

**PEMBINAAN ATLET BULUTANGKIS USIA DINI DI SD NO. 77/II AUR
GADING KECAMATAN JUJUHAN ILIR KABUPATEN BUNGO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**HERU ROMELA
NIM. 94416**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pembinaan Atlet Bulutangkis Usia Dini di SD no. 77/II Aur
Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo

Nama : Heru Romela

NIM : 94416

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2011

Disetujui :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195701511985031002

Drs. Nirwandi, M.Pd
NIP. 195809141981021001

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olah Raga

Drs. Hendri Neldi, M.Kes. AIFO
NIP. 19620205 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

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

PEMBINAAN ATLET BULUTANGKIS USIA DINI DI SD NO. 77/II AUR
GADING KECAMATAN JUJUHAN ILIR KABUPATEN BUNGO

Nama : Heru Romela
NIM : 94416
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2011

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Yulifri, M.Pd 1. _____
Sekretaris : Drs. Nirwandi, M.Pd 2. _____
Anggota : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd 3. _____
: Drs. Zarwan, M.Kes 4. _____
: Drs. Edwarsyah, M.Kes 5. _____

ABSTRAK

Pembinaan Atlet Bulutangkis Usia Dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo

OLEH : Heru Romela /2011

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tentang Pembinaan Atlet Bulutangkis Usia Dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo.

Jenis penelitian ini deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bulutangkis yang berjumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian diambil menggunakan teknik *total sampling* dimana sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi penelitian yaitu sebanyak 30 orang siswa. Instrument dalam penelitian menggunakan skala pengukuran yang dilakukan adalah skala Guttman dengan dua alternatif jawaban yaitu: “YA” dan “TIDAK”

Dari analisis data didapat kesimpulan bahwa :

1. Tingkat capaian motivasi siswa dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 76,25%.
2. Tingkat capaian peranan guru pembimbing dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi cukup baik, yaitu dengan tingkat capaian sebesar 71,5%.
3. Tingkat capaian sarana dan prasarana yang ada di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 82%.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pembinaan Atlet Bulutangkis Usia Dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. DR. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Pembimbing I dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd, Drs. Zarwan, M.Kes dan Drs. Edwarsyah, M.Kes selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juni 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian.....	8

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	9
1. Permainan Bulutangkis	9
2. Motivasi.....	17
3. Guru Pembina/Pelatih	19
4. Sarana dan Prasarana.....	21
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan Penelitian	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	25
D. Jenis dan Sumber Data	26
E. Instrumen Penelitian.....	26
F. Teknik Analisa Data.....	27

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	28
B. Deskripsi Data.....	28
C. Pembahasan.....	40

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	45
B. Saran-saran.....	46

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
1. Distribusi Frekuensi Motivasi Siswa.....	29
2. Deskripsi Motivasi Siswa.....	30
3. Distribusi Frekuensi Peranan Guru Pembimbing.....	32
4. Deskripsi Peranan Guru Pembimbing.	35
5. Distribusi Frekuensi Sarana dan Prasarana	37
6. Deskripsi Sarana dan Prasarana	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
1. Lapangan Permainan Bulutangkis.....	14
2. Kerangka Konseptual	23
3. Histogram Motivasi Siswa	31
4. Histogram Sarana dan Prasarana.....	36
5. Histogram Sarana dan Prasarana.....	39

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keterlibatan atlet usia dini dalam kompetisi olahraga ini tidak dapat terlepas dari keterlibatan orang dewasa sebagai pelatih, pembina maupun sebagai orangtua atlet. Oleh karena itu program pelatihan olahraga usia dini merupakan suatu sistem sosial yang kompleks.

Bagi kebanyakan anak, pengalaman pertamanya dalam aktivitas olahraga ditangani oleh pelatih yang belum berpengalaman atau bahkan seseorang yang profesinya bukan pelatih. Walaupun orang-orang tersebut menguasai teknik olahraga yang dilatihnya, namun jarang sekali dari mereka yang telah mengikuti pelatihan formal dalam menciptakan lingkungan psikososial yang sehat bagi atlet usia dini. Dikhawatirkan, para pelatih ini hanya mengejar kemenangan, dimana hal ini sangat tidak mendidik terutama dalam konteks olahraga rekreasi dan mengasah keterampilan.

Peningkatan mutu pendidikan merupakan salah satu strategi pembangunan pendidikan di Indonesia. Upaya tersebut memiliki peranan strategi dalam kerangka pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha penyiapan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Hal ini sejalan dengan tuntutan undang-undang no.20 tahun 2003 bab II Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang berbunyi sebagai berikut:

Pendidikan merupakan kegiatan fundamental untuk memajukan masyarakat dan para warganya. Pendidikan berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT, bertakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap dan kreatif dan mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggungjawab.

Kemudian dalam undang-undang RI No. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan dijelaskan bahwa:

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

Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan Sugiyono (2000:1) bahwa untuk mencapai prestasi/ hasil yang sesuai dengan yang diharapkan dalam olahraga diperlukan berbagai persyaratan antara lain :

“(1) bakat, minat dan motivasi berolahraga pelaku (siswa). (2) dukungan moral dan materil dari keluarga, (3) proses pembinaan secara berkesinambunga, terprogram, menggunakan pendekatan dan metode yang baik, dalam waktu yang relatif lama, (4) dukungan sarana dan prasarana yang memadai, (5) kondisi lingkungan fisik, geografis-klimatologis, dan cultural yang kondusif”.

Berdasarkan kutipan-kutipan di atas jelas bahwa untuk mencapai/ mendapatkan hasil sesuai dengan yang diharapkan dalam atlet, salah satu factor yang diperlukan adalah adanya bakat, minat dan motivasi untuk berolahraga dari siswa itu sendiri. Keberhasilan dalam pengembangan diri olahraga di sekolah akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru/ Pembina dalam mengaplikasikan semua bentuk/ materi latihan yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis.

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan suatu sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Dalam pendidikan formal belajar menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif sehingga pada akhirnya akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam prestasi belajarnya. Namun dalam upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan belajar.

Pendidikan yang dilakukan di sekolah harus dapat berperan dalam masyarakat yang sedang berkembang dewasa ini, yaitu manusia yang bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berbudi luhur, serta sehat jasmani dan rohani. Hal ini sesuai dengan tujuan nasional yang bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang bertaqwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta bertanggung jawab.

Salah satu bentuk pengembangan dan pembinaan olahraga di sekolah adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan pada kebutuhan.

Pada saat ini cabang olahraga bulutangkis sangat digemari oleh masyarakat dan kalangan pemuda, tetapi dapat diikuti oleh setiap tingkat

umur, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa. Hal ini dapat terjadi pada pertandingan bulutangkis yang banyak peminat dan tidak sepi dari penonton. Dengan demikian pemain bulutangkis perlu pembinaan yang professional sehingga terlahir atlet-atlet yang berprestasi.

Namun kenyataan yang ditemui pelaksanaan ekstrakurikuler kurang berjalan dengan baik. Hal itu ditemui di lapangan masih banyak siswa yang malas-malas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga bulutangkis, yang mana siswa tampaknya kurang tertarik dengan kegiatan ekstrakurikuler saat itu.

Pada sekolah ada dua program yaitu ekstrakurikuler dan intrakurikuler, Kegiatan ekstrakurikuler sangat besar pengaruhnya terhadap kegiatan intrakurikuler. Hal ini sesuai dengan pendapat Lutan (1986:7) bahwa “Program ekstrakurikuler merupakan salah satu bagian yang tidak terpisahkan dari kegiatan pendidikan sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler dan programnya juga terkait untuk mencapai suatu tujuan yang selaras dengan tujuan pendidikan “Kegiatan ekstrakurikuler jika dijalankan dengan baik sangat besar pengaruhnya terhadap dunia pendidikan sekolah. Dengan begitu sekolah hendaknya melaksanakan program ini secara seimbang dan juga memperhatikan kondisi lingkungan.

Mengingat betapa besarnya manfaat kegiatan ekstrakurikuler apabila kegiatan dapat dilaksanakan dengan baik pada anak didik untuk mencapai prestasi yang maksimal. Dari sekian mata pelajaran yang melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler, hanya kegiatan ekstrakurikuler mata pelajaran pendidikan jasmani cabang olahraga banyak digemari oleh anak didik.

Pembinaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga bulutangkis bertujuan untuk meningkatkan prestasi yang diarahkan untuk terciptanya atlet bulutangkis yang berkualitas. Untuk meningkatkan kualitas secara maksimal dapat dilakukan dengan suatu pembinaan dan latihan sejak usia dini, Harsono (1995) mengatakan: 1. Perlunya diupayakan pembinaan atlet sejak usia dini. 2. Adanya latihan-latihan yang teratur, bertahap dan terprogram. 3. Sistem kompetisi yang teratur sesuai dengan tingkat dan frekwensinya baik secara vertical maupun horizontal. 4. Menyediakan sarana dan prasarana olahraga.

Agar prestasi maksimal tentunya harus melalui suatu proses mulai sejak dini. Agar prestasi yang diharapkan dapat tercapai dengan baik sehingga meningkatkan kualitas para atlet itu sendiri sebagaimana yang tercantum dalam sistem olahraga Nasional menyatakan bahwa “Untuk menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan di masyarakat”

Namun dalam pembinaan ekstrakurikuler cabang bulutangkis ini banyak permasalahan yang sampai saat ini belum berjalan pembinaan sebagaimana mestinya. Pada peningkatan prestasi hal tersebut mungkin disebabkan masih belum direalisasikannya fungsi dan tugas guru olahraga, latar belakang pendidikan guru, kualifikasi guru pembimbing, sumber dana yang dimiliki dan perhatian pemerintah.

Fenomena tersebut diatas mungkin juga disebabkan belum dilaksanakannya pembinaan olahraga bulutangkis, Pembinaan pernah dilakukan tetapi belum mampu memberikan hasil. Oleh karena itu kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir

Kabupaten Bungo khususnya dalam pembinaan belum mampu menunjukkan prestasi yang diharapkan. Pembinaan atlet usia dini semestinya dilaksanakan pada usia 8–12 tahun, usia tersebut akan tercapai prestasi dengan baik.

Berdasarkan hal tersebut diatas bahwa pembinaan dalam berbagai organisasi tanpa memandang bentuk organisasinya sangatlah penting peranannya. Agar rencana atau permasalahan dalam organisasinya dapat dilaksanakan dengan baik untuk mencapai hasil yang maksimal. Oleh karenanya dalam pembinaan atlet bulutangkis SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo adanya manajemen yaitu perencanaan yang sistimatis terhadap segala aspek dalam klub agar tujuan tercapai dengan hasil gemilang yaitu prestasi. Berdasarkan hal diatas untuk melihat keberadaan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo secara utuh perlu kiranya diadakan penelitian yang bertujuan untuk dapat mengungkapkan dan mencari solusi terbaik tentang sebab-sebab belum tercapainya prestasi atlet bulutangkis SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo sehingga kedepannya perlu dilakukan secara serius terhadap pembinaan ekstrakurikuler cabang bulutangkis itu sendiri, jika tidak maka kegiatan ekstrakurikuler ini tidak akan tercapai prestasi yang baik. Oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian tentang “Pembinaan Atlet Bulutangkis Usia Dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo”.

B. Identifikasi Masalah

Bertitik tolak dari latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut

1. Pelatih
2. Motivasi atlet
3. Peranan guru pembimbing atau pelatih
4. Program latihan
5. Dukungan Kepala Sekolah
6. Peranan orang tua siswa
7. Ekonomi Keluarga
8. Sarana dan prasarana

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, karena berbagai keterbatasan penulis, maka penulis membatasi masalahnya pada:

1. Motivasi Atlet
2. Peranan guru pembimbing/pelatih
3. Sarana dan Prasarana

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas maka rumusan masalah adalah:

1. Bagaimana keadaan motivasi siswa dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?
2. Bagaimana keadaan kualitas pelatih atau pembina dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?

3. Bagaimana keadaan sarana dan prasarana dapat dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat motivasi siswa dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo.
2. Untuk mengetahui kualitas pelatih atau pembina dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo.
3. Untuk mengetahui keadaan sarana dan prasarana dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo

F. Manfaat Penelitian

Adapun hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di FIK UNP.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru dan kepala sekolah dalam mengambil kebijakan pembinaan olahraga.
3. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan FIK UNP.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Permainan bulutangkis

Bulu tangkis (sering disingkat bultang) atau badminton adalah suatu olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan.

Mirip dengan tenis, bulu tangkis bertujuan memukul bola permainan ("kok" atau "shuttlecock") melewati jaring agar jatuh di bidang permainan lawan yang sudah ditentukan dan berusaha mencegah lawan melakukan hal yang sama.

Lapangan bulu tangkis berbentuk persegi panjang dan mempunyai ukuran seperti terlihat pada gambar. Garis-garis yang ada mempunyai ketebalan 40 mm dan harus berwarna kontras terhadap warna lapangan. Warna yang disarankan untuk garis adalah putih atau kuning. Permukaan lapangan disarankan terbuat dari kayu atau bahan sintetis yg lunak. Permukaan lapangan yang terbuat dari beton atau bahan sintetis yang keras sangat tidak dianjurkan karena dapat mengakibatkan cedera pada pemain. Jaring setinggi 1,55 m berada tepat di tengah lapangan. Jaring harus berwarna gelap kecuali bibir jaring yang mempunyai ketebalan 75 mm harus berwarna putih.

a. Sejarah permainan bulutangkis

Olah raga yang dimainkan dengan kock dan raket, kemungkinan berkembang di Mesir kuno sekitar 2000 tahun lalu tetapi juga disebut-sebut di India dan Republik Rakyat Cina.

Nenek moyangnya diperkirakan ialah sebuah permainan Tionghoa, Jianzi yang melibatkan penggunaan kok tetapi tanpa raket. Alih-alih, objeknya dimanipulasi dengan kaki. Objek/misi permainan ini adalah untuk menjaga kok agar tidak menyentuh tanah selama mungkin tanpa menggunakan tangan.

Di Inggris sejak zaman pertengahan permainan anak-anak yang disebut Battledores dan Shuttlecocks sangat populer. Anak-anak pada waktu itu biasanya akan memakai dayung/tongkat (Battledores) dan bersiasat bersama untuk menjaga kok tetap di udara dan mencegahnya dari menyentuh tanah. Ini cukup populer untuk menjadi nuansa harian di jalan-jalan London pada tahun 1854 ketika majalah Punch mempublikasikan kartun untuk ini.

Penduduk Inggris membawa permainan ini ke Jepang, Republik Rakyat Cina, dan Siam (sekarang Thailand) selagi mereka mengolonisasi Asia. Ini kemudian dengan segera menjadi permainan anak-anak di wilayah setempat mereka.

Olah raga kompetitif bulu tangkis diciptakan oleh petugas Tentara Britania di Pune, India pada abad ke-19 saat mereka menambahkan jaring dan memainkannya secara bersaingan. Oleh

sebab kota Pune dikenal sebelumnya sebagai Poona, permainan tersebut juga dikenali sebagai Poona pada masa itu.

Para tentara membawa permainan itu kembali ke Inggris pada 1850-an. Olah raga ini mendapatkan namanya yang sekarang pada 1860 dalam sebuah pamflet oleh Isaac Spratt, seorang penyalur mainan Inggris, berjudul "Badminton Battledore - a new game" ("Battledore bulu tangkis - sebuah permainan baru"). Ini melukiskan permainan tersebut dimainkan di Gedung Badminton (Badminton House), estat Duke of Beaufort's di Gloucestershire, Inggris.

Rancangan peraturan yang pertama ditulis oleh Klub Badminton Bath pada 1877. Asosiasi bulu tangkis Inggris dibentuk pada 1893 dan kejuaraan internasional pertamanya berunjuk-gigi pertama kali pada 1899 dengan Kejuaraan All England.

Bulu tangkis menjadi sebuah olah raga populer di dunia, terutama di wilayah Asia Timur dan Tenggara, yang saat ini mendominasi olah raga ini, dan di negara-negara Skandinavia.

International Badminton Federation (IBF) didirikan pada tahun 1934 dan membukukan Inggris, Irlandia, Skotlandia, Wales, Denmark, Belanda, Kanada, Selandia Baru, dan Prancis sebagai anggota-anggota pelopornya. India bergabung sebagai afiliat pada tahun 1936. Pada IBF Extraordinary General Meeting di Madrid, Spanyol, September 2006, usulan untuk mengubah nama International Badminton Federation

menjadi Badminton World Federation (BWF) diterima dengan suara bulat oleh seluruh 206 delegasi yang hadir.

Olah raga ini menjadi olah raga Olimpiade Musim Panas di Olimpiade Barcelona tahun 1992. Indonesia dan Korea Selatan sama-sama memperoleh masing-masing dua medali emas tahun itu.

b. Perlengkapan permainan bulutangkis

1) Raket

Secara tradisional raket dibuat dari kayu. Kemudian aluminium atau logam ringan lainnya menjadi bahan yang dipilih. Kini, hampir semua raket bulu tangkis profesional berkomposisi komposit serat karbon (plastik bertulang grafit). Serat karbon memiliki kekuatan hebat terhadap perbandingan berat, kaku, dan memberi perpindahan energi kinetik yang hebat. Namun, sejumlah model rendah masih menggunakan baja atau aluminium untuk sebagian atau keseluruhan raket.

2) Senar

Mungkin salah satu dari bagian yang paling diperhatikan dalam bulu tangkis adalah senarnya. Jenis senar berbeda memiliki ciri-ciri tanggap berlainan. Keawetan secara umum bervariasi dengan kinerja. Kebanyakan senar berketebalan 21 ukuran dan diuntai dengan ketegangan 18 sampai 30+ lb. Kesukaan pribadi sang pemain memainkan peran yang kuat dalam seleksi senar.

3) Kock

Kock adalah bola yang digunakan dalam olahraga bulu tangkis, terbuat dari rangkaian bulu angsa yang disusun membentuk kerucut terbuka, dengan pangkal berbentuk setengah bola yang terbuat dari gabus. Dalam latihan atau pertandingan tidak resmi digunakan juga kok dari plastik.

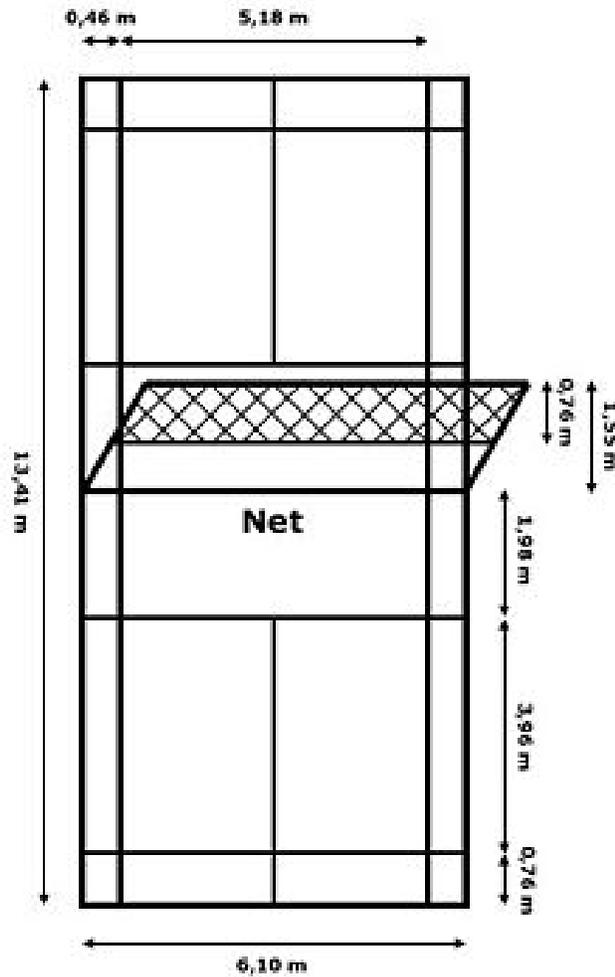
4) Sepatu

Karena percepatan sepanjang lapangan sangatlah penting, para pemain membutuhkan pegangan dengan lantai yang maksimal pada setiap saat. Sepatu bulu tangkis membutuhkan sol karet untuk cengkaman yang baik, dinding sisi yang bertulang agar tahan lama selama tarik-menarik, dan teknologi penyebaran guncangan untuk melompat; bulu tangkis mengakibatkan agak banyak stres (ketegangan) pada lutut dan pergelangan kaki.

5) Area permainan

Lapangan bulu tangkis berbentuk persegi panjang dan mempunyai ukuran seperti terlihat pada gambar. Garis-garis yang ada mempunyai ketebalan 40 mm dan harus berwarna kontras terhadap warna lapangan. Warna yang disarankan untuk garis adalah putih atau kuning. Permukaan lapangan disarankan terbuat dari kayu atau bahan sintetis yg lunak. Permukaan lapangan yang terbuat dari beton atau bahan sintetik yang keras sangat tidak dianjurkan karena dapat mengakibatkan cedera pada pemain.

Jaring setinggi 1,55 m berada tepat di tengah lapangan. Jaring harus berwarna gelap kecuali bibir jaring yang mempunyai ketebalan 75 mm harus berwarna putih.



Gambar 1. Lapangan Permainan Bulutangkis

c. Sistem / Aturan permainan bulutangkis

Ada lima partai yang biasa dimainkan dalam bulu tangkis, yaitu:

- 1) Tunggal putra
- 2) Tunggal putri
- 3) Ganda putra
- 4) Ganda putri
- 5) Ganda campuran

Tiap pemain atau pasangan mengambil posisi berseberangan pada kedua sisi jaring di lapangan bulu tangkis.

Tujuan permainan adalah untuk memukul sebuah kok menggunakan raket, melewati jaring ke wilayah lawan, sampai lawan tidak dapat mengembalikannya kembali. Area permainan berbeda untuk partai tunggal dan ganda, seperti yang diperlihatkan pada gambar. Bila kok jatuh di luar area tersebut maka kok dikatakan "keluar". Setiap kali pemain/pasangan tidak dapat mengembalikan kok (karena menyangkut di jaring atau keluar lapangan) maka lawannya akan memperoleh poin.

Permainan berakhir bila salah satu pemain/pasangan telah meraih sejumlah poin tertentu.

Permainan dimulai dengan salah satu pemain melakukan servis. Servis dilakukan dari satu sisi lapangan (kiri atau kanan) menyilang menyeberangi jaring ke area lawan. Partai tunggal dan ganda memiliki area servis yang berbeda seperti yang diilustrasikan pada gambar. Bila kok jatuh di luar area tersebut maka kok dinyatakan "keluar" dan poin untuk penerima servis.

Posisi kiri atau kanan tempat servis dilakukan ditentukan dari jumlah poin yang telah dikumpulkan oleh pemain yang akan melakukan servis. Posisi kanan untuk jumlah poin genap dan posisi kiri untuk jumlah poin ganjil. Servis dari posisi kanan juga dilakukan saat jumlah poin masih nol.

Pada set pertama pemain/pasangan yang melakukan servis untuk pertama kali ditentukan dengan undian, sedangkan untuk set berikutnya dilakukan oleh pemenang dari set sebelumnya.

Untuk partai ganda, beberapa peraturan berbeda diterapkan untuk perhitungan poin menggunakan sistem pindah bola dan sistem reli poin.

1) Sistem pindah bola

- Sebelum pertandingan dimulai, harus ditentukan salah seorang pemain dari tiap-tiap pasangan sebagai "orang pertama". Pilihan ini berlaku untuk setiap set yang dimainkan.
- Jumlah poin genap atau ganjil menentukan posisi "orang pertama" saat melakukan servis.
- Setiap pasangan mempunyai dua kali kesempatan servis (masing-masing untuk tiap pemain) sebelum pindah bola, kecuali servis pertama pada tiap-tiap awal set tidak mendapat kesempatan kedua.
- Saat pindah bola, servis pertama selalu dilakukan oleh pemain yang berada di sebelah kanan, bukan oleh "orang pertama".

2) Sistem reli poin

- Setiap pasangan hanya mendapat satu kali kesempatan servis, tidak ada servis kedua.
- Servis dilakukan oleh pemain yang posisinya sesuai dengan poin yang telah diraih oleh pasangan tersebut.
- Pemain yang sama akan terus melakukan servis sampai poin berikutnya diraih oleh lawan.

3) Sistem perhitungan poin bulu tangkis

Sejak Mei 2006, pada kejuaraan resmi seluruh partai menggunakan sistem perhitungan 3x21 reli poin. Pemenang adalah pemain/pasangan yang telah memenangkan dua set.

2. Motivasi

Secara umum motivasi dapat diartikan daya yang menggerakkan aktifitas kesehatan seseorang yang menjadikan terealisasi aktifitas. Munculnya keinginan untuk beraktifitas menunjukkan motivasi pendorong pelaku aktifitas tersebut.

Motivasi adalah bagian dari beberapa aspek psikis manusia dan karena itu setiap manusia normal walaupun tingkat pengetahuannya rendah pasti memiliki motivasi. Hanya saja biasanya seseorang tidak menyadari bahwa dalam aktivitas itu mengandung motif.

Sehubungan dengan persoalan ini Kreck (1962) sebagaimana dikutip oleh Gunarsa (1989:92) menyebutkan bahwa motivasi adalah kesatuan keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku. Sementara itu dengan reaksi yang berbeda Agus Dariyo (2003)

menyatakan motivasi adalah kekuatan dari dalam yang mengerjakan atau membawa tingkah laku ke tujuan.

Abizar (1997:34) menjelaskan motivasi pada prinsipnya dipengaruhi oleh faktor yang bersifat internal dan eksternal. Faktor-faktor internal meliputi; refleksi, impuls, persepsi dan tujuan-tujuan. Sedangkan faktor-faktor eksternal meliputi; kesempatan aktual maupun yang dibayangkan orang juga penguat-penguat yang tersedia di lingkungan. Apabila seseorang sudah mempunyai suatu motivasi, maka ia akan siap mengerjakan suatu pekerjaan sesuai dengan apa yang dikehendaki.

Begitu juga dengan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, dimana dikenal adanya motivasi belajar, yaitu berupa motivasi yang diterapkan dalam kegiatan belajar pendidikan jasmani. Menurut Winkel (1984:33) Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, dan menjamin kelangsungan belajar demi mencapai satu tujuan. Tujuan yang dimaksudkan dapat berupa peningkatan hasil belajar siswa.

Motivasi merupakan suatu kekuatan yang tersembunyi di dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk berbuat dengan cara tertentu. Davies (1991:48) mengatakan bahwa motivasi belajar mendorong seseorang untuk belajar sungguh-sungguh dan lebih lama waktunya. Dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani akan motivasi dapat dikatakan sebagai daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar dan memberikan arah kepada kegiatan belajar. Selain itu,

juga menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah, sehingga tujuan yang dikehendaki (peningkatan kesegaran jasmani) oleh subjek belajar dapat tercapai.

Selain itu, dalam pembelajaran pendidikan jasmani harus didukung oleh beberapa unsur yang berkaitan dengan motivasi belajar. Adapun unsur-unsur itu menurut Imron (1995:71) adalah mempunyai cita-cita, kemauan, kondisi siswa, kondisi lingkungan belajar, kondisi-kondisi dinamis, dan kemampuan guru dalam membelajarkan siswa sehingga diharapkan hasil belajar siswa dapat meningkat.

3. Guru Pembina/Pelatih

Guru Pembina yang dimaksudkan dalam hal ini adalah guru olahraga kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah guru olahraga berperan sebagai Pembina khusus dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis.

Dalam pelaksanaan pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo sasarannya tak lain adalah kemampuan guru pendidikan jasmani sebagai guru Pembina kegiatan. Dimana guru olahraga harus dapat merealisasikan teori dan praktek olahraga secara baik. Guru olahraga tidak hanya mengajar di depan kelas melainkan juga sebagai pembimbing dan sebagai pelatih.

Apabila kita lihat tugas yang direalisasikan oleh guru olahraga maka tugasnya dapat dibagi menjadi dua bagian sebagai guru olahraga dan

guru Pembina. Kedua tugas ini dapat dijabarkan dalam Sarumpaet (1994)

ada empat kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pendidik yaitu :

- a. Kemampuan dalam teori olahraga
- b. Kemampuan mengajar olahraga
- c. Kemampuan mempraktekkan olahraga
- d. Kemampuan menguasai lingkungan

Sesuai dengan hal ini jelas bahwa tugas olahraga disekolah bukan hanya sekedar mengajar dikelas melainkan harus menjalankan keempat peranan guru tersebut. Pembina atau pelatih adalah seorang yang professional yang tugasnya membuat atlet dan tim dalam memperbaiki teknik atlet dalam waktu yang relative cepat sehingga atlet tersebut dapat berprestasi. Dalam hal ini pelatih atau Pembina harus bertanggung jawab membina dan mendidik atletnya serta mengajar dan melatih sehingga dapat meningkatkan prestasinya.

Untuk mendapatkan prestasi yang tinggi bukanlah pekerjaan yang mudah karena dalam pencapaian ini memerlukan skill yang tinggi, prilaku disiplin dan tingkah laku terhadap prestasi atlet itu sendiri. Dapat dicontohkan seorang atlet yang mempunyai skill yang tinggi tetapi tidak mempunyai prilaku yang baik seperti suka merokok, minuman yang beralkohol dan suka begadang. Semua itu akan berpengaruh terhadap latihan yang sedang dijalankannya, bisa saja mengurangi semangat waktu mengikuti latihan karena perbuatan sudah menyimpang dari peraturan

yang ditetapkan oleh pelatih semua ini tidak akan bisa meraih prestasi yang diharapkan.

Berdasarkan uraian diatas jelaslah bahwa menjadi seorang pelatih atau Pembina olahraga bulutangkis tidaklah mudah karena seorang pelatih harus mempunyai pengalaman yang luas khusus dibidang kepelatihan bulutangkis serta kemampuan untuk memberikan dorongan terhadap perkembangan atlet. Karena atlet yang dilatih adalah seorang anak yang berusia relative muda yang belum mempunyai kematangan. Disamping itu pelatih juga dituntut untuk mempunyai pengetahuan ilmu kepelatihan dan kepribadian yang baik sebagai contoh bagi atlet dan juga pengalaman pemain demi mencapai pelatih yang berkualitas.

4. Sarana dan Prasarana

Sarana adalah semua alat-alat olahraga yang dapat dipindahkan seperti bola, net, raket dan lain-lain. Sedangkan prasarana adalah fasilitas olahraga yang tidak bisa dipindah-pindahkan seperti gedung olahraga dan lapangan.

Didalam Undang Undang Pendidikan No 3 (2005:1) menjelaskan bahwa: "Sarana adalah peralatan dan perlengkapan yang digunakan dalam kegiatan olah raga, sedangkan prasarana adalah tempat atau ruang masuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga/penyelenggaraan keolahragaan".

Di dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah, sarana dan prasarana sangat dibutuhkan sekali untuk kelancaran

proses belajar mengajar. Karena sarana dan prasarana yang memadai adalah suatu syarat terlaksananya kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah. Tanpa tersedianya sarana dan prasarana olahraga maka guru serta siswa tidak dapat melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler dengan baik sesuai dengan apa yang diinginkan.

Sarana dan prasarana yang memadai akan mempengaruhi terhadap kegiatan ekstrakurikuler dan sebaliknya didalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis disekolah sangat diharapkan sekali tersedianya.

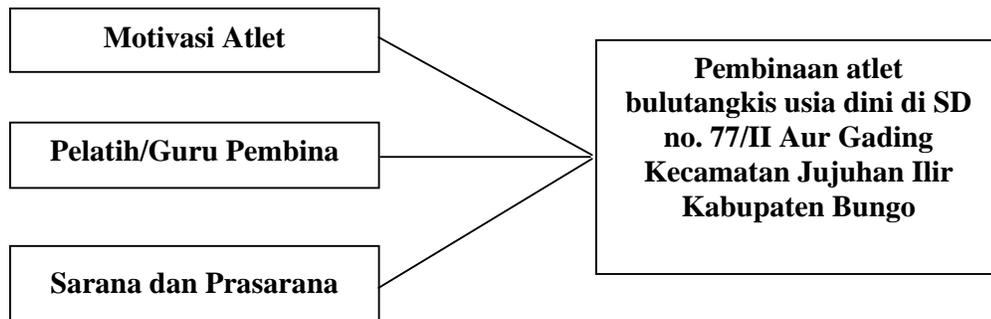
Sarana dan prasarana yang memadai seperti: alat-alat media dan bahan mengajar. Winarno Surakhmad (1997:126) menyatakan bahwa "Penggunaan alat-alat dalam proses belajar mengajar bertujuan untuk mempertinggi prestasi belajar pada umumnya dengan demikian terang pula bahwa guru harus mengerti akan fungsi dan kegunaan alat-alat pekerjaan sehari-hari".

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana di dalam proses belajar mengajar merupakan suatu faktor pendukung terlaksananya suatu kegiatan serta sangat berpengaruh besar terhadap hasil yang akan dicapai serta tujuan dari proses pembelajaran tersebut. Untuk itu guru olahraga serta pihak sekolah lebih memperhatikan serta berusaha untuk bisa melengkapi sarana dan prasarana di sekolah tersebut.

B. Kerangka Konseptual

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan penunjang pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo. Oleh karena itu ketiga unsur tersebut diatas tidak dapat dipisahkan satu sama lain, karena saling berkaitan dan saling mendukung dalam mencapai tujuannya.

Dari berbagai faktor yang cukup besar pengaruhnya terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar kerangka konseptual berikut ini :



Gambar 2. Kegiatan Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Untuk mengungkapkan hasil penelitian ini maka digunakan beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Sejuahmana motivasi siswa dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?

2. Bagaimana kualitas pelatih atau pembina dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?
3. Sejauhmana sarana dan prasarana tersedia dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo?

BAB V

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah ditemui, adapun kesimpulan dan saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Tingkat capaian motivasi siswa dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 76,25%.
2. Tingkat capaian peranan guru pembimbing dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi cukup baik, yaitu dengan tingkat capaian sebesar 71,5 %.
3. Tingkat capaian sarana dan prasarana yang ada di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 82 %.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu kepada :

1. Guru pembimbing/Pelatih olahraga bulutangkis yang ada di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo dalam rangka meningkatkan prestasi bulutangkis, dapat menambah ilmu pengetahuan/pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, dan juga mengikuti penataran-penataran pelatih, khususnya penataran pelatih cabang bulutangkis.
2. Kepala Sekolah yang ada di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo dalam rangka meningkatkan prestasi bulutangkis diharapkan agar memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana, maupun dukungan moril.
3. Siswa SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo yang ikut dalam pembinaan atlet bulutangkis usia dini di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo agar mempertahankan perhatian terhadap sarana dan prasarana yang tersedia, serta lebih semangat berlatih agar mencapai prestasi yang optimal.
4. Kepada Dinas Pendidikan agar memberikan dukungan baik secara moril dan materil, yaitu dalam penyediaan sarana dan prasarana, demi kelancaran kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo.

5. Pengurus PBSI agar memberikan perhatian yang serius terhadap pembinaan bulutangkis yang ada di sekolah, demi terciptanya atlet usia dini, yang berpotensi untuk menjadi atlet masa depan.
6. Semua pihak terkait, orang tua, masyarakat, diharapkan dapat bekerjasama, bantuan dan dukungan dalam melengkapi sarana dan prasarana untuk pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SD no. 77/II Aur Gading Kecamatan Jujuhan Ilir Kabupaten Bungo.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimunar. (2004). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Arikunto, Suharsimi. (1996). *Manajemen Pengajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (1996). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depdikbud. 1997. *Kondisi Fisik Anak-Anak Sekolah Dasar*. Jakarta. Depdikbud.
- Harsono. (1996). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: PIO-KONI Pusat.
- Lutan, Rusli. (1986). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Dep & K Dirjen Dikti.
- Nasution, Y. (2000). *Aspek psikologis dalam pemanduan bakat olahraga. Dalam Garuda Emas; Rencana induk pengembangan olahraga prestasi di Indonesia: Pemanduan dan Pembinaan Bakat Usia Dini (Buku 2)*. Jakarta: KONI.
- Ridwan. (2005). *Penelitian Untuk Pemula*. Jakarta: Alfabeta.
- Sarumpaet, A. (1987). *Psikologi Olahraga*. Padang : FPOK IKIP Padang.
- Soemanto, Wasty (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2001). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Jakarta, Dirjen pendidikan Dasar dan Menengah.
- Undang-undang RI No 03. 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Yogyakarta: Pustaka Yudisti.