

**Pembinaan Prestasi Atlet Paracycling National Paralympic Committee of  
Indonesia di Surakarta**Khoirul Zainal Abidin<sup>1✉</sup>, Cahyo Yuwono<sup>2</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas  
Negeri Semarang, Indonesia<sup>12</sup>**History Article**

Received : 16 Desember 2021  
Accepted : February 2021  
Published : June 2021

**Keywords**

Achievement; Development;  
Disability; Paracycling.

**Abstract**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pembinaan prestasi yang dilakukan di cabang olahraga Paracycling NPC Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian pengurus, pelatih, dan atlet. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan triangulasi untuk membandingkan hasil dari pengumpulan data. Analisis data menggunakan (reduksi data, penyajian data) untuk ditarik kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembinaan prestasi dilakukan tiga tahap yaitu: tahap pemassalan, tahap pembibitan, dan pembinaan prestasi. Program latihan seperti jadwal latihan, intensitas latihan, periodisasi latihan, latihan fisik, teknik, dan latihan taktik semua ada. NPC memperoleh sumber dana dari Kemenpora (Pemerintah) dan dana tersebut dianggarkan dengan baik oleh pihak NPC. Kondisi dan kelengkapan sarana dan prasarana sudah cukup baik dan memadai. Disimpulkan bahwa pembinaan prestasi atlet Paracycling sudah baik. Untuk pengurus, pelatih, dan atlet NPC semua sudah menjalankan tugas dan tanggung jawabnya masing-masing. Prestasi atlet Paracycling selalu meningkat dari tahun ke tahun. Hal tersebut dapat dilihat dari data prestasi atlet di setiap mengikuti perlombaan.

**Abstract**

*The purpose of this study was to see how the achievement building was carried out in the Paracycling NPC Surakarta sport. This study used a descriptive qualitative research method with the research subjects of administrators, coaches, and athletes. The data technique uses observation, interview and documentation. The technique of checking the validity of the data uses triangulation to compare the results of the data. Data analysis using (data reduction, data presentation) to be drawn. The results showed that the achievement coaching was carried out in three stages, namely: the practice stage, the nursery stage, and the achievement coaching stage. Training programs such as training schedules, training intensity, training periods, physical training, techniques and tactical training are all there. NPCs obtain funding from the Ministry of Youth and Sports (Government) and these funds are budgeted properly by the NPC. The condition and completeness of the facilities and infrastructure are quite good and adequate. Dis that the coaching of Paracycling athletes' achievements is good. NPC managers, coaches, and athletes have all carried out their respective duties and responsibilities. Paracycling athletes' achievement always increases from year to year. This can be seen from the performance data of athletes in each competition.*

**How To Cite:**

Abidin, K. Z., & Yuwono, C., (2021). Pembinaan Prestasi Atlet Paracycling National Paralympic Committee of Indonesia di Surakarta. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 130 – 136.

✉ Corresponding author :

E-mail: khoirulzainal@gmail.com

© 2021 Universitas Negeri Semarang  
p-ISSN 2723-6803  
e-ISSN-

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang melibatkan gerak tubuh yang dilakukan secara terus-menerus yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta suhu tubuh seseorang (Pangastuti, 2011:34). Di masa modern ini olahraga adalah salah satu kegiatan yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan masyarakat (Perkasa & handinoto, 2015:657). Karena setiap orang membutuhkan kebugaran jasmani supaya dapat melakukan pekerjaannya dengan efisien dan efektif, tanpa mengalami kelelahan (Kusuma & Setyawati, 2016:68). Menurut M. Afif Saiful Ulum, olahraga merupakan suatu sarana untuk membentuk manusia-manusia Indonesia yang di harapkan dapat mengisi pembangunan. Dengan olahraga dapat membentuk manusia yang cakap, terampil serta memiliki kesegaran jasmani, dan mental yang baik. Menurut Giriwijoyo (2005: 30) mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan orang dengan sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Pada dasarnya olahraga tidak hanya dipahami untuk kesehatan tubuh saja, tetapi dalam aktivitas olahraga juga terdapat sportifitas, disiplin, jujur, dan tanggung jawab. Berdasarkan UU No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN), olahraga dibagi menjadi tiga pilar, yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan biasanya dilakukan di lingkungan sekolah. Sedangkan olahraga rekreasi dilakukan pada waktu senggang untuk memberikan kesenangan. Kemudian olahraga prestasi diartikan sebagai kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga.

Menurut Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2011 Tentang Pengesahan Hak-Hak Penyandang Disabilitas, penyandang disabilitas yaitu orang yang memiliki keterbatasan fisik, mental, intelektual atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dan sikap masyarakatnya dapat menemui hambatan yang menyulitkan untuk berpartisipasi penuh dan efektif berdasarkan kesamaan hak. Organisasi NPC memiliki beberapa cabang olahraga salah satunya adalah balap sepeda difabel atau Paracycling. Paracycling adalah cabang olahraga bersepeda khusus bagi atlet penyandang disabilitas. Cabang olahraga paracycling mulai dikembangkan sejak tahun 1980, awalnya dibuat hanya untuk atlet tunanetra saja, yang

berkompetisi menggunakan sepeda tandem. Tetapi sekarang bisa diikuti oleh atlet difabel lainnya (dengan kriteria tertentu). Tergantung dari keterbatasan atlet, balap sepeda difabel tidak harus menggunakan sepeda yang biasa, tetapi bisa juga memakai sepeda roda tiga, atau sepeda tandem. Cabang balap sepeda difabel jalan raya ikut menjadi bagian dari Paralympic sejak tahun 1984 yang diadakan di Stoke Mandeville & New York. Dengan perlombaan track yang pertama kali diadakan di Atlanta 1996. *National Paralympic Committee* (NPC) memiliki peran yang sangat penting dalam melakukan pembinaan prestasi terhadap semua atlet disabilitas. NPC menyiapkan para atlet disabilitas yang berpotensi untuk menghadapi kompetisi atau kejuaraan yang akan diikuti. NPC sebagai organisasi yang mewadahi atlet disabilitas membina para atlet untuk meraih potensi. Dengan adanya NPC, orang-orang penyandang disabilitas mampu menjadi yang memiliki prestasi baik. Mereka mampu meraih prestasi di dalam maupun di luar negeri dengan bidangnya masing – masing. Apabila dilihat dari sejarahnya, NPC awal mula berada dibawah KONI, namun sejak tahun 2015 NPC dapat lepas dari KONI. Pada tahun 2015 NPC menjadi organisasi yang berdiri sendiri bahkan saat ini sudah sejajar dengan KONI. Pembinaan berasal dari kata “bina” yang mendapat awalan ke dan akhiran-an yang berarti bangun atau bangunan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menurut (Poerwodarminto, 1996: 34) pembinaan adalah membina, memperbaharui, atau proposal perbuatan, cara membina, usaha, tindakan, dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil untuk memperoleh hasil yang sangat baik. Secara umum pembinaan diartikan sebagai usaha untuk memberi pengarahan dan bimbingan guna mencapai suatu tujuan tertentu. Pembinaan merupakan hal umum yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, kecakapan dibidang pendidikan, ekonomi, sosial, kemasyarakatan, dan yang lainnya.

Menurut Ardhika Falaahudin, Sugiyanto. Pembinaan dan pembangunan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional dan internasional. Pembinaan dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga baik pada tingkat daerah maupun pada tingkat pusat. Pembinaan adalah membina, memperbaharui, atau proses perbuatan, cara membina, usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh

hasil yang lebih baik seharusnya (Mulaksito, 2015: 8). Pembinaan membutuhkan suatu metode agar memiliki proses dan hasil yang maksimal. Penggunaan metode dalam pembinaan disesuaikan dengan pencapaian tujuan acara pembinaan (Mangunhardjana, 1986: 19). Hal itu bertujuan supaya program berjalan secara memikat, dan tidak monoton, serta tidak membosankan. Perlu juga diketahui sikap, pengalaman, dan keahlian pembina dalam bidang pembinaan. Para ahli olahraga seluruh dunia sependapat perlunya tahap-tahap pembinaan untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan dan pembinaan prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002: 27). Menurut pendapat Kristiyanto (2012: 12) yang menyatakan bahwa, "Dalam lingkup olahraga prestasi, tujuannya adalah untuk menciptakan prestasi yang setinggi-tingginya. Artinya bahwa berbagai pihak seharusnya berupaya untuk mensinergikan hal-hal dominan yang berpengaruh terhadap peningkatan prestasi di bidang olahraga. Sistem pembinaan olahraga yang digunakan di Indonesia ialah berdasarkan piramida pembinaan olahraga, adapun tahapan pembinaan berdasarkan piramida adalah pemassalan, pembibitan, dan peningkatan prestasi. Ketiga unsur tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Adapun tahap pembinaan olahraga nasional adalah sebagai berikut :



Pemassalan adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan aktivitas olahraga secara menyeluruh. Pemasalan olahraga juga merupakan suatu upaya agar semakin banyak warga masyarakat berolahraga secara teratur. Ada beberapa tujuan yang dapat di capai melalui pemassalan olahraga antara lain, yaitu; (1) Meningkatkan kesegaran jasmani; (2) Pembentukan watak kepribadian; dan (3) Memberikan dasar-dasar untuk tujuan pencapaian prestasi yang tinggi (Rahayu, 2014). Pemassalan olahraga usia dini adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan

aktivitas olahraga secara menyeluruh (Junaidi, 2003:49-50). Pembinaan pembibitan adalah tahapan lanjutan dari pembinaan pemassalan. Dalam pembinaan atlet juga perlu dilakukan upaya pembibitan. Pembibitan digunakan untuk menyeleksi atlet-atlet yang berpotensi. Menurut M. Furqon. H (2002: 3) pengertian pembibitan atlet adalah upaya untuk mencari dan menemukan individu-individu yang memiliki potensi untuk mencapai prestasi olahraga yang setinggi-tingginya di kemudian hari, sebagai langkah atau tahap lanjutan dari pemassalan olahraga. Mencetak atlet potensial tidak bisa dilakukan dengan cara instan, pembinaan berjenjang, kompetisi rutin, pemberian jam terbang, ketersediaan dana pembinaan, fasilitas serta perhatian dari pemerintah menjadi faktor yang penting dalam upaya melahirkan bibit-bibit atlet (Wibisono, 2011:5). Pembibitan dapat dilakukan dengan melaksanakan identifikasi bakat (talent identification) kemudian dilanjutkan dengan tahap pengembangan bakat (talent development). Cara seperti ini diharapkan menjadikan proses pembibitan akan lebih baik (Islahuzaman N. 2010:61-69). Menurut Wijaya & Rachman (2017:232-235) Sarana dan prasarana yang memadai akan mencerminkan kualitas pembelajaran yang dilakukan, sebaliknya jika sarana dan prasarana kurang memadai akan berdampak pada kualitas pembelajaran. Sarana dan prasarana yang kurang memadai juga berpengaruh sangat penting karena dapat mengakibatkan orang yang menggunakan celaka.

## METODE

Dalam penelitian ini yang peneliti gunakan yaitu penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono (2011) penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah, sebagai lawannya adalah eksperimen, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna dari pada generalisasi.

Sasaran penelitian ini adalah segala sesuatu yang berkenaan dengan aspek-aspek pembinaan prestasi yang didalamnya terdapat pemassalan, pembibitan dan pembinaan prestasi cabang olahraga paracycling di *National Paralympic Committee*. Menurut Moleong (2007: 122) sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata, dan tindakan selebihnya adalah data tambahan seperti

dokumen dan lain-lain. Sumber data yang peneliti peroleh yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh penulis secara langsung melalui proses wawancara, pengamatan, dan tindakan yang dilakukan subjek penelitian ataupun informan. Sedangkan data sekunder digunakan sebagai pelengkap atau pendukung dari data primer.

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah orang-orang yang terlibat didalam kepengurusan NPC, Pengurus cabang olahraga paracycling, pelatih, dan atlet. Sedangkan data sekunder dalam penelitian ini adalah literatur dan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan penelitian ini. Menurut Arikunto (2006) instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Menurut Husaini (2008: 52) untuk memperoleh data yang akurat bagi penelitian, peneliti melakukan observasi melalui pengamatan langsung dilapangan karena observasi merupakan pengamatan dan pencatatan sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti. Susan Stainback (dalam Sugiyono, 2011: 227) mengatakan observasi langsung adalah peneliti mengamati apa yang dikerjakan orang, mendengarkan apa yang diucapkan, dan berpartisipasi dalam aktivitas mereka.

Wawancara dilakukan secara mendalam sehingga didapatkan data primer yang langsung berasal dari informan. Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya yang monumental dari seseorang (Sugiyono, 2011: 240). Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Bogdan (dalam Sugiyono, 2011: 240) mengatakan bahwa hasil penelitian dari observasi dan wawancara akan lebih kredibel atau dapat dipercaya ketika didukung oleh foto-foto atau karya tulis akademi dan seni yang telah ada. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk menguji keabsahan data yaitu dengan menggunakan teknik triangulasi sumber. Moleong (2002: 178) menjelaskan bahwa triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Moleong juga menjelaskan teknik triangulasi terdiri dari empat macam, yaitu triangulasi sumber, metode, penyidik/peneliti,

dan teori. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif.

Menurut Bogdan & Biklen sebagaimana dikutip oleh moleong (2002:248) analisis data merupakan upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan apa yang penting, apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain. Menurut Sugiyono (2011: 243) teknik analisis data diartikan sebagai proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan lalu ditarik kesimpulan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan mereduksi data, menyajikan data, dan menarik simpulan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Jalan Ir. Sutami No. 86, Jurug, Surakarta Kota Surakarta 57125, tepatnya di Kantor *National Paralympic Committee* Surakarta. Dan juga dilakukan penelitian ditempat berlatih atlet paracycling yaitu di Velodrom Manahan Solo. Setiap organisasi perlu memiliki suatu pola dasar struktur organisasi yang relatif permanen. Dengan semakin kompleksnya tugas-tugas yang harus dilaksanakan seperti berubahnya tujuan, pergantian pimpinan, beralihnya kegiatan, semuanya yang menuntut adanya perubahan dalam struktur suatu organisasi. Dalam suatu organisasi harus memiliki program dan tujuan yang terus berjalan dan berkelanjutan. Organisasi NPC merupakan wadah bagi atlet-atlet disabilitas diseluruh Indonesia yang berpotensi dibidang olahraga. Tujuan organisasi NPC adalah mengharumkan nama bangsa Indonesia melalui kejuaraan nasional maupun internasional. NPC membentuk dan mengembangkan bakat-bakat yang dimiliki oleh atlet yang berkebutuhan khusus. NPC juga melakukan pembinaan dengan baik dan terprogram. NPC memiliki struktur organisasi yang tidak selalu tetap. Artinya terdapat pergantian kepengurusan di organisasi NPC ini. Hal ini dilakukan untuk memperbaiki dan memajukan organisasi NPC itu sendiri. Masing-masing pengurus di NPC memiliki peran dan tanggung jawab sendiri-sendiri sesuai jabatan masing-masing. Untuk pembinaan di organisasi NPC melalui tiga tahapan, yaitu tahap pemassalan, pembibitan,

dan pembinaan prestasi. Para ahli olahraga seluruh dunia sependapat perlunya tahap-tahap pembinaan untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan dan pembinaan prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002:27).

mengumpulkan atlet-atlet yang berpotensi dan riwayat prestasi yang dimiliki cukup tinggi. Setelah pihak NPC mengetahui daftar riwayat semua atlet disabilitas kemudian NPC pusat melakukan tahap selanjutnya. Tahap ini dilakukan secara berkesinambungan. Untuk atlet yang bersedia menerima panggilan dari NPC pusat, mereka harus memenuhi persyaratan-persyaratan yang ditentukan. Tidak ada kriteria khusus bagi atlet untuk mengikuti seleksi, yang terpenting atlet masuk dalam kelas yang dibutuhkan cabang paracycling.

Kelasnya dibagi menjadi lima, diantaranya: 1) C1 yaitu keterbatasannya sangat parah, 2) C2 yaitu tidak terlalu parah, contohnya cerebral palsy atau kelainan gerakan yang disebabkan oleh kerusakan yang terjadi pada otak yang belum matang dan berkembang, 3) C3 yaitu sedang, contohnya cacat dua tangan, 4) C4 yaitu ringan, contohnya amputasi dibawah lutut, 5) C5 yaitu sangat ringan, contohnya cacat satu tangan bawaan lahir. Kemudian tahapan selanjutnya yang dilakukan NPC pusat adalah terkait dengan tahap pembibitan. Hal ini masih berhubungan dengan tahap sebelumnya atau merupakan tahap lanjutan dari tahap pembinaan. Untuk tahap pembibitan ini dilakukan oleh pelatih paracycling NPC sendiri. Pelatih akan memberikan suatu program dan atlet diwajibkan untuk melaksanakan dan melakukan dengan kemampuan semaksimal mungkin. Pada tahapan pembibitan ini pelatih menyeleksi atlet dilihat dari potensi seorang atlet yang paling terbaik. Pelatih juga akan melihat dan menilai dari beberapa aspek, yaitu aspek afektif, kognitif dan psikomotor selama latihan dilakukan. Bagi atlet yang hasilnya belum maksimal dan tidak terpilih, maka akan terdegradasi.

Tahap pembinaan prestasi di NPC dilakukan secara terprogram. Dalam pembinaan prestasi cabang olahraga paracycling di NPC memiliki organisasi yang sudah terstruktur. NPC pusat diketuai oleh Senny Marbun dan dibantu oleh pengurus-pengurus yang lainnya. Organisasi adalah salah satu faktor terpenting dalam sebuah pembinaan prestasi. Atlet-atlet disabilitas diseleksi untuk mengikuti berbagai kejuaraan, contohnya kejuaraan Internasional seperti ASIAN PARA GAMES dan PARALIMPIADE. Dcabang olahraga

paracycling ini belum ada kejuaraan tingkat nasional. Jadi yang diikuti adalah kejuaraan Internasional. NPC pusat memiliki jumlah pengurus sebanyak 30 orang.

Faktor yang paling terpenting untuk menunjang sebuah organisasi adalah dukungan dan pendanaan untuk kelengkapan sarana dan prasarana dalam latihan. Dana keuangan sangat diperlukan untuk menggerakkan seluruh bagian organisasi. Dana NPC memperoleh dana dari pemerintah langsung. Sesuai dengan peraturan Undang-Undang yang tertuang pada pasal 69 ayat (1) UU RI No.3 Tahun 2005 menyatakan bahwa pendanaan olahraga menjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat. Dengan adanya pendanaan, semua kebutuhan atau semua hal yang berkaitan dengan pembinaan dan pengembangan olahraga dapat terpenuhi dengan baik. Segala kebutuhan NPC baik sarana dan prasarana seperti penyewaan velodrome dan tempat fitness kemudian perlengkapan atlet semua didanai oleh kemenpora., termasuk gaji pengurus, pelatih, dan atlet. Gaji untuk atlet sebesar Rp. 6.000.000. sampai Rp. 9.000.000. Kemudian untuk pelatih Rp. 10.000.000. sampai Rp. 12.000.000. Untuk pengurus Rp. 10.000.000. sampai Rp. 15.000.000. Untuk penyewaan velodrome dibayarkan ke Dispora Solo sebulan sekali sebesar Rp. 600.000. Pendanaan yang diberikan Kemenpora kepada NPC sudah berkecukupan untuk kegiatan keolahragaan khususnya untuk pembinaan prestasi atlet paracycling *National Paralympic Committee of Indonesia*.

Didalam pembinaan prestasi cabang olahraga paracycling untuk program latihan sudah terbentuk dengan terprogram dan sudah terlaksana sesuai yang diberikan pelatih. Pada saat pelatnas atlet dibina di hotel Sahid Jaya Solo supaya proses pembinaan bisa berjalan dengan baik dan lancar. Di cabang olahraga paracycling sudah terbentuk periodisasi latihan dan intensitas latihan. Intensitas latihan yang diterapkan pelatih selama satu minggu diantaranya latihan fisik, teknik, dan taktik. Latihan fisik dilakukan digedung FKOM kampus UNS Surakarta 2x seminggu, untuk latihan teknik dan taktik dilakukan di velodrome Manahan Solo dan terkadang dijalan raya. Bentuk latihan yang terprogram secara baik akan menghasilkan atlet-atlet yang berkualitas dan berpotensi tinggi untuk juara di berbagai perlombaan. Menurut Ambarukmi (2007: 2-3) mengatakan bahwa sasaran latihan

yang diantaranya meliputi latihan teknik, taktik, dan psikologis. Untuk memperoleh prestasi atlet yang tinggi dan performa atlet pada puncak kemampuannya maka dibutuhkan periodisasi latihan. Menurut Ambarukmi (2007:109) periodisasi latihan adalah suatu perencanaan latihan dan kompetisi (pertandingan/perlombaan) yang disusun sedemikian rupa sehingga kondisi puncak dapat dicapai pada waktu (tanggal) yang ditetapkan/direncanakan sebelumnya. Program latihan dan periodisasi yang diterapkan pelatnas paracycling NPC bisa disimpulkan sudah tepat karena sudah sesuai dengan yang dikatakan oleh para ahli.

Dalam melakukan latihan olahraga memerlukan sarana dan prasarana yang menunjang. Sarana untuk olahraga paracycling ini merupakan segala peralatan dan perlengkapan yang digunakan oleh para atlet. Untuk sarana di cabang olahraga paracycling sendiri sebenarnya sudah disediakan, tetapi ada beberapa sarana yang atlet lebih memilih menggunakan milik pribadi. Itu dikarenakan sarana yang disediakan ukuran dan spesifikasinya tidak sesuai dengan yang dibutuhkan atlet. Contohnya seperti sepeda, setiap atlet membutuhkan sepeda yang sesuai dengan kebutuhan atlet. Masing-masing atlet mempunyai keterbatasan yang berbeda-beda dan harus menyesuaikan kebutuhan atlet itu sendiri supaya atlet bisa nyaman dengan yang digunakan. Tetapi ada juga sarana dari NPC yang tetap digunakan, seperti jersey, celana sepeda, sarung tangan, kaca mata, helm sepeda, dan ergo trainer. Sarana sudah dikatakan layak dipakai dan sudah memadai.

Untuk prasarana dalam cabang olahraga paracycling sudah memadai dan layak untuk digunakan latihan para atlet meskipun itu masih menyewa. Latihan dilaksanakan di velodrome Manahan Solo dan untuk latihan fitness dilaksanakan di kampus UNS Surakarta. Velodrome berada di Manahan Solo, terdapat satu lintasan saja. Di velodrome terdapat dua pintu masuk dan terdapat satu kamar mandi. Menurut Soepartono (2000) prasarana yaitu segala sesuatu yang menjadi penunjang suatu proses. Prasarana dapat mempermudah dan memperlancar dalam suatu latihan olahraga. Untuk mencapai prestasi yang tinggi tidaklah mudah, oleh karena itu dibutuhkannya latihan, kerja keras dan kedisiplinan melalui sebuah pembinaan. Pencapaian prestasi yang tinggi merupakan puncak dari segala proses pembinaan. Termasuk juga dari proses tahap pemassalan maupun tahap pembibitan. Dari hasil proses tahap

pemassalan dan tahap pembibitan, maka akan terlihat atlet yang makin menampakkan prestasinya. Atlet yang memiliki potensi yang baik akan mencapai prestasi yang unggul. Proses pembinaan itu meliputi tahapan pemassalan, pembibitan, dan pembinaan prestasi. Untuk prestasi yang dicapai atlet sampai saat ini bisa dikatakan meningkat, hal tersebut bisa dilihat dari data perolehan atlet disetiap perlombaan. Semakin kesini prestasinya semakin meningkat, itu dikarenakan para atlet sangat maksimal dalam melakukan latihan sesuai arahan dari pelatih dan disiplin.

## SIMPULAN

Pembinaan prestasi atlet paracycling *National Paralympic Committee* dapat dinilai sudah baik. Pembinaan prestasi yang berjalan dengan baik tersebut didukung dengan hal-hal sebagai berikut: 1. Tahap pemassalan di cabang olahraga paracycling sudah terbentuk dengan terprogram. Untuk perekrutan atlet pihak NPC pusat merekrut dari kejuaraan Peparada, Peparnas, dan Peparpernas. NPC pusat juga mengirimkan undangan ke NPC daerah atau ke kabupaten dan provinsi untuk mengumpulkan atlet-atlet yang berpotensi dan riwayat prestasi yang dimiliki cukup tinggi. Tetapi untuk biaya dan sarana atlet untuk menuju ke tempat seleksi masih terhambat karena masih menggunakan biaya pribadi. 2. Tahap pembibitan dilakukan oleh pelatih dan bagi atlet yang hasilnya terbaik maka akan lolos ke tahap pembinaan prestasi. Untuk yang kurang baik akan terdegradasi. Tahapan ini sudah berjalan dengan sesuai program yang sudah dibikin oleh pelatih cabang olahraga paracycling. 3. Pembinaan prestasi untuk organisasi NPC Surakarta sudah terstruktur dan mempunyai profil yang jelas. NPC membina atlet-atlet disabilitas yang berpotensi untuk membela nama Indonesia. Dalam pembinaan prestasi di cabang paracycling sudah berjalan dengan terprogram. Terdapat program latihan yang jelas ada intensitas latihan dan periodisasi latihan. Sarana dan prasarana yang layak digunakan meskipun atlet masih ada yang menggunakan sarana milik pribadi dikarenakan spesifikasinya tidak sesuai kebutuhan atlet. Untuk pendanaan NPC mendapatkan dari pemerintah langsung sesuai dari peraturan pemerintahan. Dari faktor-faktor pendukung tersebut maka akan menghasilkan prestasi atlet yang maksimal. Untuk prestasi atlet paracycling sampai saat ini dikatakan

meningkat, hal tersebut bisa dilihat di data hasil prestasi atlet disetiap perlombaan.

## REFERENSI

- Adisasmito, W. (2007). Sistem Kesehatan Nasional. Jakarta. *Rajagrafindi Persada*.
- Alim, H. (2015), Analisis Potensi Pariwisata Syariah Dengan mengoptimalkan Industri Kreatif di Jawa Tengah Dan Yogyakarta. *E-Journal Undip*, 1(2), 1-10.
- Ambarukmi, D. A., (2007). Pelatihan Pelatih Fisik Level 1 Deputy Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga.
- Arikunto. (2006). Metode Penelitian Kualitatif.
- Falaahudin, A., & Sugiyanto. (2013). Evaluasi Program Pembinaan Renang Di Klub Tirta Serayu, TCS, Bumi Pala, Dezender, Spectrum Di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1).
- Furqon. M. (2002). Teori Umum Latihan (J. Nossek. Terjemahan). Lagos. *Pan Afrikan Press LTD. Buku diterbitkan 1982*.
- Harsuki. (2012). Pengantar Manajemen Olahraga. *PT Raja Grafindo*, 117.
- Hasibuan. (2018). Hubungan Kecemasan Terhadap Ketepatan Servis Backhand Bulu Tangkis (Pada Pemain PB. Tridharma Tuban Usia 12-14 Tahun). *Jurnal Kesehatan Olahraga* 06(02)
- Hidayat, W., & Rahayu, S. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 4(2).
- Irianto, Djoko Pekik. (2002). Dasar Kepelatihan. Yogyakarta. *FIK UNY* (27).
- Irmansyah, J. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Pantai. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 24-38.
- Islahuzzaman N. (2010). Identifikasi Bakat Usia Dini Siswa SD-SMP Surakarta. *Paedagogia FKIP Olahraga UNS*, 13(01) 61-69.
- Kusuma, B. A., & Setyawati, H. (2016). Survei Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Olahraga Rekreasi Akhir Pekan di Alun-Alun Wonosobo. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(2), 67-73.
- Maftuhin, A. (2016). Mengingat Makna Diskriminasi. *Journal of Disability Studies*, 3(2), 139-162.
- Mansoer. (1989). Pengantar Manajemen. *Depdikbud*(1).
- Marjohan, D. D. (2018, Januari). Evaluasi Kebijakan Pemerintahan Daerah Dalam Pembinaan Prestasi Olahraga. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2), 32-41.
- Moleong, L. (2007). Metodologi Penelitian Kualitatif. 122.
- Mulyadi, R. W. (2015). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Tenis Lapangan.
- Ningsih, Ekawati Rahayu;. (2014, Februari). Mainstreaming Isu Disabilitas di Masyarakat Dalam Kegiatan Penelitian Maupun Pengabdian Pada Masyarakat Di Stain Kudus. *Jurnal Penelitian*, 8(1), 71-92.
- Pangastuti, N. I. (2011). Latihan Renang Untuk Lansia. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 07(01).
- Perkasa, Y., & Handinoto. (2015). Gelanggang Berenang Di Surabaya. *Jurnal eDimensi Arsitektur Petra*, 657.
- Poerwadarminta, W. (1996). Kamus Bahasa Indonesia. *Balai Pustaka*, 34.
- Setyaningsih, R. (2016). Pengembangan Kemandirian Bagi Kaum Difabel. *Jurnal Sosiologi Dilema*, 31(1), 42-52.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif dan R&D. *Afabeta*.
- Sukadiyanto. (2005). Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik.
- Tohar. (2000). Olahraga Pilihan, Semarang. *IKIP Semarang*. 10.