

**PEMBINAAN PRESTASI ATLET DAYUNG
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



**RAHMAD
NIM. 15086227**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

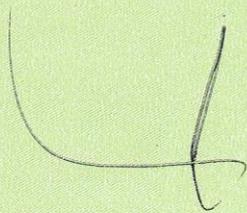
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pembinaan Prestasi Atlet Dayung
Kabupaten Pesisir Selatan
Nama : Rahmad
NIM : 15086227
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Jenjang Program : Strata 1 (S1) Akta IV
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

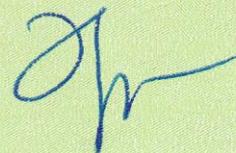
Padang, Februari 2019

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Disetujui oleh,
Pembimbing



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP. 19611230 198803 1 003



Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

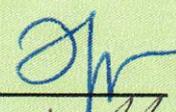
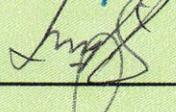
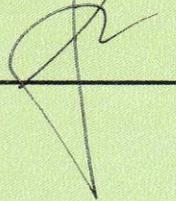
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pembinaan Prestasi Atlet Dayung
Kabupaten Pesisir Selatan
Nama : Rahmad
NIM : 15086227
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Jenjang Program : Strata 1 (S1) Akta IV
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Februari 2019

Tim Penguji :

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Deswandi, M.Kes, AIFO	2. 
3. Anggota	: Atradinal, S.Pd, M.Pd	3. 

ABSTRAK

Rahmad. 2019: “Pembinaan Prestasi Atlet Dayung Kab.Pesisir Selatan”.

Masalah dalam penelitian ini adalah menurunnya performa atlet ketika bertanding sehingga menimbulkan turunya prestasi atlet dari apa yang diharapkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pembinaan prestasi atlet dayung Kab.Pesisir Selatan.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah atlet, pelatih dan pengurus PODSI Kab.Pesisir Selatan yaitu 30 orang. Teknik penarikan sampel penelitian ini adalah *sampling* penuh dimana keseluruhan dari populasi menjadi sampel yaitu 30 orang. Untuk mengetahui pembinaan prestasi atlet dayung Kab.Pesisir Selatan, penelitian ini menggunakan instrument angket dan wawancara. Teknik analisa data menggunakan teknik deskriptif presentasi.

Hasil Penelitian yakni : secara keseluruhan bahwasanya pembinaan prestasi atlet dayung Kab.Pesisir Selatan berada di klasifikasi baik dengan persentase 78,67%.

Kata kunci :Pembinaan Prestasi, Dayung

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran ALLAH SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pembinaan Prestasi Atlet Dayung Kabupaten Pesisir Selatan”. Salawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Zalfendi, M.Kes Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Deswandi M.Kes. AIFO, dan Atradinal, S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Kedua Orang tua (Ibu dan Ayah) tercinta yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga ananda dapat menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Bapak Raflenofa Yulanda sebagai Ketua PODSI Kabupaten Pesisir Selatan dan Bapak Hendri Sufriandi sebagai pelatih yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Pribadita Firdaus Har sebagai teman terdekat yang sampai saat ini sudah memberikan banyak bantuan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Subhanahuwata'ala memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Februari 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat penelitian.....	8
BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	9
1. Olahraga Dayung.....	9
2. Sejarah Olahraga Dayung.....	10
3. Perkembangan Olahraga Dayung Kabupaten Pesisir Selatan	14
4. Jenis-jenis Olahraga Dayung.....	15
5. Nomor-nomor yang Dipertandingkan	20
6. Pembinaan Prestasi.....	20
B. Kerangka Konseptual	34
C. Pertanyaan Penelitian	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis, Tempat, dan Waktu Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel	37
C. Jenis dan Sumber Data	38
D. Teknik Pengumpulan Data	39
E. Instrumen Penelitian.....	39

F. Prosedur Penelitian.....	40
G. Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	43
B. Analisis Data	43
C. Pembahasan	53
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1 :	Prestasi Atlet Dayung Kab.Pesisir Selatan dari tahun 2002-2018	14
Tabel 2.	Cabang-cabang Olahraga Dayung Dalam Naungan Persatuan Olahraga Dayung Seluruh Indonesia (PODSI)	20
Tabel 3.	Jumlah Populasi.....	37
Tabel 4.	Klasifikasi Penilaian Angket penelitian	43
Tabel.5	Distribusi Frekuensi Hasil Jawaban Respoden	44
Tabel.6	Distribusi Frekuensi Hasil Jawaban Respoden	45
Tabel.7	Distribusi Frekuensi Hasil Jawaban Respoden	46
Tabel.8	Distribusi Frekuensi Hasil Jawaban Respoden	48
Tabel.9	Distribusi Frekuensi Hasil Jawaban Respoden	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Nomor Kayak	15
Gambar 2.	Nomor Kano	16
Gambar 3.	Nomor Scull	17
Gambar 4.	Nomor Sweep	18
Gambar 5.	Nomor Perahu Naga	18
Gambar 6.	Ergometer Canoeing	19
Gambar 7.	Ergometer Rowing	19
Gambar 8.	Histogram analisis skor angket variabel pelatih	45
Gambar 9.	Histogram analisis skor angket variabel pengurus	46
Gambar 10.	Histogram analisis skor angket variabel Atlet.	47
Gambar. 11	Histogram analisis skor angket variabel pendanaan.	48
Gambar. 12	Histogram analisis skor angket variabel sarana dan prasana.	500
Gambar 13.	Peneliti Membagikan Angket kepada sampel	83
Gambar 14.	Peneliti Menjelaskan Cara Pengisian Angket	83
Gambar 15.	Foto Saat Wawancara dengan Pengurus 1	84
Gambar 16.	Foto Saat Wawancara dengan Pengurus 2	84
Gambar 17.	Foto Bersama dengan Pengurus 1	855
Gambar 18.	Foto Bersama dengan Pengurus 2	85
Gambar 19.	Foto Wawancara Bersama Pelatih	86
Gambar 20.	Foto Bersama dengan Pelatih dan Atlet	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	65
Lampiran 2	71
Lampiran 3	77
Lampiran 4	78
Lampiran 5	79
Lampiran 6	83
Lampiran 7	79
Lampiran 8	83

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pada saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan, olahraga juga bertujuan untuk meningkatkan prestasi yang dilakukan secara individu dan kelompok, seperti yang ditegaskan dalam UU RI No. 3 Tahun 2005 pasal 4 tentang sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi:

“Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Dayung merupakan aktivitas yang menjadi rutinitas sebagian kalangan masyarakat daerah pesisir pantai maupun daerah kawasan perairan. Dalam perkembangannya olahraga dayung dijadikan cabang olahraga yang dipertandingkan. Dewasa ini dayung telah mengalami perubahan yang signifikan baik dari segi ragam bentuk serta pemanfaatannya. Seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi selain dijadikan untuk aktifitas masyarakat, dayung menjadi satu jenis olahraga yang cukup bergengsi dalam bersaing dibidang prestasi. Olahraga dayung merupakan gerak olahraga yang melibatkan perpenduan gerak tubuh beserta alat yang digunakan untuk

mendayung. Menurut Stephen dalam Rohmat (2002:8), menjelaskan tentang karakteristik mendayung yaitu: "gerakan mendayung dilakukan secara berirama, terus menerus dan ada rasio yang baik antara fase kejadian fase istirahat". Olahraga dayung yang diperlombakan sekarang terdiri dari tiga nomor yaitu nomor Olympic, Tradisional dan Mesin. Nomor Olympic terdiri atas dua jenis yaitu Canoeing dan Rowing". Jenis Canoeing pun meliputi dua nomor sesuai ICF (2011:9) "Terdiri dari Kano polo, Kanada, Arus deras dan Slalom. Nomor *Rowing* meliputi nomor *Scull* dan *Sweep*". Nomor tradisional yang dilombakan adalah perahu naga, sedangkan nomor mesin adalah nomor Dayung Ergometer".

Olahraga dayung jenis tradisional atau tradisional *boat race* (perahu naga) merupakan salah satu nomor perlombaan yang dipertandingkan dalam berbagai even kedaerahan, nasional dan internasional, karena melibatkan banyak pedayung dan bentuk perahu yang khas naga sesuai dengan asal negara yang mempopulerkan perahu naga, di Indonesia nomor-nomor dayung perahu naga yang diperlombakan dalam even resmi seperti Pekan Olahraga Nasional (PON).

Untuk mencapai prestasi yang maksimal ada beberapa faktor yang mempengaruhi seperti pembinaan atlet, pelatih, kondisi fisik, teknik, taktik, status gizi, dan lain sebagainya, terkhususnya adalah pembinaan atlet. Pembinaan olahraga di Indonesia dewasa ini semakin maju, hal ini tidak lepas dari peran serta masyarakat yang semakin sadar dan mengerti akan arti pentingnya olahraga itu sendiri, dan juga adanya dukungan maupun perhatian

dari pemerintah dalam menunjang perkembangan olahraga di negara kita. Menurut Sajoto (1988) mengatakan, bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga yaitu: (1) Mereka yang melakukan kegiatan olahraga hanya untuk rekreasi (2) Mereka yang melakukan kegiatan olahraga untuk tujuan pendidikan (3) Mereka melakukan kegiatan olahraga dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani tertentu (4) Mereka yang melakukan kegiatan olahraga tertentu untuk mencapai prestasi.

Terkait dengan poin ke empat untuk mencapai prestasi tersebut maka perlu adanya pembinaan olahraga. Tujuan dari pembinaan olahraga itu sendiri untuk mengidentifikasi calon atlet berpotensi, memilih jenis olahraga yang sesuai dengan potensi dan minatnya yang memperkirakan peluang untuk berhasil dalam program pembinaan sehingga dapat mencapai prestasi yang diharapkan, salah satunya cabang olahraga dayung. Praktek-praktek pembinaan olahraga prestasi yang berlandaskan sistem nilai progresif dan pragmatis adalah selaras dengan ungkapan yang mengatakan “tiada kemajuan tanpa ada perubahan, dan tiada perubahan tanpa ada pembaharuan”.

Penambahan itu terjadi antara lain karena persaingan untuk tampil paling unggul, sehingga dapat dilihat adanya persaingan semakin tajam diantara atlet dari berbagai daerah dalam perkembangan kemajuan prestasi olahraga mereka. Dalam proses ini telah masuk berbagai kegiatan sebagai instrumental input, seperti; alat-alat olahraga yang canggih, metode berlatih yang mutakhir didasarkan atas hasil litbang, perkembangan teori-teori ilmiah sebagai pendukung ilmu olahraga (*sport sciences*). Disamping itu juga harus

diperhatikan mengenai cabang olahraga dayung dengan segala pembentukan prestasi atlet, akan bermuara pada totalitas pertumbuhan fisik dan psikis, untuk semua ini diperlukan profesionalisme penanganannya.

Sistem pembinaan atlet berprestasi harus berbasiskan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) olahraga. Hasil evaluasi terhadap kejuaraan olahraga tingkat dunia, menunjukkan bahwa atlet yang muncul sebagai juara atau yang mampu menampilkan prestasi yang mengesankan adalah mereka yang memenuhi persyaratan cabang olahraga yang bersangkutan. Disamping fisik dan psikologis yang sesuai dengan cabang olahraga, potensi fisik yang menonjol, penguasaan teknik dan taktik yang sempurna, serta latihan yang terprogram merupakan aspek-aspek yang dapat membantu prestasi yang mengesankan tersebut.

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. Pesisir Selatan merupakan salah satu daerah yang membina atlet-atlet

PODSI untuk bertanding mewakili Pesisir Selatan. Untuk prestasi sendiri, PODSI Pesisir Selatan mengalami penurunan prestasi setiap tahunnya, pertandingan perdana saat itu adalah Pekan Olahraga Daerah Sumatera Barat pada tahun 2002 dan berhasil meraih medali emas di nomor 12 putra, akan tetapi tahun-tahun selanjutnya mengalami penurunan pencapaian prestasi yang sudah ditargetkan.

Keadaan dan permasalahan olahraga dayung di Pesisir Selatan mengenai pelaksanaan pembinaan, pembibitan pemain, sarana dan prasarana serta prestasi atlet dayung yang merupakan hasil pembinaan yang belum sesuai dengan apa yang diharapkan. Ini terbukti pada saat pertandingan, performa atlet sangat jauh dari kata bagus, yang mengakibatkan pencapaian prestasi tidak sesuai dengan apa yang sudah diharapkan. Dengan adanya PODSI di beberapa daerah, diharapkan dapat meningkatkan pembinaan olahraga dayung di Pesisir Selatan. Sehingga prestasi olahraga dayung di Pesisir Selatan dapat dibanggakan di Sumatera Barat, 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, pelatih dan organisasi yang baik., program dan kegiatan latihan yang terencana dengan baik, serta sarana dan prasarana yang memadai.

Berdasarkan latar belakang di atas untuk mengetahui program pembinaan olahraga dayung di Pesisir Selatan, maka masalah yang akan

dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana pembinaan atlet dayung Kabupaten Pesisir Selatan yang mempengaruhi prestasi atlet dayung Kabupaten Pesisir Selatan.

B. Identifikasi Masalah

Mencermati permasalahan yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Pengurus
2. Pelatih
3. Atlet
4. Motivasi alet
5. Sarana dan Prasarana
6. Dana
7. Status Gizi
8. Mental

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang muncul dikarenakan pembinaan, untuk itu penulis akan meneliti tentang bagaimana pembinaan prestasi atlet dayung Kabupaten Pesisir Selatan yang meliputi :

1. Pengurus
2. Pelatih
3. Motivasi Atlet
4. Sarana Prasana

5. Pendanaan
6. Mental

D. Perumusan Masalah

Untuk lebih terfokusnya permasalahan yang akan diteliti, maka permasalahan tersebut dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah pengurus berpengaruh dalam pembinaan PODSI Kab. Pesisir Selatan ?
2. Bagaimanakah pelatih dayung dalam melatih atlet PODSI Kab. Pesisir Selatan ?
3. Bagaimanakah motivasi atlet PODSI Kab. Pesisir Selatan untuk mencapai prestasi yang maksimal ?
4. Bagaimanakah sarana dan prasarana yang tersedia dalam menunjang prestasi atlet PODSI Kab.Pesisir Selatan ?
5. Bagaimanakah pengaturan dana yang dilakukan pengurus dan pelatih dalam menunjang prestasi atlet PODSI Kab Pesisir Selatan ?
6. Bagaimanakah mental pengurus, pelatih dan atlet dalam menunjang prestasi atlet PODSI Kabupaten Pesisir selatan ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang :

1. Pembinaan yang dilakukan oleh pengurus PODSI Kab.Pesisir Selatan
2. Program latihan yang dijalankan oleh pelatih PODSI Kab. Pesisir Selatan
3. Motivasi atlet untuk mencapai prestasi yang maksimal

4. Sarana dan prasarana untuk menunjang prestasi atlet PODSI Kab. Pesisir Selatan
5. Pengaturan dana yang dilakukan pengurus dan pelatih dalam menunjang prestasi atlet PODSI Kab. Pesisir Selatan
6. Mental yang dilakukan pengurus, pelatih dan atlet dalam menunjang prestasi atlet PODSI Kab. Pesisir Selatan.

F. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan bagi :

1. Peneliti sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana
2. Untuk pelatih serta pengurus PODSI Kabupaten Pesisir Selatan sebagai bahan pertimbangan dalam pembinaan prestasi atlet.
3. Untuk mahasiswa FIK UNP sebagai bahan kepustakaan dalam penulisan karya ilmiah.
4. Peneliti berikutnya, sebagai bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut berhubungan dengan variabel-variabel lain yang mempengaruhi pembinaan prestasi atlet dayung.