



Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Pati

Riyan Dwi Hidayana[✉], Rumini²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia¹²

History Article

Received : 09 Desember 2020
Accepted : December 2020
Published : December 2020

Keywords

*Fostering; Achievement;
Athleteics*

Abstract

Tujuan Penelitian ini adalah untuk menganalisis tahapan pembinaan atlet PASI Kabupaten Pati mengenai Organisasi, Sumber Daya Manusia), sarana dan prasarana, dana, pelaksanaan program latihan, litbang, dan data prestasi. Metode penelitian menggunakan kualitatif. Metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Subjek penelitian ini adalah pengurus, pelatih, atlet. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik triangulasi data. Analisis data dengan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan data. Hasil penelitian yang diperoleh adalah Pembinaan atlet di PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati sudah berjalan dengan baik. Melalui proses pemasalan, pembibitan, dan perekrutan atlet serta memberikan jadwal latihan atlet untuk menunjang proses pencapaian prestasi atlet PASI Kabupaten Pati. Program latihan di rancang oleh pelatih PASI Kabupaten Pati mulai dari tahapan persiapan (umum-khusus), tahapan pra kompetisi, dan tahapan transisi. Tetapi untuk sarana dan prasarana yang ada di PASI Kabupaten Pati sudah tersedia cukup namun untuk segi kelayakannya masih sangat kurang. Saran untuk pembinaan di PASI Kabupaten Pati supaya lebih meningkatkan proses pembibitan guna untuk melengkapi bibit-bibit atlet baru pada PASI Kabupaten Pati dan supaya dapat meningkatkan kualitas sarana dan prasarana, melengkapi alat-alat yang digunakan latihan atlet.

Abstract

The purpose of this study was to analyze the stages of coaching athletes in PASI Pati Regency regarding Organization, Human Resources, facilities and infrastructure, funds, implementation of training programs, R&D, and achievement data. The research method uses qualitative. Methods of observation, interviews, and documentation. The subjects of this study were administrators, coaches, athletes. The data analysis technique used was data triangulation technique. Data analysis with data collection, data reduction, data presentation, and data conclusion. The result of this research is that the athlete development in PASI (Athletics Association of Indonesia) Pati Regency has been going well. Through the process of installing, seeding, and recruiting athletes as well as providing athlete training schedules to support the achievement process of PASI athletes in Pati Regency. The training program was designed by the PASI trainer in Pati Regency, starting from the preparatory stage (general-specific), the pre-competition stage, and the transition stage. However, the existing facilities and infrastructure in PASI, Pati Regency, are sufficient, but in terms of feasibility it is still lacking. Suggestions for coaching at PASI in Pati Regency to further improve the nursery process in order to equip new athlete seeds at PASI in Pati Regency and in order to improve the quality of facilities and infrastructure, complete the equipment used by athlete training.

How To Cite:

Hidayana, R. D., & Rumini., (2020). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Pati. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(2), 538 – 546.

✉ Corresponding author :

E-mail: Riyandwihidayana@gmail.com

© 2020 Universitas Negeri Semarang
p-ISSN 2723-6803
e-ISSN-

PENDAHULUAN

Aktivitas olahraga merupakan salah satu gaya hidup yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial yang bertujuan untuk menjaga kebugaran dan kesehatan tubuh serta untuk meningkatkan prestasi (UU No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional). Olahraga adalah latihan gerak badan untuk menguatkan dan menyehatkan badan (KBBI,2011:343) dalam kutipan jurnal (Ariyadi, Jamal Imam 2017:2).

Maka maksud dari penjelasan diatas olahraga adalah suatu aktivitas yang dilakukan secara terstruktur dan sesuai dengan kemampuan individu yang membuatnya senang sekaligus sebagai ungkapan perasaan atau hobi dari seseorang dengan tujuan untuk membuat tubuhnya sehat jasmani, rohani dan juga untuk meningkatkan prestasi dalam bidang olahraga. Secara umum ketika ada pertanyaan bagaimana olahraga, maka kita akan melihat aktivitas olahraga di masyarakat dan olahraga yang diberikan disekolah (Rudiansah, 2017).

Olahraga pada saat ini adalah suatu aktivitas yang sangat memiliki banyak manfaat, di samping memberikan manfaat kepada individu yang melakukannya, olahraga yang memiliki prestasi cukup mengagumkan bisa dijadikan sebagai identitas suatu daerah atau organisasi yang diikuti individu itu sendiri. Olahraga sudah menjadi hal yang sifatnya wajib bagi masyarakat semua golongan karena memiliki banyak kegunaan dan juga memberikan pengaruh terhadap individu yang melakukannya. Olahraga dilakukan dengan memiliki tujuan yang berbeda- beda seperti sesuai fungsinya, di Indonesia olahraga dilakukan dengan memiliki tujuan yang dikenal beberapa kegiatan olahraga seperti (1) olahraga pendidikan yang mempunyai tujuan yang bersifat mendidik, (2) olahraga rekreasi yang memiliki tujuan yang bersifat rekreasi, (3) olahraga kesehatan bertujuan untuk pembinaan kesehatan, (4) olahraga rehabilitasi yang memiliki tujuan untuk rehabilitasi, (5) olahraga kompetitif (prestasi) bertujuan untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya (Rusli Lutan, dan Sumardianto, 2000:7).

Olahraga atletik adalah gerakan yang dilakukan seseorang pada kehidupan sehari-hari, yaitu berjalan, berlari, melompat dan melempar (Sudarsini dalam Arta, 2018:120). Beberapa nomor perlombaan cabang olahraga atletik di Indonesia yaitu, tolak peluru, lempar lembing,

lempar cakram, lompat tinggi, lompat galah, lompat jauh, lari jarak jauh, lari estafet, lari jarak pendek. Banyaknya nomor perlombaan di cabang olahraga atletik tersebut maka atlet juga bisa lebih fokus dan lebih mendalam untuk menguasai ilmu-ilmu dalam melakukan olahraga yang di minatnya, dengan begitu atlet juga lebih maksimal dalam meraih prestasi yang diinginkan dari cabang olahraga ataupun nomor perlombaan cabang olahraga atletik yang diminatnya. Latihan adalah proses kerja yang dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan (Palar,2015:317).

Olahraga prestasi merupakan pemberi kebanggaan, meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa tingkat daerah, nasional dan internasional. Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral, dan akhlak mulia, sportivitas disiplin, berpererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa. Salah satu cabang olahraga yang berperan dalam menentukan ukuran kemajuan prestasi olahraga adalah atletik. (Kemenpora RI, 2009:1) dalam kutipan jurnal (Ariyadi, Jamal Imam 2017:2). Prestasi olahraga merupakan sesuatu yang *observable* dan *measurable*, artinya bahwa pembinaan olahraga dilakukan dengan *scientific approach* mulai dari pemanduan bakat hingga proses pembinaan, lihat dari kaca mata kesisteman bahwa kualitas hasil (*output*) ditentukan oleh masukan (*input*) dan kualitas proses pembinaan yang terjadi. Melalui program pembinaan dan pengembangan olahraga sejak dini yang secara lintas sektoral akan melibatkan seluruh sistem dan jalur yang berperan dalam pembangunan olahraga, maka diharapkan kesinambungan sistem piramida pembinaan olahraga dapat dicapai dan diwujudkan dalam bentuk yang nyata dan terpadu (Jamalong, 2014:157).

Pembinaan olahraga atletik adalah suatu usaha dan tindakan yang digunakan dalam usaha secara berdaya guna untuk mencapai hasil yang baik (Jurnal IPTEK Kementerian Pemuda Dan Olahraga,2010: 163) dalam kutipan jurnal (Rumini, 2015:26). Untuk meningkatkan prestasi yang optimal perlu adanya SDM pengelolaan yang kompeten (Rumini, 2015:20). Pembinaan sendiri bisa diartikan sebagai usaha atau tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna berhasil untuk mendapatkan hasil yang baik atau bisa juga dimaknai sebagai usaha perbaikan terhadap pola kehidupan yang direncanakan. Kemudian dapat dikatakan

pembinaan adalah suatu kegiatan yang dilaksanakan secara efisien dan efektif, dengan tujuan untuk mendapatkan hasil yang lebih baik (Pusat Bahasa Kemdikbud, 2016). Sistem pembinaan olahraga di Indonesia dilaksanakan berdasarkan piramida pembinaan prestasi (Dirjen Olahraga dalam Makorohim, 2016) yang dikutip oleh (Nugraha, 2019:241) Pembinaan prestasi atletik yaitu suatu kegiatan yang sangat membantu dan menunjang keberhasilan prestasi yang diraih oleh cabang olahraga atletik sendiri. Menurut Kemenpora (2013) Permasalahan pembinaan olahraga prestasi di Indonesia struktur organisasi, dukungan dari pemerintah, kualitas dan kuantitas SDM, pemasalan pembibitan dan pembinaan prestasi (Soan, 2017:21). Sesuai dengan UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional Bab VII pasal 21 ayat 2 dan 3 yang menyebutkan bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan meliputi pengolahragaan, ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, sarana dan prasarana, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi. Pembinaan adalah proses dan usaha atau tindakan yang dilakukan untuk mengoptimalkan kemampuan siswa menjadi seorang atlet, salah satunya di cabang olahraga lari. Anak cerebral palsy mengalami gangguan di dalam otak, dan kelainan bersifat kekakuan pada anggota gerakannya, sehingga anak *cerebral palsy* membutuhkan pembinaan dalam olahraga lari (Arta, 2018:120)

Untuk membentuk atlet atletik, tidaklah mudah jika tidak murni minat dari individunya sendiri, maka beberapa cara untuk membentuk atlet PASI Pati yaitu melalui berbagai kejuaraan seperti Popda, Pospeda, Bupati cup, Kejurwil. Diharapkan dengan kejuaraan-kejuaraan tersebut maka dapat diperoleh bibit atlet yang nantinya bisa diberikan pembinaan maupun program latihan dan bisa memberikan perkembangan prestasi atletik PASI Kabupaten Pati.

Dalam proses pembinaan olahraga nasional yang berujung pada sebuah pencapaian prestasi yang maksimal, maka keberadaan PASI yang memegang peranan penting yang telah digariskan oleh PB PASI diharapkan untuk sedapat mungkin mendidik dan membina prestasi nomor olahraga prestasi ini kearah yang lebih baik lagi sedini mungkin, sehingga tetap menjadi nomor terpercaya untuk meraih keberhasilan dimasa masa mendatang. Pelaksanaan manajemen pembinaan organisasi olahraga PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) tentunya diperlukan tingkat sumber daya manusia yang baik, karena organisasi olahraga merupakan organisasi semi formal yang

tetap mendapatkan *support* dari pemerintah, sehingga organisasi membutuhkan manajemen yang efektif untuk mencapai tujuan secara efektif dan efisien, dengan sasaran mencapai prestasi yang diukur melalui kriteria yang relevan, melalui kinerja yang handal dari para pengurus organisasinya.

PASI Kabupaten Pati adalah salah satu organisasi atau lembaga yang memadahi dan juga menjadi pelopor dalam mencetak, membetuk dan juga membina atlet khususnya cabang olahraga Atletik di Kabupaten Pati sehingga Kabupaten Pati setiap tahunnya bisa meraih beberapa Prestasi yang tidak kalah dengan Kabupaten lainnya, misalnya di tingkat Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Pati juga terhitung cukup berprestasi di bidang cabang olahraga Atletik.

PASI Pati menurut hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, bapak Agung Premono menjelaskan bahwa intinya selama Ketua PASI ini Bapak Suwito menjabat, sekarang lebih terbuka. Pembinaan yang dilaksanakan PASI Pati untuk atlet atletik yaitu ada program mingguan, bualan, dan juga program tahunan. Berikut adalah data prestasi cabang olahraga atletik tahun 2018-2019 Kabupaten Pati yang diperoleh peneliti:

Table 1. Data Perolehan Prestasi PASI Kabupaten Pati Tahun 2018

Kejuaraan	Nama Atlet	Hasil
Bahurekso Cup VI 2018	Yusuf	Juara I Lompat Jauh Pa(U16)
	Fatin	Juara III Lompat Jauh Pi (U13)
	M. Iqbal	Juara III Lari 100m Pa(Senior)
Kejurprov 2018	Peryani	Juara I Tolak Peluru Pi
Porprov Jateng Surakarta 2018	Vidya Ayu	Juara I lari Estafet 4x100m Pi
		Adinda Resta
	Herni Astuti	Juara I lari Estafet 4x100m Pi
	Nurvita	Juara I lari Estafet 4x100m Pi

Tabel 2. Data Perolehan Prestasi PASI Kabupaten Pati Tahun 2019

Kejuaraan	Nama Atlet	Hasil	
Sprint Contest Tingkat Prop. Jateng 2019	Yuana	Juara I Lari 100m Pi (U18)	
	Faikhubul Hikmah	Juara II Lari 100m Pi	
Kejuaraan Grand Final 2019	Yusuf Dwi N	Juara I Lompat Jauh Pa (U16)	
	Eka Fitriani H	Juara II Lari 400m Pi (U16)	
	Zennada Rizky DN	Juara II 100m Pi (U16)	
	Andira Putri Syiar	Juara II Lari 80m Pi (U13)	
	Kejurprof 2019	Peryani Setianingrum	Juara I Tolak Peluru Pi Juara II Lontar Martil Pi Juara III Lari 4x400m Pi Juara I Lompat Jauh Pi
		Vidya Ayu Irniasari	Juara I Lompat Jangkit Pi Juara III Lari 4x400m Pi
Novita Fitriani		Juara III Lari 4x400m Pi	
Nurvita Kurnia		Juara III Lari 4x400m Pi Juara III Lari 1000m Pi	
Andhika Thoriq A		Juara II Lempar Cakram Pa	
Bahurekso CUP VII 2019			
Kejurwil 2019			

Berdasarkan tabel diatas, Prestasi yang diperoleh PASI Kabupaten Pati tahun 2018-2019 di tingkat Provinsi dapat dipertimbangkan dan bisa dikatakan cukup baik. Prestasi cabang olahraga Atletik yang diraih bukanlah hal yang cepat dan mudah, semua itu melalui proses yang panjang, dan membutuhkan waktu yang lama, mulai dari permasalahan, pembibitan, hingga pembinaan secara terpadu, terarah dan berkelanjutan, program latihan, sarana dan prasarana atau fasilitas untuk para Atletnya juga sangat berpengaruh.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pembinaan prestasi yang dilakukan oleh PASI Kabupaten Pati sehingga atlet mampu berprestasi dan juga mampu menyumbangkan medali untuk Provisi Jawa Tengah setiap tahunnya. Judul penelitian “Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Pati”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan Kualitatif, yaitu dengan melaksanakan metode survei. Mengumpulkan data untuk mendapatkan informasi yang ada keterkaitan dengan pembinaan prestasi dan juga mengetahui kondisi dan juga gambaran pembinaan prestasi di PASI Kabupaten Pati. Penelitian Kualitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan *makna* daripada *generalisasi*. Metode Kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam suatu data yang mengandung makna. Makna adalah data yang sebenarnya, data yang pasti yang merupakan suatu nilai di balik data yang tampak (Sugiyono, 2017: 8).

Adapun penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang paling dasar. Ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah ataupun rekayasa manusia. Data deskriptif pada umumnya dikumpulkan melalui beberapa teknik antar lain teknik yaitu obsevasi, wawancara, dokumentasi.

Berdasarkan penjelasan yang tertulis diatas karakteristik data yang dibutuhkan oleh peneliti untuk melakukan penelitian merujuk pada penelitian deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, peneliti diharapkan dapat memaparkan, mendeskripsikan, dan menguraikan bagaimana pembinaan prestasi cabang olahraga atletik di Kabupaten Pati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pembinaan

Pembinaan prestasi yaitu suatu proses pengembangan bakat dan potensial atlet dengan cara mengikuti seleksi kemudian mengikuti kompetisi pada jenjang yang lebih tinggi dan

teratur, terarah dan berkesinambungan. Dengan seperti itu maka akan dihasilkan atlet yang berprestasi unggul dan seterusnya sampai dihasilkan atlet-atlet yang dapat diandalkan. Sedangkan menurut (Umam, 2017:2) Pembinaan prestasi olahraga merupakan tanggung jawab Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). KONI adalah wadah organisasi olahraga nasional mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap pembinaan prestasi olahraga di Indonesia.

Prestasi olahraga yang maksimal dapat diraih dan papat terwujud dengan adanya pembinaan yang baik dan benar. Dalam suatu pembinaan tidak lepas dari adanya pendaan yang berfungsi untuk menunjang pembinaan baik untuk atlet, sarana dan prasarana ataupun pelatih. (Idris, 2016).

Pembinaan yang terstruktur dan juga teratur, sistematis, terprogram dan berkelanjutan dengan pendekatan IPTEK yang diterapkan dalam program latihan dapat meningkatkan kualitas kemampuan atlet serta dapat meningkatkan kualiatas dari pelatih. Pembinaan juga harus benar-benar terorganisasi melalui kerjasama antar instansi, organisasi, maupun stake holder keolahragaan (rasyono, 2016).

Pembinaan prestasi di PASI Kabupaten Pati tahun 2018-2019 berjalan dengan baik hanya saja menurut peneliti, pemerataan prestasinya masih kurang karena dari data prestasi 2018-2019 kebanyakan yang didapatkan yaitu nomor-nomor tertentu yang banyak didominasi pada nomor jarak pendek dan juga nomor lompat. Hal tersebut termasuk kelemahan atau bisa disebut masalah pembinaan di PASI Kabupaten Pati, kemudian dengan adanya *full day scoll* juga menjadi masalah baru untuk pembinaan prestasi PASI Kabupaten Pati, dikarenakan dengan adanya program tersebut, banyak mengurangi waktu atlet untuk latihan. Tetapi untuk keunggulannya PASI Kabupaten Pati dapat menciptakan atlet berkualitas tingkat daerah maupun Nasional di nomor perlombaan tertentu seperti lompat jauh, tolak peluru, dan juga lari jarak pendek.

Pemassalan

Pemassalan merupakan tahapan yang menjadi fundamental, karena pada tahap ini memiliki tujuan untuk memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Tahapan pemassalan membuka peluang yang seluas-luasnya bagi masyarakat untuk melaksanakan berbagai aktivitas fisik dan olahraga. Seluruh lapisan masyarakat yang berasal dari berbagai latar belakang sosial,

ekonomi, dan budaya dapat melakukan olahraga, baik untuk tujuan sosialisasi, mengisi waktu luang atau rekreasi, kesehatan maupun untuk meningkatkan kebugaran tubuh. Keberhasilan tahapan pemassalan olahraga akan sangat berkontribusi terhadap munculnya bibit-bibit atlet yang memiliki potensi untuk dibina serta dikembangkan lebih lanjut (Wahjoedi, 2009) dalam (Nugraha, 2019:241-242).

Strategi pemassalan cabang olahraga atletik di Kabupaten Pati apabila dikaji dengan landasan teori tersebut bisa dikatakan sudah cukup baik. Pernyataan ini bisa dilihat dari semakin banyaknya peserta yang mengikuti *event* yang diselenggarakan pemerintah tingkat Kabupaten Pati. Selain itu pemerataannya juga bagus dibuktikan dengan data profil atlet yang berasal dari daerah-daerah yang domisislinya jauh dari kota dan banyak juga atlet yang berdomisili kota pati. Strategi pemassalan yang dilakukan diantaranya adalah *event-event* yang diselenggarakan oleh PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati di setiap tahunnya untuk mencari bibit-bibit atlet yang memiliki potensi cukup bagus kemudian direkrut untuk dilanjutkan dibina oleh PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati. Dengan demikian meskipun pemassalan sudah bisa dikatakan baik itu hanya untuk nomor jarak pendek dan juga lompat, sedangkan untuk nomor jarak jauh dan juga lempar masih sangat kurang, hal tersebut dilihat dari peserta mengikuti *event* pada nomor tersebut yang telah diselenggarakan PASI Kabupaten Pati dan juga dilihat dari data prestasi untuk jarak jauh dan nomor lempar masih sangat minim sekali, hal tersebut yang masih menjadi kekurangan dan masalah untuk PASI Kabupaten Pati.

Pembibitan

Pembibitan adalah upaya yang diterapkan untuk menjaring atlet berbakat dalam olahraga prestasi yang diteliti secara terarah dan intensif melalui orang tua, guru, dan pelatih pada suatu cabang olahraga. Bertujuan untuk menyediakan calon atlet berbakat dalam berbagai cabang olahraga prestasi untuk kemudian dilanjutkan dengan pembinaan yang lebih intensif.

Pembibitan yang dilakukan oleh PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati apabila dikaji dengan landasan teori yang ada, maka bisa dikatakan sudah cukup baik. Pencarian bibit atlet PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati dilakukan melalui pengamatan

di *event-event* yang diselenggarakan tingkat Kabupaten Pati oleh tim *talent scouting* (pencari bakat) untuk semua jenjang usia dari usia pra-remaja, usia remaja, usia senior maupun junior. Dengan demikian adanya kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan tingkat kabupaten, maka dengan sendirinya atlet-atlet yang bertanding akan lebih sungguh-sungguh dalam bertanding dan mengeluarkan kemampuannya dengan semaksimal mungkin untuk meraih prestasi yang baik. Kemudian dari pantruan tersebut atlet yang terlihat memiliki potensi baik akan dipanggil untuk dilatih pelatih PASI Kabupaten Pati yang nantinya akan dibina dan mengikuti kejuaraan di tingkat Jawa Tengah dengan membawa nama baik atau mendukung PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia) Kabupaten Pati. Berdasarkan hasil analisis peneliti pemantauan yang dilakukan yaitu kebanyakan bibit yang bermunculan di nomor lari jarak pendek dan juga lompat, tetapi untuk nomor lari jarak jauh dan juga lempar masih sangat minim dan bahkan tidak ada, dikarenakan *event* yang diselenggarakan oleh PASI Kabupaten Pati sangat jarang untuk nomor-nomor tersebut. Kemudian dari segi SDM selain minat dan kemauan atlet sendiri yang kurang peminatannya, pelatih juga belum ada untuk nomor jarak jauh dan juga nomor lempar, pelatih di lapangan masih belum bisa fokus di satu atau dua nomor cabang dan masih terbagi fokusnya saat melatih karena harus memantau beberapa nomor cabang, jadi nomor jarak jauh dan juga lempar pembibitannya kurang begitu diperhatikan dan sampai saat ini masih menjadi kekurangan dalam pembibitan atlet PASI Kabupaten Pati.

Pada saat peneliti melaksanakan penelitian, atlet berlatih untuk mempersiapkan di beberapa *event*, ada yang persiapan POPDA Provinsi, JATIM Open, O2SN SMP, dan juga O2SN SMK tetapi pada waktu itu masih rancu untuk jadwal pertandingannya. Maka dengan menyesuaikan keadaan dan juga kondisi atlet, jadwal latihan rutin tetap berjalan dengan baik.

Prestasi

Dalam undang-undang Republik Indonesia nomor 3 tentang sistem keolahragaan nasional menjelaskan prestasi yaitu hasil maksimal yang diperoleh olahragawan atau tim olahragawan dalam kegiatan olahraga. Olahraga prestasi termasuk salah satu bidang yang memperoleh perhatian khusus oleh pemerintah. Dikarenakan perolehan prestasi olahraga yang baik dan maksimal dapat menjadikan salah satu indikator keberhasilan di suatu Negara. Prestasi dalam bidang olahraga

tidak hanya dilakukan dengan alakadarnya, melainkan harus ada program yang terstruktur dan tersusun dengan sebaik-baiknya. Pembinaan juga dilaksanakan dengan waktu yang terprogram dan terencana seperti yang dijelaskan dalam komponen sistem pembinaan olahraga nasional yaitu (1) tujuan, (2) manajemen, (3) faktor ketenagakerjaan, (4) atlet, (5) sarana dan prasarana, (6) struktur dan isi program, (7) sumber belajar, (8) metodologi, (9) evaluasi dan penelitian, (10) dana (Harsuki dalam Vanagosi, 2019:25).

PASI Kabupaten Pati tergolong memiliki prestasi atletik yang cukup baik dibidang olahraga atletik, dengan perolehan prestasi yang tidak kalah saing dengan Kabupaten lainnya. Prestasi Kabupaten Pati dibidang atletik kebanyakan di nomor lari jarak pendek dan juga lompat, tetapi untuk nomor lari jarak jauh masih sangat minim dan bahkan peminatnya pun jarang di kabupaten pati, untuk nomor lempar juga masih sedikit prestasinya, ini adalah salah satu permasalahan yang ada di PASI Kabupaten Pati.

Pelatih

Pelatih merupakan sosok yang paling dekat dan berperan penting dalam memotivasi atletnya yang sedang atau akan menghadapi pertandingan (Saputro, 2014:2). Bagi atlet, seorang pelatih memiliki peluang dan tanggung jawab yang besar untuk mengoptimalkan motivasi atlet agar juara dalam suatu pertandingan. Adisasmito dalam Saputro, 2014:2) menyatakan bahwa pelatih yang antusias dalam melatih cenderung meningkatkan prestasi atlet tersebut. Kemudian Pelatih yang berdedikasi, profesional dan mengenal para atletnya secara individual merupakan hal yang biasa dilihat. Man to man approach (pendekatan orang per orang) ini adalah syarat mendapatkan prestasi di tingkat internasional (Putra, 2016:492).

Dalam setiap tahunnya PASI Kabupaten Pati dalam kegiatan untuk membina pelatih-pelatih yang berada di daerah-daerah dengan mengikutkan kepelatihan dasar atletik. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan kualitas dari segi SDM (Sumber Daya Manusia) yaitu pelatih dan juga memberikan pengalaman maupun informasi dalam pembinaan prestasi atlet yang terbaru. Diharapkan dengan adanya kegiatan pelatihan tersebut pelatih PASI Kabupaten Pati yang sudah memiliki pengalaman dan juga sertifikat kepelatihan dari Tingkat Dasar sampai level 1 IAAF (*Internasional Asosiation of Athletics Federations*) dapat menciptakan maupun membentuk atlet-

atlet dinomor lomba atletik yang masih sangat minim adanya di PASI Kabupaten Pati yaitu nomor lari jarak jauh dan nomor lempar. Sehingga hasil penelitian yang ada apabila dikaji dengan teori yang ada, peran dan tugas pelatih PASI Kabupaten Pati dapat dikatakan baik. Permasalahan-permasalahan yang bersifat teknis maupun pribadi selalu dihadapi atlet, dan untuk itu pelatih harus selalu peka, selalu memperhatikan keadaan dan perkembangan individu atlet yang dibina (Hadi, 2011:90). Dalam usaha mencapai sebuah prestasi yang maksimal ada dua faktor yang menentukan yaitu: (1) Faktor internal (atlet) yang meliputi: Faktor kejiwaan dari atlet, Keadaan konstitusi tubuh atlet, Keadaan fisik, (2) Faktor eksternal yang meliputi: Keadaan sarana dan prasarana olahraga, fasilitas dan kemudahan-kemudahan yang menjamin kehidupan atlet, Sistem kompetisi yang sistematis dan berkesinambungan (Rubianto Hadi, 2007:69:72).

Hasil dari observasi dan wawancara, Proses perekrutan dan juga pemilihan pelatih yang masuk dalam PASI Kabupaten Pati yaitu dulunya sebagai atlet atau mantan atlet yang mendedikasikan dirinya dibidang atletik. Pelatih PASI Kabupaten Pati dapat dikatakan profesional karena pelatih dalam perancangan, penyusunan, juga dalam pelaksanaan yang telah dilakukan berdasarkan pengalaman diperoleh dari penataran, ilmu-ilmu yang didapat selama menjadi atlet serta dari buku-buku kepelatihan atletik juga media sosial seperti internet dan lain sebagainya. Pelatih PASI Kabupaten Pati dalam pelaksanaan latihan juga harus selalu hadir pada saat latihan. Namun pelatih terkadang tidak bisa hadir di dalam latihan wajib karena terdapat urusan yang penting dan tidak bisa ditinggalkan. Hal ini memberikan dampak pelaksanaan latihan menjadi tidak terkondisikan dengan baik apalagi jika atlet tidak diberikan program latihan secara tertulis. Pentingnya sebagai pelatih memberikan program latihan secara tertulis kepada atlet adalah agar atlet dapat mengetahui juga mempersiapkan diri sebelum latihan serta dapat berlatih mandiri diluar waktu latihan maupun saat latihan. Namun tidak lupa pentingnya evaluasi dan juga arahan sebelum latihan, saat latihan, dan sesudah latihan dan memberikan program latihan secara tertulis.

Kelebihan dan kekurangan yang dimiliki pelatih juga memiliki pengaruh terhadap atlet yang dibinanya, pelatih PASI Kabupaten Pati bisa membawa atletnya berprestasi itu termasuk kelebihan dan juga keunggulan dari pelatih, selain itu pelatih juga dapat mendidik atlet dengan menata moral dan kepribadian atlet

dengan baik dan juga memiliki sopan santun dalam bersikap. Tetapi pelatih PASI Kabupaten Pati juga memiliki kekurangan dalam membina atletnya yaitu masih minimnya sikap profesional pelatih, artinya masih banyak permasalahan-permasalahan dan ketidakcocokan antar pelatih yang sudah memiliki prestasi dan pelatih yang blum berprestasi dalam membina atletnya, selain itu juga kelemahan dari pelatih PASI Kabupaten Pati saat melatih dengan satu pelatih banyak atlet dengan nomor-nomor lomba yang berbeda, disitu pelatih harus memberikan program latihan kepada banyak atlet dan juga memantaunya, dan hasilnya juga tidak bisa maksimal dan bisa juga salah satu program latihan atlet tidak jalan dengan semestinya.

Program Latihan

Pengendalian program latihan adalah suatu proses untuk menerapkan pekerjaan apa yang sudah dilaksanakan, menilainya, dan bila perlu mengoreksinya dengan maksud supaya pelaksanaan pekerjaan sesuai dengan rencana semula (Susanto, 2016:105). Dalam berlatih yang terprogram dengan dinamakan program latihan memang tidak semua memberikan dampak positif bagi yang melakukannya, karena dampak buruknya adalah memberikan ketidaknyamanan terhadap pelaku yang disebut atlet, dan ketidaknyamanan tersebut yaitu muncul ketika atlet merasa terbebani, merasa bosan dan juga merasa berat untuk menjalankan program latihan tersebut. Agar atlet dapat menjalankan tugasnya secara teratur dan juga sistematis dengan baik untuk mencapai tujuan atau sasaran latihan, maka diperlukan program latihan yang diberikan kepada atlet. Kemudian program latihan akan berjalan dengan baik, apabila proses pembinaan dapat terlaksana dengan baik pula.

Hasil observasi dan wawancara peneliti tentang program latihan yang ada di PASI Kabupaten Pati jika dikaji dengan teori yang ada dapat dikategorikan cukup baik. Program latihan yang diberikan pelatih PASI Kabupaten Pati dan juga pelatih di daerah-daerah juga sudah sesuai dengan berpedoman dari hasil pelatihan-pelatihan yang telah diikuti di program kepelatihan. Baik dari Pengurus Provinsi PASI Jawa Tengah maupun dari Pengurus Besar PASI Indonesia. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan berjalannya program latihan dengan proses pembinaan di PASI Kabupaten Pati. Program latihan yang ada di PASI Kabupaten Pati, para pelatih merancang program mulai dari tahapan persiapan (umum-kehusus), tahapan pra kompetisi, dan tahapan

transisi. Dalam perancangan tersebut juga melalui koordinasi antara pelatih dan juga pengurus PASI Kabupaten Pati sekaligus membahas evaluasi untuk prestasi atlet PASI Kabupaten Pati.

Kelebihan program latihan yang dibuat oleh pelatih PASI Kabupaten Pati yaitu program latihan dibuat sangat terstruktur mulai dari program tahunan, bulanan, mingguan, dan juga harian. Tetapi untuk kelemahannya yaitu untuk pelaksanaannya kurang maksimal dikarenakan kebanyakan atlet PASI Kabupaten Pati sekolah di sekolah reguler dan pastinya untuk latihan sesi pagi tidak bisa maksimal dan bahkan yang rumahnya jauh dari tempat latihan, tidak bisa latihan pagi dan hanya bisa memaksimalkan latihan di sesi sore, sedangkan sore hari waktunya hanya pendek dikarenakan adanya *full day scoll*.

Pelaksanaan Program Latihan

Pelaksanaan program latihan PASI Kabupaten Pati dilaksanakan di Stadion Joyo Kusumo Pati. Program latihan terlaksana sesuai program latihan yang dibuat oleh pelatih. Tetapi dalam pelaksanaan program latihan juga tidak lepas dari kendala-kendala yang ada, dengan begitu pelatih PASI Kabupaten Pati membuat susunan program latihan secara sistematis dan juga terpadu yang pelaksanaannya menyesuaikan kondisi atlet dan juga kondisi yang ada dilapangan. Pelaksanaan program latihan kebanyakan terkendala dengan beberapa faktor yaitu dari waktu latihan, kesibukan atlet dalam menempuh pendidikan atau sekolah, kemudian juga jarak bagi yang rumahnya jauh dari tempat latihan dan dirumah tidak ada tmpat atau lapangan untuk melaksanakan program latihan.

Sarana dan Prasarana

Keberhasilan program pendidikan melalui proses belajar mengajar sangat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satu di antaranya adalah tersedianya sarana dan prasarana pendidikan yang memadai disertai dengan pemanfaatan dan pengelolaan secara optimal. Sarana dan prasarana pendidikan merupakan salah satu sumber daya penunjang proses pembelajaran di sekolah, untuk itu perlu dilakukan peningkatan dalam pendayagunaan dan pengelolaan, agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai (Mulida, 2016:136). Begitu juga dibidang olahraga sarana dan prasarana juga termasuk yang berperan dalam menunjang prestasi olahraga.

Dalam olahraga prestasi, akan terwujud sebuah prestasi yang baik jika fasilitas yang

mendukung prestasi ini terpenuhi. Sarana dan prasarana menjadi fasilitas utama dalam olahraga prestasi dan juga untuk melaksanakan program latihan. Ketersediaan sarana dan juga prasarana saja belum cukup, tetapi juga memperhatikan kondisi kelengkapan dan juga kelayakan pakai sarana dan prasarana tersebut karena itu mempengaruhi proses latihan atlet. Jika pembinaan sudah berjalan dengan baik, peran pelatih sudah baik pula kontribusinya, program latihan sudah tersusun dengan sistematis, tetapi semua akan terkendala jika tidak didukung dengan sarana dan prasarana yang memadai.

Kelemahan PASI Kabupaten Pati dalam bidang sarana dan prasarana yaitu kurangnya alat-alat yang standart, kemudian dari segi kelayakan juga masih kurang karena kebanyakan alat-alat yang digunakan untuk latihan masih bentuk modifikasian sendiri.

Kelebihan PASI Kabupaten Pati dalam bidang sarana dan prasarana yaitu dengan memanfaatkan kreatifitas dan kondisi yang ada, PASI Kabupaten Pati dapat menerapkan dan juga membentuk atlet-atlet dengan sarana dan prasarana yang ada yaitu alat-alat modifikasian sendiri.

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah didapatkan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Pembinaan atlet di PASI Kabupaten Pati sudah berjalan dengan baik. Melalui proses pemasalan, pembibitan, dan perekrutan atlet serta memberikan jadwal latihan atlet untuk menunjang proses pencapaian prestasi atlet PASI Kabupaten Pati.

Prestasi atlet PASI Kabupaten Pati tahun 2018/2019 tergolong cukup baik, dilihat dari perolehan medali tahun 2018/2019, namun bisa dikatakan kurang merata dikarenakan kebanyakan perolehan hasil prestasi atlet PASI Kabupaten Pati yaitu di nomor lari jarak dekat dan juga lompat, kemudian untuk nomor lari jarak jauh dan juga lempar masih sangat minim bahkan untuk tahun 2019 nomor lari jarak jauh belum ada prestasinya.

Proses Pemasalan atlet PASI Kabupaten Pati dilaksanakan dengan sangat baik, karena dari pemasalan tersebut diperoleh pemerataan atlet dari berbagai kalangan wilayah kabupaten Pati dengan dibuktikannya beberapa atlet berprestasi yang berasal dari daerah yang jauh dari perkotaan atau tempat latihan di Pati. Pembibitan atlet PASI Kabupaten Pati dilakukan

melalui pengamatan di *event-event* yang diselenggarakan tingkat kabupaten Pati oleh tim *talent scouting* untuk semua jenjang usia dari usia pra-remaja, usia remaja, usia senior maupun junior.

PASI Kabupaten Pati dalam kegiatan untuk membina pelatih-pelatih yang berada di daerah-daerah dengan mengikuti kepelatihan dasar atletik dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas dari segi SDM (Sumber Daya Manusia) yaitu pelatih dan juga memberikan pengalaman maupun informasi dalam pembinaan prestasi atlet yang terbaru dan diharapkan pelatih PASI Kabupaten Pati mampu membentuk dan juga menciptakan atlet-atlet baru yang lebih berkualitas.

Program latihan di rancang oleh pelatih PASI Kabupaten Pati mulai dari tahapan persiapan (umum-khusus), tahapan pra kompetisi, dan tahapan transisi. Dalam perancangan program latihan, pelatih juga koordinasi antar pelatih dan juga pengurus PASI Kabupaten Pati sekaligus dalam pembahasan evaluasi prestasi atlet PASI Kabupaten Pati.

Sarana dan prasarana yang ada di PASI Kabupaten Pati sudah tersedia cukup namun untuk segi kelayakannya masih sangat kurang dan kondisi alat banyak yang tidak standart dan masih banyak yang menggunakan alat modifikasi sendiri. Penambahan sarana dan prasarana memang sudah di rencanakan oleh PASI Kabupaten Pati guna untuk persiapan menyambut PORPROV 2022 mendatang dan juga untuk menunjang latihan atlet PASI Kabupaten Pati kedepannya.

REFERENSI

- Ariyadi, J. I. (2013). Pembinaan prestasi atletik di klub atletik joyo kusumo Kabupayten Pati. *Journal of Physical Education, Sport, Heald and Recreations*. 2(2), 2252-6773. DOI: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Arta, M., & Dewantoro, D. A. (2018). Pembinaan Olahraga Atletik bagi Siswa Cerebral Palsy Menuju Kejuaraan Paralympic Competition, 4(November), 120–125.
- Hadi, R. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet, *Journal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Vol (1) No. 1. 2088-6808
- Idris, Adikasmanto. Pembinaan Cabang Olahraga Atletik PPLPD Kabupaten Nganjuk. Abstrak, 1–9.
- Jamalong, A. (n.d.). Dini Melalui Pusat Pembinaan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Dan Pusat Pembinaan Dan Latihan Mahasiswa, 156–168.
- Lutan. R., dan Sumardianto. 2000. Filsafat olahraga. Jakarta: Depdikbud
- Mulida., Murniati., Nisanto. (2016). Manajemen Sarana dan Prasarana Pendidikan pada SMA Negeri 5 Banda aceh, vol 6 (1)., 135–142.
- Nugraha, Pratama Dharmika., Pratama, Enggel bayu. (2019). A survey of basketball athletes' achievement coaching of age category for under 16 and 18 years old, 4(1), 240–247.
- Palar, C. M. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia, 3(April).
- Putra, R. P., Universitas, P., & Malang, N. (n.d.). Konsep Pembinaan Olahraga Prestasi Bagi Mahasiswa Di Kalimantan Timur, 490–498.
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar. *Journal of Physical Education, Heald and Sport*, 3(1), 44-49. Doi:<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.224>
- Rudiansah, E., Soekardi., Hidayah, T. (2017). *Pembinaan olahraga prestasi unggulan di kabupaten melawi kalimantan barat*, *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dn Rekreasi (Penjaskesrek)*. 4(1), 1-14.
- Rumini. (2015). Manajemen Peminaan Cabang Olahraga Atletik di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Physical Education , Health and Sport*, 2(1), 20–27.
- Saputro, S. K., Komunikasi, P. I., Petra, U. K., & Tebing, O. P. (2013). Proses Komunikasi Interpersonal Antara Pelatih Yang Merangkap Sebagai Atlet Dengan Atlet Panjat Tebing Yang Dilatihnya, (April).
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. (S. M.T., Ed.) (Cetakan Ke). Bandung: Alfabeta, cv.
- Susanto, Nugroho., Lismadiana. (2016). Manajemen Program Latihan Sekolah Sepak Bola (SSB) Gama Yogyakarta. *Jurnal Keolahragaan*, 4 Vol. 4 (1), 98–110.
- Soan, U. F., Soan, U. F., Raya, U. P., & Takraw, S. (2017). Pendahuluan Metode Hasil dan Pembahasan, II(1), 20–23.
- Umam, K. (2017). IutPembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket Pada Kelas Khusus Olahraga (Kko) Di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman., *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. 6(9), 834–842.
- Vanagosi, K. D., Citra, P., Dewi, P., & Penjaskesrek, P. S. (2019). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi, 6(1).