

PROCEEDING

SEMINAR NASIONAL OLAHRAGA TAHUN 2014

"Refleksi Kritis Prestasi Olahraga Indonesia di Asian Games 2014 dan Tantangan Menghadapi Asian Games 2018 dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan"

Editor:

Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd.

Prof. Dr. Suharjana, M.Kes

Layouter:

Awan Hariono, M.Or.

Herka Maya Jatmika, M.Pd.



KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah kami panjatkan kehadirat Alloh SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan InayahNya, sehingga proceeding Seminar Nasional Olahraga Ke-III Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2014 ini dapat terwujud sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Terimakasih kami sampaikan pula kepada seluruh anggota Tim yang telah bekerja keras menyelesaikan proceeding ini.

Sesuai dengan tema Seminar "Refleksi Kritis Prestasi Olahraga Indonesia di Asian Games 2014 dan Tantangan Menghadapi Asian Games 2018 dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan" diharapkan dapat menjadi pemicu dan pemacu tumbuh berkembangnya prestasi olahraga dan kajian ilmu keolahragaan di Indonesia.

Kontingen Indonesia gagal menambah medali sampai hari terakhir Asian Games 2014 di Incheon, Korea Selatan, kegagalan tersebut membuat Indonesia tertahan di posisi 17 dengan 20 medali (4 emas, 5 perak, dan 11 perunggu). Jauh dari target yang diharapkan kontingen Indonesia dengan 9 mendali emas dan masuk dalam jajaran 10 besar. Dipastikan Indonesia akan menjadi tuan rumah Asian Games 2018 setelah Indonesia terakhir kali menjadi tuan rumah Asian Games pada 1962. Untuk itu perlu dilakukan refleksi kritis atas prestasi Olahraga Indonesia di Asian Games Incheon 2014 dan tantangan menghadapi Asian Games 2018 dalam perspektif Ilmu Keolahragaan.

Untuk mencapai tujuan tersebut, kami sangat berharap kepada seluruh lapisan masyarakat baik dari kalangan akademisi, praktisi, maupun pemerhati olahraga untuk saling bahu-membahu untuk meningkatkan capaian optimus prestasi olahraga. Semoga langkah awal melalui Seminar Nasional Olahraga Ke-III ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Pemakalah Pendamping

1. *Disputasi Jantung Jantung dan Deras* 1
Dokter Spesialis Mata, Kabupaten Jember
Bachir Ercep
Dewi Anggraeni
2. *Analisis Pembinaan Atlet Rantai SEA GAMES 2013 Myanmar* 12
Erwan Nugroho
3. *Analisis Gamak Teknik Latihan Dapur Atas Program Studi STPA* 20
DIT (Dewan Kajian Olahraga dan Olahraga)
Wijaya dan Anis/Indra
4. *Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan Motor Kemampuan* 28
rehabing Homeopati Service Foreland Clinic Taha Nara pada
Electromyografi Tema Hala Gama RDB Aranda Indani
Jetya Purwanto
5. *Pembinaan Klub Olahraga Colof Estopi di Kota Tembung* 35
Dita Mami



Yogyakarta, November 2014
Direktori Program Pascasarjana UNY

Dr. Juhandan Kun Prasetyo, M.Ed.
NIP. 19560415 198502 1 001

B11

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Kata Pengantar	ii
Daftar Isi	iii

Keynote Speakers

1. **Kebijakan Olahraga Nasional Berbasis IPTEK untuk Menjawab Tantangan Prestasi Olahraga di Asian Games 2018**
Menteri Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia
2. **Membangun Sinergis Kelembagaan Olahraga Nasional untuk Mewujudkan Prestasi Olahraga Indonesia Menuju Asian Games 2018** vi
Prof. Dr. Agus Kristianto, M.Pd. (Pakar Kebijakan Olahraga)
3. **Aplikasi Ilmu Keolahragaan untuk Mendukung Prestasi Olahraga Nasional Menuju Asian Games 2018**
Imam Suyudi, Prof. Em.
4. **Evaluasi Prestasi Olahraga Indonesia di Asian Games 2014 dan Tantangan Pembinaan Olahraga Nasional Menuju Asian Games 2018**
Suwarno (Ketua Satuan Pelaksana Program Indonesia Emas)

Pemakalah Pendamping

1. **Denyut Jantung Istirahat dan Berat Badan Merupakan Diskriminator Status Kebugaran pada Aktivitas Fisik *Weight Bearing Exercise*** 1
Bayu Agung Pramono
2. **Evaluasi Pembinaan Atlet Renang SEA GAMES 2013 Myanmar** 12
Ermawan Susanto
3. **Analisis Gerak Teknik Tendangan Depan Atlet Pencak Silat PPLM DIY (Sebuah Kajian Biomekanika Olahraga)** 26
Widiyanto dan Awan Hariono
4. **Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan *Motor Educability* terhadap Kemampuan *Service Forehand Chop* Tenis Meja pada Ekstrakurikuler Tenis Meja Siswa SDS Ananda Bekasi** 45
Setyo Purwanto
5. **Pembinaan Klub Olahraga Sofbol Bisbol di Kota Semarang** 53
Osa Maliki



EVALUASI PEMBINAAN ATLET RENANG SEA GAMES 2013 MYANMAR

Ermawan Susanto
ermawan_s@yahoo.com

Abstrak

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pembinaan atlet renang persiapan SEA Games 2013. Secara khusus tujuan yang ingin dicapai ialah mengetahui bagaimanakah pencapaian hasil akhir (outcome) pembinaan secara meyakinkan terkait langsung dengan berbagai sumberdaya yang telah dicurahkan. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian evaluasi dengan menggunakan metode studi kasus (case studies). Model riset evaluasi yang digunakan yaitu Stake's Countenance Model yang dikembangkan oleh Robert E. Stake. Evaluasi model ini terdiri dari tiga tahapan yaitu; masukan (antecedents), proses (transactions), dan hasil (outcomes). Penelitian ini dilaksanakan di Pusat Latihan Atlet Nasional (Pelatnas) cabang olahraga renang yang dipersiapkan untuk SEA Games 2013. Waktu penelitian selama 3 bulan, Oktober sampai Desember 2012. Informan sebagai subyek penelitian adalah 1 orang pelatih, 1 orang manajer, dan 4 atlet persiapan SEA Games 2013. Instrumen penelitian berupa kuesioner/angket, wawancara, focus group discussion, observasi, dan dokumentasi lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan pelatnas tahap I terlaksana cukup baik. Walaupun belum semua atlet berkumpul dalam pelatnas, namun demikian atlet tetap berlatih di klub masing-masing. Jumlah atlet yang dipanggil sudah memenuhi sesuai nomor yang akan diikuti. Atlet terbaik diambil dari berbagai daerah di Indonesia. Target medali yang dicanangkan cukup realistis sesuai dengan kekuatan atlet renang yang ada 7 medali emas. Dalam masa pelatnas atlet juga diberi kesempatan melakukan try out di Australia dan mengikuti enam kali ujicoba pertandingan. Program latihan yang dibuat juga sudah baik terdapat latihan basah (kolam renang) dan latihan kering (gym). Jumlah dan kualifikasi pelatih sudah mencukupi sesuai kebutuhan. Tim pelatih dan atlet memiliki pengalaman mengikuti berbagai pelatihan sport science. Untuk sarana dan prasarana latihan meskipun belum optimal namun sudah cukup komplit, ke depan dibutuhkan kamera under water sebagai penunjang latihan. Adapun pendanaan dan jaminan masa depan masih dibebankan pada pemerintah.

Kata kunci: evaluasi, pembinaan, atlet renang, SEA Games 2013.

PENDAHULUAN

Cabang renang merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dan banyak menyumbang medali di SEA Games 2011. Pada SEA Games 2011 tim renang Indonesia berhasil memperoleh 6 medali emas. Ini menunjukkan potensi medali yang sangat banyak dari cabang ini. Terdapat 32 sampai 38 nomor dalam cabang akuatik yang biasa dipertandingkan di dalam multi event seperti SEA Games. Namun demikian berdasarkan amatan, pelatihan yang dilakukan belum berjalan optimal. Pada gelaran SEA Games 2013 yang akan datang tim pelatih menargetkan dapat membawa pulang minimal 7 medali emas dari cabang renang ini.



Belum optimalnya sistem pelatihan yang dipersiapkan menuju SEA Games dapat dilihat dari beberapa indikator temuan dilapangan, yaitu antara lain : (1) Hanya terdapat 7 atlet kelompok elite (Prima Utama); (2) Latihan kondisi fisik di gym belum dikelola dengan baik, suasana latihan kurang kondusif; (3) Latihan fisik atau gym terkendala jarak yang cukup jauh dengan pusat latihan renang; (4) Belum ada tenaga pelatih fisik, tenaga ahli gizi olahraga, tenaga masseur, fisioterapi, dan tenaga ahli psikologi atlet; (5) Idealnya penanganan elite atlet renang disesuaikan dengan gaya spesialisasinya masing-masing.

Selain itu belum optimalnya sistem pelatihan tampak pada pelaksanaan pelatnas tahap I, yaitu belum semua atlet berkumpul dalam training center. Selain itu surat keterangan dari Satlak Prima baru turun pada bulan Oktober 2012. Sehingga koordinasi antar pelatih dan atlet juga terganggu. Lemahnya koordinasi antara Satlak Prima dan tim pelatih juga terlihat dengan belum berkumpulnya tim pelatih yang berasal dari berbagai daerah. Namun demikian, atlet yang berdomisili di DKI Jakarta sudah berlatih dengan pelatih Albert C. Sutanto. Demikian juga dengan atlet yang berdomisili di Bandung.

Oleh karena itu, tulisan hasil penelitian ini sangat urgent dilakukan untuk memperkirakan, menaksir, dan menilai suatu keberhasilan atau kegagalan sebuah program. Berdasarkan pemikiran dan fenomena yang ada, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian evaluasi model pembinaan atlet renang yang dipersiapkan pada event Sea Games 2013. Aspek penelitian yang diangkat meliputi : (a) Visi, misi, tujuan; (b) Organisasi; (c) SDM; (d) Pendanaan; (e) Sarana prasarana; (f) Pembinaan; (g) Penghargaan; (h) Kompetisi; (i) Program latihan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian evaluasi dengan menggunakan metode studi kasus (*case studies*). Beberapa referensi menunjukkan bahwa studi kasus merupakan bagian dari penelitian kualitatif. Metode kualitatif dimaksudkan agar dapat diperoleh pemahaman dan penafsiran yang relatif mendalam tentang makna dari fenomena yang ada di lapangan. Menurut Moleong (2002: 3), penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Untuk keperluan penelitian ini populasi yang digunakan adalah pelatih, atlet, dan pengurus PB PRSI. Sampel penelitian diambil secara *purposive*, yaitu berdasarkan maksud dan tujuan penelitian. Kriteria pemilihan informan antara lain: (1) Pengurus PRSI sebagai supervisor; (2) Pelatih renang; (3) Atlet renang. Berdasarkan kriteria



yang ditetapkan, maka informan kunci dalam penelitian ini, yaitu 1 orang pengurus PRSI, 1 orang pelatih, dan 4 orang atlet prima pratama.

Pada penelitian kualitatif, *key informan* adalah peneliti sendiri. Untuk itu, peneliti bertindak sebagai perencana penelitian, pelaksana pengumpulan data, penafsir data, penganalisis serta pelapor hasil penelitian. Agar dapat bekerja secara optimal, maka peneliti menggunakan alat bantu penelitian yaitu, pedoman wawancara serta alat perekam suara. Peneliti mempersiapkan kerangka kerja untuk menunjang pengelolaan data, sebagai panduan agar kuesioner/angket, wawancara, *focus group discussion*, observasi, dan dokumentasi di lapangan lebih terarah serta menjangkau informasi-informasi yang diperlukan.

HASIL

Tim pelatnas renang SEA Games 2013 ditetapkan berdasarkan Surat Keputusan Ketua Dewan Pelaksana Program Indonesia Emas, nomor 17 tahun 2012 tentang penetapan daftar nama atlet, pelatih, dan manager peserta pelatnas sea games XXVIII/ tahun 2013, Myanmar. Penetapan tim pelatnas tahap I ini terdiri dari pelatnas Prima Utama dan Muda. Dalam upaya memperoleh hasil yang maksimal dalam multievent SEA Games 2013 selain melalui SK Satlak Prima, tim, pelatnas renang ditetapkan berdasarkan UU nomor 3 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Peraturan Pemerintah nomor 16, 17, 18 tahun 2007, Peraturan Presiden RI nomor 22 tahun 2010, dan Keputusan Menteri Negara Pemuda dan Olahraga nomor 022 tahun 2012.

Dalam SK penetapan tim pelatnas renang terdapat 35 atlet, 11 pelatih, dan 1 manager. Keseluruhan tim renang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Dari ke-35 atlet dapat dibedakan berdasarkan kelompok jenjang, daerah asal, dan jenis kelamin. Berdasarkan kelompok jenjang terdiri dari 7 atlet Prima Utama dan 28 atlet Prima Muda. Berdasarkan asal daerah dapat dibedakan menjadi 10 atlet berasal dari Jawa Barat, 6 atlet Jawa Timur, 3 atlet Jawa Tengah, 7 atlet DKI Jakarta, 2 atlet Bali, 2 atlet Riau, 1 atlet Sumatera Utara, 1 atlet Sumatera Selatan, 1 atlet Sumatera Barat, dan 1 atlet Kalimantan Timur. Berdasarkan jenis kelamin terdiri dari 18 atlet putra dan 17 atlet putri.

Untuk tim pelatih yang terdiri dari 11 orang, dapat dibedakan berdasarkan daerah asal yaitu 2 pelatih Jawa Barat, 2 pelatih Jawa Tengah, 1 pelatih Jawa Timur, 2 pelatih DKI Jakarta, 1 pelatih Riau, 1 pelatih Bali, dan 1 pelatih Sulawesi Selatan. Tim pelatih tidak ada satupun yang perempuan. Namun demikian pelatnas tahap I ini belum menentukan nomor-nomor apa yang akan diambil perenang dalam event SEA Games nanti dan belum menentukan siapa saja perenang yang akan turun.



Pelatnas renang SEA Games 2013 dipusatkan di dua kota, Jakarta dan Bandung. Pelatnas di Jakarta lebih difokuskan untuk perenang dengan spesialisasi nomor jarak pendek dan menengah. Adapun di Bandung difokuskan untuk perenang dengan spesialisasi nomor jarak jauh. Di Jakarta, latihan dipusatkan di kolam renang Cikini dan di Bandung di kolam renang UPI Bandung. Dilihat dari jumlah atlet yang dipanggil ke pelatnas, nampaknya sudah cukup banyak. Hal ini terlihat dari jumlah total atlet ada 35 orang. Namun dari ke-35 orang atlet tersebut, jumlah atlet kelompok jenjang Prima Utama masih sedikit yaitu 7 orang dengan catatan 4 orang laki-laki dan 3 orang perempuan. Sedangkan kelompok jenjang Prima Muda berjumlah 28 orang, yaitu 14 putra dan 14 putri.

Dilihat dari asal daerah, atlet yang dipanggil pelatnas menunjukkan sebaran yang cukup variatif. Atlet-atlet tersebut berasal dari berbagai daerah baik di Jawa dan luar Jawa. Atlet saat ini juga tidak didominasi dari pulau Jawa saja. Hal ini menunjukkan bahwa daerah lain memiliki komitmen dalam membina atlet-atlet renang daerah. Saat ini sebaran atlet meliputi pulau Jawa, Sumatera, Sulawesi Bali, dan Kalimantan. Tidak menutup kemungkinan provinsi lain akan menyumbang atlet.

Hasil SEA Games 2013 Myanmar Cabang Olahraga Renang

Cabang olahraga renang berhasil membawa pulang 5 emas 6 perak 4 perunggu. Hilangnya nomor-nomor pendek 50 meter gaya dada, punggung, dan kupu-kupu menjadi hal yang aneh pada SEA Games Myanmar 2013. Indonesia yang ditargetkan meraih enam emas gagal memenuhi target pemerintah. Triady Fauzi Sidiq menjadi bintang dengan meraih tiga emas, satu perak dan mampu menciptakan rekor baru SEA Games. Berikut ini perolehan medali Indonesia :

Peraih Medali Indonesia

Emas

1. Triady Fauzi Sidiq - Men's 100m Freestyle
2. I Gede Siman Sudartawa - Men's 100m Backstroke
3. Triady Fauzi Sidiq - Men's 50m Freestyle
4. I Gede Siman Sudartawa, Indra Gunawan, Glenn Victor Susanto, Triay Fauzi Sidiq- Men's 4x100m Medley Relay
5. Ricky Anggawijaya - Men's 200m Backstroke



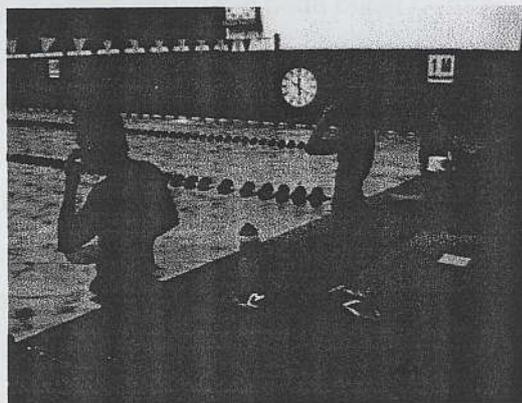
Gambar 1. Atlet Renang Indonesia Proyeksi SEA Games 2013

Perak

1. Indra Gunawan - Men's 100m Breaststroke
2. Triady Fauzi Sidiq - Men's 100m Butterfly
3. Ressa Kania Dewi - Women's 400m Individual Medley
4. I Gede Siman Sudartawa - Men's 200m Backstroke
5. Dewi Ressa kania, Gusti Anjani Kathriana Mella, Raina Saumi Grahana Ramdhani, Patricia Yosita Hapsari - Women's 4x200m Freestyle Relay
6. Yessy Yosaputra - Women's 200m Backstroke

Perunggu

1. Dewi Ressa kania, Gusti Anjani Kathriana Mella, Raina Saumi Grahana Ramdhani, Patricia Yosita Hapsari - Women's 4x100m Freestyle
2. Ricky Anggawijaya - Men's 100m Backstroke
3. Glenn Victor Susanto - Men's 100m Butterfly
4. Triadi Fauzi Sidiq, Randa Putera Muhammad, Ohmar Alexis Wijaya, Ricky Anggawijaya - Men's 4x200m Freestyle Relay

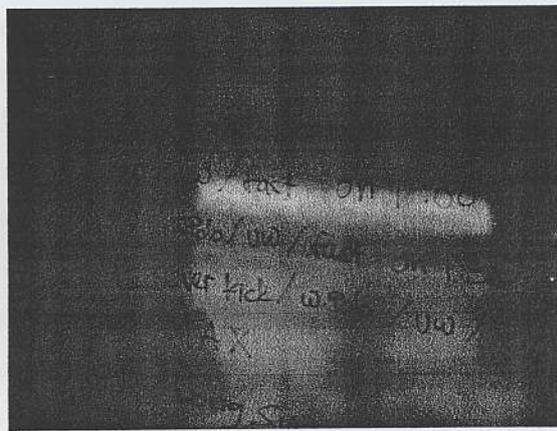




Gambar 2. Suasana latihan rutin tim renang di kolam renang Cikini

Perolehan Terakhir Cabor Renang SEA Games 2013

1. Singapura - 11 Emas 9 Perak 10 Perunggu
2. Thailand - 7 Emas 8 Perak 8 Perunggu
3. Indonesia - 5 Emas 6 Perak 4 Perunggu
4. Vietnam - 5 Emas 5 Perak 2 Perunggu
5. Malaysia - 4 Emas 4 Perak 3 Perunggu
6. Philipina - 4 perunggu
7. Myanmar - 1 Perunggu



Gambar 3. Salah satu program latihan harian yang disiapkan pelatih

PEMBAHASAN

Latihan berbasis klub atau perkumpulan

Berdasarkan hasil observasi lapangan, pelaksanaan pelatnas tahap I belum terlaksana dengan baik. Hal ini dikarenakan belum semua atlet berkumpul dalam pelatnas. Selain itu surat keterangan dari Satlak Prima baru turun pada bulan Oktober 2012. Sehingga koordinasi antar pelatih dan atlet juga terganggu. Lemahnya koordinasi antara Satlak Prima dan tim pelatih juga terlihat dengan belum berkumpulnya tim pelatih yang berasal dari berbagai daerah. Namun demikian, atlet yang berdomisili di DKI Jakarta sudah berlatih dengan pelatih Albert C. Sutanto. Demikian juga dengan atlet yang berdomisili di Bandung.

Berlatihnya atlet pelatnas di Jakarta tidak lepas dari keberadaan klub renang yang ikut memfasilitasi. Seperti Gede Siman, Alexis Wijaya, Guntur Pratama, dan Patrisia Yosita ikut berlatih di klub renang *Millenium* Jakarta yang merupakan klub milik pelatih Albert C. Sutanto. Selain itu M. Akbar Nasution berlatih di Pari Sakti Jakarta. Memang selama belum masa



training center, atlet lebih banyak berlatih dibawah bendera klub daerah masing-masing. Kondisi ini sedikit banyak membantu atlet untuk terus menjaga kondisi fisik mereka. Bahkan dilihat dari intensitas latihan di klub tidak kalah dengan latihan selama di pelatnas. Keberadaan klub renang baik di ibukota maupun di daerah merupakan hal penting dalam keberlangsungan proses latihan atlet. Sehingga pemerintah juga tidak lantas menutup mata dengan klub asal atlet tersebut, sehingga perlu diberi *reward* atau perhatian kepada klub renang - klub renang yang membesarkan mereka.

Munculnya atlet daerah dan fenomena pindah daerah

Munculnya atlet-atlet daerah menjadi atlet nasional tentu membanggakan nama bangsa Indonesia. Perenang seperti Gede Siman Sudartawa yang terlahir di pulau Bali menunjukkan bahwa daerah Bali merupakan salah satu daerah talent bagi olahraga renang. Meskipun saat ini Gede Siman membela provinsi Riau namun sejarah mencatat bahwa Siman adalah atlet Bali. Terlepas dari kontroversi atlet tertentu yang membela daerah lain, munculnya atlet-atlet daerah merupakan buah dari kompetisi atau kejuaraan renang yang rutin diselenggarakan oleh pengurus daerah. Kompetisi seperti Kejuaraan Renang Antar Perkumpulan (KRAP), Kejuaraan Renang Antar Sekolah (KRAS), dan berbagai macam multi event, secara tidak langsung mengantar atlet-atlet daerah tersebut tertempa dalam iklim kompetisi yang sehat.

Namun demikian munculnya atlet daerah bukannya tanpa kendala. Berbagai kepentingan daerah menyebabkan banyak atlet "dibajak" oleh daerah lain untuk kepentingan tertentu. Faktor kesejahteraan merupakan salah satu faktor utama bagi atlet sehingga mau bergabung dengan daerah lain. Fakta di lapangan banyak menunjukkan fenomena ini. Apabila pemerintah tidak ikut campur, misalnya dengan cukup memberi *reward*, lama kelamaan kondisi ini menjadi sesuatu yang kurang sehat baik bagi atlet bersangkutan maupun olahraga renang pada khususnya. Kondisi seperti ini bisa dipantau pada beberapa event nasional seperti Pekan Olahraga Nasional (PON) bahkan pada level dibawahnya seperti Pekan Olahraga Provinsi (Porprov). Bisa jadi fenomena seperti ini bukan semata faktor atlet tetapi pengurus provinsi mesti ikut memikirkan atas kondisi seperti ini. Pengurus provinsi yang "sehat" pasti berusaha sekuat tenaga agar atlet bersangkutan bisa membela daerah asal.

Rencana latihan dan try out

Perenang pelatnas Prima utama yang dipersiapkan tampil pada SEA Games 2013 Myanmar dijadwalkan menjalani *try out* atau latihan di Perth, Australia. Sebagaimana



diungkapkan oleh pelatih renang pelatnas Hartadi Nurtjojo¹, mengatakan para atlet akan menjalani latihan di Australia mulai Januari mendatang. "Mereka berada di sana sekitar 10 hingga 12 bulan hingga menjelang pelaksanaan SEA Games yang rencananya digelar Desember 2013,". Selain itu di sela-sela menjalani latihan di Australia, perenang juga dijadwalkan menjalani pertandingan uji coba enam kali. Ujicoba untuk kelompok Prima utama tersebut antara lain kejuaraan renang 44th Singapore National AG 2013 pada Maret mendatang, kemudian 55th Malaysia Open 2013 pada Mei mendatang, kejurnas renang Indonesia pada Mei, dan ASEAN AG SC 2013 di Brunei Darussalam Juni mendatang.

Kemudian Kejuaraan Dunia Renang ke-15 di Barcelona, Spanyol pada akhir Juli hingga awal Agustus, serta Kejuaraan Renang Hong Kong Terbuka 2013 pada September mendatang. Hartadi² menambahkan, "sebanyak 35 perenang dari berbagai daerah masuk pelatnas tahap pertama untuk persiapan tampil pada SEA Games 2013 Myanmar. Dari jumlah tersebut, lanjut dia, terbagi dalam dua kelompok yaitu kelompok utama yang diprediksi bisa meraih medali emas sebanyak tujuh perenang dan kelompok muda sebanyak 27 perenang".

Tabel 1. Rencana jadwal try out pelatnas renang 2013

No	Nama event	Bulan	Tempat
1	44 th Singapore National AG	Maret 2013	Singapore
2	55 th Malaysia Open	Mei 2013	Malaysia
3	Kejurnas renang Indonesia	Mei 2013	Indonesia
4	ASEAN AG SC	Juni 2013	Brunei
5	Kejuaraan Dunia Renang ke-15	Juli 2013	Barcelona
6	Hong Kong Open	September 2013	Hong Kong

Target medali di SEA Games 2013 Myanmar

Untuk target medali dalam SEA Games 2013 di Myanmar, tim renang Indonesia mengincar tujuh medali emas. Menurut Hartadi³, target itu berdasarkan prestasi yang diraih perenang Indonesia dalam berbagai kejuaraan renang internasional, termasuk hasil SEA Games 2011. Tujuh medali emas tersebut dari nomor 50 meter gaya bebas putra atas nama Triadi Fauzi yang memiliki catatan waktu 23,17 detik, sementara itu peraih emas SEA Games 2011 Quek Xin Hui Arren (Singapura) catatan waktunya 23,28 detik. Selain itu, nomor 800 meter gaya bebas putri atas nama Raina Saumi dengan catatan waktu terbaiknya 08.55.83, sedangkan peraih emas SEA Games 2011 Khoo Chai Lin dengan catatan waktu 08.50.17. Pada nomor 100 meter gaya punggung, Indonesia juga berpeluang meraih emas atas nama I

¹ Dokumentasi Majalah Renang Indonesia, Minggu 2 Desember 2012.

² Dokumentasi Majalah Renang Indonesia, Minggu 2 Desember 2012.

³ Dokumentasi Antara News, Kamis 4 Oktober 2012.



Gede Siman Sudartawa dengan catatan waktu 00.55.32 sedangkan saat meraih emas SEA Games 2011 catatan waktu Siman adalah 00.55.59.

Perenang Riau (Siman Sudartawa) juga berpeluang meraih emas pada nomor 200 meter gaya punggung seperti yang diraih pada SEA Games 2011. Selain itu, perenang berasal dari Jawa Barat Glenn Victor juga berpeluang meraih emas dari nomor 100 meter gaya kupu dengan catatan waktu 00.53.17, sedangkan peraih emas SEA Games 2011 yaitu Hoang Quy Phuoc (Vietnam) dengan catatan waktu 00.53.07. Selain itu, perenang putri berasal dari Jawa Barat, Monaliza Arieswati di nomor 200 meter gaya kupu dengan catatan waktu terbaik 02.14.39, sedangkan peraih emas SEA Games 2011 Tao Li (Singapura) catatan waktunya 02.14.27. Pada nomor 4X100 meter gaya ganti estafet putra dengan materi perenang I Gede Siman Sudartawa, Indra Gunawan, Glenn Victor, Triadi Fauzi, atau Nocko Biondi, Indonesia juga memiliki peluang meraih medali emas.

Tabel 2. Prediksi medali emas sea games 2013

No	Nama	Nomor	Waktu	Sea games 2011
1	Triadi Fauzi	50 m gaya bebas	23,17	23,28
2	Raina Saumi	800 m gaya bebas	08.55.83	08.50.17
3	I Gede Siman S	100 m gaya punggung	00.55.32	00.55.59
4	I Gede Siman S	200 m gaya punggung	-	-
5	Glenn Victor	100 m gaya kupu	00.53.17	00.53.07
6	Monaliza A.	200 m gaya kupu	02.14.39	02.14.27
7	Estafet Putra	4X100 m gaya ganti	-	-

Target tujuh medali emas SEA Games 2012 Myanmar adalah target realistis jika melihat peta kekuatan renang Asia Tenggara yang kompetitif. "PRSI menurunkan target sepuluh emas menjadi tujuh karena terdapat strategi pengurangan nomor renang oleh tuan rumah,". Menurutnya, tuan rumah SEA Games Myanmar mengurangi nomor renang yang sebelumnya berjumlah 38 nomor menjadi 32. Salah satu contoh nomor yang tidak diperlombakan adalah *fin swimming*. "Selain pertimbangan itu, target medali emas pada SEA Games 2013 Myanmar sebanyak tujuh emas itu berdasar prestasi perenang di berbagai kejuaraan dan SEA Games tahun 2011," sambung Hartadi⁴.

Namun demikian bukan berarti atlet tidak memiliki kekurangan. Berdasarkan pengamatan penelitian terdapat beberapa kekurangan atlet menyangkut gaya atau teknik berenang antara lain :

⁴ Dokumentasi Kompas, Senin 12 November 2012.



1. **Gede Siman** (Punggung): saat gerakan tungkai, ada saat berhenti sehingga mengganggu irama dan mengurangi kecepatan.
2. **Alexis Wijaya Ohmar** (Bebas): saat fase *entry* atau masuk, ayunan lengan kiri kurang seimbang dengan ayunan lengan kanan.
3. **Guntur Pratama** (Bebas): masalah daya tahan belum maksimal.
4. **Patrisia Yosita** (Bebas): *body balance* nya kurang seimbang, masih banyak gerakan sehingga menimbulkan hambatan.

Program latihan

Berdasarkan hasil observasi lapangan, pelatih juga sudah mempersiapkan program latihan dengan baik. Hal ini terlihat dari adanya program latihan harian bagi atlet Prima Utama khususnya yang berlatih dengan pelatih Albert C. Sutanto. Terdapat enam kali latihan basah atau latihan di air dengan mempertimbangkan aspek fisik dan mekanik, serta 2 kali latihan kering atau latihan kondisi fisik di *gym*. Untuk latihan basah dilaksanakan di kolam renang Cikini setiap pagi jam 6.00-8.30 Wib dan sore hari serta latihan di *gym* setiap hari Selasa dan Jum'at jam 15.30-18.00 Wib. Sesuai pengamatan, latihan basah dapat berjalan dengan baik meliputi tahap persiapan (pemanasan dan pilates), latihan pokok (*endurance*), dan perbaikan gaya. Adapun latihan kering sudah berjalan baik namun demikian dalam latihan di *gym*, tidak ada instruktur yang mendampingi sehingga program latihan berjalan sendiri-sendiri.

Kondisi ini tentu kurang menguntungkan dari sisi peningkatan kondisi fisik namun berdasarkan wawancara dengan atlet mereka memilih situasi ini karena membidik unsur rekreasi yaitu dengan kombinasi latihan *fitness*, *jacuzzi*, bermain basket, dan berenang. Unsur rekreasi ini sekaligus dimaksudkan untuk *recovery* mengingat pada pagi harinya mereka sudah harus berlatih keras di kolam renang, sehingga memilih latihan dengan *recovery* yang cepat.

Sarana prasarana latihan

Sarana dan prasarana renang merupakan salah satu faktor penting keberhasilan. Untuk ukuran kolam renang latihan sudah sesuai standart perlombaan yaitu di kolam renang Cikini. Selain itu fasilitas pendukung juga cukup lengkap. Di sudut kolam terdapat beberapa alat *fitness* walaupun belum lengkap. Sedangkan peralatan renang sudah dimiliki masing-masing atlet seperti *fins*, *snorkle*, *paddle*, *pullboy*, *goggle*, dll. Namun demikian masih ada beberapa kekurangan dalam upaya optimalisasi prestasi renang yaitu ketiadaan alat pengatur suhu kolam renang.



Rata-rata suhu kolam renang di Indonesia adalah 30° C sedangkan apabila bertanding di kolam renang negara sub tropis dengan kolam renang indoor maka rata-rata suhu bisa mencapai 25° C. Dengan demikian atlet harus beradaptasi dengan suhu yang lebih dingin. Demikian juga belum adanya sentuhan teknologi tinggi seperti kamera *under water* yang mampu merekam setiap gerak perenang dengan akurat.

Pendanaan dan sistem jaminan kesejahteraan masa depan

Fakta menunjukkan bahwa pendanaan untuk pembinaan prestasi olahraga termasuk pemusatan latihan yang sudah berjalan sampai dengan persiapan Asian Games masih tergantung pada pemerintah. Ternyata tidak mudah untuk mendapatkan sponsor yang dapat memberikan dukungan untuk pembinaan prestasi olahraga di Indonesia. Sponsor yang memberikan dana bantuan pembinaan pada kenyataannya tidak selalu memperoleh kemudahan dalam hal keringanan pajak. Demikian pula dalam hal masuknya barang-barang dari luar negeri yang dibutuhkan untuk pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga belum mendapatkan kemudahan.

Penyediaan dan penerapan sistem penghargaan bagi atlet dan pelatih perlu dioptimalkan. Secara prinsip pembinaan atlet perlu disertai dengan perencanaan karier terutama setelah mereka tidak lagi aktif sebagai atlet. Hal ini penting dilakukan mengingat sebagian besar mantan atlet tidak mendapatkan penghidupan yang layak. Pemberian penghargaan mengacu pada Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yaitu: (1) pelaku olahraga, organisasi olahraga, Lembaga Pemerintah/swasta dan perseorangan yang berprestasi dan/atau berjasa dalam memajukan olahraga diberi penghargaan; (2) Penghargaan diberikan oleh Pemerintah, pemerintah daerah, organisasi olahraga, organisasi lain atau perseorangan; (3) Penghargaan dapat berbentuk pemberian kemudahan, beasiswa, asuransi, pekerjaan, kenaikan pangkat luar biasa dan tanda kehormatan; (4) Dalam implementasi/pelaksanaan pemberian penghargaan tersebut diperlukan koordinasi lintas sektor, kelembagaan, instansi terkait.

Regionalisasi Pembinaan

Membina prestasi olahraga secara terpusat tentu merupakan upaya yang tidak mudah dan memerlukan biaya tinggi. Selain itu Indonesia memiliki potensi dan keanekaragaman karakteristik yang terbentuk dari kondisi daerah, cara hidup, budaya dan kondisi geografis masing-masing wilayah. Hal ini akan mempengaruhi jenis cabang olahraga yang dapat dikembangkan. Sejalan dengan semangat otonomi daerah perlu dioptimalkan potensi daerah



berupa pendirian sentra-sentra pembinaan di daerah yang cabang olahraganya sesuai dengan karakteristik daerah tersebut.

Temuan penelitian

Terdapat beberapa temuan hasil penelitian, antara lain :

1. Jumlah pelatnas renang tahap I sudah banyak atlet yang dipanggil, total ada 35 atlet. Namun demikian hanya ada 7 atlet kelompok jenjang Prima Utama. Perlu ditambah minimal menjadi 8 atlet, yaitu 4 atlet putra dan 4 atlet putri agar bisa berpartisipasi di nomor estafet.
2. Atlet yang dipanggil pelatnas tahap pertama berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Perlu pemetaan *talent scouting* renang.
3. Latihan kondisi fisik di *gym* belum dimanage dengan baik, latihan kurang kondusif.
4. Jumlah pelatih banyak namun sebagian besar hanya memiliki background pelatih renang tanpa keilmuan pendukung yang lain.
5. Pelatih merasa bekerja sendirian selama TC renang. Perlu ditambah tenaga pelatih atau asisten pelatih khusus menangani latihan *fitness/ gym*, tenaga ahli gizi olahraga, tenaga *masseur*, dan tenaga ahli psikologi atlet.
6. Perlu mempertahankan jadwal dan suasana latihan yang sudah kondusif. Jadwal latihan renang sudah rutin yaitu 11 session.
7. Selama belum ada SK TC maka latihan renang di titipkan di masing-masing klub.
8. Perhatian pemerintah belum optimal terutama berkaitan dengan masalah pendanaan program latihan, penyediaan alat dan fasilitas, penyediaan suplemen/vitamin, kesempatan *try out* ke luar negeri, dan insentif bagi atlet-pelatih.
9. Belum sinkron antara target yang dibebankan pemerintah dengan pendanaan yang dikeluarkan untuk meraih target tersebut. Perlu duduk bersama untuk menentukan target yang diharapkan dengan "perhatian" yang diberikan.
10. Perlu pelatihan *sport science*, *sport nutrisi*, dan lain sebagainya untuk menambah wawasan keilmuan olahraga bagi pelatih renang.
11. Ada aktivitas fisik selain renang, yaitu permainan basket, jacuzi.
12. Belum semua atlet mengetahui kelemahan mekanika gerakannya. Perlu pemantauan tim pelatih atau kolaborator untuk mengetahui kelemahan mekanika gerak atlet.
13. Sarana dan prasarana latihan sudah cukup lengkap namun demikian perlu adanya tambahan teknologi seperti kamera *under water* dan *biomekanic software* guna mendukung optimalisasi prestasi.



14. Mendukung rencana *try out* dan latihan terpusat di luar negeri.
15. Program latihan yang disusun pelatih sudah terencana dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa model pembinaan atlet renang dalam rangka persiapan SEA Games 2013 di Myanmar, sudah berjalan cukup baik. Pembinaan diwujudkan dalam bentuk partisipasi atlet terbaik dari berbagai daerah di Indonesia dan dilakukan terpusat dalam bentuk *training center*. Selain itu latihan dilakukan dengan berbasis klub, pelaksanaan latihan dan *try out* ke dalam dan luar negeri, target medali yang sudah dicanangkan, dan program latihan yang sudah tertata dengan baik merupakan faktor-faktor pendukung keberhasilan di SEA Games 2013 nanti. Untuk pendanaan dan jaminan masa depan masih bergantung pada pemerintah. Jumlah atlet yang memadai baik dari segi jumlah maupun kualitas perlu diperhatikan agar diraih prestasi maksimal.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat ditarik beberapa saran dan rekomendasi dari temuan hasil penelitian. Harapan dari rekomendasi ini adalah untuk memberikan gambaran kepada semua pihak yang terlibat dengan mencoba memecahkan persoalan tersebut:

1. Perlu diberikan latihan kondisi fisik yang terprogram dan didampingi pelatih fisik khusus cabang renang.
2. Perlu adanya tenaga pelatih fisik cabang renang, tenaga ahli gizi olahraga, tenaga *masseur*, fisioterapi, dan tenaga ahli psikologi atlet.
3. Perlunya keberadaan pelatih sesuai dengan gaya spesialisasi atlet, bukan pelatih renang umum.
4. Perlunya pendekatan *sport science* baik bagi atlet maupun pelatih.
5. Perlunya ketersediaan teknologi pendukung seperti kamera *under water*, *biomechanic analyse*.

DAFTAR PUSTAKA

Brinkerhoff, Robert O. *et al.* (1986). *Program Evaluation: A Practitioner's Guide for Trainers and Educationer*, fourth edition. Boston: Kluwer Nijhoff, Publishing.



- Denzin, Norman K. Yvonna S. Lincoln (2000). *Handbook of Qualitative Research*, 2nd edition. London: Sage Publication, Inc, International Educational and Professional Publisher.
- Yusuf, Farida. (2000). *Evaluasi Program*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Kaufman, Roger. and Susan Thomas. (1980). *Evaluation Without Fear*, London.
- Kirkpatrick, D.L. (1998). *Evaluating Training Program*. The four levels. Second Edition. San Francisco: Berrett-Koehler Publisher, Inc.
- Moleong, Lexy J. (2002). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdaharya.
- Muthohir, Cholik T (2001). *Arah Kebijakan Pembangunan Olahraga*, Jakarta : Ditjen Olahraga, Departemen Pendidikan Nasional.
- Issac, Stephen and William B Michael. (1982). *Handbook in Research and Evaluation*. 2nd edition, San Diego: California, Edits Publisher.
- Jacobs D. Ary & Razaveck. (1999). *A Introduction to Research in Education*. Four edition, New York: Halt Ricehart and Winston.
- Stake, Robert E. (2006). *The Countenance of Educational Evaluation*, Center for Instructional Research and Curriculum Evaluation, Paper University of Illinois.