



Sistem Pembinaan Atlet Angkat Besi Papua pada PON XX Tahun 2021

Virga Aristawati¹, Junalia Muhammad^{2*}, Astini Asri³

¹Universitas Cenderawasih, Kota Jayapura, Indonesia

²Ilmu Keolahragaan, Universitas Cenderawasih, Kota Jayapura, Indonesia

³Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Cenderawasih, Kota Jayapura, Indonesia

Article History | **Received:** 22 September 2023 | **Accepted:** 22 October 2023 | **Published:** 23 December 2023

Kata Kunci:

Sistem pembinaan; angkat besi; PON

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Sistem Pembinaan Atlet Angkat Besi Papua pada PON XX Tahun 2021. Sasaran penelitian yaitu pengurus, pelatih dan atlet. Teknik analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Sistem Pembinaan Atlet Angkat Besi Papua Menuju PON XX Tahun 2021 dalam pembinaan olahraga Angkat besi Papua termasuk dalam kriteria baik. Dilihat dari perencanaan program latihan yang jelas, serta evaluasi pelaksanaan program latihan; 2) Kualitas pelatih angkat besi memiliki sertifikasi pelatih; 3) Organisasi kepengurusan PABSI Papua kriteria baik meliputi perhatian pengurus kepada atlet dan manajemen kepengurusan PABSI; 4) Kualitas atlet yang di bina dalam kriteria baik, dilihat dari semangat berlatih dan usaha atlet dalam mencapai prestasi yang optimal; 5) Sarana dan prasarana PABSI Papua menurut atlet dan pelatih termasuk dalam kriteria baik dilihat dari kelengkapan dan kualitas sarana dan prasarana; 6) Dana yang dimiliki PABSI Papua untuk pelaksanaan pembinaan prestasi olahraga Angkat Besi termasuk dalam kriteria baik dilihat dari sumber pendanaan dan cara mengalokasikan dana untuk proses pembinaan.

Papuan Weightlifting Athlete Development System for XX PON 2021

Keywords:

Coaching system; weightlifting; PON

Abstract

This study aims to determine the Development System of Papuan Weightlifting Athletes at PON XX in 2021. The research targets are administrators, coaches and athletes. Qualitative descriptive analysis technique. The results showed: 1) The Papua Weightlifting Athlete Coaching System Towards PON XX Year 2021 in the coaching of Papua Weightlifting sports is included in the good criteria. Judging from the clear planning of the training programme, as well as evaluating the implementation of the training programme; 2) The quality of weightlifting coaches has coach certification; 3) PABSI Papua management organisation good criteria include management attention to athletes and PABSI management management; 4) The quality of athletes who are coached in good criteria, seen from the spirit of training and athletes' efforts in achieving optimal performance; 5) PABSI Papua facilities and infrastructure according to athletes and coaches are included in good criteria seen from the completeness and quality of facilities and infrastructure; 6) The funds owned by PABSI Papua for the implementation of weightlifting sports performance coaching are included in good criteria seen from the source of funding and how to allocate funds for the coaching process.

Corresponding author: Nama. Email: junaliamuhammad05@gmail.com

How to cite: Aristawati, V., Muhammad, J., Asri, A. (2023). Sistem Pembinaan Atlet Angkat Besi Papua pada PON XX Tahun 2021. *Jurnal Olahraga Papua*, 5(2), 80-92. <https://doi.org/10.31957/jop.v5i2.3962>

PENDAHULUAN

Pembinaan prestasi adalah usaha untuk memberi pengarahan dan bimbingan guna mencapai suatu tujuan dalam prestasi atlet yang optimal. Maka diperlukan unsur-unsur pembinaan seperti pembinaan fisik, pembinaan teknik, pembinaan taktik, pembinaan mental, keterampilan dan kematangan bertanding. Strategi pembinaan dan perencanaan rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas dan mempunyai program yang jelas, tidak terlepas dari pencapaian prestasi dengan setinggi-tingginya. Hal ini penting agar program dapat mencapai hasil yang diinginkan, yaitu kinerja yang lebih tinggi. Proses eksekusi harus tepat, mengikuti jadwal, dan memberikan instruksi yang jelas (Idrus & Syawaluddin, 2024). Banyak negara mengalami fluktuasi atau penurunan prestasi dalam olahraga angkat besi di tingkat internasional. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengevaluasi dan meningkatkan sistem pembinaan atlet (Storey & Smith, 2012). Peningkatan standar kompetisi global membutuhkan pendekatan yang lebih sistematis dan ilmiah dalam pembinaan atlet angkat besi (Fry & Newton, 2006). Banyak negara, terutama yang sedang berkembang, menghadapi keterbatasan dalam hal fasilitas latihan, peralatan modern, dan sumber daya keuangan untuk mendukung program pembinaan atlet angkat besi yang komprehensif (De Bosscher et al, 2006). Fokus yang berlebihan pada prestasi jangka pendek sering kali mengorbankan pengembangan atlet jangka panjang dan keberlanjutan program (Balyi & Hamilton, 2004). Kurangnya program pengembangan profesional yang sistematis untuk pelatih angkat besi dapat membatasi kualitas pembinaan yang diterima oleh atlet (Côté & Gilbert, 2009).

Suatu organisasi atau perkumpulan olahraga harus ada pembinaan yang nantinya dapat menghasilkan suatu prestasi yang bagus, dan diharapkan dalam pembinaan harus melihat pada setiap individu pemain atau atlet baik dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Diketahui bahwa PABSI Papua jarang mengadakan event atau pertandingan-pertandingan maka Atlet tidak memiliki jam terbang yang baik sehingga Atlet akan merasakan suatu tekanan ketika bertanding, disitulah tugas seorang pelatih untuk memberi motivasi dan peran dari pemerintah. Dalam upaya memajukan olahraga prestasi, pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat dapat mengembangkan: (a) Perkumpulan olahraga; (b) pusat penelitian dan pengembangan ilmu dan teknologi keolahragaan; (c) sentra pembinaan olahraga prestasi; (d) pendidikan dan pelatihan tenaga keolahragaan; (e) prasarana dan sarana olahraga prestasi; (f) informasi keolahragaan; dan (h) melakukan uji coba kemampuan prestasi olahragawan pada tingkat daerah, nasional, dan internasional sesuai dengan kebutuhan (UU Keolahragaan, 2022). Pembinaan perlu dilakukan karena tinju adalah salah satu olahraga tarung yang paling populer di dunia (Slimani et al, 2017).

Dalam hal ini pemerintah pusat dan pemerintah daerah memiliki peran dalam pembinaan dan pengembangan olahraga antara lain dengan melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawab. Pembinaan dan pengembangan meliputi ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, sarana dan prasarana, serta penghargaan keolahragaan. Dalam proses pembinaan olahraga nasional yang berujung pada sebuah pencapaian prestasi yang maksimal dibutuhkan seorang pelatih yang baik, dana untuk memenuhi sarana prasarana yang memadai seperti yang kita ketahui bahwa sarana dan prasarana untuk Atlet Angkat Besi Papua bisa dipenuhi semenjak adanya PON XX Papua ini sehingga pelatih harus mengejar prestasi untuk para atlet nya. maka keberadaan PABSI (Persatuan Angkat Besi Seluruh Indonesia) di Papua diharapkan untuk sedapat mungkin membina prestasi cabang Olahraga angkat besi ke arah yang lebih baik.

METODE

Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang dilaksanakan di Cabang Olahraga Angkat Besi Papua, yang berlokasi di GOR Cenderawasih Papua Jayapura, dengan melakukan wawancara dengan Bapak Ibrahim selaku pelatih dan dua orang atlet yang tergabung di PABSI Papua yang mengikuti TC PON XX TAHUN 2021. Penelitian ini menggunakan metode wawancara dan dokumentasi yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana pembinaan, pengelolaan pendanaan, serta sarana dan prasarana yang ada di PABSI Papua. Jenis Penelitian ini menampilkan hasil data apa adanya tanpa proses manipulasi atau perlakuan lain. Dimana peneliti ingin mengetahui tentang sistem pembinaan atlet angkat besi PAPUA pada PON XX Tahun 2021.

Partisipan

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, penulis mengambil sebagian dari semua populasi untuk dijadikan sampel. Sampel dalam penelitian ini adalah pengurus, pelatih dan atlet. Subjek penelitian ini meliputi 1 pelatih utama, 3 pengurus yang terdiri dari bendahara, ketua binpres, dan bidang sarana prasarana dan 2 sampel dari beberapa atlet angkat besi yang seluruhnya berjumlah 12 orang.

Instrumen

Penelitian tentang pembinaan prestasi yang dilaksanakan pada Atlet TC PON PAPUA 2021 merupakan penelitian kualitatif. Sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan yang lainnya. Sumber data utama merupakan kata-kata dan tindakan, sehingga wawancara dan pengamatan merupakan teknik pengumpulan data yang utama, dokumentasi sebagai data pendukung. Metode dokumentasi ini terutama digunakan untuk menggali data dari sumber tertulis, foto ataupun data statistik.

Prosedur

1. Pengamatan merupakan metode utama dalam penelitian kualitatif, karena sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah perilaku fisik dan perilaku verbal dari subyek penelitian. Pengalaman dengan melihat secara langsung peristiwa merupakan alat yang baik untuk melihat suatu kejadian yang sebenarnya. Observasi pengamatan merupakan teknik yang utama dalam penelitian kualitatif, sehingga sasaran dari pengamatan atau observasi ini yaitu untuk mencari data mengenai sistem pembinaan atlet angkat besi papua pada PON XX Tahun 2021.
2. Dalam wawancara ini dilakukan untuk memperoleh informasi tentang pembinaan prestasi yang mencakup pelatih, atlet, sarana dan prasarana, dana, kepengurusan PABSI Papua.
3. Dokumentasi adalah mencari data atau mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, rapat, lengger, agenda dan sebagainya (Suharsimi Arikunto, 2006:231). Dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah foto kegiatan wawancara dan kegiatan latihan atlet.

Analisis Data

Teknik analisis data merupakan aktifitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu: Redaksi Data, Penyajian Data, Penyimpulan Data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil wawancara pada saat wawancara dengan bendahara PABSI Papua, peneliti menanyakan tentang sistem pembinaan prestasi atlet angkat besi Papua pada PON XX Tahun 2021 dengan memberikan pertanyaan melalui wawancara secara langsung. Berikut ini adalah jawaban dari bendahara PABSI Papua.

Tabel 1. Hasil Wawancara Peneliti dengan Bendahara PABSI Papua

Aspek	Item Pertanyaan	Jawaban
Pelatih	1. Apakah semua pengurus PABSI telah melaksanakan tugasnya dengan baik?	Ya, telah melaksanakan tugasnya
	2. Menurut anda bagaimana kondisi kepengurusan di cabang olahraga Angkat Besi Papua saat ini?	Untuk saat ini semakin baik dari sebelumnya
	3. Apakah ada kriteria untuk menjadi seorang pelatih di cabang olahraga Angkat Besi ter-khusus nya untuk TC PON XX Papua Tahun 2021?	iya, karena pelatih harus seorang mantan atlet dan dia harus memiliki skill serta pengalaman untuk mengajarkan tehknik-tehknik kepada atlet nya untuk menjadi seorang atlet Angkat Besi, dan mampu memahami karakter atlet
	4. Apakah ada syarat-syarat untuk menjadi pengurus di PABSI Papua? Jika ada apa saja?	Ya ada, harus jujur, rajin, tekun dan menguasai sesuai bidang yang dibutuhkan
	5. Apakah pelatih yang melatih di PABSI sudah mempunyai lisensi kepelatihan?	Iya semua sudah memiliki lisensi kepelatihan
	6. Apakah para pelatih sudah melakukan tugasnya dengan baik terkait pemanduan bakat di cabang olahraga Angkat Besi Papua?	Sudah
Sarana Prasarana	1. Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana yang di tempati Atlet Angkat Besi Papua saat ini?	Sangat lengkap
	2. Menurut anda apakah tempat latihan yang selama ini digunakan mempunyai perizinan?	Kalau perizinan tidak ada, karena ini gedung KONI
	3. Bagaimana kondisi tempat latihan Angkat Besi Papua?	Sangat bagus
	4. Bagaimana jika sarana dan prasarana yang digunakan sudah tidak layak dipakai?	Kita beli lagi jika ada dana kalau tidak kita berusaha memperbaiki agar atlet bias segera latihan dengan baik
	5. Apakah setiap sarana dan prasarana yang dibutuhkan atlet selalu dapat dipenuhi oleh pengurus?	Menyesuaikan dana dari KONI, jika ada segera kita penuhi kebutuhan
Pendanaan	1. Apakah ada penghargaan dari Pengprov bagi Atlet berprestasi?	Ada
	2. Apakah sumber dana telah mencukupi	Cukup

	kebutuhan untuk PABSI Papua?	
3.	Usaha apa yang dilakukan pengprov saat mengalami kekurangan dana untuk kegiatan pembinaan maupun mengikuti kompetisi?	Mencari dana talangan
4.	Apakah ada penghargaan dana untuk memberi penghargaan bagi atlet berprestasi saat ini?	Saat ini belum ada karena dana dari KONI belum turun

Dari hasil wawancara dengan bendahara PABSI papua telah dijelaskan tentang pembinaan atlet angkat besi yang mengikuti pon XX tahun 2021 dengan sangat baik. Dari segi organisasi bendahara pabsi papua mengatakan kondisi kepengurusan di cabang olahraga angkat besi papua semakin baik dari sebelumnya. Dengan adanya pelatih yang mampu melakukan tugasnya dengan baik maka pembinaan akan semakin baik. Kemudian dari segi dukungan seperti sarana dan prasarana juga sudah lengkap, pengurus dapat mensiasati dana dari KONI untuk kebutuhan sarana prasarana sehingga atlet bisa berlatih lebih fokus untuk pon XX papua.

Tabel 2. Hasil Wawancara Peneliti dengan Bidang Sarana Prasarana PABSI Papua

Aspek	Item Pertanyaan	Jawaban
Pelatih	1. Apakah semua pengurus PABSI telah melaksanakan tugasnya dengan baik?	Kami sudah melaksanakan semuanya dengan baik mulai dari awal
	2. Menurut anda bagaimana kondisi kepengurusan di cabang olahraga Angkat Besi Papua saat ini?	Untuk pengurus angkat besi papua sementara ini sedang berjalan dan para pengurus dari angkat besi masing-masing sudah di atur strukturnya, sementara menunggu kelanjutan dari struktur ini dan akan masuk ke pelantikan kepengurusan yang baru nanti
	3. Apakah ada kriteria untuk menjadi seorang pelatih di cabang olahraga Angkat Besi ter-khusus nya untuk TC PON XX Papua Tahun 2021?	Jadi untuk kriteria seorang pelatih angkat besi dilihat dari track record nya mulai dari sejak ia menjadi atlet, karna kebanyakan kami mengambil pelatih dari yang dulunya juga seorang atlet angkat besi
	4. Apakah ada syarat-syarat untuk menjadi pengurus di PABSI Papua? Jika ada apa saja?	Yang terpenting jujur, rsjin dan dapat menguasai di bidangnya
	5. Apakah pelatih yang melatih di PABSI sudah mempunyai lisensi kepelatihan?	Jelas mereka sudah memiliki lisensi kepelatihan
	6. Apakah para pelatih sudah melakukan tugasnya dengan baik terkait pemanduan bakat di cabang olahraga Angkat Besi Papua?	Iya, sampai saat ini para pelatih kami angkat besi sudah melaksanakan tugasnya dengan baik untuk para atlet angkat besi
Sarana Prasarana	1. Bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana yang di tempati Atlet Angkat Besi Papua saat ini?	Tadinya belum baik secara maximal tetapi ini sangat luar biasa, karena dengan PON XX ini kami mendapat alat-alat yang sudah sama dengan yang dari PELATNAS
	2. Menurut anda apakah tempat latihan yang selama ini digunakan mempunyai	Sementara ini, saat PON kami menggunakan gedung yang dipakai

	perizinan?	di belakang Gor Cenderawasih masih dibawah naungan KONI Papua
	3. Bagaimana kondisi tempat latihan Angkat Besi Papua?	Baik untuk sementara ini, dan sudah terpakai semua untuk atlet angkat besi dan juga dipakai atlet angkat berat, ini sudah cukup baik
	4. Bagaimana jika sarana dan prasarana yang digunakan sudah tidak layak dipakai?	Program tetap berjalan, menunggu realisasi dari pemerintah melalui KONI
	5. Apakah setiap sarana dan prasarana yang dibutuhkan atlet selalu dapat dipenuhi oleh pengurus?	Tidak, karena menyesuaikan dana, namun sebisa mungkin akan dipenuhi
Pendanaan	1. Apakah ada penghargaan dari Pengprov bagi Atlet berprestasi?	Tentunya kami berkordinasi dengan sesame pengurus kemudian dengan ketua untuk selanjutnya dapat diberikan
	2. Apakah ada penghargaan dana untuk memberi penghargaan bagi atlet berprestasi saat ini?	Untuk sementara belum ada, tapi mungkin untuk kedepannya dapat diperhatikan lagi
	3. Apakah sumber dana telah mencukupi kebutuhan untuk PABSI Papua?	Ini sementara kita kembalikan kepada pengurus lagi terutama kepada ketua untuk kedepannya bisa di bicarakan kembali
	4. Usaha apa yang dilakukan pengprov saat mengalami kekurangan dana untuk kegiatan pembinaan maupun mengikuti kompetisi	Ini juga nanti bisa dibicarakan kepada pengurus dan ketua mungkin ada petunjuk-petunjuk atau solusi untuk kedepannya seperti apa

Dari hasil wawancara dengan bidang sarana prasarana telah dijelaskan tentang pembinaan atlet angkat besi yang mengikuti pon xx tahun 2021 dengan sangat baik. Dari segi organisasi bidang sarana prasarana mengatakan syarat-syarat untuk menjadi pengurus pabsi papua yang terpenting jujur, rajin dan dapat menguasai di bidangnya. Kemudian dari segi dukungan seperti sarana dan prasarana juga sudah lengkap, bidang saspras juga menjawab tentang bagaimana kelengkapan sarana prasarana yang ditempati atlet angkat besi papua “Tadinya belum baik secara maximal tetapi ini sangat luar biasa, karena dengan PON XX ini kami mendapat alat-alat yang sudah sama dengan yang dari PELATNAS”.

Tabel 3. Hasil Wawancara Peneliti dengan Ketua Binpres PABSI Papua

Aspek	Item Pertanyaan	Jawaban
Pelatih	1. Apakah semua pengurus PABSI telah melaksanakan tugasnya dengan baik?	Iya, sesuai dengan susunan kepengurusan masing-masing sudah menjalankan tugasnya, terutama disini yang sehari-hari hidup dengan atlet, pelatih dan bendahara yang rutin mendampingi atlet
	2. Menurut anda bagaimana kondisi kepengurusan di cabang olahraga Angkat Besi Papua saat ini?	Sudah cukup baik
	3. Apakah ada kriteria untuk menjadi seorang pelatih di cabang olahraga Angkat Besi ter-khusus nya untuk TC PON XX Papua Tahun 2021?	Ya, ada jadi bukan hanya atlet saja tapi pelatih pun juga harus ada kriteria untuk mendampingi atlet di TC PON ini dan harus aktif sehingga dapat di akomodir pengurus menjadi

		tim PON
	4. Apakah ada syarat-syarat untuk menjadi pengurus di PABSI Papua? Jika ada apa saja?	Ya, sudah pasti. Lisensi nasional, jadi di samping lisensi kita juga sudah teruji dalam kepelatihan
	5. Sejak kapan anda melatih di PABSI Papua?	Cukup lama, sekitar 20 sampai 30 tahun
	6. Apakah program latihan yang anda susun sudah sesuai dengan kebutuhan para atlet?	ya, sebagaimana seluruh cabor-cabor, pelatih harus menyusun sesuai dengan kebutuhan dari atlet-atlet karena mereka satu dan lain tidak sama, dan jika atlet tidak latihan lebih dari dua hari maka tubuh akan bereaksi berbeda terhadap apa yang dilewatkan karena massa otot akan menurun serta kehilangan kekuatan, kecepatan, dan kelincahan.
	7. Apakah pencapaian tertinggi atlet angkat besi selama anda melatih	Jadi untuk angkat besi secara nasional ada beberapa atlet yang sudah mewakili papua di PON-PON sebelumnya
	8. Apakah pembinaan prestasi yang anda berikan kepada atlet sudah cukup baik	Cukup, pembinaan disesuaikan dengan kondisi yang ada
	9. Bagaimana cara anda menanggapi jika program yang telah dibuat tidak sesuai dengan harapan	Diadakan evaluasi program secara menyeluruh tehnik maaupun non tehnik
	10. Berapa kali dalam seminggu atlet berlatih dan berapa lama waktu latihan yang diberikan	Latihan rutin dilakukan 5 hari dalam seminggu setiap hari Senin, Selasa, Rabu, Jumat, Sabtu, dan Kamis atau Minggu atlet diberikan latihan fisik. Waktu latihan sekitar dua sampai 3 jam dengan pengawasan yang baik
	11. Apakah prestasi atlet sudah memenuhi target saat bertanding	Kalau memenuhi target yah dapat dikatakan belum, dikarenakan ada atlet yang sudah kami targetkan harus mendapat emas tapi saat bertanding hasilnya perak atau perunggu, bisa dikarenakan juga jam terbang atlet untuk ikut pertandingan-pertandingan sangat sedikit sehingga kendala-kendala kecil saat bertanding menjadi salah satu alasan atlet tidak memenuhi target, karena pembinaan di PABSI baru bagus saat PON Papua ini sehingga prestasinya harus cepat dikejar, tetapi mereka sudah berikan yang terbaik selama latihan dan bertanding. Semoga untuk kedepannya pembinaan semakin di tingkatkan lagi.
Sarana Prasarana	1. Apakah sarana dan prasarana yang ditempati atlet angkat besi Papua sudah sesuai standar?	ya, kalau standar kebetulan baru dipenuhi pada PON Papua ini yang sebelum-sebelumnya memang agak jauh dari pembinaan
	2. Apakah tempat latihan yang selama ini digunakan dapat menunjang prestasi para Atlet?	ya, akan menunjang atlet dan ini pun bukan hanya atlet tapi dari pengurus terutama pelatih menjadi motivasi

		untuk melatih mencapai bibit-bibit baru
	3. Apakah sarana dan prasarana yang dibutuhkan PABSI Papua selalu dapat dipenuhi sesuai program yang telah dibuat?	Iya
Pendanaan	1. Apakah sumber dana telah mencukupi untuk kebutuhan PABSI Papua terutama di PON XX Tahun 2021?	Kalau dikatakan cukup, ya cukup tapi secara kebutuhan sering kurang jadi pelatih dapat mensiasati dalam TC PON ini sehingga bagaimana untuk bisa mencapai hasil yang maksimal
	2. Apakah ada anggaran dana untuk memberi penghargaan bagi atlet berprestasi di PABSI Papua?	Tidak ada

Dari hasil wawancara dengan pelatih telah dijelaskan tentang pembinaan atlet angkat besi yang mengikuti pon xx tahun 2021 dengan sangat baik. Dari segi organisasi pelatih menjawab tentang Apakah semua pengurus PABSI telah melaksanakan tugasnya dengan baik? “Iya, sesuai dengan susunan kepengurusan masing-masing sudah menjalankan tugasny, terutama disini yang sehari-hari hidup dengan atlet, yaitu pelatih dan bendahara yang rutin mendampingi atlet” walaupun begitu pelatih mengatakan bahwa kondisi kepengurusan pabsi sudah cukup baik dikarenakan PON Papua ini. Lalu peneliti menanyakan tentang Apakah prestasi atlet sudah memenuhi target saat bertanding? “Kalau memenuhi target yah dapat dikatakan belum, dikarenakan ada atlet yang sudah kami targetkan harus mendapat emas tapi saat bertanding hasilnya perak atau perunggu, bisa dikarenakan juga jam terbang atlet untuk ikut pertandingan-pertandingan sangat sedikit sehingga kendala-kendala kecil saat bertanding menjadi salah satu alasan atlet tidak memenuhi target, karena pembinaan di PABSI baru bagus saat PON Papua ini sehingga prestasi nya harus cepat dikejar, tetapi mereka sudah berikan yang terbaik selama latihan dan bertanding. Semoga untuk kedepannya pembinaan semakin di tingkatkan lagi.”. Pelatih juga sudah memiliki lisensi kepelatihan. Kemudian dari segi dukungan seperti sarana dan prasarana juga pelatih menjawab pertanyaan tentang Apakah sarana dan prasarana yang ditempati atlet angkat besi papua sudah sesuai standar? “ya, kalau standar kebetulan baru dipenuhi pada PON Papua ini yang sebelum-sebelum nya memang agak jauh dari pembinaan”

Tabel 4. Hasil Wawancara Peneliti dengan Atlet 1 PABSI Papua

Aspek	Item Pertanyaan	Jawaban
Pelatih	1. Apakah pemgurus selalu hadir disaat latihan atau kejuaraan?	Yang saya lihat, jarang kelihatan pengurusnya
	2. Apakah anda senang bisa terpilih untuk mengikuti TC PON XX Papua Tahun 2021?	saya sangat senang, karena bisa terpilih menjadi atlet angkat besi di PON Papua, suasana latihan juga sangat kondusif terutama senior maupun yang junior saling membantu ketika latihan.
	3. Apakah menurut anda pengurus sudah melakukan tugasnya dengan baik?	Selama ini yang saya lihat sudah cukup baik
	4. Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan laatihan dari masing-masing atlet?	ya, saya rasa pelatih sudah mengetahui karakter saya selama latihan, kami di bombing dan di beri pengawasan oleh pelatih dengan

		sangat baik
	5. Apakah anda merasa berat dengan program latihan yang diberikan?	Rasa berat disaat menjelang minggu berat untuk test angkatan
	6. Apakah sebelum atau sesudah latihan diberikan evaluasi oleh pelatih?	Pasti ada, pelatih memberikan evaluasi program latihan
	7. Apakah ada kegiatan diluar latihan misalnya rekreasi atau kegiatan lainnya	Iya ada, seperti dua bulan sekali kami rekreasi
	8. Apakah pembinaan prestasi atlet angkat besi papua selama anda mengikuti TC PON XX sudah cukup baik?	Ya sudah cukup baik
	9. Apakah pelatih disini sudah bersertifikat?	Sudah
	10. Berapa lama waktu latihan yang diberikan oleh pelatih?	Dua sampai tiga jam
Sarana Prasarana	1. Apakah tempat latihan yang selama ini digunakan dapat menunjang prestasi atlet?	dengan adanya PON Papua Tahun 2021 saya sangat senang dan bersyukur dengan peralatan yang sangat cukup dan dapat meningkatkan prestasi untuk kami para atlet
	2. Apakah sarana dan prasarana yang ditempati atlet angkat besi papua sesuai standar?	Sudah sesuai dengan standar internasional
	3. Apakah sarana dan prasarana yang di butuhkan PABSI Papua selalu dapat dipenuhi sesuai program yang telah dibuat?	Iya
Pendanaan	1. Apakah menurut anda pengurus sudah baik dalam mengelola dana untuk kebutuhan di angkat besi papua?	Yang saya lihat sudah cukup baik
	2. Apakah anda tau darimana saja sumber dana pembinaan prestasi di PABSI Papua?	Saya sebenarnya kurang paham soal pendanaan itu urusan pelatih dan pengurus

Dari hasil wawancara dengan atlet telah dijelaskan tentang pembinaan atlet angkat besi yang mengikuti pon xx tahun 2021 dengan sangat baik. Atlet mengatakan “saya sangat senang, karena bisa terpilih menjadi atlet angkat besi di PON Papua, suasana latihan juga sangat kondusif terutama senior maupun yang junior saling membantu ketika latihan”. Kemudian pertanyaan wawancara untuk atlet tentang Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet? Dan atlet menjawab “ya, saya rasa pelatih sudah mengetahui karakter saya selama latihan, kami di bimbing dan di beri pengawasan oleh pelatih dengan sangat baik”. Atlet mendapatkan dukungan penuh dari segala sisi agar atlet bisa mendapatkan motivasi untuk mengejar prestasi.

Tabel 5. Hasil Wawancara Peneliti dengan Atlet 2 PABSI Papua

Aspek	Item Pertanyaan	Jawaban
Pelatih	1. Apakah pemgurus selalu hadir disaat latihan atau kejuaraan?	Jarang hadir, dan hanya beberapa pengurus saja seperti bendahara
	2. Apakah anda senang bisa terpilih untuk mengikuti TC PON XX Papua Tahun	Ya sangat senang

	2021?	
	3. Apakah menurut anda pengurus sudah melakukan tugasnya dengan baik?	Iya sudah cukup baik selama adanya PON XX Papua ini
	4. Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?	Ya saya rasa pelatih sudah tau karakter kami masing-masing, dan pelatih membentuk karakter kami menjadi lebih baik lagi seperti harus disiplin waktu, dan jujur saat menjalankan program latihan, kami diberikan program latihan yang sama walaupun berbeda kelas, tetapi kapasitas beban yang diberikan pelatih jelas berbeda juga.
	5. Apakah anda merasa berat dengan program latihan yang diberikan?	kalaupun merasa berat itu sudah pasti karena kami mengejar target atau rekor angkatan, dan pelatih sudah membuat program saat menjelang test angkatan
	6. Apakah sebelum atau sesudah latihan diberikan evaluasi oleh pelatih?	Iya selalu
	7. Apakah ada kegiatan diluar latihan misalnya rekreasi atau kegiatan lainnya	iya ada, kami rekreasi sekitar satu atau dua bulan sekali
	8. Apakah pembinaan prestasi atlet angkat besi papua selama anda mengikuti TC PON XX sudah cukup baik?	iya sudah cukup baik
	9. Apakah pelatih disini sudah bersertifikat?	Tentu sudah
	10. Berapa lama waktu latihan yang diberikan oleh pelatih?	Waktu latihan yang pelatih berikan dua sampai tiga jam
Sarana Prasarana	1. Apakah tempat latihan yang selama ini digunakan dapat menunjang prestasi atlet?	ya, karena seperti yang sebelumnya saya katakan bahwa semenjak adanya PON XX Papua ini kami atlet angkat besi telah diperhatikan dari tempat latihan sampai alat-alat nya sehingga dapat meningkatkan prestasi untuk kami para atlet, walaupun dapat dikatakan terlambat karena pembinaan di PABSI Papua baru bagus ketika adanya PON XX Papua
	2. Apakah sarana dan prasarana yang ditempati atlet angkat besi papua sesuai standar?	iya sudah sesuai standar
	3. Apakah sarana dan prasarana yang di butuhkan PABSI Papua selalu dapat dipenuhi sesuai program yang telah dibuat?	Ya, saya rasa pengurus dapat memenuhi sarana dan prasarana untuk kami atlet angkat besi walaupun agak terlambat karena dipenuhi ketika ada event besar seperti PON ini, sehingga kami harus mengejar prestasi maksimal.
Pendanaan	1. Apakah menurut anda pengurus sudah baik dalam mengelola dana untuk kebutuhan di angkat besi papua?	iya, yang saya lihat sudah baik
	2. Apakah anda tau darimana saja sumber	Saya kurang paham, itu urusan

dana pembinaan prestasi di PABSI Papua?

pengurus karena mereka lebih paham

Dari hasil wawancara dengan atlet telah dijelaskan tentang pembinaan atlet angkat besi yang mengikuti pon xx tahun 2021 dengan sangat baik. Atlet merasa bahwa mereka telah dibina dengan baik oleh pelatih. Melalui pertanyaan wawancara tentang Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet “ya saya rasa pelatih sudah tau karakter kami masing-masing, dan pelatih membentuk karakter kami menjadi lebih baik lagi seperti harus disiplin waktu, dan jujur saat menjalankan program latihan, kami diberikan program latihan yang sama walaupun berbeda kelas, tetapi kapasitas beban yang diberikan pelatih jelas berbeda juga”. Adapun sarana dan prasarana yang peneliti dengar saat wawancara pada atlet bahwa atlet merasa kecewa karena mereka baru di fasilitasi sarana dan prasarana yang bagus ketika tc pon papua sehingga mereka harus mengejar prestasinya. Jawab atlet “ya, karena seperti yang sebelumnya saya katakan bahwa semenjak adanya PON XX Papua ini kami atlet angkat besi telah diperhatikan dari tempat latihan sampai alat-alatnya sehingga dapat meningkatkan prestasi untuk kami para atlet, walaupun dapat dikatakan terlambat karena pembinaan di PABSI Papua baru bagus ketika adanya PON XX Papua”. Di samping itu Atlet mendapatkan dukungan penuh dari segala sisi agar atlet bisa mendapatkan motivasi untuk mengejar prestasi.

Pembahasan

Pembinaan prestasi olahraga diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan atlet sehingga dengan pembinaan yang baik akan membantu atlet menjadi atlet yang profesional, berprestasi dan membawa nama daerah. Pembinaan dapat berjalan dengan lancar tidak lepas dari adanya pelatih yang profesional dalam bidangnya. Berdasarkan hasil wawancara pembinaan prestasi Atlet Angkat Besi Papua menuju PON XX Tahun 2021 baik dari sudut pandang pengurus, pelatih dan atlet masuk dalam kategori “baik”.

Dari hasil penelitian, pelatih yang diberi tanggung jawab untuk melatih atlet Angkat Besi Papua adalah pelatih yang telah memiliki kemampuan yang baik dalam cabang olahraga itu dan memiliki sertifikat/lisensi melatih. Dengan adanya pelatih yang berlisensi dan berpengalaman inilah pembinaan prestasi olahraga Angkat Besi Papua untuk mengikuti event besar seperti PON XX dapat berjalan dengan baik. Dalam mencapai prestasi yang maksimal perlu adanya sarana dan prasarana, maka pengurus PABSI Papua berusaha memenuhi hal-hal yang diperlukan dalam proses pembinaan olahraga. Penting bagi para pelatih untuk secara khusus merancang strategi pelatihan yang lebih baik untuk meningkatkan dampak pukulan (Loturco et al, 2016).

Dari hasil wawancara pengurus mengatakan sarana dan prasarana yang digunakan atlet sudah sesuai standar internasional. Dengan adanya sarana dan prasarana yang lengkap dan berstandar maka atlet bias menjalani latihan dengan baik tanpa terkendala kekurangan sarana dan prasarana. Pemenuhan kebutuhan tersebut mutlak harus dipenuhi untuk mendukung ketercapaian prestasi. Dalam meningkatkan prestasi yang maksimal perlu dukungan dana untuk menunjang kegiatan yang dilaksanakan. Adapun dana yang diperoleh dalam upaya pembinaan yang dilakukan PABSI Papua berasal dari KONI. Sarana dan prasarana penunjang sangat penting dalam olahraga tinju untuk keselamatan atlet, peningkatan performa, kualitas latihan, dan penyelenggaraan pertandingan yang baik (Harsono, 2015). Beberapa sarana dan prasarana penting meliputi ring tinju, sarung tinju dan pelindung kepala, fasilitas latihan (samsak, speed ball, dll), dan ruang latihan yang memadai (Tangkudung, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara dari pengurus diketahui pembinaan di olahraga Angkat Besi Papua sudah cukup baik. Pengurus telah melaksanakan tugasnya, Sarana dan Prasarana

juga di perhatikan oleh pengurus jika sudah tidak layak dipakai pengurus akan mengusahakan untuk membeli dan jika tidak ada dana pengurus akan berusaha memperbaiki. Akan tetapi pembinaan dikatakan cukup terlambat dikarenakan saat Papua di pilih menjadi tuan rumah PON XX pembinaan baru bisa dikatakan baik dari sebelumnya.

Berdasarkan hasil wawancara dari pelatih diketahui pembinaan di olahraga Angkat Besi sudah cukup baik. Pelatih memberikan program latihan sesuai kapasitasnya dan jika program latihan yang dibuat tidak sesuai harapan pelatih melakukan evaluasi program secara menyeluruh. Hasil wawancara selanjutnya yang dinyatakan oleh Pelatih bahwa yang sehari-hari hidup dengan Atlet ialah Pelatih serta Bendahara PABSI walaupun begitu tetapi kepengurusan di PABSI Papua sudah cukup baik dan mampu melaksanakan pembinaan dengan baik, Selain itu menurut pernyataan pelatih pembinaan selama ini juga telah didukung oleh kelengkapan sarana dan prasarana yang memadai. Pelatih juga berharap kedepannya agar pembinaan yang baik tidak berhenti disitu saja tetapi seterusnya juga akan semakin baik, agar pelatih bisa membina atlet nya dengan baik sehingga target-target yang sudah di buat bisa sesuai hasil, karena saat PON XX pelatih kecewa dikarenakan pembinaan yang bisa dikatakan terlambat sehingga atlet yang sudah di target emas tidak sesuai dengan target yang telah di tetapkan.

Berdasarkan hasil wawancara atlet, diketahui atlet menyatakan bahwa pembinaan prestasi pada Cabang Olahraga Angkat Besi sudah baik, atlet melakukan latihan dengan rutin dan disiplin. Semua atlet mendapatkan pembinaan dengan sama, mereka dengan pelatihan dan pembinaan yang baik tersebut maka akan dapat meningkatkan prestasi dan keterampilan olahraga dalam olahraga Angkat Besi. Para pelatih dan pelatih kebugaran dianjurkan untuk menyesuaikan latihan mereka sesuai dengan karakteristik khusus ini, khususnya dalam hal usia, tingkat peserta, kategori berat badan, dan jenis pertandingan (Slimani et al, 2017).

Selain itu atlet menyatakan bahwa pelatih mampu melaksanakan pembinaan dengan baik dan disiplin. Kedisiplinan pelatih di tunjukan dengan datang tepat waktu. Pelatih selama ini cukup mampu membawa prestasi bagi Atlet, ditambah lagi pelatih mampu memotivasi atlet dengan baik, sehingga mereka juga mempunyai jiwa yang kuat, siap menerima kekalahan dalam sebuah pertandingan. Latihan sangat penting bagi atlet tinju karena beberapa alasan utama yaitu Meningkatkan kebugaran fisik, Mengembangkan teknik dan keterampilan, Membangun kekuatan mental, Mencegah cedera, dan Meningkatkan performa kompetitif (Chaabene et al, 2015).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Sistem Pembinaan atlet angkat besi papua menuju PON XX tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa:

1. Sistem pelatihan pada pembinaan PABSI Papua sudah mulai baik, pembinaan diarahkan pada proses latihan yang sesuai dengan kebutuhan peningkatan prestasi atlet.
2. Program latihan yang diberikan dalam pembinaan olahraga Angkat besi papua termasuk dalam kriteria baik. Dilihat dari perencanaan program latihan yang jelas, serta evaluasi pelaksanaan program latihan.
3. Kualitas pelatih Angkat Besi Papua sudah baik, karena pelatih sudah memiliki sertifikasi kepelatihan, serta pengetahuan mereka dalam membina pembinaan Angkat Besi juga sangat baik.
4. Organisasi kepengurusan PABSI Papua termasuk dalam kriteria baik dilihat dari perhatian pengurus kepada atletnya, dan manajemen kepengurusan PABSI itu sendiri.
5. Kualitas atlet yang di bina PABSI Papua termasuk dalam kriteria baik, dilihat dari semangat berlatih dan usaha atlet dalam mencapai prestasi yang optimal.

6. Sarana dan prasarana yang dimiliki PABSI Papua menurut atlet termasuk dalam kriteria baik dilihat dari kelengkapan dan kualitas sarana dan prasarana yang ada. Menurut para pelatih sarana dan prasarana yang dimiliki cabor Angkat Besi sudah termasuk dalam kriteria baik semenjak adanya PON XX Papua 2021 ini dilihat dari kelengkapan dan kualitasnya, maupun model pengadaan sarana dan prasarana.
7. Pendanaan yang dimiliki PABSI Papua untuk pelaksanaan pembinaan prestasi olahraga Angkat Besi termasuk dalam kriteria baik. dilihat dari sumber pendanaan dan cara mengalokasi dana untuk proses pembinaan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pengurus PABSI Papua, Pelatih, dan atlet yang telah meluangkan waktunya dan memberikan informasi, sehingga penelitian ini berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Balyi, I., & Hamilton, A. (2004). Long-term athlete development: Trainability in childhood and adolescence. *Olympic Coach*, 16(1), 4-9. Diakses dari <https://www.annp.pt/sites/default/files/legacy/website2010/repository/124ea54b.pdf>
- Chaabene, H., et al. (2015). Physical and physiological profile of elite boxing athletes. *Sports Medicine*, 45(3), 337-352. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25358529/>
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307-323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>.
- De Bosscher, V., De Knop, P., Van Bottenburg, M., & Shibli, S. (2006). A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success. *European Sport Management Quarterly*, 6(2), 185-215. Diakses dari <https://www.researchgate.net/publication/46681518>.
- Fry, A. C., & Newton, R. U. (2006). A brief history of strength training and basic principles and concepts. *Strength and Conditioning for Sport: Science, Practice and Application*, 1-22. : <https://www.researchgate.net/publication/292244824>.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Loturco, I., Nakamura, F. Y., Artioli, G. G., Kobal, R., Kitamura, K., Cal Abad, C. C., ... & Franchini, E. (2016). Strength and power qualities are highly associated with punching impact in elite amateur boxers. *Journal of strength and conditioning research*, 30(1), 109-116. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26110348/>.
- Slimani, M, Chaabène, H, Davis, P, Franchini, E, Cheour, F, and Chamari, K. Performance aspects and physiological responses in male amateur boxing competitions: a brief review. *J Strength Cond Res* 31(4): 1132-1141. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28081033/>
- Storey, A., & Smith, H. K. (2012). Unique aspects of competitive weightlifting: Performance, training and physiology. *Sports Medicine*, 42(9), 769-790.
- Tangkudung, J. (2012). *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- UU Keolahragaan. (2022). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan*. Jakarta: Perpres.