



## Implementasi Pembinaan Prestasi Taekwondo Kota Pekalongan

Maulana Arif Kurniawan<sup>1✉</sup>, Husnul Hadi<sup>2</sup>, Isna Nurdin<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial dan Keolahragaan,

[maulanaarifkurniawan@gmail.com](mailto:maulanaarifkurniawan@gmail.com)

### Article Info

History Articles  
Submitted : 23 Januari 2020  
Accepted : 09 April 2020  
Published : 14 Juli 2020

### Keywords

Achievement; Coaching;  
Implementation;  
Taekwondo.

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendukung program pembinaan prestasi di klub Taekwondo Kota Pekalongan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Instrumen pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi pembinaan prestasi taekwondo di Kota Pekalongan cukup baik, dilihat dari implementasi input ada beberapa faktor yang mempengaruhi ketercapaian keberhasilan atlet antara lain yaitu sumber dana, karena dana yang di dapat sebagian besar dari para orang tua atlet belum adanya peran dari pemerintah Kota, faktor yang lain adalah sarana dan prasarana, masih kurang lengkap untuk proses pembinaan prestasi dan tempat latihan kurang baik untuk di proses pembinaan prestasi. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu implementasi pembinaan prestasi takwondo di Kota Pekalongan cukup baik, dilihat dari pemasalan anggota taekwondo dilihat dari banyaknya yang mengikuti kegiatan ujian kenaikan tingkat (UKT) dan beberapa kejuaraan yang diadakan oleh pengurus cabang sudah berjalan dengan baik, pelaksanaan proses pembinaan prestasi belum cukup maksimal karena hanya mengambil atlet dari bidang prestasi, kualifikasi pelatih dan program latihan pada setiap klub dilaksanakan latihan seminggu 3 sampai 6 kali, keberadaan PBTI sudah berjalan dengan baik sesuai dengan tugasnya masing-masing, sarana dan prasarana yang tersedia masih kurang dari segi kebersihannya maupun jumlah alatnya.

### Abstract

*The purpose of this study was to improve sports achievements development program at the Pekalongan City Taekwondo club. This research uses descriptive qualitative method. Data collection instruments using observation, interviews and documentation. The results showed that the implementation of taekwondo achievement training in the city of Pekalongan was quite good, seen from the implementation of the input there were several factors that influenced the achievement of athletes' success, including the source of funds, because the funds obtained were mostly from the parents of athletes and the role of the city government was not yet, the other factor is the facilities and infrastructure, is still incomplete for the process of fostering achievement and the training ground is not good for the fostering of achievement. The conclusion in this study is that the implementation of takwondo achievement coaching in Pekalongan City is quite good, seen from the introduction of taekwondo members seen from the many who took part in the exam raising activities (UKT) and several championships held by the branch management had gone well, the implementation of the guidance development process has not been running well. maximal enough because only taking athletes from the field of achievement, coach qualifications and training programs at each club held training 3 to 6 times a week, the existence of PBTI has been going well according to their respective duties, facilities and infrastructure available are still lacking in number and in terms of cleanliness*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bentuk kegiatan jasmani yang berpengaruh dalam kehidupan manusia agar terbentuk menjadi manusia yang cakap, dan serta memiliki kesegaran jasmani dan mental yang baik. Orang yang melakukan kegiatan olahraga bertujuan untuk mencapai tujuan prestasi, dalam kegiatannya harus dilakukan secara terprogram dan sistematis. Hal ini merupakan suatu program dalam meningkatkan mutu sumber daya manusia.

Pertandingan olahraga banyak diminati sebagai tontonan yang menarik. Perkembangan tersebut memungkinkan tumbuhnya klub olahraga. Klub taekwondo adalah salah satu contoh organisasi yang bergerak di bidang jasa. Tiap-tiap organisasi atau klub tersebut akan berusaha untuk mempertahankan prestasi anggotanya. Setiap klub termasuk klub taekwondo, memiliki tujuan yang sama yaitu membantu atlet untuk mencapai puncak prestasi. Dalam pembinaan prestasi cabang olahraga taekwondo pemanduan atlet berbakat sangat mutlak diselenggarakan sedini mungkin. Pemanduan ini bertujuan untuk mendapatkan bibit-bibit talenta atlet yang berbakat untuk menjadi generasi penerus atlet berprestasi. Hal ini juga ditegaskan oleh Adiska (2016) bahwa olahraga prestasi akan baik jika dikembangkan dan diterapkan pada kalangan anak muda baik dari usia dini hingga remaja usia produktif sekolah.

Atlet taekwondo itu berbakat diibaratkan bahan mentah yang berkualitas untuk diproses menjadi barang yang bermutu tinggi. Untuk mencapai suatu tujuan menjadi atlet yang berprestasi tersebut tidaklah mudah, karena dibutuhkan kesadaran, kedisiplinan, kesabaran, dan keuletan untuk meraih suatu prestasi yang diimpikan oleh para atlet. Prestasi tidaklah dapat

dicapai dalam hitungan mingguan atau bulanan, melainkan tahunan melalui peningkatan sedikit demi sedikit dari hasil latihan yang teratur.

Pembinaan dan pembibitan olahraga merupakan permasalahan penting yang harus mendapat perhatian khusus. Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian upaya suatu peningkatan kualitas manusia di Indonesia diarahkan pada peningkatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak, kepribadian yang disiplin dan sportifitas tinggi serta aspek peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan melalui berbagai proses yaitu dengan melakukan hal diantaranya pencarian atlet dan pemanduan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif dan efisien serta peningkatan kualitas olahraga baik tingkat pusat maupun daerah tersebut.

Peneliti beranggapan bahwa salah satu sebab yang mungkin sering menimbulkan kegagalan dalam pembinaan atlet taekwondo adalah karena kurangnya perhatian pada pembinaan atlet taekwondo. Menurut Mochamad Sajoto (1995) dalam (Mulyadi 2015:2) ada beberapa faktor penentu pencapaian prestasi maksimal dalam cabang olahraga. Faktor penentu tersebut dapat diklasifikasikan menjadi empat aspek, yaitu: (1) Aspek biologis terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh, struktur tubuh dan gizi, (2) Aspek psikologis terdiri atas intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan saraf, (3) Aspek lingkungan, (4) Aspek penunjang.

Pengurus Besar Taekwondo Indonesia (PBTI) sebagai induk organisasi Taekwondo di Indonesia dalam rangka meningkatkan prestasi berusaha memajukan olahraga taekwondo dengan mengadakan kompetisi atau pertandingan, dan pemilihan bibit pemain berprestasi baik melalui ekstrakurikuler di sekolah maupun di klub-klub. Pembinaan olahraga dapat dilakukan melalui klub-klub olahraga dan di sekolah. Dengan sistem ini memang diperlukan peran aktif dari masyarakat sendiri untuk mampu menampung minat dan bakat olahraga bagi anak-anak, remaja maupun orang tua di tempat tersebut. Sistem pembinaan melalui klub sangat cocok untuk daerah atau wilayah yang masyarakatnya sudah maju dan mempunyai partisipasi aktif dalam keolahragaan seperti di Kota Pekalongan.

Taekwondo di Kota Pekalongan mulai diminati seiring dengan adanya dojang GOR Jetayu Pekalongan. Taekwondo dalam pembinaan olahraga di Kota Pekalongan tidak hanya mengendalikan klub-klub olahraga dalam pembinaan taekwondo. Untuk memajukan prestasi olahraga dan mencari bibit-bibit baru, banyak dojang atau klub olahraga membuka ekstrakurikuler di sekolah-sekolah yang ada di Kota Pekalongan, seperti SMP Negeri 1 Pekalongan, SMP Negeri 2 Pekalongan, SMP Negeri 3 Pekalongan, SMP Negeri 6 Pekalongan, SMP Negeri 7 Pekalongan, SMA Negeri 1 Pekalongan, SMA Negeri 2 Pekalongan, SMA Negeri 3 Pekalongan, SMA Negeri 4 Pekalongan, SMK Negeri 2 Pekalongan dan SMK Negeri 3 Pekalongan, menurut Agus (Ketua Harian PBTI Kota Pekalongan)

Taekwondo di Kota Pekalongan mengalami perkembangan di tingkat Karisidenan, hal ini ditunjukkan keikutsertaan dalam kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan 4 tahun terakhir dengan melibatkan atlet di klub-klub Kota

Pekalongan. Prestasi cabang olahraga taekwondo di Kota Pekalongan dari awal sampai sekarang bisa dikatakan belum berkembang, klub-klub yang dihuni atlet taekwondo di Kota Pekalongan belum mampu berprestasi dalam setiap kompetisi yang telah diikuti.

Berdasarkan observasi di PBTI Kota Pekalongan menunjukkan bahwa setiap klub yang ada di Kota Pekalongan tidak banyak yang menyumbangkan atletnya untuk ikut serta dalam kejuaraan sampai di tingkat nasional, hal itu dibuktikan dari beberapa klub yang telah saya observasi hanya berhasil menyumbangkan satu atlet saja. Fakta tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam proses pembinaan atlet ada langkah yang kurang tepat hingga banyak atlet yang tidak bisa lolos dalam kejuaraan tingkat nasional.

Selain itu di klub TKB (Taekwondo Kota Batik) yang terletak di pusat Kota Pekalongan bertempat di GOR Jetayu Pekalongan menyatakan bahwa pelatih di klub ini mampu menyumbang atlet binaan sejak kecil bernama Lintang Tata Pradipta hingga kejuaraan tingkat provinsi, Namun belum bisa tembus sampai ke kejuaraan di tingkat nasional. Sedangkan di Klub Genetic Taekwondo dengan pembinaan atlet tepatnya di Stadion Hoegeng belum dapat menghasilkan atlet yang berprestasi hingga di ditempatkan dipusat pelatihan Kota Semarang. Selain itu Klub First Junior Taekwondo juga kurang menyumbangkan beberapa atlet-atletnya berprestasi untuk dibina di pusat latihan di provinsi. Binaan dari klub ini tidak hanya berprestasi dalam kejuaraan, namun setiap atlet dibekali latihan untuk menjadi seorang pemimpin atau pelatih. Berdasarkan dari latar belakang di atas maka dapat diketahui permasalahan yang ada. Permasalahan tersebut dapat diidentifikasi kurangnya dana untuk pembinaan prestasi cabang olahraga taekwondo di Kota Pekalongan

dan sampai saat ini belum ada solusi, Belum diketahui cara yang efektif untuk menanggulangi agar tidak terjadi kemunduran pembinaan atlet taekwondo di Kota Pekalongan, belum diketahui pembinaan prestasi olahraga cabang olahraga taekwondo di Kota Pekalongan.

Menurut hasil observasi yang telah saya lakukan di PBTI (Pengurus Besar Taekwondo Indonesia) Kota Pekalongan dan tiga klub taekwondo di Kota Pekalongan ada beberapa hasil kejuaraan yang telah dicapai ditingkat Provinsi sehingga membawa nama harum Kota Pekalongan diantaranya yaitu, Adam Hari Prayogi juara satu Mok's Open di Magelang tahun 2016 kelas kyorugi, juara satu Popda tingkat Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 kelas kyorugi, dan juara dua Popda tingkat Nasional tahun 2016 kelas kyorugi, Faradilla Azzahra juara dua Jakarta Taekwondo Fair tahun 2017 kelas kyorugi dan juara dua Mok's Open di Bandung 2017 kelas kyorugi, Lintang Tata Pradipta juara dua Jakarta Taekwondo Fair tahun 2018 kelas poomsae.

Penjelasan yang telah disampaikan ini menunjukkan bahwa pembinaan dilakukan oleh setiap klub di Kota Pekalongan melewati banyak proses dengan berbagai macam binaan. Banyaknya prestasi yang telah diraih atlet Taekwondo Kota Pekalongan, maka peneliti ingin memahami pembinaan prestasi Taekwondo di Kota Pekalongan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Implementasi Pembinaan Prestasi Klub Taekwondo Kota Pekalongan".

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif itu berakar pada latar

belakang alamiah sebagai keutuhan, mengandalkan manusia sebagai alat penelitian, memanfaatkan metode kualitatif, mengadakan analisis data secara induktif, mengarahkan sasaran penelitiannya pada usaha menemukan teori-teori dasar, bersifat deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil, membatasi studi dengan fokus, memiliki seperangkat kriteria untuk memeriksa keabsahan data, rancangan penelitiannya disepakati oleh kedua belah pihak: peneliti dan subjek penelitian (J.Moleong, 2011).

Penelitian ini dilaksanakan di Klub TKB Taekwondo Kota Batik, Genetik Kota Pekalongan dan FJ First Junior Kota Pekalongan. Dalam penelitian ini yang dijadikan sasaran penelitian adalah pengurus, pelatih, atlet dan pemerintah untuk dijadikan sebagai informan Sesuai dengan jenis penelitian yang akan dilakukan yaitu penelitian deskriptif maka instrumen utama dalam penelitian ini adalah menggunakan instrumen berupa pengamatan, wawancara. Data yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer dan data sekunder yang diperoleh dari wawancara langsung pada saat melakukan observasi dengan pelatih di Klub TKB Taekwondo Kota Batik, Genetic Kota Pekalongan dan FJ First Junior Kota Pekalongan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data dari penelitian ini berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek penelitian ada 11 orang narasumber yaitu 6 atlet, 3 pelatih dari masing-masing klub, pengurus bidang pembinaan prestasi, pemerintahan yaitu koni juga bidang pembinaan prestasi. Fokus penelitian ini yaitu implementasi pembinaan prestasi olahraga taekwondo di Kota Pekalongan.

Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif secara lengkap. Proses yang dilakukan peneliti adalah dengan mendatangi tempat penelitian, mengamati aktifitas dalam tim saat melakukan latihan, wawancara dengan pelatih, kemudian peneliti mengambil foto dan video untuk dokumentasi. Pada tahapan ini peneliti dalam menghimpun data ialah melakukan wawancara dan diskusi mengenai hal yang telah dilakukan dan rencana yang akan dijalankan tentang implementasi pembinaan prestasi taekwondo Kota Pekalongan.

### **1. Pemasalan di Taekwondo Kota Pekalongan**

Menurut penulis memang sumber daya anggota taekwondo di Kota Pekalongan sangatlah berlimpah mulai dari banyaknya club taekwondo di setiap kecamatan bahkan sampai memasuki ekstra kurikuler di berbagai sekolah yang ada di Kota Pekalongan.

Kesimpulan dari pembahasan tersebut adalah pemasalan di Pencab PBTI Kota Pekalongan bisa dikatakan sudah cukup baik dilihat dari segi hasil kejuaraan yang diperoleh pada setiap tahunnya, di Kota Pekalongan sendiri mempunyai proses pencarian atlet yang bertalenta yang berasal dari kegiatan POPDA nantinya yang diambil juara satu, juara dua dan juara tiga kemudian di seleksi lagi pada ketiganya tersebut dan nantinya yang menang ialah yang berkesempatan membawa nama Kota Pekalongan pada kejuaraan selanjutnya.

### **2. Pelaksanaan pembinaan prestasi pada setiap klub taekwondo Kota Pekalongan**

Pembinaan dimulai dari pemilihan atlet yang sudah beberapa event kejuaraan seperti POPDA sudah dipantau lalu dilihat apakah sudah layak memenuhi standar yang dibutuhkan di kelas masing masing individu yang akan diikuti sertakan dan apakah si atlet tersebut berpotensi dan pastinya bisa mendapat juara, untuk

pelaksanaan proses pembinaan prestasi taekwondo Kota Pekalongan

Menurut penulis bisa dikatakan belum cukup maksimal untuk tahun-tahun ini dikarenakan hanya mengambil dari atlet dibidang prestasi di setiap klub. Di setiap klub ada 15 anak yang tergabung dalam proses pembinaan prestasi. Hal ini juga ditambah di Kota Pekalongan juga belum dibentuk oleh KONI dan PBTI Pelatda sehingga para atlet bisa dikatakan belum terfokuskan dalam untuk mengikuti latihan guna persiapan turnamen kejuaraan yang akan datang.

### **3. Kualifikasi pelatih dan program latihan yang diterapkan pada setiap klub.**

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis dapat disimpulkan bahwa, dalam setiap klub Taekwondo memiliki pelatih yang sekaligus menjadi pemilik atau pendiri klub Taekwondo, pada setiap klub juga memiliki asisten pelatih untuk membantu dalam proses pelatihan. Untuk jadwal latihan sendiri yang diterapkan dari ketiga klub taekwondo berbeda-beda, pada klub taekwondo FJ jadwal latihan dilakukan seminggu 3x yaitu pada hari rabu, jumat, dan minggu. Hari rabu dan jumat dilaksanakan pada sore hari pukul 4 sampai setengah 6, sedangkan pada hari minggu dilakukan latihan pagi hari pukul 8 sampai 10 di lapangan SDN Tirto 03. Pada klub Genetic jadwal latihan dilaksanakan seminggu 4 kali yaitu pada hari selasa, kamis, sabtu, dan minggu dilaksanakan pada sore hari pukul 4 sampai pukul 6 di kompleks stadion Hoegeng. Sedangkan klub TKB jadwal untuk latihan dilaksanakan seminggu 6 kali latihan yaitu pada hari senin sampai hari sabtu pada pukul setengah 4 sampai pukul 6 di Gor Jetayu.

### **4. Keberadaan induk organisasi PBTI Kota Pekalongan.**

Dalam kepengurusan PBTI di Kota Pekalongan Pengurus menjadi salah satu yang paling berpengaruh tentang berhasil atau tidaknya pembinaan di suatu daerah maupun pembinaan suatu club dan di Kota Pekalongan ini keberadaan pengurus memang sudah lama tersusun dan menurut peneliti memang sebagian besar atlet hanya mengetahui garis besarnya saja dan tidak terlalu mendalami atau tidak mengetahui lebih dalam lagi karena menurut para atlet tugasnya hanya latihan dan juara. Di sini yang peneliti amati atau yang peneliti dapat yaitu kepengurusan sudah ada dan per bidang sudah berjalan dengan tugasnya masing-masing, salah satunya yaitu ketua cabang yang juga ikut serta membantu pendanaan yang dibutuhkan, tidak jarang juga memakai uang pribadi diluar kas PBTI Kota Pekalongan. Lalu untuk pengaruh pengurus dalam pembinaan prestasi hanyalah sekedar membantu memfasilitasi juga ada bantuan dari KONI. Pengurus PBTI juga ikut andil dalam keseluruhan tim mulai dari pemilihan dan menyeleksi atlet, guna di promosikan untuk menjadi yang terbaik guna membawa nama Kota Pekalongan dalam berbagai event kejuaraan yang diselenggarakan, tetapi pengurus PBTI belum melakukan program pemusatan insentif dan pengurus juga belum dituntut untuk mencukupi segala kebutuhan tim selama pemusatan salah satunya konsumsi maupun vitamin dan juga beberapa peralatan yang gunanya menunjang program latihan supaya tidak ada hambatan dalam pelaksanaan latihan. Kesimpulan dari pembahasan diatas yaitu keberadaan pengurus PBTI dalam program pembinaan prestasi dapat dikatakan masih kurang baik.

##### **5. Sarana dan Prasarana yang tersedia pada setiap Club taekwondo Kota Pekalongan.**

Kondisi sarana di setiap klub di kota pekalongan untuk saat ini masih biasa saja dilihat dari tempat latihan yang bisa dikatakan kurang bersih sesuai yang penulis amati ketika melakukan observasi dan kalau berbicara fasilitas yang ada kondisi sarana di setiap klub di kota pekalongan masih sangat kurang menurut pengurus KONI sebagai contoh alat yang digunakan seperti matras, untuk pembelian matras merupakan hasil iuran dari orang tua para atlet. Bidang pembinaan prestasi wajar saja dilihat dari belum memakai teknologi saat menyeleksi atau memantau kondisi fisik atlet seperti VO2Max harusnya mampu membeli peralatan yang digunakan untuk pertandingan yang sekarang yaitu PSS atau Protectal Scoreing System karena alat itulah yang nantinya dipakai oleh Panitia PORPROV untuk sistem penilaian di cabang olahraga bela diri taekwondo.

#### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Berdasarkan pembahasan mengenai evaluasi pembinaan prestasi taekwondo Kota Pekalongan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut: (1) pemasalan anggota taekwondo dilihat dari banyaknya yang mengikuti kegiatan ujian kenaikan tingkat (UKT) dan beberapa kejuaraan yang diadakan oleh pengurus cabang sudah berjalan dengan cukup baik, (2) pelaksanaan proses pembinaan prestasi taekwondo Kota Pekalongan bisa dikatakan belum cukup maksimal dikarenakan hanya mengambil dari atlet dibidang prestasi, Hal ini juga belum dibentuk Pelatda sehingga para atlet bisa dikatakan belum terfokuskan untuk mengikuti latihan guna persiapan kejuaraan yang akan datang, (3) kualifikasi pelatih dan program latihan yang diterapkan pada setiap club, dalam setiap klub taekwondo memiliki pelatih yang sekaligus menjadi pemilik atau pendiri klub

taekwondo, dan untuk program latihan yang diterapkan biasanya seminggu 3 sampai 6 kali, (4) keberadaan induk organisasi PBTI Kota Pekalongan, keberadaan pengurus memang sudah lama tersusun dari peneliti amatir atau yang peneliti dapat yaitu kepengurusan sudah ada dan per bidang sudah berjalan dengan tugasnya masing-masing. (5) Sarana dan Prasarana yang tersedia, masih kurang dilihat dari tempat latihan yang bisa dikatakan kurang bersih dan alat yang dibutuhkan untuk latihan.

Musanef. (1991). Pembinaan. Diambil dari <http://handpage.blogspot.com/p/pembinaan-ekstrakurikuler.html> (Diambil pada 13/02/2014 jam 10.35).

Morgan, Clifford T. (1986), Introduction to Psychology, New York : Mc. Graw-Hill Book

Nataningrat. N. H. (2016). Survey Pembinaan Prestasi Klub Taekwondo Kabupaten Semarang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Unnes.

Pate, Russel R., McClaneghan, Bruce and Rotella, R (1984) Scentific Foundations of Coaching. New York: CBS Collage Publishing.

## DAFTAR PUSTAKA

Bompa, T.O. (1994). Theory and Metodologi of Training. The Key to Athletic Peformance, 3th Edition. Dubuque IOWA: Kendalhunt Publishing Company.

Mulyadi, R. (2015). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Tenis Lapangan di Kabupaten Sleman. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.

Maloeng, Lexy. (2011). Metode penelitian kualitatif. Bandung : P.T Remaja Rosdakarya

Miftah. (1997). Perilaku Organisasi. Jakarta: CV Rajawali.

Rubianto Hadi. (2004). Ilmu Kepelatihan Dasar. Semarang : PKLO FIK UNNES.

Rubianto Hadi. (2007). Ilmu Kepelatihan Dasar. Semarang : Cipta Prima Nusantara.

Said Junaidi.(2003). Pembinaan Olahraga Usia Dini. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Sajoto. (1995). Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga. Jakarta. Dahari Prize.

Satori, Djam'an & Aan, Komariah. (2011). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta.

Poerwadarminto. (1996). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.

Rusli Lutan. (2000)a. Dasar-dasar Kepelatihan. Jakarta: Depdiknas-----  
(2000)b. Manajemen Olahraga. Jakarta : Depdikbud,

Mulyadi, R. (2015). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Tenis Lapangan di Kabupaten Sleman. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.