

**PEMBINAAN OLAHRAGA TENIS MEJA DI KABUPATEN
PESISIR SELATAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh :
Quinda Oktavia Murni
NIM 06/80412

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2007**

Halaman Persetujuan Draft Skripsi

N a m a : **Quinda Oktavia Murni**
NIM : **06/80412**
Jurusan : **Pendidikan Olahraga**
Program : **Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**
Judul Skripsi : **Pembinaan Prestasi Olahraga Tennis Meja
di Kabupaten Pesisir Selatan**

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Syahril Bakhtiar. M.Pd

Drs. Mawardi. MS

**Diketahui :
Ketua Jurusan Penjaskesrek**

Drs. Hendri Naldi, M.Kes

ABSTRAK

Quinda Oktavia Murni, 2008, “Pembinaan Prestasi Olahraga Tennis Meja di Kabupaten Pesisir Selatan”. Pembimbing I Drs. H. Syahril Bachtiar, M.Pd. Pembimbing II. Drs. Mawardi, M.S.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi atlet, kualitas pelatih dan mekanisme organisasi dalam Pembinaan Prestasi Olahraga Tennis meja. Penelitian dilakukan di Kabupaten Pesisir Selatan dengan jumlah sampel sebanyak 54 orang yang terdiri dari atlet, pelatih, dan pengurus. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah *proportional random sampling*. Hasil analisis deskripsi diperoleh tingkat capaian motivasi atlet terhadap olahraga tenis setelah diberikan pembinaan berada pada klasifikasi baik, dan tingkat capaian kualitas pelatih dalam melakukan pembinaan terhadap atlet tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan sudah baik, serta tingkat capaian mekanisme organisasi yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan yang dilakukan oleh pengurus organisasi dalam mengelola pembinaan prestasi olahraga tenis meja berada pada klasifikasi baik.

Saran yang dapat disampaikan dalam pembinaan prestasi olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan antara lain sebagai berikut : (1) Kepada para pelatih olahraga tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan dalam rangka untuk meningkatkan prestasi atlet tenis meja diharapkan agar terus memberikan pembinaan secara kontinu dan baik kepada para atlet, (2) Pengurus organisasi olahraga tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan dalam rangka untuk meningkatkan prestasi olahraga tenis meja diharapkan agar sepenuhnya memberikan dukungan, motivasi terhadap pembinaan, (3) Kepada semua pihak-pihak terkait, orang tua, masyarakat dan pemerintah diharapkan dapat membantu, mengarahkan, memberikan motivasi, membimbing serta selalu memberikan pengarahan kepada para atlet tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan khususnya demi pencapaian prestasi yang lebih baik.

Kata Kunci : Motivasi Atlet, Kualitas Pelatih, Mekanisme Organisasi dan Pembinaan Prestasi Olahraga Tennis Meja.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah Yang Maha Esa, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pembinaan Olahraga Tennis Meja di Kabupaten Pesisir Selatan”**.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dari semua pembaca demi kesempurnaan tulisan ini.

Dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih banyak kepada suami tercinta yang telah begitu setia memberikan dorongan moril dan materil dan semua pihak yang telah ikut membantu terselesainya penulisan skripsi ini. Pada kesempatan ini juga penulis juga mengucapkan rasa terima kasih kepada :

1. Drs. H. Syahrial Bachtiar. M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sekaligus sebagai Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat mengikuti perkuliaan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Hendri Naldi, M.Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliaan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Drs. Mawardi, M.S, selaku Pembimbing II, yang telah memberikan motivasi, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
4. Drs. Willady Rasyid, M.Pd, Drs. Nirwandi, M.Pd, dan Dra. Erianti selaku tim penguji.
5. Seluruh Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Pelatih, Pengurus organisasi dan para atlet Tenis Meja di Kabupaten Pesisir Selatan
7. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tak bisa kusebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam penyusunan skripsi.

Akhirnya penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT, dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua amin.

Padang, Januari 2008

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori.....	6
1. Pengertian Motivasi	6
a. Motivasi Insrinsik	7
b. Motivasi Ekstrinsik	18
2. Motivasi Belajar Siswa terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Atletik.....	27
3. Pengertian Pengembangan Diri.....	29
4. Kegiatan Ekstrakurikuler	31
5. Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler.....	31
6. Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler	32
7. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler	32

Halaman

B. Kerangka Konseptual	33
C. Pertanyaan Penelitian.....	33

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	34
B. Populasi dan Sampel	34
C. Jenis dan Sumber Data	35
1. Jenis Data	35
2. Sumber Data	36
D. Variabel Penelitian	36
E. Instrumen Penelitian	36
F. Teknik Pengumpulan Data	37
G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	36
1. Deskripsi Motivasi Atlet	36
2. Deskripsi Kualitas Pelatih	39
3. Deskripsi Mekanisme Organisasi	42
B. Pembahasan	45
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	50
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Jumlah Populasi Penelitian	32
3.2. Jumlah Sampel Penelitian	33
4.1. Hasil Analisis Deskriptif Motivasi Atlet.....	36
4.2. Distribusi Frekuensi Motivasi Atlet.....	37
4.3. Dekripsi Motivasi Atlet.....	38
4.4. Hasil Analisis Deskriptif Kualitas Pelatih	39
4.5. Distribusi Frekuensi Kualitas Pelatih.....	40
4.6. Dekripsi Kualitas Pelatih	41
4.7. Hasil Analisis Deskriptif Mekanisme Organisasi	42
4.8. Distribusi Frekuensi Mekanisme Organisasi	43
4.9. Dekripsi Kualitas Mekanisme Organisasi.....	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Kerangka Konseptual	30
4.1. Tingkat Capaian Motivasi Atlet.....	39
4.2. Tingkat Capaian Kualitas Pelatih.....	42
4.3. Tingkat Capaian Mekanisme Organisasi	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Penelitian	55
2. Format Pengisian Angket	56
3. Kuesioner Penelitian	57
4. Data dan Rangkuman Hasil Analisis Instrumen	60
5. Validity dan Reliability	63
6. Deskriptif	66
7. Surat-Surat	67

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peningkatan mutu sumber daya manusia merupakan salah satu strategi pembangunan di Indonesia. Upaya tersebut memiliki peranan strategis dalam kerangka pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha penyiapan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang.

Untuk membentuk manusia Indonesia yang berkualitas salah satunya dapat diwujudkan melalui pembinaan generasi muda dengan kegiatan olahraga. Undang-Undang RI No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan menyatakan:

“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, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan kutipan di atas, pembinaan olahraga adalah salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Dari berbagai cabang olahraga yang termasuk ke dalam kegiatan olahraga prestasi di Indonesia adalah cabang olahraga tenis meja.

Selanjutnya pada pasal 27 ayat 1 UU No.3 Tahun 2005 juga dijelaskan bahwa ;

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan oleh pelatih yang memiliki kualifikasi dan sertifikasi kompetensi yang

dapat dibantu oleh tenaga keolahragaan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi”.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa kunci keberhasilan pembinaan olahraga akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan pelatih mengaplikasikan semua bentuk/materi latihan yang sebelumnya sudah dirancang dengan sistematis. Penerapan latihan yang sistematis, penuh variasi, berkesinambungan merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan dalam membina dan melatih atlet. Dalam hubungan ini aspek pendekatan psikologis seorang pelatih terhadap atlet yang dibinanya, dapat diwujudkan melalui suatu pergaulan sosial yang harmonis dan merupakan upaya strategi pelatihan yang harus dicermati oleh setiap pelatih. Tidak terkecuali pelatih olahraga tenis meja dengan para atlitnya.

Hal tersebut di atas sesuai dengan yang dikemukakan Sugiyono (2000:1) untuk mencapai prestasi dalam olahraga diperlukan berbagai persyaratan antara lain :

“(1) bakat, minat dan motivasi berolahraga pelaku (atlet), (2) dukungan moral dan materil dari keluarga, (3) proses pembinaan secara berkesinambungan, 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 kultural yang kondusif”.

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang dapat bersifat individu maupun kelompok. Olahraga tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga prestasi. Olahraga ini menuntut stamina yang kuat dan gerakan yang cepat, oleh karena itu atlet tenis meja yang akan mengikuti kejuaraan harus melakukan proses latihan yang teratur dan berkesinambungan sehingga prestasi

yang diharapkan dapat tercapai. Suatu prestasi yang diperoleh atlet tenis meja pada suatu kejuaraan yang sifatnya tingkat kabupaten dan tingkat provinsi merupakan suatu prestasi yang membanggakan. Untuk itu yang perlu dilakukan oleh pelatih terhadap atletnya yaitu membangun landasan pembinaan yang kuat. Sehingga untuk dapat mewujudkan hal tersebut dibutuhkan ilmu pengetahuan dan teknologi, karena prestasi yang tinggi tidak mungkin dapat dicapai tanpa diiringi dengan ilmu dan teknologi.

Untuk menjadikan seorang atlet yang berkualitas dan memiliki semangat juang yang tinggi untuk dapat meraih prestasi, membutuhkan pembinaan yang berjenjang, terarah, konsisten dan berkesinambungan. Harsuki (2002:371) menjelaskan bahwa : “prestasi puncak atlet dalam berbagai cabang olahraga berkisar pada umur 20 tahun”. Oleh karena itu pelatih harus berupaya secara cermat menemukan penyebab kesalahan teknik yang dilakukan atlet itu. Harsuki (2002; 364) juga menjelaskan :

”Ilmu yang dibutuhkan untuk pembinaan olahraga, agar prestasi dicapai dengan baik adalah Fisiologi, Psikologi, Anatomi, Kinesiologi dan ilmu-ilmu pelatihan yang sifatnya spesifikasi seperti taktik dan metodik pelatihan yang relevan sehingga dengan ilmu-ilmu ini semua potensi atlet dapat berkembang dengan baik”.

Berdasarkan kutipan di atas, bahwa suatu pembinaan yang baik harus didukung oleh ilmu-ilmu yang relevan agar pembinaan tersebut dapat berhasil. Pembinaan merupakan suatu proses untuk meraih prestasi optimal. Proses ini berhubungan dengan kerjasama antara atlet, pelatih, pengurus organisasi, orang tua, wasit, masyarakat dan pemerintah.

Harsono, (1988:67) mengemukakan bahwa untuk berhasilnya suatu pembinaan, seorang pelatih harus memiliki pengalaman dan berpendidikan sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuninya. Selama ini kebanyakan pelatih hanya mengandalkan pengalaman sebagai atlit tenis meja. Tugas berat pelatih terletak pada kemampuan merancang dan mengembangkan strategi yang tepat, bagaimana memacu atletnya untuk secara total terlibat dalam masa persiapan latihan dengan sebaik-baiknya. Masa-masa persiapan latihan menuntut kejelian, kecermatan, konsentrasi pelatih agar para atlet terlibat dalam suasana latihan yang tekun, bergairah, bersemangat, walaupun situasi jadwal latihan pada saat ini sarat dengan intensitas tinggi. Pengalaman menggambarkan, bahwa dalam musim “persiapan” ini membutuhkan kesabaran, komitmen tinggi, betapa makna persiapan yang baik itu sangat penting untuk menatap tahap-tahap pelatihan yang lebih optimis.

Kabupaten Pesisir Selatan adalah suatu wilayah yang berada di daerah Propinsi Sumater Barat. Menurut pengamatan penulis pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan belumlah berjalan sebagaimana yang diharapkan. Hal ini terlihat dari kurangnya motivasi atlet dalam mengikuti latihan yang dilaksanakan dua kali dalam seminggu, berdasarkan kehadiran atlet dalam setiap kita latihan. Pelatih yang kurang profesional dalam melatih, sarana dan prasarana yang kurang mendukung yang dilihat dari jumlah dan kualitas alat yang digunakan dalam latihan.

Disamping itu hasil tinjauan yang penulis lakukan terhadap mekanisme organisasi yang bertanggung jawab terhadap pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan belumlah berjalan menurut semestinya. Hal ini dapat dilihat dari tugas pengurus organisasi ada belum berjalan maksimal dan koordinasi antara

pengurus yang sangat kurang disebabkan oleh karena faktor-faktor lain. Sebab lain sehingga mekanisme organisasi kurang berjalan dan merupakan faktor yang dapat menghambat pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan.

Selanjutnya dapat digambarkan bahwa dukungan dari masyarakat sekitar terhadap pembinaan olahraga tenis meja di daerah ini kurang sekali, disebabkan karena faktor kesenangan dan kecintaan terhadap olahraga tenis meja tersebut, dibanding dengan cabang olahraga lainnya seperti sepak bola, bola voli yang cukup digemari masyarakat. Tentunya hal ini dapat juga mempengaruhi terhadap pembinaan cabang olahraga tenis meja. Begitu juga faktor-faktor lain seperti minat, bakat yang dimiliki seseorang terhadap suatu cabang olah raga dan lain sebagainya.

Berdasarkan uraian diatas tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan suatu pembinaan cabang olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan, maka pada kesempatan ini penulis ingin mengetahui faktor-faktor yang paling dominan yang mempengaruhi pembinaan olahraga tenis meja tersebut dalam suatu penelitian yang penulis lakukan dengan judul “Pembinaan Prestasi Olahraga Tenis Meja di Kabupaten Pesisir Selatan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan keterangan latar belakang masalah di atas, secara umum dapat diidentifikasi yang mempengaruhi pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan antara lain :

1. Masih kurangnya pembinaan yang dilakukan oleh pelatih dan pengurus organisasi terhadap para atlet.

2. Masih rendahnya tingkat pendidikan pelatih sehingga kualitas latihan yang diberikan kepada atlet tidak sesuai dengan yang dibutuhkan.
3. Masih kurang berjalannya mekanisme organisasi olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan.
4. Kurangnya sarana prasarana olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan sehingga atlet kurang bergairah untuk melakukan latihan.
5. Kurangnya dukungan dari pemerintah dalam pembinaan atlet tenis meja,
6. Belum berjalannya pelaksanaan program latihan yang dibutuhkan oleh atlet.
7. Masih kurangnya frekuensi pertandingan yang diikuti oleh atlet tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan
8. Masih kurangnya motivasi dan minat atlet terhadap cabang olahraga tenis meja
9. Masih kurangnya sarana dan prasarana, karena hal ini dapat mempengaruhi prestasi olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan

C. Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan waktu, dana, referensi dan pengetahuan maka penulis melakukan pembatasan terhadap masalah yang akan diteliti. Berdasarkan latar belakang dan indentifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka faktor yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah :

1. Motivasi atlet
2. Kualitas pelatih
3. Mekanisme organisasi

Faktor-faktor selain motivasi atlet, kualitas pelatih, mekanisme organisasi yang diduga dapat mempengaruhi pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan tidak akan diteliti.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan suatu masalah yaitu :

1. Bagaimana motivasi atlet terhadap pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Bagaimana kualitas pelatih terhadap pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Bagaimana mekanisme organisasi terhadap pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Motivasi atlet Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Kualitas pelatih Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Mekanisme organisasi Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan?

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dan proses melatih di lapangan. Selain itu penelitian ini dapat memberikan manfaat, sebagai berikut :

1. Bagi penulis, penelitian ini untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan
2. Sebagai bahan masukan bagi pengurus, pelatih, atlet dan masyarakat dalam pembinaan Tensi meja di Kabupaten Pesisir Selatan
3. Sebagai bahan masukan bagi para peneliti selanjutnya yang ingin meneliti masalah yang sama lebih mendalam
4. Sebagai sumbangan bahan bacaan di perpustakaan.

BAB II

KAJIAN TEORITIS

A. Kajian Teori

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia edisi 2 (1991:134) pembinaan adalah: “Usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil yang lebih baik yang bertujuan untuk meraih suatu prestasi yang lebih tinggi”. Lebih jauh Syafruddin (1996:6) “menjelaskan tentang pembinaan prestasi tinggi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan meraih prestasi tinggi’. Zalpendi (1992:6) menyatakan bahwa “Pembinaan adalah suatu usaha yang dijalankan secara teratur dan terus menerus untuk meningkatkan prestasi olahraga”. Sedangkan Poerwadinata dalam Daharis (1993:7) mengemukakan bahwa “Pembinaan adalah suatu proses yang dilakukan oleh pelatih terhadap atlet dengan didukung sarana dan prasarana yang memadai”.

Pembinaan seorang atlet merupakan bagian yang tak terpisahkan dari upaya organisasi dan pelatih dalam membina dan membimbing atlet untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilannya. Pelatihan dan pembinaan atlet dilakukan dengan tujuan agar atlet dapat meraih prestasi yang diinginkan, pembinaan ini dapat dilakukan secara berkesinambungan. Dengan demikian para atlet akan dapat berpartisipasi lebih luas sesuai cabang olahraga yang ditekuninya.

Pembinaan fisik seorang atlet dapat dilakukan dengan jalan meningkatkan volume latihan dan menjaga asupan gizi yang seimbang, meningkatkan persiapan

mental, melaksanakan pencegahan penyalahgunaan narkoba dan obat-obatan terlarang, minuman keras dan rokok, menyelenggarakan lomba dengan daerah lain, mengembangkan motto olahragawan yang kreatif dan dinamis.

Berdasarkan pendapat di atas, bahwa pembinaan adalah suatu usaha untuk meningkatkan atlet yang berprestasi secara berkesinambungan. Untuk berhasilnya suatu pembinaan perlu didukung oleh motivasi atlet, kualitas pelatih, mekanisme organisasi, saran dan prasarana, dan dukungan Pemda. Tujuan pembinaan adalah untuk menciptakan atlet Tenis meja yang berprestasi. Atlet tidak akan dapat berprestasi dengan baik, jika pembinaan tidak dijalankan dengan baik, terarah dan tidak adanya kerjasama antara unsur yang satu dengan unsur yang lainnya. Usaha pembinaan untuk mencapai suatu prestasi dalam olahraga, merupakan usaha yang benar-benar harus diperhitungkan secara matang dengan unsur-unsur pembinaan, berarti sekurang-kurangnya harus ada yang di bina (atlet) dan ada yang membina (pelatih) serta adanya kerja sama. Dalam melakukan pembinaan olahraga sangat diperlukan kerjasama yang baik antara atlet dan pelatih serta pengurus-pengurus organisasi akan sulit meraih prestasi yang tinggi karena kesemuanya itu saling terkait satu sama lainnya, serta menentukan maju mundurnya olahraga yang dibina.

Pembinaan olahraga tenis meja haruslah di mulai sejak usia dini, karena dengan dibinanya atlet sejak usia dini kelak akan menghasilkan atlet yang berbakat dan berprestasi baik untuk tingkat daerah, nasional, regional, maupun internasional, dalam hubungan ini olahraga memegang peranan yang sangat penting dan merupakan faktor yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan

manusia untuk mendapatkan prestasi. Atlet yang berprestasi akan mengangkat nama baik juga mengharumkan derajat daerah dan bangsa, suatu prestasi yang tinggi yang diperoleh oleh seseorang atau beregu seperti bola voli akan membangkitkan rasa bangga dan jiwa persatuan yang kokoh sehingga terciptalah kekuatan yang besar.

Pembinaan olahraga tenis meja tidak dapat dilakukan begitu saja tanpa adanya tujuan yang hendak dicapai terlebih dahulu, perlu dijelaskan tentang kebutuhan di dalam cabang olahraga tenis meja yang akan dibina, kondisi fisik, teknik, dan taktik, serta mental juga kemampuan berfikir dalam memecahkan masalah dengan baik dan benar, untuk itu hendaknya pembinaan dan program latihan disusun sesuai dengan buku petunjuk berdasarkan ilmu melatih, serta memerlukan pembinaan secara bertahap, terencana, dan terarah, dengan demikian diharapkan prestasi olahraga bola tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan akan dapat di tingkatkan sebagaimana yang diharapkan.

Pembinaan Tenis meja merupakan suatu usaha yang harus dilakukan secara teratur, sistematis, dan terarah untuk meningkatkan dan menjadikan atlet yang berprestasi Tenis meja. Dalam pembinaan Tenis meja banyak faktor yang mendukung satu sama lain. Dari sekian banyak faktor, penulis mengambil tiga faktor yang dominan diantaranya sebagai berikut :

1. Motivasi

Motivasi berasal dari kata motive yang artinya adalah segala daya yang mendorong seorang untuk melakukan sesuatu. Nasution (1995 : 75). Sedangkan pengertian motivasi secara umum dapat diartikan daya penggerak

yang ada dalam diri seseorang, Syahrastani (1999 : 64). Berdasarkan pengertian di atas bahwa motivasi adalah suatu perubahan energi pada individu yang menghasilkan daya penggerak untuk melakukan sesuatu.

Menurut Nasution (1995 : 77) mengemukakan bahwa “Dua jenis motivasi, adalah sebagai berikut : a) motivasi instrinsik yaitu berupa dorongan dari dalam diri untuk berbuat demi tujuan yang dicapai. b) motivasi ekstrinsik yaitu dorongan yang datang dari luar diri pribadi untuk berbuat demi tujuan yang ingin dicapai”.

a. Motivasi Instrinsik

Kebanyakan para ahli membagi motivasi atas dua tipe atau kelompok yang umum dikenal dengan motivasi instrinsik dan motivasi ekstrinsik. Thonburgh (1984 : 10) berpendapat bahwa : “Motivasi instrinsik adalah keinginan bertindak yang disebabkan faktor pendorong dari dalam diri individu. Tingkah laku terjadi tanpa dipengaruhi oleh faktor-faktor dari lingkungan”. Individu bertindak laku karena mendapat energi dan pengaruh yang tidak dapat kita lihat sumbernya dari luar individu yang digerakkan oleh motivasi instrinsik, baru akan puas kalau kegiatan yang dilakukan telah tercapai hasil yang terlihat dalam kegiatan itu. Di dalam proses pembinaan Tenis meja atlet yang termotivasi secara instrinsik dapat dilihat dari kegiatannya yang tekun dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, karena merasa butuh dan ingin mencapai tujuan yang diinginkan. Atlet yang memiliki motivasi instrinsik menunjukkan keterlibatan aktivitas yang lebih tinggi dalam berlatih. Atlet

seperti ini baru akan merasa puas kalau ia dapat melakukan gerakan latihan yang diajarkan dengan benar. Motivasi instrinsik itu meliputi keinginan, kerajinan dan perhatian.

1) Keinginan

Tindakan seseorang pada dasarnya atas keinginannya yang dimiliki. Keinginan terkendali apabila didasarkan atas kebutuhan. Menurut Purwanto (1990 : 73) keinginan adalah “Penggerak atau penggugah seseorang agar timbul kemauan melakukan sesuatu sehingga memperoleh hasil untuk mencapai tujuan”. Dengan adanya keinginan, akan memberikan arah untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Gerungan (1991 : 141) keinginan adalah “Tenaga yang datang dari diri untuk melakukan suatu keinginan memberikan arah pada tingkah laku untuk mencapai tujuan tertentu”.

Keinginan akan dapat menjadi kebutuhan apabila didasarkan pada dorongan yang rasional. Menurut Ketut (1984 : 29) bahwa “Motivasi intrinsik merupakan keinginan yang didasarkan pertimbangan untuk melakukan aktivitas, pertimbangan pertama ditekan pada pemenuhan kebutuhan tanpa adanya rasa ketergantungan”. Dari penjelasan di atas jelaslah bahwa keinginan yang datang dari dalam diri seseorang tanpa adanya pengaruh dan paksaan dari luar.

2) Kerajinan

Kerajinan adalah bentuk tingkah laku yang memperlihatkan kesungguhan melakukan sesuatu.

Menurut Elida (1989 : 130) mahasiswa seperti ini adalah “Menampakkan aktivitas yang tinggi, banyak bicara, senang berperan aktif, berbakat jadi pemimpin dan memegang peranan kunci”. Bersumber dari pendapat di atas jelaslah bahwa atlet yang rajin juga akan terlihat dalam aktivitasnya yang tinggi dan senang berperan aktif saat melakukan latihan tenis meja.

Atlet yang mempunyai kerajinan yang tinggi terlihat dari perbuatannya yang selalu mengikuti kegiatan latihan dengan rutin dan bersungguh-sungguh mengerjakan tugas yang dibebankan kepadanya.

3) Perhatian

Perhatian adalah pemusatan energi yang tertuju pada suatu objek. Perhatian diklasifikasikan atas perhatian konsentratif dan perhatian terpancar. Dimiyati (1994 : 260) mengemukakan “Perhatian konsentratif adalah perhatian yang ditujukan pada objek tertentu tanpa menghiraukan faktor lainnya”. Atlet yang memiliki konsentratif mempunyai kepercayaan yang tinggi dalam berlatih, pikirannya hanya akan ditujukan pada apa yang diajarkan. Sedangkan perhatian yang terpancar sangat dipengaruhi oleh faktor lain, gejalanya terlihat terlalu banyak melakukan aktifitas lain di luar aktivitas pokok. Perhatian yang perlu dikembangkan untuk mencapai hasil yang baik adalah

perhatian konsentratif karena jenis perhatian ini didasarkan atas tujuan yang ingin dicapai dari latihan yang dilakukan.

b. Motivasi Ekstrinsik

Pintner (1963 : 13) mengemukakan bahwa “Motivasi ekstrinsik bukan merupakan perasaan atau keinginan yang sebenarnya yang ada di dalam diri seseorang untuk belajar”. Thornburgh yang dikutip oleh Elida (1989 : 14) menyatakan bahwa “Motivasi ekstrinsik dinamakan demikian karena tujuan utama individu, melakukan kegiatan adalah untuk mencapai tujuan yang terletak di luar aktivitas itu sendiri, atau tujuan itu tidak terlibat di dalam aktivitas belajar”.

Di dalam pembinaan suatu cabang olahraga motivasi yang banyak dimiliki atlet adalah motivasi ekstrinsik atlet kebanyakan mengikuti pembinaan, karena pengaruh dari teman. Mereka memerlukan perhatian dan dorongan yang khusus dari pelatih. Antara motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik itu saling menambah atau memperkuat, bahkan motivasi ekstrinsik dapat membangkitkan motivasi intrinsik. Ada beberapa cara yang sering digunakan pelatih untuk merangsang atlet dalam berlatih yang merupakan dorongan ekstrinsik, diantaranya adalah : memberikan penghargaan, persaingan atau kompetisi, hadiah dan hukuman, serta pemberitahuan tentang kemajuan berlatih atlet. Dorongan dari orang tua juga dapat membangkitkan motivasi ekstrinsik atlet. Motivasi ekstrinsik meliputi : dukungan dari pelatih dan dukungan dari orang tua.

1) Dorongan dari Pelatih

Di dalam melaksanakan latihan yang memberi gerakan pada atlet terdapat berbagai aspek penting yang sangat menentukan yaitu dorongan dari pelatih. Pelatih menjadi contoh bagi atlet setiap saat, atlet secara terus menerus beraksi terhadap sikap yang dianut dari kepribadian sang pelatih. Pelatih mengembangkan standar untuk kesuksesan dalam pembinaan dengan cara menyampaikan kepada atlet Tennis meja tentang banyak cara mencapai sukses, bahkan kesuksesan atlet tergantung kepada banyak usaha berlatih yang dilakukan. Pelatih menekankan bahwa setiap atlet berbeda-beda dan masing-masing atlet mempunyai kekuatan dan kelemahan satu sama lainnya. Pelatih selalu memotivasi atlet seperti itu dan akibatnya tidak akan terjadi pada diri atlet perasaan tidak mampu atau merasa diri bodoh, bahkan mereka yakin bahwa diri mereka mempunyai kelebihan sehingga kesuksesan dapat mereka raih.

Suatu hal yang sangat penting dilakukan oleh pelatih dalam meningkatkan aktivitas atlet adalah mewujudkan cara melatih yang dapat melibatkan atlet dalam proses melatih. Metode melatih yang dapat meningkatkan atlet dalam berlatih adalah apabila metode latihan itu dapat melibatkan atlet secara keseluruhan. Pengorganisasian program latihan sangat mempengaruhi hasil latihan. Pelatih hendaknya bisa memilih materi yang akan diajarkan agar atlet bisa tertarik dan tidak merasa bosan saat latihan.

2) Dorongan dari Orang Tua

Dorongan dan sifat acuh tidak acuh orang tua baik sengaja maupun tidak sengaja akan tetap mempengaruhi aspirasi anak untuk berlatih. Semakin banyak anak merasa adanya dorongan orang tuanya semakin besar pengaruh terhadap aspirasi anak tersebut terhadap latihannya. Keterlibatan orang tua mendorong anaknya dalam latihan tergantung pada tingkat pendidikan orang tua. Bahar (1989 : 17) menjelaskan bahwa “Keterlibatan orang tua dalam mendidik anak dan tingkat orang tua merupakan unsur yang esensial dalam pendidikan anak”.

Setiap keluarga akan melakukan caranya masing-masing untuk memberikan dorongan pada anaknya, sekalipun mempunyai latar sosial yang sama, seperti penghasilannya sama, pendidikan, dan agama akan tetapi hasilnya juga akan berbeda. Suatu faktor yang cukup berpengaruh terhadap latihan anak adalah ada tidaknya dorongan dari orang tua dalam arti adanya hubungan serasi antara orang tua dan anak. Adanya motivasi yang baik dan seringnya anak dan orang tua berkomunikasi akan mempengaruhi anak untuk lebih giat berlatih. Berbagai macam sikap orang tua dalam memotivasi anaknya dalam latihan Tenis meja seperti : membelikan sang anak pakaian latihan, memberi ongkos dan belanja latihan, memberikan izin kepada anak untuk ikut bertanding, dan mendoakan kegiatan anak agar berjalan dengan lancar dan sukses.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan orang tua mempengaruhi kesuksesan sang anak, tanpa dukungan orang tua dapat mengakibatkan anak menjadi malas untuk latihan sehingga ia akan mengalami kegalalan dalam latihan.

2. Pelatih

Melatih adalah coaching yang sering digunakan untuk menggambarkan aktivitas atau latihan yang bermakna luas. Jadi melatih pada hakekatnya adalah suatu proses kegiatan untuk membantu orang lain (atlet) mempersiapkan diri dengan sebaik-baiknya dalam usahanya mencapai tujuan tertentu. Melalui latihan, atlet berusaha keras mempersiapkan dirinya untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, bahwa intervensi latihan, atlet dipacu untuk memperbaiki sistem organisme tubuhnya, perbaikan fungsinya secara optimal dalam rangka mencapai performa yang baik serta keunggulan dalam cabang olahraganya.

Pembinaan suatu cabang olahraga untuk menciptakan atlet yang berprestasi peran pelatih tidak bisa di anggap remeh, karena pelatih merupakan tangga yang mengantarkan atlet menuju kesuksesan dalam meraih prestasi. Untuk itu pelatih harus memiliki beberapa kemampuan seperti yang dikemukakan oleh Syafruddin (1999; 11) bahwa :

“1) Seorang pelatih melaksanakan program latihan dan kemudian mengevaluasi untuk mengetahui tingkat keberhasilan latihan yang diberikan kepada atlet, (2) seorang pelatih harus memahami unsur-unsur kondisi fisik, teknik, taktik dan mental yang diperlukan pada cabang olahraga yang dibinanya, (3) seorang pelatih harus memahami metode latihan fisik, teknik, taktik dan mental, (4) seorang pelatih harus merumuskan tujuan latihan, memilih metode latihan dan bentuk latihan yang tepat, (5)

seorang pelatih harus menggunakan media dan alat latihan secara efektif dan mampu memodifikasikannya sesuai dengan kebutuhan latihan, (6) seorang pelatih harus memahami pembebanan latihan, (7) seorang pelatih harus memahami prinsip-prinsip latihan, (8) seorang pelatih harus memahami tingkatan latihan.

Bertitik tolak dari uraian tersebut maka seorang pelatih tenis meja harus mampu membuat program latihan serta harus memiliki pengetahuan yang luas tentang berbagai aspek yang diperlukan dalam melatih serta mampu mengevaluasi dan menentukan tujuan latihan.

Pelatih harus memahami bahwa latihan yang sistematis merupakan konsep yang kompleks. Pelatih harus merencanakan ini semua secara cermat, itulah sebabnya pelatih harus selalu tampil dengan mempertimbangkan berbagai faktor seperti aspek psikologis, fisiologis, dan sosial dalam sekuens pelatihannya. Pengetahuan dan keterampilan menjabarkan aspek-aspek tersebut dalam praktik pelatihan merupakan tuntutan yang harus dilakukan oleh pelatih. Pada dasarnya coaching menjangkau peran sebagai melatih, mengajar, mendidik, memberikan petunjuk dan arahan bagi atlet untuk memberikan pemahaman dan bantuan untuk kebutuhan bagi para atletnya. Oleh karena itu, pelatih selalu saja dipacu untuk mengembangkan diri, cermat dan peduli terhadap pembinaan keharmonisan dan pergaulan sosial para atletnya.

Lingkungan latihan dan melatih adalah suatu konsep dan pekerjaan yang sangat kompleks. Mulai dari bagaimana merancang latihan, mengorganisasikan latihan, melaksanakan latihan, yang kesemuanya harus dilaksanakan dalam tempo lama. Proses kerja ini harus dilakukan dan

senantiasa ditingkatkan secara bertahap dan progresif. Di samping itu, dalam praktik, pelatih harus terampil mencermati aspek kebutuhan individu, yang tentunya akan menyentuh pengetahuan tentang fisiologis, psikologis, dan kebutuhan individu setiap atlet. Sebagai pelatih harus mengembangkan cita-cita, keinginan dan harapan agar para atletnya dapat tampil prima, berprestasi tinggi dalam setiap kejuaraan yang diikuti. Dalam kaitan ini, sejauh mana atlet telah memiliki kondisi fisik dan kesempurnaan kesehatan dan keterampilan lain. Proses melatih merupakan strategi yang sarat dengan kepandaian untuk merangkai berbagai isu-isu pelatihan agar atlet termotivasi untuk terlibat dalam suasana latihan yang bergairan, tekun, dan bersemangat. Dalam kaitan ini aspek membangkitkan semangat pelatih merupakan keterampilan khusus yang harus dimiliki oleh setiap pelatih. Dalam proses latihan, pelatih harus terampil pula memberikan pemahaman tentang nilai-nilai spiritual, pembinaan sikap dan perilaku yang terpuji agar dalam diri atlet tercermin sikap ketulusan, kesucian moral yang utuh, di samping tetap memperhatikan kesempurnaan penampilan dan kemampuan fisik para atletnya.

Oleh karena itu, harus disadari betul bahwa melatih adalah suatu proses membantu atlet untuk memperbaiki atau meningkatkan penampilannya, prestasinya dengan tetap memberikan perhatian pada perbaikan kebugaran jasmaninya dan mental spiritualnya. Dengan kata lain, bahwa melatih juga membantu atlet untuk memperoleh pengetahuan, pengalaman, ketangkasan, keterampilan, dan perbaikan sikap dan perilaku. Pelatih akan merasa puas dan

bangga hati manakala atletnya tampil dalam arena pertandingan/kejuaraan dengan karakter dan sifat-sifat terpuji disertai usaha keras untuk mencapai prestasi dan keunggulan. Biasanya tampilan ini dapat terlihat pada gerakan-gerakan dan aktivitas gerak atlet tersebut, yang dilakukan dengan baik, lebih efisien, harmonis dengan koordinasi gerak yang tepat. Disamping itu nampak gerakan-gerakan yang dilakukan dengan konsisten, sehingga dengan kemampuan itu ia mampu menata kecepatannya, ketepatan gerakannya sesuai dengan keinginannya. Memang pelatih pada umumnya mengakui bahwa kesempurnaan fisik saja tidak menjamin atlet dapat mencapai sukses dalam pertandingan. Atlet secara bersamaan juga harus dibina untuk dapat memiliki pola dan kerangka berpikir yang tepat dan logis.

Kunci keberhasilan pelatihan olahraga akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan pelatih mengaplikasikan semua bentuk/materi latihan yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis. Penerapan latihan yang sistematis, penuh variasi, bersinambung merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan pelatihan itu. Dalam hubungan ini aspek pendekatan psikologis, merupakan pergaulan sosial yang harmonis dan merupakan upaya strategi pelatihan yang harus dicermati oleh setiap pelatih. Faktor peningkatan kebugaran jasmani, penampilan fisik atlet sangat gampang terlihat pada seorang atlet. Orang lain akan begitu gampang memberikan penilaian, baik yang bersifat positif maupun negatif, hanya dengan melihat “kondisi fisik dan penampilan” atlet di lapangan. Kesalahan dan kekurangan yang tampak pada aspek individual skill, pelatih harus berusaha merekam

dengan seksama pula. Oleh karena kesalahan teknik yang berulang-ulang yang dilakukan oleh seorang atlet, tanpa adanya upaya pelatih untuk memperbaikinya, kelak atlet tersebut prestasinya akan mandek, bahkan mengalami penurunan prestasi. Untuk mengatasi masalah seperti ini, dibutuhkan kemampuan dan pengetahuan khusus, yang ada sangkut pautnya dengan keterampilan, pengetahuan untuk menunjukkan kesalahan teknik/gerak atlet dan upaya seperti ini sangat membantu memperbaiki kelemahan individual skill atlet tersebut. Oleh karena itu pelatih harus berupaya secara cermat menemukan penyebab kesalahan teknik yang dilakukan atlet itu. Kita sering mendengar kata bermakna yang mengatakan “*coach coauses, not symtoms*. Artinya penyebab kesalahan latihan, bukan gejala-gejalanya” (Harsono, 1993 : 232).

Oleh sebab itu, pelatih olahraga sering dianggap sebagai orang yang serba tahu. Sebagai pelatih diharapkan selalu tampil dengan prima. Sebagai organisator, pelatih harus cekatan mendisain program latihan yang baik, cermat dan sistematis. Ogilvie dan Tutko (1966:5); menjelaskan; “...*The success of the coach may well depend on his ability to satisfy the complex and varied needs and expectations of his players*”. Artinya Suksesnya seorang pelatih tergantung pada kemampuannya untuk mencukupi kebutuhan yang kompleks dan memvariasi dan harapan dari pemainnya (Toward Better Coaching, 1980:172).

Dalam pembinaan olahraga, pelatih adalah orang yang paling dekat dengan atlet. Dengan kata lain, pelatih merupakan orang terpenting yang dapat membantu atlet untuk mengembangkan potensinya. Aguspurwanto (1998 : 1) mengemukakan bahwa “Pelatih adalah seorang profesionalisme

yang bertugas membantu, membina dan mengarahkan atlet (olahragawan) untuk prestasi maksimal dalam waktu sesingkat-singkatnya”. Harsono (1998 : 6) mengemukakan bahwa “Pelatih harus mempunyai keterampilan cabang olahraga yang diikuti, punya pengalaman sebagai pemain, dan berpendidikan sesuai dengan cabang olahraganya”.

Berdasarkan kutipan diatas, seorang pelatih memiliki tugas dan tanggung jawab yang cukup berat. Hal ini tidak hanya keterampilan saja, tetapi berkaitan dengan pengalamannya sebagai atlet maupun pengalamannya sebagai pelatih, dan berpendidikan sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuninya. Pengalaman merupakan salah satu aspek yang sangat mendukung dalam melatih tanpa pengalaman pelatih akan merasa kaku disaat melatih. Pelatih yang mempunyai pengalaman menjadi atlet akan lebih mudah menerapkan teori maupun praktek tentang cara-cara melatih, karena sebelum menjadi seorang pelatih sudah mengetahui cara melatih yang diajarkan selama menjadi atlet dalam mengikuti pembinaan.

Pelatih juga harus mempunyai pendidikan ilmu kepelatihan yang sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuninya. Pelatih yang tidak memahami ilmu kepelatihan tidak akan mampu meningkatkan prestasi atlet yang dilatihnya. Hal ini disebabkan karena melatih tidak hanya mengandalkan keterampilan dan kemampuan dalam melatih. Selain itu, pelatih juga harus didukung oleh pengetahuan yang relevan. Bagaimana mungkin seorang pelatih mampu meningkatkan prestasi atlet kalau tidak mampu merumuskan

tujuan latihan, memilih metode dan materi yang tepat dan memahami prinsip-prinsip latihan.

Untuk merumuskan dan menetapkan tujuan-tujuan latihan yang akan dicapai, pelatih terlebih dahulu harus mengetahui dan memahami bentuk-bentuk kebutuhan dalam cabang olahraga yang dibinanya, baik dalam hal kebutuhan fisik maupun kebutuhan teknik, taktik dan mental. Setelah mengetahui semua bentuk keperluan ini, kemudian pelatih dituntut lagi memikirkan bagaimana cara meningkatkannya. Untuk itu diperlukan materi atau bentuk-bentuk latihan, metode, media dan pengetahuan tentang prinsip-prinsip latihan.

Menurut Suharno (1993 : 1) mengemukakan bahwa “Salah satu ciri pelatih yang baik adalah pandai memilih atau menciptakan metode latihan yang efektif dan efisien untuk mencapai sasaran latihan”. Namun pelatih harus memilih metode yang paling cocok agar sasaran latihan dapat tercapai dengan tepat. Suharno (1993 : 1) menyatakan bahwa “Metode latihan dapat efektif dan efisien juga tergantung dari beberapa faktor antara lain : pelatih, atlet, alat fasilitas, tujuan latihan, waktu dan tempat berlatih”.

Disamping itu seorang pelatih harus memperlihatkan motivasinya dalam melatih, karena hal ini akan menjadi pendorong bagi atlet dalam berlatih. Seorang atlet Tenis meja juga akan meninjau keberadaan pelatihnya dalam hari-hari latihan. Alangkah baiknya juga kita pelatih Tenis meja terjun langsung bersama atletnya dalam latihan. Dengan kata lain pelatih bukan hanya memberikan intruksi saja di pinggir lapangan sehingga timbul rasa

muak atau jengkel, bosan, sehingga kurangnya motivasi atlet dalam mengikuti latihan.

Seorang pelatih harus yakin akan kemampuan yang dimilikinya dan juga menanamkan sikap agar dapat memberikan ilmu kepada atlet. Dalam hal ini pelatih harus mempunyai ide-ide baru yang dipelajari dari buku-buku. Pelatih hendaknya bisa mengoreksi atau menerima kritikan-kritikan demi tercapainya tujuan prestasi secara optimal.

3. Mekanisme Organisasi

Menurut Suharyono (1988 : 26) bahwa “Organisasi merupakan bentuk setiap gabungan manusia untuk mencapai tujuan bersama”. Sedangkan menurut Moeliono, (1990 : 630). “Organisasi adalah satuan yang terdiri atas bagian-bagian orang yang bekerja sama di dalam perkumpulan untuk tujuan tertentu”.

Jadi organisasi adalah suatu kelompok atau himpunan interaksi manusia yang bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama, yang terikat dalam suatu ketentuan yang telah disetujui bersama. Dikaitkan dengan pembinaan olahraga Tenis meja organisasi ini berfungsi setara dengan unsur-unsur lainnya. Dalam membina suatu cabang olahraga, maka bidang organisasi termasuk faktor yang dominan untuk diperhatikan. Keberhasilan pembinaan tidak akan datang dengan sendirinya tanpa pengaturan dari top organisasi tertentu.

Perkumpulan olahraga pada hakekatnya adalah organisasi dan merupakan penggerak suatu pembinaan karena di dalam perkumpulan para

atlet dibina langsung. Suharyono (1988 : 26) mengatakan “Organisasi dipandang sebagai alat untuk mencapai tujuan, organisasi penting baik demi percepatan laju usaha pencapaian tujuan maupun dalam usaha pemanfaatan efisiensi, efektivitas dan produktivitas kerja”.

Berdasarkan kutipan di atas jelas bahwa untuk mencapai tujuan meningkatkan prestasi olahraga Tennis meja di perlukan organisasi, agar segala kegiatan berjalan dengan lancar karena organisasi merupakan penggerak atau alat dalam membina prestasi. Mengingat pentingnya organisasi dalam suatu cabang olahraga untuk mencapai prestasi, maka perlu disusun penggerak-penggerak organisasi atau pengurus. Para pengurus organisasi Tennis meja disertai tugas dan kepercayaan penuh untuk menggerakkan semua anggota organisasi mencapai tujuan yang diinginkan. Suharno (1985 : 3) mengemukakan “Organisasi olahraga yang bersifat pemerintah maupun swasta sebagai wadah kegiatan olahraga prestasi harus memiliki struktur dan tata kerja yang baik, tegas dan jelas. Organisasi perlu memiliki sifat jujur, bertanggung jawab, dan berani berkorban”.

Untuk mencapai tujuan, organisasi memerlukan jalinan kerja sama yang harmonis. Pengurus organisasi harus terdiri dari individu-individu yang bertanggung jawab dan jujur. Disamping itu pengurus organisasi harus disiplin dan memiliki ilmu sesuai dengan fungsinya masing-masing serta diangkat berdasarkan keahliannya, sehingga tugas yang diberikan dapat dilaksanakan sesuai dengan yang telah ditetapkan.

Pengelolaan yang harus ada dalam struktur organisasi olahraga menurut Suharyono (1988 : 222) adalah “a) ketua dan wakil ketua, b) sekretaris, c) bendahara, d) adanya pelaksana dan seksi-seksi yang dibutuhkan sesuai dengan kebutuhan”.

Tugas dari pengurus organisasi ini antara lain:

- a) Ketua dan wakil ketua adalah orang yang memiliki kemampuan untuk menggerakkan para anggota-anggotanya untuk melakukan pekerjaan yang telah direncanakan dan bertanggung jawab atas kegiatan secara umum untuk mengambil keputusan secara cepat dan tepat, serta ketua dan wakil ketua perlu mengadakan pengawasan, pengontrolan, penelitian dan intruksi untuk dapat memastikan apakah pekerjaan bawahannya berjalan dengan lancar menuju kearah tujuan yang ditetapkan serta menjalin hubungan kerja sama dengan pelatih, atlet, lembaga pemerintah atau swasta dan masyarakat.
- b) Sekretaris, sekretaris bertugas dalam pengelolaan bidang administrasi yaitu mencatat, mendokumentasikan kegiatan, penyelenggaraan surat menyurat dan segala aspeknya serta mempersiapkan laporan kegiatan organisasi.
- c) Bendahara, bendahara bertugas memegang masalah keuangan, baik mengadakan maupun pengeluarannya dengan sepengetahuan ketua.
- d) Seksi perlengkapan, seksi perlengkapan bertugas untuk mempersiapkan perlengkapan latihan maupun pertandingan.
- e) Seksi dana, bertugas untuk mencari dana seperti dengan mendatangkan sponsor yang akan membantu membiayai kegiatan latihan dan pertandingan.
- f) Keamanan, bertugas untuk mengamankan jalan kegiatan latihan maupun pertandingan.

Berdasarkan susunan struktur organisasi, maka perlu dikelola dengan manajemen yang baik. Organisasi harus dapat mengendalikan dan memberikan pemecahan terhadap pekerjaan individu yang telah diberikan

tugas sesuai dengan struktur organisasi. Sebelum kegiatan dilaksanakan terlebih dahulu ditetapkan rencana kerja.

Rencana kerja merupakan proses pemikiran dan penguraian dari tindakan-tindakan yang akan diambil dan dilaksanakan dimasa sekarang dan dimasa yang akan datang dalam usaha mendapatkan hasil. Berhasil atau tidaknya suatu kegiatan yang akan dilaksanakan ditentukan atas kesempurnaan rencana yang dibuat.

Dalam menyusun langkah-langkah kerja itu harus diprogram, berkesinambungan dan memiliki syarat-syarat sebagai berikut :

- a) perencanaan harus didasarkan pada tujuan yang jelas, b) bersifat sederhana, realitas dan praktis, c) terperinci, memuat segala klasifikasi kegiatan-kegiatan dan rangkaian tindakan, sehingga mudah dipedomani dan dijalankan, d) memiliki fleksibilitas sesuai dengan kebutuhan situasi dan kondisi, e) terdapat pertimbangan antara bermacam-macam bidang yang akan digarap dalam perencanaan itu menurut urgensi masing-masing, f) diusahakan adanya penghematan tenaga, biaya dan waktu serta kemungkinan penggunaan sumber daya dan dana yang tersedia dengan sebaik-baiknya, g) diusahakan agar sedapat mungkin tidak terjadi adanya duplikasi pelaksanaan". (Purwanto dalam Tomi, 1993 : 31)

Dari syarat-syarat yang dikemukakan di atas, dijadikan sebagai pedoman dalam menyusun langkah-langkah kerja organisasi. Dengan koordinasi yang baik semua bagian akan dapat bekerja menuju kearah tujuan yang ditentukan.

Rencana atau program yang direncanakan dalam organisasi olahraga Tennis meja sifatnya sangat komplek dan saling terkait satu sama lain. Bila perencanaan program pembinaan telah terorganisir maka perlu adanya

pembagian tugas antara anggota-anggota yang tergabung dalam organisasi guna mempermudah pelaksanaan dalam mencapai tujuan.

Berdasarkan uraian di atas, maka jelaslah pentingnya organisasi dalam usaha pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga Tenis meja karena organisasi merupakan suatu alat untuk mencapai tujuan. Oleh sebab itu organisasi harus tersusun dengan baik dan disesuaikan dengan perkembangan tugas-tugas pokok dalam mencapai tujuan. Dengan wadah organisasi kegiatan-kegiatan dapat terorganisir dengan baik seperti masalah latihan, pertandingan, pembiayaan serta kegiatan yang erat hubungannya dengan pembinaan olahraga Tenis meja. Bila organisasi Tenis meja tersusun dan bekerja dengan baik, maka niscaya prestasi di cabang olahraga Tenis meja akan dapat ditingkatkan.

Berdasarkan kutipan di atas jelaslah bahwa tujuan bersama dalam mekanisme organisasi PB. PTMSI adalah mewujudkan prestasi atlet dilingkungan olahraga Tenis meja di Indonesia pada umumnya dan pengurus cabang PTMSI di Kabupaten Pesisir Selatan khususnya. Melalui organisasi yang baik, maka pembinaan prestasi olahraga Tenis meja terutama di Kabupaten Pesisir Selatan, tujuan dan sasaran yang diharapkan berjalan dengan lancar sehingga prestasi optimal akan tercapai.

B. Kerangka Konseptual

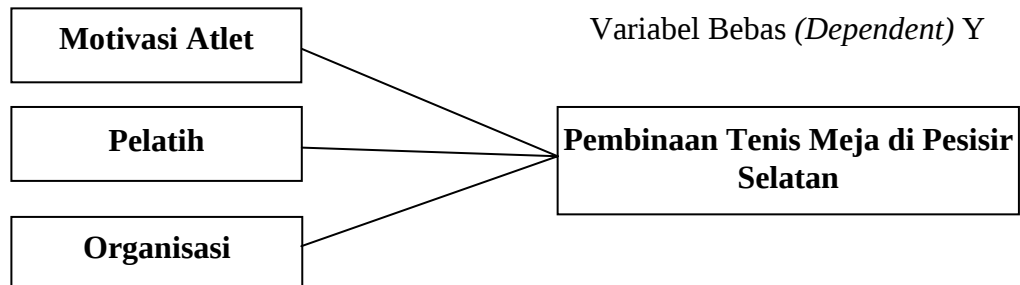
Pembinaan merupakan suatu proses untuk memperoleh prestasi yang optimal. Proses ini berhubungan dengan kerjasama atlet, pelatih, pengurus organisasi, orang tua dan didukung oleh sarana prasarana yang tersedia.

Atlet sebagai objek dan sekaligus sebagai subjek, diharapkan dapat memberikan tanggung jawab sebagai atlet yang baik, yaitu melaksanakan program latihan yang di susun oleh pelatih, untuk mencapai prestasi optimal. Agar tercapainya suatu pembinaan yang baik atlet juga perlu memiliki motivasi, baik motivasi instrinsik atau motivasi yang datang dari dalam diri sendiri maupun motivasi ekstrinsik yang datang dari luar diri. Motivasi yang datang dari dalam diri berupa keinginan, kerajinan, dan perhatian. Motivasi yang datang dari luar berupa dukungan dari pihak pengajar atau pelatih dan pihak keluarga.

Pelatih sebagai orang yang dituntut menciptakan atlet yang berprestasi harus memiliki pengetahuan dan pengalaman yang tinggi serta memiliki sikap yang dapat dijadikan contoh dan dapat bekerja sama dengan orang lain dalam pelaksanaan pembinaan untuk mencapai hasil pembinaan yang baik agar atlet bisa meraih suatu prestasi.

Organisasi merupakan hal yang sangat penting dalam pembinaan olahraga. tanpa struktur organisasi, pembinaan olahraga tidak akan berjalan dengan lancar dan baik, karena organisasi merupakan kesatuan yang terdiri atas bagian-bagian orang yang bekerja sam di dalam perkumpulan untuk tujuan tertentu. Untuk lebih jelasnya hubungan antara atlet, pelatih dan organisasi dalam suatu pembinaan Tenis meja terlihat pada bagian di bawah ini :

Variabel Bebas (*Independent*) X



Gambar 1. Kerangka konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Yang menjadi pertanyaan pada penelitian ini yaitu :

1. Apakah motivasi atlet berpengaruh terhadap Pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Apakah kualitas Pelatih berpengaruh terhadap Pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Apakah mekanisme organisasi berpengaruh terhadap Pembinaan Tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan.

BAB V

P E N U T U P

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pembinaan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Dari hasil deskripsi diperoleh bahwa tingkat capaian motivasi atlet dari 40 responden untuk 15 butir pernyataan sebesar 62,50% berada pada klasifikasi kurang baik. Dari hasil deskripsi dapat disimpulkan bahwa pada saat ini motivasi atlet tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi kurang baik. Artinya bahwa motivasi atlet tenis meja di daerah Kabupaten Pesisir Selatan mengalami kemunduran bila dibandingkan dengan masa sebelumnya, hal ini terlihat dari tingkat capaian yang diperoleh yaitu masih dibawah standar sehingga prestasi yang dicapai juga masih kurang baik.
2. Deskripsi variabel kualitas pelatih diketahui bahwa tingkat capaian yang diperoleh dari 8 responden untuk 13 butir pernyataan sebesar 62,50% berada pada klasifikasi kurang baik. Dengan demikian maka dapat disimpulkan pada saat ini kualitas pelatih tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan kurang baik. Untuk dapat menciptakan altet yang berprestasi serta mengantarkan atlet menuju kesuksesan dalam meraih prestasi, maka seorang pelatih harus dapat melaksanakan program latihan, mengevaluasi tingkat keberhasilan latihan, memahami unsur-

- unsur kondisi fisik, teknik, taktik dan mental atlet dan dapat merumuskan tujuan latihan, serta memilih metode latihan dan bentuk latihan yang tepat,
3. Tingkat capaian mekanisme organisasi dari 20 responden untuk 11 butir pernyataan sebesar 60% berada pada klasifikasi kurang baik. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa pada saat ini mekanisme organisasi tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi kurang baik. Karena Organisasi adalah sebagai alat untuk mencapai tujuan, maka organisasi penting demi percepatan laju usaha pencapaian tujuan maupun dalam usaha pemanfaatan efisiensi, efektivitas dan produktivitas kerja dan pencapaian prestasi seorang atlet”.
 4. Berdasarkan hasil penelitian jelas bahwa untuk dapat meningkatkan prestasi olahraga Tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan, maka perlu dibangkitkan motivasi terhadap atlet, mempunyai pelatih yang berkualitas dan organisasi yang berjalan lancar karena organisasi merupakan penggerak atau alat dalam membina prestasi. Dari ketiga variabel yang mendapatkan skor dengan tingkat capaian paling rendah adalah mekanisme organisasi.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran kepada berbagai pihak, antara lain sebagai berikut :

1. Kepada para pelatih olahraga tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan dalam rangka untuk meningkatkan prestasi tenis meja diharapkan agar terus memberikan pembinaan secara kontinu dan baik kepada para atlet.

2. Pengurus organisasi olahraga tenis meja yang ada di Kabupaten Pesisir Selatan dalam rangka untuk meningkatkan prestasi olahraga tenis meja diharapkan agar memberikan dukungan terhadap pembinaan.
3. Kepada semua pihak-pihak terkait, orang tua, masyarakat, diharapkan dapat membantu mengarahkan, memberikan memotivasi, membimbing dan memberikan pengarahan kepada para siswa khususnya memberikan bimbingan terhadap pelaksanaan program latihan olahraga tenis meja di Kabupaten Pesisir Selatan demi pencapaian hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Purwanto. (1998). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta. Proyek Peningkatan Mutu Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Sekolah Dasar.
- Arikunto, Suharsimi (1989). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : P2LPTK.
- Bahar. (1989). *Dasar-Dasar Pendidikan*. Depdikbud. Jakarta.
- Dimiyati. (1994). *Belajar dan Pembelajaran*. Depdikbud. Jakarta.
- Gerungan. (1991). *Psikologi Sosial*. Bandung.
- Hasono. (1998). *Prinsip dan Metodologi Kepelatihan*, PIO KONI Pusat. Jakarta.
- Ketut Dewa Sukardi. (1984). *Bimbingan dan Konseling*. Galia. Jakarta.
- Moeliono, Anton, M, Dkk. (1990). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta. Depdikbud Balai Pustaka.
- Nasution, Noehi (1992). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Pintner. (1963). *Psikologi Pendidikan*. (Education Psychology). PT. Bima Aksara. Bandung.
- Prayitno, Elida (1989). *Motivasi Belajar*. Jakarta : P2LPTK.
- Purwadarminta dan Daharis. (1984). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : PN. Balai Pustaka.
- Purwanto, M, Ngalim. (1990). *Psikologi Pendidikan*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Suharno. (1993). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. IKIP. Yogyakarta.
- Suharno HP. (1985). *Ilmu Kepelatihan Olahraga I*. Yogyakarta. FPOK IKIP. Yogyakarta.
- Suharyono, Agus. (1988). *Pembinaan Olahraga Basket di Kodya Bukittinggi*. Padang. FPOK IKIP Padang.
- Sugiyono, (200:1). Makalah Pembinaan Prestasi Olahraga Pelajaran. Disampaikan Pada Diesnatalis. Universitas Negeri Padang.