuat atlet dan pelatih putus asa. Penambahan alat pakai buang pada bulu tangkis. Dan aksesibilitasnya ditingkatkan
		Apakah semua fasilitas yang dimiliki NPCI Solo Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam mendukung pembinaan olahraga prestasi atlet di cabang olahraga bulu tangkis	Fasilitas yang dimiliki sekarang sudah baik, walaupun masih kurang dalam sarana prasarananya. Namun prestasi yang dicapai juga berkesinambungan. Dari tahun ke tahun ada peningkatan prestasi.	Sudah baik.	Sudah baik menurut saya dibandingkan dengan wilayah lain.
		Apakah terdapat kebijakan dari pemerintah terkait pengadaan sarana dan prasarana latihan cabang olahraga prestasi	Selalu ada pedoman kebijakan pemerintah kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah karena organisasi olahraga ini dibawah kekuasaan pemerintah.	Ada kebijakan pemerintah. Karena pemerintah memiliki hak didalamnya. Akomodasi dana yang bersal dari pemerintah.	Ada kebijakan pemerintah akan hal itu karena alokasi dana melalui pemerintah.

		Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana	Untuk musyawarah diadakan oleh pengurus dan pelatih tetapi jika membutuhkan bantuan dari atlet karena kesulitan dalam mengalokasikan sarana prasana pasti akan dilibatkan.	Selalu ada musrawarah baik pengurus pelatih dan atlet.	Adanya musyawarah untuk mengkoordinir suatu yang menunjang dalam presatasi atlet.
--	--	--	--	--	---

8. Wawancara dengan atlet wheel chair dan standing

No	Indikator	Pertanyaan	AB (laki-laki)	SP (laki-laki)	SN (laki-laki)	DY (laki-laki)
1.	Pembinaan prestasi	Sejak kapan menjadi atlet	Menjadi atlet sejak tahun 2006 tetapi dibina oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2010	Sejak 2016	Saya sudah menyukai bulu tangkis sejak umur tujuh tahun. Untuk menjadi atlet melalui pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah sejak 2009.	Saya menjadi atlet sejak tahun 2005.
		Bagaimana proses pemassalan, pembibitan, dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah?	Untuk ketiga proses sudah ada dari daerah melalui seleksi lalu yang terpilih jadilah atlet pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah	Proses nya melalui selekda lalu pelatda lalu terpilihlah saya menjadi atlet Provinsi Jawa Tengah	Untuk proses ini melalui seleksi dari daerah, lalu ke provinsi. Tetapi saya sejak kecil merintis dari tahap ke tahap yang sudah berprestasi hingga saat ini ketahap internasional. Paling tinggi saya mendapatkan perak pada kejuaraan dunia pada tahun 2019 di Swiss dengan olimpiade single event.	Prosesnya melalui desentralisasi daerah.
		Apakah ada test khusus untuk menjadi atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah? Kalau ada apa syaratnya?	Tidak ada, hanya melalui proses seleksi yang diadakan dari daerah dan sudah memiliki potensi prestasi terlebih dahulu	Ada melalui seleksi-seleksi yang ada	Tes khusus melalui hasil seleksi dari klasifikasi nomor yang dibutuhkan.	Tes khusus melalui seleksi.

		<p>Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah?</p>	<p>Metodenya sangat baik karena membimbing dengan cukup sabar dan peduli sesama.</p>	<p>Metodenya dari daerah saya terlebih dahulu lalu yang lolos beberapa seleksi dan kejuaraan dibawa ke provinsi</p>	<p>Metodenya desentralisasi daerah jika lolos dalam sebuah seleksi lalu ke provinsi untuk dibina</p>	<p>Metode pembinaan melalui pemasangan pembibitan dari daerah lalu jika lolos kriteria NPCI Jawa Tengah para atlet ditarik untuk dibina.</p>
		<p>Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?</p>	<p>Tidak ada</p>	<p>Sepertinya menjaring atlet –atlet difabel karena jika tidak ada kemauan untuk berprestasi dalam keolahragaan susah. Contohnya seperti saya, saya harus modal terlebih dahulu untuk membeli kursi roda olahraga harganya cukup fantastis mahal seharga 35 – 40 juta. Sedangkan saya juga perlu kursi roda untuk keseharian. Jadi jika penyandang disabilitas tidak ada keinginan lebih sulit untuk mencari bibit atletnya.</p>	<p>Faktor penghambat biasanya dari internal diri sendiri yaitu sebuah kemauan penyandang disabilitas untuk meraih prestasi dalam bidang olahraga</p>	<p>Faktor penghambat adalah kesadaran mengeai olahraga penyandang disabilitas.</p>
		<p>Apakah faktor-faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi dapat diatasi atlet difabel cabang olahraga bulu rangkis di</p>	<p>Mungkin sarana prasana yang sedikit demi sedikit bertambah.</p>	<p>Biasanya faktor penghambatnya adalah dana untuk membeli kursi roda jika klasifikasinya seperti saya. Dan keinginan untuk menjadi atlet. Karena penyandang disabilitas seperti saya</p>	<p>Dapat diatasi secara perlahan.</p>	<p>Perlahan selalu dapat diatasi oleh NPCI Jawa Tengah karena organisasi ini selalu tersutruktur.</p>

		NPCI Provinsi Jawa Tengah		untuk berjalan saja sudah susah apalagi untuk berolahraga rasanya berat. Jadi kesadaran atas pentingnya olahraga pada penyandang disabilitas masih minim.		
		Bagaimana peran pengurus dalam proses pembinaan prestasi?	Kurang paham, tetapi yang saya ketahui perannya membantu membina atlet difabel di wilayah Jawa Tengah	Peran pengurus menyadarkan penyandang disabilitas atas pentingnya olahraga lalu membina penyandang disabilitas yang memiliki bakat dan potensi dalam berolahraga terutama pada cabang olahraga para badminton.	Peran pengurus lebih ke membantu membina prestasi secara terstruktur	Perannya selalu pada jobdase masing – masing
		Apakah pengurus selalu melakukan koordinasi dengan pelatih?	Selalu dikoordinasi dengan baik	Selalu ada koordinasi dengan baik karena penguruspun juga dari penyandang disabilitas dan mantan atlet lalu pengurus paham mengenai kebutuhan dalam pembinaan prestasi atlet difabel.	Selalu ada koordinasi yang baik karena Jawa Tengah termasuk wadah organisasi yang cukup berkompeten dalam menjalankan tugasnya sebagai wadah organisasi atlet difabel.	Selalu ada koordinasi dengan pelatih
		Apakah anda sebagai atlet tahu, tindak lanjut dalam	Mengerti karena setiap sebelum dan sesudah event dikumpulkan jadi satu untuk	Selama ini saya tahu garis besarnya.	Selama ini pengurus yang dikoordinir dengan pelatih memberi informasi atas adanya sebuah proses pembinaan yang baru	Selama ini saya masih mengerti proses pembinaan di NPCI Jawa Tengah.

	proses pembinaan selanjutnya?	membahas sebuah program latihan dan evaluasi		pasti saya sebagai atlet mengetahuinya.	
	Adakah target khusus yang harus anda capai sebagai seorang atlet bulu tangkis disini?	Ada, mencapai prestasi yang maksimal	Targetnya mendapatkan kejuaraan nasional dan internasional	Targetnya mencapai prestasi yang semaksimal mungkin dan giat berlatih.	Targetnya mencapai sebuah prestasi.
	Apa harapan saudara sebagai atlet dalam proses pembinaan guna meningkatkan prestasi bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?	Menjadi atlet dunia	Untuk saya harapannya lebih kepada pemerintah untuk peduli kepada orang penyandang disabilitas agar kami para atlet memiliki kekuatan dorongan semangat lebih dalam membangun sebuah prestasi hingga ke dunia.	Pengadaan tambahan sarana prasana dan kepedulian masyarakat diluar sana kepada atlet difabel.	Program pembinaan ditingkatkan dengan maksimal agar atlet juga lebih semangat dalam berlatih.
	Bagaimana prestasi yang di raih oleh atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?	Jika saya awal – awal prestasinya tinggi tetapi sekarang faktor usia semakin berkurang tetapi saya giat berlatih	Menurut saya Jawa Tengah mempunyai prestasi yang tinggi karena tiap atlet disini minimal pernah menjuari hingga Nasional	Prestasi yang saya capai sudah cukup banyak. Termasuk saya sudah mengikuti kejuaraan single event dan double event daerah hingga internasional. Jadi menurut saya prestasi yang dicapai di Jawa Tengah semakin lama semakin tinggi atas poin – poin yang dicapai ketika	Prestasi dari tahun ketahun naik atas adanya akomodasi yang diberikan kepada atlet entah dari sarana prasana, program latihan dsb.

					mengikuti single event internasional.	
2.	Perekrutan atlet	Apa NPCI itu menurut anda dan bagaimana anda mengetahui adanya NPCI?	NPCI adalah organisasi olahraga yang membina atlet difabel, mengetahui lewat seleksi dan perlombaan di daerah saya	NPCI adalah sebuah organisasi yang membina atlet difabel.	NPCI adalah wadah organisasi yang membantu atlet difabel meraih prestasi melalui pembinaan yang dilakukan. Dengan memberikan sebuah alokasi dana, pelatihan yang sesuai dan sarana prasarana yang ada.	NPCI adalah organisasi yang membantu para atlet difabel meraih prestasi.
		Bagaimana anda dulu bisa masuk NPCI?	Melalui seleksi dan saat mendapat juara daerah saat itu	Melalui tahap seleksi	Saya melalui banyak seleksi, dari daerah hingga ke internasional.	Awalnya melalui seleksi daerah lalu prestasi yang saya capai semakin banyak dan NPCI pun merasa saya cocok menjadi atlet binaan NPCI Jawa Tengah dengan pembuktian saya mendapatkan peningkatan hasil kejuaraan.
		Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis?	Seleksi	Prosedurnya melalui tahap daerah dari seleksi pelatda hingga ke provinsi	Dari para penyandang disabilitas yang memiliki potensi bulu tangkis yang mengikuti seleksi daerah lalu kejuaraan daerah hingga provinsi. Jika lolos dengan syarat yang diberikan maka atlet	Prosedurnya atlet harus dari penyandang disabilitas

					tersebut dibina oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah.	
		Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?	Satu tahun sekali.	Untuk atlet setahun sekali	Perekrutan atlet diadakan satu tahun sekali.	Satu tahun sekali diadakan perekrutan atlet.
		Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?	Ya ada, melalui olimpiade nasional dan internasional	Ada karena NPCI Provinsi Jawa Tengah tersusun dengan rapi untuk sebuah pengurusan pembinaan prestasi.	Pedomannya pasti ada yang diketahui oleh pengurus dan pealrih.	Ada pedoman, pedomannya sama seperti organisais olahraga lainnya.
		Apakah ada syarat atau tes seleksi khusus untuk menjaring atlet bulu tangkis berbakat di NPCI Solo Jawa Tengah?	Harus dari penyandang disabilitas	Syaratnya dari penyandang disabilitas dan sesuai dengan nomor klasifikasi yang dibutuhkan, memiliki potensi dan semangat tinggi dalam berlatih	Tes khususnya ya melalui seleksi yang diadakan NPCI provinsi Jawa Tengah.	Seleksi yang diadakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah sendiri.
		Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPC?	21 orang, 16 standing 5 wheel chair	2018 memiliki 24 atlet yaitu 19 dari nomor klasifikasi standin dan 5 dari wheel chair. Tetapi karena adanya degradasi atlet pada taun 2019 atlet berkurang karena adanya PJP menjadi 21 atlet yaitu	Untuk saat ini 21 orang ada yang dari klasifikasi wheel chair 5 orang dan 16 dari stading.	21 orang atlet

				16 altet standing dan 5 dari wheel chair		
		Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet?	Ada	Kadang berkurang kadang bertambah	Selalu ada degradasi atlet jadi pertahun ada kenaikan.	Selalu ada peningkatan atlet.
		Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah?	Diadakan seleksi	Melalui seleksi	Prosesnya melalui pelatihan dan seleksi.	Promosi melalui daerah dengan sosialisasi dan pengadaaan event kejuaraan daerah.
3.	Perekrutan pelatih	Apakah anda tahu bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah	Kurang tahu tetapi dari mantan atlet dan pernah menjadi atlet	Kurang tahu dalam hal ini. Tetapi pelatih yang direkrut sudah seduai bidangnya dan memiliki potensi yang lebih daripada para atlet. Biasanya pelatih adalah mantan atlet dan pernah menjadi pelatih sebelumnya.	Melalui sebuah pelatihan untuk mengetahui bagaimana menjadi pelatih yang cocok untuk para atlet difabel karena melatih atlet difabel berbeda dengan atlet able.	Prosesnya melalui pelatihan.
		Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah?	Ya, memiliki potensi yang lebih daripada atlet	Pernah menjadi pealtih dan mengerti atas olahraga disabilitas karena olahraga untuk para disabilitas sedikit berbeda apalagi dalam memberikan pelatihanya.	Syaratnya mengikuti pelatihan dan memahami mengenai olahraga penyandang disabilitas entah dari pertandingan dan latihan yang akan diberikan.	Syaratnya harus sesuai dengan yang dibutuhkan NPCI Provinsi Jawa Tengah. Seperti mengerti mengenai olahraga difabel.

		<p>Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah</p>	3	<p>3 pelatih 1 asisten tetapi jika untuk event – event yang membutuhkan tambahan atlet biasanya NPCI Provinsi Jawa Tengah bekerja sama dengan NPCI Pusat karena tempat latihan hampir sama dan masih di satu daerah yaitu di Surakarta.</p>	<p>3 pelatih dan 1 asisten. Tetapi ketika ada sebuah pertandingan nasional dan internasional Provinsi Jawa Tengah dibantu oleh NPCI Pusat untuk memberikan pelatih tambahan agar latihan bisa maksimal.</p>	3 pelatih 1 asisten
		<p>Apakah menurut anda pelatih memiliki keahlian pada bidangnya?</p>	Ya pelatih punya keahlian sendiri	<p>Setiap pelatih memiliki keahlian masing-masing, seperti mbak ambar melatih untuk atlet wheel chair dan mas indra melatih aspek fisik.</p>	Ya. Setiap pelatih punya keahlian.	<p>Setiap pelatih memiliki keahlian masing-masing seperti pak djarot pada aspek taktik dan ketrampilan, mbak ambar mental ketrampilan dsb tetapi fokus untuk atlet wheel chair, lalu mas indra lebih condong ke aspek fisik dia melatih wheel chari dan standing,</p>
		<p>Menurut anda apakah ada degradasi pelatih?</p>	Ada tetapi jarang sekali		Ada melalui seminar yang pernah ada.	Biasanya melalui pelatihan dan seminar
		<p>Menurut anda apakah semua pealtih memiliki sertifikat pelatih?</p>	Punya	<p>Sepertinya melalui pelatihan dan beberapa seminar.</p>	Ya mempunyai . Melalui seleksi sama seperti atlet tetapi pelatih lebih ke seminar dan pelatihan.	.punya itu menjadi syarat menjadi pelatih disini.

4.	Program latihan	Apakah anda sebagai atlet tahu bagaimana perencanaan program latihan yang dibuat oleh pelatih?	Ya saya mengetahui	Ya saya mengerti program yang dibuat pelatih	Sebagai atlet mengerti program latihan yang ada	.Saya mengerti program latihan yang dibuat karena pada dasarnya latihan yang dibuat hampr sama dengan atlet able
		Apakah anda mengetahui siapa yang membuat program latihan tersebut? Dan siapakah yang terlibat?	Pelatih yang membuat dan bekerja sama dengan pengurus	Yang membuat pelatih tetapi pengurus diberi tahu atas program latihan yang dibuat.	Yang membuat program latihan yang ada ayaitu pelatih dan dikoodinasikan kepada pengurus.	Yang membuat program latihan adalah pelatih
		<p>Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah</p> <p>Berapa kali latihan dalam satu minggu?</p> <p>Berapa lama durasi waktu latihan?</p> <p>Bagaimana metode latihan mental?</p>	<p>Pelaksanaan berat tapi dibuat senang dan ikhlas.</p> <p>Setiap hari kecuali hari minggu 2- 3 jam</p> <p>Latihan mental saya sendiri yang memberikan semangat giat latihan dan pelatih membantu mendorong agar tidak putus asa.</p> <p>Latihan fisik sama seperti able Cuma saja saya wheel chair lebih di permudahkan dan diimbangi latihan kekuatan otot.</p>	<p>Pelaksaan sangat terstruktur.</p> <p>Enam kali dalam satu minggu</p> <p>Lama latihan 2-3 jam</p> <p>Metodenya latihan mental diajak mengobrol mengenai mental masing-masing pelatih dan pelatih sedikit memberikan solusi entah dari memberi motivasi karena pelatih dan atlet sangat dekat.</p>	<p>Pelaksaanaannya berjalannya dengan baik tidak terlalu banyak kendala yang ada.</p> <p>Latihan dilaksanakan enam hari dalam satu inggu yang dilaksanakan ketika sore dan pagi hari.</p> <p>Durasi tidak menentu biasanya dua sampai tiga jam bahkan terkadang lebih.</p>	<p>Pelaksanaan berjalan dengan baik.</p> <p>Latihan diadakan satu minggu enam kali pada pagi dan sore hari.</p> <p>Dua hingga tiga jam.</p> <p>Metode mental melalui pendekatan</p> <p>Latihan fisik dilakukan setiap minggu dua kali.</p> <p>Metode ketrampilan selalu di terapkan</p>

		<p>Bagaimana metode latihan fisik?</p> <p>Bagaimana metode latihan ketrampilan?</p>	<p>Latihan ketrampilan banyak dengan struck dan latihan kkuatan otot karena saya dikursi roda lebih berat untuk mendorong kursi mengejar kok yang melambung.</p>			
		<p>Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan</p>	<p>Ada, tergantung atlet akan menghadapi event kejuaraan apa. Pelatih akan memberikan program latihan yang sesuai kejuaraan dan kemampuan</p>	<p>Ada jika ada sebuah event kejuaraan terkadang ada program latihan khusus dan tergantung pada atelt yang dilatihnya.</p>	<p>Program latihan khusus dilaksanakan ketika atlet tertentu yang terpilih sesuai dengan kriteria</p>	<p>Program latihan khusus dilaksanakan ketika mempersiapkan sebuah kejuaraan.</p>
		<p>Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dikomunikasikan dengan pengurus</p>	<p>Setahu saya iya.</p>	<p>Ya setau saya dikomunikasikan</p>	<p>Selalu dikomunikasikan dengan naik.</p>	<p>Selalu dikomunikasikan dengan baik.</p>
		<p>Apakah anda diberi target oleh pelatih dalam mengikuti suatu pertandingan</p>	<p>Ya, menjaga kestabilan kesehatan dan mendapat juara</p>	<p>Diberikan target yaitu latihan yang giar dan mendapatkan kejuaraan semaksimal mungkin</p>	<p>Targetnya mendapatkan kejuaraan dalam setiap event perlombaan entah single event dan multi event.</p>	<p>Diberi target untuk mncapai sebuah prestasi semaksimal mungkin.</p>
		<p>Apakah pelatih menjelaskan tentang program latihan yang dibuat</p>	<p>Pasti dijelaskan terlebih dahulu sebelum latihan karena kondisi atlet berbeda- beda jadi pelatih harus memposisikan dan memahami kekurangan atlet.</p>	<p>Ya pealtih selalu menjaelaskan</p>	<p>Dijelaskan dengan baik oleh pelatih kepada atletnya.</p>	<p>Program latihan dibuat pelatih yang dijelaskan kepada atlet.</p>

	Apakah program latihan yang dibuat oleh pelatih dijalankan secara berkesinambungan	Iya dijelaskan	Sangat berkesinambungan antara latihan dan sebuah pertandingan.	Selalu berkesinambungan karena pelatih yang ada mempunyai keahlian pada bidangnya.	Semua yang dibuat pelatih selalu berkesinambungan dengan event kejuaraan yang akan diakan dilkuti.
	Apa saja aspek-aspek yang harus dipatuhi atlet pada saat latihan	Rajin menjalani latihan	Tidak ada hanya saja untuk giat berlatih.	Yang harus dipatuhi adalah giat berlatih.	Giat berlatih yang harus dipatuhi seorang atlet.
	Apakah pelatih selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan	Pasti memberika evaluasi setelah dan sebelum program latihan.	Selalu ada evaluasi	Evaluasi selalu ada.	.Evaluasi akan selalu diberikan agar atlet mengetahui kelebihan kekurangan yang ada didiri atlet agar bisa diperbaiki jika ada kesalahan
	Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik	Sudah terstruktur	Sangat baik di NPCI Provinsi Jawa Tengah	Latihan selalu terorganisasi dengan baik karena sistemnya terstruktur.	Sudah terorganisasi dengan baik menurut saya.
	Menurut anda sebagai seorang atlet adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan program latihan yang diberikan oleh pelatih	Lapangan yang cukup jauh menjadi kendala	Kendalanya dari saya sendiri terkadang saya merasa lelah atau lemah dalam fisik karena saya hanya memiliki 1 kaki dan harus memiliki kekuatan lebih ketika berlatih entah dari kekuatan otot tangan saat menjalankan kursi roda. Menurut saya atlet	Kendalanya terkadang dalam pelatihan fisik yang menguras tenaga yang lebih. Karena efek kelelahan sering dialami oleh atlet difabel karena keterbatasan fisik yang dimiliki.	Kendalanya ketika atlet merasa kelelahan dan harus melaksanakan latihan fisik rasanya berat sekali karena keterbatasan yang saya miliki mempengaruhi kondisi fisik.

				wheel chair harus memiliki fisik yang lebih daripada yang standing iyulah yang menghambat ketika latihan.		
		Strategi apa yang diberikan oleh pelatih saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan	Diajak refreshing jalan – jalan bersama pelatih atlet. Baru akhir tahun kemarin ke dieng. Terkadang kalau bosan latihan fisik di surakarta kita ke luar kota seperti gedung songo untuk latihan fisik sambil melihat pemandangan	Ketika atlet jenuh dengan progrma latihan biasanya pelatih mengerti dengan memberika games kecil atau pertandingan antara atlet dengan sedikit hadiah.	Strateginya membikan games bahkan ketika selesai kejuaraan pada cabang olahraga bulu tangkis berbondong-bondong berlibur bersama untuk menghilangkan penat. Dan tidak lupa terkadang latihan diadakan disuatu tempat berbeda agar tidak bosan dan lebih semangat.	Atlet diberikan games ketika atlet merasa jenuh.
5.	Sarana prasarana	Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Bulu Tangkis	Sarana prasana cukup mendukung	Sudah baik untuk pengadaan sarana prasananya	Pengadaan sarana prasarana sudah baik.	Proses pengadaan dari tahu ketahun semakin membaik.
		Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu	Sudah lengkap walaupun masih menyewa lapangannya	Sudah lengkap	Kelengkapan sarana prasana sudah memadai	Kelengkapan sarana prasarana sudah cukup baik.

		tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah				
		Bagaimana keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Kadaan cukup baik	Keadaannya layak pakai sarana prasana yang ada	Keadaannya layak pakai jika tidak layak pakai tidak lama ada pengganti yang layak pakai.	Keadaannya sudah layak pakai pada sarana prasana yang ada.
		Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan	Menurut saya sudah sesuai dengan yang ada di nasional dan internasional	Sesuai dan memadai karena untuk transportasi, tempat tinggal pun disediakan dengan baik	Saya sudah merasa sesuai karena sarana prasana yang ada tidak jauh beda ketika saya mengikuti event kejuaraan di internasional.	Sarana prasana yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah sudah sesuai dengan yang diharapkan. Sarana prasana yang digunakan yaitu tempat latihan, kok, raket fasilitas tempat tinggal dan transportasi.
		Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis	Menurut saya sudah	Sudah sesuai dengan yang ada di nasional dan internasional	Untuk spesifikasi sudah sesuai dengan standar	Sudah sesuai standarisasi sarana prasana yang ada.
		Apakah terdapat dokumen yang menyatakan sarana dan prasarana	Saya kurang memahami hal ini. Biasanya yang	Saya kurang memahami hal ini.	Untuk dokumen sepertinya ada tetapi yang	Pastinya ada dokumen resmi mengenai adanya sarana prasana yang ada

		olahraga memiliki standart minimal cabang olahraga	mengetahui hal itu adalah paltih dan pengurus		mengetahui hal seperti itu adalah pengurus.	yang diketahui oleh seluruh pengurus.
		Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI Solo Jawa Tengah sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi	Sudah memenuhi bagi saya karena semua sudah disediakan dari transportasi hingga penginapan dan alat olahraga yang dibutuhkan kecuali kebutuhan pribadi. Kalau seperti saya saya butuh tumpuan untuk duduk di bagian pinggul saya beli sendiri tetapi menggunakan biaya akomodasi yang diberikan pemerintah melalui program pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Sudah memenuhi.	Sudah cukup menunjang prestasi.	Sarana prasana yang ada sudah menunjang prestasi para atlet.
		Apa perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan	Tempat latihan yang tidak jauh dari tempat latihan yang lain karena terkadang ada latihan sehari dua kali pada pagi dan sore.	Sepertinya perlu, entah dari lapangan bahkan alat olahraga		Penambahan sarana prasana dan alokasi dana agar pelatih dan atlet lebih bersemangat dalam berlatih dan melatih.
		Apakah semua fasilitas yang dimiliki NPCI Solo Jawa Tengah sudah dikatakan baik dalam mendukung	Sudah sangat baik karena Jawa Tengah yang termasuk baik dalam akomodasi sarana prasarana	Menurut saya sarana prasana yang ada di Provinsi Jawa Tengah sudah mendukung untuk meraih prestasi.	Sangat baik saran prasana yang ada.	Untuk pengadaaan Fasilitas sarana prasana yang diberikan sudah baik.

		pembinaan olahraga prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis				
		Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana	Biasanya di musyawarahkan pengurus dan pelatih saja tetapi jika dibutuhkan atlet ikut serta.	Ketika pengurus memerlukan bantuan untuk musyawarah akan diadakan muswarah bersama dengan pelatih bahkan atlet.	Di NPCI Jawa Tengah selalu ada koordinasi yang baik antara pengurus pelatih dan atlet untuk musyawarah sarana prasana dibidang pengurus. Kami hanya menjaankan tugas kami yaitu berlatih dan mendapatkan prestasi yang tinggi.	musyawarah dilakukan oleh pengurus dan pelatih

Wawancara dengan Pelatih

No	Indikator	Pertanyaan	YAW (perempuan)	IKA (laki-laki)
1.	Pembinaan prestasi	Bagaimana proses pemassalan, pembibitan, dan pembinaan di NPCI Solo Jawa Tengah	Untuk proses pemasalan pembibitan dilakukan dengan cara sistem desentralisasi daerah lalu ada pemusatan pembinaan di provinsi jika atlet sudah masuk dalam nomor klasifikasi dan kriteria yang dibutuhkan.	Untuk proses ini dilakukan dengan cara desentralisasi lalu untuk pembinaan NPCI Provinsi Jawa Tengah akan dilaksanakan ketika atlet emenuhi kriteria klasifikasi yang dibutuhkan dan mempunyai prestais pada baidangnya.
		Bagaimana metode pembinaan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah	Metode yang diberikan melalui daerah lalu disaring lagi melalui seleksi dan sebuah pertandingan. Jika lolos kriteria pasti para	Metode pembinaan sudah ada pada bidangnya masing – masing jiika saya lebih ke bidang latihan fisik.

			atlet akan diberikan pembinaan kepada NPCI Provinsi Jawa Tengah.	
		Apakah ada faktor faktor yang menghambat proses pembinaan prestasi atlet difabel cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Jawa Tengah	Faktor yang menghambat adalah kesadaran penyandang disabilitas akan adanya olahraga atlet difabel. Dan jika akomodasi sarana prasana yang kurang menunjang maka mempengaruhi sebuah prestasi atlet.	Untuk faktor dari teknik sudah terpenuhi seperti makan tempat tinggal , bisanya faktor non teknis yang menghambat seperti ASEAN PARAGAMES di Thailand diundur yang sebenarnya tahun 2019 diubah ke tahun 2020 maka mental atlet sedikit berubah dan terganggu.
		Bagaimana peran pengurus dalam proses pembinaan prestasi	Peran sesuai dengan jobdisenya. Lebih utamanya membantu para atlet difabel membina atlet agar mencapai sebuah prestasi melalui akomodasi yang diberikan NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Peran pengurus membantu mengkoordinir jalannya sebuah pembinaan prestasi.
		Apakah pengurus selalu melakukan koordinasi dengan anda	Koordinasi dilakukan oleh pengurus dan pelatih untuk sistem kelancaran sebuah pembinaan prestasi.	Adanya koordnasi karena setiap program yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah tertata dengan baik dan terstruktur.
		Menurut anda sebagai seorang pelatih, apa tindak lanjut dalam proses pembinaan selanjutnya	Tindak lanjutnya bagaimana solusi NPCI Provinsi Jawa Tengah semakin maju dalam memperoleh prestasi.	Tidak lanjutnya memberikan program sesuai dengan kebutuhan atlet. Jika saya pada bidang fisik dan sparing partner maka saya maksimalkan latihan hingga memperoleh hasil maksimal.
		Adakah target khusus yang ditetapkan NPCI Jawa Tengah dalam proses pembinaan	Target khususnya pada cabang olahraga bulu tangkis adalah peningkatan prestasi.	Targetnya lebih menggapai prestasi tinggi. Tahun ini yaitu ASEAN PARAGAMES dan PEPARNAS meraih prestasi tinggi.

		Apa harapan saudara sebagai pelatih dalam proses pembinaan guna meningkatkan prestasi bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Harapannya pemerintah dan club olahraga able lebih peduli adanya NPCI Provinsi Jawa Tengah. Agar dapat mendorong kemampuan atlet meraih sebuah prestasi.	Harapannya yaitu para pelatih menjadi PNS tidak hanya atletnya saja. Agar para pelatih juga semangat melatih.
		Bagaimana prestasi yang di raih oleh atlet bulu tangkis di NPC Jawa Tengah	Prestasi yang dicapai dari tahun ketahun selalu ada peningkatan.	Prestasi yang diraih selalu meningkat.
2.	Perekerutan pelatih	Bagaimana proses awal menjadi pelatih	Melalui sebuah pelatihan seminar.	Untuk prosesnya melalui seleksi diadakan di pelatihan awal yang diadakan NPCI Provinsi Jawa Tengah isi pelatihan tersebut mengenai klasifikasi atlet, porses pertandingan atlet difabel, cara melatih atlet difabel dsb.
		Apa latar belakang pendidikan saudara sehingga anda bisa menjadi pelatih seperti sekarang	Sebelumnya menjadi dari kecil menjadi atlet bulu tangkis yang meraih kejuaraan hingga ke nasional dan saya meenjadi pelatih pada club olahraga yang saya miliki.	Saya mahasiswa lulusan UNS lalu saya mengikuti banyak pertandingan bulu tangkis. Lalu saya dipanggil oleh timas untuk membantu melatih atlet able pada 2018 untuk mempersiapkan PELATNAS setelah itu UNS merekomendasikan saya menjadi pelatih di Jawa Tengah.
		Apa pengalaman saudara dibidang olahraga bulu tangkis	Saya pernah menjadi atlet sejak kecil dan sudah ke jenjang nasional lalu saya menajdi pelatih untuk atlet able lalu saya termotivasi memiliki sebuah club bulu tangkis able dan saya menjadi pelatihnya. Setelah itu saya memiliki kepedulian dan keinginan lebih belajar untuk para atlet difabel lalu mengikuti program pelatihan	Saya atlet bulu tsngris dari kelas tiga SD. Lalu saya mengikuti LIMA pada saat menjadi mahasiswa di UNS. Dan saya telah mendapatkan kejuaraan hingga ke nasional.

			yang ada di NPCI Provinsi Jawa Tengah saya direkrut menjadi pealtih standing dengan bertahap saya dipindahkan pada atlet wheel chair yang harus lebih sabar melatihnya.	
		Apakah anda tahu bagaimana proses perekrutan pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah	Untuk prekerutan pelatih yang alami melalui pelatihan dan seminar yang diadakan NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Prosesnya melalui penataran dan pelatihan seperti yang saya ikuti pada tahun 2018.
		Apakah ada syarat untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Syaratnya harus loyalitas mendukung penuh dengan kepedulian kepada Jawa Tengah. Memiliki sebuah ilmu melatih atlet difabel dan klasifikasi atlet difabel bahkan sampai ke tahap pertandingan.	Saya mengikuti pelatihan terlebih dahulu. Saya mengikuti di Jakarta yang diadakan KEMENPORA. Dan tidak lupa saya mengikuti pelatihan yang diadakan di NPCI Jawa Tengah.
		Apakah saudara pernah mengikuti penataran pelatih	Saya pernah pelatihan pelatih nasional yaitu pada tahap level 1.	Pernah mengikuti pelatihan penataran pelatih yang diadakan kemenpora 2x dan NPCI Provinsi Jawa Tengah.
		Apakah semua pelatih memiliki sertifikat pelatih	Harus memiliki jika tidak memiliki pun mereka mendapatkan penataran atau pelatihan terlebih dahulu ketika akan direkrut menjadi pelatih.	Semua pealtih memiliki sertifikat ,
		Berapakah jumlah pelatih cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	3 pelatih dan 1 asisten pelatih.	Untuk pelatih ada tiga dan satu asiten pelatih
		Apakah pelatih harus memiliki keahlian pada bidangnya	Di NPCI Provinsi Jawa Tengah harus memiliki keahlian pada bidangnya.	Harus memiliki keahlian pda bidangnya, seperti saya lebih ke latihan fisik dan sparing games.

				.
		Bagaimana metode dan program latihan yang anda buat	Metodenya sesuai dengan yang dibutuhkan dengan program jangka panjang (PJP) saat itulah atlet perlu dikarantina. Atu dengan cara pemusatan latihan, tergantung event apa yang akan dihadapi dan pelatih akan menyesuaikan latihan untuk para atletnya.	Program latihan jangka panjang yang saya terapkan saat ini, bahkan saya yang membuat program perodesasi
		Bagaimana proses promosi dan degradasi pelatih di NPCI Solo Jawa Tengah	Selama ini baru ada degradasi pelatih satu kali pada tahun 2018. Sedangkan promosinya melalui pelatihan dan seminar.	Proses degradasi atlet diadakan pada tahun 2018 maka dari itu saya bisa menjadi pelatih disini karena adanya promosi degradasi atlet pada saat itu.
3.	Perekrutan atlet	Bagaimana supaya atlet mengetahui adanya NPCI (<i>National Paralympic Committee Indonesia</i>)	Dengan cara sosialisasi ke sekolah ataupun melalui seleksi, pelatihan dan yang diadakan oleh NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Adanya sosialisasi mengenai pentingnya olahraga dan seleksi atlet yang akan dibina oleh NPCI Jawa Tengah dan pengadaan seminar.
		Bagaimana proses masuk NPCI	Prosesnya melalui seleksi daerah lalu kejuaraan tingkat daerah dan provinsi jika atlet memiliki kriteria yang dibutuhkan NPCI Provinsi Jawa Tengah maka atlet itu dibina dpenuh.	Proses masuknya dari desentralisasi daerah.
		Apakah ada tes seleksi untuk menjaring atlet difabel bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Adda seleksi melalui seleksi daerah.	Ada seleksi terlebih daulu dari seleksi daerah. Yang diadakan satu tahun sekali.

		Bagaimana prosedur perekrutan atlet cabang olahraga bulu tangkis	Prosedurnya mengikuti seleksi daerah. Karena NPCI ini sistemnya desentralisasi lalu ikut serta dalam perlombaan daerah dan provinsi jika lolos seleksi dan meraih sebuah kejuaraan maka atlet ini akan mendapatkan pembinaan dari NPCI Provinsi Jawa Tengah.	Mengikuti seleksi daerah. Karena NPCI ini sistemnya desentralisasi lalu ikut serta dalam perlombaan daerah dan provinsi jika lolos seleksi dan meraih sebuah kejuaraan maka atlet ini akan mendapatkan pembinaan
		Berapa tahun sekali diadakan perekrutan atlet di NPCI Solo Jawa Tengah	Untuk perekrutan atlet diadakan setahun satu kali.	Satu tahun sekali diadakan perekrutan atlet. .
		Apakah ada pedoman yang digunakan dalam proses perekrutan atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	pedoman menurut BWF (Badminton World Federation)	Selalu ada Pedoman yang digunakan melalui standarisasi BWF.
		Berapa banyak jumlah atlet bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Setiap tahun ada degradasi atlet. Untuk 2019 - 2020 atlet NPCI Provinsi Jawa Tengah 21 orang. 16 dari standing dan 5 wheel chair.	Untuk program jangka panjang pada tahun 2019 – 2020 ada 19 atlet
		Apakah dari tahun ke tahun selalu mengalami kenaikan jumlah atlet	Selalu ada kenaikan atlet.	Selalu ada kenaikan atlet.
		Bagaimana proses promosi dan degradasi atlet NPCI Solo Jawa Tengah	Untuk promosi degradasi diadakan seminar.	Untuk promosi degradasi diadakan seminar atau pelatihan pelatih.
4.	Program latihan	Bagaimana perencanaan program latihan yang anda buat	Perencanaan latihan dilakukan melalui tergantung kejuaraan yang akan diikutinya. Untuk saat ini kita fokus pada PJP (Program Jangka Panjang) karena	PJP dan Periodisasi yang membuat saya, jadi saya memiliki empat tahap. Jadi masing – masing dibedakan karena ada prinsip latihan ang paling simple ada

			untuk mengikuti multi event seperti Paralimpic , PEPARNAS dll.	individual yang menjelaskan mengenai kemampuan atlet berbeda – beda jadi tidak saya sama ratakan. Maka saya mengadakan tes khusus dlu untuk mengerti kemampuan atlet.
	Apakah program latihan yang saudara buat sesuai dengan kebutuhan atlet	Pasti saya membuat program latihan sesuai kebutuhan atlet. Karena pelatih disini mengikuti atletnya jika tidak program latihan tidak berjalan lancar karena keterbatasan mereka berbeda membuat program latihan yang dibuat menyesuaikan kemampuan mereka. Karena garis besar program latihan difabel dan able hampir sama hanya saja sebagai pembeda adalah kekuatan fisik mereka. Contohnya jika untuk atlet wheel chair maka saya tidak bisa menerapkan latihan fisik lari maka saya lebih memfokuskan kekuatan otot mereka. Tanpa disadari walaupun pelatih mengikuti para atlet pelatih harus membuat peningkatan latihan.	Kembali ke perencanaan program latihan setiap atlet memiliki kemampuan yang berbeda. Jadi program latihan yang dibuat harus sesuai kebutuhan atlet.	
	Siapakah yang terlibat dalam pembuatan program latihan tersebut	Semua pelatih terlibat dalam pembuatan program latihan yang mereka buat.	Yang membuat program latihan saya sendiri sebagai pelatih dan dikoordinasi dengan semua pelatih.	
	Bagaimana pelaksanaan program latihan yang diterapkan di NPCI Solo Jawa Tengah?	Pelaksanaan program latihan harus tersusun rapi karena dikoordinasikan kepada pengurus. Latihan diadakan satu minggu enam kali latihan yang diadakan pagi dan sore.	Program latihan sesuai dengan jadwal yang dibuat. Latihan dilaksanakan setiap satu minggu enam kali.	

		<p>Berapa kali latihan dalam satu minggu?</p> <p>Berapa lama durasi waktu latihan?</p> <p>Bagaimana metode latihan mental?</p> <p>Bagaimana metode latihan fisik?</p> <p>Bagaimana metode latihan ketrampilan?</p>	<p>Waktu latihan 08.00 – 11.00 dan 15.30 – 17.00</p> <p>Durasi latihan dua hingga tiga jam.</p> <p>Metode latihan mental dengan pendekatan terhadap dan berkomunikasi dengan atlet.</p> <p>Latihan fisik yang saya terapkan adalah tes kelincahan, tes daya tahan otot, tes power, tes kecepatan, tes kelenturan dan tes daya tahan.</p> <p>Untuk ters ketrampilan saya menerapkan stance untuk atlet standing, strokes, teknik memegang raket, teknik langkah kaki, dan melatih ketrampilan bermain bulu tangkis yaitu <i>servise, lob dan semesh</i>.</p>	<p>Durasi dua sampai tiga jam</p> <p>Latihan mental melalui pendekatan atlet</p> <p>Saya lebih mengajarkan latihan fisik dan sparing partner</p> <p>Latihan ketrampilan melalui struck dan drill</p>
		<p>Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pelatih pada saat latihan</p>	<p>Program khusus diberikan tergantung pada nomor klasifikasi atlet, contohnya atlet wheel chair maka pelatih membrikan program latihan kekuatan otot yang lebih dominan.</p>	<p>Untuk program khusus seperti tahun 2020 ini ada PELATNAS maka saya membuat program latihna khusus untuk para atlet yang terpilih sesuai dengan kapasitas dan sesuai prinsip latihan.</p>
		<p>Apakah program latihan yang anda buat dikomunikasikan terlebih dahulu dengan pengurus</p>	<p>Semua pelatih ketika membuat priogram latihan dikomunikasikan terhadap pengurus. Agar pengurus mengerti pengingkatan atlet pembinaan mereka apakah sudah sesuai atau belum.</p>	<p>Semua proragm latihan dikomunikasikan kepada pihak yang bersangkutan di NPCI Provinsi Jawa Tengah agar semua mengerti bagaimana proges jalannya latihan yang diberikan.</p>
		<p>Apakah pengurus memberikan beberapa target prestasi yang harus anda capai</p>	<p>Selalu memberikan target, jika pelatih harus memberikan program latihan yang sesuai hingga melatih atlet hingga semaksimal mungkin agar mencapai</p>	<p>Tager tahun ini dalah ASEAN PARAGAMES di Philipina dan PEPARNAS di Papua.</p>

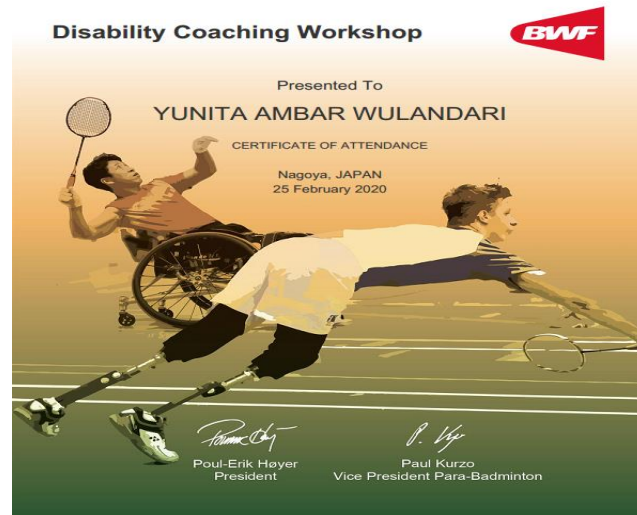
			prestasi yang maksimal. Untuk atlet diberika target latihan yang giat agar mencapai sebuah prestasi yang maksimal.	
		Apakah anda menjelaskan terlebih dahulu kepada atlet tentang program latihan yang anda buat	Apapun program latihan yang dibuat sellau dikomunikasikan terhadap pengurus dan atlet apakah sudah sesuai dengan kriteria mereka atau belum.	Ya dijelaskan agar atlet mengegerti dan memahami apa yang harus mereka lakukan.
		Apakah program latihan yang anda buat dijalankan secara berkesinambungan	Selalu berkesinambungan karena program yang dibuat selalu terstruktur dan terprogram dengan baik.	Selalu ada aevaluasi.
		Apa saja aspek-aspek yang harus dipatuhi atlet pada saat latihan	Harus giat berlatih hanya itu saja sudah cukup.	Disiplin dalam menjalankan program latihan.
		Apakah anda selalu memberikan evaluasi pada saat atlet selesai melaksanakan program latihan	Selalu ada evaluasi ketika selesai karena untuk mengkoreksi mana yang perlu diperbaiki tetapi pealtih juga memberikan apresiasi ketika program latihan mereka dijalankan dengan baik dan benar.	Kendalanya ketika ada event tidak pasti. Ketika program latihan sudah dibuat dan berjalan sesuai prinsip latihan yang ada tetapi event itu diundur maka latihan akan dimulai dari awala program lagi dan membuat mental atlet terkadang terganggu.
		Apakah latihan sudah terorganisasi dengan baik	Untuk latihan sudah terstruktur dan terorganisas dengan baik karena atas adanya semua koordinasi dari pengurus pelatih dan atlet.	Sudah cukup baik menurut saya.
		Menurut anda sebagai seorang pelatih, adakah kendala yang dihadapi dalam melaksanakan	Untuk kendala terkadang datang dari diri atlet sendiri. Entah dari mental mereka atau kondisi fisik mereka yang tidak bisa dipaksakan. Untuk lainnya yaitu sarana	Kendala yang ada biasanya dari faktor diri sendiri ataubahkan dari event kejuaraan yang diundur seperti halnya ASEAN PARAGAMES yang seharusnya

		program latihan yang anda berikan	prasana tempat latihan karena jarak terlalu jauh terkadang membuat atlet malas untuk berlatih.	2019 diundur menjadi 2020/ semua persiapan sudah dilakukan. Maka atlet mentalnya juga sedikit terganggu atas hal ini.
		Strategi apa yang anda berikan saat atlet mengalami kejenuhan dalam melaksanakan program latihan	Strateginya memberikan games dan menanyakan apakah yang diinginkan atletnya. Bahkan ketika setelah usai pertandingan cabang olahraga bulu tangkis ini liburan bersama.	Strateginya memberikan games dan menjalankan latihan yang santai tapi ada peningkatan.
5.	Sarana prasarana	Bagaimanakah proses pengadaan sarana dan prasarana untuk cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo	Pengadaan sarana prasana yang ada sudah cukup baik.	Pengadaan sarana prasana cukup baik karena tempat latihan yang disewa untuk Sparing Partner di HTC (Hartono City Mall) yang sudah sesuai dengan standarisasi BWF Corporate.
		Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Kelengkapannya sudah lengkap.	Kelengkapan sudah sangat memadai.
		Bagaimana kondisi keadaan sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo	Kondisi sarana prasana layak pakai, karena setiap sarana prasana yang tak layak pakai tidak mungkin diberikan oleh para atlet.	Layak pakai sarana prasana yang ada.
		Bagaimana kualitas sarana dan prasarana cabang olahraga bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Kualitas nya sudah memenuhi standarisasi.	Kualitas cukup bagus dan memadai.

	Apakah sarana dan prasarana latihan yang ada sesuai dengan yang diharapkan dan sarana prasarana latihan apa saja yang digunakan untuk latihan	Selama ini tidak ada masalah sarana prasarana yang ada semakin tahun semakin meningkat	Sudah baik dan menunjang
	Apakah sarana dan prasarana yang digunakan sudah sesuai dengan spesifikasi standart untuk cabang olahraga bulu tangkis.	Sudah sesuai standarisasi.	Sudah sesuai spesifikasi standart.
	Apakah ketersediaan sarana dan prasarana olahraga di NPCI sudah memenuhi guna menunjang kebutuhan pembinaan olahraga prestasi	Sudah memenuhi dari fasilitas transportasi tempat tinggal dll.	Sudah bagus dan mendukung prestasi atlet.
	Apa perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan	Untuk penambahan sarana prasarana tempat latihan agar tidak menyewa lagi dan jaraknya tidak terlalu jauh sudah cukup.	Pasti ada karena untuk menunjang prestasi mereka lewat alokasi dana yang diberikan.
	Apakah terdapat kebijakan dari pemerintah terkait pengadaan sarana dan prasarana latihan cabang olahraga prestasi	Sepertinya ada contohnya untuk lapangan wheel chair lapangannya tidak berkarpet sedangkan untuk atlet standing menggunakan lapangan berkarpet. Itupun sudah standarisasi pertandingan nasional	Selalu ada kebijakan yang diberikan pemerintah karena pemerintah memberikan alokasi dana tidak secara percuma. Maka pengurus harus menggunakan sebaik mungkin untuk

			hingga internasional seperti yang ada di pedoman BWF.	memunjang prestasi atlet khususnya sarana prasana yang ada.
		Apakah ada musyawarah antara atlet, pelatih, dan pengurus tentang pengadaan sarana dan prasarana	Untuk musywarah dilakukan pelatih dan pengurus.	Musyawarah selalu dilakukan
		Apa yang menjadi syarat khusus untuk menjadi pelatih bulu tangkis di NPCI Solo Jawa Tengah	Syaratnya adalah peduli terhadap penyandang disabilitas dan mengerti mengenai ilmu disabilitas ketika pertandingan dan klasifikasi nomor pertandingan.	Syarat khususnya harus peduli terhadap atlet difabel dan memiliki keahlian pada cabang olahraga bulu tangkis.

Lampiran 11





Lampiran 12

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Osrita Muslim
Instansi : NPCI Provinsi Jawa Tengah
Jabatan : Ketua Umum NPCI Provinsi Jawa Tengah

Telah membaca Instrumen penelitian berupa pedoman wawancara skripsi dengan judul **“Study Tentang Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di NPCI (*National Paralympic Committee Indonesia*) Provinsi Jawa Tengah”**.

Oleh Peneliti :

Nama : Izas Amelinda Distiana
NIM : 6211416117
Jurusan : Ilmu Keolahragaan

Setelah memperhatikan Instrumen yang telah dibuat maka masukan untuk Instrumen tersebut adalah :

.....
.....
.....
.....
.....

Surakarta, 18 Februari 2020
Validator
NPCI Provinsi Jawa Tengah
Ketua Umum


Nasional
Perhimpunan Cerebral Palsy
Gempur Paralympic
OSRITA MUSLIM

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Osrita Muslim
Tempat Tanggal Lahir : Surakarta, 07 November 1966
Alamat : Klaruan RT 001 RW 014, Desa Palur,
Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo
Umur : 53 Tahun
Jabatan : Ketua Umum NPCI Provinsi Jawa Tengah

Benar telah bersedia menjadi Responden pada penelitian untuk skripsi dengan judul "**Study Tentang Perkembangan Prestasi Atlet Bulu Tangkis di NPCI (National Paralympic Committee Indonesia) Provinsi Jawa Tengah**".

Hari/Tanggal : Selasa, 18 Februari 2020
Waktu : 10.00 WIB
Tempat : Kantor NPCI Provinsi Jawa Tengah
Komplek Stadion Manahan, Jl. Adi Sucipto No. 1
Kota Surakarta

Demikian surat keterangan ini diberikan yang bersangkutan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 18 Februari 2020

Validator

NPCI Provinsi Jawa Tengah

Ketua Umum


OSRITA MUSLIM

**BIODATA PENGURUS
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH**

Nama : Agus Widayat, S.Pd, M.Or

Tanggal Lahir : 25 Maret 1981

Jenis Kelamin : Laki-laki

Jabatan : Ketua Bidang Pertandingan

Alamat : Kayen RT 002 Sonorejo
Kabupaten Sukoharjo


NPCI Provinsi Jawa Tengah
Ketua Bidang Pertandingan


AGUS WIDAYAT, S.Pd, M.Or

**BIODATA PENGURUS
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH**

Nama : Purwo Adi Sanyoto, S.Pd, M.Or
Tanggal Lahir : 30 Desember 1988
Jenis Kelamin : Laki-laki
Jabatan : Ketua Bidang Cabang Olahraga
Alamat : Gondangrawe Rt 011 Rw 002 Gondangrawe Andong
Kabupaten Boyolali

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Ketua Bidang Cabang Olahraga


PURWO ADI SANYOTO, S.Pd, M.Or

**BIODATA PENGURUS
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH**

Nama : Priyano
Tanggal Lahir : 04 September 1983
Jenis Kelamin : Laki-laki
Jabatan : Sekretaris
Alamat : Jl. DR. Rajiman RT 001 RW 005, Kebonmanis
Kabupaten Cilacap

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Sekretaris


PRIYANO

**BIODATA PELATIH
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS**

Nama : Jarot Hernowo
Tanggal Lahir : 22 Agustus 1967
Jenis Kelamin : Laki-laki
Status : Pelatih Nasional
Alamat : Tegal Baru, RT 04 RW 04, Jebres
Kota Surakarta

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Pelatih Bulutangkis

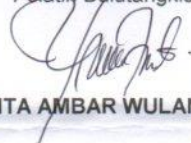


JAROT HERNOWO

**BIODATA PELATIH
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS**

Nama : Yunita Ambar Wulandari
Tanggal Lahir : 11 Juni 1984
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Pelatih Nasional
Alamat : Sidorejo RT 004 RW 002 Mangkubumen, Banjarsari
Kota Surakarta

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Pelatih Bulutangkis



YUNITA AMBAR WULANDARI

BIODATA ATLET
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS

Nama : Supriadi
Tanggal Lahir : 25 Maret 1986
Jenis Kelamin : Laki-laki
Disabilitas : Tuna Daksa
Klasifikasi : WH2
Status : Atlet Nasional
Asal Daerah : Kabupaten Boyolali
Alamat : RT 03 RW 01 Temulus Pondok Grogol Sukoharjo
Kabupaten Sukoharjo
Prestasi : Medali Emas Tunggal Putra PEPARPROV III/2018
Medali Perunggu Ganda Putra PEPARPROV III/2018

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Atlet Bulutangkis


SUPRIADI

**BIODATA ATLET
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS**

Nama : Suryo Nugroho
 Tanggal Lahir : 17 April 1995
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Disabilitas : Tuna Daksa
 Klasifikasi : Upper 5
 Status : Atlet Nasional
 Asal Daerah : Kabupaten Karanganyar
 Alamat : Berjo Rt 01/01 Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar
 Prestasi : Medali Perak Single U5 APG Malaysia 2017
 Medali Perak Double U5 APG Malaysia 2017
 Medali Emas Beregu Putra ASIAN PARA GAMES 2018
 Medali Perak Tunggal Putra ASIAN PARA GAMES 2018
 Medali Perak Ganda Putra ASIAN PARA GAMES 2018
 Medali Emas Beregu Putra PEPARPROV III/2018
 Medali Emas Single Upper Putra PEPARPROV III/2018
 Medali Emas Ganda Upper 5 Putra PEPARPROV III/2018
 Medali Emas Ganda Campuran PEPARPROV III/2018
 Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 Turkish Para-Badminton International - ENESCUP 2019
 Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5 Turkish Para-Badminton International - ENESCUP 2019
 Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5 2nd Fazza- Dubai Para-Badminton International 2019
 Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 Total BWF Para Badminton Championships Swiss 2019
 Medali Emas Tunggal Putra Kelas SU5 China Para-Badminton International 2019
 Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5 China Para-Badminton International 2019
 Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 Victor Denmark Para-Badminton 2019
 Medali Emas Ganda Putra Kelas SU5 Victor Denmark Para-Badminton 2019
 Medali Perak Tunggal Putra Kelas SU5 Hulic Daihatsu Japan Para-Badminton International 2019

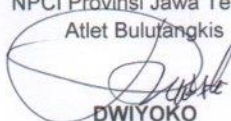
NPCI Provinsi Jawa Tengah
Atlet Bulutangkis


SURYO NUGROHO

BIODATA ATLET
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS

Nama : Dwiyoiko
Tanggal Lahir : 23 Desember 1979
Jenis Kelamin : Laki-laki
Disabilitas : Tuna Daksa
Klasifikasi : Lower 3
Status : Atlet Nasional
Asal Daerah : Kabupaten Cilacap
Alamat : Jl. Curug Sewu No.288 03/02 Panisihan Maos
Kabupaten Cilacap
Prestasi : Medali Perunggu Single L3 APG Malaysia 2017
Medali Perak Double L3/L4 APG malaysia 2017
Medali Emas Ganda Putra ASIAN PARA GAMES 2018
Medali Perunggu Beregu Putra PEPARPROV III 2018
Medali Emas Tunggal Putra PEPARPROV III 2018
Medali Perunggu Ganda Putra PEPARPROV III 2018
Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 Turkish Para-
Badminton International - ENESCUP 2019
Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 2nd Fazza-
Dubai Para-Badminton International 2019
Medali Emas Ganda Putra Kelas SL3-SL4 YONEX Canada
Para-Badminton International 2019

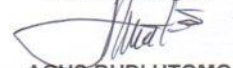
NPCI Provinsi Jawa Tengah
Atlet Bulutangkis


DWIYOKO

**BIODATA ATLET
NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE INDONESIA
PROVINSI JAWA TENGAH
CABOR BULUTANGKIS**

Nama : Agus Budi Utomo
Tanggal Lahir : 27 Agustus 1977
Jenis Kelamin : Laki-laki
Disabilitas : Tuna Daksa
Klasifikasi : WH2
Status : Atlet Nasional
Asal Daerah : Kota Surakarta
Alamat : Kota Surakarta
Prestasi : Medali Perak Beregu Putra PEPARPROV III 2018
Medali Perak Single WH 2 Putra PEPARPROV III 2018
Medali Emas Single Putra PEPARPROV III 2018
Medali Perak Ganda WH1-WH2 Open Putra
PEPARPROV III 2018

NPCI Provinsi Jawa Tengah
Atlet Bulutangkis


AGUS BUDI UTOMO

Lampiran 12

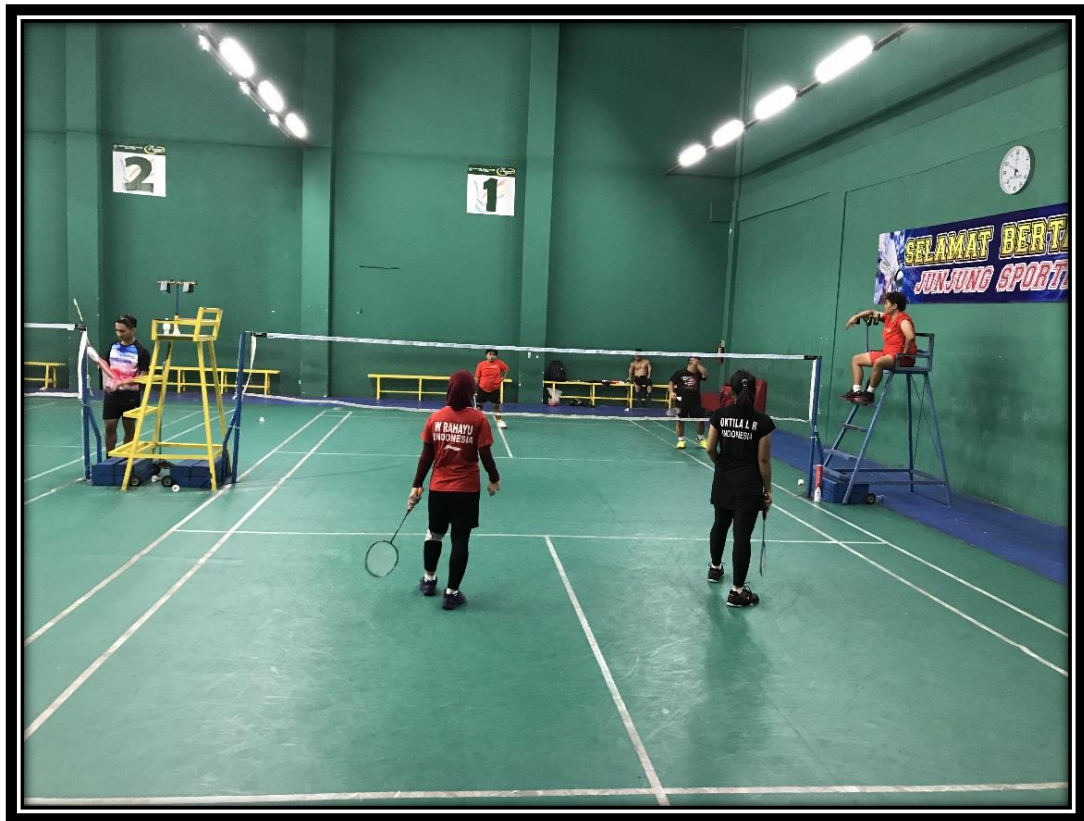
Gambar 1. Observasi



Gambar 2

Wawancara dengan atlet standing





Wawancara dengan atlet wheel chair



Gambar 4. Wawancara dengan pengurus





Gambar 5. Wawancara dengan pelatih





Gambar 6. Prestasi Atlet

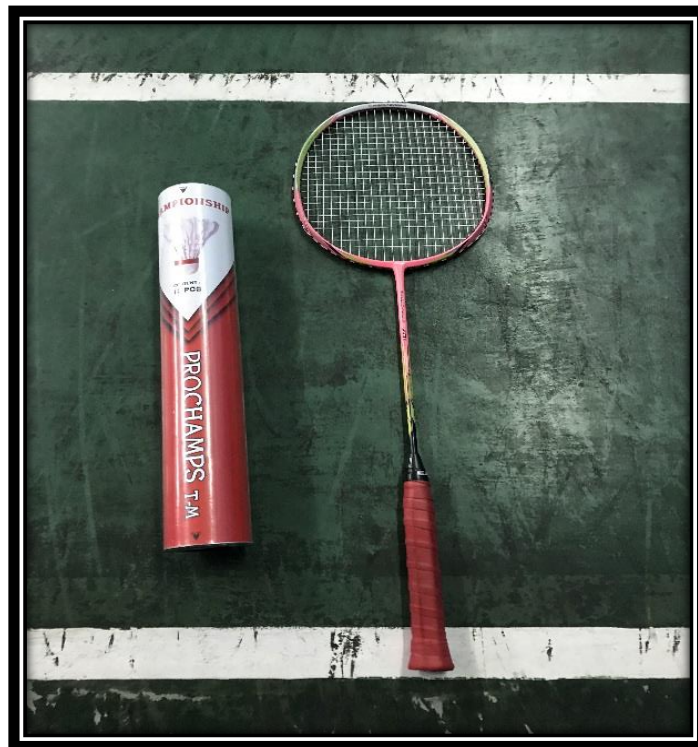


Gambar 7. Sarana Prasana

Sarana



Prasana





Gambar 8. Program latihan

PROGRAM LATIHAN BULAN JANUARI – JUNI 2019

Keterangan : Pada tanggal 28 April 2019 di adakan Seleksi Fisik dan Tehnik. Yang dilaksanakan Di Gor Sinar Kasih, Bayan Kadipiro Solo. Pada Pukul 09.00 s.d 13.00. Diikuti 21 Atlit PJP Jawa Tengah.

Evaluasi Latihan pada setiap atlit memenuhi standar awal progam latihan.



PROGAM LATIHAN BULAN JULI – DESEMBER 2019

Keterangan: - Evaluasi latihan pada kompetisi KEJURPROV tahap II 2019 di Cilacap, beberapa atlit mengalami kemunduran. Dan 4 atlit kami ajukan dalam progam Degradasi bulan Agustus 2019.



Keterangan : Pada tanggal 18 Desember 2019 di adakan Latihan bersama. Yang dilaksanakan Nyi Ageng Karang, Karanganyar. Pada Pukul 11.00 s.d 14.00. Diikuti 15 Atlit PJP Jawa Tengah.

Evaluasi Latihan pada setiap atlit memenuhi standart progam latihan



Pelaksanaan Program Latihan setiap bulannya pada tahun 2019

- Januari 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	<ul style="list-style-type: none"> • Games • Sprint 10m x 10 • Sprint 20m x 7 • Sprint 30m x 4 • Sprint 40m x 2 • Sprint 50m x 1 	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Tes Awal Fisik Daya Tahan	Tes Awal Weight Training	Istirahat	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set	Joging 40 menit	Istirahat	Istirahat

- Febuari 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	<ul style="list-style-type: none"> • Games • Sprint 10m x 10 • Sprint 20m x 7 • Sprint 30m x 4 • Sprint 40m x 2 • Sprint 50m x 1 	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Tes Awal Fisik Daya Tahan	Tes Awal Weight Training	Istirahat	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set	Joging 40 menit	Istirahat	Istirahat

- Maret 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 20m x 8 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 45% dari RM selama 75 menit	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set Jogging 70 menit	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

- April 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 20m x 8 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 45% dari RM selama 75 menit	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 50% dari RM 10 repetisi x 3 set Jogging 70 menit	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

Keterangan: Pada tanggal 28 April 2019 di adakan Seleksi Fisik dan Tehnik. Yang dilaksanakan Di Gor Sinar Kasih, Bayan Kadipiro Solo. Pada Pukul 09.00 s.d 13.00. Diikuti 21 Atlet PJP Jawa Tengah.

Evaluasi Latihan pada setiap atlit memenuhi standar awal progam latihan.

- Mei 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 25m x 6 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 50% dari RM selama 60 menit	Weight training 55% dari RM 10 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 55% dari RM 10 repetisi x 3 set	Jogging 40 menit	Istirahat	Istirahat

- Juni 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 55% dari RM selama 45 menit	Weight training 80% dari RM 8 repetisi x 8 x 4 set	Istirahat	Weight training 80% dari RM 8 repetisi x 8 x 4 set	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

- Juli 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 25m x 6 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 50% dari RM selama 60 menit	Weight training 55% dari RM 10 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 55% dari RM 10 repetisi x 3 set	Jogging 40 menit	Istirahat	Istirahat

- Agustus 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 55% dari RM selama 45 menit	Weight training 80% dari RM 8 repetisi x 8 x 4	Istirahat	Weight training 80% dari RM 8 repetisi x 8 x 4 set	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

Keterangan: - Evaluasi latihan pada kompetisi KEJURPROV tahap II 2019 di Cilacap, beberapa atlit mengalami kemunduran. Dan 4 atlit kami ajukan dalam progam Degradasi bulan Agustus 2019.

- September 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Game Struke	Games Drilling	• Games	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 70% dari RM selama 45 menit	Games	Istirahat	Weight training 70% dari RM 8 repetisi x 3 set	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

- Oktober 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 25m x 6 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 50% dari RM selama 60 menit	Weight training 70% dari RM 8 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 70% dari RM 8 repetisi x 3 set	Jogging 40 menit	Istirahat	Istirahat

- November 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
--	-------	--------	------	-------	-------	-------	--------

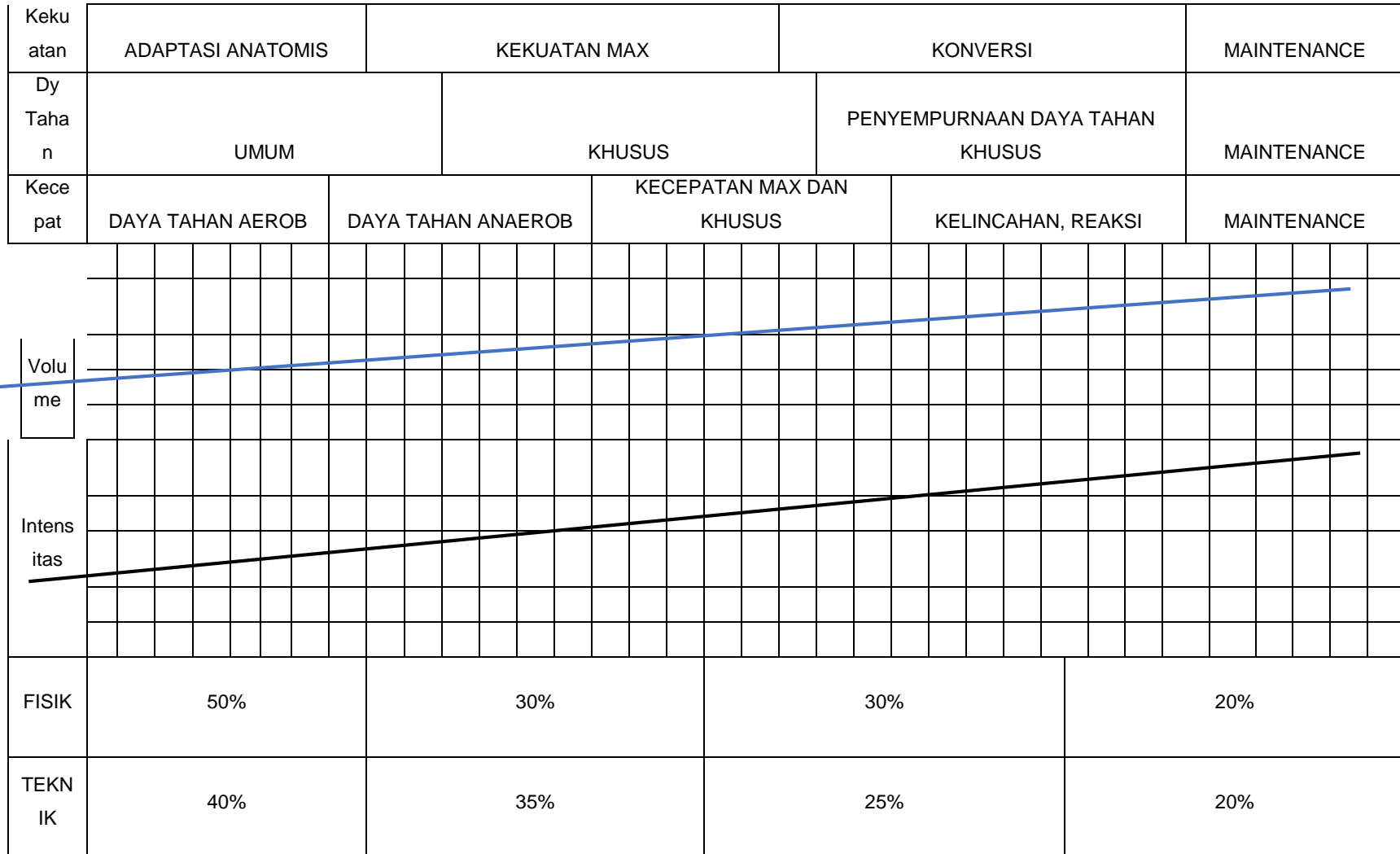
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 70% dari RM selama 45 menit	Weight training 70% dari RM 8 repetisi x 8 x 4 set	Istirahat	Weight training 80% dari RM 8 repetisi x 8 x 4 set	Jogging 45 menit	Istirahat	Istirahat

- Desember 2019

	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu	Minggu
Pagi	Shadow Struke	Shadow Drilling	• Games • Sprint 25m x 6 x 5	Drilling	Struke	Games	Istirahat
Sore	Lari 75% dari RM selama 60 menit	Weight training 75% dari RM 10 repetisi x 3 set	Istirahat	Weight training 75% dari RM 10 repetisi x 3 set	Jogging 40 menit	Istirahat	Istirahat

Keterangan: Pada tanggal 18 Desember 2019 di adakan Latihan bersama. Yang dilaksanakan Nyi Ageng Karang, Karanganyar. Pada Pukul 11.00 s.d 14.00. Diikuti 15 Atlet PJP Jawa Tengah.

PERIODISASI LATIHAN ASEAN PARAGAMES PHILIPINA																																				
Bulan	MEI				JUNI					JULI				AGUSTUS				SEPTEMBER				OKTOBER				NOVEMBER				DESEMBER						
Minggu	5	1	1	2	2	9	1	2	3	7	1	2	2	4	1	1	2	1	8	1	2	2	6	1	2	2	3	1	1	24	1	8	1	2	2	
Mikro	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Makro	1				2					3				4				5				6				7				8						
Dome s																																				
Intern as																																				
Fase Lat	PERSIAPAN													PERTANDINGAN																						
Sub Fase	UMUM					KHUSUS													PRA PERTANDINGAN					PERTANDINGAN UTAMA												
Mess o	3::1		3::1			3::1			2::1		1::1		3::1			2::1		1::1	2::1		2::1		2::1													
Sasar an	PENGEMBANGAN FISIK UMUM DAN TEKNIK BARU					PENGEMBANGAN FISIK KHUSUS, PENYEMPURNAAN TEKNIK DAN TAKTIK													PENGUASAAN LOMBA DAN PRESTASI PUNCAK																	



Gambar 10. Program kerja NPCI Jawa Tengah 2019



Gambar 11. Program Kerja NPCI Jawa Tengah 2020

