

**RANCANGAN PROGRAM**  
**PEMBINAAN PRESTASI ATLET YUNIOR**  
**TAHUN 2007 S/D 2011**

Oleh  
Eka Nugraha, Cs.

**BIDANG PEMBINAAN PRESTASI**  
**ATLET YUNIOR**  
**PB PASI**

**RANCANGAN PROGRAM**  
**PEMBINAAN PRESTASI ATLET YUNIOR**  
**TAHUN 2007 S/D 2011**

## A. PENDAHULUAN

Prestasi yang ditorehkan para duta olahraga merupakan gambaran prestasi dan prestise suatu daerah atau negara. Slogan tersebut harus dikumandangkan secara formal, baik melalui jalur pemerintahan, institusi pendidikan maupun institusi militer, agar daerah atau negara tersebut dihuni oleh orang-orang yang sehat (jasmani, rohani dan sosial), dinamis, optimis, sportif, jujur, bertanggung jawab dan memiliki jarak pandang futuristik.

PB PASI yang merupakan induk organisasi atletik tertinggi di Indonesia sudah selayaknya menyusun program pembinaan atlet atletik di tanah air ini, baik program jangka pendek, jangka menengah maupun program jangka panjang, yang selanjutnya akan menjadi acuan program pembinaan atletik pada jenjang di bawahnya yaitu pembinaan di tingkat pengprov maupu di club-club atletik di tanah air.

Prestasi cabang olahraga atletik saat ini dinilai oleh masyarakat olahraga terutama masyarakat olahraga atletik sendiri, sedang mengalami krisis prestasi hampir di seluruh nomor. Ini harus kita akui, sehingga untuk menjawab pandangan tersebut PB PASI ingin melakukan terobosan pembinaan prestasi atlet atletik jangka panjang.

Program ini hanya akan berjalan dengan baik apabila mendapat dukungan dari semua pihak. Dukungan tersebut terutama dari berbagai elemen masyarakat atletik sendiri terutama induk-induk organisasi serta club-club atletik yang boleh dikatakan hampir punah, serta induk organisasi olahraga (KONI) baik di pusat maupun di daerah.

Dukungan lain yang tidak kalah pentingnya adalah dukungan dari pemerintah, dalam hal ini lembaga yang ada di bawah departemen pendidikan, baik Dikdasmen, Dikti, maupun dari Diklusepora. Dengan sendirinya dukungan dari pemerintah daerah maupun jajaran ABRI tidak kalah pentingnya bagi kesinambungan pembinaan prestasi atletik jangka panjang tersebut.

Untuk mengembalikan kejayaan atletik tersebut, perlu kerja keras serta komitmen para pelatih, atlet, pembina serta kerja sama yang solid dengan intansi lain dan elemen masyarakat yang peduli terhadap kemajuan dan perkembangan pembentuk karakter bangsa pada umumnya serta dunia atletik pada khususnya, juga perlu berani merubah pola pikir maupun pula tindak yang berorientasi kemasa depan. Peran serta instansi pemerintah pusat, pemerintah kabupaten/kota, serta keterlibatan pengcab-pengcab, sangat diharapkan dalam mensupport atlet potensial pada saat ini dan saat yang akan datang.

Atlet, pelatih, pembina, praktisi, pemikir, pengurus, wasit, orang tua atlet, penyandang dana, fasilitas latihan, lembaga-lembaga pendidikan serta pemerintah daerah, agar bersatu padu bergandeng tangan membentuk lingkaran yang kokoh untuk membangun kembali kejayaan olahraga atletik di Indonesia.

## **B. TUJUAN**

Tujuan pembinaan prestasi atlet junior adalah:

1. Melahirkan atlet-atlet potensial
2. Menciptakan kesinambungan prestasi atlet pemula, junior dan atlet senior.
3. Menyiapkan dan meningkatkan kualitas dan kuantitas pelatih, wasit maupun petugas perlombaan atletik.
4. Memberdayakan peran serta pengprov pasi, pencab-pengcab maupun club atletik, dalam proses pemasalan, penyiapan dan pembinaan atlet usia dini.
5. Meningkatkan kerjasama dengan badan atau instansi pemerintah maupun swasta.
6. Menumbuhkan kembali eksistensi dan konsistensi Pengprov Pasi serta club-club atletik, dalam pembinaan untuk mendapatkan, melahirkan, dan meningkatkan prestasi atletnya, baik untuk taraf nasional maupun internasional.
7. Menumbuh kembangkan kembali komitmen serta kecintaan terhadap olahraga atletik.
8. Mensukseskan program 2011
9. Berpartisipasi aktif dalam berbagai perlombaan, baik sebagai peserta perlombaan, pengamat, petugas teknis maupun petugas administrasi perlombaan.
10. Menciptakan kondisi yang merangsang suasana pembinaan dan manajemen kompetisi yang kompetitif sportif dan berkelanjutan

## **C. RANCANGAN PROGRAM PEMBINAAN TAHUN 2007 S/D TAHUN 2011.**

### **TAHUN I (2007)**

1. Menyiapkan dan menyusun rencana strategis pembinaan atlet junior jangka panjang.
2. Menyiapkan instrumen pemanduan bakat atlet potensial untuk setiap dominansi aspek biomotor setiap nomor lomba.
3. Membuat database atlet junior dan remaja secara lengkap yang berisi berbagai aspek: peningkatan biomotor, perkembangan usia biologis, usia latihan, antropometris, faali, mental (multiple intelegensia), serta peningkatan parameter dan performa nomor lombanya.
4. Melakukan kerjasama dengan Kementrian Pemuda dan Olahraga, pengprov, instansi Olahraga/ laboratorium olahraga/ faal dan dinas pendidikan di daerah untuk mencari dan memilih calon-calon atlet potensial
5. Menggalakkan pembibitan, pemasalan dan pembinaan atlet usia dini melalui festival nomor terbatas atau nomor modifikasi.

6. Menyusun serta meningkatkan intensitas perlombaan atletik pada semua jenjang rentang usia yang sama baik di tingkat nasional, pengprov, di pengcab maupun di lingkungan institusi dan instansi( kelompok prestasi perlombaan )
7. Berpartisipasi dalam keikutsertaan kejuaraan multi lomba di tingkat nasional maupun internasional yang sesuai dengan tingkat perkembangan prestasinya.

## **TAHUN II 2008**

1. Melanjutkan pembinaan atlet usia dini beserta aspek yang terkait baik pembinaan/pelatihan/ administrasi/evaluasi manajemen perlombaan dalam hubungannya dengan promosi dan degradasi.
2. Membantu penyelenggaraan perlombaan atletik beregu/ festival nomor khusus di setiap pengprov penyelenggara.
3. Menyelenggarakan dan mengadakan pelatihan secara khusus tentang latihan yang berkelanjutan serta evaluasi berjenjang dalam rangka promosi dan degradasi ( database atlet junior dan remaja ).
4. Meningkatkan manajemen perlombaan, festival nomor khusus, serta intensitas bagi atlet remaja dan pemula.
5. Meningkatkan kualitas Pembina, pelatih, wasit dan penyelenggara pelatihan/ perlombaan, serta evaluasi perkembangan atlet, baik ditingkat pengcab, pengprov maupun tingkat nasional.
6. Meningkatkan komitmen pembina /pelatih/ pengprov maupun atlet untuk berpartisipasi aktif dan mendukung sukses Indonesia sebagai penyelenggara Seagames tahun 2011, maupun sukses berprestasi.
7. Mengirimkan atlet dan pelatih, berlatih dan bertanding di LN untuk mengotimalkan dan mengamankan target yang dicanangkan.

## **TAHUN III (Maret 2008 – Desember 2008)**

1. Mengadakan evaluasi PON XVII.
2. Melanjutkan pembinaan atlet potensial.
3. Menggalakkan pembibitan, pemasalan dan pembinaan atlet usia dini.
4. Menyelenggarakan kejurbar atletik
5. Menyelenggarakan festival alletik untuk nomor-nomor tertentu.
6. Berpartisipasi dalam berbagai perlombaan atletik yang diselenggarakan oleh pengprov pasi daerah lain sesuai dengan kondisi dan situasi.
7. Meningkatkan kualitas pelatih, wasit dan penyelenggara perlombaan di tingkat pengcab, pengprov maupun nasional.
8. Memberikan bantuan teknis pada setiap penyelenggara perlombaan/penataran.

9. Mendukung program pembinaan PB Pasi.

### **TAHUN III 2009.**

1. Pembinaan rutin
2. Mendukung pembinaan atlet di klub, sekolah, PPLP/PPLM
3. Pendataan atlet potensial untuk PON XVIII/ tahun 2012
4. Membantu penyelenggaraan perlombaan atletik beregu antar SD/SLP dan SLA se Jawa Barat.
5. Menyenggarakan festival atletik untuk nomor-nomor tertentu.
6. Berpartisipasi dalam perlombaan lari marathon Malang.
7. Berpartisipasi dalam berbagai perlombaan atletik yang diselenggarakan oleh pengprov pasi daerah lain sesuai dengan kondisi dan situasi.
8. Menyenggarakan kejurbar atletik.
9. Berpartisipasi dalam kejuanas atletik
10. Menyenggarakan penataran pelatih dan petugas perlombaan tingkat dasar.
11. Menyenggarakan penataran pelatih dan petugas perlombaan tingkat madya.
12. Berpartisipasi dalam keikutsertaan program Sea Games

### **TAHUN IV (Januari – Desember 2010)**

1. Melanjutkan program pembinaan rutine
2. Menggalakkan pembibitan dan pembinaan atlet usia dini.
3. Membantu penyelenggaraan perlombaan atletik beregu antar SD/SLP dan SLA se Jawa barat
4. Membantu meningkatkan pembinaan atlet di daerah menghadapi Poprov Bandung Metropolitan tahun 2010
5. Meningkatkan kualitas pelatih, wasit dan petugas perlombaan.
6. Membantu proses pelatihan di daerah dengan menyelenggarakan penataran pelatih/wasit.
7. Menyenggarakan festival atletik untuk nomor-nomor tertentu.
8. Menyenggarakan Kejurbar atletik sebagai ajang seleksi untuk mengikuti kejuanas
9. Mengikuti kejuanas atletik, sebagai seleksi untuk calon atlet Sea Games.
10. Melanjutkan pembinaan prestasi atlet-atlet potensial binaan Jawa Barat untuk event-event yang lebih tinggi.
11. Mengikutsertakan atlet Pengda maupun Pengcab dalam berbagai lomba tingkat daerah/nasional .
12. Meningkatkan kerjasama dengan badan-badan terkait.
13. Menyenggarakan Porprov tahun 2010.
14. Inventarisasi atlet hasil Porprov
15. Meningkatkan kerjasama dg daerah utk pembinaan atlet eks Porprov dalam penyiapan atlet potensial untuk PON XVIII

## TAHUN V (Januari – Desember 2011)

1. Meningkatkan intensitas pembinaan atlet potensial.
2. Membantu meningkatkan intensitas perlombaan atletik di tingkat pengcab maupun di lingkungan institusi.
3. Membantu penyelenggaraan perlombaan atletik beregu antar SD, SLP maupun SLA Se-Jawa Barat
4. Menyenggarakan Kejurbar Atletik Terbuka (Babak Kualifikasi PON XVII).
5. Meningkatkan kualitas pelatih, wasit dan penyelenggara perlombaan.
6. Membantu proses pelatihan di daerah dengan menyelenggarakan penataran pelatih/wasit.
7. Mengirimkan wasit/petugas perlombaan dalam penataran tingkat nasional.
8. Mengintensifkan program pembinaan prestasi atlet-atlet potensial binaan Jawa Barat menghadapi babak kualifikasi PON XVIII.
9. Mengikuti Kejurnas atletik.
10. Meloloskan sebanyak mungkin atlet potensial untuk PON XVIII.
11. Menyenggarakan sentralisasi atlet PON XVIII sesuai program KONI Jabar.
12. Mengikut sertakan atlet Pengprov maupun Pengcab dalam berbagai lomba tingkat daerah/nasional
13. Meningkatkan kerjasama dg instansi pemerintah maupun ABRI, institusi olahraga/iptek, Disdik serta badan-badan terkait, untuk meningkatkan kualitas pembinaan prestasi.
14. Berpartisipasi dalam keikutsertaan Sea Games

### D. PENUTUP.

1. Dana memang bukan segala-galanya. Namun tanpa dana yang memadai prestasi olahraga saat ini sulit untuk diraih.
2. Salah satu sarana untuk memelihara kesinambungan proses pembinaan atlet adalah kompetisi. Karena dengan adanya perlombaan, berarti ada suatu sasaran. Oleh karena itu perlombaan dan pembinaan adalah dua aspek yang saling terkait erat.
3. Kerja keras dan kerja sama dapat mengurangi berbagai kendala yang dihadapi.

### Sekapur sirih

- ✚ Perbanyaklah perlombaan.
- ✚ Berlomba:
  - Dapat mendatangkan kepuasan atas apa yang mereka capai.
  - Ada rasa bangga dengan apa yang bisa mereka raih.
  - Dapat mengukur kemampuan saat ini.
  - Prestasi akan datang dibalik kesenangan, kepuasan dan kesungguhan
- ✚ Tumbuhkanlah kesenangan dan kepuasan dalam atletik

