



PEMBINAAN OLAHRAGA DAYUNG DI JAWA TENGAH

Nizar Zulmi*, Supriyono, Mugiy Hartono
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima September 2012
Disetujui September 2012
Dipublikasikan Oktober 2012

Keywords:
**Exercises, Row-
ing is a water sport**

Abstrak

Olahraga dayung merupakan cabang olahraga air yang menggunakan peralatan berupa dayung dan perahu. Untuk menjadi pendayung yang baik dan berprestasi diperlukan latihan pembinaan secara teratur dan terus menerus. Olahraga dayung di Indonesia belum bisa dibanggakan, sehingga perlu dicarikan jalan pemecahannya. Dengan adanya PODSI sebagai induk organisasi dayung di Indonesia, diharapkan dapat meningkatkan pembinaan olahraga dayung di Indonesia, sehingga prestasi olahraga dayung dapat dibanggakan. Untuk mengetahui pembinaan olahraga dayung di Jawa Tengah, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana program latihan yang dilaksanakan pada kegiatan olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana sarana dan prasarana olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana organisasi olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana prestasi yang dicapai olahraga dayung di Jawa Tengah tahun 2011/2012.

Abstract

Rowing is a water sport that uses equipment such as paddles and boats. To be a good rower and perform necessary coaching exercises regularly and continuously. Rowing in Indonesia can not be proud of that necessary to find the solution. With the paddle PODSI as the parent organization in Indonesia, is expected to increase coaching rowing in Indonesia, so that achievement can be proud of rowing. To learn coaching rowing in Central Java, the problem of this research is how the training program was held on rowing activities in Central Java, how to paddle sports facilities and infrastructure in Central Java, how the organization rowing in Central Java, how achievement rowing in Central Java in 2011/2012.

This study used a qualitative descriptive method. Which is the object of this research is rowing in Central Java, while the subjects in this study is the coach rowing and canoeing, as well as the athlete's general chairman. Methods of data collection in this study used interviews, observation and documentation. Data analysis techniques in this study using three interrelated components, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions tri anggulasi and verification.

Pendahuluan

Perkembangan dunia olahraga sekarang ini, pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat berperan, dikarenakan berkembang atau tidaknya dunia olahraga itu tergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, baik pembinaan di lingkungan masyarakat, sekolah, di tingkat daerah, nasional bahkan internasional. Olahraga sangat bermanfaat untuk kesehatan secara umum, karena dapat meningkatkan kualitas hidup dan memperlambat kemunduran status kebugaran seseorang akibat penuaan, penyakit dan lingkungan. Olahraga yang teratur dapat meningkatkan fungsi dari jantung, pernafasan dan otot. Olahraga apapun jenisnya tak lepas dari kebutuhan akan kesegaran jasmani yang baik, salah satunya adalah olahraga dayung.

Olahraga dayung merupakan salah satu cabang olahraga air yang menggunakan peralatan berupa dayung dan perahu. Untuk menjadi pendayung yang baik dan berprestasi secara optimal, maka diperlukan latihan pembinaan secara teratur dan terus-menerus, sehingga pemain tersebut memiliki kemampuan fisik yang baik, keterampilan teknik yang menunjang, penerapan strategi atau teknik pembinaan yang bervariasi serta penguasaan dan pengendalian mental bertanding yang kuat dan tangguh dalam menghadapi pertandingan. Salah satu cara yang perlu ditempuh dalam usaha peningkatan pembinaan prestasi olahraga dayung, yaitu dengan cara pembibitan atlet atau program kelompok umur.

Sudah sewajarnya bila olahraga dayung dituntut untuk berprestasi. Namun kenyataannya, saat ini prestasi olahraga dayung di Indonesia belum bisa dibanggakan ditingkat Dunia. Keterpurukan prestasi olahraga dayung di Indonesia perlu dicarikan jalan pemecahannya dan tanggung jawab, tidak hanya tertuju pada para atlet dan pelatihnya saja tetapi juga pihak-pihak lainnya, seperti pembina, pengurus dan organisasi.

Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI) sebagai induk organisasi dayung di Indonesia, dalam memajukan prestasi atletnya yaitu dengan mengadakan kejuaraan antar kelompok umur dengan cara pemilihan bibit pemain dengan baik melalui organisasi olahraga dayung di daerah-daerah. Keadaan dan permasalahan olahraga dayung di Jawa Tengah mengenai pelaksanaan pembinaan, pembibitan pemain, sarana dan prasarana serta prestasi atlet dayung yang merupakan hasil pembinaan klub belum sesuai dengan apa yang diharapkan. Dengan adanya PODSI di beberapa daerah, diharapkan dapat meningkatkan pembinaan olahraga

dayung di Jawa Tengah. Sehingga prestasi olahraga dayung di Jawa Tengah dapat dibanggakan di Indonesia bahkan di tingkat Dunia.

Setiap olahraga yang bertujuan untuk peningkatan prestasi diperlukan sarana penunjang yang meliputi faktor bakat, kesehatan gizi, organisasi, fasilitas, lingkungan dan pembinaan. Demikian pula dalam olahraga dayung, dalam usahanya meningkatkan prestasi olahraga dayung, diperlukan beberapa faktor, diantaranya pemilihan atlet berbakat, pembibitan, program dan kegiatan latihan yang terencana dengan baik, sarana dan prasarana yang memadai, pelatih serta organisasi yang baik.

Berdasarkan latar belakang di atas untuk mengetahui program pembinaan olahraga dayung di Jawa Tengah tahun 2012, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana program latihan yang dilaksanakan pada kegiatan olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana sarana dan prasarana olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana organisasi olahraga dayung di Jawa Tengah, bagaimana prestasi yang dicapai olahraga dayung di Jawa Tengah tahun 2011/2012.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana pembinaan olahraga dayung di Jawa Tengah yang meliputi program latihan, sarana dan prasarana, organisasi serta prestasi yang pernah dicapai. Yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah olahraga dayung di Jawa Tengah, sedangkan yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah pelatih rowing dan pelatih canoeing, ketua umum serta atlet.

Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2006 : 118). Variabel dalam penelitian ini adalah pembinaan olahraga dayung di Jawa Tengah. Pembinaan yang dimaksud, meliputi program latihan, sarana dan prasarana, organisasi serta prestasi pada perkumpulan olahraga dayung di Jawa Tengah. Metode pengumpulan datanya menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan tiga komponen yang saling berkaitan, yaitu reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini adalah Atlet PODSI Blora.

Jumlah atlet dayung yang ada di PODSI Blora berjumlah 39. Cara perekrutan atlet dayung dilihat dari postur tubuh serta kemampuan dan kesungguhan dari calon atlet-atlet dayung itu sendiri. Biasanya perekrutan atlet dayung diadakan satu kali dalam satu tahun. Jika ada atlet-atlet dayung yang berprestasi, mereka berhak mendapat penghargaan berupa uang.

Tingkat kesejahteraan para atlet dayung yang ada di PODSI Blora belum memadai, penyebab utamanya adalah faktor anggaran atau dana. Di sana tidak ada bantuan dalam bidang pendidikan dan tidak ada dokter khusus untuk menangani jika ada atlet-atlet dayung yang sakit.

Jumlah atlet dayung yang ada di PODSI Juwana berjumlah 36. Cara perekrutan atlet dayung diambil dari minat para calon atlet dayung yang betul-betul ingin menjadi atlet dayung yang mampu membanggakan PODSI Juwana. Perekrutan atlet dayung diadakan satu kali dalam satu tahun. Jika ada atlet-atlet dayung yang berprestasi, mereka berhak mendapat penghargaan berupa uang.

Tingkat kesejahteraan para atlet dayung di PODSI Juwana sudah memadai. Para atlet dayung dibantu dalam bidang pendidikan dan di sana juga ada dokter khusus untuk menangani jika ada atlet dayung yang sakit.

Jumlah atlet dayung yang ada di PODSI Demak berjumlah 30. Cara perekrutan atlet dayung dilakukan melalui seleksi dan keinginan kuat untuk menjadi seorang atlet dayung yang berprestasi serta dilihat dari postur tubuhnya sebagai bahan pertimbangan. Perekrutan atlet dayung diadakan satu kali dalam satu tahun. Jika ada atlet dayung yang berprestasi, mereka berhak mendapat penghargaan berupa uang pembinaan.

Tingkat kesejahteraan atlet-atlet dayung yang ada di PODSI Demak cukup memadai. Para atlet dayung dibantu dalam bidang pendidikan tapi di sana tidak ada dokter khusus untuk menangani jika ada atlet-atlet dayung yang sakit.

Jumlah atlet dayung yang ada di PODSI Semarang berjumlah 12. Cara perekrutan atlet dayung berasal dari keluarga atlet dayung sendiri maupun keluarga mantan atlet dayung. Perekrutan atlet dayung diadakan satu kali dalam satu tahun. Jika ada atlet dayung yang berprestasi, mereka berhak mendapat penghargaan berupa uang.

Tingkat kesejahteraan para atlet dayung di PODSI Semarang belum memadai, tidak ada bantuan dalam bidang pendidikan dan tidak ada dokter khusus untuk menangani jika ada atlet dayung yang sakit.

Jumlah pelatih dayung yang ada di PODSI Blora berjumlah tiga orang. Cara perekrutan

pelatih dayung diambil dari mantan-mantan atlet dayung yang sudah berprestasi. Pendidikan kepelatihan yang pernah diikuti pelatih dayung yaitu ditingkat Nasional tepatnya di Jakarta pada tahun 2010.

Kunci sukses pelatih dayung untuk menciptakan atlet-atlet dayung yang berbakat yaitu dengan cara memberikan pengarahan-pengarahan yang positif dan menerapkan disiplin yang tinggi. Selain itu, setiap sebelum dan sesudah latihan pelatih dayung mengadakan evaluasi, guna untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan masing-masing atlet dayung.

Jumlah pelatih dayung yang ada di PODSI Juwana berjumlah 1. Cara perekrutan pelatih dayung diambil dari mantan atlet dayung yang mempunyai prestasi serta pilihan dari anggota PODSI. Pendidikan kepelatihan yang pernah diikuti pelatih dayung yaitu ditingkat Jawa Tengah dan Nasional.

Kunci sukses pelatih dayung agar dapat menciptakan atlet-atlet dayung yang berbakat yaitu dengan cara memberikan pengarahan kepada para atlet dayung agar disiplin serta sebelum maupun sesudah latihan pelatih dayung memberikan evaluasi, guna untuk mengetahui dimana letak kekurangan dan kelebihan masing-masing atlet dayung.

Jumlah pelatih dayung yang ada di PODSI Demak berjumlah 4. Cara perekrutan pelatih dayung diambil berdasarkan pengalamannya selama menjadi atlet dayung yang mempunyai prestasi serta kesungguhannya untuk menciptakan bibit-bibit atlet dayung yang berprestasi. Pendidikan kepelatihan yang pernah diikuti pelatih dayung yaitu ditingkat Nasional.

Kunci sukses pelatih dayung untuk menciptakan atlet-atlet dayung yang berbakat yaitu dengan cara menerapkan disiplin yang tinggi, tanggung jawab, berdedikasi serta mempunyai semangat dan motivasi. Selain itu, setiap sebelum dan sesudah latihan pelatih dayung mengadakan evaluasi, guna untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan para atlet dayungnya.

Jumlah pelatih dayung yang ada di PODSI Semarang berjumlah 2. Cara perekrutan pelatih dayung diambil dari pengalaman-pengalamannya selama menjadi atlet dayung. Pendidikan kepelatihan yang pernah diikuti pelatih dayung yaitu ditingkat Daerah.

Kunci sukses pelatih agar atlet dayung mempunyai bakat yaitu dengan cara menerapkan program latihan sesuai dengan target, akan tetapi di PODSI Semarang itu sendiri sistem pelatihannya kurang aktif. Selain itu di PODSI Semarang juga tidak diadakan evaluasi, baik sebelum mau-

pun sesudah latihan.

Pola pembinaan yang diterapkan di PODSI Blora adalah menerapkan prinsip kepada pengurus, pelatih dan atlet dayung untuk mematuhi peraturan-peraturan dan program yang telah dibuat sebagaimana mestinya. Jika semua pihak yang bersangkutan dapat mematuhinya, maka peraturan dan program yang telah dibuat akan berjalan sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Dalam proses pembinaan di PODSI ini ada target khusus yang dilakukan yaitu menciptakan atlet-atlet dayung yang berbakat dan berprestasi. Hambatan-hambatan yang dialami dalam proses pembinaan adalah tempat latihan yang kurang memadai serta peralatan fitnes yang masih kurang.

Pola pembinaan yang diterapkan di PODSI Juwana adalah semua pengurus, pelatih dan atlet dayung harus bisa disiplin dan bertanggung jawab terhadap tugasnya masing-masing.

Dalam proses pembinaan di PODSI ini ada target khusus yang dilakukan yaitu menciptakan atlet-atlet dayung yang berprestasi. Hambatan-hambatan yang dialami dalam proses pembinaan adalah faktor pendanaan.

Pola pembinaan yang diterapkan di PODSI Demak adalah pola pembinaan yang dibagi berdasarkan kelompok umur, usia dibawah 15 tahun, junior usia dibawah 18 tahun dan senior. Selain itu juga diterapkan sikap tanggung jawab dan disiplin kepada semua pengurus, pelatih dan atlet dayung terhadap tugasnya masing-masing.

Dalam proses pembinaan di PODSI Demak ada target khusus yang dilakukan yaitu diadakan pembinaan untuk menghadapi Porprov di Banyumas. Hambatan-hambatan yang ada dalam proses pembinaan adalah sarana dan prasarana ada yang rusak dan masalah pendanaan.

Pola pembinaan yang diterapkan di PODSI Semarang adalah menerapkan prinsip disiplin kepada semua pengurus, pelatih dan atlet dayung agar bertanggung jawab terhadap tugasnya masing-masing.

Dalam proses pembinaan di PODSI ini ada target khusus yang dilakukan yaitu menciptakan atlet-atlet dayung yang mampu memperoleh prestasi yang tinggi. Hambatan-hambatan yang dialami dalam proses pembinaan adalah peralatan seperti banyak dayung yang rusak dan tempat

latihan yang terganggu akibat renovasi.

Program latihan yang diterapkan di PODSI Blora adalah latihan fisik, latihan mental dan latihan keterampilan. Latihan fisiknya seperti latihan beban dan lari, latihan mentalnya seperti diadakan kompetisi dan cek waktu serta latihan keterampilannya seperti bermain futsal. Program latihan yang ada di PODSI Blora sudah tersusun dan berjalan dengan baik. Hal ini diharapkan akan dapat membantu meningkatkan dan mengembangkan keberhasilan di PODSI Blora.

Program latihan yang diterapkan di PODSI Juwana adalah latihan fisik, latihan mental dan latihan keterampilan. Latihan fisiknya seperti latihan beban dan lari, latihan mentalnya seperti latihan tanding sesama atlet dayung dalam satu daerah dan latihan keterampilannya seperti futsal. Sama halnya dengan PODSI Blora, program latihan yang ada di PODSI Juwana sudah tersusun dan berjalan dengan baik. Dengan tujuan untuk mendapatkan prestasi yang tinggi.

Program latihan yang diterapkan di PODSI Demak adalah latihan fisik, latihan mental dan latihan keterampilan. Latihan fisiknya seperti lari, renang dan latihan beban yang dilakukan 1x dalam seminggu, latihan mental seperti cek waktu antar atlet dayung sehingga dapat menjadi bahan evaluasi kedepannya dan latihan keterampilannya adalah futsal. Program latihan yang ada di PODSI Demak sudah tersusun dan berjalan dengan baik.

Program latihan yang diterapkan di PODSI Semarang adalah latihan fisik, latihan mental dan latihan keterampilan. Latihan fisiknya seperti latihan beban dan lari, latihan mentalnya seperti cek waktu dan latihan keterampilannya seperti futsal. Program latihan yang diterapkan di PODSI Semarang sudah tersusun dengan baik tapi belum bisa berjalan dengan lancar.

Sarana dan prasarana yang ada di PODSI Blora cukup terawat dengan baik, tapi peralatan yang ada belum memadai, sehingga perlu penambahan peralatan untuk menunjang kegiatan para atlet dayung. Keadaan sarana dan prasarana yang ada belum memenuhi standar keamanan, karena peralatan masih ada yang rusak dan bocor. Tempat latihannya pun belum memadai, karena jika waduk dalam keadaan surut latihan tidak dapat dilakukan.

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1	Perahu Kayak Single	5
2	Perahu Kayak Double	2
3	Perahu Kayak 4	1
4	Perahu Rowing Single	1
5	Perahu Kano	2
6	Perahu Dragon Boat	2
7	Dayung Canoeing	17
8	Dayung Rowing	2
9	Stopwatch	2
10	Ergometer	1

Tabel.1. Sarana dan Prasarana PODSI Blora

Sarana dan prasarana yang ada di PODSI Juwana terawat dengan baik. Peralatan yang ada cukup memadai dan sudah memenuhi stan-

dar keamanan. Tapi tetap perlu penambahan peralatan guna menunjang kegiatan para atlet dayung.

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1	Perahu Kayak Single	4
2	Perahu Kayak Double	2
3	Perahu Kayak 4	1
4	Perahu Kano Single	2
5	Stopwatch	1
6	Dayung Canoeing	14
7	Alat Beban	1 set

Tabel. 2. Sarana dan Prasarana PODSI Juwana

Sarana dan prasarana yang ada di PODSI Demak cukup terawat dengan baik. Peralatan yang ada belum memadai dan belum memenuhi standar keamanan karena peralatan yang ada sudah banyak yang bocor dan rusak bahkan ada

perahu yang patah. Sehingga perlu penambahan peralatan guna menunjang kegiatan para atlet dayung. Dana yang digunakan untuk pengadaan sarana dan prasarana berasal dari anggaran APBD melalui KONI.

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1	Perahu Rowing Single	1
2	Perahu Kayak Single	8
3	Perahu Kayak Double	2
4	Perahu Kano Single	2
5	Perahu Kano Double	1
6	Dayung Canoeing	15
7	Dayung Rowing	2
8	Stopwatch	2
9	Ht	1
10	Alat beban	1 set

Tabel. 3. Sarana dan Prasarana PODSI Demak

Sarana dan prasarana yang ada di PODSI Semarang tidak terawat dengan baik, sehingga belum memadai. Perlu penambahan peralatan seperti perahu dan dayung guna menunjang kegiatan para atlet dayung. Tempat latihan yang

digunakan juga belum memadai, dikarenakan adanya renovasi. Dana yang digunakan untuk pengadaan sarana dan prasarana berasal dari anggaran APBD melalui KONI.

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1	Perahu Kayak	4
2	Perahu Rowing Single	2
3	Perahu Rowing Double	2
4	Perahu Kano	2
5	Perahu Dragon Boat	1
6	Dayung Canoeing	15
7	Dayung Rowing	6
8	Stopwatch	1
9	Alat Beban	1 set

Tabel. 4. Sarpras PODSI Semarang

Susunan organisasi yang ada di PODSI Blora sudah tersusun dan berjalan dengan baik. Para pengurusnya sudah aktif dalam menjalankan tugasnya masing-masing. Kegiatan-kegiatan

yang dilakukan sudah terprogram dengan baik dan program kerja sudah terkoordinasi dengan rapi. Dengan hal ini diharapkan dapat mencapai tujuan sesuai dengan yang ditargetkan.

Susunan organisasi yang ada di PODSI Juwana berjalan dan terkoordinasi dengan baik. Pengurus sudah aktif dalam menjalankan tugasnya, semua kegiatan dan program kerja yang ada sudah terprogram dan terencana, sehingga untuk kedepannya diharapkan dapat berkembang lebih baik lagi.

Susunan organisasi yang ada di PODSI Demak berjalan dengan baik sesuai dengan program kerja yang sudah terkoordinasi dengan rapi dan terprogram. Hal ini dapat dilihat dari keterlibatan para pengurusnya yang aktif dalam kegiatan. Hal ini diharapkan untuk mencapai tujuan sesuai dengan target.

Susunan organisasi yang ada di PODSI Semarang kurang tersusun dengan baik, program kerja kurang terkoordinasi dengan rapi dan dalam pelaksanaan kegiatannya kurang aktif. Jadi untuk kedepannya diusahakan semua kegiatan dapat terlaksana dengan aktif dan program kerja dapat terkoordinasi dengan rapi.

Prestasi yang ada di PODSI Blora adalah juara 2 Prapon dayung kayak tahun 2011, juara 1 tingkat daerah dragon boat tahun 2011 dan juara 2 tingkat daerah dragon boat tahun 2011.

Prestasi yang ada di PODSI Juwana adalah juara 1 Kejurda dayung kayak tahun 2011, juara 3 Kejurnas dayung kayak tahun 2011 dan juara 3 Prapon dayung kayak tahun 2011.

Prestasi yang ada di PODSI Demak adalah Asian games dan Sea games dragon boat tahun 2011.

Prestasi yang ada di PODSI Semarang adalah juara 2 Kejurda dayung kayak tahun 2011, juara 3 Porprov dayung kayak tahun 2011 dan juara 3 Prapon dayung kayak tahun 2011.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian data yang telah dilakukan, maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa program latihan yang diterapkan di PODSI Blora, Juwana dan Demak sudah tersusun dan berjalan dengan baik. Sedangkan program latihan yang diterapkan di PODSI Semarang sudah tersusun dengan baik, tetapi belum bisa berjalan dengan lancar. Sarana dan prasarana yang ada di PODSI Blora dan PODSI Demak cukup terawat dengan baik tapi peralatan belum memadai, di PODSI Juwana sudah terawat dengan baik dan peralatan cukup memadai, di PODSI Semarang tidak terawat dengan baik dan peralatan belum memadai. Organisasi yang ada di PODSI Jawa Tengah terdapat perbedaan. Pada PODSI Blora, Juwana dan Demak organisasinya berkembang dengan baik. Hal ini dapat dilihat dari pengurus-pengurusnya yang aktif, program kerja yang terkoordinasi dengan rapi dan pelaksanaan kegiatan-kegiatannya yang berjalan lancar. Sedangkan pada PODSI Semarang organisasinya belum sepenuhnya berkembang dengan baik. Hal ini dikarenakan pengurus-pengurusnya kurang aktif, program kerja belum terprogram dengan baik dan pelaksanaan kegiatannya kurang lancar. Prestasi yang dicapai di PODSI Jawa Tengah cukup baik, hal ini dapat dilihat dari prestasi yang sudah diraih

Daftar Pustaka

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta