

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan, Berdasarkan sifat dan tujuannya, secara umum olahraga dapat dibagi menjadi empat jenis, seperti yang diuraikan oleh Sajoto yang penulis kutip dari (Firmansyah ,2013:2) sebagai berikut: bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga sekarang ini. Pertama adalah mereka yang melakukan olahraga hanya untuk rekreasi, yaitu mereka yang melakukan kegembiraan. Kedua adalah mereka yang melakukan olahraga untuk mencapai tingkat kebugaran jasmani tertentu. Ketiga adalah mereka yang melakukan olahraga untuk tujuan pendidikan. Keempat mereka yang melakukan olahraga untuk sasaran prestasi tertentu.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui beberapa tujuan seseorang melakukan olahraga, Pertama ialah olahraga yang ditujukan untuk rekreasi. Olahraga ini dilakukan dengan kegembiraan dan biasanya dilakukan pada waktu senggang. Kedua olahraga untuk mencapai tingkat kebugaran jasmani tertentu. Pada kelompok ini, pencapaian kebugaran jasmani diarahkan untuk meningkatkan derajat kesehatan dinamis dari pelakunya. Oleh karena itu olahraga ini disebut juga olahraga kesehatan. Ketiga ialah olahraga untuk tujuan pendidikan atau disebut juga olahraga pendidikan. Keempat ialah olahraga yang bertujuan untuk mencapai suatu prestasi tertentu. Olahraga ini untuk tujuan ini sering disebut olahraga prestasi atau olahraga kompetitif.

Menurut UU RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga. Kemampuan seseorang atau atlet dalam suatu pertandingan pada dasarnya ditentukan oleh 4 faktor yang merupakan unsur-unsur prestasi olahraga karena prestasi yang ditampilkan atau diperagakan oleh atlet, baik secara perorangan maupun berkelompok dalam suatu

pertandingan merupakan perpaduan dari kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental yang dimiliki atlet tersebut.

prestasi olahraga tidak datang dengan sendirinya. Hal ini tidak semua orang bisa memahami, bahkan kebanyakan mereka hanya berorientasi pada hasil kompetisi atau kejuaraan yang di tandai dengan perolehan medali, tanpa memperhatikan proses dari pembinaan yang dimulai dari usia dini. Pembinaan untuk mencapai prestasi harus melalui proses latihan. Latihan ini dilakukan secara teratur, sistematis dan terprogram (Herre, 1982; Bompa, 1990) yang penulis kutip dari (Baffirman HB,2013:2). Atlet yang ingin meraih prestasi maksimal yaitu dengan latihan yang berkelanjutan, progresif, latihan harus spesifik, dan kuantitas latihan meliputi intensitas, waktu dan frekuensi latihan, sesuai dengan prinsip latihan itu sendiri. Sesuai dengan syarat kebugaran dan keterampilan cabang olahraga yang ditekuni yang tentunya di atas rata-rata non atlet dari mulai tingkat daerah, nasional, serta internasional.

Untuk itu dalam mewujudkan olahraga yang berdaya saing dibutuhkan suatu pembibitan, pembinaan, pendidikan, pelatihan serta peningkatan prestasi olahraga yang terus menerus sehingga dapat dicapai prestasi yang diinginkan, untuk itu didirikanlah Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar yang merupakan sekolah pembibitan olahraga nasional, yang digunakan untuk mencari dan membina bakat olahraga pada usia sekolah ([www.kemenpora.go.id](http://www.kemenpora.go.id) ( pplp-2014). Pusat pelatihan olahraga pelajar merupakan tempat strategis dalam pembibitan dan pemanduan bakat olahraga yang mutlak diperlukan guna memperkuat sistem olahraga nasional. Melalui sekolah olahraga dipersiapkan olahragawan-olahragawan junior yang secara fisik dan mental mampu menggantikan dan meneruskan perjuangan para olahragawan senior.

Pusat pelatihan olahraga pelajar daerah khusus ibukota Jakarta merupakan pusat pelatihan olahraga pelajar yang dinaungi oleh pemerintah daerah yaitu Dinas Pemuda dan Olahraga yang diresmikan pada tanggal 15 Januari 1977 di daerah Pasar Minggu, Jakarta Selatan. Sebelum menjadi pusat pelatihan olahraga pelajar DKI Jakarta dahulu adalah Sekolah khusus olahragawan Ragunan yang mempunyai visi menghasilkan anak bangsa yang unggul dalam prestasi olahraga dan akademik melalui bimbingan dan pelayanan yang prima ([https://id.wikipedia.org/wiki/Sekolah\\_Atlet\\_Ragunan](https://id.wikipedia.org/wiki/Sekolah_Atlet_Ragunan)). Pusat pelatihan olahraga pelajar daerah khusus ibukota Jakarta merupakan satu dari lima sekolah olahraga di

Indonesia, yaitu di Aceh, Sidoarjo, Kalimantan Timur, Sumatera Selatan, dan Ragunan Jakarta Selatan. Di sinilah ratusan atlet junior ditempa latihan untuk berprestasi.

Siswa yang bersekolah di Sekolah khusus olahragawan merupakan siswa yang memiliki potensi besar di sejumlah cabang olahraga yang ditekuni. Cabang olahraga yang berada dipusat pelatihan olahraga pelajar DKI Jakarta yaitu : atletik, angkat besi, taekwondo, renang, basket, bola voli, senam, karate, dayung, tinju, buku tangkis, voli pasir, panahan, sepak takraw, tenis meja, renang, pencak silat, gulat, judo, dan sepak bola. Pusat pelatihan olahraga pelajar daerah khusus ibukota Jakarta kontribusi pada kekuatan olahraga di daerah sangatlah besar.

Sejumlah atlet yang berhasil mengharumkan Merah Putih di ajang pertandingan internasional banyak lahir dari Pusat pelatihan olahraga pelajar. Oleh karena itu, keberadaan Pusat pelatihan olahraga pelajar sebagai lumbung atlet-atlet muda di Daerah Khusus Ibukota Jakarta mempunyai peran yang sangat penting dalam pembibitan atlet berprestasi.

Gambar 1.1 Piramida Pembinaan Atlet



Sumber: [www.kemenpora.co.id](http://www.kemenpora.co.id)

Jika dilihat berdasarkan prestasi yang telah dicapai oleh atlet olahraga pelajar Jakarta pada 3 tahun terakhir tim olahraga pelajar Jakarta mengalami pasang surut prestasi. Berikut prestasi atlet di Pusat pelatihan olahraga pelajar selama 3 tahun terakhir,

Tabel 1.1 Peroleh peringkat Pekan Olahraga Pelajar Nasional

No.	Kontingen	Tahun	Peringkat
1.	DKI Jakarta	2011	3
2.	DKI Jakarta	2013	1
3.	DKI Jakarta	2015	2
4.	DKI Jakarta	2017	2

Sumber : vivanews.com

Jika dilihat dari data prestasi atlet pelajar DKI Jakarta, perkembangan prestasi pelajar DKI Jakarta mengalami peningkatan yang cukup baik dari tahun 2011 ke tahun 2013 ketika Jakarta menjadi tuan rumah Pekan Olahraga Pelajar 2013 dan menjadi juara umum, tetapi pada tahun Pekan olahraga pelajar 2015 yang dilaksanakan di Jawa barat, DKI Jakarta menjadi Runner up setelah Jawa Barat dan pada tahun 2017 Tim POPNAS DKI Jakarta tetap berada di peringkat ke dua .

Jika dilihat berdasarkan hasil perolehan medali di atas dan observasi yang penulis serta informasi yang penulis dapat pada saat rapat bulanan pelatih menuju Pekan Olahraga Pelajar Nasional di Pusat pelatihan olahraga pelajar yang dipimpin oleh Kepala Satuan Pelatihan di Pusat pelatihan olahraga pelajar DKI Jakarta ( Dra. Jasmaniar Jafar S.Pd ) dapatlah diidentifikasi beberapa permasalahan yang berkaitan dengan prestasi atlet. Pertama permasalahan disiplin yang terkadang atlet kurang kesadarannya seperti, seperti tidak mau datang atau terlambat ke sekolah karena lelah berlatih, tidak menggunakan seragam sekolah sesuai jadwal, tidak datang latihan karena sakit atau tugas sekolah, penggunaan jam istirahat yang tidak tepat sehingga berefek kegagalan dalam pencapaian prestasi maksimalnya dipertandingan.

Disiplin salah satu komponen penting dalam mencapai prestasi, karena mustahil bagi seorang atlet bisa mencapai prestasi terbaiknya jika tidak bisa menerapkan kedisiplinan bagi dirinya. Yang mana menurut Menurut Maman Rachman yang penulis kutip dari (Wicaksono,2008:3) menjelaskan tentang disiplin, yaitu disiplin sebagai upaya pengendalian diri dan sikap mental individu dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya. Disiplin merupakan keharusan yang dimiliki oleh seorang atlet untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya. Disiplin dapat dikhususkan menjadi disiplin diri yang erat hubungannya dengan pengendalian diri, yang mana penulis kutip dari Tutko &

Richards (Soedibyo,71:2002) menegaskan bahwa disiplin dibutuhkan dalam hal: 1. Mengutamakan dan mengatur kondisi fisik, 2. Pengembangan penguasaan emosi, dan 3. Menciptakan citra olahragawan yang sesungguhnya.

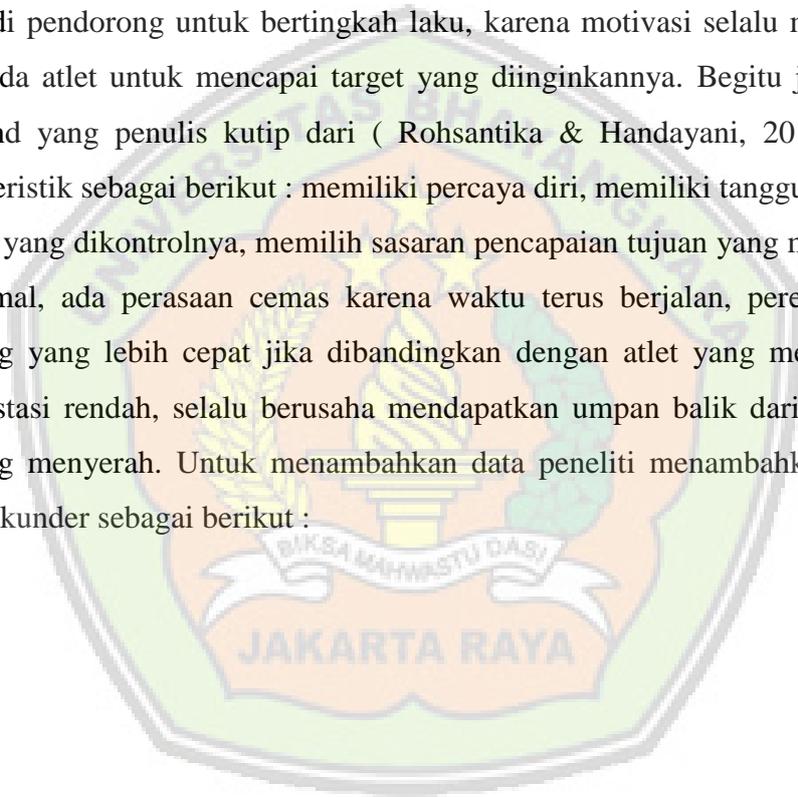
Kemudian pelaksanaan kegiatan pelatihan yang berisi beban latihan yang tujuannya untuk meningkatkan ketrampilan maupun kondisi fisik atlet sangat mempengaruhi dalam pencapaian prestasi. Terdapat permasalahan dalam pelaksanaan program latihan yang kurang tepat, pengembangan teknik berupa taktik dan strategi maupun koreksi kekurangan teknik maupun fisik atlet. Yang mana dijelaskan oleh Harsono yang penulis kutip dari (Ratnati,2014:3) bahwa Pelatihan adalah proses yang sistematis dari berlatih, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihannya.

Untuk meningkatkan kemampuan fisik maupun teknik diperlukan suatu proses dan waktu, begitu juga dengan program latihan perlu dibuat dengan prinsip-prinsip latihan yang sesuai. Menurut Bompa yang penulis kutip dari (Roesdiyanto,2008:17) mengemukakan prinsip-prinsip latihan yaitu, : 1) Prinsip Beban Lebih, 2) Prinsip Spesialisasi, 2) Prinsip Spesialisasi, 4) Prinsip Variasi, 5) Menambah beban latihan secara progresif, 6) Prinsip Perkembangan Multilateral, 7) Prinsip Pemulihan, 8) Prinsip Menghindari kelebihan beban latihan dan 9) Prinsip Latihan menggunakan Model. Dalam pelaksanaan kegiatan latihan, latihan yang diatur dan direncanakan dengan baik untuk tercapainya tujuan latihan. Dengan adanya perencanaan latihan menunjukkan suatu program yang sistematis karena perencanaan merupakan alat yang digunakan pelatih dalam usahanya mengarahkan program latihan yang terorganisir dan baik guna mencapai prestasi maksimal.

Kemudian dikompensasi, permasalahan kompensasi pada atlet berupa obat-obatan dan peralatan kesehatan yang kurang lengkap, sarana & prasarana latihan yang terbatas, fasilitas kamar yang rusak, uang saku yang terlambat atau dipotong maupun bonus atlet yang dapat mempengaruhi motivasi atlet dalam mencapai prestasinya. Kompensasi yang merupakan salah satu sarana motivasi yang diberikan pengurus kepada atlet agar timbul semangat yang lebih besar untuk berprestasi bagi tim. Menurut Deci Satiadarma yang penulis kutip dari (Rohsantika & Handayani,2010.64) kompensasi berupa penghargaan yang diberikan kepada atlet adalah suatu penghargaan dengan tujuan untuk mendorong dan membangkitkan motivasi dalam meningkatkan prestasi atlet. Hal ini berarti pemberian kompensasi

adalah penginderaan terhadap stimulus kepada atlet berupa pemberian penghargaan yang diberikan kepada atlet dengan tujuan untuk mendorong dan membangkitkan motivasi dalam meningkatkan prestasi.

Kemudian yang terakhir permasalahan motivasi atlet yang terkadang naik-turun seperti atlet yang mengalami cedera, mengalami kekalahan pada pertandingan, situasi latihan, hubungan antara sesama atlet maupun dengan pelatih dan juga target pribadi dan bonus yang didapat atlet, motivasi yang merupakan pendorong atlet untuk berprestasi, Menurut Adisasminto yang penulis kutip dari (Kuspriyani & Setyawati, 2014:109) motivasi merupakan kesatuan keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku, karena motivasi selalu mendorong yang ada pada atlet untuk mencapai target yang diinginkannya. Begitu juga dengan McClelland yang penulis kutip dari (Rohsantika & Handayani, 2010:65) memiliki karakteristik sebagai berikut : memiliki percaya diri, memiliki tanggung jawab dalam situasi yang dikontrolnya, memilih sasaran pencapaian tujuan yang menantang usaha maksimal, ada perasaan cemas karena waktu terus berjalan, perencanaan jangka panjang yang lebih cepat jika dibandingkan dengan atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah, selalu berusaha mendapatkan umpan balik dari hasil kerja dan pantang menyerah. Untuk menambahkan data peneliti menambahkan data dengan data sekunder sebagai berikut :



**Hasil Pra Survey yang dilakukan di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta dengan menggunakan 4 variabel**

Tabel 1.2

Pertanyaan No. 1 : Apakah penting Motivasi, Kompensasi, disiplin dan beban latihan terhadap prestasi anda?								
No.	Variabel	Aspek	Sangat Penting		Cukup Penting		Tidak Penting	
			T. Responden	%	T. Responden	%	T. Responden	%
1	Motivasi	Tujuan Atlet	30	100%	0	0	0	0
2	Kompensasi	Insentif	25	83%	5	17%	0	0
3	Disiplin	Kehadiran	30	100%	0	0	0	0
4	Beban latihan	Pelaksanaan program	18	60%	12	40%	0	0
Rata-rata Nilai				86%		14%		

Sumber: Penelitian 2017

dari pertanyaan pertama apakah yang paling penting terhadap prestasi dari empat variabel tersebut atlet menjawab motivasi dan disiplin mendapat nilai 100%, kompensasi 83% dan yang terakhir beban latihan hanya 60%. Hasil dari analisis pertanyaan diatas adalah Motivasi dan Disiplin merupakan hal yang paling penting, hal ini berdasarkan hasil yaitu Motivasi dan disiplin dengan nilai 100% adalah yang paling penting dalam pencapaian prestasi, yang kemudian diikuti oleh kompensasi sebesar 83% dan terakhir beban latihan sebesar 60%.

Tabel 1.3

Pertanyaan No. 2 : Bagaimana prestasi anda sekarang ini jika dilihat dari Motivasi, Kompensasi, disiplin dan beban latihan yang ada ?								
No.	Variabel	Aspek	Sangat Baik		Cukup Baik		Buruk	
			J. Responden	%	J. Responden	%	J. Responden	%
1	Motivasi	Tujuan Atlet	22	73%	8	27%	0	0
2	Kompensasi	Insentif	10	33%	20	67%	0	0
3	Disiplin	Kehadiran	16	53%	14	47%	0	0
4	Beban latihan	Pelaksanaan program	15	50%	15	50%	0	0
Rata-rata Nilai				53%		48%		

Sumber: Penelitian 2017

Pada pertanyaan kedua menyebutkan bahwa prestasi atlet di pusat pelatihan olahraga pelajar nilainya adalah cukup baik dikarenakan beban latihan yang masih kurang yang hanya mendapat 50% dari ke-empat komponen yang mana motivasi mendapat 73%, disiplin 53% dan kompensasi hanya mendapat 33% dari hasil data awal yang menyebutkan bagaimana prestasi atlet jika dilihat dari variabel yang ada.

Tabel 1.4

Pertanyaan No. 3 : Apa yang paling mempengaruhi prestasi anda dari 4 komponen berikut ini : Motivasi, Kompensasi, disiplin dan beban latihan								
No.	Variabel	Aspek	Sangat Berpengaruh		Cukup Berpengaruh		Tidak Berpengaruh	
			J. Responden	%	J. Responden	%	J. Responden	%
1	Motivasi	Tujuan Atlet	28	93%	2	7%	0	0
2	Kompensasi	Insentif	17	57%	12	40%	1	3%
3	Disiplin	Kehadiran	29	97%	1	3%	0	0
4	Beban latihan	Pelaksanaan program	23	77%	7	23%	0	0
Rata-rata Nilai				81%		18%		1%
Jumlah Responden = 30 atlet								
Prosentase = Total skor / jumlah responden X 100%								

Sumber: Penelitian 2017

Kemudian dari pertanyaan ke-tiga, variabel yang paling mempengaruhi prestasi atlet yaitu, disiplin sebagai komponen yang paling berpengaruh dengan mendapatkan 97% kemudian motivasi 93%, beban latihan 77% dan kompensasi mendapatkan 57%.

Dengan identifikasi masalah diatas, maka prestasi atlet di pusat pelatihan olahraga pelajar ini sangat menarik untuk diteliti terutama dilihat dari segi motivasi, kompensasi, disiplin dan beban latihan atlet terhadap prestasi atlet. Berdasarkan penjelasan di atas untuk itu peneliti mengambil judul “ Pengaruh Motivasi, Disiplin, Kompensasi dan Beban latihan Terhadap Prestasi Atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta” untuk mengetahui sejauh mana pengaruh dari keempat indikator tersebut terhadap Prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

## **1.2 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dilakukan agar bisa memfokuskan pada penelitian yang akan dilakukan, maka permasalahan dibatasi hanya pada Pengaruh Motivasi, Disiplin Atlet, Kompensasi dan Beban latihan Terhadap Prestasi Atlet di Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

## **1.3 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dapatlah di buat suatu gambaran tentang permasalahan yang dihadapi dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Seberapa signifikan pengaruh dari motivasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta?
2. Seberapa signifikan pengaruh dari kompensasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta?
3. Seberapa signifikan pengaruh dari disiplin terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta?
4. Seberapa signifikan pengaruh dari beban latihan terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta?

## **1.4 Rumusan Masalah**

Untuk lebih mempermudah penelitian ini nantinya, maka penulis akan fokus pada permasalahan yang akan diteliti. Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan sebelumnya di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah pengaruh dari motivasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta positif dan signifikan?
2. Apakah pengaruh dari kompensasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta positif dan signifikan?
3. Apakah pengaruh dari disiplin terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta positif dan signifikan ?
4. Apakah pengaruh dari beban latihan terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta positif dan signifikan?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa signifikan dan positif pengaruh dari motivasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta
2. Untuk mengetahui seberapa signifikan dan positif pengaruh dari kompensasi terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta
3. Untuk mengetahui seberapa signifikan dan positif pengaruh dari disiplin terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta
4. Untuk mengetahui seberapa signifikan dan positif pengaruh dari beban latihan terhadap prestasi atlet Pusat Pelatihan Olahraga Pelajar Daerah Khusus Ibukota Jakarta

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai bahan pertimbangan atau informasi bagi pihak manajemen dan Kepala Satuan Latihan dalam usaha peningkatan prestasi Atlet.
2. Sebagai sarana untuk melatih diri dan menguji serta meningkatkan kemampuan berpikir melalui penulisan karya ilmiah.
3. Memberikan gambaran mengenai kondisi atlet yang dimiliki, sehingga apabila ada yang menjadi kelemahan dapat diambil kebijakan yang tepat sehingga menjadi suatu kekuatan baru bagi organisasi.
4. Menjadi bahan pertimbangan, pemikiran dan saran yang bermanfaat bagi instansi terkait.
5. Dapat menjadi acuan dan bahan pembelajaran serta referensi bagi penulis lainnya yang akan melakukan penelitian dengan judul atau materi yang sama.