

**PEMBINAAN PRESTASI PEMAIN SEPAK BOLA DI SSB SARASO
GUGUAK KABUPATEN SOLOK**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



Oleh:

**RIZKI YULISEF PUTRA
NIM. 17087088**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2021**

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : **Pembinaan Prestasi Sepak bola di SSB Saraso
Guguak Kabupaten Solok**

Nama : Rizki Yulisef Putra

NIM : 17087088

Pogram Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

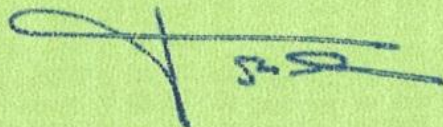
Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, November 2021

Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan
Kepelatihan



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd
NIP. 197207171998031004

Pembimbing



Dr. Argantos, M. Pd.
NIP. 196005271985031002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Rizki Yulisef Putra
NIM : 17087088/ 2017

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul

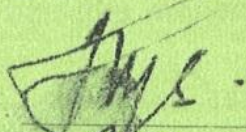
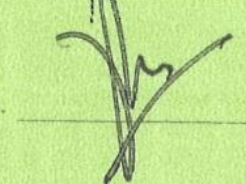
Pembinaan Prestasi Sepak Bola di SSB Saraso Guguak kabupaten solok

Padang, Juni 2022

Tim Penguji

TandaTangan

1. Ketua : Dr. Argantos, M.Pd
2. Anggota : Drs. Afrizal S, M.Pd
3. Anggota : Ikhwanul Arifan, S.Pd, M.Pd

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Pembinaan prestasi Pemain Sepak Bola di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok” adalah karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, arahan dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2021
Yang membuat pernyataan



Rizki Yulisef Putra
NIM. 17087088

ABSTRAK

Rizki Yulisef Putra (2021): “Pembinaan Prestasi Pemain Sepak Bola di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok” *Skripsi*: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah penelitian ini didasari dengan pembinaan prestasi siswa di Sekolah Sepak Bola SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok, dengan variabel pembinaan prestasi. Tujuan dari penelitian ini adalah melihat bagaimana pembinaan prestasi siswa di Sekolah Sepak Bola SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan informan penelitian yaitu Olahragawan Tenaga Keolahragaan, dan Tokoh masyarakat di Sekolah Sepak Bola SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok. Teknik pemilihan informan penelitian menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik yang digunakan dalam analisis data adalah reduksi data, *display* data, dan penarikan kesimpulan. Trianggulasi yang digunakan untuk menjelaskan keabsahan data dengan menggunakan sumber.

Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Pembinaan prestasi yang diberikan kepada siswa belum berjalan sesuai dengan pola pembinaan yang peneliti ajukan seperti dalam memberikan materi yang diajarkan masih bersifat konvensional, selain itu media yang digunakan tidak ada hanya mengandalkan lapangan tempat berlatih, bola, dan *cone* pada umumnya. 2) Minimnya pengetahuan pelatih menjadi penghambat pembinaan prestasi (a) dalam pembinaan prestasi adalah berkaitan dengan faktor (1) sarana dan prasarana (2) faktor sosial juga terjalin antara pelatih dengan siswa dan anantara siswa sesama siswa. (a) faktor penghambat dalam pembinaan yaitu (1) berkaitan dengan instansi yang hanya memprogram latihan 3 kali seminggu dengan alasan siswa banyak disibukan dengan kegiatan akademik disekolah, .

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ungkapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberikan kekuatan kepada penulis. Sehingga penulis telah dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Pembinaan Prestasi Sepak Bola di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok”. Shalawat beserta salam teruntuk Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah merubah peradapan manusia dari zaman Jahiliah kepada zaman yang berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk ujian Skripsi pada program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam Penulisan Skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil, sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Yang tercinta Ayahanda; dan Ibunda; dan kakak-kakak ku yang senantiasa membantu memberikan dorongan semangat untuk penulis.
2. Dr. Argantos, M.Pd, pembimbing yang memberikan kontribusinya dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Drs. Afrizal S, M.Pd dan Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd selaku penguji yang memberikan kontribusinya dalam penyelesaian skripsi ini.

Pada kesempatan ini peneliti mengharapkan saran dan kritikan dari

pembaca demi kesempurnaan penyusunan Skripsi ini. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah memberikan bantuan.

Padang, Agustus 2021

Penulis,

Rizki Yulisef Putra
NIM: 17087088

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian dan Sub Fokus Penelitian	6
C. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pembinaan prestasi Pemain Sepakbola	9
1. Hakekat Sepakbola	9
2. Pengertian Pembinaan prestasi.....	17
a. Pola Pembinaan prestasi.....	21
b. Pengertian Olahragawan Dan Tenaga Keolahragaan	33
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode dan Prosedur Penelitian.....	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian	47
C. Latar Belakang Penelitian	47
D. Data dan Sumber Data.....	48

E. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data	49
F. Prosedur Analisis Data.....	54
G. Pemeriksaan Keabsahan Data	55
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Temuan Umum.....	58
1. Profil SSB SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok	58
2. Visi dan Misi SSB SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok.....	59
3. Stuktur Organisasi.....	59
4. Layanan yang di Proleh oleh Siswa di SSB	60
5. Mekanisme Rekrutmen SSB	61
6. Daftar dan Profil Siswa di SSB	62
7. Informan Penelitian.....	64
B. Temuan Khusus.....	65
C. Pembahasan	69
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	79
DAFTAR RUJUKAN.....	82
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Daftar Siswa di SSB Berdasarkan Usia	62
Tabel 2. Daftar Siswa di SSB Berdasarkan Pendidikan.....	63
Tabel 3. Daftar Anak di SSB Berdasarkan Pendidikan.....	63
Tabel 4. Sumber Data Penelitian.....	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Piramida Sistem Pembinaan prestasi Olahraga Secara Umum.....	23
Gambar 2. Piramida Pembinaan prestasi	23
Gambar 3. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pedoman Observasi	86
Lampiran 2. Pedoman Wawancara Pelatih	87
Lampiran 3. Informan Penelitian	89
Lampiran 4. Catatan Lapangan	90
Lampiran 5. Pedoman Wawancara Pengurus	94
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	99
Lampiran 7. Surat Penelitian.....	112

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu permainan yang paling banyak digemari banyak orang dan merupakan permainan yang sudah merakyat. Hal ini dapat dilihat bahwa di seluruh pelosok tanah air ada lapangan sepakbola dan banyak orang memainkannya, baik melalui klub-klub sepakbola maupun yang hanya sekedar hobi. Namun demikian perkembangan sepakbola Indonesia di lingkup Asia maupun Internasional belum seperti yang diharapkan.

Prestasi sepakbola di Indonesia saat ini sudah mengalami perbaikan walaupun masih tertinggal dengan negara Asia Tenggara lainnya seperti Thailand dan Vietnam, seperti pada ajang piala AFF yang dilaksanakan setiap dua Tahun sekali Hal yang menandai bangkitnya sepakbola di Indonesia yaitu adanya pembinaan prestasi atau pembibitan usia dini dimana pemain muda tersebut dilatih atau dibina dalam suatu kepelatihan seperti SSB.

Sekolah sepakbola yang ada di SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok diharapkan dapat melahirkan pemain-pemain yang berkualitas untuk mengangkat persepakbolaan di Kabupatena Solok pada umumnya khususnya pada SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok. Sepakbola merupakan jenis permainan olahraga yang sangat mudah dimainkan karena hanya dapat menendang bola seseorang dapat memainkan

Sepakbola. Dalam peraturannya Sepakbola dimainkan oleh dua klub yang masing- masing klub terdiri dari 11 orang pemain dengan tujuan mencetak gol sehingga dapat diperoleh hasil dalam suatu permainan Sepakbola. Selain pemain juga terdapat pelatih, staff pelatih dalam sebuah klub Sepakbola. Dalam pertandingan resmi Sepakbola agar berjalan dengan baik dan lancar juga tidak terlepas dari wasit yang bertugas mengatur jalannya permainan dalam sebuah pertandingan Sepakbola.

Segala aktivitas olahraga sepakbola di tanah air masih sangat memerlukan perhatian dan pembinaan prestasi khusus, baik dalam usaha pencarian bibit-bibit yang baru maupun dalam usaha meningkatkan prestasi siswa. Olahraga sepakbola di sayakan tidak hanya semata-mata mengisi waktu senggang atau hanya sekedar memanfaatkan fasilitas yang tersedia, dalam upaya menggapai prestasi yang baik maka pembinaan prestasi harus dimulai dari pembinaan prestasi usia dini dan siswa muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Bibit siswa yang unggul perlu pengolahan dan proses kepelatihan secara ilmiah, barulah muncul prestasi siswa semaksimal mungkin pada umur-umur tertentu.

Dalam usaha pembinaan prestasi olahraga sepakbola, diperlukan unsur pendukung yang sangat vital. Salah satu unsur tersebut adalah pelatih yang berpendidikan. Pelatih yang berpendidikan adalah pelatih yang memahami dengan baik masalah-masalah yang menyangkut kepelatihan, sebuah klub/SSB akan mempunyai peluang yang jauh lebih

besar untuk berhasil dan berprestasi dari pada klub/SSB yang tidak menggunakan pelatih yang tidak mempunyai dasar dalam ilmu kepelatihan. Selain latihan keterampilan dan teknik bermain, yang perlu diperhatikan juga adalah latihan fisik. Latihan dapat dilsayakan sendiri atau terkoordinasi dalam sebuah klub/SSB atau pusat pelatihan. Kondisi fisik adalah satu kesatuan untuk dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisah-pisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya, artinya dalam usaha peningkatan kondisi fisik harus mengembangkan semua komponen tersebut.

Berdasarkan observasi penulis lakukan di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok, prestasi yang diraih selama ini cukup baik, hal ini terlihat pada Tahun 2016-2018 dimana pada tahun 2016 SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok mengikuti kompetisi Piala Danone tidak mendapatkan juara dan kalah dibabak penyisihan. Tahun 2018 mengikuti Piala Bergilir Kapolda Sumbar tidak mendapatkan juara dan kalah dibabak 16 besar. Dari tahun 2018 sampai 2021 tidak pernah mengikuti kejuaraan baik antara antar daerah maupun kabupaten.

Data di atas menunjukan rendahnya prestasi SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok, menjadi masalah dalam penelitian ini terkait dengan pembinaan prestasi yang dilsayakan. Berdasarkan masalah tersebut diduga banyak faktor-faktor mempengaruhi pembinaan prestasi yang dilaksanakan di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok tersebut, sehingga berpengaruh pada prestasi yang dimilikinya. Adapun faktor yang mempengaruhi

pembinaan prestasi tersebut yaitu berkaitan dengan lingkungan, lingkungan sangat mempengaruhi tindakan seseorang ataupun kegiatan yang dilsayakan seseorang. Beberapa penelitian mengatakan bahwa situasi yang kondusif akan memberikan peningkatan mutu terhadap SDM yang berada dilingkungan tempat seseorang berada tersebut, lingkungan yang kondusif akan memberikan interaksi sosial yang baik, sehingga dengan demikian akan dapat melahirkan ide-ide yang baik dan berguna lingkungan itu sendiri.

Pola pembinaan prestasi yang diberikan masih kurang memadai sehingga berdampak buruk terhadap SSB tersebut. Kurang memadainya pola pembinaan prestasi yang diberikan terlihat dari kurangnya presentasi materi dengan keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki SSB Saraso Guguak. Pola pembinaan prestasi yang diberikan adalah bagian utama di miliki oleh sebuah SSB, guna untuk memenuhi kebutuhan Siswa dari segi materi. Lemahnya pola pembinaan prestasi yang diberikan akan berdampak terhadap perkembangan SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok. Jadi berkembangnya sebuah SSB tidak terlepas dari pembinaan prestasi yang diberikan. Hal ini akan berdampak besar terhadap kemampuan/peforman Siswa dalam menguasai beberapa teknik ataupun materi yang diberikan.

Faktor pendukung pembinaan prestasi seperti adanya kelengkapan sarana dan prasarana dan manajemen pelayanan SSB yang baik dengan tujuan agar perkembangan kemajuan SSB dapat lebih baik lagi, sehingga

minat Siswa diluar sana agar mau berlatih lebih banyak di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok. Dalam hal ini faktor penghambat pembinaan prestasi di SSB yang menjadi peyebab kurangnya pembinaan Siswa/siswa, dimana kurang terpenuhinya kebutuhan dari Siswa yang berkaitan dengan materi yang di berikan kepada Siswa terseut sehingga, dapat mengakibatkan terhadap perkembangan prestasi yang diperoleh oleh SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok.

Beberapa faktor di atas berpengaruh terhadap pendirian SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok hal ini tentu tidaklah mudah dalam perjalanannya. Banyak pertentangan dan hambatan bagi keberlanjutan SSB, seperti salah satunya bagaimana proses pembinaan prestasi dan manajemen pengelolaan yang digunakan oleh SSB untuk keberlangsungan SSB tersebut. Pembinaan prestasi akan terlaksana dengan baik jika proses pembinaan prestasi dan manajemen serta strategi pelatihannya dikordinasikan dengan baik. Hal ini butuh organisasi yang baik dalam pelaksanaannya, agar tercipta pembinaan prestasi yang ideal seperti pembinaan prestasi di SSB lainnya. Menurut pengurus SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok, bahwa hambatan-hambatan yang ada berusaha dinikmati oleh Siswa sebagai cobaan dan bagian dari sebuah kehidupan, hal ini dapat menjadi hambatan sebagai proses ke arah kemajuan dari SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok.

Jadi faktor pendukung dan penghambat SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok yang dimaksud di atas adalah faktor yang mendukung

pembinaan prestasi berupa kurangnya motivasi Siswa dan, fisik Siswa. Sedangkan faktor penghambatnya adalah, pengetahuan pelatih, sarana dan prasarana yang kurang memadai, lingkungan yang tidak kondusif, serta manajemen kerja yang kurang baik.

Melihat kenyataan yang sudah ada penulis mencoba untuk mencari sebuah jawaban dari permasalahan yang dihadapi oleh SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok dari tahun 2016 sampai 2021 yang berkaitan dengan pembinaan prestasi yang dilakukan di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok guna untuk mendapatkan gambaran nyata tentang pembinaan prestasi yang dilakukan.

B. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini yaitu:

1. Pola pembinaan prestasi yang diberikan yang belum memadai di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok .
2. Kualitas olahragawan dan tenaga keolahragaan di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok .

C. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana pola pembinaan prestasi prestasi pemain yang diberikan di SSBSaraso Guguak Kabupaten Solok ?
2. Bagaimana kualitas olahragawan dan tenaga keolahragaan yang berada di ssb saraso guguk kabupaten solok

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana pola pembinaan prestasi prestasi pemain yang diberikan di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok
2. Untuk mengetahui Kualitas olahragawan dan Tenaga Keolahragaan yang berada di SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok .

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan penelitian yang selanjutnya serta menambah wawasan mengenai Pembinaan prestasi di SSB memperkaya khasanah keilmuan, terutama dalam bidang sepakbola
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh:
 - a. penulis sendiri untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana Olahraga S1 pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
 - b. Pelatih SSB Saraso Guguak Kabupaten Solok sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam melaksanakan pembinaan prestasi kepada siswa, agar Siswa perkembangan SSB dapat terlihat dari segi prestasi yang diperoleh Siswa/. Dengan kata lain Siswa dapat berkembang dengan baik dan lebih termotivasi untuk berlatih Sepakbola dengan pelatih yang diharapkan.
 - c. Jurusan Kepelatihan Olahraga sebagai bahan perbandingan

untuk menyelesaikan penelitian selanjutnya dengan judul yang sama.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Pembinaan Prestasi Pemain Sepakbola

1. Pengertian Pembinaan Prestasi

Secara umum pembinaan prestasi diartikan sebagai usaha untuk memberi pengarahan dan bimbingan guna mencapai suatu tujuan tertentu. Pembinaan prestasi merupakan hal umum yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, kecakapan di bidang pendidikan, ekonomi, sosial, kemasyarakatan, dan lainnya. Pembinaan prestasi menekankan pada pendekatan praktis, pengembangan sikap, kemampuan dan kecakapan.

Menurut Silvia T, (2013) dalam penelitiannya mengatakan bahwa pelatihan olahraga merupakan proses yang kompleks yang melibatkan perencanaan, organisasi, memimpin dan penilaian, pendekatan manajerial menjadi kunci dari persiapan sukses, dengan menyediakan berbagai alat untuk setiap komponen dari aktivitas kinerja. pembinaan prestasi sebagai salah satu alat manajemen yang dapat menginduksi perubahan dan memiliki manfaat ketika mengadopsi strategi pelatihan olahraga difokuskan pada pencapaian kinerja. pembinaan prestasi menghasilkan perubahan mendasar dari cara di mana siswa menganggap diri mereka dan rekan tim atau lawan mereka, dengan meningkatkan keterlibatan mereka dalam pemenuhan tujuan yang unik.

Pembinaan prestasi merupakan sebagai alat manajerial dimana

melalui pelatih dalam mengidentifikasi dan motivasi, mendorong dia untuk menemukan dirinya sendiri dan menyadari potensi sendiri tantangan siswa untuk menemukan solusi yang berbeda dan strategi untuk memecahkan masalah konkrit. Dalam kinerja olahraga, pembinaan prestasi merupakan bagian dari operasionalisasi, individualisasi, penyesuaian, monitoring dan signifikansi pribadi dan sosial. Analisis rasional pembinaan prestasi olahraga terutama berkaitan dengan kapasitas kinerja penaikan dalam kaitannya dengan kedua potensi umum dan pertunjukan tertentu. Pelatih demikian seharusnya menyadari semua perbaikan aspek kinerja di semua tahapan perkembangannya, dengan memulai dari tujuan, prediksi, monitoring, penjadwalan program pelatihan, perencanaan strategis dan taktis (Sudarmono, M. 2018).

Lingkungan Siswa dapat mengubah perilaku mereka. Orang tua, rekan tim, penggemar olahraga, media, pelatih olahraga dll menjadi dampak yang negatif pada perilaku siswa. Faktor yang dapat mempengaruhi siswa adalah pelatih olahraga. Dalam hal ini siswa berinteraksi dengan pelatih mereka di setiap sesi pelatihan dan kompetisi. Selain itu, pelatih olahraga bisa menjadi panutan bagi siswa dan juga merupakan salah satu dari orang-orang yang dapat mempengaruhi siswa luar konteks olahraga juga dapat mempengaruhi siswa. Perilaku mereka dan masukan kepada siswa juga bisa menentukan bagaimana siswa akan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari nya. Misalnya, dinyatakan bahwa perilaku pembinaan prestasi yang tidak diinginkan dapat menimbulkan dampak negatif yang terkait dengan

kepuasan olahraga yang dilakukan (Soyer F, I, S, & Gabriel L, T, 2015; Yulianto, P. F. 2016).

Untuk mencapai prestasi siswa secara maksimal diperlukan pembinaan prestasi yang terprogram, terarah dan berkesinambungan serta didukung dengan penunjang yang memadai. Dan untuk mencapai prestasi optimal siswa, juga diperlukan latihan intensif dan berkesinambungan kadang-kadang menimbulkan rasa bosan (*boredom*). Hal ini dapat menjadi penyebab penurunan prestasi, oleh karena itu diperlukan pencegahan yaitu dengan merencanakan dan melakukan latihan-latihan yang bervariasi. Berlatih secara intensif belum cukup untuk menjamin tercapainya peningkatan prestasi hal ini karena peningkatan prestasi tercapai bila selain intensif, latihan dilsayakan dengan bermutu dan berkualitas (Irianto, S. 2011; Yulifri, Y. 2018).

Terdapat beberapa komponen penting yang berkaitan dengan olahraga prestasi sesuai dengan undang undang keolahragaan nomor 3 tahun 2005 pasal 27 bagian keempat, yaitu:

- 1) Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional.
- 2) Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga, baik pada tingkat pusat maupun tingkat daerah.
- 3) Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana

dimaksud pada ayat (1) dan ayat (2) dilakukan oleh pelatih yang memiliki kualifikasi dan sertifikat kompetensi yang dapat dibantu oleh tenaga keolahragaan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi

- 4) Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga yang bersifat nasional dan daerah dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.
- 5) Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi sebagaimana dimaksud pada ayat (4) melibatkan olahragawan muda potensial dari hasil pemantauan, pemanduan dan pengembangan bakat sebagai proses regenerasi.

Menurut M. Furqon (2007: 1-2) “proses pembinaan prestasi memerlukan waktu yang lama, yakni mulai dari masa kanak-kanak atau usia dini hingga anak mencapai tingkat efisiensi kompetisi yang tertinggi”. Pembinaan prestasi dimulai dari program dari program umum mengenai latihan dasar mengarah pada pengembangan efisiensi olahraga secara komprehensif dan kemudian berlatih yang dispesialisasikan pada cabang olahraga tertentu. Para ahli olahraga seluruh dunia sependapat perlunya tahap-tahap pembinaan prestasi untuk menghasilkan prestasi olahraga yang tinggi, yaitu melalui tahap pemassalan, pembibitan, dan pencapaian prestasi (Djoko P, I, 2002: 27; Occhino, J., Mallett, C., & Rynne, S. 2013).

a. Pola Pembinaan Prestasi

Pada pola pembinaan prestasi ada dua aspek yang harus diperhatikan, dan yang pertama adalah latihan yang disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pola Pembinaan prestasi berdasar pertumbuhan dan perkembangan anak meliputi:

- 1) Latihan dari cabang olahraga dari spesialisasi harus disesuaikan dengan pertumbuhan dan perkembangan olahragawan
- 2) Perhatian harus difokuskan pada kelompok otot, keleturan persendian, stabilitas dan penggiatan anggota tubuh, yang berhubungan dengan salah satu syarat cabang olahraga spesialisasi
- 3) Pengembangan kemampuan fungsional dan morfologis sampai tingkat tertinggi yang akan diperlukan untuk membangun tingkat keterampilan teknik dan taktik yang tinggi secara efisien
- 4) Pengembangan penguasaan keterampilan adalah sebagai persyaratan pokok yang diperlukan untuk memasuki tahap spesialisasi dan prestasi
- 5) Prinsip perkembangan penguasaan teknik dan keterampilan harus didasarkan pada fakta bahwa semuanya ada saling ketergantungan satu sama lain antara semua organ dan sistem tubuh manusia dan antara dengan faktor psikologis
- 6) Latihan khusus untuk suatu cabang olahraga yang mengarah kepada perubahan morfologis dan fungsional
- 7) Spesialisasi adalah salah satu komponen yang didasarkan pada pengembangan keterampilan terpadu yang diterapkan dalam program

latihan bagi anak – anak (pemula) sampai pada tingkatan taruna sampai remaja (Harwood, C. 2008; Cunningham, G. B., & Sagas, M. 2004).

Pola pembinaan prestasi dengan menggunakan sistem bertahap. Keterampilan gerak dapat mulai diperbaiki dari gerakan yang besar sampai gerakan yang sulit terpadu. Kecenderungan perkembangan dari yang sederhana menuju perkembangan yang kompleks dan dari perkembangan yang kasar sampai halus. Pembelajaran bertahap keterampilan gerak dapat benar – benar dipahami apabila menggunakan model atau “tingkatan”. (RR,Pate, dkk 1993 ; 201).

Dari kegiatan tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa pembinaan prestasi

2. Hakekat Sepakbola

Sepakbola termasuk dalam permainan invasi yang melibatkan 2 regu yang bermain dalam satu lapangan tanpa dibatasi oleh penyekat diantara kedua tim/regu yang bertanding. Permainan ini berjumlah sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang dalam masing-masing regu. Hampir seluruh permainan dilsayakan dengan keterampilan mengolah bola dengan seluruh anggota tubuh kecuali anggota lengan dan tangan yang tidak diperbolehkan menyentuh bola, namun ada satu pemain yang diperbolehkan menggunakan seluruh anggota tubuh termasuk lengan dan tangan, yaitu penjaga gawang (Prawira, R. R. Z., & Tribinuka, T. 2016; Fataha, I., Rahayu, T., & Soegiyanto, K.S. 2013).

Penting dari permainan ini adalah tujuan dari masing-masing regu

atau kesebelasan yang bertanding, yaitu “berusaha untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha menggagalkan serangan lawan untuk melindungi serangan atau mempertahankan dan menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola atas hasil dari serangan lawan” seperti yang dikemukakan oleh Sucipto, dkk (2000: 7). Sepakbola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola (Subagyo Irianto, 2010: 3; Satria, M. H., Rahayu, T., & Soegiyanto, K. S. 2012).

Menurut Luxbacher (2011: 2) bahwa sepakbola dimainkan dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilsayakan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Hampir seluruh permainan dilsayakan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, baik dengan kaki maupun tangan. Jenis permainan ini bertujuan untuk menguasai bola dan memasukkan ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola (Abdul R, 2008: 13; Hidayat, W., & Rahayu, S. 2015).

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Muchtar (2002:81) bahwa, Sepakbola merupakan permainan yang memakan waktu selama 2x45 menit. Selama waktu satu setengah jam itu, pemain dituntut untuk senantiasa bergerak. Dan bukan hanya sekedar bergerak, namun dalam bergerak tersebut masih melsayakan berbagai gerak fisik lainnya seperti berlari sambil menggiring bola, berlari kemudian harus berhenti secara tiba-tiba, berlari sambil berbelok 90 derajat, bahkan 180 derajat, melompat, meluncur (*sliding*) beradu badan (*body chart*), bahkan terkadang berlanggar dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi. Semua ini menuntut kualitas fisik pada tingkat tertentu, untuk dapat memainkan sepakbola tersebut dengan baik. Apalagi jika kita berbicara tentang sepakbola prestasi, maka tuntutan kondisi fisik ini akan lebih tinggi lagi (Nugraheni, A. R., Rahayu, S. R. S., & Handayani, O. W. K. 2017).

Sedangkan tempat pembinaan prestasi usia 6 tahun sampai dengan 13 tahun yang merupakan fase hiburan dan pembentukan dasar sepakbola berada dilingkungan masyarakat umum, sekolah dasar, SSB, atau dimanapun mereka berada dan mau bermain sepakbola.

Tempat pembinaan prestasi usia 14 tahun sampai dengan 16 tahun yang merupakan fase membentuk format sepakbola berada dilingkungan SSB, atau club-club amatir/professional. Tempat pembinaan prestasi usia 17 tahun sampai dengan 20 tahun fase akhir pembinaan prestasi junior berada dilingkungan perkumpulan-perkumpulan, club amatir/professional.

Tempat pembinaan prestasi sampai dengan usia 21 tahun

dilingkungan club-club Liga Tiga. Tempat pembinaan prestasi sampai dengan usia 23 tahun dilingkungan club Liga Dua. Tempat pembinaan prestasi senior tim berada dilingkungan club Liga Satu. Peraturan umum pertandingan (PSSI, 2010:1). Berkaitan dengan pernyataan di atas permainan sepakbola itu sendiri adalah permainan yang dilakukan di atas lapangan rumput yang berbentuk persegi panjang, rata dan dalam keadaan terbuka. Permainan dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain yang lazim disebut dengan kesebelasan.

Tujuan dari setiap pemain adalah bertanding dengan lawan untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan serta memperoleh kemenangan. Begitu juga dengan tumbuh kembangnya persepakbolaan yang di kenal dengan kiblat Sepakbola nya dunia yaitu Inggris. Perkembangan sepakbola dimulai dari perkumpulan-perkumpulan di sekolah dan universitas di Inggris. Di luar sekolah dan universitas sepakbola timbul dan berkembang dengan pesat, tetapi tidak mau menggunakan peraturan yang sudah ada. Pada tanggal 26 Oktober 1863, perkumpulan-perkumpulan yang ada di luar sekolah dan universitas ini mendirikan sebuah badan yang disebut "*The Football Association*". Jadi dapat dikatakan bahwa sepakbola modern berasal dari Inggris. Pada tanggal 21 Mei 1904 di negara Perancis berdirilah federasi sepakbola dengan nama "*Federation Internationale De Football Association*" (Zalfendi,2010:8; Soniawan, V., & Irawan, R. 2018).

Selanjutnya Muchtar (2002:82) mengatakan permainan sepakbola ini memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan teknik dan taktik di samping kondisi fisik yang prima bagi pelsayanya. Disamping itu sepakbola menuntut kreatifitas teknik, keberanian untuk berbuat sesuatu dan kepercayaan akan kemampuan diri sendiri. Pada umumnya pemain sepakbola hanya berlatih teknik dan taktik sepakbola saja, mereka melupakan faktor-faktor lain yang sama besar perannya dalam mendukung keberhasilan bermain sepakbola. Seorang pemain tidak dapat bermain sampai ke puncak prestasi bila tidak ditunjang oleh kondisi fisik yang bagus.

Berdasarkan pendapat-pendapat para ahli di atas dapat dikemukakan sepakbola merupakan olahraga permainan beregu yang terdiri dari dua kesebelasan yang dilsayakan dengan sebuah bola di lapangan dan dipimpin oleh seorang wasit serta diikat dengan peraturan bsaya secara resmi bertujuan mencapai kemenangan. Selanjutnya dalam usaha meningkatkan mutu permainan ke arah prestasi masalah teknik merupakan salah satu persyaratan yangmenentukan.

Jadi sekolah Sepakbola atau di Indonesia sering disebut SSB merupakan suatu bentuk wadah pembinaan prestasi bagi usia dini sampai usia muda dalam menyalurkan bakatnya dalam olahraga khususnya cabang olahraga Sepakbola. Dalam sekolah Sepakbola terdiri dari pengurus yang mengatur manajemen sekolah Sepakbola dan pelatih yang bertugas membina dan membimbing pemain dalam proses latihan bermain

Sepakbola dengan baik dan benar. PSSI dalam bukunya yang berjudul Kurikulum & Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia (2012:59).

UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional adalah Undang- Undang yang mengatur Sistem Keolahragaan Nasional yang selama ini bidang keolahragaan hanya diatur oleh peraturan perundang-undangan di bawah undang- undang, bersifat parsial atau belum mengatur semua aspek keolahragaan nasional secara menyeluruh, dan belum mencerminkan tatanan hukum yang tertib di bidang keolahragaan. Olahraga merupakan bagian dari proses dan pencapaian tujuan pembangunan nasional sehingga keberadaan dan peranan olahraga dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara harus ditempatkan pada kedudukan yang jelas dalam sistem hukum nasional. Standar nasional keolahragaan adalah kriteria minimal tentang berbagai aspek yang berhubungan dengan pembinaan dan pengembangan keolahragaan.

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa. Memiliki Fungsi untuk mengembangkan kemampuan jasmani, rohani, dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermartabat. Penyelenggaraan Keolahragaan Nasional berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

Pasal 5 UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menegaskan Prinsip Penyelenggaraan Keolahraagaan. Keolahragaan diselenggarakan dengan prinsip:

- a. demokratis, tidak diskriminatif dan menjunjung tinggi nilai keagamaan, nilai budaya, dan kemajemukan bangsa;
- b. keadilan sosial dan nilai kemanusiaan yang beradab;
- c. sportivitas dan menjunjung tinggi nilai etika dan estetika;
- d. pembudayaan dan keterbukaan;
- e. pengembangan kebiasaan hidup sehat dan aktif bagi masyarakat;
- f. pemberdayaan peran serta masyarakat;
- g. keselamatan dan keamanan; dan
- h. keutuhan jasmani dan rohani.

Istilah Olahraga dalam Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistimatis, terpadu, dan berkelanjutan sebagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional. Keolahragaan nasional adalah keolahragaan yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yang berakar pada nilai-nilai keolahragaan, kebudayaan nasional

Indonesia, dan tanggap terhadap tuntutan perkembangan olahraga. Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan.

UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional memetakan masalah keolahragaan nasional yang semakin kompleks dan berkaitan dengan dinamika sosial, ekonomi, budaya masyarakat dan bangsa serta tuntutan perubahan global sehingga Indonesia sudah saatnya memiliki suatu undang-undang yang mengatur keolahragaan secara menyeluruh dengan memperhatikan semua aspek terkait, adaptif terhadap perkembangan olahraga dan masyarakat. **Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional** sekaligus berfungsi sebagai instrumen hukum yang mampu mendukung pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional pada masa kini dan masa yang akan datang. Atas dasar inilah perlu dibentuk Undang-Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional sebagai landasan yuridis bagi setiap kegiatan keolahragaan di seluruh wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Dalam UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional sistem keolahragaan nasional merupakan keseluruhan subsistem keolahragaan yang saling terkait secara terencana, terpadu, dan berkelanjutan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional. Subsistem yang dimaksud, antara lain, pelaku olahraga, organisasi olahraga, dana olahraga, prasarana dan sarana olahraga, peran serta masyarakat, dan

penunjang keolahragaan termasuk ilmu pengetahuan, teknologi, informasi, dan industri olahraga. Interaksi antarsubsistem perlu diatur guna mencapai tujuan keolahragaan nasional yang manfaatnya dapat dirasakan oleh semua pihak. Seluruh subsistem keolahragaan nasional diatur dengan memperhatikan keterkaitan dengan bidang-bidang lain serta upaya-upaya yang sistematis dan berkelanjutan guna menghadapi tantangan subsistem, antara lain, melalui peningkatan koordinasi antarlembaga yang menangani keolahragaan, pemberdayaan organisasi keolahragaan, pengembangan sumber daya manusia keolahragaan, pengembangan prasarana dan sarana, peningkatan sumber dan pengelolaan pendanaan, serta penataan sistem pembinaan dan pengembangan olahraga secara menyeluruh.

Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional disahkan Presiden Doktor Haji Susilo Bambang Yudhoyono pada tanggal 23 September 2005 di Jakarta. Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional diundangkan di Jakarta pada tanggal 23 September 2005 oleh Menkumham Hamid Awaludin.

Agar setiap orang mengetahuinya UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional ditempatkan dalam Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2005 Nomor 89. Penjelasan Atas UU 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional ditempatkan dalam Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4535.

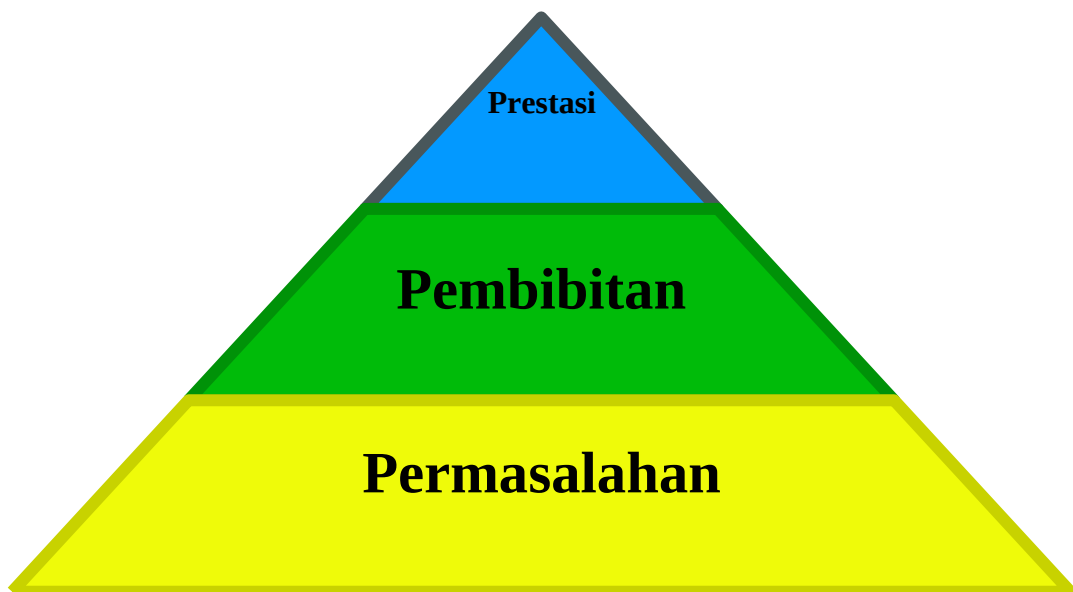
nenya terdiri dari, permasalahan, pembibitan, dan peningkatan

prestasi. Hal ini dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1. Piramida Sistem Pembinaan prestasi Olahraga Secara Umum
Sumber: (Kamiso 1998)

Jadi pembinaan prestasi yang diberikan kepada siswa yang dilsayakan oleh sebuah lembaga seperti SSB maka dapat digambarkan pada gambar 2.



Gambar 2. Piramida Pembinaan prestasi

Jadi dapat disimpulkan apabila salah satu komponen terpenting tersebut, tidak dilaksanakan dengan benar maka tidak akan dihasilkan siswa andalan yang berkualitas dan berprestasi. Oleh karena itu untuk

menghasilkan siswa sepakbola yang berkualitas, perlu diadakannya pembinaan prestasi olahraga sepakbola, sehingga kemudian seorang pelatih akan mengetahui serta dapat menilai mana siswa potensial dan berbakat untuk dimasukan pada tahap pembibitan. Tahap prestasi akan berada pada tahap selanjutnya dimana pelatih telah memiliki program – program latihan untuk meningkatkan prestasi, sehingga dengan berjalanya tahapan – tahapan tersebut diharapkan dapat mampu menghasilkan siswa maupun tim sepakbola yang berkualitas dan berprestasi, sedangkan tahapan berikutnya adalah tahapan evaluasi dimana seorang pelatih mengadakan evaluasi untuk menganalisa dan menilai kinerja siswa dan tim secara keseluruhan, sesaat setelah pertandingan maupun pasca kejuaraan atau kompetisi berakhir, hal tersebut sangat diperlukan guna melihat kekurangan dan kelebihan siswa maupun tim secara lengkap dan terperinci, sehingga setelah evaluasi dilsayakan, mereka (siswa) mengerti kesalahan masing – masing, dan diharapkan dapat diperbaiki sedini mungkin, agar tercipta prestasi yang lebih baik dari sebelumnya untuk siswa maupun tim (Dawson, P., Dobson, S., & Gerrard, B. 2000).

Siswa dan tim yang berprestasi dan berkualitas tinggi harus melsayakan ketiga komponen tersebut secara berkelanjutan, dengan pengawasan ketat dari pelatih. Apabila terdapat siswa yang sudah sampai di masa puncaknya atau masa keemasannya karena faktor usia, maka perlu diadakannya regenerasi siswa, dimana yang muda menggantikan siswa yang telah uzur, tentunya dengan kualitas yang harus lebih baik. Apabila

kesalahan dapat diminimalisir dan ditekan, serta komponen – komponen tersebut dijalankan sebagaimana mestinya, maka akan didapatkan siswa sepakbola yang berkualitas dan berprestasi (Potrac, P., Jones, R. L., Gilbourne, D., & Nelson, L. 2012).

1) Metode Latihan

Menurut Ria L, (2006 : 5), Metode latihan adalah merupakan sebuah pengetahuan tentang metode – metode yang digunakan dalam proses latihan, hal tersebut sangat penting untuk menjadikan seorang siswa menggapai prestasi yang tinggi dan lebih baik dari sebelumnya. Seorang siswa yang ingin berprestasi harus mampu menggunakan dan menerapkan berbagai metode latihan yang diberikan oleh seorang pelatih dalam baik dalam materi latihan fisik, teknik, maupun mental.

2) Hukum Latihan

a. Hukum Overload

Kondisi tubuh seorang siswa memiliki sifat adaptasi terhadap setiap perlakuan dalam latihan sepakbola yang dikenakan terhadap dirinya, termasuk beban latihan. Bila tubuh dengan tingkat kebugaran tertentu diberikan beban latihan dengan tingkat beban intensitas yang ditetapkan maka tubuh akan mengadaptasi dengan rangkaian proses sebagai berikut: Proses awal setelah pembebanan adalah kelelahan dan memerlukan istirahat. Setelah istirahat beberapa saat, maka tubuh akan kembali bugar namun dengan tingkat kebugaran yang lebih baik dari sebelumnya. Hukum *overload* juga menunjukkan bahwa

pemberian beban latihan harus sesuai untuk mendapatkan over kompensasi yang optimal sesuai dengan bentuk dan jenis beban latihan yang diberikan.

b. Hukum Reversibilitas

Hukum *reversibilitas* menuntut setiap siswa untuk melsayakan latihan secara kontinyu dan progresif. Latiihan yang dilsayakan dengan kontinyu dapat menghasilkan tingkat kebugaran yang semakin meningkat, sebaliknya jika seorang siswa tidak melsayakan latihan secra kontinyu maka kondisi akan menurun.

c. Hukum Kekhususan

Hukum kekhususan memberikan tuntunan bahwa beban latihan yang diberikan kepada siswa harus sesuai dengan kebutuhan terhadap kemampuan dan ketrampilan fisik (*biomotor abilities*) cabang olahraganya, dalam hal ini adalah sepakbola dan kondisi objektif dari siswa tersebut, seperti umur kronologis, dan umur perkembangannya, kemampuan fisik dan mentalnya sat itu, serta ciri khas yang dimiliki siswa yang tidak atau sukar diubah namuun tidak mengurangi kinerjanya. Hukum kekhususan juga memberikan tunutan kepada sang pelatih untuk memahami sepenuhnya kondisi siswa tehadap cabang olahraga yang ditekuninnya, kelemahannya, kekuatannya serta peluang dan tantangan bagi siswa yang diasuhnya untuk dapat mencapai prestasi.

3) Prinsip Latihan

a. Prinsip Paedagogik

Latihan biasanya merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk membantun individu dalam meningkatkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomornya. Prinsip paedagogik ini mengarahkan siswa dalam berlatih untuk mengikuti berbagai kaidah yaitu multilateral, pengembangan, kesehatan, kebermanfaatan, kesadaran, sitematik, dan gradual. Prinsip paedagogik sangat penting untuk menjalankan latihan menuju kepada perkembangan yang lengkap melalui kegiatan multilateral pada umur tertentu, guna menggapai puncak keemasan tanpa mengorbankan kesehatan fisik maupun psikis siswa, penerapan latihan dengan prinsip paedagogik bermanfaat tidak hanya berguna untuk mengetahui dan memahami program latihan , tetapi siswa dapat memahami dan bersosialisasi dengan siswa – siswa lainnya. Pada penerapan prinsip ini diharapkan pelatih dapat memenuhi dan memberikan beban latihan secara sistematis kepada siswa dan meningkatkannya secara gradual dengan segala aspek positif maupun negatif sehingga penerapan semua unsur latihan dengan penerapan prinsip paedagogik dapat tercapai, untuk meningkatkan prestasi siswa yang pada akhirnya tercapainya prestasi tertinggi dalam suatu kompetisi.

b. Prinsip Individual

Setiap siswa memiliki karakteristik yang berbeda – beda, tidak akan ada yang sama satu sama lain, sehingga beban latihan yang

sama tidak akan direaksi sama dengan siswa yang lain, namun pada cabang olahraga sepakbola semuanya sama, tetapi yang membedakannya adalah posisi per pemain. Posisi penyerang dilatih untuk mencetak gol, pemain tengah dilatih mengkoordinasi lapangan tengah dan membagi bola, pemainbelakang dilatih untuk memperkuat pertahanan, sedangkan penjaga gawang dilatih untuk menangkap bola dengan baik agar tidak kebobolan. Seluruh siswa sepakbola latihan beban dan latihan fisiknya sama, tidak ada yang membedakannya, kecuali fisik salah seorang siswanya kurang, dan perlu perbaikan, tentunya ada tambahan porsi latihan bagi dirinya, untuk mengembalikan ke kondisi semula.

c. Prinsip Keterlibatan Aktif

Tugas seorang pelatih dalam latihan yang diadakannya adalah memperlakukan antara siswa yang satu dengan yang lain sama, maka dari hal tersebut memerlukan perencanaan dan program yang matang dari seorang pelatih secara optimal, sehingga semua siswa aktif mengikuti latihan secara optimal sesuai dengan harapan pelatih. Kegiatan fisik dan mental harus dapat dilaksanakan secara menyeluruh pada seluruh siswa, dimana dalam penerapan prinsip ini seluruh siswa dapat melaksanakan aktifitas dengan kesempatan yang sama pada setiap sesi latihan yang diberikan pelatih baik itu pada sesi latihan fisik maupun pada saat sesi latihan mental, dengan demikian akan terjalin hubungan yang harmonis antara sesama siswa maupun

antara siswa dengan pelatih dan manajemen.

d. Prinsip Variasi

Latihan adalah sesuatu hal yang melelahkan dan membosankan karena jangka waktunya sangat panjang, sehingga kegembiraan dan kesenangan diperlukan pada latihan untuk menghilangkan kejenuhan. Variasi latihan merupakan cara yang baik untuk memberikan kesempatan yang baik kepada siswa untuk menikmati latihan dengan rasa senang dan gembira, tetapi tetap tidak meninggalkan keseriusan dalam berlatih. Variasi yang dapat diberikan pelatih dalam latihan antara lain, tempat latihan di pantai, pegunungan, kolam renang, yang memberikan suasana fresh kepada seluruh pemain, tidak hanya dilaksanakan didalam lapangan, variasi metode latihan seperti metode permainan dan metode repetisi yang bervariasi, atau beruji coba ke luar Kabupaten dengan klub lain. Latihan yang baik adalah latihan yang dirancang secara sistematis dan terarah. Aspek terpenting dalam sistematika latihan dapat dilaksanakan seperti tahapan sebagai berikut (Syafudin, 2012:166 – 170).

4) Metode

Menurut Mangunhardjana (2001: 19) untuk dapat menggunakan metode-metode pembinaan prestasi secara efektif perlu diperhitungkan melalui:

a. Bahan dan acara, penggunaan metode disesuaikan :

- Dari segi pencapaian tujuan acara pembinaan prestasi,

apakah lewat metode itu bahan diolah sehingga tujuan acara pembinaan prestasi tercapai, jangan sampai terjadi bahwa tujuan acara dikorbankan dengan metode yang barangkali menarik, tetapi tidak membawa acara pembinaan prestasi menuju tujuannya.

- Dari segi kecocokan isi dan cara pengolahan isi acara, apakah isi acara cocok diolah dengan metode itu, tidak setiap isi acara dapat diolah dengan sembarang metode.
- b. Para Peserta, sebelum mempergunakan suatu metode sebaiknya diketahui terlebih dahulu:
- Tingkat umur, pendidikan, latar belakang para peserta. Tidak semua cocok untuk segala macam orang.
 - Pengetahuan dan kecapakan para peserta muda, tetapi kurang cocok untuk peserta tua.
- c. Waktu, sebelum mempergunakan suatu metode sebaiknya diperhatikan:
- Waktu yang tersedia dalam rangka seluruh acara pembinaan prestasi. Karena kurang perhitungan waktu pembinaan prestasi itu dapat mengacau jalannya seluruh acara.
 - Waktu hari yang ada, pagi, siang atau malam. Tidak semua acara cocok untuk segala waktu.
- d. Sumber atau peralatan, sebelum mempergunakan suatu metode sebaiknya diperiksa:

- Apakah sumbernya tersedia: tenaga, buku, *hand-out*
 - Apakah peralatan siap, karena tanpa sumber dan peralatan yang memadai, metode tak apat dilaksanakan dengan baik.
- e. Program pembinaan prestasi, sebelum mempergunakan suatu metode sebaiknya mempertimbangkan integrasi penggunaan metode itu kedalam seluruh program pembinaan prestasi, maka:
- Perlu dijaga agar dalm seluruh program diciptakan variasi metode dalam mengolah acara. Tujuannya agar program berjalan secara memikat dan tidak monoton, membosankan.
 - Perlu diketahui sikap, pengalaman, dan keahlian Pembina dalam bidang pembinaan prestasi.

b. Bagaimana Kualitas Olahragawan Dan Tenaga Keolahragaan

Usaha untuk mencapai pembinaan prestasi yang baik merupakan masalah yang rumit dan kompleks dan banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor. Untuk mencapai pembinaan prestasi yang baik tanpa didukung oleh bakat yang memadai merupakan pekerjaan sia-sia. Akan tetapi bukan berarti bakat merupakan modal utama. Faktor latihan sama pentingnya dengan faktor bakat, i kedua faktor itu merupakan dua sisi mata uang yang tidak dapat dipisahkan.

Pemanduan dan Pembinaan prestasi dalam perencanaan untuk pencapaian prestasi olahraga yang maksimal dibutuhkan tahap-tahap yang berkelanjutan. Menurut KONI Pusat (1997: A.4) Tahap pembinaan prestasi dibagi dalam empat tingkatan, yaitu Multilateral,

Spesialisasi, Pemantapan, *Golden age*, dijelaskan sebagai berikut:

- a) Tahap Latihan Persiapan (Multilateral) Tahap ini merupakan tahap dasar untuk memberikan kemampuan dasar yang menyeluruh (multilateral) kepada anak dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Pada tahap dasar ini, anak yang berprestasi diarahkan ke tahap spesialisasi, akan tetapi latihannya harus mampu membentuk kerangka tubuh yang kuat dan benar, khususnya dalam perkembangan biomotorik, guna menunjang peningkatan prestasi di tahapan latihan berikutnya.
- b) Tahap Latihan Pembentukan (Spesialisasi). Tahap latihan ini adalah untuk merealisasikan terwujudnya profil siswa seperti yang diharapkan, sesuai dengan cabang olahraganya masing-masing atau sesuai dengan kemampuannya. Kemampuan fisik, maupun teknik telah terbentuk, demikian pula ketrampilan taktik, sehingga dapat digunakan atau dipakai sebagai titik tolak pengembangan, serta peningkatan prestasi selanjutnya. Pada tahap ini, siswa dapat dispesialisasikan pada satu cabang olahraga yang paling cocok/sesuai baginya.
- c) Tahap Latihan Pemantapan. Profil yang telah diperoleh pada tahap pembentukan, lebih ditingkatkan pembinaan prestasinya, serta disempurnakan sampai ke batas optimal atau maksimal. Tahap pemantapan ini merupakan usaha pengembangan potensi siswa semaksimal mungkin, sehingga telah dapat mendekati atau bahkan

mencapai puncak prestasinya.

- d) *Golden Age*. Sasaran tahapan-tahapan pembinaan prestasi adalah agar siswa dapat mencapai prestasi puncak (*golden age*). Tahapan ini didukung oleh program latihan yang baik, dimana perkembangannya dievaluasi secara periodik. Dalam tahap latihan pemantapan, keadaan siswa disiapkan untuk mencapai prestasi puncak. Di dalam tahap pembibitan pembinaan prestasi harus dilaksanakan secara terprogram, terarah dan terencana dengan baik.

1) Faktor Pendukung

Untuk mencapai suatu pembinaan prestasi yang baik, khususnya sepak bola tentunya dibutuhkan faktor pendukung, misalnya faktor endogen. Menurut Depdiknas (2000: 24) prestasi terbaik hanya akan dapat dicapai dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya yang mencakup:

- (a) Kepribadian siswa,
- (b) Kondisi fisik,
- (c) Keterampilan teknik,
- (d) Keterampilan taktis,
- (e) Kemampuan mental.

Kelima aspek itu merupakan satu kesatuan yang utuh. Bila salah satu terlalaikan, berarti pelatihan tidak lengkap. Keunggulan salah satu aspek akan menutup kekurangan pada aspek lainnya. Setiap aspek akan berkembang dengan memakai metode latihan

yang spesifik. Faktor pendukung prestasi dari faktor endogen dalam penelitian ini dibatasi pada indikator olahragawan dan fisik, sebagai berikut:

a. Olahragawan

Olahragawan adalah pengolahraga yang mengikuti pelatihan secara teratur dan kejuaraan dengan penuh dedikasi untuk mencapai prestasi

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang berprestasi dalam cabang olahraga, dalam hal ini yaitu cabang olahraga sepakbola. Tujuan seseorang menekuni cabang olahraga yakni berprestasi setinggi-tingginya sesuai dengan kemampuan yang dikeluarkan secara maksimal. Prestasi yang didapat dari seorang siswa akan membawa dirinya meraih suatu kehidupan yang disiplin, tanggung jawab dan mempunyai daya juang tinggi di masa yang akan datang.

b. Fisik

Kondisi fisik merupakan unsur yang penting dan menjadi dasar dalam mengembangkan teknik, taktik, maupun strategi dalam bermain tenis lapangan. Menurut Sugiyanto (1996: 38), kemampuan fisik adalah kemampuan memfungsikan organ-organ tubuh dalam melaksanakan aktivitas fisik. Kemampuan fisik sangat penting untuk mendukung mengembangkan aktifitas psikomotor. Gerakan yang terampil dapat dilaksanakan

apabila kemampuan fisiknya memadai. Menurut Mochamad Sajoto (2001: 41), kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharaan. Artinya bahwa di dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus berkembang.

Status kondisi fisik dapat mencapai titik optimal jika memulai latihan sejak usia dini dan dilsayakan secara terus menerus dan berkelanjutan dengan berpedoman pada prinsip-prinsip dasar latihan. Status kondisi fisik seseorang dapat diketahui dengan cara penilaian yang berbentuk tes kemampuan. Tes ini dapat dilsayakan di dalam laboratorium dan di lapangan. Kondisi fisik dapat mencapai titik optimal jika latihan dimulai sejak usia dini dan dilsayakan secara terus menerus. Karena untuk mengembangkan kondisi fisik bukan merupakan pekerjaan yang mudah, harus mempunyai pelatih fisik yang mempunyai kualifikasi tertentu sehingga mampu membina pengembangan fisik siswa secara menyeluruh tanpa menimbulkan efek di kemudian hari.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik merupakan faktor yang sangat penting untuk menunjang pembinaan prestasi selain itu kondisi fisik sangat berpengaruh dalam tahap perkembangan kemampuan seorang siswa.

Kondisi fisik yang baik mempunyai beberapa keuntungan, di antaranya mampu dan mudah mempelajari keterampilan yang relatif sulit, tidak mudah lelah saat mengikuti latihan maupun pertandingan, program latihan dapat diselesaikan tanpa mempunyai banyak kendala serta dapat menyelesaikan latihan berat. Kondisi fisik sangat diperlukan oleh seorang siswa, karena tanpa didukung oleh kondisi fisik prima maka pencapaian prestasi puncak akan mengalami banyak kendala, dan mustahil dapat berprestasi tinggi.

2) Faktor Penghambat

a. Kualitas Tenaga Keolahragaan

Pelatih Sepakbola yang profesional harus mengetahui ilmu-ilmu yang mendukung akan praktek kepelatihan. Menurut Bompa (2009:4), menyatakan bahwa ilmu pendukung dalam metodologi latihan yang harus dikuasai pelatih seperti dalam gambar berikut ini:

Tenaga keolahragaan adalah Setiap orang yang memiliki kualifikasi dan sertifikat kompetensi dalam bidang olahraga



Gambar 3. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan (Bompa, 2009: 4)

Pate, at. all, yang dialih bahasakan oleh Kasiyo

Dwijowinoto (1993:2-3), menyatakan ilmu-ilmu yang mendukung tersebut antara lain:

- a. Psikologi olahraga, adalah ilmu yang mempelajari tingkah lsaaya manusia. Psikologi olahraga merupakan sub disiplin yang sepenuhnya mempelajari fenomena psikologis olahragawan dan pelatih.
- b. Biomekanika, biomekanika olahraga memberikan penjelasan mengenai pola-pola gerakan efisien dan efektif para olahragawan.
- c. Fisiologi latihan, ilmu ini mempelajari tentang fungsi tubuh manusia selama latihan dan mengamati bagaimana perubahan tubuh yang disebabkan oleh latihan jangka panjang.

Seorang pelatih harus pandai memilih atau menciptakan metode latihan dan harus berusaha menciptakan lingkungan

berlatih sebaik mungkin, sehingga memungkinkan siswa berlatih secara efektif dan efisien untuk mencapai sasaran latihan (Sarmiento, H., et al. 2014).

a) Sarana dan Prasarana

Pencapaian pembinaan prestasi yang baik dan prestasi yang maksimal harus didukung dengan prasarana dan sarana berkuantitas dan berkualitas guna untuk menampung kegiatan olahraga prestasi berarti peralatan yang digunakan sesuai dengan cabang olahraga yang dilsayakan, dapat digunakan secara optimal mungkin dan mengikuti perkembangan ilmu dan teknologi, sehingga prestasi yang maksimal akan dapat tercapai. Menurut Soepartono (2000: 5-6) dalam buku sarana dan prasarana olahraga bahwa:

(a) Sarana olahraga adalah terjemahan dari “*facilities*”, yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu:

- Peralatan (*apparatus*), ialah sesuatu yang digunakan, contoh: palang tunggal, alang sejajar, gelang-gelang dan lainnya.
- Perlengkapan (*device*), yaitu: Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya: bendera untuk tanda,

garis batas dan lain-lain, lalu sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya : bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Seperti halnya prasarana olahraga, sarana yang dipakai dalam kegiatan olahraga pada masing-masing cabang olahraga memiliki ukuran standar. Sarana olahraga adalah sumber daya pendukung yang terdiri dari segala bentuk dan jenis peralatan serta perlengkapan yang digunakan dalam kegiatan olah raga. Prasarana olah raga adalah sumber daya pendukung yang terdiri dari tempat olahraga dalam bentuk bangunan di atasnya dan batas fisik yang statusnya jelas dan memenuhi persyaratan yang ditetapkan untuk pelaksanaan program kegiatan olahraga (Otte, F. W., Davids, K., Millar, S. K., & Klatt, S. 2020).

Jadi fasilitas olahraga memegang peran sangat penting dalam usaha mendukung prestasi kemampuan peserta didik. Tanpa adanya fasilitas olahraga maka proses pelaksanaan olahraga akan mengalami gangguan sehingga proses pembinaan prestasi olahraga juga mengalami gangguan bahkan tidak berkembang.

(b) Prasarana yaitu segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau bangunan). Dalam olahraga prasarana merupakan sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah

dipindahkan. Berdasarkan definisi tersebut dapat disebutkan beberapa contoh prasarana olahraga ialah: lapangan sepakbola, lapangan tenis, gedung olahraga (*hall*), dan lain-lain. Gedung olahraga merupakan prasarana berfungsi serba guna yang secara berganti-ganti dapat digunakan untuk pertandingan beberapa cabang olahraga. Semua yang disebutkan adalah contoh-contoh prasarana olahraga dengan ukuran standar (Collins, K., Gould, D., Lauer, L., & Chung, Y. 2009).

Jadi sarana dan prasarana atau fasilitas merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga. Kemajuan atau perbaikan dan penambahan jumlah fasilitas yang ada akan menunjang suatu kemajuan prestasi dan paling tidak dengan fasilitas yang memadai akan meningkatkan prestasi.

b) Lingkungan

Menurut Sukadiyanto (2010: 4-5) Lingkungan yang dapat menunjang pembinaan prestasi adalah:

- a. Lingkungan secara umum, khususnya lingkungan sosial.
- b. Keluarga, khususnya orang tua.
- c. Pembinaan prestasi dan pelatih: para ahli sebagai penunjang dan para pelatih yang membentuk dan mencetak langsung agar semua komponen yang dimiliki muncul dan berprestasi setinggi mungkin.

Siswa adalah manusia biasa yang memiliki kebutuhan

umum, antara lain: kebutuhan makan dan minum, pakaian, rumah sebagai tempat pertumbuhan, kebutuhan akan perhatian, penghargaan dan kasih sayang. Kebutuhan khusus bagi siswa antara lain: pakaian, olahraga, peralatan olahraga, dorongan motivasi dari orang lain, yaitu orang tua. Menurut Menurut Sukadiyanto (2010: 17) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi lingkungan siswa dalam olahraga di antaranya:

- (a) Faktor penonton
- (b) Faktor wasit, pembantu wasit
- (c) Faktor cuaca
- (d) Faktor fasilitas dan prasarana
- (e) Faktor cuaca
- (f) Faktor organisasi pertandingan

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lingkungan keluarga sangat berpengaruh besar dalam proses pembinaan prestasi siswa karena di lingkungan keluarga itulah seorang siswa dapat memenuhi banyak kebutuhan untuk berkembang. Di dalam keluarga itulah seorang siswa tinggal dan hidup sepanjang hari, maka dari itulah lingkungan keluarga yang baik tentunya seorang siswa juga dapat berkembang secara baik pula (Setterwall, D. 2003).

c) Manajemen

Pengertian manajemen yaitu segenap aktivitas untuk mengarahkan sekelompok manusia dan menggerakkan segala fasilitas

dalam suatu usaha kerja sama sekelompok manusia untuk mencapai tujuan tertentu. Sedangkan menurut Wawan S. Suherman (2006: 2) manajemen olahraga adalah suatu pendayagunaan dari fungsi-fungsi manajemen terutama dalam konteks organisasi yang memiliki tujuan utama untuk menyediakan aktivitas, produk, dan layanan olahraga atau kebugaran jasmani.

Menurut Sukintaka (2010: 2) menjelaskan bahwa dalam sebuah manajemen yang ideal terdapat enam fungsi manajemen yaitu meliputi:

- (1) Pengorganisasian (*Organizing*)
- (2) Perencanaan (*Planning*)
- (3) Penentuan Keputusan (*Discussing Making*)
- (4) Pembimbingan atau Kepemimpinan (*Directing*)

Manajemen olahraga menunjukkan peranan penting dalam pengelolaan kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga. Dalam pembinaan olahraga pada umumnya memerlukan kemampuan manajerial guna mencapai tujuan tercapainya pembinaan prestasi olahraga tersebut. Dalam pengertian sempit, pembinaan prestasinya harus terlaksana berdasarkan perencanaan yang terbagi-bagi menjadi perencanaan jangka panjang, menengah dan pendek. Dalam pengertian luas, manajemen dibutuhkan untuk mengintegrasikan berbagai aspek, tidak hanya kepentingan teknik dan taktik saja tetapi juga aspek ekonomi dan komunikasi (Rusli Lutan, 2010: 13). Menurut

Harsuki (2012: 117), menyebutkan bahwa “manajemen olahraga adalah perpaduan antara ilmu manajemen dan ilmu olahraga”. Istilah manajemen diartikan sebagai suatu kemampuan untuk memperoleh suatu hasil dalam rangka pencapaian tujuan dengan melalui kegiatan oranglain.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut menunjukkan adanya kesamaan aspek atau komponen yang terdapat dalam manajemen, yaitu perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengawasan yang kesemuanya dilakukan dalam rangka untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Secara umum manajemen merupakan rangkaian kegiatan untuk mengarahkan seluruh potensi yang ada, baik sumber daya manusia maupun sumber daya lainnya, untuk memperoleh suatu dukungan dalam usaha mencapai tujuan yang diinginkan secara efektif dan efisien.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Berdasarkan telaah kepustakaan yang dilakukan, ditemukan beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan dan berhubungan dengan variabel pada penelitian ini antara lain yang dilsayakan oleh:

1. Wahyu Ganish Orysatvyanto, (2012). Dengan judul Manajemen Pembinaan prestasi Olahraga Sepakbola di Klub PSIS Semarang. Proposal, Ilmu Keolahragaan. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Relevansi penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel pembinaan prestasi. Hasil penelitian

- diperoleh Saran 1) Manajemen Klub Sepakbola PSIS Semarang masih perlu pembenahan dan ditingkatkan khususnya dalam hal keterbukaan manajemen keuangan, untuk meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap manajemen yang pada akhirnya akan meningkat pula dukungan masyarakat terhadap klub PSIS Semarang guna tercapainya prestasi yang lebih baik pada masa yang akan datang. 2) Pembinaan prestasi serta kompetisi Klub Sepakbola anggota PSIS Semarang perlu lebih ditingkatkan lagi sehingga kesinambungan regenerasi, serta ketersediaan pemain berkualitas sebagai pemain inti tim PSIS lebih terjamin, disamping itu dalam penetapan skuad pemain agar diserahkan sepenuhnya kepada pelatih. diperlukan juga adanya peningkatan dan pembenahan lapangan sehingga struktur serta kondisi rumputnya mendukung peningkatan prestasi klub PSIS Semarang. 3) Untuk mengembalikan prestasi Klub PSIS Semarang supaya pelatih memperhatikan serta meningkatkan porsi latihan, untuk tercapainya kembalinya prestasi PSIS Semarang kembali ke kasta kompetisi tertinggi Indonesia.
2. Dinar Kartika Restiana, (2016). Dengan judul analisis hambatan pembinaan prestasi olahraga pencak silat di Kabupaten banyumas. Proposal, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Relevansi penelitian ini adalah pembinaan prestasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa
- (1) Hambatan pembinaan prestasi Olahraga Pencak Silat di

Kabupaten Banyumas berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0% (0 siswa), kategori “rendah” sebesar 36,84%, kategori “sedang” sebesar 31,58%, kategori “tinggi” sebesar 21,05%, kategori “sangat tinggi” sebesar 10,53%. (2) Hambatan pembinaan prestasi Olahraga Pencak Silat di Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor endogen berada pada kategori “rendah” sebesar 47,37%, indikator fisik 17,31%, teknik 16,60%, taktik 12,71%, dan mental 53,82%. (3) Hambatan pembinaan prestasi Olahraga Pencak Silat di Kabupaten Banyumas berdasarkan faktor eksogen berada pada kategori “sedang” sebesar 42,01%, berdasarkan indikator pelatih 29,31%, sarana dan prasarana 10,16%, organisasi 17,54%, lingkungan 16,15%, manajemen 10,73%, dan pendanaan 16,46%.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti dapat menarik kesimpulan yaitu pola pembinaan prestasi yang diberikan yang belum memadai di SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok dikarenakan minimnya pengetahuan tenaga keolahragaan karena belum memiliki lisensi dan sarana prasarana yang belum memadai dan masalah pendanaan yang masih kurang dan manajemen organisasi yang belum berjalan dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian mengenai pembinaan prestasi di SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok yang telah diuraikan diatas, maka dapat diajukan beberapa saran yang berguna bagi SSB, olahragawan dan tenaga keolahragaan.

1. Bagi SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok
 - 1) Hendaknya SSB Saraso Guguk Kabupaten Solok meningkatkan bentuk pembinaan prestasi dengan mengadakan pelatihan bagaimana cara melatih Siswa yang baik agar hasil pembinaan prestasi bisa maksimal.
 - 2) Kurangnya SDM internal sehingga perlu ditingkatkan upaya pelatihan terhadap SDM internal dan kerjasama yang intensif dengan lembaga lain agar kekurangan SDM internal dapat diatasi.

- 3) Perlu ditingkatkan lagi upaya dalam memotivasi Olahragawan dalam mengembangkan keterampilan dirinya.
 - 4) Sebaiknya SSB memiliki komitmen untuk mengembangkan SSB sesuai dengan Visi dan Misi, sehingga SSB diminati oleh banyak orang.
 - 5) Menciptakan olahragawan yang bermutu, berakhlak mulia, jujur, sportif dari keahlian yang mereka miliki. sehingga setelah keluar dari SSB mereka dapat membanggakan nama baik SSB dan menjadi generasi yang membanggakan bangsanya sendiri.
2. Bagi Tenaga Keolahragaan / Pelatih

Dalam memberikan pembinaan kepada siswa seperti dalam penyampaian materi sudah cukup baik namun akan lebih baik lagi tenaga keolahragaan dalam ssb saraso kabupaten solok mengambil tindakan cepat untuk mengambil lisensi sesuai dengan standar untuk sebuah ssb agar nantinya pembinaan yang diberikan lebih baik dan berjenjang dan dapat mencapai sebuah prestasi yang membanggakan.

3. Bagi Tenaga Keolahragaan / Pengurus

Dalam sebuah ssb tentu harus memiliki manajemen olahraga atau organisasi yang berjalan dengan baik jika manajemen olahraga baik tentu masalah pendanaan sarana dan prasarana bisa diatasi namun di ssb saraso belum memenuhi standar manajemen olahraga yang cukup s kepada olahragawan agar nantinya bisa

mencapai sebuah pembinaan yang berjenjang dan beprestasi di masa yang akan datang.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdul Rohim. (2008). *Bermain Sepakbola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- Arikunto Suharsimi, (2010). *Manajemen Penulisan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa T.O. (2009). *Total Training for Young Champions*. USA: Human Kinetics.
- Collins, K., Gould, D., Lauer, L., & Chung, Y. (2009). Coaching Life Skills through Football: Philosophical Beliefs of Outstanding High School Football Coaches. *International Journal of Coaching Science*, 3(1).
- Cunningham, G. B., & Sagas, M. (2004). Group diversity, occupational commitment, and occupational turnover intentions among NCAA Division IA football coaching staffs. *Journal of Sport Management*, 18(3), 236-254.
- Dawson, P., Dobson, S., & Gerrard, B. (2000). Estimating coaching efficiency in professional team sports: Evidence from English association football. *Scottish Journal of Political Economy*, 47(4), 399-421.
- Dedi Mulyana.(2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Depdiknas. (2010). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dinar Kartika Restiana, (2016). Analisis Hambatan Pembinaan prestasi Olahraga Pencak Silat di Kabupaten Banyumas. Proposal: FIK UNY.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta. UNY.
- Fataha, I., Rahayu, T., & Soegiyanto, K. S. (2013). Evaluasi program pembinaan prestasi sepakbola klub persigo di provinsi gorontalo. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 2(1).
- Harsuki. (2012). *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Harwood, C. (2008). Developmental consulting in a professional football academy: The 5Cs coaching efficacy program. *The sport psychologist*, 22(1), 109-133.
- Hidayat, W., & Rahayu, S. (2015). Evaluasi Program Pembinaan prestasi Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas. *Journal of Sport Science and Fitness*, 4(2).
- Irianto, S. (2011). Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Untuk Siswa Sekolah Sepakbola (Ssb) Ku 14-15 Tahun Se-Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 7(7), 44-50.
- Kamiso Albertus, 1998. *Pola Dasar Pembinaan prestasi Pemain Sepakbola*, Surakarta: CV Bina Ilmu.
- Kasiyo Dwijowinoto. (1993). *Dasar-Dasar Ilmiah Kepeleatihan* (Pate, Rotella,