PEMBINAAN PRESTASI OLAHRAGA BOLA VOLI DI KLUB BOLA VOLI KMC KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2010

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1

untuk memperoleh gelar sarjana sains

Oleh:

ANDY RIKY SETYAWAN

6250406063

PERPUSTAKAAN
UNNES

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

TAHUN 2011

ABSTRAK

Andy Riky Setyawan. 2011. Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli di Klub KMC Kabupaten Pemalang. Skripsi. Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.
Pembimbing : Dr. Soegiyanto KS, MS, Drs. Said Junaidi, M.Kes

Kata Kunci : Pembinaan Prestasi

Tujuan penelitian ini adalah untuk : 1) mengetahui pembinaan prestasi di klub bola voli KMC Pemalang tahun 2010. 2)Mengetahui pelaksanaan program latihan yang dilaksanakan pada Klub KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010. 3) Mengetahui mekanisme Organisasi klub bola voli di Klub KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010. 4) Mengetahui kelengkapan sarana dan prasarana yang dimiliki untuk menunjang program pembinaan prestasi olahraga Bola voli pada klub KMC kabupaten Pemalang tahun 2010. 5) Mengetahui kualitas pelatih di klub KMC Kabupaten Pemalang tahun2010.6) Bagaimama ketersediaan dana di klub bola voli kabupaten Pemalang tahun 2010

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan penelitian dekskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah terdiri dari pemain, pelatih dan pengurus Klub KMC Kabupaten Pemalang. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 35 pemain, 3pelatih dan 3 pengurus Klub KMC Kabupaten Pemalang. Penelitian ini dilaksanakan di Klub KMC Kabupaten Pemalang. Adapun instrumen penelitian yang dipergunakan adalah angket atau kuesioner, dan dokumentasi.Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif persentase.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Pembinaan prestasi di klub KMC Pemalang dikategorikan baik.program latihan yang ada sudah dikategorikan baik. Keadaan organisasi di klub KMC Pemalang dikategorikan baik. Sarana dan prasarana di Klub KMC Kabupaten Pemalang cukup memadai. Prestasi yang diraih oleh Klub KMC Kabupaten Pemalang selama ini cukup baik, kualitas pelatih yang ada diklub KMC pemalang sudah dikategorikan baik. Pendanaan pada klub KMC Pemalang masih dikategorikan kurang.

Adapun saran yang dapat peneliti berikan antara lain pengurus hendaknya berusaha meningkatkan atau mengupayakan adanya perbaikan fasilitas sarana dan prasarana latihan yang ada untuk memperlancar proses pembinaan atlit. Pelatih hendaknya berusaha menegakkan disiplin terhadap atlitnya baik di dalam dan di luar lapangan. Atlit hendaknya meningkatkan hubungan antar personal yang baik dengan sesama atlit maupun dengan pelatih dan pengurus. Untuk klub KMC Kabupaten pemalang hendaknya menambah program pembinaanya dengan pembinaan mental dan keimanan.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang telah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Semarang, Mei 2011

ANDY RIKY SETYAWAN
NIM. 6250406063

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli DI Klub Bola Voli KMC Kabupaten PEMALANG Tahun 2010" ini telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing untuk diajukan ke Sidang Panitia Ujian Skripsi.

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Soegiyanto KS, MS.	**Drs. Said Junaidi, M.Kes**
NIP.19540111.198103.1.002	**NIP.19690715.199403.1.001**

Mengetahui
Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan

Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes
NIP. 19490507 197303 1 001

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli DI Klub Bola Voli KMC Kabupaten PEMALANG Tahun 2010", ini telah dipertahankan di hadapan panitia ujian skripsi Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Senin

Tanggal : 15 Agustus 2011

Panitia Ujian

Ketua	Sekretaris
Drs. Tri Nurharsono, Mpd	Drs. Hadi Setyo Subiyono, M.Kes
NIP. 19600429198601 1 001	NIP. 19551229198810 1 001

Dewan Penguji

1. Drs. Musyafari Waluyo, M.Kes (Ketua)_____
   NIP. 19490507 197503 1 001

2 .Dr. Soegiyanto KS, MS. (Anggota)_____
   NIP 19571123 198503 1 001

3. Drs. Said Junaidi, M.Kes (Anggota)_____
   NIP 19541230 198503 1 004

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

1) Jika anda tidak mampu untuk menggembirakan orang lain, maka janganlah pula anda menambah kesedihannya.
2) Gantungkan harapan dan semangatmu setinggi bintang di langit dan rendahkan hatimu serendah mutiara di lautan.

(Mario Teguh)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

1) Bapak dan Ibuku, Bapak Mugiyat dan Ibu Suwaibah, terima kasihku untuk do'a, material dan spiritual, dukungan dan perhatian dalam menempuh studi Sahabat-sahabatku
2) Kedua adiku Bety Masfuati Yuliani dan Cindy Safitri Hidayanti.
3) Guruku dan Dosenku.
4) Almamaterku.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli di Klub KMC Kabupaten Pemalang Tahun 2010". Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1 guna memperoleh gelar Sarjana Sains, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak penelitian ini tidak akan terlaksana dengan baik. Hal tersebutlah yang mendorong penulis dengan ketulusan dan kerendahan hati ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1) Rektor Universitas Negeri Semarang.
2) Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
3) Ketua Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
4) Dr. Soegiyanto KS, MS.dosen pembimbing I yang telah sabar membimbing, memberi arahan, nasehat dan motivasi, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5) Drs. Said junaidi, M.Kes, dosen pembimbing II yang telah sabar membimbing, memberi arahan, nasehat, dan motivasi, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6) Drs.Ery Pratiknyo, M.S, dosen wali dan seluruh dosen jurusan Ikor yang telah membimbing saya dalam proses belajar di jurusan Ilmu Keolahragaan ini.

7) Bapak Sudarsono ketua klub KMC kabupaten Pemalang dan pengurus klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.

8) Soma Suharmoko, kepala pelatih dan segenap assisten pelatih yang telah banyak membantu dalam penelitian.

9) Muschoiroh tercinta dan tersayang, yang telah memberiku dorongan dan motivasi, menemaniku di saat senang maupun sedih. Terimakasih dukungannya.

Atas bantuannya, penulis mendo'akan semoga mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT. Penulis telah berusaha sebaik-baiknya dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, namum apabila masih terdapat kesalahan dan kekurangan itu karena keterbatasan penulis.

Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua.

Semarang, Mei 2011

Penulis

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
ABSTRAK..... ii
HALAMAN PERNYATAAN..... iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....iv
HALAMAN PENGESAHAN..... v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN..... vi
KATA PENGANTAR..... vii
DAFTAR ISI..... ix
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR..... xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I PENDAHULUAN..... 1
1.1 Latar Belakang Penelitian 1
1.2 Permasalahan..... 4
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.4 Manfaat Penelitian 6

BAB II LANDASAN TEORI DAN HEPOTESIS..... 7
2.1 Pembinaan Prestasi..... 7
2.2 Sistem Pelatihan..... 10
2.3 Program Latihan..... 11
2.4 Pelatih 12
2.5 Atlet 13
2.6 Organisasi..... 18
2.7 Dana 22
2.8 Klub Olahraga 23
2.9 Sarana dan Prasarana..... 24
2.10 Permainan Bola Voli.....24

BAB III METODE PENELITIAN 37
3.1 Jenis dan Desain penelitian 37
3.2 Variabel Penelitian.....37
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampel 42
3.4 Instrumen Penelitian 43
3.5 Prosedur peneltian 44
3.6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian.....45
3.7 Teknik Analisis Data.....46

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 47
4.1 Hasil Penelitian 47
4.2 Pembahasan 68

BAB V SIMPULAN DAN SARAN 78
5.1 Simpulan 78
5.2 Saran..... 79

DAFTAR PUSTAKA.....80
LAMPIRAN

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

4.1 Usia mengikuti pembinaan bola voli di klub KMC Pemalang 47
4.2 Tinggi badan atlet bola voli klub KMC Kabupaten Pemalang 48
4.3 Berat badan atlet bola voli di Klub KMC Kabupaten Pemalang 49
4.4 Lama bergabung dengan klub KMC Kabupaten Pemalang..... 49
4.5 Mengikuti program latihan bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang 50
4.6 Tepat memilih klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang..... 50
4.7 Tujuan bergabung di klub KMC Kabupaten Pemalang 51
4.8 Harapan mengikuti latihan di klub KMC Kabupaten Pemalang..... 51
4.9 Intensitas program latihan yang ada saat ini sesuai dengan kebutuhan tim..... 52
4.10 Metode latihan yang diberikan variatif 53
4.11 Jadwal latihan yang ada sering berbenturan dengan rutinitas..... 53
4.12 Tahapan pembinaan prrestasi yang ada di klub bola voli KMC 54
4.13 Rata-rata atlet bergabung dengan klub KMC Kabupaten pemalang..... 55
4.14 Sebelum bergabung dengan klub KMC Kabupaten Pemalang memiliki teknik dasar bermain yang baik 55
4.15 Atlet memiliki mental bertanding yang baik..... 55
4.16 Atlet yang ada di klub KMC Pemalang memiliki kedisiplinan yang baik..... 56
4.17 Lama bergabung dengan klub KMC Kabupaten pemalang 56
4.18 Hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatih dan atlet di luar klub berjalan dengan baik 57
4.19 Program latihan yang disusun dapat dilaksanakan dengan baik.....57
4.20 Mengalami kesulitan untuk melakukan regenerasi di klub kmc kabupten pemalang.....58
4.21 Administrasi kegiatan pembinaan di klub KMC Pemalang 59

PERPUSTAKAAN UNNES

4.22 Pendanaan bola voli di klub KMC Pemalang 60
4.23 Managemen klub KMC Pemalang pernah mendapatkan bantuan dana dari sponsor..... 60
4.24 Pengurus klub KMC Pemalang selalu hadir pada setiap latihan..... 60
4.25 Fasilitas di klub KMC Pemalang sudah memadai dengan jumlah atelt yang ada 62
4.26 Fasilitas di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah sesuai dengan standart yang ada..... 63
4.27 Perlu dilakukan penambahan sarana dan prasarana di klub KMC Kabupaten Pemalang..... 63
4.28 Kondisi lapangan yang ada masih layak digunakan 64
4.29 Pertandingan yang pernah diikuti atlet bola voli KMC Kabupaten Pemalang 64
4.30 Prestasi yang pernah diraih oleh klub KMC Kabupaten Pemalang 65
4.31 Sumber dana yang diperoleh untuk membiayai Klub KMC Kabupaten pemalang.....66
4.32 Penggunaan dana di klub KMC Pemalang sudah sesuai dengan yang diharapkan.....67

PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Servis bawah tangan terbuka 29
2. Servis bawah tangan mengepal 29
3. Servis bawah tangan setengah genggam 30

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1) Kisi-kisi Kuesioner 82
2) Panduan Wawancara.....84
3) Instrumen Penelitian.....86
4) Data Uji Hasil Penelitian.....96
5) Surat Penetapan Dosen Pembimbing.....98
6) Surat Keterangan Ijin Penelitian..... 99
7) Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....100
8) Surat Penetapan Panitia Ujian Skripsi.....102
9) Biodata Atlet.....103
10) Piagam Atlet.....104
11) Sertifikat Pelatih.....105
12) Proposal Pembinaan Klub KMC.....106
13) Jadwal Latihan Klub KMC.....117
14) Dokumentasi Gambar.....118

PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permainan bola voli adalah suatu cabang olahraga yang sangat digemari, dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menempati urutan kedua yang paling digemari didunia setelah sepakbola. Demikian pula di Indonesia, bola voli merupakan cabang olahraga yang sudah memasyarakat baik dilingkungan sekolah, instansi pemerintah maupun swasta, perguruan tinggi serta di lingkungan umum.

Untuk mencari bibit pemain berbakat dimulai dari usia dini dapat dilakukan atau dipantau disekolah-sekolah seperti SD, SLTP, SLTA atau pada klub-klub di daerah. Pembinaan merupakan salah satu cara untuk melahirkan bibit pemain yang berbakat untuk berprestasi. Pembinaan prestasi tidak lepas dari faktor-faktor penentu olahraga menurut (M. Sadjoto, 1988:3) faktor penentu prestasi olahraga diklasifikasikan dalam empat aspek pokok yaitu : 1) aspek biologis, 2) aspek psikologis, 3) aspek lingkungan, 4) aspek penunjang. Diantara berbagai aspek tersebut, aspek biologis merupakan salah satu inti yang ikut menentukan tinggi rendahnya prestasi seseorang. Aspek biologis terdiri dari prestasi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, struktur postur tubuh dan gizi.

Persatuan bola voli seluruh Indonesia (PBVSI) sebagai induk organisasi bola voli di Indonesia dalam rangka memajukan pembinaan prestasi atau berusaha

memajukan bola voli dengan cara mengadakan kompetisi atau pertandingan ditingkat kelompok umur yunior/senior dan diadakanya pembinaan bibit pemain berprestasi baik melalui organisasi atau sekolah bola voli di daerah-daerah. Salah satu organisasi atau sekolah bola voli khususnya di jawa tengah adalah klub bola voli Kompak Manunggal Club (KMC) Kabupaten Pemalang memiliki potensi besar, hal ini dapat dilihat dari kejuaraan-kejuaraan yang diikutinya baik tingkat lokal regional maupun daerah. klub bola voli Kompak Manunggal Klub (KMC) Kabupaten Pemalang berdiri pada tahun 1997.

Di Kabupaten Pemalang terdapat sebuah klub bola voli yaitu klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang, yang akan memberi pembinaan secara maksimal kepada anggotanya menjadi atlet yang profesional. Klub ini mempunyai potensi yang sangat besar. Atlet-atet senior dari klub ini telah menjadi atlet profesional yang melaksanakan program yang telah ditetapkan meskipun tanpa pelatih. Suatu organisasi klub olahraga dikatakan efektif jika organisasi tersebut dapat mencapai apa yang diharapkan. Apaa yang diharapkan dari suatu organisasi klub olahraga, tidak lain adalah peningkatan prestasi, karena olahraga merupakan pintu gerbang pembinaan prestasi(Syarifudin dkk, 2004:169).

Potensi klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang dapat dilihat dari banyaknya kejuaraan yang pernah diikuti. Dan telah mencetak atlet yang berbakat dan berkelas nasional, bahkan internasional.dan memperoleh hasil yang baik dan gemilang, diantaranya adalah juara I Kejuaraan Pemalang Open, dari tahun ketahun selalu menjuarai kejuaraan tersebut sejak tahun 1999 sampai 2005. Dan telah mencetak atlet berkelas nasional seperti Minar rohman, Untung Suseno dan

Budi Jayanto, yang pernah menjadi juara proliga pada tahun 2003, yang di perkuat adalah team bola voli Bandung Tectona. Serta Untung Suseno merupakan atlet voli pantai asia passific pada tahun 1995 dan 1999.

Hal ini tidak lepas dari program pembinaan prestasi oalahraga yang baik. Tetapi sejak tahun 2006 sampai sekarang belum ada prestasi membanggakan yang diraih lagi oleh klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang.dan sejak itu pula klub bola volim KMC Pemalang belum memunculkan atlet bola voli yang berbakat lagi.

Oleh karena itu kita perlu mengetahui bagaimana proses pembinaaan olahraga prestasi di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tersebut, dan kenapa prestasi klub bola voli KMC pemalang bisa menurun seperti sekarang ini.

Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu yang mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peratiran-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut, seperti : Biomekanik, Anatomi, Fisiologi, Kinesiologi, dan Ilmu penunjang lainya, serta berdasarkan pula permainan yang berlaku (M. Yunus, 1992:68).

Untuk bermain bola voli dengan baik diperlukan suatu pembinaan yang meliputi fisik, teknik, taktik dan mental serta kematangan bertanding. Hal tersebut merupakan sasaran utama dan menjadi satu kesatuan yang tidak terpisahkan

dalam merencanakan dan melaksanakan program latihan yang berkesinambungan. Latar belakang masalah yang penulis paparkan diatas mendasari penulis mengadakan penelitian dengan judul “Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli DI Klub Bola Voli KMC Kabupaten Pemalang Tahun 2010”., yang diharapkan dapat memberikan masukan bagi organisasi atu klub bola voli pada umunya dan klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang pada khususnya mengenai program pembinaan dan upaya lain guna meningkatkan prestasinya.

Adapun hal yang perlu dikaji dalam penelitian ini adalah proram latihan, organisasi , sarana dan prasarana, dan prestasi dari klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang yang merupakan hasil dari pembinaan prestasi olahraga yang baik dan benar diharapkan dapat menciptakan pemain bola voli yang kualitas dan dapat mencapai prestasi maksimal.

1.2 Permasalahan

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas, permasalahan dalam penelitian ini adalah :

1) Bagaiamana Pembinaan Prestasi di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010?
2) Bagaimana pelaksanaan latihan yang dilaksanakan pada klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010?
3) Bagaimanakah mekanisme organisasi klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010?

PERPUSTAKAAN UNNES

4) Bagaimana kelengkapan dan kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki untuk menunjang program pembinaan prestasi olahraga pada klub bola vol KMCi Kabupaten Pemalang tahun 2010?
5) Bagaiman kualitas Pelatih di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010?
6) Bagaimana Ketersediaan dana di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan merupakan suatu dorongan dan arah yang diinginkan. Tujuan dari penelitian ini adalah :

1) Mengetahui Pembinaan Prestasi di klub bola voli KMC Pemalang tahun 2010.
2) Mengetahui pelaksanaan latihan yang dilaksanakan pada klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010.
3) Mengetahui mekanisme organisasi klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010.
4) Mengetahui kelengkapan dan kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki untuk menunjang program pembinaan prestasi olahraga pada klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010.
5) Mengetahui kualitas Pelatih di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010.
6) Mengetahui ketersediaan dana yang ada di klub bola voli KMC pemalang.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

1.4.1 Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan objek penelitian. Adapun manfaat yang diharapkan penulis dari penelitian ini adalah :

1) pengembangan ilmu pengetahuan tentang pentingnya pembinaan prestasi olahraga bagi pemain bola voli khususnya, sebagai salah satu landasan untuk mencapai prestasi optimal.
2) Bagi lembaga pendidikan (Jurusan IKOR FIK UNNES) untuk menambahkan kepustakaan sebagai salah satu sumber penilaian lebih lanjut.
3) Memperluas wawasan dalam khasanah pengembangan dimensi mahasiswa khususnya yang berkaitan dengan pembinaan olahraga prestasi.
4) Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pelatih, pengajar, dan pendidik untuk melihat perkembangan anak didiknya.
5) Penelitian ini akan menambah wawasan bagi penulis.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Pembinaan Prestasi

Pembinaan adalah usaha kegiatan yang dilakukan secara efisien dan efektif untuk memperoleh hasil yang lebih baik (KBBI, 2008 :193).

Pembinaan atlet harus dilakukan secara bertahap, kontinyu, meningkat dan berkesinambungan dengan tahapan sebagai berikut : 1) Pemassalan, 2) Pembibitan, 3) Pemanduan Bakat (Said Junaedi, 2003:49)

2.1.1 Pemassalan

Pemassalan adalah mempolakan keterampilan dan kebugaran jasmani atlet secara multilateral dan spesialisasi. Tujuan pemassalan adalah melibatkan sebanyak-banyaknya atlet dalam olahraga prestasi sehingga timbul kesadaran terhadap pentingnya olahraga prestasi sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi olahraga secara nasional. Salah satu upaya awal dalam rangka peningkatan prestasi olahraga di Tanah Air adalah dengan strategi pemassalan, maka akan semakin besar peluang untuk mencetak atlet–atlet yang dapat berprestasi. Startegi pemassalan dapat disebutkan antara lain: 1) Mempolakan peningkatan keterampilan maupun kebugaran pada sekolah dasar (usia dini) dan spesialisasi pada sekolah lanjutan serta perkumpulan untuk mencapai prestasi optimal. 2) Menyediakan dan meningkatkan prasarana serta tenaga pelatih atau

pendidik secara kualitatif. 3) Memberikan penghargaan kepada para penggerak upaya pemassalan olahraga prestasi.

Pemasalan olahraga akan sangat baik apabila dilakukan pada anak usia dini, karena dengan pemasalan olahraga di pendidikan dasar diharapkan tersedianya bibit atlet unggul untuk pencapaian yang maksimal.

Menurut Said Junaedi (2003) pemasalan olahraga usia dini adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan aktifitas olahraga secara menyeluruh. Strategi pemasalan olahraga usia dini antara lain sebagai berikut :1) Menyiapkan sarana dan prasarana olahraga yang memadai di sekolah dasar. 2) Menyiapkan pengadaan tenaga pengajar olahraga yang mampu menggerakkan olahraga di sekolah. 3) Mengadakan pertandingan antar kelas. 4) Memberikan motivasi, baik dari dari dalam maupun dari luar. 5) Mengadakan demonstrasi pertandingan atlet-atlet yang berprestasi. 6) Merangsang minat anak melalui media masa, televisi, video, dan lain-lain. 7) Melakukan kerjasama antara sekolah dengan masyarakat khususnya orang tua.

Untuk menciptakan suatu sasaran prestasi olahraga yang berkualitas, maka diperlukan suatu kerja keras, Keterikatan dan keserasian dari semua pihak untuk membantu serta bekerjasama, berfikir secara ilmiah untuk mendukung atau memadukan ilmu pengetahuan dan pengalaman di dalam memberi pengertian dan dorongan kepada atlet guna berlatih secara keras dan dapat mencapai prestasi secara maksimal.

2.1.2 Pembibitan

Pembibitan adalah suatu pola yang ditetapkan dalam upaya menyaring atlet berbakat yang diteliti secara ilmiah. Beberapa pertimbangan penting untuk memperoleh bibit atlet unggul dalah sebagai berikut : 1)Bakat dan potensi tinggi yang dibawa sejak lahir mempunyai andil lebih dominan dibandingkan dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya. 2) Menghindari pemborosan dalam pembinaan apabila atlit yang dibina memiliki potensi yang tinggi yang dibawa sejak lahir. 3) Perlunya di Indonesia digalakan pencarian bibit-bibit atlet unggul pada usia dini.

Cara pencarian bibit atlet unggul antara lain melalui pendekatan observasi pengamatan, angket, wawancara, tes pengukuran kemampuan fisik.

2.1.3 Pemanduan bakat

Pemanduan bakat adalah usaha yang dilakukan untuk memperkirakan peluang seorang atlet berbakat, agar dapat berhasil dalam menjalani program latihan sehingga mampu mencapai prestasi puncak (Said Junaedi, 2003 :51).

Pemanduan bakat olahraga merupakan upaya untuk mencari bibit olahragawan yang diperkirakan dapat berprestasi tinggi dikemudian hari. Dengan demikian proses pemanduan bakat tidak berhenti, sampai dengan ditemukannya bibit-bibit calon olahragawan, akan tetapi harus dilanjutkan pembinaan yang terprogram terhadap para calon olahragawan tersebut. Oleh karena itu, pemanduan dan pembinaan calon olahragawan berbakat harus dilihat sebagai suatu proses yang berkesinambungan, yang secara garis besar terdiri dari empat

tahap yaitu : 1) Tahap identifikasi bakat olahraga, 2) Tahap pemilihan cabang olahraga, 3) Tahap pembinaan ketrampilan dasar olahraga dan 4) Tahap pembinaan olahraga prestasi (KONI, 2000 B :53).

Adapun langkang-langkah yang dapat di tempuh dalam pemanduan bakat seperti yang dipaparkan Said Junaedi (2003 :51) adalah sebagai berikut : 1) Analis lengkap dari fisik dan mental sesuai dengan karakteristik cabang olahraga. 2) Seleksi umum dan khusus dengan instrumen dari cabang olahraga yang bersangkutan. 3) Seleksi berdasarkan karakteristik, atropometrik dan kemampuan fisik, serta disesuaikan dengan tahapan perkembangan fisiknya. 4) Evaluasi berdasarkan data komprehensif dengan memperhatikan sikap anak terhadap olahraga di dalam dan di luar sekolah.

Untuk melakukan seleksi dengan tepat, dapat digunakan evaluasi tes dan pengukuran kemampuan fisik, motorik dan psikologis yang dilakukan secara khusus, kemudian dianalisis faktor penentunya.

PERPUSTAKAAN
UNNES

2.2 Sistem Pelatihan

2.2.1 Pengertian Latihan

Latihan adalah merupakan aktivitas olahraga yang sistematik dalam waktu yang lama, ditingkatkan secara *progresif* dan *indifidual*, yang mengarah kepada cirri-ciri fungsi *fisiologis* manusia sasaran yang telah ditentukan.

Tujuan latihan

Tujuan utama pelatihan olahraga prestasi adalah untuk meningkatkan ketrammpilan atau prestasi semaksimal mungkin (Tohar, 2004 : 1).

2.1.2 Aspek-aspek latihan

Menurut Tohar (2004 :2) memparkan ada beberapa aspek latihan yang harus diperhatikaan yaitu :

1) latihan fisik
2) latihan teknik
3) latihan takik
4) latihan mental

2.3 Program latihan

Secara teoritis latihan yang efektif untuk meningkatkan prestasi, minimal 3 kali dalam seminggu. Dalam menyusun program mingguan ini dibuat berselang-selang, sehingga ada hari-hari untuk beristirahat (*interval*) untuk memulihkan kesegaran fisik agar pada hari latihan berikutnya benar-benar dalam keadaan segar.

Latihan yang lebih intensif dapat berlangsung 6 sesi seminggu dan bahkan dapat berlangsung 11 sesi perminngu jika berada dalam pemusatan latihan, dimana kondisi kesehatan , istirahat dan gizi atlit dapat terkontrol dengan baik di bawah pengawasan pelatih dan dokter .

Masalah yang akan timbul dalam latihan yang lebih intensif, dengan fekuensi yang lebih banyak, fisik sudah pulih dari kelelahan dan benar-benar dalam keadaan segar.

Jika pemulihan belum tercapai, pada waktu latihan berikutnya tidak akan dapat mengahsilkan super kompensasi dan bahkan mungkin akan terjadi penurunan prestasi. Oleh sebab itu harus berhati-hati dalam meningkatkan beban dan proses latihan, terutama jika latihan sudah melebihi 4 kali perminggu. (M. Yunus : 183-186)

2.3.1 Periode program latihan

Salah satu cara membagi masa latihan dalam program tahunan, menurut harsono (1988:233-341) adalah sebagai berikut :

1) Musim persiapan *(Premilinary season)*
2) Musim peningkatan prestasi
3) Musim pematangan juara
4) Musim sesuai pertandingan

2.4 Pelatih

Suatu cabang olahrag untuk mencapai prestasi yang maksimal tidak terlepas dari peran pelatih, dimana tugas dari seorang pelatih tidak hanya membina dan melatih pemainya, akan tetapi lebih dari itu seoarang pelatih harus mengtahui karakteristik atau kejiwaan pemain atau atletnya.

Pelatih adalah seorang yang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina dan mengarahkan atlet berbakat untuk merealisasikan

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Pembinmbingan dan pembinaan atlet sebagai manusia keseluruhan, pelatih harus menyadari bahwa dia dalam melaksanakan tugas dapat bertindak sebagai guru, pemimpin, polisi, hakim, orang tua, teman sejawat. (Suharno H.P 1986 : 7).

2.5 Atlet

Pada pembinaan olahraga, seorang atlet harus mempunyai kualitas yang baik dalam melakukan latihan. Untuk mempunyai kualitas yang baik seorang atlet harus mempunyai faktor pendukung dalam meningkatkan pembinaan prestasi yang meliputi, sistem pembinaan, seleksi, usia, dan metode latihan fisik.

2.5.1 Sistem pembinaan

Sistem didefinisikan sebagai mengorganisasi atau cara untuk mencapai suatu tujuan, teori atau spekulasi (Imam Santosa, 2008 : 1). Sistem mencakup cara-cara, keseluruhan komponen, kumpulan pengalaman di masa lalu secara asli, dan aplikasi hasil temuan penelitian.

Sistem piramida dalam sistem olahraga nasional harus dikembangkan berdasarkan struktur dan tingkatan-tingkatan serta tujuan yang hendak dicapai. Anak usia dini harus dikembangkan dasar-dasar ketrampilan dan kebutuhan perkembangan fisiknya secara umum sebagai dasar umum masuk dalam spesialisasi.

Tidak adanya pembibitan prestasi yang diharapkan langsung dari permassalan, prestasi belum maksimal karena proses pelatihannya kurang sistematis, padahal

dalam pembibitan ini harus dilakukan dengan teliti tanpa ada kesalahan-kesalahan teknik yang dilakukan atlet.

Memperbaiki kesalahan-kesalahan yang sudah menjadi kebiasaan lebih sukar dibanding melatih teknik yang belum menjadi kebiasaan. Apalagi dengan melatih beban dan intensitas yang sama terus jelas tidak akan menambah peningkatan prestasi. Oleh karena itu untuk mendapatkan atlet yang berprestasi ketiga komponen itu harus dilaksanakn terus menerus sepanjang masa. Atlet yang sudah mencapai puncak prestasi karena umur semakin tua prestasinya tidak dapat ditingkatkan bahkan menurun, maka muncullah atlet yang lain untuk menggantinya.

Mempunyai atlet berprestasi yang banyak kalau dalam pembibitannya didapatkan bibit unggul dan pembibitannya dilaksanakan tanpa ada kesalahan-kesalahan baik teknik maupun non teknik. Menghasilkan bibit unggul yang banyak kalau permasalahannya terhadap populasi artinya seluruh masyarakat ikut melakukan olahraga.

2.5.2 Seleksi

PERPUSTAKAAN UNNES

Untuk mendapatkan atlet yang dipersiapkan dalam kegiatan puncak tingkat sekolah, instansi, daerah, nasional, regional dan internasional, sesuai dengan sistem pembinaan. Alat seleksi yang digunakan secara bertingkat sebagai berikut : Seleksi massa *anthropometri*, dan *skill*. Seleksi bibit *anthropometri*, *skill*, kesehatan dan kesegaran jasmani dan I.Q. seleksi atlet *antrhopometri*, *skill*,

kesehatan dan kesegaran jasmani, I.Q, moral, sosial dan mental. Seleksi puncak, skill, kesegaran jasmani, I.Q, moral, mental, dan mental.

Demikian pula untuk mendapat atlet inti pada tingkat-tingkat yang lain. Dalam penyeleksian tiap tingkat pembinaan dapat diadakan beberapa kali, tergantung atlet apakah atlet yang terpilih sudah memenuhi syarat. Penyeleksian makin tinggi tingkatnya makin menonjol faktor bakat yang diseleksi dengan instrument yang *valid* adalah keharusan. Hal ini dukungan ilmiah suatu keharusan, dan pengembangan ilmiah tergantung pengembangan instrument (instrument seleksi). Perlu diperhatikan bahwa dalam seleksi disamping menggunakan tes objektif, juga tes subjektif (berdasarkan penilaian pelatih yang ahli) yang dilaksanakan pada saat uji coba terhadap petenis meja lain, karena hasil tes objektif belum tentu dapat diterapkan dalam uji coba.

2.5.3 Spesialisasi dimulai sejak umur muda

Meningkatkan pembinaan prestasi olahraga harus dimulai sejak umur muda. Pada umur yaitu umur 8-12 tahun, sebab mulai latihan yang tidak sesuai dengan umur (fisiologis) dalam pemilihan petenis meja dalam pembinaan prestasi yang tidak tepat akan merugikan pertumbuhan dan perkembangan organ-organ tubuh dan alat lokomotor.

2.5.4 Metode melatih kondisi fisik

Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat disahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaannya. Artinya bahwa dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut

harus dikembangkan, walaupun di sana-sini dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen itu dan keperluan apa keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut. Hal ini akan menjadi jelas bila kita sampai pada masalah status kondisi fisik(M. Sajoto 1995 :8). Faktor penentu agar kondisi fisik atlet prima sebagai berikut: 1) Tertib hidup sehari-hari dengan menjaga kesehatan fisik dan mental juga lingkungan hidupnya. 2) Keteraturan melatih kemampuan gerak yaitu: kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, dan reaksi. Unsur-unsur kemampuan gerak yang berpengaruh pada kualitas kondisi fisik atlet tersebut di atas dapat diuraikan sebagai berikut:

2.5.4.1 Kekuatan

Kekuatan adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja (M. Sajoto 1995 :8).

2.5.4.2 Daya tahan

Dalam hal ini ada dikenal dua macam daya tahan yaitu 1) Daya tahan umum adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan sistem jantung, paru-paru dan peredaran darahnya secara efektif dan efisien untuk menjalankan kerja secara terus menerus yang melibatkan kontraksi sejumlah otot-otot dengan intensitas tinggi dalam waktu yang cukup lama. 2) Daya tahan otot adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan ototnya untuk berkontraksi secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama dengan beban tertentu.

2.5.4.3 Daya Ledak

Daya ledak adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya (M. Sajoto 1995:8).

2.5.4.4 Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu sesingkat-singkatnya. Dalam hal ini ada kecepatan gerak dan kecepatan eksplosif (M. Sajoto 1995 :9).

2.5.4.5 Kelentukan

Kelentukan adalah efektifitas seseorang dalam penyesuain diri untuk segala aktifitas dengan penguluran tubuh yang luas. Hal ini akan sangat menjadi mudah ditandai dengan tingkat fleksilibilitas persendian pada seluruh tubuh.

2.5.4.6 Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu. Seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahan cukup baik.

2.5.4.7 Koordinasi

Koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasi bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif.

2.5.4.8 Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ saraf otot. Di bidang olahraga banyak hal yang harus dilakukan atlet dalam masalah keseimbangan ini, baik dalam menghilangkan ataupun mempertahankan keseimbangan.

2.5.4.9 Ketepatan

Ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran. Sasaran ini dapat merupakan suatu jarak atau kemungkinan suatu objek langsung yang harus dikenai dengan salah satu bagian tubuh (M. Sajoto 1995 :9)

2.5.4.10 Reaksi

Reaksi adalah kemampuan seseorang untuk segera bertindak secepatnya dalam menanggapi rangsangan yang timbul lewat indra, saraf atau feeling lainnya (M. Sajoto 1995 :10).

PERPUSTAKAAN
UNNES

2.6 Organisasi

Setiap orgaisasi pemerintah maupun organisasi swasta tentu berdasarkan rencana-rencana yang ada yang telah disepakati bersama, hal ini berlaku bagi anggota maupun pengurus lainya selalu berdasarkan anggaran dasar maupun anggaran rumah tangganya. Organisasi adalah keseluruhan pengelompokan orang-orang, alat-alat, tugas-tugas serta wewenang dan tanggung jawab sedemikian rupa

sehingga terdapat suatu *institusi* yang dapat digerakan sebagai suatu kesatuan utuh dan bulat dalam rangka pencapaian tujuan yang telah ditentukan sebelumnya (Soekardi, 2006)

Berhasil tidaknya suatu organiasi, khususnya organisasi olahraga akan dapat dilihat darinprestasi yang dihasilkan. Makin banyak prestasi yang diperoleh, maka makin dapat dikatakan bahwa organisasi olahraga ini berhasil. Dalam hubungan inilah perlu diperhatikan cara-cara yang sempurna dalam membentuk, melaksanakan, mengendalikan kegiatan organisasi dipaparkan oleh Syariffudin dkk (2004:171).

Suatu organisasi klub olahraga dikatakan efektif jika organisasi tersebut dpaat mencapai “apa” yang diharapkan. Apa yang diharapkan dari suatu organisasi klub olahraga, tidak lain adalah peningkatann prestasi, karena klub merupakan pintu gerbang pembinaan prestasi (Syarifudin dkk, 2004:169).

2.6.1) Managemen

Defenisi yang sederhana dari managemen adalah :

1) Seni memperoleh hasil melalui berbagai kegiatan yang dilakukan orang lain.

2) Proses kegiatan kerja sama manusia untuk mencapai tujuan tertentu dengan memanfaatkan sumber daya dan dana yang tersedia.

3) Mangemen adalah kemampuan atau keterampilan untuk memperoleh suatu hasil, dalam rangka mencapai suatu tujuan melalui orang lain.

Berdasar atas beberapa definisi tersebu, pali ng tidak terdapat empat(4) aspek utama dalam managemen, yaitu :

1) Betapapun perkembangan ilmu pengetahuan, sehingga managemen menjadi cabang ilmu tersendiri yang di akui keberadaanya, namun pendekatan mangemen tetap pada teori nasional, yaitu upaya memberdayakan, menggerakan atau seni untuk melibatkan orang lainyang bersama sama bekerja mencapai tujuan yang di inginkan.
2) Menejemen selal berkaitan dalam suatu organisasi, dimana terdapat sekelompok orang dala jenjang kepemimpinan dan kelompok yang lain sbagai pelaksana tehnis yan melakukan aktifitas operasional sehingga terdapatnya dua kelompok utama sebagai penggerak roda organisasi ialah:
    1) Kelompok pemimpin atau menejer.
    2) Kelompok pelaksana tehnis.
3) Sebagai suatu organisasi, keberhasilannya melalui sistem ialah saln bertautan antara komponen yang dimiliki sistem ini memungkinkan saling mendukun an ketergantungan satu dengan yang lain, sehingga keberhasilan pencapaian tujuan sangat tergantung atas keterlibatan kelompok secar keseluruhan serta berkarya secara bersama dan bersinergi.
4) Kedua kelompok utama dalam berorganisasi yaitu kelompok manajer serta tehnis / pelaksana, mempunyai bidang garapan sendiri-sendiri yang secara konseptual dan teoritis dapat dipisah pisakan, tetapi didalam

aplikasinya tidak dapat dipisahkan, guna mencapai tujua yan telah di tetapkan.

2.6.1.1 Fungsi Managemen

Ilmu managemen terus berkembang sesuai dengan akumulasi dan perkembangan jaman, sehingga memungkinkan berkembangnya klasifikasi tentang fungsi-fungsi managemen.

Terdapat pemikiran-pemikiran para pakar managemen, dalam menetapkan klasifikasi tersebut atau dasar pertimbangan :

1) Filsafat hidupnya
2) Perkembangan kemajuan pengetahuan.
3) Keadaan lingkungan.
4) Kondisi organisasi yang bersangkutan.

Keberhasilan seorang manager, di ukur berdasarkan kemampuanya menjalankan fungsi-fungsi tersebut, karenanya maka fungsi-fungsi tersebut mutlak perlu dikuasai oleh manager. Dengan demikian maka teori, metode serta teknik itulah yang akan dibahas sebagai fungsi-fungsi managemen.

Klasifikasi fungsi-fungsi managemen yangb digunakan dalam bukun ini meliputi :

1) Planning (perencanaan)
2) Organizing (pengorganisasian)
3) Akuating (penggerakan)
4) Controlling (pengawasan dan penelitian)

Perencanaan ditempatkan sebagai fungsi pertama, karena perencanaan itu merupakan dasar dari kegiatan-kegiatan lainya. Kemungkinan perencanaan ditempatkan sebagai fungsi pertama, karena perencanaan itu merupakan dasar dari kegiatan kegiatan lainnya. Kemungkinan perencanaan itu disusun dengan pertimbangan dari hasil penelitian, observasi maupun argumentasi, tetapi secara jelas bahwa perencanaan adalah penjabaran strategi awal dasar organisasi yang bersangkutan.

Fungsi organisasi mengikuti fungsi perencanaan. Dengan adanya perencanaan maka diperlukan suatu organisasi yang cocok, dimana berbagai kegiatan dilakukan dalam hal ini, perlu ditelaah hakekat organisasi, proses interaksi serta prinsip-prinsip organisasi serta jenisnya.

Manusia sebagai titik sentral managemen, maka menggerakan organisasi merupakan juga proses interaksi antar manusia sehingga perlu ditata manusianya, pendekatanya, potensinya, perilakunya serta hal-hal yang terkait dengan pelaksanaan aktivitas organisasi.

Pengawasan merupakan upaya meluruskan kembali guliran roda organisasi agar tidak menyimpang dari visi dan misi yang diembanya.dengan demikian maka pada hakekatnya pengawasan juga mencakup melakukan penilaian apakah ada kemajuan atau tidak, perlu penyegaran atau tidak. Hal-hal tersebut tentu baru dapat diketahui ketika evaluasi di lakukan.

2.7 Dana

Dalam aktivitas organisasi maka keuangan adalah sebagai bahan bakurnya. Keuangan yang menggerakan seluruh bagian organ, oleh karwnanya maka setiap organisassi haruslah mempunyai dana keuangan. Hampir dapat dipastikan bahwa dalam anggaran dasar dan anggaran organisasi mengenal sumber keuangan berasal dari beberapa kemungkinan, antara lain (1) iuran anggota, (2) bantuan dari pemerintah atau pihak ketiga, (3) usaha lain yang sah dan tidak mengikat (Soekardi, 2006)

Dalam pasal 69 ayat (1) UU RI Nomor 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan keolahragaan menhjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah , pemerintah daerah, dan masyarakat. Adanya suatu kerjasama menghasilka dana yang cukup besar.

Keuangan ini haruslah di kelola dengan baik demi kelancaran dan tercapainya tujuan oragnisasi. Tanpa adanya dana maka suatu oraganisasi tersebut akan lumpuh, Efisiensi penggunaan dana akan membawa organisasi dalam aktivitas yang sebenarnya.

2.8 Klub Olahraga

Keberhasilan suatu prestasi bukan ditentukan oleh hasil dari pendididkan pelajaram pendididkan jasmani, namun pendididkan jasmani memberikan dasar bagi pelajar untuk belajar gerak dasar dan pengetahuan mengenai olahraga, pendidikan jasmani akan memberikan sokongan terhadap pembinaan pretasi olahraga dimana siswa memilki gerak ketrampilan dan wadah untuk mendukung prestasi olahraga adalah berbentuk klub olahraga. Menurut Syariffudin dkk

(2004:169) suatu oganisasi klub olahraga dikatakan efektif jika organisasi tersebut dapat mencapai apa yang diharapkan. Apa yang diharapakan dari suatu organisasi klub olahraga, tidakm lain adalah peningkatan prestasi, karena klub olahrag merupakan pintu gerbang pembinaan prestasi.

Perkumpulam atau klub olahraga merupakan suatu organisasi yang berdiri sendiri pada barisan terdepan di dalam melakukan gerakan olahraga prestasi. Dan klub adalah gudang utama untuk melahirkan atlet juara. Hal inni dapat dipahami sebab disinilah para Pembina olahraga secara langsung berhadapan oleh para atlet. Menurut Ditor (1988:9) dalam jurnal iptek olahraga (2004:170) mengemukakan bahwa perkumpulan atau (klub) olahraga adalah suatu organisasi yang berdiri pada barisan terdepan dalam melakukan olahraga prestasi. Oleh karena itu peranan klub sangat penting dalam proses pembinaan dan peningkatan prestasi.

2.9 Sarana dan Prasarana

Sarana dna prasaran olahraga adalah merupakan salah satu alat penunjang untuk melakukan kegiatan olahrga, dengan demikian untuk menyongsong Hari Depan Olahraga Indonesia perlu disiapkan “wadah” yang mencukupi jumlahnya sehingga seluruh masyarakat dapat memperoleh kesempatan yang sama untuk berolahraga terutama untuk meningkatkan prestasi olahraga. Sehingga hal tersebut sejalan dengan semboyan “masyarakatakan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” yang dicanangkan oleh mantan presiden soeharto pada olahraga nasional pada tahun 1983 (Harsuki, 2003:307). Sarana dan prasarana atau fasilitas merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga.

Kemajuan atau perbaikan dalam penambahan jumlah fasilitas yang ada akan menunjang prestasi, atau paling tidak dengan fasilitas yang memadai akan meningkatkan prestasi. Fasilitas dapat pula diartikan dalam melaksanakan proses melatih yang meliputi peralatan dan perlengkapan, tempat latihan dan tempat pertandingan disamping menyangkut kualitas tempat, juga keadaan cuaca disekitarnya (suhu, angin, kelembaban udara, tekanan udara). Dengan demikian fasilitas sangat dibutuhkan karena merupakan sesuatu yang dipaki untuk mempermudah atau memperlancar kegiatan dalam pembinaan prestasi olahraga.

2.10 Permainan Bola Voli

Permainan bola voli sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang sangat digemari, dan menurut para ahli saat ini bola voli tercatat sebagai olahraga yang menenpati urutan kedua yang paling digemari didunia setelah sepakbola. Pada awalnya ide dasar permainan bola voli adalah memasukkan bola kedaerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola didaerah lawan. Memvoli artinya memainkan / memantulkan bola sebelum jatuh atau sebelum bola menyentuh lantai. Permainan bola voli diciptakan oleh William G Morgan, seorang warga Amerika Serikat pada tahun 1895.

Pada mulanya permainan ini diberi nama mintonette karena permainan ini hampir sama dengan permainan badminton. Permainan ini diciptakan untuk memenuhi keinginan para pengusaha local yang menganggap permainan bola

basket kurang menyenangkan. Bola yang dipergunakan terbuat dari karet bagian dalam bola basket.

Dalam percobaan-percobaan selanjutnya dirasakan bola terlalu ringan, sedangkan penggunaan bola basket terlalu berat. Morgan kemudian mengusulkan kepada salah satu produk alat-alat olahraga untuk membuat bola voli sebagai percobaan. Setelah itu diadakan sebuah demonstrasi dihadapan para ahli pendidikan jasmani pada suatu konferensi internasional di Springfield.

Peraturan awalnya tidak ditentukan berapapun jumlah pemain dalam satu timnya. Pada tahun 1986 nama permainan ini diubah menjadi Volly Ball oleh AL Fred T. Halstead, yang telah menyaksikan permainan ini, menganggap bahwa volly ball lebih sesuai menjadi nama permainan ini, mengingat cirri permainan ini dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh tanah.

Sejak itu bola voli tidak hanya dimainkan dilapangan tertutup tetapi juga dilapangan terbuka, dihalaman-halaman sekolah, ditepi pantai dan ditempat terbuka lainya. Permainan ini mulai popular baik dikalangan muda maupun tua, karena tidak memerlukan lapangan yang tidak terlalu luas dan harganya pun relative lebih murah serta dapat dimainkan oleh banyak orang sekaligus bersama-sama.

Berikut ini secara garis besar dari tahun ketahun terjadi perubahan-perubahan peraturan sebagai berikut :

1) Tahun 1912 diberlakukan system rotasi.
2) Tahun 1917 sistem 21 point diganti system 15 point.

3) Tahun 1918 tim ditetapkan hanya enam orang yang berada dalam satu regu dan tinngi net adalah 8 feet (2,43 meter)

4) Tahun 1921 ditetapkan garis tengah dibawah net.

5) Tahun 1922 setiap regu diperbolehkan memainkan bola masing-masing hanya tiga kali kemudian harus diseberangkan kedaerah lawan.

6) Tahun 1990 sistem point mulai berlaku dengan 21 point untuk satu set.

(Hery Koesyanto, 2004:2)

Di Indonesia permainan bola voli dikenal sejak tahun 1928, dibawa oleh guru belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lajutan, namun pada waktu itu belum popular dikalangan masyarakat. Pada zaman penjajahan jepang, tentara jepang banyak member andil dalam memperkenalkan permainan ini pada masyarakat.

Dalam permainan bola voli sangat diperlukan kekuatan otot yang kuat dan terlatih dimana dalam olahraga bola voli ini memerlukan kecepatan, kelincahan, koordinasi, kekuatan reaksi dan keseimbangan. Teknik dasar permainan bola voli harus dikuasai agar permainan dapat berjalan dengan lancer dan teratur serta bila ada pemain yang tidak benar melakukanya maka pemain tersebut dinyatakan kesalahan.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang menyatakan bahwa, agar permainan berjalan dengan baik, lancar dan teratur, maka para pemain dituntut harus menguasai teknik dasar permainan bola voli (Imam Sadikun, dkk, 1992:86).

2.10.1 Teknik Dasar Bermain Bola Voli

Dalam usaha untuk mencapai suatu keberhasilan dalam mencapai prestasi yang optimal ada beberapa factor yang menentukan antara lain :

1) Kondisi Fisik atau Tingkat kesegaran jasmani
2) Kemampuan teknik dan ketrampilan yang dimilikinya
3) Masalah-masalah lingkungan
4) Pengembangan mental
5) Kemampuan juara

Kemampuan teknik dan ketrampilan yang dimiliki merupakan factor yang paling berpengaruh dalam permainan bola voli. Teknik adalah suatu proses melakukan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli (Suharno H.P, 1984:12).

Agar kecakapan permainan bola voli dapat ditingkatkan, maka teknik ini erat sekali hubunganya dengan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar bola voli harus betuk-betul dipelajari terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi bola voli. Penguasaan teknik dasar bola voli merupakan salah satu unsure yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu didalam suatu pertandingan disamping unsure-unsur kondisi fisik, mental dan taktik (Suharno H.P, 1984:12).

Dalam permainan bola voli, ada beberapa macam teknik dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain bola voli yaitu :

1) Servis

Awal mulanya servis hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulainya suatu permainan sesuai dengan kemajuan permainan bahwa teknik servis saat ini hanya sebagai permulaan permainan, tetapi bila ditinjau dari taktik sudah merupakan suatu serangan. Awal bagi regu yang memulainya untuk mendapatkan nilai. Karena kedudukannya sangat penting maka para pelatih dan guru olahraga dianjurkan selalu berusaha menciptakan bentuk teknik dasar servis yang dapat menyulitkan lawan, bahkan dengan servis dapat membunuh lawan untuk mendapatkan nilai. Dengan demikian servis hendaknya dapat diartikan sebagai satu serangan yang pertama kali bagi regu yang melakukan servis untuk meraih kemenangan.

Sebeium melakukan servis terlebih dahulu dijelaskan cara melakukan servis dari perkenaan bola, siap memukul dengan telapak tangan terbuka dan latihan memukul. Ada beberapa macam cara melakukan servis antara lain:

1.) Telapak tangan terbuka menghadap keatas dan bola dipukul dengan jari dan pangkal tangan, lebihjelasnya dapat dilihat seperti gambar 2.

PERPUSTAKAAN
UNNES

Gambar 2. Servis bawah tangan terbuka

Keuntungan servis telapak tangan terbuka adalah bidang perkenaan bola sangat lebar, tetapi bidang pantulan bola kurang kuat hanya lebih mudah untuk mengarahkan bola ke sasaran yang di kehendaki.

2) Tangan mengepal, posisi tangan mengepal menyerupai tinju sedang perkenaan pada permukaan luar dan jari telunjuk (yang ditekuk) dan ibujari, seperti gambar 3.

Gambar 3. Servis bawah tangan mengepal

Keuntungan servis tangan mengepal, tidak begitu menguntungkan karena bidang perkenaan sangat sempit dan sangat peka, sehingga jarang para pemain melakukannya.

3). Pangkal tangan, perkenaan pada pangkal tangan dan jari kelingking dimana jari manis, jari telunjuk ditekuk kedalam telapak tangan sedang ibujari diletakkan di atas jari telunjuk, seperti gambar 4.

Gambar 4. Servis bawah tangan setengah genggam

3) Pass (Passing)

Pass adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Adapun macam-macam pass ada dua yaitu pass atas dan pass bawah, sedangkan jenisnya pass atas beraneka ragam antara lain:

1.) Pass atas normal setinggi dada

Pelaku mengambil sikap siap normal yaitu kedua kaki berdiri selebar dada, salah satu kaki berada di depan kaki yang lain tetapi dianjurkan bila tidak kidal kaki kiri berada lebih ke depan dari kaki kanan. Lutut ditekuk badan agak condong sedikit ke depan dengan kedua tangan siap berada di depan dada. Pada saat akan melakukan pass atas segeralah menempatkan diri di bawah bola, dan jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah bulatan atau cekungan seperti setengah lingkaran bola. Sikap saat perkenaan bola tepat saat bola berada diatas dan sedikit didepan dahi, lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong bola. Perkenaan bola pada permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua, yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah. Pada waktu perkenaan dengan bola jari-jari agak ditegangkan kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik. Gerak lanjutan Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan kedepan atas sebagai suatu gerakan b lanjutan diikuti dengan memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkan kaki belakang kedepan dan segara mengambil sikap siap kembali.

Pass atas setinggi muka Sikap pemulaan Pelaku mengambil sikap siap normal yaitu kedua kaki berdiri selebar dada, salah satu kaki berada didepan kaki yang lain lutut ditekuk sama sepeni diatas kedua tangan siap berada di depan muka. Pada saat melakukan pass atas segera menempatkan diri dibawah bola, dan jari-jari tangan secara keseluruhan membentuk setengah bulatan.

2.) Pass Bawah

Dalam melakukan pass bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. Pass bawah satu tangan biasanya dipergunakan apa bila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Bentuk-bentuk melakukan pass bawah antara lain:

1.) Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam

2.) Punggung tangan dengan jari-jari terbuka

3.) Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam

PERPUSTAKAAN UNNES

Sedang pass bawah dengan dua tangan ada beberapa bentuk sikap tangan sebelum melakukan pass bawah dua tangan antara lain:

1.) The Dig (Clenched First Method) yaitu kedua ibu jari sejajar dan jari-jari tangan yang satu membungkus jari tangan lainnya, ini asalnya dari Amerika. Bentuk ini sering digunakan bagi pemain yang sudah tinggi kemampuan pass bawahnya, karena lebih fleksibel apabila menerima bola dari arah manapun.

2.) Mengemis (Thumb Over Palm Method) yaitu kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit ibujari. Perkenaan bola diatas pergelangan tangan (bagian proksimal) bentuk ini lebih tepatnya bagi pemula karena untuk mempermudah mengantisipasi bola pada bidang perkenaan.

4) Umpan (set up)

Ditinjau dari penggunaan tekniknya dapat menggunakan teknik pass atas/ bawah. Namun pada umumnya yang banyak dipakai dalam suatu permainan adalah dengan teknik pass atas. Sesuai dengan pengertian yang telah diuraikan yaitu bahwa met-set-up berarti menyajikan bola kepada teman seregunya yang selanjutaya diharapkan akan dapat dipergunakan untuk menyerang ke lapangan lawan. Karena pada umumnya pengertian menyerang dalam pernainan bola voli adalah dengan smash. Jadi men-set-up adalah menyajikan bola untuk dapat di smash teman seregunya. Untuk itu men-set-up harus memenuhi beberapa persyaratan agar hasilya dapat di smash dengan baik, adapun persyaratan itu adalah sebagai berikut:

1.) Bola harus melambung dengan tenang di daerah serang lapangan sendiri.

2.) Bola harus berada di atas jaring dengan ketinggian yang cukup, agar sempat di smash bagi smasher.

3.)Jarak dari jaring sejauh antara 20 sampai 50 cm.

5.) Smash (smes)

Proses di dalam melakukan smash dapat dibagi dalam saat sebagai berikut:

1) Saat awalan
2) Saat tolakan
3) Saat pukulan bola di atas jaring
4) Saat mendarat di tanah

Sikap permulaan:

Dapat dimasukkan di sini saat-saat pengambilan awalan sampai dengan saat tolakan ke atas. Mula-mula mengambil sikap siap normal dengan jarak yang cukup dari jaring, yaitu 3 - 4 in. Pada saat akan mengadakan langkah-langkah ke depan terlebih dahulu melakukan langkah-langkah kecil di tempat. Langkah-langkah kecil ini dimaksudkan agar pada saat itu badan telah dalam batas setimbang labil dan pada saatnya untuk bergerak ke depan. Sesudah itu dilanjutkan dengan langkah ke depan ini agar tetap dijaga di samping kontinyuitasnya juga letak bahu kiri yang relatif akan selalu berada lebih dekat kepada jaring daripada bahu kanan. Sekarang sampailah pada saat menolak.

PERPUSTAKAAN UNNES

Tolakan dilakukan dengan menumpu teriebih dahulu dengan kedua kaki dan langkah pada saat akan menumpu ini tidak boleh lebar ataupun dengan suatu loncatan. Setelah menumpu dengan kedua kaki kemudian segera diikuti dengan gerakan merendahkan badan dengan jalan menekuk lutut agak dalam ke bawah serta kedua lengan masing-masing telah berada di samping belakang badan. Kemudian setelah itu diikuti dengan tolakan kaki ke atas secara eksplosif dan dibantu dengan ayunan kedua lengan dari arah belakang ke depan atas.

Perlu diperhatikan, setelah kaki menolak ke atas maka kedua kaki dalam keadaan relaks. Setelah kaki menolak, langan kanan berada di samping atas kepala agak ke belakang dan lengan sedikit lurus dengan telapak tangan menghadap ke depan, sedang tangan kiri berada di samping depan kepala kira-kira setinggi telinga. Tangan dan lengan kiri dalam keadaan relaks saja dan ikut menjaga keseimbangan tubuh selama melayang di udara.

Urutan melakukan smash sikap saat perkenaan: sikap pada saat melayang seperti tersebut di atas harus diusahakan sedemikian hingga bola berada di atas depan smasher. Bila bola telah berada di atas depan dan dalam jangkauan tangan maka segeralah tangan kanan dipukulkan pada bola secepatnya. Perlu diperhatikan di sini perkenaan tangan adalah pada telapak tangan dengan suatu gerakan lecutan baik dari lengan maupun tangan. Pukulan yang betul akan mengakibatkan bola menjadi top spin serta secepatnya bergerak menurun. Hasil pukulan akan lebih sempuma lagi bila lecutan lengan dan tangan itu juga diikuti gerakan membungkuk dari togok. Dalam hal ini diputarkan ke arah yang berlawanan dengan arah jarum jam, telapak tangan membentuk cekungan seperti senduk, cambukan keras, perkenaan bola di bagian belakang ke arah bagian muka dengan tapak tangan yang mencekung seperti senduk, aktifkan gerakan pols ke depan. Akibat cambukan kurve jalan bola panjang, top spin (putaran bola menjauhi net). Gerakan cambukan bola dibantu oleh otot-otot perut samping dan bahu. Top spin bola cepat dan tajam, sehingga cepat jatuh di lapangan lawan. Sikap akhir gerakan: Pandangan ke arah bola, gerakan secara keseluruhan yang supel dengan koordinasi gerakan yang baik. Mendarat dengan dua kaki dan

ngeper pada tempat meloncat, kemudian sikap siap untuk bermain kembali, Smash cekis jangan dijadikan kebiasaan untuk menyerang, melatihkan digunakan untuk smash bola jauh dari net dan sebagai tehnik smash penyelamat bola, Banyak pengalaman dalam pertandingan, smash cekis gerak bolanya dikira oleh lawan ke luar, tetapi kenyataannya masuk di lapangan akibat top spin bola.

6.) Bendungan (Block)

Sikap permulaan:

Berdiri dengan kaki sejajar, badan menghadap pada jaring. Kedua tangan berada di depan dada. Untuk awalan tolakan maka lutut ditekuk agak dalam, togok dengan demikian menjadi condong ke depan. Setelah pengambilan posisi ini kemudian diteruskan dengan tolakan-tolakan ke atas dengan kedua kaki secara eksplosif dan kuat. Begitu badan keseluruhan terangkat ke atas maka tangan dijulurkan ke atas, jari-jari membuka dengan maksud agar kedua tangan merupakan satu bidang yang luas. Lengan dalam keadaan lurus dan condong ke depan. Sikap saat perkenaan: Setelah melayang di udara maka pada saat bola dipukul oleh smasher, segeralah tangan dihadapkan ke arah datangnya bola dan blocker berusaha menguasai bola tersebut. Pada saat perkenaan tangan dengan bola, pergelangan tangan digerakkan secara eksplosif agar tangan dapat menekan bola dari arah atas depan ke bawah secara kuat. Jari-jari kedua tangan pada saat perkenaan ditegangkan agar tangan dan jari dalam keadaan cukup kuat untuk menerima tekanan bola yang berat. Saat perkenaan yang baik ialah bila pada saat

sebelum dipukul tangan blocker benar-benar telah dapat mengurung bola. Sikap akhir: Setelah bola mengenai tangan maka segera tangan ditarik dan posisi tangan berada pada posisi seperti pada saat persiapan. Selanjutnya mendarat kembali dengan tumpuan dua kaki dan lentuk. Setelah itu segeralah blocker mengambil sikap siap seperti pada saat sikap persiapan.

1) Block tunggal

Pelaksanaan blocking seperti yang telah diuraikan di atas. Hanya di sini periu disampaikan pula bahwa selama akan melakukan blocking perhatian terus menerus harus kepada bola, posisi smasher terhadap bola dan pandangan mata daripada smasher. Untuk penyesuaian terhadap arah datanynya smash, maka perlu mengadakan langkah ke samping kiri ataupun ke kanan. Untuk mengadakan langkah-langkah ini usahakan agar kaki tidak menyilang yang lain. Maksudnya agar setiap saat pemaian dapat meloncat ke atas untuk melakukan blocking. Bila pada saat itu kaki dalam keadaan menyilang maka berarti saat itu pemain dalam keadaan posisi mati, akibatnya tidak dapat lagi melakukan tolakan ke atas. Jadi tahap-tahap untuk melakukan blocking adalah:

PERPUSTAKAAN UNNES

1) Mengadakan langkah ke kiri atau ke kanan.
2) Meloncat ke atas dengan tumpuan dua kaki.
3) Menggerakkan tangan dan lengan untuk menguasai bola
4) Mendarat dengan dua kaki secara lentuk Tolakan dilakukan sesaat bila smasher telah menolak atas, hal ini bila bola di-umpan dekat dengan jaring. Bila bola diumpan agakjauh darijaring maka saat tolakan agak diperlambat

BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam memilih instrumen Penelitian yang digunakan , diperlukan ketelitian sehingga nantinya akan diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan . Agar diperoleh tujuan yang sesuai dengan yang diharapkan , maka penggunaan metode penelitina harus tepat dan mengarah pada tujuan dari penelitian. Dan diharapkan dapat dipertanggungjawapkan secara ilmiah.

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian yang dilakukan ini digunakan pendekatan kuantitatif, alasannya dengan metode ini akan didapatkan gambaran yang secara mendalam mengenai peristiwa dan fakta yang ada, karena peneliti ingin mengetahui secara nyata tentang pembinaan prestasi olahraga Bola Voli di Klub KMC Kabupaten Pemalang.

PERPUSTAKAAN
UNNES

3.2 Variable Penelitian

Variable adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:116). Dalam penelitian ini mengambil objek yang menjadi perhatian peneliti yaitu pembinaan prestasi olahhraga. Wujud data dari penelitian ini berupa pernyataan-pernyataan dari

responden. Variable dalam penelitian ini adalah pembinaan prestasi olahraga bola voli di klub bola voli KMC pemalang. Definisi operasional variable pada penelitian ini adalah usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil untuk meningkatkan atau memperoleh hasil yang lebih baik(A. Mangunhardjana 1989 : 134) dalam Arif setyawan (2005:7)

Dimana sub variable dalam pembinaan prestasi olahraga bola voli adalah (1) pembinaan atlet, (2) pembinaan pelatih, (3) pelaksanaan program latihan, (4) Mekanisme olahraga, (5) sarana dan prasrana, (6) pendanaan, (7) hasil prestasi

3.2.1 Definisi Operasional Variable.

3.2.1.1 Program Latihan

Program latihan itu dikatakan baik dan layak jika :

1) Memahami struktur latihan jangka panjang yang meliput :
    1) Latihan tingkat dasar (pemula)
    2) Latihan tingkat menengah
    3) Latihan tingkat lanjut (Spesialisasi)
2) Memahami rencana latihan tahunan yang dibagi dalam tiga periodesasi :
    1) Periode persiapan
    2) Periode kompetisi
    3) Periode transisi

3) Memahami cara menyusun program latihan harian atau satu sesi latihan.
4) Memahami tentang permainan bola voli mini sebagai dasar untuk membina pemain bola voli tingkat pemula.

Latihan yang bertujuan untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya memerlukan waktu yang sangat panjang, dimulai dari umur muda, dilakukan secara teratur, kontinyu serta maju berkelanjutan.

Dari pembinaan yang teratur diharapkan dapat berkembang menjadi atlet-atlet yang berprestasi timggi sampai ke tingkat nasional, bahkan sampai ketingkat inter nasional (M. Yunus 1992 : 178)

3.2.1.2 Mekanisme organisasi

Yang dimaksud dengan organisasi adalah keseluruhan proses pengelompokan orang-orang, alat-alat, tugas-tugas serta wewenang dan tanggung jawab sedemikian rupa sehingga terdapat suatu institusi yang dapat di gerakan sebagai suatu kesatuan yang utuh dan bulat dalam rangka pencapaian tujuan yang telah ditentukan sebelumnya (soekardie 2005:10).

Dan organisasi sendiri dapat di defenisikan sebagai “setiap bentuk persekutuan antara dua orang atau lebih , yang bekerjasama untuk pencapaian tujuan bersama dan terikat secara formal yang tercermin pada kelompok orang yang disebut pimpinan dan sekelompok orang yang disebut bawahan “.Berhasil tidaknya suatu organiasi, khususnya organisasi olahraga akan dapat dilihat darinprestasi yang dihasilkan. Suatu organisasi klub olahraga dikatakan efektif jika organisasi tersebut dpaat mencapai

“apa” yang diharapkan. Apa yang diharapkan dari suatu organisasi klub olahraga, tidak lain adalah peningkatann prestasi, karena klub merupakan pintu gerbang pembinaan prestasi (Syarifudin dkk, 2004:169).

3.2.1.3 Sarana dan Prasarana

Sarana Olahraga adalah terjemahan dari “facilites” yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dapatb dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani.sarana olahrga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu :

1) Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya : net, bendera untuk tanda, garis batas dan lain-lain.
2) Sesuatu yang dapat dimainkan ataun dimanipuloasi dengan tangan atau kaki, misalnya : bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Defenisi prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangun). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan.

PERPUSTAKAAN UNNES

3.2.1.4 Pelatih

Seorang pelatih harus mempunyai 3 komponen penting yaitu :

1.) Pengetahuan.

Seorang pelatih harus mempunyai pengetahuan yang luas, karena dalam melaksanakan tugasnya ia berhubungan dengan manusia yang latar belakang pendidikan, kebudayaan serta karakter yang berbeda-beda.yang paling penting bagi pelatih adalah bagaimana mempengaruhi atau meyakinkan anggota agar dalam berlatihbenar benar mengikuti intruksi pelatih

2.) Keterampilan.

Seorang pelatih harus memiliki ketrampilan dibidangnya, karena tanpa ketrampilan yang memadai berarti akan mengalami kesulitan dalam melatih.

3.) Falsafah.

Seorang pelatih harus mempunyai sikap hidup yang positif, memiliki filsafat hidup. Dengan filsafah hidup ini, maka pelatih harus mengembangkan kemampuanya agar ia tidak tertinggal oleh pelatih lainya. (Depdikbud pusat kesegaran jasmani dan rekreasi 1997 : 92-93).

Dan tugas utama dari seorang pelatih adalah membina dan mengembangkan bakat atlet untuk direaalisasi ke mutu prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.serta seorang pelatih yang baik itu harus mempunyai kewibawaan sebagai seorang pelatih serta memounyai motivasi untuk kemajuan klub serta atlet-atletnya (suharno H.P 1986 : 7-12).

3.2.1.5 Dana

Dalam aktifitas organisasi keuangan adalah sebagai bahan bakarnya. Keuangan yang menggerakan seluruh bagian organisasi, oleh karena itu maka setiap organisasi haruslah mempunyai dana keuangan. Hampir dapat dipastikan bahwa dalam anggaran dasar dan anggaran organisasi kita mengenal sumber dana dari beberapa kemugkinan, antara lain : 10. Iuran anggota, 2). Bantuan dari pemerintah atau pihak ketiga, 3). Usaha lain yang sah dan tidak mengikat.

Dalam pasal 69 ayat (1) UU RI Nomor 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan keolahragaan menhjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah , pemerintah daerah, dan masyarakat. Adanya suatu kerjasama menghasilka dana yang cukup besar (soekardi 2006).

3.3 Populasi, Sample dan Teknik Penarikan Sample

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : Obyek atau suyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulanya (Sugiyono, 2007 : 61). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain klub KMC Kabupaten Pemalang, semua pelatih dan pengurus klub KMC Kabupaten Pemalamg.

Sample adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi , misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sample yang di ambil dari populasi itu (Sugiyono, 2007 : 62).

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *total Sampling* yaitu semua subyek dalam populasi penelitian diberi hak yang sama sebagai sampel penelitian (Suharsimi Arikunto, 2002: 19). Jadi seluruh atlet klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang, dan semua pelatih dan pengurus klub KMC Kabupaten Pemalang dijadikan sampel.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaanaya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Variasi jenis instrument peneltian adalah: angket, ceklis (check-list) atau daftar centang, pedoman wawancara, pedoman pengamatan. Ceklis sendiri memiliki wujud beracam-macam.

Adapun Instrument yang digunakan dalam peneliian ini adalah:

3.4.1 Angket atau kuesioner (Questionnaires)

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.

Kuesioner dipakai untuk menyebut metode maupun instrumen. Jadi dalam menggunakan metode angket atau kuesioner instrument yang dipakai adalah angket atu kuesioner.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

3.4.2 *Interview* atau wawancara

Wawancara adalah suatu pengumpulan data dengan cara Tanya jawab secara langsung kepada nara sumber. Pada metode ini penulis bertanya baik secara lesan maupun secara tertulis dan pada saat yang sama penulis mendapatkan jawaban dari narasumber.

3.4.3 Dokumenter

Dokumenter adalah metode pengumpulan data dengan jalan mencari hal-hal atau *variable* berupa dokumen, arsip, dan gambar.

3.5 Prosedur Penelitian

Setiap penelitian pasti membutuhkan prosedur dalam penelitian atau yang biasa disebut petunjuk pelasanaan penelitian. Didalam penelitian ini, data yang diambil dari sampel untuk mengisi angket atau kuesioner yang diberikan dan peneliti melakukan pengamatan langsung di lapangan (observasi) terkait dengan pembinaan prestasi di obyek penelitian. Data yang sudah terkumpul akan di analisis dan diketahui hasilnya. Pertama yang dilakukan adalah mengurus perijinan di obyek penelitian dan lagkah selanjutnya mempersiapkan menyusun instrumen untuk penelitian, yang berupa :

1) Angket atau kuesioner
2) Lembar observasi
3) Kamera yang digunakan untuk dokumentasi

Setelah semua alat telah disiapkan, kemudian dilaksanakan penelitian. Dengan petunjuk yang oleh peneliti, setiap sampel wajib mengisi angket yang telah diterima.selanjutnya peneliti melakukan pengamatan langsung di lapangan mengenai pelaksanaan pembinaan prestasi di obyek penelitian.

3.6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian

Faktor-faktor yang mempengaruhi kegiatan penelitian ini di antaranya adalah:

1.) Faktor Kesungguhan

Faktor kesungguhan dalam pelaksanaan penelitian dari masing-masing sampel tidak sama, untuk itu penulis dalam pelaksanaan penelitian selalu melakukan pendapingan untuk mengarahkan sampel jika belum memahami masud dari angket atau kuesioner yang diberikan.

2.) Faktor Penggunaan Alat

Di dalam penelitian ini penulis menggunakan instrumen yang disusun sendiri, dengan harapan memperoleh informasi yang seluas-luasnya. Sebelum dilaksankakan penelitian, terlebih dahulu penulis melakukan uji coba instrumen penelitian sehingga tujuan penelitian dapat tercapai.

3.) Faktor Kemampuan Sampel

Masing-masing sampel memiliki kemampuan dasar yang berbeda, baik dalam pencapaian prestasi maupun dalam kemampuan memahami angket yang diberikan. Untuk itu penulis selain memberikan informasi secara klasikal, secara

individu penulis berusaha memberikan koreksi agar tes yang digunakan benar-benar baik.

4.) Faktor Kegiatan Sampel Diluar Penelitian

Tujuan utama pelaksanaan penelitian ini adalah memperoleh data-data seakurat mungkin. Untuk menghindari adanya kegiatan sampel diluar penelitian yang bisa menghambat proses pengambilan data, penulis berusaha mengatasi dengan memilih waktu penelitan bersamaan dengan jadwal latihan.

3.7 Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul dari hasil pengumpulan data, maka dilakukan pengolahan data hasil penelitian untuk memperoleh suatu kesimpulan. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif persentase. Metode analisa deskriptif digunakan untuk mengetahui dan menganalisis data mengenai pembinaan prestasi olahraga bola voli di klub JVC Purwodadi Kabupaten Grobogan. Tingkat persentase skor jawaban digunakan rumus sebagai berikut:

$$\% = \frac{\mathrm{n}}{\mathrm{N}} x100\%$$

Keterangan:

n = nilai yang diperoleh

N = jumlah seluruh nilai (Muhammad Ali, 1987:148)

PERPUSTAKAAN UNNES

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Deskripsi Data Penelitian

1) Atlet

Menurut Tohar (2004) Tahap terakhir dalam suatu pembinaan adalah tahap pematangan juara. Kondisi dalam tahap ini adalah keadaan atlet disiapkam untuk mencapai prestasi puncak.

Ada tiga kategori dalam pengebangan dan pembinaan secara maksimal yaitu :

1) Tahap permulaan (persiapan), yaitu usia 10-12 tahun
2) Tahap spesialisasi, antara 11-13 tahun
3) Tahap prestasi puncak, antara usia 18-24 tahun.

Dan Hasil penelitian mengenai kondisi atlet dan pendangannya terhadap pelatih Klub KMC Kabupaten Pemalang dapat diuraikan sebagai berikut “

Tabel 4.1

Usia mengikuti kegiatan pembinaan bola voli di Klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18-24tahun	5	14,3	14,3	14,3
	15-17 tahun	30	85,7	85,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 14,3% atlet telah mengikuti kegiatan pembinaan pada usia 18 – 20 tahun, sebanyak 85,7% atlet telah mengikuti kegiatan pembinaan pada usia 15-17 tahun, jadi rata-rata atlet di klub KMC Pemalang berusia antara 15-17 tahun, dan menurut Tohar (2004) prestasi puncak seorang atlet adalah pada usia antara 18-24 tahun, jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata atlet di klub KMC Pemalang belum bisa dikatakan pada tahap prestasi puncak. .

Tabel 4.2

Tinggi Badan atlet bola voli KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 170 Cm	19	54,3	54,3	54,3
	> 170 Cm	16	45,7	45,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 54,3% atlet dengan tinggi badan kurang dari 170 cm dan 45,7% atlet dengan tinggi badan lebih dari 170 cm di klub KMC Kabupaten Pemalang. Jadi rata-rata tinggi badan atlet di klub KMC Pemalang bertinggi badan kurang dari 170 cm, sedangkan menurut 2 orang pakar sekaligus dosen dan pelatih bola voli di UNNES yaitu bapak Nasukha, dan bapak Agung rata-rata memaparkan bahwa tinggi badan ideal seorang atlet bola voli adalah ± 180 cm, jadi dapat di ambil kesimpulan bahwa rata-rat tinggi badan atlet di klub KMC Pemalang belum bisa di kategorikan ideal.

Tabel 4.3

Berat bandan atelt bola voli KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 60 Kg	24	68,6	68,6	68,6
	> 60 Kg	11	31,4	31,4	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 68,6% atlet dengan berat badan kurang dari 60 kg dan 31,4% atlet dengan berat badan lebih dari 60 kg di klub KMC Kabupaten Pemalang. Jadi rata-rata berat badan atlet di klub KMC Pemalang adalah kurang dari ± 60 kg, sedangkann menurut 2 orang pakar sekaligus dosen dan pelatih bola voli di UNNES yaitu bapak Nasukha, dan bapak Agung rata-rat memaparkan bahwa berat badan ideal seorang atlet bola voli adalah 65 kg, jadi dapat diambil kesimpulan bahwa berat badan atlet di klub KMC Pemalang belum bisa dikatakan ideal.

Tabel 4.4

Lama bergabung dengan klub KMC Kabupaten Semarang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5-10 tahun	5	14.3	14.3	14.3
	1-4 tahun	22	62.9	62.9	77.1
	>10 tahun	8	22.9	22.9	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 14,3% atlet telah bergabung selama 5-10 tahun, sebanyak 62,9% atlet telah mengikuti telah bergabung selama 1-4 tahun dan sebanyak 22,9% atlet telah bergabung selama >

10 tahun dengan klub KMC Kabupaten Semarang. Jadi dapat di ambil kesimpulan rata-rata atlet diklub KMC Pemalang bergabung selama 1-4 tahunan.sedangkan menurut Tohar (2004) untuk mencapai prrestasi puncak di butuhkan waktu sekitar 8 tahun dari tahap persiapan proses pembinaan prestasi, jadi dapat di ambil kesimpulan bahwa altet yang bergabung di klub KMC Pemalang belum bisa untuk mencapai prestasi puncaknya masing-masing.

Tabel 4.5

Mengikuti program latihan bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Selalu mengikuti	35	100,0	100,0	100,0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% atlet selalu mengikuti program latihan di klub KMC Kabupaten Pemalang. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa atlet di klub KMC Pemalang selalu mengikugti latihan yang dilaksanakan din klub KMC Pemalang.

Tabel 4.6

Tepat memilih Klub Bola Voli KMC Kabupaten Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Tepat	28	80.0	80.0	80.0
	Cukup tepat	7	20.0	20.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 80% atlet merasa sangat tepat memilih berada di klubnya saat ini dan sebanyak 20% atlet merasa cukup tepat berada di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Tabel 4.7

Tujuan Bergabung di Klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Prestasi Puncak	30	85.7	85.7	85.7
	Ikut Latihan	3	8.6	8.6	94.3
	Peningkatan Kemampuan Bermain Bola Voli	2	5.7	5.7	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 85,7% atlet bertujuan ingin mencapai pretasi puncaknya, 8,6% atlet bertujuan sekedar mengikuti latihan dan 5,7% atlet bertujuan ingin meningkatkan kemampuan bermain bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang. jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rat atlet yang bergabung di klub KMC Pemalang bertujuan untuk mencapai prestasi puncaknya.

Tabel 4.8

Harapan Mengikuti Latihan di klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Juara Tingkat Nasional	27	77.1	77.1	77.1
	Juara Tingkat Provinsi	5	14.3	14.3	91.4
	Juara Tingkat Kabupaten	3	8.6	8.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 77,1% atlet mempunyai harapan ingin mencapai juara tingkat nasional, 14,3% atlet mempunyai harapan ingin mencapai juara tingkat provinsi dan 8,6% atlet mempunyai harapan ingin mencapai juara tingkat kabupaten di klub KMC Kabupaten Pemalang. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata atlet diklub

KMC Pemalang mempunyai harapan untuk menjadi juara setinggi-tingginya yaitu juara tingkat Nasiaonal.

2.) Program Latihan

Secara teoritis latihan yang efektif untuk meningkatkan prestasi, minimal 3 kali dalam seminggu. Dalam menyusun program mingguan ini dibuat berselang-selang, sehingga ada hari-hari untuk beristirahat (interval) untuk memulihkan kesegaran fisik agar pada hari latihan berikutnya benar-benar dalam keadaan segar.

Latihan yang lebih intensif dapat berlangsung 6 sesi seminggu dan bahkan dapat berlangsung 11 sesi perminngu jika berada dalam pemusatan latihan, dimana kondisi kesehatan , istirahat dan gizi atlit dapatv terkontrol dengan baik di bawah pengawasan pelatih dan dokter (Bompa, 1983 : 114-116).

Program Latihan disusun berdasarkan tujuan yang dikehendaki, prioritas program, pemilihan model dan sarana latihan serta kondisi yang ada. Berikut deskripsi jawaban terkait dengan program latihan yang ada.

Tabel 4.9

Intensitas program latihan yang ada saat ini sesuai dengan kebutuhan tim

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup sesuai	7	20,0	20,0	20,0
	Sangat sesuai	28	80,0	80,0	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 20% atlet menyatakan intensitas program latihan yang ada cukup sesuai dengan kebutuhan dan 80% atlet menyatakan sangat sesuai dengan kebutuhan di klub KMC Kabupaten Pemalang. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata atlet di klub KMC Pemalang mengatakan intensitas program latihan yang ada di klub pemalang sudah sesuai dengan kebutuhan tim.

Tabel 4.10

Metode latihan yang diberikan variatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang variatif	1	2,9	2,9	2,9
	Cukup variatif	19	54,3	54,3	57,1
	Sangat variatif	15	42,9	42,9	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 2,9% atlet menyatakan metode yang diberikan masing-masing kurang variatif, sebanyak 54,3% atlet menyatakan cukup variatif dan 42,9% atlet menyatakan sangat variatif di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Tabel 4.11

Jadwal latihan yang ada sering berbenturan dengan rutinitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	35	100,0	100,0	100,0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% atlet menyatakan jadwal latihan yang ada tidak pernah berbenturan degan rutinitas di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Tabel 4.12

Tahapan pembinaan prestasi yang ada di klub Bola voli KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup baik	24	68.6	68.6	68.6
	Sangat baik	11	31.4	31.4	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 68,6% atlet menyatakan tahapan pembinaan dikelola cukup baik, dan 31,4% atlet menyatakan pembinaan prestasi di klub KMC Pemalang sangat baik , jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata atlet dim klub KMC Pemalang menyatakan tahapan pembinaan prestasi di klub KMC Pemalang sudah cukup baik.

3.) Pelatih

Pelatih adalah seorang yang profesional yang bertugas membantu, membimbing, membina dan mengarahkan atlet berbakat untuk merealisasikan prestasi maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Pembinmbingan dan pembinaan atlet sebagai manusia keseluruhan, pelatih harus menyadari bahwa dia dalam melaksanakan tugas dapat bertindak sebagai guru, pemimpin, polisi, hakim, orang tua, teman sejawat. (Suharno H.P 1986 : 7)

Dan menuut hasil penelitian yang di laksanakan dapat di uraikan sebagai berikut “

Tabel 4.13

Rata-rata atlet bergabung dengan klub KMC Kab. Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1 - 4 tahun	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% pelatih menyatakan rata-rata atlet bergabung selama 1 – 4 tahun dengan klub KMC Kab. Pemalang.

Tabel 4.14

Sebelum bergabung dengan klub KMC Kab. Pemalang memiliki teknik dasar bermain yang baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang baik	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% pelatih menyatakan sebelum bergabung atlet memiliki teknik dasar bermain yang kurang baik di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Tabel 4.15

Atlet memiliki mental bertanding yang baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup Baik	2	66.7	66.7	66.7
	Sangat Baik	1	33.3	33.3	100.0
	Total	3	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 66,7% pelatih menyatakan atlet memilik mental bertanding yang cukup baik dan sebanyak 33,3% pelatih menyatakan atlet memiliki mental bertanding yang sangat baik .

Tabel 4.16

Atlet yang ada di klub KMC Kab. Pemalang memiliki kedisiplinan yang baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup disiplin	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% pelatih menyatakan atlet cukup disiplin di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Tabel 4.17

Lama bergabung dengan klub KMC Kab. Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5 - 10 tahun	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% pelatih menyatakan atlet bergabung selama 5 – 10 tahun dengan klub KMC Kab. Pemalang.

Tabel 4.18

Hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatih dan atlet di luar klub berjalan dengan baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup baik	1	33.3	33.3	33.3
	Sangat baik	2	66.7	66.7	100.0
	Total	3	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 33.3% pelatih menyatakan hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatih dan atlet berjalan cukup baik dan sebanyak 66,7% menyatakan hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatih dan atlet berjalan sangat baik dengan klub KMC Kabupaten Pemalang.jadi dapat diambil kesimpulan bahwa hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatin dan atlet diluar klub sudah berjalan dengan baik.

Tabel 4.19

Program latihan yang telah disusun dapat dilaksanakan dengan baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	biasa saja	1	33.3	33.3	33.3
	sangat baik	2	66.7	66.7	100.0
	Total	3	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 33.3% pelatih menyatakan program pelatihan yang telah disusun dilaksanakan secara biasa saja dan sebanyak 66,7 menyatakan program pelatihan yang telah disusun dilaksanakan secara sangat baik di klub KMC Kab. Pemalang

Tabel 4.20

Mengalami kesulitan untuk melakukan regenerasi di Klub KMC Kab. Semarang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sulit	2	66.7	66.7	66.7
	Sangat Mudah	1	33.3	33.3	100.0
	Total	3	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 66,7% pelatih menyatakan sulit melakukan regenerasi dan sisanya 33,3 menyatakan sangat mudah melakukan regenerasi di klub KMC Kab. Pemalang.

4.) Keadaan Organisasi

Kondisi lingkungan dengan rasa kepuasan dalam organisasi akan berpengaruh terhasap prestasi seorang atlet, karena pada dasarnya prestasi berkaitan dengan perilaku-perilaku atau tindakan-tindakan atlit. Setiap orgaisasi pemerintah maupun organisasi swasta tentu berdasarkan rencana-rencana yang ada yang telah disepakati bersama, hal ini berlaku bagi anggota maupun pengurus lainya selalu berdasarkan anggaran dasar maupun anggaran rumah tangganya. Organisasi adalah keseluruhan pengelompokan orang-orang, alat-alat, tugas-tugas serta wewenang dan tanggung jawab sedemikian rupa sehingga terdapat suatu *institusi* yang dapat digerakan sebagai suatu kesatuan utuh dan bulat dalam rangka pencapaian tujuan yang telah ditentukan sebelumnya (soekardi, 2006)

Berhasil tidaknya suatu organiasi, khususnya organisasi olahraga akan dapat dilihat darinprestasi yang dihasilkan. Makin banyak prestasi yang diperoleh, maka makin dapat dikatakan bahwa organisasi olahraga ini berhasil. Dalam hubungan inilah perlu diperhatikan cara-cara yang sempurna dalam membentuk, melaksanakan, mengendalikan kegiatan organisasi dipaparkan oleh syariffudin dkk (2004:171).

Suatu organisasi klub olahraga dikatakan efektif jika organisasi tersebut dpaat mencapai "apa" yang diharapkan. Apa yang diharapkan dari suatu organisasi klub olahraga, tidak lain adalah peningkatann prestasi, karena klub merupakan pintu gerbang pembinaan prestasi (Syarifudin dkk, 2004:169).

Berikut deskripsi jawaban responden terkait dengan keadaan organisasi yang ada.

Tabel 4.21

Administrasi kegiatan pembinaan di Klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup Baik	26	74.3	74.3	74.3
	Sangat baik	9	25.7	25.7	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 74,3% responden menyatakan administrasi kegiatan dikelola dengan cukup baik dan 25,7% atlet menyatakan sangat baik.

Tabel 4.22

Pendanaan Klub bola voli KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup Kekurangan	21	60.0	60.0	60.0
	Sering kekurangan	14	40.0	40.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 60% responden menyatakan klub cukup kekurangan pendanaa, 40% atlet menyatakan sering kekurangan.

Tabel 4.23

Manajeman Klub KMC Pemalang pernah mendapatkan bantuan dana dari sponsor

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kadang mendapat sponsor	21	60.0	60.0	60.0
	Sering mendapat sponsor	14	40.0	40.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 60% responden menyatakan klub kadang mendapat dana sponsor dan 40% atlet menyatakan sering mendapat sponsor.

Tabel 4.24

Pengurus Klub KMC Pemalang selalu hadir dalam setiap latihan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak hadir	16	45.7	45.7	45.7
	Kadang-kadang hadir	19	54.3	54.3	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 45,7% responden menyatakan pengurus tidak hadir dan 54,3% atlet menyatakan pengurus kadang-kadang hadir. jadi dapat diambil kesimpulan bahwa pengurus klubKMC pemalang jarang hadir pada setiap latihan yang diadakan klub KMC Pemalang.

5.) Sarana Prasarana

Sarana prasarana merupakan fasilitas penunjang atlit dalam melaksanakan rencana program latihan yang telah disusun. Keterbatasan sarana atau fasilitas berlatih akan sangat berpengaruh terhadap hasil latihan atlit itu sendiri. Sarana dna prasaran olahraga adalah merupakan salah satu alat penunjang untuk melakukan kegiatan olahrga, dengan demikian untuk menyongsong Hari Depan Olahraga Indonesia perlu disiapkan “wadah” yang mencukupi jumlahnya sehingga seluruh masyarakat dapat memperoleh kesempatan yang sama untuk berolahraga terutama untuk meningkatkan prestasi olahraga. Sehingga hal tersebut sejalan dengan semboyan “masyarakatakan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” yang dicanangkan oleh mantan presiden soeharto pada olahraga nasional pada tahun 1983 (Harsuki, 2003:307). Sarana dan prasarana atau fasilitas merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga.

Berikut deskripsi jawaban terkait dengan sarana prasarana di Klub KMC Pemalang

Tabel 4.25

Fasilitas di Klub KMC Pemalang sudah memadai dengan jumlah atelt yang ada

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang memadai	8	22.9	22.9	22.9
	Cukup memadai	20	57.1	57.1	80.0
	Sangat memadai	7	20.0	20.0	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 34,3% atlet menyatakan fasilitas yang ada kurang memadai dan 65,7% atlet menyatakan cukup memadai. Jadi rata atlet di klub KMC Pemalang menyatakan fasilitas di klub KMC Pemalang cukup memadai dengan jumlah atlet yang ada. Sedangkan menurut Harsuki (2003:307) menyatakan bahwa Sarana prasarana merupakan fasilitas penunjang atlit dalam melaksanakan rencana program latihan yang telah disusun. Keterbatasan sarana atau fasilitas berlatih akan sangat berpengaruh terhadap hasil latihan atlit itu sendiri. Sarana dna prasaran olahraga adalah merupakan salah satu alat penunjang untuk melakukan kegiatan olahrga, dengan demikian untuk menyongsong Hari Depan Olahraga Indonesia perlu disiapkan "wadah" yang mencukupi jumlahnya sehingga seluruh masyarakat dapat memperoleh kesempatan yang sama untuk berolahraga terutama untuk meningkatkan prestasi olahraga. Sehingga hal tersebut sejalan dengan semboyan "masyarakatakan olahraga dan mengolahragakan masyarakat" yang dicanangkan oleh mantan presiden soeharto pada olahraga nasional pada tahun 1983 jadi berdasarkan pernyataan Harsuki di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa sarana dan prasarana yang ada di klub KMC Pemalang sudah bisa dikatakan baik tetapi perlu di adakan penambahan serta pelengkapan sarana dan prasrana untuk

mencapai hasil yang maksimal dalam proses pembinaan prestasi di klub KMC Pemalang.

Tabel 4.26

Fasilitas di Klub KMC Pemalang sudah sesuai dengan standart yang ada

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang sesuai	19	54,3	54,3	54,3
	Cukup sesuai	16	45,7	45,7	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 54,3% atlet menyatakan fasilitas yang ada kurang sesuai dengan standart yang ada dan 45,7% atlet menyatakan cukup sesuai, jadi rata-rata atlet di klub KMC Pemalang fasilitas di klub KMC Pemalang sudah sesuai dengan standart yang ada.

Tabel 4.27

Perlu dilakukan penambahan saran dan prasarana di Klub Bola voli KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat perlu	23	65.7	65.7	65.7
	Cukup perlu	12	34.3	34.3	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 65,7% responden menyatakan sangat perlu penambahan sarana dan prasarana dan 34,3% atlet menyatakan cukup perlu. Jadi rata-rata atlet di klub KMC Pemalang menyatakan bahwa perlu dilakukan penambahan sarana dan prasarana di klub bola voli KMC Pemalang.

Tabel 4.28

Kondisi lapangan yang ada masih layak digunakan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang layak	11	31.4	31.4	31.4
	Cukup layak	18	51.4	51.4	82.9
	Sangat layak	6	17.1	17.1	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 31,4% responden menyatakan lapangan yang ada kurang layak, sebanyak 51,4% responden menyatakan lapangan yang ada cukup layak dan 17,1% atlet menyatakan sangat layak . jadi dapat diambil kesimpulan bahwa rata-rata atlet di klub KMC Pemalang menyatakan lapangan yang ada di klub KMC Pemalang cukup layak.

6.) Prestasi

Prestasi sebuah tim merupakan bukti keberhasilan yang telah dicapai oleh seorang atlet, maka prestasi merupakan hasil maksimum yang dicapai oleh atlet setelah melaksanakan program latihan. Berikut ini adalah deskripsi prestasi Klub Bola voli KMC Pemalang :

Tabel 4.29

Pertandingan yang pernah diikuti atlet bola voli Klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tingkat kabupaten	31	88,6	88,6	88,6
	Tingkat propinsi	4	11,4	11,4	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 88,6% responden menyatakan klub pernah mengikuti pertandingan di tingkat kabupaten, dan 11.4% atlet menyatakan pernah mengikuti pertandingan di tingkat propinsi.

Tabel 4.30

Prestasi yang pernah diraih oleh Klub KMC Pemalang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tingkat kabupaten	16	45,7	45,7	45,7
	Tingkat Propinsi	19	54,3	54,3	100,0
	Total	35	100,0	100,0	

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 45,7% responden menyatakan klub pernah menjadi juara pertandingan di tingkat kabupaten, dan 54,3% atlet menyatakan pernah menjadi juara di tingkat propinsi.

7.) Pendanaan

Dalam aktivitas organisasi maka keuangan adalah sebagai bahan bakurnya. Keuangan yang menggerakan seluruh bagian organisasi, oleh karwnanya maka setiap organisassi haruslah mempunyai dana keuangan. Hampir dapat dipastikan bahwa dalam anggaran dasar dan anggaran organisasi mengenal sumber keuangan berasal dari beberapa kemungkinan, antara lain (1) iuran anggota, (2) bantuan dari pemerintah atau pihak ketiga, (3) usaha lain yang sah dan tidak mengikat (Soekardi, 2006)

Dalam pasal 69 ayat (1) UU RI Nomor 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan keolahragaan menjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah ,

daerah, dan masyarakat. Adanya suatu kerjasama menghasilkan dana yang cukup besar.

Keuangan ini haruslah di kelola dengan baik demi kelancaran dan tercapainya tujuan oragnisasi. Tanpa adanya dana maka suatu oraganisasi tersebut akan lumpuh, Efisiensi penggunaan dana akan membawa organisasi dalam aktivitas yang sebenarnya.

Berikut ini adalah deskripsi pendanaan Klub Bola voli KMC Pemalang :

Tabel 4.31

Sumber dana yang diperoleh untuk membiayai klub KMC Kab. Semarang

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dana Pribadi	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% atlet menyatakan dana pribadi setempat. Sedangkan menurut soekardie (2006) menyatakan bahwa Hampir dapat dipastikan bahwa dalam anggaran dasar dan anggaran organisasi mengenal sumber keuangan berasal dari beberapa kemungkinan, antara lain (1) iuran anggota, (2) bantuan dari pemerintah atau pihak ketiga, (3) usaha lain yang sah dan tidak mengikat. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa pendanaan yang ada di klub KMC Pemalang belum bisa dikatakan baik karena sumber pendanaanya hanya berasal dari dana pribadi atau iuran anggota saja dan jarang mendapatkan sponsor.

Tabel 4.32

Penggunaan dana di klub KMC Kab. Pemalang sudah sesui dengan yang diharapkan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	3	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan jawaban responden dapat diketahui sebanyak 100% responden menyatakan “ya” penggunaan dana sudah sesuai yang diharapkan .

Dengan demikian hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1) Sistem pelatihan yang dilaksanakan di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah disusun dengan baik, yaitu disusun dalam program mingguan, bulanan, ataupun tahunan.

2) Cara perekrutan atlet yaitu dengan melihat berbagai even kejuaraan ditingkat pelajar, misalnya : POPDA, Kejuaraan antar SMP dan SMA se-Jateng.

3) Keadaan organisasi di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah terkoordinasi dengan baik meskipun kepengurusanya masih cukup sederhana yaitu sebagai berikut :

   1) Penanggung Jawab : PBVSI Kabupaten Pemalang
      Kepala Dinas Pendidikan
   2) Penasehat : Kabib Bimudora
   3) Ketua : Sudarsono

4) Sekretaris : Ratna Dewi S, S.Pd

5) Bendahara : Hartatik

6) Pelatih : Soma Suharmoko

Sudarsono

Sudarmoko

4) Sarana dan Prasarana yang ada di klub KMC Pemalang sudah cukup baik tetapi masih belum sesuai dengan standart yang ada, lapangan klub KMC Pemalang hanya bernaung di lapangan bola voli SMP San Laucas Pemalang.

5) Pelatih di klub KMC Pemalang telah menjadi Pelatih yang Profesioanal dan telah banyak pengalaman yang didapat selama ini. Pelatih klub KMC Pemalang juga sudah mempunyai sertivikat Nasional yang diperoleh melaui penataran ditingkat Jawa Tengah dan Nasional.

6) Pendanaan diklub KMC Pemalang masih kurang sebab pendanaan di klub KMC Pemalang hanya bersumber dari dana pribadi klub KMC Pemalang itu sendiri.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Program Latihan

Pembahasan prestasi yang dilakukan oleh suatu klub mempunyai irama tersendiri yang dirancang dan diramu berdasarkan pengetahuan klub yang tersusun dalam program kerja team atau klub. Suatu klub memerlukan proses dalam menciptakan pembinaan untuk meraih prestasi para atlet seoptimal

mungkin. Semua itu tidak lepas dari kerjasama semua unit dalam manajemen suatu klub.

Klub KMC Pemalang adalah tempat lembaga informal karena merupakan sarana yang tepat untuk menyalurkan bakat. Dimana pembinaan dan pengembangan olah raga bola voli pendidikannya dilaksanakan dan diarahkan sebagai satu kesatuan yang sistematis.

Cabang olah raga bola voli menjadi perhatian dari pihak masyarakat dan sekolah setelah ada rintisan yang bermula dari pemain/atlet bola voli dan pendidikan formal diploma, sertifikasi pelatih daerah dan sekarang menjadi pelatih yaitu Bapak Soma Suharmoko sebagai pelatih utama dan Bapak Sudarsono sebagai asisten pelatih di klub KMC Kabupaten Pemalang sejak tahun 1992. Sehingga membawa cabang olah raga bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang menjadi perhatian utama dikalangan sekolah dan masyarakat. Sistem pembinaan pada tim bola voli klub KMC Kabupaten Pemalang berawal pada tahun 1992, sehingga pada tahun 1992 klub KMC Kabupaten Pemalang sudah bisa mulai ikut dalam pertandingan atau even-even, dan belum nampak hasilnya. Setelah adanya program latihan yang terarah dan terprogram dengan baik akhirnya klub klub KMC Kabupaten Pemalang telah berturut-turut memperoleh prestasi di tingkat kota, provinsi, bahkan di tingkat nasional.

Hasil analisis data menunjukkan pelaksanaan pembinaan prestasi olah raga di klub KMC Kabupaten Pemalang telah terprogram dengan baik, hal ini dapat dilihat dari program latihan yang telah disusun baik secara tahunan maupun

bulanan. Cara perekrutan atlet dengan melihat berbagai even kejuaraan di tingkat pelajar, misalnya: POPDA, Kejuaraan antar SMP dan SMA se-Jateng. Mencari atlet yang berbakat dan mau bersekolah di klub KMC Kabupaten Pemalang itu adalah harapan klub KMC Kabupaten Pemalang. Prasarana dan sarana yang dimiliki klub KMC Kabupaten Pemalang belum memenuhi standart tetapi sudah lumayan baik dan di Lapangan Bola Voli SMP San Laucas Pemalang adalah tempat latihan pemain dan atlet dari klub KMC Kabupaten Pemalang. Untuk pendanaan pembinaan prestasi bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang masih mengandalkan bantuan dari dana pribadi dan dari mantan atlet dan iuran dari peserta yang mengikuti latihan olah raga bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang karena tidak ada donatur dari luar baik dari pemerintah atau sponsor.

4.2.2 Keadaan Organisasi

Organisasi merupakan suatu sistem aktivitas kerjasama yang dilakukan oleh dua orang atau lebih" dari pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa sebuah organisasi haruslah memiliki interaksi antar anggotanya. Didalamnya terdapat berbagai macam elemen atau komponen yang disatu sisi harus mampu bekerja sendiri namun disisi lain juga dituntut untuk bekerjasama dengan komponen-komponen lainnya. Sementara itu, selain harus mampu mengelola komponen-komponen yang terdapat didalam agar dapat bekerjasama dengan baik, sebuah organisasi juga diharapkan untuk bisa berinteraksi serta beradaptasi

dengan lingkungan ini mutlak harus bisa dilakukan oleh sebuah organisasi untuk terus bisa eksis dan berkembang sesuai harapan dan tujuan organisasi itu sendiri.

Hasil analisis data menunjukkan keadaan organisasi di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah terkoordinasi dengan cukup baik meskipun kepengurusannya cukup sederhana. Peran pengurus dalam pembinaan prestasi juga peting meskipun kedatangan pengurus tidak serutin kehadiran pelatih. Namun pengurus belum bisa melaksanakan kegiatan sebagaimana mestinya.

Keharmonisan dalam sebuah organisasi sangat tergantung pada komunikasi dan kerjasama antar elemen yang ada. Komunikasi dalam organisasi sangat penting karena adanya komunikasi maka seseorang bisa berhubungan dengan orang lain dan saling bertukar pikiran yang bisa menambah wawasan seseorang dalam bekerja atau menjalani kehidupan sehari-hari.

Dalam membina kerjasama dalam kelompok inilah yang nantinya digunakan dalam rangka membina koordinasi kesatuan gerak dan arah yang sesuai denga gerak dan arah organisasi. Agar tercapai koordinasi dalam kerjasama itu sangat penting dilaksanaknnya komunikasi yang setepat-tepatnya dan seefektif mungkin, sehingga koordinasi dan kerjasama benar-benar dilaksanakan setepat-tepatnya juga. Pengambilan keputusan juga sangat memerlukan komunikasi yang setepat-tepatnya karena dalam akhir dari pengambilan keputusan tersebut hendaknya juga merupakan pencerminan dari adanya koordinasi dan kerjasama yang tercipta dalam lingkungan organisasi.

4.2.3 Sarana dan Prasarana

Dalam dunia olah raga, kita juga mengenal berbagai tujuan seseorang untuk melakukan aktivitas olah raga. Salah satu tujuannya adalah untuk pencapaian prestasi maksimal. Dalam pencapaian prestasi diperlukan beberapa aspek pendukung yang harus dilakukan dan dipersiapkan. Salah satunya adalah ketersediaan sarana dan prasarana yaitu lapangan, bola, net, peluit, gedung, kaos tim. Selama ini perkembangan olah raga semakin pesat dan bahkan sudah memasyarakat, sehingga sebagian masyarakat telah memandang olah raga sebagai bagian dari hidupnya. Bahkan melakukan olah raga sama pentingnya dengan kebutuhan lainnya. Oleh sebab itu, sudah sewajarnya apabila kebutuhan sarana dan prasarana perlu ada dan ditingkatkan, supaya dapat melakukan kegiatan olah raga sebagaimana mestinya.

Hasil analisis data penelitian menunjukkan sarana dan prasarana yang ada di klub KMC Kabupaten Pemalang masih kurang, terutama perlu adanya penambahan lapangan dan bola voli, karena di Lapangan bola Voli KMC Kabupaten pemalang hanya memiliki satu lapangan untuk latihan putra dan untuk latihan putrid,serta perlu didirikanya Gor atau gedung olahraga untuk lapangan bola voliklub KMC Pemalang. Meskipun keterbatasan lapangan tapi atlet di klub KMC Kabupaten Pemalang tidak menjadi penghambat dalam upaya pencapaian prestasi yang maksimal.

Kelengkapan sarana dan prasarana latihan mempunyai peranan penting dalam proses pembinaan atlet. Ketersediaan dan kelengkapan sarana seperti

lapangan, bola, net, peluit, gedung, kaos tim, dan perabot lainnya yang mendukung proses latihan akan sangat mempengaruhi kualitas latihan itu sendiri. Tidak dapat dipungkiri bahwa untuk mengejar ketersediaan dan kelengkapan tersebut membutuhkan dukungan yang besar baik dari pengurus, sponsor maupun dari pemerintah.

4.2.4 Upaya Pencapaian Prestasi

Prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dalam melakukan kegiatan. Belajar yang efektif dapat membantu atlet untuk meningkatkan kemampuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Untuk meningkatkan prestasi yang baik perlu diperhatikan kondisi internal dan eksternal. Kondisi internal adalah kondisi atau situasi yang ada dalam diri atlet, seperti kesehatan, keterampilan, kemampuan dan sebagainya. kondisi eksternal adalah kondisi yang ada diluar diri pribadi manusia, misalnya sarana dan prasarana yang memadai.

Prestasi merupakan hasil yang didapat selama di klub KMC Kabupaten Pemalang, sebelum mengetahui prestasi yang telah dicapai atau diraih di klub KMC Kabupaten Pemalang kita juga perlu mengetahui pertandingan dan prestasi di klub KMC Kabupaten Pemalang dalam 1) Tingkat Kabupaten, 2) Tingkat Jawa Tengah, 3) Tingkat Nasional

Hasil analisis data menunjukkan prestasi yang diraih di klub KMC Kabupaten Pemalang sangat baik. Meskipun demikian atlet klub KMC Kabupaten

Pemalang masih tetap menyiapkan diri untuk menghadapi even-even yang akan berlangsung di POSPENAS 2010 di Surabaya dan Kejurda Yunior 2010 di Semarang dan PORPROV 2011 di Samarinda.

Dalam pencapaian prestasi sebenarnya keinginan atlet untuk mengikuti pembinaan cukup tinggi, karena dalam pembinaan prestasi olah raga di klub KMC Kabupaten Pemalang dalam setiap tahun jumlah atlet terus bertambah. Hal ini dikarenakan karena adanya progran latihan yang terprogram dengan baik, dan prestasi yang didapat oleh alumni atlet klub KMC Kabupaten Pemalang yang cukup membanggakan.

Pelatih di klub KMC Kabupaten Pemalang telah menjadi pelatih profesional dan telah banyak pengalaman yang didapat selama ini. Pelatih klub KMC Kabupaten Pemalang telah mengikuti bebrapa penataran diantaranya penataran pelatih tingkat daerah dan nasional sebagai pedoman pembinaan prestasi di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Pelatih klub KMC Kabupaten Pemalang telah membuat program latihan yang teratur dan terprogram dalam setiap tahun dan pelatihnya adalah orang yang sama, meskipun tidak ada perubahan dalam setiap latihan, namun klub KMC Kabupaten Pemalang tidak mempengaruhi prestasi yang didapat dan mampu mempertahankan dan bahkan dapat meningkat dari tahun ke tahun.

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui pelaksanaan pembinaan prestasi olah raga telah terprogram dengan baik, keadaan organisasi sudah terkoordinasi dengan cukup baik, sarana prasarana laitihan masih kurang dan prestasi yang

diraih di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah sangat baik. Dengan demikian secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa pembinaan prestasi olah raga bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang sudah berjalan dengan baik namun masih perlu adanya perbaikan khususnya berkaitan dengan sarana dan prasarana latihan.

4.2.5 Kualitas Pelatih

Pelatih di klub KMC Kabupaten Pemalang telah menjadi pelatih profesional dan telah banyak pengalaman yang didapat selama ini. Pelatih klub KMC Kabupaten Pemalang telah mengikuti bebrapa penataran diantaranya penataran pelatih tingkat daerah dan nasional sebagai pedoman pembinaan prestasi di klub KMC Kabupaten Pemalang.

Pelatih klub KMC pemalang juga sudah memberikan latihan yang cukup Variatif, dan menggunakan rencana yang sistematis sebagai pedomam pembinaan program latihan. Serta pelatih Klub KMC pemalang juga sudah tegas dalam setiap proses pembinaanya supaya atlet klub KMC pemalang Disiplin dalam setiap hal.dan juga pelatih klub KMC Pemalang selalu datang tepat waktu.

Pelatih juga sudah memahami apa yang di inginkan attel klub KMC Pemalang.

Pelatih klub KMC Kabupaten Pemalang telah membuat program latihan yang teratur dan terprogram dalam setiap tahun dan pelatihnya adalah orang yang sama, meskipun tidak ada perubahan dalam setiap latihan, namun klub KMC

Kabupaten Pemalang tidak mempengaruhi prestasi yang didapat dan mampu mempertahankan dan bahkan dapat meningkat dari tahun ke tahun.

4.2.6 Pendanaan

Dalam aktifitas organisasi keuangan adalah sebagai bahan bakarnya. Keuangan yang menggerakan seluruh bagian organisasi, oleh karena itu maka setiap organisasi haruslah mempunyai dana keuangan. Hampir dapat dipastikan bahwa dalam anggaran dasar dan anggaran organisasi kita mengenal sumber dana dari beberapa kemugkinan, antara lain : 10. Iuran anggota, 2). Bantuan dari pemerintah atau pihak ketiga, 3). Usaha lain yang sah dan tidak mengikat.

Dalam pasal 69 ayat (1) UU RI Nomor 3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan keolahragaan menhjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah , pemerintah daerah, dan masyarakat. Adanya suatu kerjasama menghasilka dana yang cukup besar

Pendanaan untuk proses pembinaan atlet klub KMC Kabupaten Pemalang, sebagian besar masih tergantung Sesuai dengan Anggaran Dasar (AD) dan Anggaran Rumah Tangga (ART) Klub KMC Kabupaten Pemalang maka mengenai urusan administrasi keuangan dapat disebutkan bahwa semua anggaran yang ada dibiayai oleh dana pribadi dari klub KMC Pemalang itu sendiri serta dana dari masyarakat , dan mendapat bantuan dari DINPORA JATENG sejak tahun 2006-2009, pernah juga mendapat bantuan dari PBVSI Pusat, dan pernah mendapat bantuan dari klub DLLAJ Jawa Barat.

Selain biaya-biaya tersebut Klub KMC Kabupaten Pemalang menganggarkan dana untuk hal-hal lain yang belum disebut seperti sarana dan prasarana yang kurang. Semua dana yang besar tersebut, berasal dari dana pribadi klub KMC Pemalang itu sendiri yaitu melalui iuran anggota klub KMC dan atlet-atletnya klub KMC,dan daerah yang bekerja sama dengan perusahaan di sekitar Kabupaten Pemalang untuk memajukan klub KMC tersebut.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil beberapa simpulan adalah sebagai berikut :

Pembinaan Prestasi di kliub bola voli KMC Kabupaten Pemalang tahun 2010 dikategorikan baik dengan rincian.

1. Pelaksanaan latihan di klub bola voli KMC Pemalang tahun 2010 dikategorikan baik.
2. Keadaan Organisasi di klub bola voli Kabupaten Pemalang tahun 2010 dikategorikan baik.
3. Sarana dan prasarana di klub bola voli Kabupaten Pemalang sudah dikatakan baik.
4. Kualitas Pelatih di klub bola voli KMC Kabupaten Pemalang sudah dikatakan baik.
5. Prestasi yang diraih oleh klub KMC Kabupaten Pemalang selama ini cukup baik.
6. Pendanaan pada klub KMC Kabupaten Pemalang masih dikategorikan kurang karena hanya bersumber dari Dana pribadi Klub KMC Pemalang,

PERPUSTAKAAN UNNES

B. Saran

Berdasarkan simpulan maka beberapa saran yang dapat peneliti berikan antara lain sebagai berikut:

1. Pengurus hendaknya berusaha meningkatkan atau mengupayakan adanya perbaikan fasilitas sarana dan prasarana latihan yang ada untuk memperlancar proses pembinaan atlet.
2. Pelatih hendaknya berusaha menegakkan disiplin terhadap atletnya baik di dalam dan di luar lapangan.
3. Atlet hendaknya meningkatkan hubungan antar personal yang baik dengan sesama atlet maupun dengan pelatih dan pengurus.
4. Untuk klub KMC Kabupaten Pemalang harus menambah program pembinaannya dengan pembinaan mental dan keimanan.

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

DAFTAR PUSTAKA

Arief Setiyawan. 2005. *Studi Pembinaan Bola Voli Pada Sekolah Bola Voli VOKA '99 Karangkobar Banjarnegara*. Skripsi . Skripsi Uneveritas Negeri Semarang

Herry Koesyanto. 2004. *Belajar Bermain Bola Voli*. Semarang : FIK UNNES

Iman Sadikun dkk. 1992. *Permainan Bola Besar*. Jakarta : Dekdikbud

KONI.2006. *Norma Kondisi Fisik atlet Nasional Indonesia Cabang Olahraga Bola Voli*. Jakarta : KONI Pusat

M. Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang : FPOK IKIP Semarang

M. Yunus. 1992. *Olahraga pilihan Bola Voli*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaaan Tenaga Pendidikan

Mangunhardjana, A. 1989. *Pembinaan Arti dan Metodenya*. Jakarta: Kanisius. Moleong, Lexy. 2004. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Suharno HP. 1981. *Metodik Melatih Permainan Bola Voli*. Yogyakarta : IKIP Yogyakarta

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

Tohar. 2004. *Ilmu Kepelatiham Lanjut*. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Harsuki. 2003. *Sarana Dan Prasarana Olahraga*.Departemen Pendidikan Nasional.

Soekardi. 2006. *Managemen Olahraga*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang

KONI. 1998. *Pemanduan dan pembinaan bakat usia dini*, Proyek garuda mas. Jakarta.

Suharno. 1986. *Ilmu kepelatihan olahraga*. Yogyakarta : FIOK IKIP Yogyakarta.

Said Junaedi. 2003. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Universitas Negeri Semarang.

Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Strata I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. 2009. Semarang : Universitas Negeri Semarang.

Ditor. 1988. *Iptek Olahraga.*

Imam Santosa CWW. 2008. *Kepelatihan Olahraga di Sekolah 1*. Universitas Negeri Semarang.

Sajoto, M. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Priza

Mohammad Ali. 1993. *Strategi Penelitian Pendidikan.Bandung* : Angkasa

PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 1

Kisi-Kisi Pertanyaan Dalam Kuesioner

Konsep	Indikator	Pertanyaan
→Organisasi	→ Peran dan Upaya Pengurus Organisasi	→Bagaimana peran dan upaya pengurus organisasi di klub bola voli KMC Pemalang?
	→Administrasi	→bagaimana sistem administrasi yang ada di klub bola voli KMC Pemalang?
→Sarana dan Prasarana	→MANAJEMEN	→ bagaimana sistem Manajemen yang ada di klub bola voli KMC Pemalang?
	→Arti PentingSarana DanPrasarana	→Seberapa penting sarana dan prasarana di klub bola voli KMC Pemalang?
	→Keadaan Sarana dan Prasarana	→ Bagaimana Keadaan sarana dan prasana di klub bola voli kmc pemalang?
→Dana	→Sarana dan Prasarana yang ada	→apa saja sarana dan prasarana yang ada di klub bola voli KMC pemalang?
→Sdm	→Sumber Dana	→Dari mana klub bola voli KMC pemalang mendapatkan sumber dana untuk pendanaan klub bola voli KMC pemalang?
	→Sistem Pengelolaan Dana	→Bagaimana sistem pengelolaan dana di klub
	→Atlet	

→Program Latihan →Prestasi	→Pelatih →Periode Program Latihan →Strategi Pembinaan Khusus →Pertandingan yang pernah diikuti →Prestasi yang pernah diraih	bolavoli Kmc pemalang? →apa saja peran atlet dalam peningkatan prestasi di klub bola voli KMC pemalang? →Apa motivasi atlet bola voli KMC pemalang untuk mencapai prestasi puncak masing-masing pada khususnya dan klub pada umunya? →Apakah semua atlet di klub bola voli KMC Pemalang masing-masing sudah bersertivikasi? →Apa saja peran pelatih dalam peningkatan prestasi di klub bola voli KMC Pemalang? →apa saja metode latihan yang diterapkan di klub bola voli KMC Pemalang? →Bagaimana tahapan pembinaan di klub bola voli KMC Pemalang? →Bagaimana sistem Periode Program latihan di klub bola voli KMC Pemalang? →Adakah strategi Pembinaan khusus di klub bola voli KMC

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

		Pemalang? →pertandingan atau ivent apa saja yang pernah di ikuti oleh klub bola voli KMC pemalang? →Prestasi apa saja yang pernah diraih oleh klub bola voli KMC Pemalang?

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 2

Panduan Wawancara Pelatih :

Hari/Tanggal :

a. Organisasi

1. Bagaimanakah sejarah berdirinya klub KMC PEMALANG?
2. Bagaiamanakah susunan organisasi di klub KMC PEMALANG?
3. Bagaimanakah pelaksanaan managemen di klub KMC PEMALANG?
   a. Pendanaan
   b. Perekrutan pengurus
   c. Perekrutan pelatih
   d. Perekrutan atlet
4. Berapakah jumlah pelatih di klub KMC PEMALANG?
5. Berapakah jumlah atlet di klub KMC PEMALANG?
6. Penataran pelatihan tingkat apa yang pernah di ikuti oleh pelatih klub KMC PEMALANG?

b. Program Latihan dan Pembinaan

1. Bagaimanakah pelaksanaan program latihan yang diterapkan di klub KMC PEMALANG?
   a) Berapa kali latihan dalam satu minggu
   b) Program latihan tanding atau try out, berapa bulan sekali
   c) Metode latihan fisik
   d) Metode latihan mental
   e) Metode latihan keterampilan
2. Apakah ada program latihan khusus yang diterapkan pada waktu pelaksanaan latihan?
3. Hambatan apakah yang dihadapi dalam proses pembinaan?

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

4. Pertandingan apa saja yang pernah diikuti?
    a) Tingkat regional
    b) Tingkat nasional
    c) Tingkat internasional

c. Sarana dan Prasarana

1. Sarana dan prasarana apa saja yang ada guna mendukung proses pembinaan?
2. Sarana dan prasarana apa saja yang disediakan untuk atlet ketika latihan?
3. Dari mana dana yang di gunakan untuk pengadaan sarana dan prasarana?

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 3

ANGKET PENELITIAN

ATLIT

A. Identitas responden

Nama : .....

Usia : .....

Pendidikan : .....

B. Pertanyaan

ATLIT

1. Berapa usia saudara saat bergabung di klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. > 10 tahun
   b. 5 – 10 tahun
   c. 1 – 4 tahun
   d. < 1 tahun
2. Berapa lama saudara bergabung dengan klub KMC di kabupaten Pemalang?
   a. > 10 tahun
   b. 5 – 10 tahun
   c. 1 – 4 tahun
   d. < 1 tahun

3. Apakah saudara senang mengikuti program latihan bola voli klub KMC di kabupaten Pemalang?
   a. Sangat senang
   b. Cukup senang
   c. Kurang senang
   d. Tidak senang

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

4. Apakah saudara selalu mengikuti program latihan bola voli di klub KMC di kabupaten Pemalang?
   a. Selalu mengikuti
   b. Sering mengikuti
   c. Kadang-kadang mengikuti
   d. Tidak pernah mengikuti
5. Menurut saudara, apakah tepat memilih klub KMC di Kabupaten Pemalang sebagai tempat untuk menyalurk 87 at olahraga bola voli?
   a. Sangat tepat
   b. Cukup tepat
   c. Kurang tepat
   d. Tidak tepat

PELATIH

6. Menurut saudara, apakah pelatih klub KMC di Kabupaten Pemalang selalu datang tepat waktu?
   a. Selalu tepat waktu
   b. Cukup tepat waktu
   c. Kadang – kadang tepat waktu
   d. Tidak tepat waktu
7. Apakah pelatih menggunakan rencana sistematis sebagai pedoman dalam pembinaan bola voli di klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. Sangat sistematis
   b. Cukup sistematis
   c. Kurang sistematis
   d. Tidak sistematis
8. Menurut saudara, apakah pelatih memahami apa yang diinginkan oleh atlet dalam proses latihan?
   a. Sangat memahami
   b. Cukup memahami
   c. Kurang memahami

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG PERPUSTAKAAN UNNES

d. Tidak memahami

9. Menurut saudara, apakah pelatih tegas dalam menerapkan aturan selama proses latihan?
   a. Sangat tegas
   b. Cukup tegas
   c. Kurang tegas
   d. Tidak tegas

PROGRAM LATIHAN

10. Menurut saudara, apakah intensitas latihan yang ada saat ini sesuai dengan kebutuhan tim?
    a. Sangat sesuai
    b. Cukup sesuai
    c. Kurang sesuai
    d. Tidak sesuai
11. Menurut saudara, apakah metode latihan yang dilaksanakan sudah variatif?
    a. Sangat variatif
    b. Cukup variatis
    c. Kurang variatif
    d. Tidak variatif
12. Apakah jadwal latihan yang ada sering berbenturan dengan rutinitas saudara?
    a. Tidak pernah
    b. Kadang-kadang
    c. Sering
    d. Sangat sering
13. Menurut saudara, apakah tahapan pembinaan prestasi yang ada di klub KMC di Kabupaten Pemalang dikelola dengan baik?
    a. Sangat baik

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

b. Cukup baik
c. Kurang baik
d. Tidak baik

ORGANISASI

14. Menurut saudara bagaimana administrasi kegiatan pembinaan di Klub KMC Kabupaten Pemalang?
    a. Sangat baik
    b. Cukup baik
    c. Kurang baik
    d. Tidak baik

15. Apakah manajemen klub KMC di Kabupaten Pemalang sering mengalami kekurangan dalam bidang pendanaan?
    a. Tidak pernah kekurangan
    b. Kadang-kadang kekurangan
    c. Cukup kekurangan
    d. Sangat kekurangan
16. Apakah manajemen klub KMC di Kabupaten Pemalang pernah mendapatkan bantuan dana dari sponsor?
    a. Selalu mendapatkan dana sponsor
    b. Sering mendapatkan dana sponsor
    c. Kadang – kadnag mendapatkan dana sponsor
    d. Tidak pernah mendapatkan dana sponsor
17. Apakah pengurus klub KMC di Kabupaten Pemalang selalu hadir dalam setiap latihan?
    a. Selalu hadir
    b. Sering hadir
    c. Kadang – kadang hadir
    d. Tidak pernah hadir

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

SARANA DAN PRASARANA

18. Menurut saudara, apakah fasilitas di klub KMC di Kabupaten Pemalang sudah memadai dengan jumlah atlit yang ada?
    a. Sangat memadai
    b. Cukup memadai
    c. Kurang memadai
    d. Tidak memadai
19. Menurut saudara, apakah fasilitas di klub KMC di Kabupaten Pemalang sudah sesuai dengan standart yang ada?
    a. Sangat sesuai
    b. Cukup sesuai
    c. Kurang sesuai
    d. Tidak sesuai
20. Menurut saudara, apakah perlu dilakukan penambahan sarana dan prasarana di klub KMC Kabupaten Pemalang?
    a. Sangat perlu
    b. Cukup perlu
    c. Kurang perlu
    d. Tidak perlu
21. Menurut saudara, apakah kondisi lapangan yang ada masih layak digunakan?
    a. Sangat layak
    b. Cukup layak
    c. Kurang layak
    d. Tidak layak

PRESTASI

22. Apa saja pertandingan yang pernah diikuti atlit bola voli KMC Kabupaten Pemalang?

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

a. Tingkat regional
b. Tingkat nasional
c. Tingkat propinsi
d. Tingkat kabupaten

23. prestasi apa yang pernah diraih oleh klub KMC Kabupaten Pemalang?
a. Tingkat regional
b. Tingkat nasional
c. Tingkat propinsi
d. Tingkat kabupaten

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

ANGKET PENELITIAN

PELATIH DAN PENGURUS

A. Identitas Responden

Nama : .....

Usia : .....

Pendidikan : .....

B. Pertanyaan

ATLIT

1. Berapa lama rata-rata atlit saudara bergabung dengan klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. 10 tahun
   b. 5 – 10 tahun
   c. 1 – 4 tahun
   d. < 1 tahun
2. Sebelum bergabung dengan klub KMC di Kabupaten Pemalang memiliki teknik dasar bermain yang baik?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Biasa saja
   d. Kurang baik
3. Menurut saudara, apakah atlit saudara memiliki mental bertanding yang baik?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Kurang baik
   d. Tidak baik

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

4. Menurut saudara, apakah atlit yang ada di Klub KMC Kabupaten Pemalang memiliki kedisiplinan yang baik?
   a. Sangat disiplin
   b. Cukup disiplin
   c. Kurang disiplin
   d. Tidak disiplin

PELATIH

5. Berapa lama saudara bergabung dengan klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. 10 tahun
   b. 5 – 10 tahun
   c. 1 – 4 tahun
   d. < 1 tahun
6. Apakah saudara mengalami kesulitan untuk melakukan regenerasi di klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. Sangat Mudah
   b. Cukup mudah
   c. Sulit
   d. Sangat sulit
7. Apakah hubungan yang terjalin antara pengurus, pelatih dan atlit diluar klub berjalan dengan baik?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Kurang baik
   d. Tidak baik
8. Apakah program latihan yang saudara susun dapat dilaksanakan dengan baik?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Kurang baik
   d. Tidak baik

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

PROGRAM LATIHAN

9. Menurut saudara, apakah intensitas program latihan yang ada saat ini sesuai dengan kebutuhan tim?
   a. Sangat sesuai
   b. Cukup sesuai
   c. Kurang sesuai
   d. Tidak sesuai
10. Apakah saudara menggunakan metode latihan yang diberikan variatif?
   a. Sangat variatif
   b. Cukup variatis
   c. Kurang variatif
   d. Tidak variatif
11. Apakah jadwal latihan yang ada sering berbenturan dengan rutinitas saudara?
   a. Tidak pernah
   b. Kadang-kadang
   c. Sering
   d. Sangat sering
12. Menurut saudara, apakah tahapan pembinaan prestasi yang ada di klub KMC di Kabupaten Pemalang dikelola dengan baik?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Kurang baik
   d. Tidak baik

ORGANISASI

13. Menurut saudara bagaiamana administrasi kegiatan pembinaan di klub KMC Kabupaten Pemalang?
   a. Sangat baik
   b. Cukup baik
   c. Kurang baik

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

d. Tidak baik

14. Apakah manajemen klub KMC di Kabupaten Pemalang sering mengalami kekurangan dalam bidang pendanaan?
    a. Tidak pernah kekurangan
    b. Kadang-kadang kekurangan
    c. Cukup kekurangan
    d. Sangat kekurangan
15. Apakah manajemen klub KMC di Kabupaten Pemalang pernah mendapatkan bantuan dana dari sponsor?
    a. Selalu mendapatkan dana sponsor
    b. Sering mendapatkan dana sponsor
    c. Kadang – kadnag mendapatkan dana sponsor
    d. Tidak pernah mendapatkan dana sponsor
16. Apakah pengurus klub KMC di Kabupaten Pemalangselalu hadir dalam setiap latihan?
    a. Selalu hadir
    b. Sering hadir
    c. Kadang – kadang hadir
    d. Tidak pernah hadir

SARANA DAN PRASARANA

17. Menurut saudara, apakah fasilitas di klub KMC di Kabupaten Pemalang sudah memadai dengan jumlah atlit yang ada?
    a. Sangat memadai
    b. Cukup memadai
    c. Kurang memadai
    d. Tidak memadai
18. Menurut saudara, apakah fasilitas di klub KMC di Kabupaten Pemalangsudah sesuai dengan standart yang ada?
    a. Sangat sesuai
    b. Cukup sesuai

c. Kurang sesuai
d. Tidak sesuai

19. Menurut saudara, apakah perlu dilakukan penambahan sarana dan prasarana di klub KMC Kabupaten Pemalang?
    a. Sangat perlu
    b. Cukup perlu
    c. Kurang perlu
    d. Tidak perlu
20. Menurut saudara, apakah kondisi lapangan yang ada masih layak digunakan?
    a. Sangat layak
    b. Cukup layak
    c. Kurang layak
    d. Tidak layak

PRESTASI

21. Apa saja pertandingan yang pernah diikuti atlit bola voli KMC Kabupaten Pemalang?
    a. Tingkat regional
    b. Tingkat nasional
    c. Tingkat propinsi
    d. Tingkat kabupaten
22. Prestasi apa yang pernah diraih oleh klub KMC Kabupaten Pemalang?
    a. Tingkat regional
    b. Tingkat nasional
    c. Tingkat propinsi
    d. Tingkat kabupaten

No.	Kode	Atlit										Pelatih				Organisasi			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	R-1	3	1	2	4	3	3	1	2	2	3	4	3	2	3	3	1	3	
2	R-2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	
3	R-3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	
4	R-4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	
5	R-5	4	2	2	2	3	4	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	4	
6	R-6	3	2	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	
7	R-7	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	
8	R-8	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	
9	R-9	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	
10	R-10	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
11	R-11	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	
12	R-12	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	
13	R-13	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	
14	R-14	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	
15	R-15	4	1	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4	1	4	
16	R-16	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	
17	R-17	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	
18	R-18	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	
19	R-19	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	
20	R-20	2	1	3	2	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	2	3	2	
21	R-21	2	2	2	4	4	4	2	2	3	4	4	2	3	3	2	2	4	
22	R-22	3	4	2	3	4	3	1	1	4	4	4	1	2	4	3	4	4	
23	R-23	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	
24	R-24	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
25	R-25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	
26	R-26	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	
27	R-27	4	4	2	3	4	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	2	4	
28	R-28	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	
29	R-29	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	
30	R-30	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	
31	R-31	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	3	
32	R-32	4	3	2	2	3	3	3	2	2	4	4	3	4	3	2	3	3	
33	R-33	2	1	3	1	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	
34	R-34	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	
35	R-35	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	

DATA UJI HASIL PENELITIAN

PEMBINAAN PRESTASI OLAHRAGA BOLA VOLI

DI KLUB KMC KABUPATEN PEMALANG

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 9

DAFTAR RESPONDEN

NO	NAMA	JABATAN	Jenis Kelamin
1	Hanif Akbar	Atlet	Laki-laki
2	Darma Putra	Atlet	Laki-laki
3	Masropi	Atlet	Laki-laki
4	Adi Saputra	Atlet	Laki-laki
5	Fikhar Dimas	Atlet	Laki-laki
6	Olan Kamarudin	Atlet	Laki-laki
7	Hadi putra	Atlet	Laki-laki
8	Putra panca A.	Atlet	Laki-laki
9	Wahyu Aditya	Atlet	Laki-laki
10	Angga	Atlet	Laki-laki
11	Ridho Rohmawan	Atlet	Laki-laki
12	Wawan Gunawan	Atlet	Laki-laki
13	Heri Susilo	Atlet	Laki-laki
14	Antonius iwan G P	Atlet	Laki-laki
15	Agus Prasetyo	Atlet	Laki-laki
16	Aris Kurniawan	Atlet	Laki-laki
17	Solikil Jaza	Atlet	Laki-laki
18	Setyo Hadi	Atlet	Laki-laki
19	Wndra Prasetya	Atlet	Laki-laki
20	Teguh Himawan	Atlet	Laki-laki
21	Nurofik	Atlet	Laki-laki
22	Andi Pradana	Atlet	Laki-laki
23	Tirto Cipto B.	Atlet	Laki-laki
24	Sigid Hadi Saputra	Atlet	Laki-laki
25	Tarpuji	Atlet	Laki-laki
26	Karonto	Atlet	Laki-laki
27	Muhamad Nurul A.	Atlet	Laki-laki
28	Cahyo Margono	Atlet	Laki-laki
29	Wisnu Ananta	Atlet	Laki-laki
30	Nur Rizal Adhi N.	Atlet	Laki-laki
31	Sudarsono	Pelatih	Laki-laki
32	Soma Sudarmono, S.Pd	Pelatih	Laki-laki
33	Suharmoko	Pelatih	Laki-laki
34	Ratna Dewi S, S.Pd	Pengurus	Perempuan
35	Hartatik	Pengurus	Perempuan

Lampiran 12

PROPOSAL

PEMBINAAN OLAHRAGA BOLA OLI KLUB KMC KABUPATEN PEMALANG TAHUN 20010

NAMA KLUB :

KMC

ALAMAT :

Jalan Mandalaraya No.24, RT 04 RW 18, Desa Mulyoharjo,

Kabupaten PEMALANG

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 12 (lanjutan)

PENDAHULUAN

1. LATAR BELAKANG

Dalam kehidupan modern olahraga menjadi tuntutan dan kebutuhan hidup agar sejahtera. Olahraga diperlukan manusia dalam kehidupan yang semakin kompleks dan serba otomatis. Kesehatan kebugaran rohani dan sifat-sifat kebribadian yang uinggul adalah faktor yang sangat menunjang untuk pembangunan potensin diri manusia dalam melalui pendidikan jasmani.

Upaya dan kegiatan pembinaan dan pengembanagan olahraga bola voli merupakan bagian upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang utamanya ditujukan untuk pembentukan watak kepribadian termasuk sifat-sifat disiplin, dan sportivitas yang tinggi.

2. MAKSUD DAN TUJUAN

Dengan memperhatikan permasalahan yang masih dihadapi dewasa ini dan tantangan kedepan yang dalam pembangunan olahraga bola voli, tujuan dan sasaran yang dicapai adalah sebagai berikut :

a. program pemasyarakatan olahraga bola voli, bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani sehingga mendukung pola hidup sehat dan sejahtera.
b. Program pemanduan dan pembibitan bakat olahraga bola voli, sasran program ini adalah :
    1. Meningkatkan kualitas klub olahraga bola voli
    2. Meningkatkan jumlah dan kualitas eksebisi dan kompetisi boal voli
    3. Meningkatkan sarana dan prasarana
c. Program peningkatan prestasi olahraga bola voli. Program ini bertujuan untuk meningkatkan prestasi olahrga bola voli. Sasaran program ini adalah :
    1. Meningkatkan prestasi olahraga bola voli
    2. Meningkatkan / mempertahankan juara yang diraih atlet bola voli

Lampiran 12 (lanjutan)

3 MANFAAT

Dengan memperhatikan program-program olahraga bola voli manfaat yang timbul sebagai berikut :

a. Meningkatkan jumlah dan mutu atlet bola voli
b. Meningkatkan jumlah dan kualitas klub bola voli
c. Meningkatkan penyediaan sarana dan prasrana

4. SEJARAH BERDIRINYA KLUB BOLA VOLI KMC PEMALANG

Klub bola voli" KMC" berdiri tahun 1989 (22 tahun) yang berawal dari tekad yang luhur dalam memajukan bola voli putra di Pemalang, dengan lapangan bola voli dan bola seadanya di Desa mulyoharjo Kabupaten Pemalang.

Klub Bola voli " KMC" berkembang seiring pembangunan kota pemalang disegala bidang dengan meningkatkan latihan serta pembinaan pada atlet bola voli putra.

Kemudian pada tahun 1990 membentuk pemain-pemain / atlet yang terdiri dari para remaja dan pelajar di kabupaten pemalang untuk tujuan menggalang perstatuan dan kebersamaan serta menanggulangi / mengurangi kenakalan remaja dan memberikan wadah untuk para remaja dan para pelajar berprestasi dan berkreasi di bidang olahraga bola voli yang bernaung di sekolah / Klub Bola Voli "KMC".

Sekolah / Klub Bola Voli "KMC" sampai sekarang masih berkembang dengan pesat, sebagai enyumbang atlet-atlet bola voli Kabupaten Pemalang, baik untuk PORDA, POPDA, POSPEDA serta JUNIOR.

Semua itu karna dukungan dan doa restu masyarakat kabupaten pemalang serta mantan-mantan pemain "KMC" sehingga sekolah atau klub Bola Voli "KMC" yang bersekretariatan di Jln. Mandalaraya 24 Pemalang dan latihan di lapangan bola voli San laucas Pemalang menghasilkan atlet-atlet Bola Voli tingkat daerah dan Nasional. Amin.

Lampiran 12 (lanjutan)

PELAKSANAAN

1. Pelaksanaan-pelaksanaan kegiatan pokok yang akan dilaksanakan dalam upaya untuk mencapai tujuan dan sasaran olahraga bola voli dapat dilihat dalam lampiran PROGRAM LATIHAN BOLA VOLI.
2. Waktu pelaksanaan pembinaan bola voli dapat dilihat dalam lampiran JADWAL LATIHAN BOLA VOLI.
3. Pembiayaan untuk dapat terlaksananya pembinaan klub bola voli KMC di Kabupaten Pemalang dibutuhkan dana atau biaya Rp. 3.800.000,- (Tiga juta delapan ratus ribu rupiah) dalam satu tahun. Mengingat terbatasnya dana, maka kami mengajukan permohonan bantuan untuk memperoleh dukungan dana pemerintah Kabupaten Pemalang sejumlah tersebut di atas sehingga klub Bola Voli KMC dapat berkembang lebih berprestasi.
4. Susunan Pengurus Organisasi Klub Bola Voli KMC
   1. Penanggung jawab : PBVSI Kabupaten Pemalang
      Kepala Dinas Pendidikan
   2. Penasehat : Kabib Bimudora
   3. Ketua : Sudarsono
   4. Sekertaris : Ratna Dewi S, S.Pd
   5. Bendahara : Hartatik
   6. Pelatih : 1. Sudarsono
      2. Suma sudarmono, S.pd
      3. Sudarmoko

PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 12 Lanjutan

SEKOLAH / KLUB BOLA VOLI "KMC" PEMALANG

Sekretariat : Jln. Mandalaraya 24 Kabupaten Pemalang

PERINCIAN PENGGUNAAN ANGGARAN SEKOLAH/
KLUB BOLA VOLI PRESTASI "KMC" KABUPATEN PEMALANG
TAHUN 2010

1. JANUARI 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

2. FEBRUARI 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

3. MARET 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 12 (lanjutan)

4. APRIL 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

5. MEI 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

6. JUNI 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

7. JULI 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4. Peralatan lain	Rp.	91.000,00
Jumlah	Rp.	416.000,00

8. AGUSTUS 2010

1. Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2. Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3. Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN UNNES

Lampiran 12 (lanjutan)

4.	Peralatan lain	Rp.	91.000,00
	Jumlah	Rp.	416.000,00

9. SEPTEMBER 2010

1.	Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2.	Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3.	Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4.	Peralatan lain	Rp.	91.000,00
	Jumlah	Rp.	416.000,00

10. OKTOBER 2010

1.	Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2.	Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3.	Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4.	Peralatan lain	Rp.	91.000,00
	Jumlah	Rp.	416.000,00

11. NOVEMBER 2010

1.	Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2.	Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3.	Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4.	Peralatan lain	Rp.	91.000,00
	Jumlah	Rp.	416.000,00

12. DESEMBER 2010

1.	Kebersihan tempat	Rp.	25.000,00
2.	Penyegar atlet	Rp.	150.000,00
3.	Eksibhisi / Kompetisi	Rp.	150.000,00
4.	Peralatan lain	Rp.	91.000,00
	Jumlah	Rp.	416.000,00

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 12 (lanjutan)

SEKOLAH / KLUB BOLA VOLI "KMC" PEMALANG

Sekretariat : Jln. Mandalaraya 24 Kabupaten Pemalang

PERINCIAN PENGGUNAAN ANGGARAN SEKOLAH/
KLUB BOLA VOLI PRESTASI "KMC" KABUPATEN PEMALANG
TAHUN 2010

1. JANUARI 2010	Rp.	416.000,00
2. FEBRUARI 2010	Rp.	416.000,00
3. MARET 2010	Rp.	416.000,00
4. APRIL 2010	Rp.	416.000,00
5. MEI 2010	Rp.	416.000,00
6. JUNI 2010	Rp.	416.000,00
7. JULI 2010	Rp.	416.000,00
8. AGUSTUS 2010	Rp.	416.000,00
9. SEPTEMBER 2010	Rp.	416.000,00
10. OKTOBER 2010	Rp.	416.000,00
11. NOVEMBER 2010	Rp.	416.000,00
12. DESEMBER 2010	Rp.	416.000,00
JUMLAH	Rp.	5.000.000,00

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Lampiran 12 (lanjutan)

Lampiran

Program latihan klub KMC Pemalang :

bentuk program latihan yang ada di klub KMC Pemalang yaitu program latihan jangka panjang 1 tahun yamg terinci sebagai berikut :

1. Pola latihan pada bulan JANUARI :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : pisik dasar atau umum ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan januari jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
2. Pola latihan pada bulan FEBRUARI :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : pisik teknik ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan februari jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
3. Pola latihan pada bulan MARET :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : teknik serve dan passing yang benar ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan maret jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
4. Pola latihan pada bulan APRIL :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : passing ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan april jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
5. Pola latihan pada bulan MEI :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : sama seperti bulan april yaitu latihan passing tapi di tambah latihan spike secara benar,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan Mei jenis latihanya sama tapi yang

Lampiran 12 (lanjutan)

membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.

6. Pola latihan pada bulan JUNI :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : blok secara benar ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan juni jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
7. Pola latihan pada bulan JULI :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan :blok secara benar serta latihan penyerangan atau attack minngu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan juli jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
8. Pola latihan pada bulan AGUSTUS :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : pertahan dan penyerangan secara benar ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan fagustus jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
9. Pola latihan pada bulan SEBTEMBER :
   Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
   Dengan keterangan sebagai beriku:
   Yaitu minggu petama diberi latihan : sama yaitu penyerangan dan bertahanan dalam permainan bola voli secara benar ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan september jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.
10. Pola latihan pada bulan OKTOBER :
    Pola latihan seminggu tiga kali yaitu : hari senin, rabu, minggu
    Dengan keterangan sebagai beriku:
    Yaitu minggu petama diberi latihan : pertahanan atau defend secara benar ,minggu kedua samapai ,minggu ke empat pada bulan oktober jenis latihanya sama tapi yang membedakan adalah porsi latihanya dalam setiap minggunya semakin lama semakin meningkat.

Lampiran 12 (lanjutan)

11. Pola latihan pada bulan NOVEMBER :
    Pola latihan dalam bulan November adalah dalam bentuk uji coba atau evaluasi yaitu memisalnya melakukan uji tanding baik antar atlet di klub KMC Pemalang ataupun bertanding dengan klub di luar klub KMC Pemalang
12. Pola latihan pada bulan DESEMBER :
    Pola latihan dalam bulan Desember adalah dalam bentuk uji coba atau evaluasi yaitu memisalnya melakukan uji tanding baik antar atlet di klub KMC Pemalang ataupun bertanding dengan klub di luar klub KMC Pemalang.

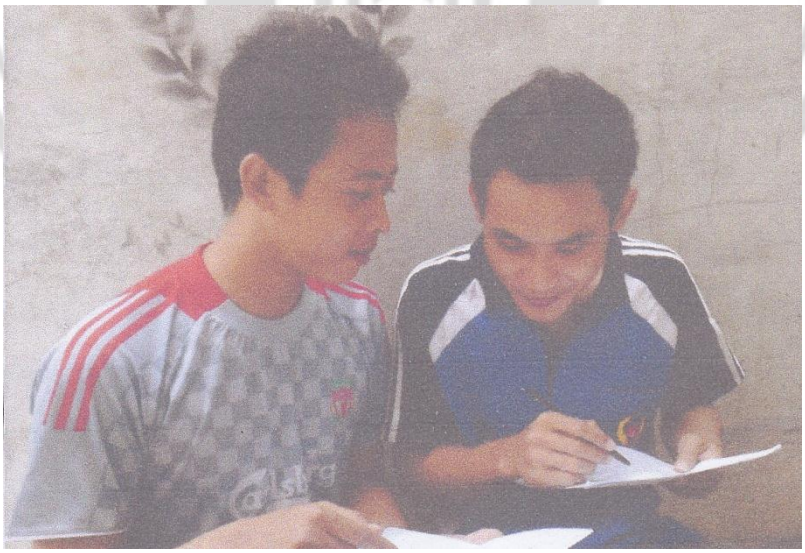
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES

Gambar 1. Piala Trofi yang di raih klub KMC Pemalang.

Gambar 2. Kondisi latihan klub KMC Pemalang.

Gambar 3. Sarana dan prasarana klub KMC Pemalang.

Gamabar 4. Penjelasan kepada atlet KMC Pemalang



Gamabar 5. Pengisian angket oleh atlet klub KMC Pemalang.

Gamabar 6. Wawancara keapada pelatih sekaligus pengurus klub KMC Pemalang.

UNIVERSITAS SEMARANG
PERPUSTAKAAN
UNNES