

**PEMBINAAN OLAHRAGA WUSHU
KATEGORI SAN SHOU DI KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh:

**ITES SARIYELA
NIM. 56028**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

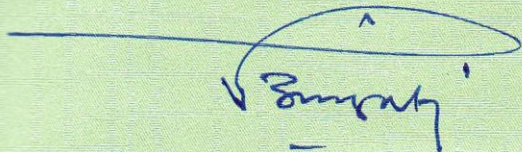
**“PEMBINAAN OLAHRAGA WUSHU KATEGORI SAN SHOU
DI KOTA PADANG”**

Nama : Ites Sari Yela
Bp/Nim : 2010/56028
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Jenjang Program : S1
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Maret 2015

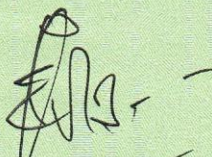
Disetujui oleh

Pembimbing I,



Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS. AIFO
NIP. 19500521 197903 1 001

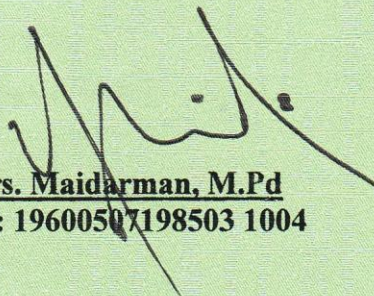
Pembimbing II,



Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si.
NIP: 19610724 198703 1 003

Diketahui:

Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP: 19600507198503 1004

PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Kevelatihan Olahraga Jurusan Kevelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Judul : Pembinaan Olahraga Wushu Kategori *San Shou* di Kota Padang

Nama : Ites Sari Yela

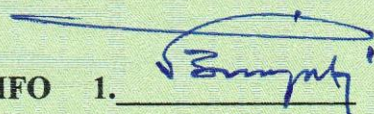
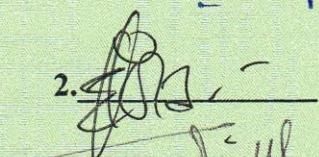
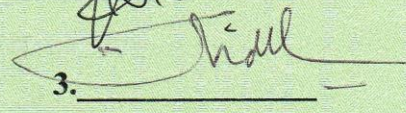
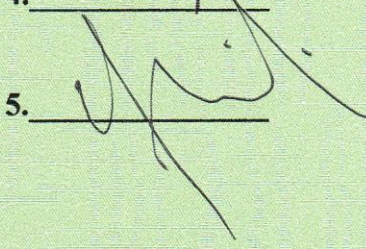
Bp/Nim : 2010/56028

Program Studi : Pendidikan Kevelatihan Olahraga

Jurusan : Kevelatihan

Padang, Maret 2015

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS. AIFO	1. 
2. Sekretaris	: Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si	2. 
3. Anggota	: Dr. H. Alnedral, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. H. Hendri Irawadi, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Maret 2015
Yang menyatakan



ITES SARIYELA
NIM. 56028

ABSTRAK

Ites Sariyela. 2015. Pembinaan Olahraga Wushu Kategori *San Shou* di Kota Padang

Rendahnya prestasi olahraga wushu kategori *San Shou* di Kota Padang menjadi masalah dalam penelitian ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pembinaan olahraga wushu kategori *San Shou* di Kota Padang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Dalam pemilihan informan, peneliti menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan memberikan narasi yang nantinya bisa memberikan penjelasan yang konkrit dan mendalam mengenai atlet, pelatih, program latihan, serta sarana dan prasarana.

Hasil penelitian ini yaitu pembinaan olahraga wushu kategori *San Shou* yang ada di Kota Padang dari faktor atlet yaitu masih ada sasana yang belum melakukan perekrutan atlet sehingga atlet yang bergabung latihan disasana masih dalam bentuk ajakan dari teman latihannya. Rendahnya tingkat pendidikan dan pengalaman yang dimiliki oleh pelatih menyebabkan teknik latihan atlet tidak mengalami peningkatan. Program latihan yang diberikan oleh pelatih belum maksimal yang diberikan dilapangan seperti pelatih masih menggabungkan materi latihan antara kondisi fisik dan latihan teknik sehingga proses latihan belum tercapai. Seterusnya juga disebabkan oleh keterbatasan dan ketidak layakan sarana dan prasarana latihan seperti tempat latihan masih ada yang menumpang dan peralatan latihan yang terbatas seperti samsak, patching kaki dan tangan, body protektor, protektor genital serta sarung tinju dan juga tidak layak pakai seperti patching tangan, sarung tinju, helm kepala, dan juga samsak menyebabkan atlet yang berlatih dan pelatih yang melatih tidak leluasa di dalam melakukan latihan.

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kepada ALLAH SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini yang berjudul “Pembinaan Olahraga Wushu Kategori *San Shou* Di Kota Padang”.

Sebagai penulis pemula, penulis menyadari banyak terdapat kesalahan dan kekhilafan dalam penulisan proposal ini. Oleh sebab itu saran dan petunjuk yang membangun sangat diharapkan sekali demi kesempurnaan dimasa yang akan datang.

Dalam menyelesaikan proposal ini penulis banyak mendapat bimbingan, masukan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun secara material. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS. AIFO selaku Pembimbing I dan Bapak Prof. Dr. Eri Barlian, M.Si selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya.
2. Tim Penguji Bapak Dr. H. Alnedral, M.Pd, Bapak Drs. H. Hendri Irawadi, M.Pd, dan Bapak Drs. Maidarman, M.Pd yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk saya.
3. Kepada kedua orang tua ku, saudara-saudara ku yang telah bekerja keras, memberikan semangat dan motivasi untuk melanjutkan pendidikan.
4. Bapak Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang.

5. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd dan Drs. Hermanzoni selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultasi dalam proses perkuliahan.
7. Bapak/ ibu dosen mata kuliah yang telah memberikan ilmu dan nilai bagi penulis selama mengikuti proses pendidikan di Universitas Negeri Padang.
8. Teman-teman yang telah memberikan bantuan moril pada penulis.

Semoga apa yang telah diberikan bapak/ibu dan teman-teman mendapat balasannya yang berlipat ganda oleh Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan petunjuk dan saran yang membangun dari semua pihak.

Padang, Januari 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
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. Fokus Penelitian.....	7
C. Rumusan Masalah.....	7
D. Tujuan Penelitian	7
 BAB II LANDASAN TEORI	 9
A. Kajian Teori	9
1. Sejarah Wushu	9
2. <i>San Shou</i>	12
3. Pembinaan	13
B. Kerangka Konseptual.....	26
C. Pertanyaan Penelitian.....	28
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
C. Informan Penelitian.....	29
D. Defenisi Operasional.....	30

E. Jenis dan Sumber Data.....	31
F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
G. Teknik Analisis Data dan Keabsahan Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Profil Atlet Wushu Kategori <i>San Shou</i> di Kota Padang.....	36
B. Hasil Penelitian	37
C. Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Nama Pelatih Berlisensi di Sumatera Barat	4
2. Jumlah Perolehan Medali Cabang Olahraga Wushu Kategori <i>San Shou</i> di Kota Padang Periode PORPROV 2006-2012	5

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pedoman Wawancara	59
2. Catatan Lapangan.....	62
3. Dokumentasi Penelitian	84
4. Surat Izin Penelitian	96

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bahagian dari program pemerintah Republik Indonesia. Hal ini sesuai dengan tujuan dari Keolahragaan Nasional yang tercantum dalam Undang-undang RI No. 03 Tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi: "Memelihara, meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak yang mulia, sportifitas, disiplin, mempererat serta membina persatuan dan kesatuan bangsa, martabat dan kehormatan bangsa".

Berdasarkan kutipan diatas untuk mencapai peningkatan prestasi dalam olahraga, dan juga mengangkat nama bangsa, maka pembinaan dan perkembangan memegang peranan sangat penting, supaya memberikan hasil yang maksimal.

Sesuai dengan UU RI No 03 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan "olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan".

Berdasarkan kutipan diatas diharapkan pembinaan olahraga dapat terlaksana, sejalan dengan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi. Oleh karena itu sudah selayaknya olahraga mendapatkan perhatian dari semua pihak baik pemerintah daerah, maupun pemerintah pusat. Dengan demikian, melalui

pembinaan diharapkan dapat menghasilkan atlet yang berbakat dan berprestasi di tingkat Daerah, Nasional, maupun tingkat Internasional.

Maka dalam rangka melakukan pembinaan dan perkembangan prestasi olahraga, diperlukan berbagai kerjasama dan upaya pemerintah melalui jajaran Menpora maupun Departemen Pendidikan dan Kebudayaan baik itu dalam pembibitan atlet melalui pemantauan bakat, pengadaan diklat atau pendidikan dan latihan diberbagai cabang olahraga, turnamen-turnamen, peningkatan kualitas pelatih, pengurus, organisasi dan sebagainya.

Salah satu dari sekian banyak cabang olahraga yang ada adalah cabang olahraga Wushu. Menurut Kurniawan (2012: 176) Wushu merupakan olahraga yang berasal dari China, dimana pengertian Wushu mengandung aspek seni, olahraga, beladiri, dan kesehatan, *Wu* adalah perang, *shu* adalah seni. Sehingga Wushu berarti seni ilmu berperang, yang kompetisinya terdiri dari dua kategori lomba, yaitu: Wushu *Taolu* (Perlombaan jurus dan peragaan) dan Wushu *San Shou* (Pertarungan/ perkelahian bebas).

Wushu di Indonesia didirikan pada tahun 1992 tepatnya 10 November dengan nama Pengurus Besar Wushu Indonesia (PBWI), dan menempati kantor dipintu 1 Gelora Bung Karno Jakarta. Pendiri Wushu Indonesia, yang juga Bapak Wushu Indonesia adalah Bapak I.G.K Manila, beliau lah yang pertama kali membawa Wushu masuk ke Indonesia dan juga sebagai Ketua Umum Wushu Indonesia yang pertama. Atas prakarsa beliau, setahun kemudian berdiri SEAWUF (*South East Asia Wushu Federation - Federasi Wushu Asia Tenggara*). Dan untuk pertama kali berpartisipasi di *Sea Games*

Singapura tahun 1993. (diakses dari internet tanggal 20 februari 2014, Gelora Wushu Indonesia: Sejarah Wushu).

Diterimanya olahraga wushu sebagai olahraga prestasi oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI), maka olahraga wushu sudah dipertandingkan pada Kejuaraan Daerah (KEJURDA), Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV), dan Pekan Olahraga Nasional (PON), sedangkan di *Ivent* olahraga Internasional Wushu juga dipertandingkan pada *Sea Games*, *Asian Games*, dan *Olympic Games*.

Meskipun olahraga ini masih belum banyak dikenal oleh masyarakat, namun olahraga ini sudah mampu melahirkan atlet-atlet yang berprestasi tinggi dari tingkat daerah maupun ditingkat nasional. Salah satu contoh atlet Wushu yang berprestasi di Sumatera Barat adalah Nella Priyanto dikelas 48 kg putri senior dalam Pekan Olahraga Provinsi dan Pekan Olahraga Nasional, yang merupakan atlet dari sasana Himpunan Tjinta Teman (HTT) Padang.

Di Kota Padang perkembangan prestasi olahraga Wushu disetiap sasana sudah dibina dengan baik sesuai dengan sasana atau klub yang mereka dirikan, tetapi prestasi yang diperoleh masih dikatakan rendah. Menurut Syafruddin (2011:80) ada “beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya prestasi olahraga yaitu: faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar)”. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam yaitu dari diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya seperti: fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mental. Sedangkan Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri atlet, atau dari luar potensi yang dimilikinya seperti:

pelatih, pembina, organisasi, gizi, sarana dan prasarana, program latihan, motivasi atlet, ajang kompetisi/ pengalaman bertanding, keluarga dan lain-lain.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap sasana-sasana Wushu yang ada di Kota Padang masih banyak masyarakat yang belum tahu apa itu Wushu, mungkin disebabkan karena olahraga ini baru berkembang, serta kurangnya sosialisasi dari Pengurus Daerah kepada masyarakat dan juga di tiap sasana yang ada di Kota Padang tenaga pelatih yang belum mencukupi, disamping itu pelatih yang berlisensi hanya beberapa orang saja, seperti pada tabel dibawah ini.

Tabel 1.
Daftar Nama Pelatih Berlisensi di Sumatera Barat

No	Nama Pelatih	<i>San Shou</i>	Taolu	Keterangan
1	Firman Syafe'i	√		Nasional Dan Internasional Asca Level 1 tahun 2009
2	Hendri Antoni		√	Nasional tahun 2008
3	Seprinaldi		√	Nasional tahun 2011
4	Hendri Yazid	√		Nasional tahun 2011
5	Defka Vernando		√	Nasional tahun 2011
6	Rahmad Fajri		√	Nasional tahun 2011

Dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa pelatih Wushu yang melatih sasana di Kota Padang merupakan mantan atlet Sumatera Barat sendiri, dan nama pelatih yang tertera pada tabel diatas merupakan nama pelatih yang memiliki lisensi bertaraf Nasional dan Internasional di Sumatera Barat, dan nama pelatih tersebut boleh dikatakan berdomisili di Kota Padang. Dan sasana untuk pelaksanaan latihan yang ada di Kota Padang adalah: Sasana Himpunan

Tjinta Teman (HTT) Padang, dan Sasana Black Dragon di Universitas Negeri Padang.

Program latihan yang sudah terencana yaitu program latihan jangka menengah dengan frekuensi latihannya dilakukan tiga kali dalam seminggu dan tiga bulan pra-pertandingan jadwal latihannya dilakukan dari hari senin sampai dengan hari sabtu yang diberikan oleh pelatih, seharusnya atlet sudah memperoleh prestasi olahraga yang maksimal, namun kenyataan yang terjadi di lapangan berbeda dengan apa yang diharapkan.

Berdasarkan pengamatan peneliti pada cabang olahraga Wushu kategori *San Shou* di lapangan dan juga hasil wawancara peneliti pada tanggal 25 oktober 2013 dengan pelatih PORPROV dan juga pelatih PON 2012 yaitu Bapak Firman Syafe'i, S.Si, yang juga sebagai pelatih Wushu kategori *San Shou* dari sasana/ klub Black Dragon Padang dan juga serta sekretaris umum Wushu Sumatera Barat, mengatakan bahwa perkembangan prestasi olahraga Wushu di Kota Padang kategori *San Shou* dari tahun ketahun menurun. Hal ini terlihat pada tabel perolehan medali cabang olahraga Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang periode PORPROV 2010-2012 dibawah ini.

Tabel 2.
Jumlah Perolehan Medali Cabang Olahraga Wushu Kategori *San Shou* di Kota Padang Periode PORPROV 2006-2012

Tahun	<i>San Shou</i> (Tarung)		
	Emas	Perak	Perunggu
2006	3	2	
2010	5	5	3
2012	3	2	6

*Data KONI Kota Padang

Tabel diatas dapat dijelaskan bahwa prestasi olahraga Wushu di Kota Padang pada kategori *San Shou* pada Pekan Olahraga Provinsi yang diadakan dua tahun sekali masih dikatakan rendah. Dapat dilihat pada perolehan medali yang diraih oleh atlet di Kota Padang pada PORPROV 2006 di Sawahlunto atlet hanya menyumbangkan 3 medali emas dan 2 medali perak itupun diperoleh dari atlet *San Shou* putra sedangkan atlet *San Shou* putri tidak menyumbangkan sama sekali, dan pada PORPROV 2010 di Kabupaten Agam, atlet sudah mampu menyumbangkan dan sekaligus meningkatkan prestasi cabang olahraga wushu dengan perolehan 5 medali emas, 5 medali perak dan 3 medali perunggu. Namun sangat disayangkan pada PORPROV 2012 di Kabupaten Lima Puluh Kota beberapa tahun yang lalu, atlet Wushu kategori *San Shou* Kota Padang hanya mampu menyumbangkan 3 medali emas, 2 medali perak, 6 medali perunggu untuk kontingen Kota Padang.

Hal ini mungkin dikarenakan kurangnya kompetisi atau ajang pertandingan yang dilaksanakan di Kota Padang yang disebabkan karena kurangnya sosialisasi dan informasi mengenai kompetisi khususnya pada cabang olahraga Wushu kategori *San Shou*.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian yang dapat melahirkan solusi untuk masalah dalam penelitian ini.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti memfokuskan penelitian ini pada: Pembinaan Olahraga Wushu Kategori *San Shou* Di Kota Padang.

C. Rumusan Masalah

Sesuai dengan fokus penelitian yang telah ada maka rumusan masalahnya adalah:

1. Bagaimana pembinaan atlet Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang?
2. Bagaimana kualifikasi pelatih yang menangani olahraga Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang?
3. Apakah program latihan olahraga Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang telah mencapai sasaran atau belum?
4. Apakah sarana dan prasarana dalam pembinaan olahraga Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang telah memenuhi syarat atau belum?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian diatas maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pembinaan atlet Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang.
2. Untuk mengetahui kualifikasi pelatih pada cabang olahraga Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang.
3. Untuk mengetahui program latihan atlet Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang.

4. Untuk mengetahui kelengkapan sarana dan prasarana latihan atlet Wushu kategori *San Shou* di Kota Padang.
5. Sebagai bahan masukan bagi pelatih *San Shou* agar kedepannya atlet bisa meraih prestasi tinggi ditingkat nasional maupun internasional di Kota Padang.
6. Sebagai tambahan bacaan bagi atlet Wushu Kota Padang untuk mencapai prestasi yang lebih baik.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Atlet

Kebanyakan atlet yang berlatih di sasana yang ada di Kota Padang merupakan atlet yang diajak oleh temannya untuk berlatih bersama, hal ini disebabkan karena perekrutan untuk atlet belum dilakukan sehingga atlet yang berlatih banyak yang berhenti latihan, disebabkan karena mereka belum terlalu mengerti dengan olahraga wushu.

2. Pelatih

Pelatih yang melatih di sasana di Kota Padang sudah memiliki sertifikat melatih, tetapi sertifikat tersebut sasana saja yang mengeluarkan, selain itu pendidikan mereka juga tidak sesuai dengan profesi yang mereka geluti sekarang. Pengalaman mereka dalam melatih dan membawa tim didalam pertandingan masih kurang, mereka mengandalkan pengalamannya saja selama menjadi atlet di dalam melatih.

3. Program Latihan

Program latihan yang dibuat oleh pelatih masih belum sesuai dengan materi latihan yang dilaksanakan di lapangan, sehingga proses latihan yang dilakukan belum maksimal seperti penggabungan materi latihan menyebabkan atlet terbebani didalam melakukan latihan.

4. Sarana dan Prasarana

Kelengkapan sarana dan prasarana yang ada di sasana di Kota Padang masih kurang dan tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh atlet disaat latihan sehingga atlet yang memakai peralatan latihan tidak nyaman didalam melakukan latihan dan latihan yang masih menumpang ditempat latihan lain menyebabkan atlet dan pelatih kurang nyaman juga didalam latihan dan melatih.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka peneliti menyarankan sebagai berikut:

1. Atlet

Diharapkan untuk perekrutan atlet perlu dilakukan seleksi sehingga atlet yang ikut bergabung latihan sesuai dengan cabang olahraga dan sesuai dengan kategori yang mereka bisa, sehingga atlet yang berlatih tidak banyak yang berhenti ditengah jalan atau hanya sekedar latihan saja dan perlu dilakukan pembenahan lagi sehingga olahraga wushu khususnya kategori *San Shou* banyak peminatnya.

2. Pelatih

Seharusnya pelatih yang melatih disetiap sasana yang ada di Kota Padang perlu disesuaikan dengan profesi yang mereka geluti, sehingga didalam melatih proses latihan bisa berjalan sesuai dengan yang diharapkan oleh atlet, dan juga pelatih yang melatih harus memenuhi syarat untuk menjadi pelatih dan juga dilakukan seleksi dan juga penataran

pelatih sehingga pelatih yang ada di kota padang khususnya dan di sumatera barat umumnya bisa menciptakan atlet yang berprestasi tinggi.

3. Program latihan

Seharusnya program latihan yang dibuat perlu dilakukan pembenahan dan juga pelatihan-pelatihan yang harus di anjurkan untuk para pelatih untuk mengikutinya agar materi latihan yang dilaksanakan mengalami perubahan dan program latihan yang dibuat sama dengan program latihan sasana-sanana lainnya yang ada di indonesia.

4. Sarana dan prasarana

Seharusnya sarana dan prasarana yang ada disasana harus dilengkapi lagi dan sesuai dengan peralatan yang ditetapkan oleh PB WI, sehingga atlet yang memakai peralatan dalam latihan bisa lebih meningkatkan teknik latihan dengan baik dan juga lebih leluasa untuk latihan dan tempat latihan lebih di perhatikan lagi untuk kedepannya sehingga atlet dan pelatih lebih fokus untuk latihan dan melatih, sehingga tidak ada lagi tempat latihan yang bersifat menumpang.

DAFTAR PUSTAKA

- B, Asril. 1996. *Pembinaan Olahraga Prestasi*. Padang: FPOK IKIP.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambal Kurnia
- Wikipedia, 2012. <http://gelorawushu.blogspot.com/2012/02/sejarah-wushu.html>. diakses tanggal 20 februari 2014.
- Wikipedia, 2011. <http://vicktor-wahyudy.blogspot.com/2007/11/sejarah-wushu-indonesia.html> diakses tanggal 20 februari 2014.
- Kokasih, Engkos. 1983. *Olahraga, Teknik Dan Program Latihan*. Jakarta: CV Akademi Persindo.
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta timur: Laskar Aksara.
- Moleong, luxy.2007. *metode penelitian kualitatif*. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya.
- Poerwardarminta.WJS. 1993. *Kamus Umum Bahasa Indonesia* . Jakarta: Balai Bahasa.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: FPOK IKIP.
- Syafruddin. 1996. *Pengantar Ilmu Kepelatihan*. Padang: FPOK IKIP.
- Sugiarto. (2000). *Wushu, Variasi dan Perkembangan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Sugiyono. 2012. *Penelitian kualitatif* . Padang: UNP.
- Suharno, HP. 1985. *Ilmu Kepelatihan*. Jakarta: FPOK IKIP.
- UU. 2005. *Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional*. Bandung: Citra Umbara.