

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Sepakbola

Sepakbola adalah salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia bahkan dunia. Dalam pertandingan olahraga ini dimainkan dilapangan oleh dua kelompok berlawanan, yang masing-masing berjuang untuk memasukkan bola ke gawang kelompok lawan. Masing-masing kelompok beranggotakan sebelas pemain, kelompok tersebut dinamakan kesebelasan.

Menurut Scheuneman (2008 : 10), dalam permainan yang sesungguhnya, sepakbola dilakukan oleh dua kesebelasan, masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain termasuk penjaga gawang. Pemain cadangan untuk setiap regunya adalah tujuh orang pemain. Lama permainan adalah 2 x 45 menit, dengan lama istirahat 15 menit. Keterampilan bermain sepakbola adalah kemampuan pemain melakukan teknik dalam permainan dengan baik dan benar, baik teknik tanpa bola maupun dengan menggunakan bola.

Keterampilan bermain sepakbola merupakan keahlian seseorang yang mencerminkan kemampuannya dalam mengolah dan memainkan bola dalam suatu permainan sepakbola. Ada banyak keterampilan dalam bermain sepakbola yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepakbola, namun ada beberapa teknik bermain sepakbola yang harus benar-benar dikuasai

terutama sejak usia dini. Keterampilan teknik ini antara lain ketrampilan menggiring bola (*Dribbling*), mengoper bola (*Passing*), menghentikan bola (*Controlling*), menyundul bola (*Heading*), dan menembak bola (*Shooting*).

B. Prestasi

Menurut Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2003, bahwa “prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga”. Karena itu olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan, bahkan Harsono (1988 : 98) mengemukakan bahwa, “prestasi olahraga yang dibayangkan orang sukar atau mustahil akan dapat dicapai, kini menjadi hal yang lumrah, dan jumlah atlet yang mampu untuk mencapai prestasi demikian kini semakin banyak”.

Usaha mencapai prestasi merupakan usaha yang multikomplek yang melibatkan banyak faktor baik internal maupun 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 (Irianto, 2002 : 8). Dalam upaya meningkatkan prestasi yang telah ditargetkan diperlukan usaha untuk mewujudkan rencana tersebut dengan program pembinaan atlet secara benar dan tepat. Melalui pedoman – pedoman yang berlaku, sehingga apa yang telah diprogramkan dapat berhasil sesuai tujuan dan mendapat prestasi yang

membanggakan. Dalam upaya peningkatan prestasi olahraga diperlukan adanya upaya penggalangan dan peningkatan berbagai potensi yang ada seperti : SDM, sarana prasarana dan seluruh potensi yang ada lainnya.

Prestasi yang tinggi tidak tergantung pada penguasaan teknik dan taktik saja, tetapi peranan kemantapan jiwa dalam latihan dan pertandingan ternyata ikut menentukan. Harsono (1988 : 22) mengatakan bahwa, “.....olahraga bukan hanya merupakan masalah fisik saja, yaitu berhubungan dengan gerakan-gerakan anggota tubuh, otot, tulang dan sebagainya”. Prestasi maksimal dapat dicapai oleh seorang atlet yang benar-benar telah siap untuk berkompetisi dengan segala kemampuannya, kesiapan yang dimaksud adalah kesiapan fisik dan psikologis atlet yang bersangkutan.

Jadi keberhasilan prestasi akan tercapai bila didukung dengan program latihan yang terencana, berjenjang dan berkelanjutan serta didukung pula dengan penggunaan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sesuai dengan bidang dan cabang olahraganya.

C. Pembinaan

Pembinaan adalah usaha-usaha yang dilakukan secara sadar, berencana, teratur dan terarah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan subyek didik dengan pengarahan, bimbingan, pengawasan (aktivitas) stimulasi dan pengawasan untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Hidayat, 1978 : 26). Olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih prestasi yang tertinggi (terbaik) oleh

individu (Hermawan, 2012 : 1). Berdasarkan penjelasan-penjelasan yang dikemukakan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan pembinaan prestasi adalah kegiatan atau program untuk mengembangkan kepribadian mahasiswa dan menambah kegiatan mahasiswa. Kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan mutu pembinaan dan kegemaran mahasiswa dalam bidang olahraga ini diharapkan dapat mengembangkan kemampuan berorganisasi, kepemimpinan, meningkatkan kesehatan jiwa dan kesegaran jasmani, menanamkan jiwa sportif, kedisiplinan dan pencapaian prestasi diperhatikan. Pembinaan prestasi (promosi dan identifikasi bakat), secara berlanjut dan berkesinambungan dengan memperhatikan prinsip-prinsip latihan yaitu, beban latihan, individual, reversibility, variasi, dan beban bertambah (Harsono, 1988). Dalam hubungan olahraga, kebijakan dan politik, sebuah analisis, Lutan (2003 : 179) mengatakan bahwa “pembinaan usia dini dan yunior melalui penjenjangan usia perlu digiatkan berdasarkan kaidah pelatihan ilmiah dan dukungan iptek olahraga tepat guna, disesuaikan dengan kondisi ekonomi di Indonesia. Club dan lembaga olahraga didirikan bukan untuk waktu yang terbatas, tetapi diharapkan tetap eksis sebagai bagian yang tidak terpisahkan pada visi dan misinya club atau lembaga olahraga itu terbentuk.

D. Minat

Minat merupakan suatu sifat yang relatif menetap pada diri seseorang. Minat ini besar sekali pengaruhnya terhadap belajar, sebab dengan minat seseorang akan melakukan sesuatu yang diminatinya. Misalnya seorang mahasiswa

menaruh minat terhadap bidang olahraga, maka mahasiswa tersebut akan berusaha untuk mengetahui lebih banyak tentang olahraga. Dengan digunakannya sebagai pedoman, maka pandangan dan pengembangan program akan sesuai dengan ketepatan masa belajar, urutan, kecepatan dan ragam kegiatan yang akhirnya akan mendapatkan hasil yang diinginkannya. Minat tidak dibawa sejak lahir, melainkan diperoleh kemudian. Minat terhadap sesuatu dipelajari dan mempengaruhi belajar selanjutnya serta mempengaruhi penerimaan minat-minat baru. Jadi minat terhadap sesuatu merupakan hasil belajar dan menyokong belajar selanjutnya. Walaupun minat terhadap sesuatu hal tidak merupakan hal yang hakiki untuk dapat mempelajari hal tersebut.

Asumsi umum menyatakan bahwa minat akan membantu seseorang mempelajarinya. Dorongan-dorongan yang ada pada diri anak, menggambarkan perlunya perlakuan yang luas sehingga ciri-ciri dan minat anak tergambar lebih terinci dan faktual, sesuai dengan usia dan kedewasaan mereka. Dengan demikian ciri-ciri dan minat anak akan menjadi pedoman penyelenggaraan program pendidikan jasmani dan arahnya dapat dikategorikan kedalam domain hasil belajar yaitu : psikomotor, afektif, kognitif dan domain yang lainnya. Dengan begitu kondisi belajar mengajar yang efektif adalah adanya minat dan perhatian mahasiswa dalam belajar. Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong orang untuk melakukan apa yang mereka inginkan bila mereka bebas memilih, (Sukardi, 1989 : 90). Sedangkan Menurut Slameto (2003 : 180) “minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa keterikatan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang

menyuruh “. Minat mengarahkan individu terhadap suatu obyek atas dasar rasa senang atau rasa tidak senang. Perasaan senang atau tidak senang merupakan dasar suatu minat. Minat seseorang dapat diketahui dari pernyataan senang atau tidak senang terhadap suatu obyek tertentu (Sukardi, 1989 : 83). Minat terbentuk berdasarkan adanya unsur-unsur rasa tertarik, perhatian, harapan, bakat, kesadaran individu, pengalaman, kepribadian, lingkungan, aktivitas, alat/fasilitas dan perasaan senang yang membuat individu ada kecenderungan untuk berhubungan lebih aktif lagi terhadap objek yang menjadi pusat perhatiannya.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa minat adalah suatu keadaan psikis dimana seseorang menaruh perhatian pada sesuatu dan disertai keinginan untuk mengetahui, memiliki, mempelajari, dan membuktikannya. Minat dibentuk setelah diperoleh informasi tentang objek dengan didasari atas kemauan, melibatkan perasaan, dan diiringi rasa senang yang terarah pada suatu objek atau kegiatan tertentu.

E. Bentuk- Bentuk Minat

Bentuk-bentuk minat dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu :

1. Minat Primitif

Minat primitif disebut juga minat yang bersifat biologis, seperti kebutuhan makan, bebas bergaul dan sebagainya. Jadi pada jenis minat ini meliputi kesadaran tentang kebutuhan yang langsung dapat memuaskan dorongan untuk mempertahankan organisme.

2. Minat Kultural

Minat kultural disebut juga minat sosial yaitu berasal atau diperoleh dari proses belajar. Jadi kultural lebih tinggi nilainya dari pada minat primitif.

F. Macam-Macam Minat

Menurut Sukardi (1989) mengemukakan bahwa ada 3 cara yang dapat digunakan untuk menentukan minat antara lain :

1). Minat yang diekspresikan (*Expressed Interest*) : Seseorang dapat mengungkapkan minat atau pilihannya dengan kata-kata tertentu. Misalnya seseorang mungkin mengatakan bahwa dirinya tertarik dalam mengumpulkan barang unik, 2) minat yang diwujudkan (*Manifest Interest*) : Seseorang dapat mengungkapkan minat bukan melalui kata-kata melainkan dengan tindakan atau perbuatan yaitu ikut serta berperan aktif dalam suatu kegiatan. Misalnya kegiatan pramuka, tari, dan sebagainya yang menarik minatnya, 3) minat yang diinvestarisasikan (*Inventord Interest*) : Seseorang menilai minatnya agar dapat diukur dengan menjawab terhadap sejumlah pertanyaan tertentu atau urutan pilihannya untuk kelompok aktivitas tertentu. Pertanyaan-pertanyaan untuk mengukur minat disusun dengan menggunakan angket.

G. Kondisi yang Mempengaruhi Minat

Ada tiga kondisi yang mempengaruhi minat seseorang, yaitu :

1. Status Ekonomi

Apabila status ekonomi membaik, orang cenderung memperluas minat mereka untuk mencakup hal yang semula belum mampu mereka

laksanakan. Sebaliknya kalau status ekonomi mengalami kemunduran karena tanggung jawab keluarga atau usaha yang kurang maju, maka orang cenderung untuk mempersempit minat mereka.

2. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin besar pula kegiatan yang bersifat intelek yang dilakukan

3. Tempat Tinggal

Dimana orang tinggal banyak dipengaruhi oleh keinginan yang biasa mereka penuhi pada kehidupan sebelumnya masih dapat dilakukan.

H. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Minat

Menurut Crow (1973 : 46) minat terhadap suatu obyek atau aktivitas ditimbulkan oleh beberapa faktor yaitu :

1. *The Factor Of Inner Urges* (Faktor Dorongan Dari Dalam)
Minat timbul karena pengaruh dari dalam untuk memenuhi semua kebutuhan, baik kebutuhan jasmani maupun rohani.
2. *The Factor Of Social Motives* (Faktor Motif Dalam Lingkungan Sosial)
Minat timbul karena pengaruh kebutuhan dalam masyarakat sekitar dilingkungan hidupnya bersama-sama orang lain.
3. *The Factor Of Emotional* (Faktor Emosi)
Minat timbul karena pengaruh emosi dari orang yang bersangkutan, artinya seseorang yang melaksanakan dengan perasaan yang senang, maka akan membuahkan hasil yang memuaskan dan sekaligus memperbesar minatnya terhadap suatu kegiatan tersebut.

I. Motivasi

Motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif dan reaksi untuk mencapai tujuan, (McDonald dalam Hermawan, 2012). Menurut Harsono (1988 : 36),

mengemukakan bahwa, "...olahraga bukan hanya merupakan masalah fisik saja, yaitu yang berhubungan dengan gerakan-gerakan anggota tubuh, otot, tulang dan sebagainya". Sedangkan menurut Soehardi (2003 : 53) bahwa motivasi adalah dorongan dari dalam diri yang tercermin dalam perilaku. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, motivasi adalah dorongan dari dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif dan reaksi untuk melakukan perbuatan sehingga tercapai suatu tujuan.

J. Motivasi Berprestasi (*Need Achievement*)

Robbins (2001: 155) mendefinisikan motivasi sebagai "*The process that account for an individual's intensity direction and presistence of effort toward attaining a goal*". Hal ini dipertegas oleh Suryana (dalam Hermawan, 2001 : 53) yang mengungkapkan bahwa motivasi adalah proses sangat penting untuk mengerti mengenai mengapa dan bagaimana perilaku seseorang dalam bekerja atau dalam melakukan suatu tugas tertentu. Motivasi merupakan hal terpenting dalam proses belajar karena motivasi bukan hanya sebagai penggerak tingkah laku, tetapi juga mengarahkan dan memperkuat tingkah laku dalam belajar. Tinggi rendahnya motivasi dalam belajar terkait dengan motivasi berprestasi yang dimilikinya. Motivasi berprestasi mempunyai peran yang sangat penting di dalam keberhasilan kegiatan akademik, sebab motivasi berprestasi akan mendorong mahasiswa untuk melakukan semua kegiatan akademik maupun olahraga dengan penuh semangat. Menurut McClelland (1987 : 64) bahwa tingkat usaha seseorang untuk sukses dihubungkan dengan keberhasilan yang tinggi untuk berprestasi. Oleh sebab itu motivasi

berprestasi harus menjadi perhatian yang serius dalam rangka mengembangkan peran mahasiswa sebagai modal dasar kemajuan bangsa. Fernald dan Fernald (dalam Hermawan, 2012 : 21) mengatakan bahwa tumbuh kembangnya motivasi berprestasi salah satunya dipengaruhi oleh konsep diri. Harter (dalam Hermawan, 2012 : 57) menyebutkan bahwa mahasiswa yang percaya akan kemampuan diri sendiri memiliki motivasi berprestasi tinggi yang akan mempengaruhi penampilan belajar mereka.

Muchlas dalam Hermawan, (2012 : 23) mengemukakan pendapatnya tentang kesiapan fisik dan psikologis atlet dalam mencapai prestasi maksimal, sebagai berikut, “Prestasi olahraga itu tidak hanya bergantung kepada keterampilan teknik olahraga dan kesehatan fisik yang dimiliki atlet tetapi juga bergantung pada keadaan psikologis dan kesehatan mentalnya”. Sejalan dengan pendapat diatas maka Maslow (1984) membagi kebutuhan manusia pada lima tingkatan ; (1) Kebutuhan mempertahankan hidup (*psychological need*), menyangkut kebutuhan primer seperti makan, minum, seks, dan istirahat ; (2) Kebutuhan rasa aman (*safety need*), manifestasi kebutuhan ini nampak pada kebutuhan keamanan, kestabilan hidup, perlindungan atau pembelaan, keteraturan dan bebas dari rasa takut ; (3) Kebutuhan sosial (*social need*), manifestasi kebutuhan ini nampak pada perasaan diterima oleh orang lain (*sense of belonging*), kebutuhan untuk mencapai sesuatu (*sense of achievement*) serta berpartisipasi (*sense of participation*) ; (4) Kebutuhan akan penghargaan/harga diri (*esteem need*), antara lain kebutuhan akan prestise, kebutuhan untuk berhasil, kebutuhan untuk dihormati, dan (5) Kebutuhan akan aktualisasi diri (*self actualization*), manifestasinya nampak pada

keinginan mengembangkan kapasitas fisik, kapasitas mental melalui latihan dan pendidikan. Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek psikologis memiliki peran besar bagi atlet, dalam olahraga kompetitif seperti sepak bola, pengaruh psikologis terlihat ketika atlet tersebut sedang bertanding, hal ini dapat dilihat dari kuat lemahnya motivasi untuk meraih prestasi dan memenangkan pertandingan.

K. Teori Motivasi

Menurut Maslow (1984 : 45) mengemukakan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kebutuhan pokok. Ia menunjukkannya dalam lima tingkatan yang berbentuk piramid, orang memulai dorongan dari tingkatan terbawah. Lima tingkat kebutuhan itu dikenal dengan sebutan Hirarki Kebutuhan Maslow, dimulai dari kebutuhan biologis dasar sampai motif psikologis yang lebih kompleks yang hanya penting setelah kebutuhan dasar terpenuhi. Kebutuhan suatu peringkat paling tidak harus terpenuhi sebelum kebutuhan peringkat berikutnya menjadi penentu tindakan yang penting.

Menurut Herzberg (dalam Hermawan, 2012 : 34), ada dua jenis faktor yang mendorong seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan dan menjauhkan diri dari ketidakpuasan. Dua faktor itu disebutnya faktor *higiene* (faktor ekstrinsik) dan faktor motivator (faktor intrinsik). Faktor *higiene* memotivasi seseorang untuk keluar dari ketidakpuasan, termasuk didalamnya adalah hubungan antar manusia, imbalan, kondisi lingkungan dan sebagainya (faktor ekstrinsik). sedangkan faktor motivator memotivasi seseorang untuk berusaha mencapai kepuasan, yang termasuk didalamnya adalah *achievement*,

kemajuan tingkat kehidupan (faktor intrinsik). Menurut Siagan (2006 : 290) bahwa yang dimaksud dua faktor itu, yaitu faktor motivasional dan faktor hygiene atau “pemeliharaan”. Menurut teori ini, yang dimaksud dengan faktor motivasional adalah hal-hal pendorong berprestasi yang sifatnya intrinsik, yang berarti bersumber dari dalam diri seseorang, sedangkan yang dimaksud dengan faktor hygiene atau pemeliharaan adalah faktor-faktor yang sifatnya ekstrinsik yang berarti bersumber dari luar diri seseorang, misalnya dari organisasi, tetapi turut menentukan perilaku seseorang dalam kehidupan kerjanya. Menurut Herzberg (dalam Hermawan, 2012 : 40) yang tergolong sebagai faktor motivasional antara lain ialah pekerjaan seseorang, keberhasilan yang diraih, kesempatan bertumbuh, kemajuan dalam karir dan pengakuan dari orang lain. Sedangkan faktor-faktor hygiene atau pemeliharaan mencakup antara lain status seseorang dalam organisasi, hubungan seorang karyawan dengan atasannya (bisa dipersepsikan antara atlet dengan pelatih), hubungan seseorang dengan rekan-rekannya, kebijakan organisasi, sistem administrasi dalam organisasi, kondisi kerja dan sistem imbalan yang berlaku.

Dari keseluruhan teori motivasi, dapat diajukan tiga pendekatan untuk menentukan jenis-jenis motivasi, yakni:

1. Pendekatan kebutuhan, melihat motivasi dari segi kebutuhan manusia. Kebutuhan manusia sifatnya bertingkat-tingkat. Pemuasan terhadap tingkat kebutuhan tertentu dapat dilakukan jika tingkat kebutuhan sebelumnya telah mendapat pemuasan (Maslow 1984 : 39).
2. Pendekatan fungsional, pendekatan ini berdasar pada konsep-konsep motivasi, yakni : penggerak, harapan, insentif. Penggerak adalah yang

memberi tenaga tetapi tidak membimbing. Harapan adalah keyakinan sementara bahwa suatu hasil akan diperoleh setelah dilakukannya suatu tindakan tertentu. Insentif, objek tujuan yang aktual. Ganjaran (*reward*) dapat diberikan dalam bentuk konkrit atau dalam bentuk simbolik.

3. Pendekatan deskriptif, Masalah motivasi ditinjau berdasarkan kegunaannya dalam rangka mengendalikan tingkah laku manusia.

L. Karakteristik Umum Motivasi

Menurut Sardiman (2007 : 81), motivasi yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) tekun menghadapi tugas (dapat Bekerja terus menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sampai dengan selesai), 2) ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak cepat puas dengan prestasi yang dicapainya, 3) menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah, untuk orang dewasa (misalnya masalah ekonomi, politik, pemberantasan korupsi dan sebagainya), 4) lebih senang bekerja mandiri, 5) cepat bosan pada tugas-tugas rutin (hal-hal yang bersifat berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif), 6) dapat mempertahankan pendapatnya (kalau sudah yakin akan sesuatu), 7) tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu, dan 8) senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.

Sedangkan menurut Nurseto dan Singkawati (2011 : 44) seseorang yang memiliki motivasi cenderung yaitu :

- 1) jika ditantang berusaha makin keras untuk menghasilkan sesuatu lebih baik, 2) jika berhasil memenangkan persaingan dengan mencapai standar yang ditentukan akan merasa puas, 3) lebih suka dengan pekerjaan dengan tingkat resiko moderat, 4) apabila menerima umpan balik yang cepat dan tepat akan menunjukkan aktivitas kerja yang lebih giat, 5) menyadari bahwa pencapaian prestasi besar itu tidak diperoleh melalui berusaha dan bertarung dengan gigih, 6) apabila menghadapi rintangan, segera memikirkan alternatif cara untuk mengatasinya, 7) lebih senang memilih rekan kerja yang terbukti ahli, meskipun pribadinya belum dikenalnya secara jelas, dan 8) tidak

memperhatikan orang lain terhadap dirinya, melainkan lebih memperhatikan usaha untuk mengatasi rintangan.

Jadi berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mempunyai ciri-ciri seperti tekun, ulet, tidak cepat bosan, dan lain-lain adalah orang yang mempunyai motivasi, hal ini sangat penting kaitannya dengan kegiatan pembinaan prestasi sepakbola, karena motivasi dapat mempengaruhi seseorang dalam mengikuti latihan sepakbola.

M. Manajemen

Robbin (1999 : 8) bahwa, istilah manajemen mengacu pada proses mengkoordinasikan dan mengintegrasikan kegiatan-kegiatan kerja agar terselesaikan secara efisien dan efektif dengan dan melalui orang lain. Menurut Daft dan Marcic (dalam Hermawan, 2012) bahwa, manajemen sebagai sebagai pencapaian tujuan organisasi secara efektif dan efisien melalui perencanaan, pengorganisasian, kepemimpinan, dan pengendalian sumber daya organisasi. Selanjutnya menurut Robbin (1999 : 8) pula, efisien mengacu pada hubungan antara masukan dengan keluaran. Dari sudut pandang ini, efisien sering dirujuk sebagai “melakukan segala sesuatu secara tepat”, artinya tidak memboroskan sumber-sumber. Sedangkan efektif seringkali dilukiskan sebagai “melakukan hal-hal yang tepat”, artinya kegiatan kerja yang akan membantu organisasi tersebut mencapai sasarannya. Dengan kata lain, efisien itu lebih memperhatikan “sarana-sarana” melaksanakan sesuatunya, sedangkan efektif berkaitan dengan “hasil akhir”, atau pencapaian sarana- sarana organisasi.

Dari pengertian diatas dapat dijelaskan bahwa untuk mencapai tujuan yang diharapkan dari suatu organisasi, maka peran sumber daya manusia yang terlibat dalam pengelolaan sangat penting. Unsur –unsur tersebut adalah penggunaan sumber daya minimal (efesien tinggi) dan pencapaian sasaran yang tinggi (efektifitas tinggi).

N. Fungsi Manajemen

Bucher dan Krotte (2003 : 3) mengemukakan, bahwa fungsi manajemen meliputi : **Planning**. Perencanaan adalah proses yang logis dan disengaja untuk menguraikan pekerjaan yang dilakukan secara bersama dengan menggunakan metode dan waktu untuk melaksanakan pekerjaannya.

Organizing. Mengacu pada pengembangan struktur formal organisasi dimana manajemen berbagai koordinasi pusat dan subdivisi kerja disusun secara terpadu dengan garis yang jelas dari otoritas. **Leading**. Pemimpin adalah tanggung jawab yang jatuh pada manajer sebagai kepala organisasi. Manajer harus memimpin secara positif memotivasi, dan mempengaruhi individu yang membentuk organisasi dan karena itu akan mempengaruhi operasional dan melakukan program. **Controlling**. Mengendalikan memastikan pelaksanaan yang tepat dari rencana dan terdiri dari beberapa faktor, pekerjaan standar atau harapan harus ditetapkan, metode dan prosedur untuk memantau dan mengukur apakah standar tersebut memenuhi harus ditetapkan pula. **Staffing**. Fungsi manajemen mengacu pada tugas personal keseluruhan harus diseleksi, penugasan, pelatihan, pengembangan staf, dan menyediakan serta memelihara kondisi kerja yang menguntungkan bagi semua anggota organisasi.

Pendekatan proses, menggunakan serangkaian kegiatan interaktif yang sedang berlangsung, umumnya dikenal sebagai proses yang mendasari manajemen untuk mencapai tujuan dan sasaran dari suatu organisasi, departemen, atau unit kerja. Robbin, (1999 : 41) mengatakan bahwa, para ahli teori manajemen olahraga mutakhir menggunakan pendekatan proses untuk menggambarkan manajemen pada organisasi olahraga.

O. Organisasi

Manusia adalah makhluk sosial yang cenderung untuk hidup bermasyarakat serta mengatur dan mengorganisasi kegiatannya dalam mencapai suatu tujuan tetapi karena keterbatasan kemampuan menyebabkan mereka tidak mampu mewujudkan tujuan tanpa adanya kerjasama. Hal tersebut yang mendasari manusia untuk hidup dalam berorganisasi, terutama dalam kegiatan olahraga.

Handoko (2003 : 167) bahwa, kata “organisasi” memiliki dua pengertian. Pertama, menandakan suatu *lembaga* atau kelompok fungsional, seperti organisasi perusahaan, rumah sakit, perwakilan pemerintah, atau perkumpulan olahraga. Kedua, berkenaan dengan *proses pengorganisasian*, sebagai suatu cara dalam mana kegiatan organisasi dialokasikan dan ditugaskan diantara para anggotanya agar tujuan organisasi dapat tercapai dengan efisien. Berdasarkan pengertian organisasi diatas, pengelolaan organisasi pembinaan prestasi di Prodi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan seharusnya dikelola secara sistematis agar program yang direncanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Seperti yang dikatakan oleh Hamdan Mansoer (dalam Hermawan, 2012 : 25) bahwa organisasi yaitu suatu kesatuan

yang mempunyai struktur kerja yang sistematis. Berdasarkan pengertian di atas pendapat, maka dapat disimpulkan bahwa organisasi adalah suatu kesatuan yang mempunyai struktur kerja yang sistematis untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan.

P. Sarana dan Prasarana

Sarana olahraga adalah sumber daya pendukung yang terdiri dari segala bentuk dan jenis peralatan serta perlengkapan yang digunakan dalam kegiatan olahraga serta mudah dibawa kemana-mana. Sarana olahraga adalah terjemahan dari “Facilities” yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Menurut Tarigan, (2010 : 34) fasilitas olahraga adalah semua prasarana olahraga beserta perlengkapannya untuk melaksanakan kegiatan olahraga. Prasarana merupakan segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Sarana dan prasarana olahraga adalah suatu bentuk permanen, baik itu ruangan di luar maupun di dalam (Tarigan, 2010 : 23). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Dari pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana olahraga merupakan sumberdaya pendukung yang terdiri dari segala bentuk jenis bangunan/tanpa bangunan yang digunakan untuk perlengkapan olahraga.

Q. Pelatih (*Coach*)

Kemampuan baik yang berupa pengetahuan, ketrampilan cabang olahraga maupun cara melatih yang efektif mutlak untuk dikuasai setiap pelatih. Pelatih merupakan model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak didiknya terutama atlet-atlet pemula, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Oleh sebab itu seorang pelatih dituntut untuk dapat bersikap dan perilaku yang baik sesuai dengan norma-norma yang ada di masyarakat (Rubianto Hadi, 2007 : 12).

Keberhasilan pembinaan atlet akan sangat ditentukan hasil interaksi antara pelatih dan atlet yang dibina, sehubungan itu seorang pelatih harus memahami sifat-sifat kepribadian atletnya, disamping itu tiap pelatih juga harus memahami sifat-sifat pribadinya sendiri, agar dapat menyesuaikan pada waktu berinteraksi dengan atlet yang memiliki sifat "*intravert*", sifat tertutup dan pemalu. Memerlukan perlakuan yang berbeda daripada atlet yang memiliki sifat "*ekstravert*", sifat terbuka dan senang bergaul dengan orang lain. Pelatih harus memahami cara-cara yang tepat untuk menimbulkan motivasi atlet, sehingga dengan kemauan sendiri atlet berusaha mencapai target yaitu untuk mencapai prestasi lebih tinggi, memenangkan pertandingan atau memecahkan rekor sendiri (Sudibyo Setyobroto, 1992 : 19).

R. Latihan (*Training*)

Seseorang yang melakukan suatu aktivitas secara teratur, terencana, berulang-ulang dengan kian hari semakin berat beban kerjanya sering dinyatakan

bahwa orang tersebut sedang melakukan latihan. Hal ini didasarkan pada pengertian training yang dijelaskan oleh Harsono (1988 : 101) bahwa “Training adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan.” Kemudian Giriwijoyo (dalam Harsono, 1988 : 78) menjelaskan sebagai berikut : Latihan ialah upaya sadar yang dilakukan secara berkelanjutan dan sistematis untuk meningkatkan kemampuan fungsional raga yang sesuai dengan tuntutan penampilan cabang olahraga itu, untuk dapat menampilkan mutu tinggi cabang olahraga itu baik pada aspek kemampuan dasar maupun pada aspek kemampuan keterampilannya (latihan-teknik). Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu proses pemberdayaan diri melalui suatu aktivitas yang sistematis, berulang-ulang, dan kian hari kian menambah beban tugasnya.

S. Prinsip-Prinsip Latihan

Salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam rangka meningkatkan kemampuan dan prestasi atlet adalah penerapan prinsip-prinsip latihan dalam pelaksanaan program latihan. Hal ini disebabkan prinsip-prinsip latihan merupakan faktor yang mendasar dan perlu diperhatikan dalam pelaksanaan suatu program latihan. Harsono (1988 : 83) menyatakan : Agar prestasi dapat meningkat, latihan harus berpedoman pada teori dan prinsip latihan. Tanpa berpedoman pada teori dan prinsip latihan yang benar, latihan seringkali menjurus ke praktek mala-latih (*mal-practice*) dan latihan yang tidak

sistematis-metodis sehingga peningkatan prestasi sukar dicapai. Prinsip-prinsip latihan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Prinsip Beban Lebih (*Overload Principle*)

Prinsip beban lebih atau dengan kata lain *overload principle* dapat diterapkan pada semua aspek latihan. Atlet berlatih dari hari ke hari harus disertai dengan penambahan beban latihannya. Harsono (1988 : 103) menjelaskan bahwa dalam olahraga agar prestasi dapat meningkat, atlet harus selalu berusaha untuk berlatih dengan beban kerja yang lebih berat daripada yang mampu dilakukannya saat itu atau dengan perkataan lain, dia harus senantiasa berusaha untuk berlatih dengan beban kerja yang ada di atas ambang rangsang kepekaannya (*threshold of sensitivity*).

Kalau beban latihan terlalu ringan dan tidak ditambah (tidak diberi *overload*), maka berapa lama pun kita berlatih, betapa sering pun kita berlatih, atau sampai bagaimana capek pun kita mengulang-ngulang latihan tersebut, peningkatan prestasi tidak akan mungkin. Sistem faaliah dalam tubuh pada umumnya mampu untuk menyesuaikan diri dengan beban kerja dan tantangan-tantangan yang lebih berat. Selama beban kerja yang diterima masih berada dalam batas-batas kemampuan manusia untuk mengatasinya dan tidak terlalu berat sehingga menimbulkan kelelahan yang berlebihan, selama itu proses perkembangan fisik maupun mental manusia masih mungkin, tanpa merugikannya. Harsono (1988 : 9) menyatakan, “Beban latihan yang diberikan kepada atlet haruslah secara periodik dan progresif ditingkatkan”. Jadi beban latihan yang diberikan

kepada atlet haruslah cukup berat namun realistis yaitu sesuai dengan kemampuan atlet, serta harus dilakukan berulang kali dengan intensitas yang tinggi.

2. Prinsip Individualisasi

Harsono (1988 : 9) menyatakan, “Agar latihan bisa menghasilkan yang terbaik, prinsip individualisasi harus senantiasa diterapkan dalam latihan”.

Artinya beban latihan harus disesuaikan dengan kemampuan adaptasi, potensi, serta karakteristik spesifik dari atlet.

3. Intensitas Latihan

Perubahan-perubahan fungsi fisiologis yang positif hanyalah mungkin apabila atlet dilatih melalui suatu program latihan yang intensif yang dilandaskan pada prinsip overload dimana secara progresif menambah beban kerja, jumlah pengulangan serta kadar intensitas dari pengulangan tersebut. Harsono (1988 : 11) menyatakan, “Intensitas yang kurang dari 60% - 70% dari kemampuan maksimal atlet tidak akan terasa *training effect*-nya (dampak atau manfaat latihannya). Cara menghitung intensitas latihan menurut teori Katch dan Mc Ardle (dalam Harsono, 1983) $DNM = 220 - \text{Umur}$ (dalam tahun) dan takaran intensitas latihan untuk olahraga prestasi adalah 80% – 95%.

4. Belajar Melalui Praktik

Menurut Harsono (1988 : 43) mengatakan bahwa seorang pelatih sebaiknya memberikan gambaran secara menyeluruh dengan mendemonstrasikan secara fisik, apa dan bagaimana teknik itu harus

dilakukan. Cara ini lebih baik dan efektif dibandingkan dengan hanya melalui pidato panjang lebar.

5. Beban Latihan yang Realistik

Norma-norma pembebanan latihan meliputi *volume, intensitas, interval* dan *densitas*. a) Volume ; Dalam suatu latihan biasanya berisi *drill-drill* atau bentuk bentuk latihan. Isi latihan atau banyaknya tugas yang harus diselesaikan ini disebut volume latihan. Bompa (dalam Harsono, 1988 : 57) dikatakan, “*As an athlete approaches the stage of high performance, the overall volume training becomes more important*”. Hal ini mengisyaratkan bahwa setiap latihan harus memperhatikan volume latihan selain dari intensitas latihannya. (b) Intensitas ; Intensitas latihan oleh Moeloek (dalam Harsono, 1988 : 20) dijelaskan, “Intensitas latihan menyatakan beratnya latihan”. Untuk mengetahui suatu intensitas latihan adalah dengan mengukur denyut jantungnya. Intensitas latihan dapat diukur dengan berbagai cara, diantaranya mengukur denyut jantung (Harsono, 1988 : 115).

6. Memperbaiki Kesalahan

Pada waktu menerangkan mengenai kesalahan- kesalahan, sebaiknya menekankan pada sebab terjadinya kesalahan tersebut. Bill Miller mengatakan “*coach couses, not symtoms*”. Maksudnya “latihlah sebab-sebabnya, jangan gejala–gejalanya kesalahan”. Oleh karena itu, usahakanlah untuk selalu cermat mencari dan menemukan sebab-sebab timbulnya kesalahan- kesalahan utama dari teknik gerakan.

7. Penataan Rencana Latihan

Latihan-latihan haruslah direncanakan dengan baik (*well-organized*).

Mulailah dengan membuat rencana yang makro, yang besar. Kemudian susunlah yang makin lama makin mendetail, makin terinci (mikro) agar semua yang akan kita lakukan dapat terlaksana dan terkontrol. Misalnya, mulailah menyusun rencana tahunan, kemudian rencana setiap musim latihan dan akhirnya rencana mingguan dan harian.

8. Urutan Latihan

Pelatih harus memperhatikan urutan dan tempo dari latihannya.

Umumnya latihan dimulai dengan *warm-up*, disusul dengan latihan yang makin lama makin intensif dan kemudian pada akhir latihan ada suatu masa *warm-down* atau *cooling-off*.

9. Pujian dan Hukuman

Pujian dan hukuman berpengaruh terhadap sikap dan perilaku atlet, pujian dan hukuman haruslah diberikan secara bijaksana dan pada tempatnya.

Pelatih haruslah sadar bahwa segala tindak tanduknya, sikap dan ekspresinya akan selalu menjadi perhatian atlet. Atlet yang terlalu banyak member hukuman atau sebaliknya, terlalu sering memberikan pujian, akan bisa mengakibatkan atletnya kehilangan pegangan sehingga pengaruhnya bisa destruktif, Harsono (1988 : 147).

10. Perhatian Pelatihan

Kemajuan seorang atlet banyak tergantung dari berapa perhatian yang diberikan pelatih kepadanya pada waktu latihan dan berapa sering informasi mengenai kesalahan-kesalahan dan kemajuan yang diberikan

kepadanya. Menurut Harsono (1988 : 148), berpendapat bahwa pelatih-pelatih terbaik sebaiknya yang menangani atlet- atlet pemula contohnya seperti mahasiswa baru.

11. Merancang Latihan Untuk Olahraga Beregu

- a. Makin besar kumpulan orang yang dilatih, makin besar pula toleransi pelatih dalam memberikan latihan-latihannya.
- b. Pelatih cabang olahraga beregu harus lebih fleksibel dalam cara mengajar ketrampilan-ketrampilan atletnya.
- c. Besarnya kumpulan orang tidak boleh mengurangi kewaspadaan pelatih terhadap perbedaan-perbedaan individu atlet dalam cara mereka bergerak.

12. Evaluasi Pada Akhir Latihan

Latihan akan produktif apabila diakhiri dengan suatu evaluasi verbal-intelektual antara pelatih dan atlet. Setidaknya sekali dalam seminggu pelatih harus mengadakan pertemuan evaluative dan diskusi dengan atlet-atletnya. Maksudnya adalah untuk mengevaluasi efisiensi latihan yang telah dilakukan selama seminggu, termasuk menilai kondisi fisik atlet, sikap mental dan untuk menyusun rencana latihan berikutnya.

T. Penelitian Relevan

Beberapa penelitian yang telah dilakukan dan relevan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Siswanto Didik (2005) dengan judul :
”Pengaruh Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas Siswa Madrasah

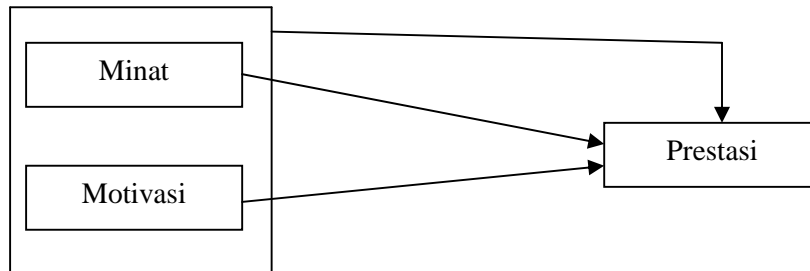
Aliyah Negeri Kota Pekalongan Tahun 2005” Menyimpulkan bahwa ada pengaruh pengaruh minat belajar siswa Madrasah Aliyah Negeri Kota Pekalongan tahun pelajaran 2005/2006.

2. Putra Yuda Purnama (2013) dengan judul : ”Hubungan tingkat kepercayaan diri dan Motivasi dengan Keterampilan Gerak Dasar Sepak bola pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMP Negeri 8 Bandar Lampung”. Menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan keterampilan gerak dasar sepak bola, terdapat hubungan yang cukup signifikan antara motivasi dengan keterampilan gerak dasar sepakbola dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dan motivasi dengan keterampilan gerak dasar sepakbola siswa SMP N 8 Bandar Lampung.
3. Susanti Novi (2014) yang berjudul : ”Hubungan Minat dan Motivasi Belajar dengan Hasil Keterampilan Sepak bola Siswa kelas X SMA Negeri 1 Purbolinggo Lampung Timur” Menyimpulkan bahwa bahwa tingkat minat memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil keterampilan sepak bola sebesar 0,552. Koefisien korelasi motivasi dengan hasil keterampilan sepakbola sebesar 0,681. Sedangkan koefisien korelasi minat dan motivasi dengan hasil keterampilan sepak bola sebesar 0,727 . Artinya minat dan motivasi memiliki hubungan yang ‘kuat’ dengan hasil keterampilan sepakbola pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Purbolinggo Lampung Timur.

U. Kerangka Pemikiran

Dengan melihat uraian dari kajian teori di atas dapat disusun kerangka pemikiran sebagai berikut:

Peta konsep :



Gambar 1. Kerangka Pemikiran

Atas dasar tinjauan pustaka yang telah dikemukakan sebelumnya, maka kerangka berpikir yang dapat dikemukakan oleh peneliti adalah Jika seseorang memiliki minat yang tinggi maka akan memberikan sumbangan yang lebih besar terhadap pembinaan prestasi. Jika seseorang memiliki motivasi yang tinggi maka akan memberikan sumbangan yang lebih besar terhadap pembinaan prestasi, Jika seseorang memiliki minat dan motivasi yang tinggi maka akan memberikan sumbangan yang lebih besar terhadap pembinaan prestasi sepakbola.

V. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara yang harus diuji lagi kebenarannya melalui penelitian ilmiah. Hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai sesuatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya (Sudjana, 2005 : 219). Sedangkan menurut

Sugiyono (2011 : 96) hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian dari hipotesis adalah asumsi atau dugaan sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji.

Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

H_{01} : Tidak ada kontribusi yang signifikan antara minat dengan pembinaan prestasi sepakbola.

H_{a1} : Ada kontribusi yang signifikan antara minat dengan pembinaan prestasi sepakbola.

H_{02} : Tidak ada kontribusi yang signifikan antara motivasi dengan pembinaan prestasi sepakbola.

H_{a2} : Ada kontribusi yang signifikan antara motivasi dengan pembinaan prestasi sepakbola.

H_{03} : Tidak ada kontribusi yang signifikan antara minat dan motivasi dengan pembinaan prestasi sepakbola.

H_{a3} : Ada kontribusi yang signifikan antara minat dan motivasi dengan pembinaan prestasi sepakbola.