

IDENTIFIKASI FAKTOR PENUNJANG DAN FAKTOR PENGHAMBAT PRESTASI ATLET SENAM PUSLATDA JAWA TIMUR

Bella Shindi Aurela*Fransisca Januarumi Marhaendra Wijaya *

S1 Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya.

Email : Bellaurela16060474077@unesa.ac.id * Fransiscajanuarumi@unesa.ac.id

Abstrak

Olahraga senam merupakan cabang olahraga unggulan pada setiap provinsi khususnya Jawa Timur karena memiliki peluang dalam perolehan medali terbanyak di Pekan Olahraga Nasional (PON). Menurut (Muskana 2015) "untuk mencapai prestasi merupakan usaha multikomplek yang melibatkan faktor baik internal dan eksternal, kualitas latihan merupakan penopang utama tercapainya prestasi olahraga, sedangkan kualitas latihan itu sendiri ditopang oleh faktor internal yakni kemampuan atlet (bakat dan motivasi) serta faktor eksternal yakni dorongan dari luar". Berdasarkan penjelasan yang ada di atas tentang beberapa faktor yang dapat menunjang dan menghambat prestasi, maka peneliti membuat penelitian yang berjudul "Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur". Tujuan peneliti dalam melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengidentifikasi faktor penunjang dan faktor penghambat atlet senam pustlada Jawa Timur. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif survei dengan pendekatan kuantitatif *non-experiment*. Penelitian ini membahas tentang "Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur". Berdasarkan hasil dari penelitian Faktor Atlet memiliki jumlah persentase responden pelatih jumlah persentase pada faktor atlet penunjang prestasi sebesar 53% dan penghambat 47%. Pada faktor pelatih dengan responden atlet jumlah persentase pada faktor pelatih penunjang prestasi sebesar 54% dan penghambat 46%. Faktor Sarana dan Prasarana untuk faktor penunjang pada atlet berjumlah 63% dan faktor penghambat 37% sedangkan pada pelatih untuk faktor penunjang berjumlah 54% dan faktor penghambat berjumlah 46%. Faktor Lingkungan untuk faktor penunjang pada atlet berjumlah 58% dan faktor penghambat 42% sedangkan pada pelatih untuk faktor penunjang berjumlah 61% dan faktor penghambat berjumlah 39%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah jumlah faktor penunjang lebih banyak dari penghambat.

Kata Kunci : Penunjang, Penghambat, Prestasi, Senam, Jawa Timur.

Abstract

Gymnastics is a leading sport in every province, especially East Java, because it has the opportunity to get the most medals at the National Sports Week (PON). According to Djoko Irianto (2002: 08) "To achieve achievement is a multi-complex effort that involves both internal and external factors, the quality of training is the main support for achieving sports achievement, while the quality of the training itself is supported by internal factors, namely the ability of athletes (talent and motivation). as well as external factors, namely encouragement from outside ". Based on the explanation above about several factors that can support and hinder achievement, the researcher made a study entitled "Identification of Supporting Factors and Inhibiting Factors of Achievement of East Java Pustlada Gymnastics Athletes". The research objective in conducting this research was to identify and identify the supporting factors and inhibiting factors for East Java pustlada gymnastics athletes.

This research is a descriptive survey research with a non-experimental quantitative approach. This study discusses "Identification of Supporting Factors and Inhibiting Factors of Achievement of East Java Pustlada Gymnastics Athletes". Based on the results of the research, the Athlete Factor has a total percentage of coach respondents, a percentage of the athlete's factor supporting achievement is 53% and an inhibitor is 47% In the coach factor with the athlete respondent, the percentage of the performance supporting coach factor was 54% and the inhibitor was 46%. Facility and infrastructure factors for supporting factors for athletes amounted to 63% and 37% for inhibiting factors, while for coaches for supporting factors amounted to 54% and inhibiting factors amounted to 46%. Environmental factors for supporting factors for athletes amounted to 58% and 42% for inhibiting factors, while for coaches for supporting factors amounted to 61% and inhibiting factors amounted to 39%.

Keywords: Support, Obstacles, Achievement, Gymnastics, East Java.

PENDAHULUAN

Di Indonesia olahraga sudah sangat digemari oleh masyarakat dari mulai olahraga seperti sepak bola, basket, voli serta olahraga-olahraga yang sangat digemari oleh para kaum wanita yaitu senam Aerobik. Senam Aerobik merupakan salah satu aktivitas olahraga yang melakukan gerakan-gerakan olahraga dengan di iringi oleh musik serta menggunakan hitungan sebagai tempo gerakan maupun nada (Jemni 2013).

Pada umumnya senam dibagi menjadi 2 yaitu senam kebugaran jasmani dan senam prestasi. Senam prestasi atau bisa disebut *Gymnastics*, merupakan cabang olahraga seni yang mengandalkan kelenturan, kekuatan serta harus memiliki kelincuhan dan daya tahan tubuh yang baik dengan di iringi lagu atau musik koreo dalam setiap gerakannya agar memiliki nilai keindahan serta pembawaan karakter/watak seperti bercerita (Vuillermie et al. 2001)

Gymnastics sendiri untuk di internasional memiliki 8 kategori yang dipertandingkan yaitu trampolin, tumbling, akrobatik, umum, artistik putra, artistik putri, ritmik dan aerobik *gymnastic*. Menjadi pesenam tidak dapat dilakukan dalam jangka waktu yang singkat. Untuk pembentukan kekuatan otot serta kelenturan tubuh perlu dilakukan pada usia dini karena pada usia yang sudah memasuki remaja sangat susah untuk memiliki kelenturan yang maksimal. Pesenam bisa dibina pada saat usianya masih sangat muda sekitar 6-8 tahun (*Federation Internationale de Gymnastique*, 2013).

Pada proses pemilihan atlet pada senam *Gymnastics* akan di tes sesuai dengan yang sudah ada dan akan di seleksi sesuai dengan hasil yang sudah didapat, untuk menentukan atlet tersebut masuk dalam kategori artistik, ritmik atau aerobik *gymnastic*. Dalam Pekan Olahraga Nasional (PON), senam sudah menjadi salah satu olahraga yang wajib dipertandingkan karena cabang olahraga senam (*Gymnastic*) merupakan salah satu cabang olahraga tertua dalam olimpiade. Olahraga senam merupakan cabang olahraga unggulan pada setiap provinsi khususnya Jawa Timur karena memiliki peluang dalam perolehan medali terbanyak di Pekan Olahraga Nasional (PON).

Menjadi atlet tidaklah mudah karena banyak sekali yang harus dikorbankan untuk mencapai keinginan maupun hasil yang maksimal. Dalam dunia olahraga (Hadjarati and Haryanto 2020), jika atlet ingin berprestasi tinggi maka harus dapat mengorbankan atau mengesampingkan beberapa aktivitas yang lainnya sehingga dapat terfokuskan sepenuhnya apalagi untuk menjadi atlet andalan daerah (Pustlada Jatim) maupun nasional (Indonesia). Dalam beberapa tahun penyelenggaraan PON prestasi Jawa Timur untuk cabang olahraga senam selalu mengalami peningkatan dalam pencapaian target medali yang ditargetkan terutama atlet pesenam putri berdasarkan dari laporan prestasi KONI Jawa Timur. Data terakhir dari KONI

Jawa Timur untuk prestasi PON pada senam sebagai berikut.

Tabel 1. Jumlah Medali Cabor Senam

| No | Gender | 2012 | | | 2016 | | |
|---------------|--------|------|-------|----------|------|-------|----------|
| 1 | Putra | Emas | Perak | Perunggu | Emas | Perak | perunggu |
| 2 | Putri | Emas | Perak | Perunggu | Emas | Perak | Perunggu |
| Total | | 7 | 7 | 4 | 9 | 11 | 9 |
| Jumlah | | 18 | | | 29 | | |

Sumber : KONI Jawa Timur

Berdasarkan dari data tabel diatas, menjelaskan bahwa dari tahun ke tahun prestasi cabang olahraga senam mengalami peningkatan. Pencapaian prestasi tersebut tentu sangatlah tidak mudah karena dalam pencapaian tersebut memiliki beberapa faktor penunjang dalam peningkatan prestasi atlet. Beberapa faktor yang dapat menunjang atlet agar dapat berprestasi dan menjadi lebih baik setiap harinya, tentunya ada juga beberapa faktor yang dapat menghambat perkembangan prestasi atlet.

Menurut (Romadhon and Rustiadi 2016) dalam pencapaian prestasi memiliki 2 faktor yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen merupakan faktor yang dipengaruhi oleh fisik, kesehatan, mental serta mengikuti dengan bentuk proporsi tubuh sesuai dengan cabang olahraga yang di ikuti. Penguasaan teknik, penguasaan taktik, fisik serta memiliki kepribadian dan aspek kejiwaan yang baik juga merupakan poin yang utama dalam faktor endogen. Sedangkan faktor ekstrogen merupakan faktor yang berasal dari luar diri sendiri bisa dari lingkungan masyarakat, keluarga, teman maupun orang terdekat. Faktor-faktor tersebut yang dapat mempengaruhi pencapaian prestasi setiap atlet. Namun untuk tetap menjaga agar faktor-faktor tersebut tidak menyebabkan penurunan prestasi, maka harus tetap dipantau dan dilihat keseimbangannya agar atlet pada saat bertanding memiliki stabilitas *mood* yang baik. Dalam pengontrolan faktor tersebut pelatih juga harus berhati-hati karena setiap atlet terutama atlet Pustlada Jawa Timur yang datang dari berbagai daerah maupun *club* tentu tidak memiliki *mood* dan emosional yang sama, maka dari itu ketika pelatih memberi porsi latihan maupun pemberian pendekatan secara emosional harus selalu melihat bagaimana karakter atlet tersebut, karena terkadang atlet mengalami permasalahan yang tidak terduga sehingga menyebabkan *mood* nya berubah, stress dan akhirnya tertekan dalam melakukan proses latihan.

Menurut (Sukadiyanto & Muluk 2011) “untuk mencapai prestasi merupakan usaha multikomplek yang melibatkan faktor baik internal dan eksternal, kualitas latihan merupakan penopang utama tercapainya prestasi olahraga, sedangkan kualitas latihan itu sendiri ditopang oleh oleh faktor internal yakni kemampuan atlet (bakat dan motivasi) serta faktor eksternal yakni dorongan dari luar”.

Berdasarkan penjelasan yang ada di atas tentang beberapa faktor yang dapat menunjang dan menghambat prestasi, maka peneliti membuat penelitian yang berjudul “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur”. Tujuan peneliti dalam melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengidentifikasi faktor penunjang dan faktor penghambat atlet senam pustlada Jawa Timur secara mental baik dari faktor endogen maupun ekstrogen.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif survei dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif *non-experiment* (Arikunto 2019). Penelitian ini membahas tentang “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur”. Penelitian kuantitatif ini mengumpulkan data dengan pendekatan survei dan wawancara melalui pembuatan dan pengolahan kata-kata, kalimat, mengumpulkan sumber data yang tertulis, pemberian angket atau kuisioner serta dikuatkan oleh foto-foto dokumentasi (Yani et al. n.d.). Populasi penelitian yang di ambil oleh peneliti adalah 15 atlet senam pustlatda Jawa Timur 8 pelatih senam Pustlatda Jawa Timur.

Peneliti memberikan kuisioner dalam bentuk aplikasi *googleform* yang bertujuan untuk mengetahui hasil dari tingkat responden terhadap faktor penunjang dan penghambat dalam pencapaian prestasi senam pustlada Jawa Timur serta memberikan beberapa list pertanyaan yang akan di wawancarakan kepada pihak pelatih terkait faktor penunjang dan penghambat prestasi senam pustlada Jawa Timur. Pembagian wawancara dilakukan untuk pertanyaan yang diberikan kepada atlet senam dan pelatih Pustlada Jawa Timur berupa kuisioner yang pertanyaan dan jawaban sudah dibuat atau sudah ditentukan oleh peneliti serta disusun menggunakan *googleform*.

Tabel 2. Uji Validitas Kuisioner

| Soal Nomer | Validitas | R-tabel |
|------------|-----------|---------|
| 1 | 0.762 | 0.514 |
| 2 | 0.682 | 0.514 |
| 3 | 0.692 | 0.514 |
| 4 | 0.543 | 0.514 |
| 5 | 0.866 | 0.514 |
| 6 | 0.560 | 0.514 |
| 7 | 0.866 | 0.514 |
| 8 | 0.866 | 0.514 |
| 9 | 0.564 | 0.514 |
| 10 | 0.622 | 0.514 |
| 11 | 0.577 | 0.514 |
| 12 | 0.866 | 0.514 |
| 13 | 0.590 | 0.514 |
| 14 | 0.866 | 0.514 |
| 15 | 0.611 | 0.514 |
| 16 | 0.762 | 0.514 |
| 17 | 0.578 | 0.514 |
| 18 | 0.814 | 0.514 |
| 19 | 0.793 | 0.514 |
| 20 | 0.805 | 0.514 |
| 21 | 0.805 | 0.514 |

| | | |
|----|-------|-------|
| 22 | 0.735 | 0.514 |
| 23 | 0.659 | 0.514 |
| 24 | 0.821 | 0.514 |
| 25 | 0.614 | 0.514 |
| 26 | 0.845 | 0.514 |
| 27 | 0.748 | 0.514 |
| 28 | 0.650 | 0.514 |
| 29 | 0.821 | 0.514 |
| 30 | 0.519 | 0.514 |
| 31 | 0.513 | 0.514 |
| 32 | 0.553 | 0.514 |
| 33 | 0.637 | 0.514 |
| 34 | 0.528 | 0.514 |
| 35 | 0.582 | 0.514 |
| 36 | 0.805 | 0.514 |
| 37 | 0.805 | 0.514 |
| 38 | 0.570 | 0.514 |
| 39 | 0.524 | 0.514 |
| 40 | 0.607 | 0.514 |
| 41 | 0.615 | 0.514 |
| 42 | 0.565 | 0.514 |
| 43 | 0.575 | 0.514 |
| 44 | 0.652 | 0.514 |
| 45 | 0.603 | 0.514 |
| 46 | 0.615 | 0.514 |

Sumber : (Maksum 2009)

Berdasarkan hasil dari tabel diatas, pengujian instrument kuisioner yang akan digunakan dalam bentuk *goggleform* mendapatkan hasil $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ yaitu besar angka $r\text{-hitung}$ lebih besar dari pada $r\text{-tabel}$ (0,514) yang artinya kuisioner atau angket yang digunakan valid dan layak untuk di jadikan bahan penelitian.

Tabel 3. Uji Reliabilitas

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha | N of Items |
|--------------------|------------------|------------|
| Based on | | |
| Standardized Items | | |
| .931 | .873 | 25 |

Berdasarkan hasil dari tabel diatas, pengujian instrument pada reliabilitas kuisioner yang akan digunakan dalam bentuk *googleform* mendapatkan hasil $r\text{-ac} > r\text{-hitung}$ yaitu besar angka $r\text{-ac}$ lebih besar daripada $r\text{-hitung}$ (0,30). Pada pengujian hasil menggunakan spss versi 25, hasil *Cronbach's Alpha* menunjukan hasil 0,931 yang artinya kuisioner yang akan digunakan sudah layak uji atau reliabel.

Penelitian ini menggunakan teknik sebagai berikut menurut (Yani et al. n.d.):

a. Pengamatan/*Observasi*

Pada saat akan akan melakukan pengambilan data dan wawancara dari narasumber, langkah pertama dari peneliti adalah pengamatan terlebih dahulu atau obserfer subjek peneltian apabila ingin tahu lebih jelas maka harus turun ke lapangan untuk mengamati aktivitas dan perilaku subjek tersebut. Observasi adalah cara mengumpulkan data langsung dari lapangan (Semiawan, 2010).

b. Angket

Angket merupakan suatu teknik atau alat pengumpulan data secara tidak langsung. Angket berisikan tentang sejumlah pernyataan yang harus dijawab atau direspon oleh responden. Angket yang diberikan berisi tentang kisi-kisi “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur”. Cara pengisian angket atau kuisioner dengan cara pilihlah salah satu jawaban dibawah ini dengan memberikan tanda (√)

(SS) : Sangat Setuju

(S) : Setuju

(TS) : Tidak Setuju

(STS) : Sangat Tidak Setuju

Teknik analisis data yang dilakukan peneliti adalah dengan men deskripsikan hasil dari pengumpulan presepsi responden terhadap “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur”. Dalam proses analisi data, peneliti melakukan langkah penelitian sebagai berikut :

a. Pencatatan

Pencatatan dilaksanakan pada saat dan setelah melakukan pengisian angket dan dokumentasi, peneliti mencatat hasil dari angket yang telah di isi oleh para responden.

b. Pengelompokan data

Berdasarkan data dari hasil kuisioner, data tersebut dikelompokkan sesuai masalah dan jawaban pertanyaan dari draft pertanyaan, selain itu data dari observasi dan dokumentasi dikelompokkan juga untuk penguat data yang diambil dari hasil kuisioner oleh peneliti. Dalam pengelompokan data ini, sangat penting sehingga data yang kita peroleh segera dikelompokkan agar data-data yang kita peroleh dapat dibuat sesuai dengan apa yang di harapkan peneliti.

c. Analisis Data dan Validasi Angket

Data yang sudah diurutkan tersebut, kemudian dianalisis berdasarkan rumusan masalah, serta dalam menganalisa data tersebut di tunjang studi pustaka yang sesuai dengan landasan teori pada kajian pustaka. Berdasarkan hal tersebut data yang diperoleh dari hasil mengisi angket yang sudah divalidasi.

Rumus yang digunakan :

$$P = \frac{\sum X}{\sum X_i} 100\%$$

P : Hasil persentase

$\sum X$: Jumlah nilai jawaban responden

$\sum X_i$: Jumlah nilai ideal

Analisis data angket validasi ini digunakan untuk mengetahui dan mendeskripsikan keefektifan tingkat responden terhadap penelitian yang berjudul “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur”.

HASIL PENELITIAN

Penelitian judul penelitian “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur” yang dilakukan selama 3 minggu ini mengambil populasi Senam Jawa Timur dengan sampel 15 atlet senam pustlada Jawa Timur dan 8 pelatih senam pustlada jawa timur dengan memberikan kuisioner yang sudah di validasi.

Analisis Data

Hasil penelitian yang telah dilakukan memberikan hasil sebagai pada faktor motivasi dibagi menjadi 2 faktor yaitu :

1. Faktor Atlet

Tabel 4. Faktor Atlet

| Kategori | Pelatih (orang) |
|---------------|-----------------|
| Tinggi Sekali | 0 |
| Tinggi | 5 |
| Sedang | 0 |
| Rendah | 2 |
| Rendah Sekali | 1 |
| Jumlah | 8 |

Berdasarkan penjelasan diatas, pada faktor penunjang dan pengambat pada faktor Atlet, jawaban responden (pelatih) pada kategori tinggi sekali berjumlah 0 orang, kategori tinggi berjumlah 5 orang, kategori sedang berjumlah 0 orang, kategori rendah berjumlah 2 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 1 orang.

Faktor Atlet

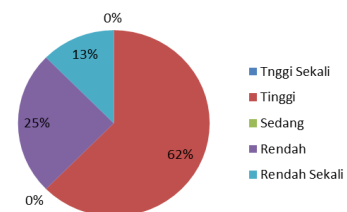


Diagram 1. Faktor Atlet

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukan bahwa tingkat penunjang dan penghambat pada faktor atlet memiliki jumlah persentase responden jumlah persentase responden pelatih pada kategori tinggi sekali 0%, tinggi berjumlah 62%, sedang berjumlah 0%, rendah berjumlah 25% dan rendah sekali berjumlah 13%.

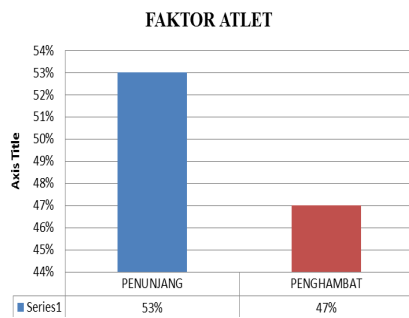


Diagram 2. Perbandingan

Berdasarkan hasil diatas jumlah persentase pada faktor atlet penunjang prestasi sebesar 53% dan penghambat 47%.

2. Faktor Pelatih

Tabel 5. Faktor Pelatih

| Kategori | Atlet (orang) |
|---------------|---------------|
| Tinggi Sekali | 4 |
| Tinggi | 3 |
| Sedang | 2 |
| Rendah | 4 |
| Rendah Sekali | 2 |
| Jumlah | 15 |

Berdasarkan penjelasan diatas, pada faktor penunjang dan pengambat pada faktor pelatih, jawaban responden (atlet) pada kategori tinggi sekali berjumlah 4 orang, kategori tinggi berjumlah 3 orang, kategori sedang berjumlah 2 orang, kategori rendah berjumlah 4 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 2 orang.

Faktor Pelatih

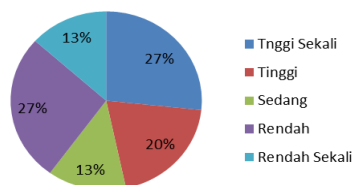


Diagram 3. Faktor Pelatih

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukan bahwa tingkat penunjang dan penghambat pada faktor pelatih memiliki jumlah persentase responden atlet pada kategori tinggi sekali 27%, tinggi berjumlah 20%, sedang berjumlah 13%, rendah berjumlah 27% dan rendah sekali berjumlah 13%.

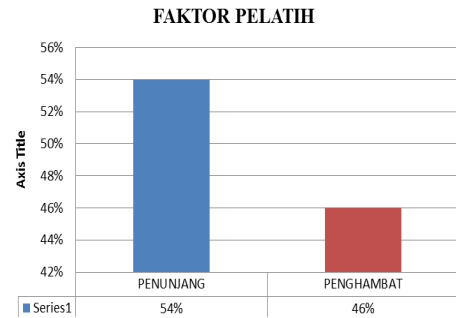


Diagram 4. Perbandingan

Berdasarkan hasil diatas jumlah persentase pada faktor pelatih penunjang prestasi sebesar 54% dan penghambat 46%.

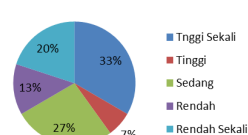
3. Sarana dan Prasarana

Tabel 6. Faktor (Sarana dan Prasarana)

| Kategori | Atlet (orang) | Pelatih (orang) |
|---------------|---------------|-----------------|
| Tinggi Sekali | 5 | 2 |
| Tinggi | 1 | 1 |
| Sedang | 4 | 3 |
| Rendah | 2 | 2 |
| Rendah Sekali | 3 | 0 |
| Jumlah | 15 | 8 |

Berdasarkan penjelasan diatas, pada faktor penunjang dan pengambat pada faktor sarana dan prasarana, jawaban responden (atlet) pada kategori tinggi sekali berjumlah 5 orang, kategori tinggi berjumlah 1 orang, kategori sedang berjumlah 4 orang, kategori rendah berjumlah 2 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 3 orang. jawaban responden (pelatih) pada kategori tinggi sekali berjumlah 2 orang, kategori tinggi berjumlah 1 orang, kategori sedang berjumlah 3 orang, kategori rendah berjumlah 2 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 0 orang.

Sarana dan Prasarana (Atlet)



Sarana dan Prasarana (Pelatih)

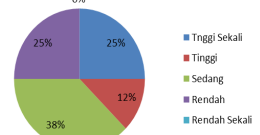


Diagram 5. Faktor Sarana dan Prasarana

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukan bahwa tingkat penunjang dan penghambat pada faktor sarana dan prasarana memiliki jumlah persentase responden atlet pada kategori tinggi sekali 33%, tinggi berjumlah 7%, sedang berjumlah 27%, rendah berjumlah 13% dan rendah sekali berjumlah 20%. Jumlah persentase responden pelatih pada kategori tinggi sekali 25%,

tinggi berjumlah 12%, sedang berjumlah 38%, rendah berjumlah 25% dan rendah sekali berjumlah 0%.

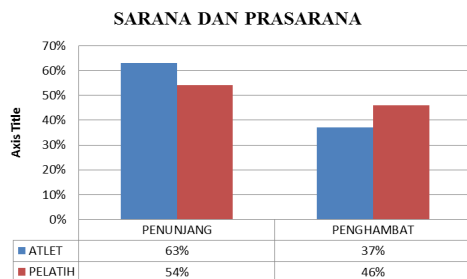


Diagram 6. Perbandingan

Berdasarkan penjelasan tabel diatas pada faktor sarana dan prasarana untuk faktor penunjang pada atlet berjumlah 63% dan faktor penghambat 37%. Pada pelatih untuk faktor penunjang berjumlah 54% dan faktor penghambat berjumlah 46%.

4. Lingkungan

Tabel 7. Faktor (Lingkungan)

| Kategori | Atlet (orang) | Pelatih (orang) |
|---------------|---------------|-----------------|
| Tinggi Sekali | 3 | 1 |
| Tinggi | 2 | 3 |
| Sedang | 6 | 2 |
| Rendah | 1 | 0 |
| Rendah Sekali | 3 | 2 |
| Jumlah | 15 | 8 |

Berdasarkan penjelasan diatas, pada faktor penunjang dan pengambat pada faktor Atlet, jawaban responden (atlet) pada kategori tinggi sekali berjumlah 3 orang, kategori tinggi berjumlah 2 orang, kategori sedang berjumlah 6 orang, kategori rendah berjumlah 1 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 3 orang. jawaban responden (pelatih) pada kategori tinggi sekali berjumlah 1 orang, kategori tinggi berjumlah 3 orang, kategori sedang berjumlah 2 orang, kategori rendah berjumlah 0 orang dan kategori rendah sekali berjumlah 2 orang.

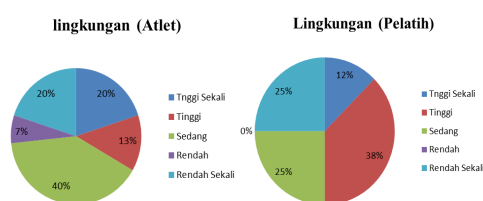


Diagram 7. Faktor Lingkungan

Berdasarkan hasil dari diagram diatas menunjukan bahwa tingkat penunjang dan penghambat pada faktor lingkungan memiliki jumlah persentase responden atlet pada kategori tinggi sekali 20%, tinggi berjumlah 13%, sedang berjumlah 40%, rendah berjumlah 7% dan rendah sekali berjumlah 20%. Jumlah persentase responden pelatih pada kategori tinggi sekali 12%, tinggi berjumlah 38%, sedang berjumlah 25%, rendah berjumlah 0% dan rendah sekali berjumlah 25%.

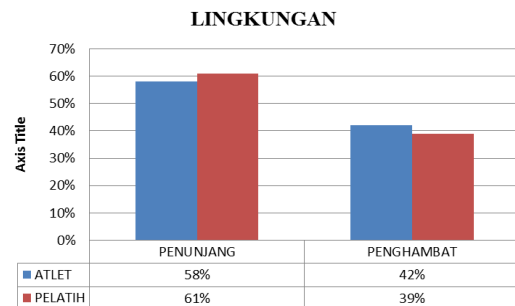


Diagram 8. Perbandingan

Berdasarkan penjelasan tabel diatas pada faktor Lingkungan untuk faktor penunjang pada atlet berjumlah 58% dan faktor penghambat 42%. Pada pelatih untuk faktor penunjang berjumlah 61% dan faktor penghambat berjumlah 39%.

Pembahasan

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti mengetahui “Identifikasi Faktor Penunjang dan Faktor Penghambat Prestasi Atlet Senam Pustlada Jawa Timur” hasil pada penelitian diatas dapat diketahui apa saja yang menyebabkan prestasi pada atlet senam pustlada Jawa Timur meningkat atau menurun, beberapa faktor antara lain adalah sebagai berikut :

a. Faktor Atlet

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor atlet memiliki jumlah responden dari pelatih bahwa faktor dari atlet sendiri yang menjadikan faktor penghambat dan penunjang prestasi senam Jawa Timur menunjukan hasil yang paling banyak pada kategori tinggi, pada faktor atlet sendiri adalah sebuah kunci utama dalam mencapai prestasi, oleh karena itu pemberian motivasi pada atlet dari pelatih serta menjalankan semua prosedur baik dari program latihan maupun dari segi lainnya sangatlah penting bagi atlet. Dari sisi pandang pelatih tersebut sesuai dengan beberapa kajian teori (Muskanan 2015) yang berjudul “Analisis Motivasi berprestasi Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Nusa Tenggara Timur” hasil menunjukan bahwa Kompetensi Atlet memiliki pengaruh Terhadap Motivasi Atlet secara simultan dan parsial, sedangkan Koefisien Korelasi antara kedua variabel tersebut adalah 0,471. Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

b. Faktor Pelatih

Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor pelatih memiliki jumlah responden dari atlet bahwa faktor dari pelatih dapat menjadikan penunjang dan penghambatnya dalam prestasi senam Jawa Timur. Keberhasilan seorang atlet dapat diukur dari seberapa besarnya peran pelatih terhadap peningkatan prestasi tersebut. Hasil menunjukkan pada faktor pelatih paling banyak pada kategori tinggi sekali, hal ini sesuai dengan beberapa kajian teori menurut (Pelamonia and Harmono 2018)) yang berjudul hasil menunjukkan bahwa dalam mencapai prestasi pelatih harus menyiapkan beberapa hal yaitu pembentukan mental pada atlet, taktik, teknik dan juga fisik pada atlet. Pentingnya penerapan ke-empat hal tersebut agar atlet dapat mencapai beberapa *goals* yang di inginkan. Berdasarkan pernyataan tersebut faktor pelatih dapat menjadi salah satu pemicu adanya penunjang dan penghambat dalam prestasi atlet senam PUSTLADA Jawa Timur.

c. Faktor Sarana dan Prasarana

Pentingnya sarana dan prasarana bagi kesejahteraan atlet adalah hal yang utama, alat dan fasilitas yang mendukung akan membantu atlet-atlet dalam mencapai prestasi. Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor sarana dan prasarana memiliki jumlah responden dari atlet paling banyak pada jawaban kategori tinggi sekali sedangkan pada responden pelatih juga memiliki jawaban yang paling banyak pada kategori tinggi sekali, hal ini sesuai dengan beberapa kajian teori (Santosa, Sugiyanto, and Kristiyanto 2014) yaitu Berdasarkan hasil penelitian sarana dan prasarana sangatlah penting bagi bidang apapun termasuk pada bidang olahraga, sarana dan prasarana bagi club sepak bola sangatlah penting terutama pada kualitasnya. Tanpa fasilitas yang memadai baik dari segi sarana dan prasarana, olahraga seperti apapun baik olahraga sepak bola, tidak akan dapat berkembang dengan cepat. Hal ini sesuai dengan pernyataan beberapa peneliti yaitu Sarana adalah suatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani (ATIKA, Harun, and Fuhaidah 2020). Prasarana adalah suatu tempat yang dapat menunjang dalam segala sesuatu aktivitas kegiatan atau terciptanya suatu proses untuk mencapai tujuan (Santosa et al. 2014).

d. Lingkungan

Pengaruh lingkungan juga sangat berdampak bagi peningkatan dan penurunan prestasi atlet Senam PUSTLADA Jawa Timur seperti lingkungan tempat latihan, teman, dan juga keluarga. Motivasi-motivasi dari lingkungan orang-orang terdekat sangatlah penting bagi motivasi atlet dalam meningkatkan prestasi. Berdasarkan hasil dari penelitian diatas faktor lingkungan memiliki jumlah responden dari atlet paling banyak pada jawaban kategori sedang, untuk responden pelatih juga

memiliki jawaban yang paling banyak pada kategori tinggi. Beberapa kajian teori (Purandina and Wiyana 2020) hasil dari pengaruh lingkungan terhadap peningkatan prestasi pada lingkungan keluarga memiliki tingkat koefisien 0,876 (Sangat Tinggi) dan lingkungan masyarakat memiliki koefisien 0,754 (sangat tinggi). Berdasarkan pernyataan tersebut motivasi keluarga sangatlah penting bagi penunjang dan penghambat prestasi atlet senam PUSTLADA Jawa Timur.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti memberikan kesimpulan bahwa

1. Faktor Atlet memiliki jumlah persentase responden pelatih banyak pada kategori tinggi. Sedangkan faktor Atlet memiliki jumlah persentase responden pelatih pada faktor atlet lebih banyak penunjang daripada penghambat.
2. Faktor Pelatih memiliki jumlah persentase responden atlet banyak pada kategori tinggi sekali dan rendah. Sedangkan Pada faktor pelatih dengan responden atlet jumlah persentase pada faktor pelatih lebih banyak penunjang daripada penghambat.
3. Faktor Sarana dan Prasarana memiliki jumlah persentase responden atlet lebih banyak pada kategori tinggi sekali. Jumlah persentase responden pelatih lebih banyak pada kategori tinggi sekali dan rendah. Sedangkan faktor Sarana dan Prasarana untuk responden atlet lebih banyak penunjang daripada penghambat, sedangkan pada pelatih juga lebih banyak faktor penunjang daripada faktor penghambat.
4. Faktor Lingkungan memiliki jumlah persentase responden atlet banyak pada kategori sedang. Jumlah persentase responden pelatih lebih banyak pada kategori tinggi. Sedangkan faktor Lingkungan untuk atlet lebih banyak faktor penunjang daripada penghambat, sedangkan pada pelatih juga lebih banyak penunjang daripada penghambat.

SARAN

Dari hasil kesimpulan di atas maka peneliti memberikan saran untuk para pelatih maupun organisasi di bidang olahraga harus memberikan dorongan untuk memberikan motivasi yang lebih untuk atlet agar dapat meningkatkan prestasi. Beberapa faktor penunjang dan penghambat prestasi sangat penting untuk diperhatikan dalam pencapaian prestasi pada PON yang akan datang.

REFRENSI

- Arikunto, Suharsimi. 2019. "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik."
- ATIKA, S. I. P., Hermanto Harun, and Ulya Fuhaidah. 2020. "EFEKTIVITAS PERDA PEMERINTAH KOTA JAMBI NOMOR 1 TAHUN 2017

DALAM MENINGKATKAN SARANA DAN PRASARANA OLAHRAGA.”

- Hadjarati, Hartono, and Arief Ibnu Haryanto. 2020. “Motivasi Untuk Hasil Pembelajaran Senam Lantai.” *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 19(2):137–45.
- Jemni, Monem. 2013. *The Science of Gymnastics*. Routledge.
- Maksum, Ali. 2009. “Buku Ajar Mata Kuliah Metodologi Penelitian Dalam Olahraga.” *Surabaya: FIK UNESA*.
- Muskanan, Karel. 2015. “Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Provinsi Nusa Tenggara Timur.” *JKAP (Jurnal Kebijakan Dan Administrasi Publik)* 19(2):105–13.
- Pelamonia, Shandy Pieter, and Bayu Akbar Harmono. 2018. “Pengaruh Pelatihan Ladder Drill 90 Degree Rotation Dan Ladder Drill Ali Shuffle Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kecepatan.” *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)* 2(1):20–29.
- Purandina, I. Putu Yoga, and I. Made Astra Wiyana. 2020. “Pendidikan Karakter Di Lingkungan Keluarga Selama Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi COVID-19.” *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3(2):270–90. doi: 10.37329/cetta.v3i2.454.
- Romadhon, Sandi Akbar, and Tri Rustiadi. 2016. “Motivasi Dan Minat Masyarakat Dalam Berolahraga Sepeda Di Kota Semarang.” *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 5(1):24–28.
- Santosa, Imam, Sugiyanto Sugiyanto, and Agus Kristiyanto. 2014. “Kebijakan Pemerintah Tentang Penyediaan Sarana Dan Prasarana Olahraga Publik Di Kabupaten Kudus (Studi Evaluasi Tentang Perencanaan, Ketersediaan, Pemanfaatan, Dan Pengelolaan Sarana Dan Prasarana Olahraga).” *Indonesian Journal of Sports Science* 1(1):218326.
- Sukadiyanto & Muluk, D. 2011. “Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik.” *Bandung: Lubuk Agung*.
- Vuillermé, N., F. Danion, L. Marin, A. Boyadjian, J. M. Prieur, I. Weise, and V. Nougier. 2001. “The Effect of Expertise in Gymnastics on Postural Control.” *Neuroscience Letters* 303(2):83–86.
- Yani, Achmad, A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, Perilaku Konsumen Edisi Revisi, and Refika Aditama. n.d. “Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta.”