



LAHRAGA

MAJALAH ILMIAH

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN-UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

- ❖ SISTEM ENERGI DAN METODE LATIHAN LARI 1500 METER
- ❖ PENGARUH MINUMAN SUPLEMEN TERHADAP KINERJA AEROBIK
- ❖ BEBERAPA POLA TEKNIK DAN KESALAHAN UMUM RENANG GAYA *CRAWL*
- ❖ AKTIVITAS JASMANI DAN FUNGSI KOGNITIF (ASPEK PERHATIAN)
- ❖ UPAYA PENCEGAHAN KECELAKAAN DI KOLAM RENANG
- ❖ TEKNIK SERVIS DALAM TENIS: *SUATU ANALISIS SECARA KINESIOLOGIS*
- ❖ PENINGKATAN PEMBELAJARAN RENANG DENGAN GAYA MENGAJAR *MOSSON*
- ❖ MANAJEMEN PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI

ISSN : 0853-2273

Volume 7 Edisi Agustus 2001

- Rooijackers Ad. (1989). *Mengajar Dengan Sukses*. Jakarta: Grasindo
- Suwarsih Madya. (1994). *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Lemlit IKIP Yogyakarta.
- Tjipto Utomo dan Kees Ruijter. (1995) *Peningkatan dan Pengembangan Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.
- Winarno Surahmad. (1994). *Pengantar Interaksi Mengajar Belajar Dasar dan Teknik Metodologi Pengajaran*. Bandung: Transito.

MANAJEMEN PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI

Oleh:

Mansur

mansur@uny.ac.id

Abstrak

Fungsi manajemen adalah proses perencanaan, pengorganisasian, pengarahan dan pengendalian usaha-usaha yang dilakukan oleh anggota-anggota organisasi dalam menggunakan sumber daya organisasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Ruang lingkup manajemen pembinaan olahraga prestasi mencakup perencanaan latihan, organisasi, pelaksanaan pelatihan, pengendalian dan evaluasi. Muaranya lebih menekankan pada efektivitas, efisiensi, pemanfaatan/penggunaan sumber daya yang ada dan tingkat pencapaian hasil.

Pembinaan olahraga prestasi dapat mencapai hasil yang optimal apabila dilakukan sejak usia dini, dibina secara berjenjang dalam waktu bertahun-tahun oleh pelatih yang profesional dan dikelola dengan sistem manajemen pelatihan yang efisien. Tujuan pembinaan olahraga prestasi adalah untuk mencapai tampilan maksimal dalam cabang olahraga tertentu dengan proses yang relatif singkat melalui pemasalan pembibitan dan pemanduan bakat. Variabel umur, potensi atlet, fasilitas, peralatan, pelatih, dukungan pendanaan dan lingkungan atlet akan mempengaruhi efektivitas pencapaian tujuan latihan.

Pemasalan, pembibitan, pemanduan bakat, pembinaan sampai dengan kegiatan pengendalian dan monitoring merupakan kegiatan utuh yang tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lainnya. Jika terdapat perbedaan kewenangan dalam pengelolaan, maka perlu dibuat "garis koordinasi" sehingga akan lebih jelas posisi masing-masing lembaga dan tidak terjadi "missing link". Lembaga pengelola olahraga seharusnya mengadakan dan membuka dialog dengan lembaga terkait agar visi dan misi pembinaan prestasi olahraga seragam dan mencapai sasaran yang diharapkan.

Kata kunci: Manajemen, Olahraga Prestasi.

Pengalaman telah membuktikan bahwa pembinaan prestasi dalam olahraga dapat mencapai hasil yang optimal apabila dilakukan sejak usia

dini, dibina secara berjenjang dalam waktu bertahun-tahun oleh pelatih yang profesional dan dikelola dengan sistem manajemen pelatihan yang efisien (Bompa, 2000: 1)

Dalam situasi krisis sekarang ini, kendala utama dalam pembinaan olahraga prestasi adalah pendanaan. Hampir semua segmen pembinaan olahraga prestasi membutuhkan dana relatif besar, mulai pemasalan, pembinaan, penyaringan bibit unggul, proses pembinaan atlet, evaluasi, peningkatan kualitas pelatih, uji coba, penyediaan fasilitas dan peralatan olahraga, penelitian dan pengembangan iptek olahraga sampai pada pengharagaan atlet dan pelatih yang berprestasi.

Untuk mengatasi kendala dimaksud kiranya diperlukan manajemen pembinaan yang profesional agar keterbatasan dana, fasilitas dan peralatan dapat dimaksimalkan penggunaannya. Persiapan pembinaan prestasi olahraga harus dikendalikan mulai perencanaan program latihan jangka panjang, pelaksanaan program, sumber daya manusia (SDM) dan sumber daya fasilitas olahraga sedemikian rupa sehingga tercipta sistem manajemen yang produktif dan efisien.

Pembinaan olahraga prestasi yang bersifat temporer dan tradisional sudah seharusnya ditinggalkan. Mencari alternatif pembinaan yang telah terbukti efektif dalam even internasional, seperti USA, China, dan negara-negara eropa barat dengan memodifikasi sesuai kondisi atlet masing-masing.

Program Garuda Emas yang dimulai sejak tahun 1997 untuk tujuan 5 besar ASEAN GAMES 2006 akan mustahil bisa tercapai jika sistem pembinaan masih dilakukan dengan cara seperti sekarang ini. Sekalipun ada beberapa cabang yang telah menggunakan pendekatan iptek dalam pembinaan olahraga prestasi, akan tetapi baru di beberapa cabang olahraga saja, dan belum menyeluruh. Prestasi yang dicapai oleh cabang olahraga bulutangkis merupakan salah satu contoh sistem pembinaan yang dilakukan dengan sistematis dengan pendekatan iptek. Meskipun diakui

bahwa proses pembinaan tersebut masih terdapat beberapa kelemahan. Fakta telah menunjukkan bahwa cabang bulutangkis merupakan satu-satunya cabang yang konsisten dalam meraih prestasi di even internasional.

Manajemen adalah proses perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian usaha-usaha yang dilakukan oleh anggota-anggota organisasi dalam menggunakan sumber daya organisasi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Tujuan pembinaan olahraga prestasi adalah untuk mencapai tampilan maksimal dalam cabang olahraga tertentu dengan proses yang relatif singkat. Lebih tegas lagi sebagaimana yang tersurat dalam buku Garuda Emas bahwa pembinaan olahraga untuk menghasilkan atlet-atlet yang handal yang mempunyai keserasian dan kompetensi profesional untuk berprestasi maksimal berdasarkan pendekatan ilmiah yang dikombinasikan dengan pendekatan empirik, mempunyai jiwa kejuangan prima mengabdikan membela kehormatan dan kejayaan bangsa dan negara di gelanggang internasional.

Oleh karena itu pembinaan prestasi yang dilakukan dengan pendekatan ilmiah berpedoman pada prinsip manajemen yang handal diharapkan akan dapat:

- a) Menghasilkan atlet yang mempunyai kemampuan fisik, ketrampilan dan mental yang tinggi serta mempunyai konsep taktik dan strategi dalam setiap pertandingan.
- b) Meletakkan dasar-dasar organisasi-pembinaan olahraga prestasi modern di Indonesia, dimana setelah tahun 2006 diharapkan lembaga-lembaga yang bertanggung jawab dalam pembinaan olahraga prestasi telah bekerja secara tersistem dan terstruktur dengan baik.
- c) Meningkatkan medali perolehan setiap kegiatan *single event* dan "multievent" di tingkat Regional maupun Internasional, seperti ASEAN GAMES, SEA GAMES, dan Olimpiade.

Dari pernyataan di atas dapat dimaknai bahwa untuk menghasilkan atlet yang berprestasi tinggi dalam olahraga hanya dapat dicapai dengan pendekatan ilmiah berdasarkan prinsip-prinsip manajemen yang benar.

RUANG LINGKUP MANAJEMEN PEMBINAAN PRESTASI

Manajemen lebih menekankan pada efektivitas dan efisiensi, pemanfaatan/penggunaan sumber daya yang ada dan bagaimana hasil yang dicapai dalam pelaksanaan.

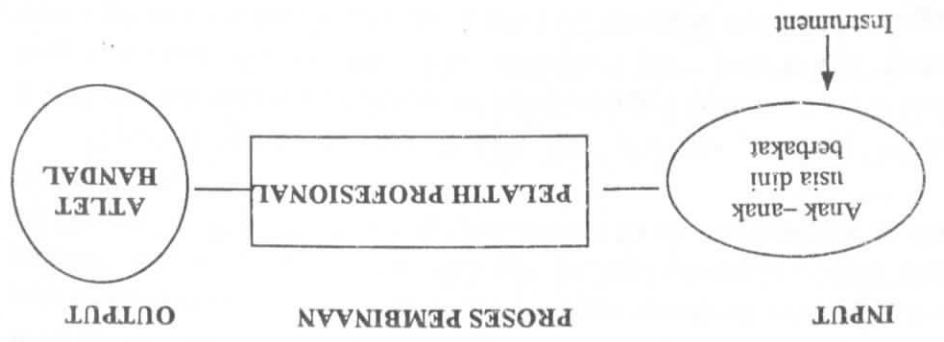
Berdasarkan penekanan ini maka ruang lingkup manajemen pembinaan prestasi sebaiknya ditunjukkan pada hal-hal sebagai berikut: perencanaan program latihan, organisasi pelaksanaan tata laksana latihan, pengendalian dan monitoring pelaksanaan program latihan dan evaluasi.

Dengan melihat nilai strategis olahraga dalam kehidupan bermasyarakat, maka pengembangan olahraga prestasi di Indonesia secara sistematis, tersistem, dan terstruktur harus segera dilaksanakan dengan memperhatikan berbagai kondisi aktual, situasi dan kendala yang ada. Tidak perlu menunggu kondisi menjadi sempurna, tetapi melangkah dahulu, kemudian melakukan penyempurnaan-penyempurnaan secara berkelanjutan. Akan tetapi langkah-langkah konkrit untuk mencapai tujuan harus dirumuskan lebih awal sebagai panduan dalam melaksanakan setiap kegiatan.

Perencanaan Latihan Dalam Olahraga Prestasi

Perencanaan adalah tindakan persiapan sebelum melaksanakan kegiatan yang mencakup arah tujuan yang akan dicapai dan merupakan strategi pendekatan dalam mencapai tujuan. Di samping itu juga sebagai dasar setiap langkah kegiatan dalam suatu konteks organisasi.

Konsep manajemen pembinaan harus mencakup:



Gambar 1. Model pembinaan prestasi

Rata-rata atlet top dunia telah memulai berlatih sejak usia dini 8 sampai 10 tahun dan mencapai puncaknya pada usia 18 - 20 tahun (Bompa, 1993: 16) Hal ini harus disadari bahwa proses "making" atlet membutuhkan waktu relatif lama kira-kira 10 - 12 tahun secara berjenjang dan berkelanjutan, dengan perencanaan program latihan yang konseptual ilmiah.

Sistem latihan ditunjang IPTEK keolahragaan melalui pelatih yang handal dan adanya kompetensi secara teratur dan berkala. Kelemahan utama di Indonesia dan khususnya Yogyakarta adalah

minimalnya kompetensi. Perhatian para pembina dan pelatih olahraga harus mencari format pembinaan yang melibatkan para atlet untuk mengikuti kompetisi sebanyak mungkin. Kerjasama dengan pihak-pihak tertentu harus dilakukan agar proses pencapaian tujuan tidak mengalami *stagnasi*. Ketersediaan fasilitas dan peralatan latihan harusnya memadai. Akan tetapi faktor fasilitas dan peralatan masih menjadi kendala dalam pembinaan prestasi. Untuk mengatasi masalah ini dibutuhkan pelatih yang mempunyai kreativitas tinggi. Ketergantungan pada petertabatan fasilitas

dan peralatan sudah menjadi sesuatu yang basi dan harus ditinggalkan. Keterbatasan-keterbatasan membuat pelatih menciptakan inovasi metode, sistem dan bentuk-bentuk latihan baru sehingga membuat suasana latihan menarik. Rancangan pembinaan olahraga prestasi sebaiknya dimulai dari:

- (a) Pemasalan, (b) pembibitan, (c) pemanduan bakat, (d) pembinaan, dan (e) sistem pelatihan

Dalam praktiknya para pelatih dan pembina olahraga belum seluruhnya memahami pentahapan tersebut sehingga belum mencapai hasil yang maksimal. Hal ini tidak bisa disalahkan pada pelatih saja, tetapi semua pihak yang terkait dengan masalah ini, terutama Pendidikan Tinggi yang mengembangkan ilmu keolahragaan harus segera mengadakan sosialisasi tentang sistem pembinaan prestasi kepada organisasi-organisasi olahraga fungsional di Indonesia. Pembinaan olahraga yang bersifat "cross programme" tanpa melalui pentahapan benar akan menghambat optimalisasi prestasi atlet sehingga menimbulkan kebuntuan untuk mencapai tujuan dan bahkan cenderung stagnasi.

Pemasalan adalah mempolakan ketrampihan dan kebugaran jasmani atlet secara multilateral (Bompa, 1993: 28) Tujuan utama adalah melibatkan sebanyak-banyaknya atlet dalam kegiatan olahraga prestasi, sehingga timbul kesadaran terhadap pentingnya olahraga prestasi sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi olahraga secara Nasional. Strateginya meliputi:

1. Pemberian hadiah/sertifikat dari Pemerintah Daerah atau instansi yang terkait bagi yang trampil dan bugar.

2. Menyediakan fasilitas dan alat yang menarik bagi anak-anak.
3. Meningkatkan mutu dan jumlah pelatih di daerah secara merata sehingga visi, misi persepsi pembinaan olahraga prestasi di Indonesia relatif sama.
4. Memberikan penghargaan pada pembina yang berhasil dalam pemasalan. Sejahterlah penghargaan lebih diutamakan bagi mereka yang

membina atlet elit atau peraih medali event Daerah, Nasional, dan Internasional tanpa mempertimbangkan pelaku pembinaan "base sector".

5. Menciptakan kompetensi secara berjenjang, baik antar pelajar maupun antar perkumpulan (KONI, 1997: 28). Koordinasi antar instansi yang terkait dalam pembinaan olahraga prestasi sudah saatnya diprioritaskan. Pengkapolingan per bidang tugas tanpa didukung koordinasi yang sinergis akan menimbulkan kemacetan sistem dan cenderung menghindari tanggung jawab.
- Pembibitan adalah upaya yang diterapkan untuk menjangkit atlet berbakat dalam olahraga prestasi. Strategi pencarian bibit dengan instrumen tertentu yang secara objektif, valid, dan reliabel, mengukur potensi anak dalam cabang olahraga tertentu. Tujuan pembibitan adalah menyediakan calon atlet berbakat sehingga dapat dilanjutkan dengan pembinaan yang intensif. Strategi pembibitan:
1. Mensosialisasikan pembibitan melalui guru olahraga, pelatih, dan orang tua.

2. Memberikan prioritas kepada cabang olahraga tertentu.
3. Mengoptimalkan fungsi pendidikan jasmani di sekolah.

Pemanduan dilakukan untuk memperkirakan peluang seorang atlet berbakat untuk dapat berhasil dalam menjalani program latihan sehingga mampu mencapai prestasi puncak. Tujuan pemanduan bakat adalah untuk memperkirakan seberapa besar bakat seseorang untuk dapat berpeluang melaksanakan program latihan dan mampu berprestasi (KONI, 1997: 10).

Pemasalan, pembibitan, dan pemanduan bakat sampai dengan kegiatan pembinaan merupakan kegiatan yang tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lainnya. Oleh karena itu jika terdapat perbedaan kewenangan dalam pengelolaan, maka perlu dibuat "garis koordinasi" sehingga akan lebih jelas posisi masing-masing lembaga.

Kelemahan umum sistem pembinaan olahraga di Indonesia adalah

koordinasi antar lembaga pengelola. Akibatnya terjadi "missing link". Lembaga pengelola wajib mengadakan dan membuka dialog dengan lembaga terkait agar visi dan misi pembinaan prestasi olahraga seragam dan mencapai sasaran yang diharapkan.

Perhatian dan bantuan pengelolaan perkumpulan agar lebih dioptimalkan, disinilah atlet-atlet dibina secara komprehensif, mulai dari anak-anak sampai menjadi atlet handal. Bantuan tidak hanya dalam bentuk

pendanaan semata, tetapi bagaimana memanfaatkan dan mengelola sumber-sumber yang ada agar berfungsi optimal. Hanya dengan cara demikian proses pembinaan atlet dapat mencapai hasil maksimal. Bantuan dana dari pemerintah maupun swasta yang bersifat langsung sudah waktunya diberikan untuk pembinaan olahraga, rantai birokrasi pendanaan

olahraga harus dipotong agar mencapai sasaran 99%. Sekalipun dana bantuan Pemerintah ralatif kecil, namun mempunyai manfaat yang sangat strategis dalam upaya memajukan pembinaan olahraga di Indonesia.

Demikian juga ketergantungan pendanaan terhadap pemerintah atau instansi tertentu akan menghambat proses pembinaan atlet. Tersedianya bantuan dana dari pemerintah diharapkan dapat membantu optimalisasi proses pembinaan prestasi olahraga, sebaliknya penghentian bantuan dana

pembinaan jangan sampai mengganggu kelangsungan latihan.

Pengelolaan SDM, Program dan Sumber Daya lain

Kelembagaan yang sudah ada dan telah aktif dalam pembinaan olahraga Indonesia yaitu induk-induk organisasi olahraga dengan seluruh jajarannya beserta instansi terkait.

Merekalah yang menentukan keberhasilan pembinaan atlet di cabang masing-masing. Pemberdayaan induk-induk organisasi olahraga beserta jajarannya merupakan langkah pertama yang vital dalam menuju kejayaan prestasi olahraga.

Pengelolaan SDM

Program ini dikelola dengan maksud untuk meningkatkan kualitas SDM di bidang olahraga terutama pelatih dan atlet. Prestasi olahraga mendunia hanya dicapai oleh SDM yang secara kualitatif unggul, khususnya yang menjadi pelaku utama, termasuk manager olahraga, guru olahraga, penggerak olahraga, teknis dan pakar olahraga. Adapun langkah pemberdayaan dan pengembangan SDM meliputi:

1. Meningkatkan kualitas kekuatan, kelemahan, peluang dan kesempatan.
2. Meningkatkan SDM, terutama tenaga pelatih, baik pelatih diperkumpulan, PPLP, PPOP, dan sekolah-sekolah olahraga.
3. Merencanakan dan melaksanakan skala prioritas kegiatan yang akan dilaksanakan sesuai dengan kondisi organisasi, kesempatan dan kemampuan.
4. Merencanakan dan melaksanakan pengembangan SDM olahraga terutama pelatih dan pembina olahraga secara berkala baik di dalam maupun di luar negeri.
5. Mengikutsertakan Rapat koordinasi yang diselenggarakan oleh KONIDA, KONI Pusat dan PB cabang olahraga.
6. Mendatangkan dan mengirimkan pakar dari dan ke luar negeri, terutama cabang-cabang prioritas.
7. Membuat model pelatihan untuk cabang-cabang olahraga Non Prioritas, melalui penelitian dan pengkajian IPTEK olahraga.
8. Membentuk wadah/katatan pelatih olahraga sesuai dengan tingkatan kompetensi.

Pengelolaan Program

Program yang telah dibuat sedemikian rupa dengan memperhatikan kelebihan dan kekurangannya harus segera disosialisasikan ke jajaran induk organisasi cabang olahraga, dengan maksud agar visi dan misi yang terlibat dalam pembinaan olahraga relatif

Tabel 1. Format Pemantauan Perencanaan dan Program

No.	Prestasi Komponen	Ada	Tidak	Ket
1.	Instrumen bakat			
2.	Penjaringan bakat			
3.	Master / Makro			
4.	Meso / Bulanan			
5.	Mikro / Mingguan			
6.	Harian			
7.	Sasaran tahap latihan			
8.	Tes kesehatan, Tes fisik, dll			

Tabel 2. Format Pemantauan Pelaksanaan

No.	Komponen	Ada	Tidak	Ket
1.	Hasil tes bakat			
2.	Pelaksanaan makro			
3.	Pelaksanaan meso			
4.	Pelaksanaan mikro			
5.	Pelaksanaan harian			
6.	Pelaksanaan sasaran			
7.	Dosis, volume, dll			
8.	Pembinaan progresif			
9.	Revisi program			
10.	Hasil latihan dan grafik			
11.	Hasil tes fisik			
12.	Hasil tes skill			
13.	Hasil tes periodik			
14.	Kondisi personil saat monitoring			
a.	Atlet yang berlatih di luar negeri			
b.	Atlet yang berlatih di dalam negeri			
c.	Atlet yang sakit			
d.	Atlet yang sakit di rumah sakit			
e.	Pelatih nasional			
f.	Pelatih asing			

sama. Penyamaan visi dan persepsi program dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut: rapat koordinasi, penyebaran dan penyampaian lilet, pemberitaan melalui mass media, mengedarkan buletin, lokakarya, dan kunjungan-kunjungan.

Evaluasi

Evaluasi pada dasarnya merupakan usaha untuk membandingkan atau mengetahui apakah rancangan dan pelaksanaan dapat dilakukan dengan sinergis atau tidak. *Evaluasi* sangat berguna untuk mengetahui kendala yang terjadi, bagaimana solusinya dan mengapa demikian?

Evaluasi bersifat komprehensif terhadap semua aspek yakni perencanaan, program, sumber dana, sumber daya manusia, sumber daya fasilitas, dan faktor pendukung yang lain.

Evaluasi harus dilakukan secara komprehensif (Safrit, 1986: 270) dan berkala agar kekurangan dapat segera direvisi dan selalu bersifat inovatif.

Evaluasi harus dilakukan secara obyektif dengan instrumen yang valid dan reliabel (Kirkendal, 1984: 148). Tolok ukur keberhasilan tergantung pada aspek yang evaluasi dan tujuan/ sasaran yang telah ditetapkan.

Pengalaman menunjukkan bahwa kelemahan umum pembinaan prestasi di Indonesia, seperti pada SEA GAMES Brunei dan SEA GAMES Malaysia adalah pada perencanaan, berkenaan dengan itu penekanan pada kajian jangka panjang dapat dibuat secara kontinyu setiap sebelum kegiatan dimulai.

Pengendalian dan Monitoring

Semua kegiatan pengelolaan olahraga, mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi harus dikendalikan dan dimonitor secara seksama dengan instrumen-instrumen yang diformat jelas.

KESIMPULAN

Ditingkat pengembangan olahraga paling bawah, pelatih sering melakukan apa saja yang perlu dilakukan: merekrut atlet yang akan dilatih, menyelenggarakan kompetisi, mengumpulkan dana, memberi pengarahan kepada atlet, melaksanakan program, monitor pelaksanaan dan mengadakan evaluasi. Hal ini sering menjadi kendala kenapa pembinaan prestasi atlet sering mengalami stagnasi. Berkenaan dengan itu pelatih perlu mendapatkan dukungan agar lebih berkonsentrasi penuh dalam melatih. Ini berarti bahwa pelatih harus bekerja sama dengan orang lain agar usaha mengembangkan atlet dapat terlaksana.

Mereka adalah para administrator, atlet, orang tua atlet, pencari dana, pejabat organisasi olahraga, dokter olahraga dan sesama pelatih. Jika semua komponen tersebut memberikan dukungan dalam proses latihan dan kompetisi, maka keberhasilan dalam menciptakan atlet berprestasi di tingkat Nasional bahkan Internasional semakin mendekati kenyataan.

Berbagai informasi telah diketahui bersama, bahwa kebanyakan medali dan juara even internasional seperti Olimpiade diperoleh atlet-atlet sejumlah negara kecil negara, yakni negara-negara yang telah mengembangkan program pembinaan atlet yang sistematis dan komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, T.O. (1986). *Theory and Metodology of Training: The Key to Athletics Performance*. Dubuque: Kendall Hunt Publishing Company.
- Bompa, T.O. (1993). *Periodization of strength: New Wave in Strength Training*. Toronto: Veritas Publishing Inc.

- Bompa, T.O. (2000). *Total Training for Young Championship*. New York University: Human Kinetics.

- IOC. (1997). *Sport Leadership Course*. Lausanne, Switzerland: St. Louis.

- Kirkendall. (1984). *Measurement and Evaluation for Physical Education*. Toronto, London: The CV. Mosby Company.

- KONI (1997). *Sistem Pembinaan Atlet Prestasi*. Jakarta: Bidang Pembinaan Prestasi.

- KONI (1999). *Gerakan Garuda Emas*. Jakarta: bidang Pembinaan Prestasi.

- Safrit (1986). *Measurement and Evaluation for Physical Educator*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers Inc.