

## BAB V

### PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan ingin mengungkap, selain beberapa faktor yang berhubungan atau berkaitan dan memiliki pengaruh terhadap prestasi, juga ingin mengetahui karakteristik dari suatu pembinaan olahraga modern, khususnya pada cabang olahraga angkat besi dan angkat berat yang berada di Padepokan Gajah Lampung. Beberapa pertanyaan penelitian telah diajukan, seperti berikut ini,

**1. Efektivitas Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) dalam olahraga terhadap pembinaan prestasi angkat besi dan angkat berat ditinjau dari lingkungan sosial budaya dan peranan figur pembina kepemimpinan yang berorientasi pada nilai-nilai sehingga tercipta proses pembinaan berkelanjutan**

Sebelum membahas efektivitas lembaga swadaya masyarakat (LSM) dalam pembinaan prestasi angkat besi dan angkat berat, terlebih dahulu perlu dijelaskan tentang keberadaan dan seluk beluk LSM yang dimaksud dalam penelitian ini, berdasarkan struktur dan manajemennya.

#### **Struktur dan Manajemen**

Organisasi atau Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) dalam olahraga bernama “Padepokan Angkat Besi dan Angkat Berat Gajah Lampung”, terletak di Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung. Padepokan ini didirikan pada tahun 1979 oleh IR mantan atlet angkat besi, yang prestasinya cukup disegani pada zamannya (1970-an). Kini ia berperan sebagai pelatih di samping sebagai pengurus atau pembina Pengprov PABBSI Lampung. Selain sebagai tempat latihan dan kantor Pengprov cabang angkat besi dan angkat berat

Lampung, tempat itu juga sebagai rumah tinggalnya (Lampung Post, 2008: 182-185).

Menurut model Davis dan Newton dalam Purwanto (2007:50) bahwa unsur-unsur yang memenuhi syarat berdirinya suatu organisasi, yaitu: organisasi baru ada, jika ada unsur manusia yang bekerja sama; ada pemimpin ada yang dipimpin, jika ada tujuan yang akan dicapai, jika ada tempat kedudukannya, jika ada pekerjaan yang akan dikerjakan serta adanya pembagian pekerjaan, jika terdapat unsur-unsur teknis, jika ada hubungan antara manusia yang satu dengan yang lainnya, sehingga tercipta organisasi, dan jika ada lingkungan yang saling mempengaruhi, misalnya ada sistem kerja sama sosial.

Berdasarkan beberapa unsur tersebut atau manakala keempat unsur pokok tersebut terpenuhi, yaitu *people*, *structure*, *technology* dan *environment*, maka organisasi atau lembaga itu terbentuk. Karena itu, Padepokan Angkat Besi dan Angkat Berat Gajah Lampung, bisa dikategorikan sebagai suatu “organisasi” atau “lembaga” yang tentu saja memiliki semua unsur tersebut. Seperti unsur **manusia**, di Padepokan itu ada sejumlah atlet yang sedang berlatih dan beberapa pelatih yang melatihnya, sekaligus pula dari semua atlet itu merupakan sejumlah orang yang dipimpin oleh seorang pimpinan yang merangkap sebagai pelatih kepala dan dibantu oleh beberapa pimpinan lainnya atau asisten pelatih, sehingga terbangun sebuah **struktur** kepengurusan walau relatif sederhana, dan memiliki tujuan (**sasaran**) yang jelas ialah melahirkan atlet yang berprestasi setinggi-tingginya. Sebagaimana sebuah organisasi tentunya di Padepokan tersebut ada pekerjaan yang dikerjakan, yaitu latihan (atlet) dan melatih (pelatih), sedangkan

tuntutan teknis (**teknologi**) dalam melakukan kegiatan menggunakan prinsip pembinaan secara berlanjut dan berkesinambungan, khususnya dalam pembinaan cabang olahraga angkat besi dan angkat berat, sehingga bisa mencapai prestasi yang optimal. Padepokan itu memiliki **tempat kedudukan** yang tetap, yakni di Pringsewu dan telah terjalin hubungan sosial dengan masyarakat sekitar yang cukup baik, terbukti keberadaannya cukup lama, hal ini menunjukkan bahwa **lingkungan** di sekitar Padepokan tersebut cukup kondusif, terutama untuk keberlangsungan pembinaan.

Karena Padepokan Angkat besi dan angkat berat Gajah Lampung ini dapat dikategorikan sebagai suatu organisasi, maka mempunyai 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 di alokasikan dan ditugaskan di antara para anggotanya agar tujuan organisasi dapat tercapai dengan efisien (Handoko, 2003:167).

Sebagai suatu organisasi atau suatu lembaga yang bergerak dalam bidang olahraga, Padepokan Gajah Lampung memiliki tujuan yang sangat jelas, yakni pencapaian prestasi angkat besi dan angkat berat setinggi-tingginya, baik nasional maupun internasional yang diraih secara efisien. Pengertian efisien menurut Robbin (1999, dalam Purwanto, 2007:18) adalah mengacu pada hubungan antara masukan dengan keluaran. Dari sudut pandang ini, efisien seringkali dirujuk sebagai “melakukan segala sesuatu secara tepat,” artinya tidak memboroskan

sumber-sumber. Dengan kata lain “efisien” itu lebih memperhatikan “sarana-sarana”.

Untuk mencapai tujuan dari organisasi (lembaga) seperti Padepokan Gajah Lampung ini, dilengkapi pula dengan susunan kepengurusan dan manajemen pembinaan yang sudah berjalan cukup lama. Struktur organisasi dan manajemen di Padepokan tersebut sangat sederhana, bahkan dapat disebut tidak lazim atau tidak biasa dari organisasi keolahragaan lainnya, hal ini seperti dikatakan IR sebagai penanggung jawab Padepokan tersebut mengatakan “Dari pada pengurus banyak, biasanya yang terjadi hanya “ngurusi” pengurus dari pada ngurusi atlet, dan selalu lempar tanggung jawab ketika ada masalah dengan atlet dan begitu atlet menang semuanya ngaku memiliki andil”.

Padahal, hampir semua lembaga atau organisasi keolahragaan pada umumnya menggunakan model pengelolaan atau manajemen yang lebih lengkap, bahkan kadang lebih besar jumlah pengurusnya dari pada jumlah atlet yang dibinanya. Hal ini sesuai pendapat seperti DuBrin dan Williams (1989, dalam Bucher dan Krotte, 2002:3) mendefinisikan manajemen *”as the coordinated and integrated process of utilizing an organization’s resources (e.g., human, financial, physical, informational/ technological, technical) to achieve specific objectives through the functions of planning, organizing, leading, controlling, and staffing.”* Bahkan lebih tegas Daft dan Marcic (1998, dalam Bucher dan Krotte, 2002:3) menggaris bawahi pendapat tadi bahwa, manajemen sebagai pencapaian tujuan organisasi secara efektif dan efisien melalui perencanaan, pengorganisasian, kepemimpinan, dan pengendalian sumber daya organisasi.

Sangat beralasan bila menghadapi suatu event atau pertandingan, biasanya kalau diurus oleh banyak orang, kata IR “biasanya pengurus hanya mengurus pengurus aja, bukan fokus pada kebutuhan atlet”. Lebih lanjut IR menjelaskan

“Apabila organisasi diurus oleh banyak orang, biasanya banyak orang pula yang merasa berkepentingan, seperti karena ketua yang menandatangani surat maka harus ketua yang menjadi ketua kontingen, karena sekretaris yang membuat konsep surat maka sekretaris itu pula yang harus berangkat sebagai manager. Nah, kalau sudah begitu, bagaimana dengan si pelatih sendiri yang punya tanggung jawab terhadap atlet asuhannya, biasanya hanya pergi sebagai pendamping saja, karena semua keperluan atlet dan official, termasuk untuk keperluan tanding harus ada izin ketua, sehingga kepentingan yang mendesak dan mendadak si atlet sering terhambat karena faktor otoritas yang dimiliki oleh ketua dan bendahara.”

Kegiatan pembinaan yang dikelola oleh kelompok kecil ini (Padepokan Gajah Lampung), dengan jelas sangat efektif untuk meningkatkan prestasi, seperti terungkap dalam beberapa pendapat atlet, mantan atlet dan asisten pelatih, seorang mantan atlet mengatakan: “Saya setuju sekali dengan pola pembinaan seperti ini”, bahkan T yang sudah meraih medali emas dalam kegiatan Sea Games, mengatakan, bahwa “Kalau tanya soal ini [organisasi] *no comment*, tapi hasilnya [terbukti]. Orang mau terima atau tidak, di dalam kenyataannya setiap kejuaraan, baik nasional maupun dunia, selalu memperoleh juara. Hasil Sea Games 1997 angkat besi dapat menyumbang 7 medali emas, [dan] 5 emas di antaranya dari atlet Lampung”. Demikian pula pendapat JS, seorang atlet yang dianggap pada saat ini sebagai andalan Lampung bahkan Indonesia. Sebagai atlet pertama cabang angkat besi yang meraih medali di Asian Games, Guang Zhu tahun 2010, komentarnya adalah “Bagi saya setuju aja, yang penting lihat hasilnya”, yang ia maksudkan adalah manajemen pembinaan yang sangat sederhana. Kenyataan itu tentu saja tidak bisa dipungkiri lagi, karena teruji di lapangan bahwa cabang

olahraga lain khususnya di lingkungan Lampung sendiri tidak ada yang mampu menyamai prestasi angkat besi dan angkat berat yang berperan di tingkat nasional dan internasional. Artinya, prestasi yang dicapai para atlet angkat besi dan angkat berat selalu konsisten.

Penerapan struktur dan manajemen yang sederhana itu, prestasi yang dicapai oleh para atlet hasil pembinaan di Padepokan Gajah Lampung tersebut cukup tinggi, seperti: ditampilkan pada Gambar 4.1 dan 4.2. Artinya, organisasi atau lembaga swadaya masyarakat (LSM) yang dikenal sebagai Padepokan Gajah Lampung itu bisa dikatakan cukup efektif. Pengertian efektif menurut pendapat Robbins (1999:8) bahwa efektif seringkali dilukiskan sebagai “melakukan hal-hal yang tepat,” artinya, kegiatan kerja yang akan membantu organisasi tersebut mencapai sasarannya. Dengan kata lain, efektif berkaitan dengan “hasil akhir” atau pencapaian sasaran organisasi

Dari temuan dan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa organisasi atau lembaga Padepokan Gajah Lampung memiliki cara atau lebih tepatnya dilakukan secara manajerial yang lazim kita kenal dalam model pengelolaan suatu organisasi modern. Kepengurusan atau organisasi yang dipimpin oleh sosok IR nampaknya tidak biasa, bahkan cenderung agak “unik” atau cara pengelolaan yang berbeda dengan kebanyakan organisasi keolahragaan umumnya, bahkan lebih simpel, tapi dari segi tujuan organisasi terbilang efektif dan efisien. Hal ini sejalan dengan pendapat Handoko (2003:7) bahwa, efisien adalah kemampuan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dengan benar, dan efektivitas merupakan kemampuan untuk

memilih tujuan yang tepat atau peralatan yang tepat untuk pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.

### **Lingkungan Sosial Budaya**

Faktor lingkungan sosial yang melatar belakangi pembinaan prestasi olahraga ikut serta mempengaruhi efektivitas pembinaan. Berkenaan dengan hal ini Lutan (2005:13) mengatakan pengaruh faktor eksternal (eksogen) terhadap prestasi, meliputi berbagai faktor di luar individu, yang dipersepsikan sebagai lingkungan tempat atlet berada atau lingkungan tempat berlatih. Lebih umum pengertiannya seperti lingkungan fisik-geografis, ekonomi, sosial dan budaya, bahkan tradisi kegiatan yang telah melekat di suatu lingkungan masyarakat tertentu, serta orientasi dan kemampuan ekonomi keluarga.

Dari temuan penelitian menunjukkan bahwa pusat latihan angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung memiliki fasilitas yang sangat lengkap dan nyaman, yaitu selain fungsinya sebagai tempat pemondokan atlet yang dilengkapi dengan asrama putri dan putra yang letaknya mengelilingi tempat latihan, juga sebagai tempat latihan yang dilengkapi dengan sarana dan peralatan latihan yang cukup komplit dan memadai bagi cabang olahraga tersebut. Sehingga tidak heran dari Padepokan ini, telah lahir puluhan lifter yang telah mengharumkan nama Lampung dan Indonesia, bahkan hampir tiga dasawarsa menjadi tumpuan utama Lampung dalam Pekan Olahraga Nasional (PON).

La Iru, (2007:7) bahwa, lingkungan sosial tempat berdomisili turut mempengaruhi dan menentukan sikap terjang seseorang dalam kehidupan sehari-hari,

artinya orang-orang yang tinggal di lingkungan masyarakat yang tentram akan cenderung baik dan kecil kemungkinan untuk berbuat jahat, sebaliknya apabila seseorang bertempat tinggal di lingkungan sosial yang tidak tentram, maka orang tersebut cenderung berbuat menyimpang terhadap norma yang berlaku di dalam masyarakat. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang eksistensinya selalu dipengaruhi dan mempengaruhi lingkungan sosial budayanya (Depdiknas, 2003:18). Demikian pula Fraenken (1994) menambahkan bahwa, ada beberapa faktor yang mempengaruhi perbedaan motivasi berprestasi (*n-ach*). Di antara faktor-faktor tersebut adalah jenis kelamin, pola asuh, kebudayaan, dan tingkat sosial ekonomi. Begitu pula Singgih (1989) menegaskan bahwa, yang termasuk faktor eksternal adalah fasilitas, sarana dan lapangan, metode latihan, dan lingkungan. Sebagai contoh, Brazil berhasil mengembangkan prinsip pelatihan dan menerapkan iptek olahraga tepat guna, sederhana tetapi efektif, dikaitkan dengan faktor sosial ekonomi dan budaya (Lutan, 2003:179).

Lingkungan terutama tempat tinggal dan tempat latihan merupakan faktor yang langsung dan sangat besar sekali pengaruhnya terhadap perubahan atau perkembangan anak atau siswa/atlet. Seperti ditegaskan Lutan (2005:425) bahwa “faktor lingkungan sosial-budaya yang merupakan landasan perilaku anggota masyarakat yang menyebabkan terjadinya pembedaan kesempatan dan pemanfaatan peluang yang ada untuk melakukan aktivitas jasmani”. Anggota keluarga, seperti kakak dalam suatu keluarga memberikan pengaruh terhadap pembentukan minat dan keterlibatan dalam kegiatan olahraga. Teman sepermainan juga merupakan sumber pengaruh yang potensial dalam proses sosialisasi olahraga



yang dimulai di lingkungan keluarga, bahkan pelatih dan guru olahraga merupakan agen sosial yang penting yang mempengaruhi keterlibatan anak dalam olahraga (Greendorfer & Lewko, 1978b, dalam Lutan, 2005:426).

Faktor lingkungan merupakan faktor eksternal yang sangat berpengaruh terhadap performa/kinerja atlet, karena itu Singgih (1989) menjelaskan bahwa yang termasuk faktor eksternal adalah fasilitas, sarana dan lapangan, metode latihan, dan lingkungan.

Berdasarkan fakta tersebut terungkap bahwa lingkungan sosial sangat berperan dalam proses sosialisasi anak usia muda atau usia dini ke dalam olahraga, terutama keluarga antara lain orangtua dan saudara sekandung. Sosialisasi ke dalam olahraga dapat pula ditelaah dari proses modeling, dan prosesnya dapat ditinjau dari teori pembelajaran sosial (*social learning*). Teori ini menekankan bahwa peranan lingkungan sebagai rujukan. Menurut Bandura (1977; dalam Weinberg & Gould, 1995) dengan teorinya, bahwa modeling itu terdiri dari tiga unsur: observasi, reinforcement, dan perbandingan sosial. Para atlet muda mengamati lingkungan sekitarnya untuk dijadikan model. Mereka meniru perilaku model dan keberhasilan yang dicapai oleh atlet seniornya, demikian pula dukungan dari luar seperti dari orang tua, pelatih, atau guru, sehingga mengukuhkan komitmen mereka untuk terus menekuni kegiatan latihan dalam cabang angkat besi dan angkat berat.

Karena umumnya para atlet berasal dari wilayah sekitar Padepokan tersebut, maka sosialisasi dengan masyarakat tentang keberadaan dan aktivitas di Padepokan tersebut tidak menemui kendala. Hal ini sejalan dengan teori yang

dikemukakan dalam Thesis Turner (diposting oleh Syahrianto pada tanggal 28 Desember 2009), yaitu “*Centre and Phery-Phery*” bahwa, makin dekat pada pusat kegiatan makin mengenal tentang kegiatan itu. Artinya, makin dekat dengan sumber atau tempat kegiatan atau latihan dari cabang olahraga angkat besi makin banyak orang yang mengenal cabang tersebut, tetapi sebaliknya makin jauh dari pusat kegiatan cabang olahraga angkat besi maka makin tidak mengenal seluk beluk dan keterlibatan pada cabang olahraga tersebut.

Para lifter sebagian besar bertempat tinggal di lingkungan pedesaan, yakni sekitar 24 orang atau sekitar 60% dari jumlah atlet yang latihan di Padepokan Gajah Lampung, sedangkan sisanya bertempat tinggal di perumahan, pasar, dan asrama TNI/Polri. Artinya, kebanyakan mereka tinggal di lingkungan yang sangat sederhana, jauh dari keramaian dan hirup pikuk tempat hiburan atau belanja seperti mall atau supermarket. Mudah dipahami, kehidupan di pedesaan sangat dipengaruhi oleh kultur atau nilai-nilai dan kebiasaan yang diwarisi orang tua kepada sang anak.

Selain faktor sosial dan budaya yang mempengaruhi lingkungan para atlet di Padepokan Gajah Lampung, faktor ekonomi keluarga (orang tua) juga ikut berperan untuk membangkitkan motivasi anak usia muda menjadi atlet angkat besi dan angkat berat, bahkan prestasi yang dicapainya dapat mengubah taraf hidup mereka dikemudian hari.

Berdasarkan temuan bahwa mayoritas atlet berasal dari keluarga sederhana, dan berpenghasilan sangat minim. Data tersebut menunjukkan bahwa status sosial ekonomi keluarga, para orang tua lifter Gajah Lampung

relatif rendah. Rendahnya penghasilan seperti itu terkait dengan jenis pekerjaan para orang tua atlet yang tekuninya, hal ini sesuai temuan bahwa pekerjaan yang ditekuni oleh para orang tua atlet di Padepokan Gajah Lampung adalah buruh, baik buruh di sektor pertanian, bangunan maupun jasa di Pasar, seperti disampaikan T, yakni “sekitar 90% atlet berasal dari yang tidak mampu”.

Karena terbatasnya mata pencaharian atau pekerjaan orang tua atlet, maka penyebabnya adalah latar belakang pendidikan yang juga relatif rendah, hal ini terungkap fakta bahwa kebanyakan para orang tua atlet berpendidikan sekolah dasar (SD), dan bahkan tidak sekolah. Padahal, ada hubungan linier antara tingkat pendidikan dan pendapatan seseorang (Becker, 1993). Artinya, bila seseorang berpendidikan tinggi maka akan tinggi pula pendapatannya, begitu pula bila seseorang berpendidikan rendah maka pendapatannya akan rendah pula. Keadaan ini relatif berpengaruh terhadap tingkat pendapatan atau status sosial ekonomi keluarga. Faktor ini pulalah yang mungkin mendorong mayoritas anak muda menjadi atlet di Padepokan Gajah Lampung, sehingga melalui olahraga angkat besi dan angkat berat ini kehidupan sosial akan terjadi perubahan. Hal ini sesuai dengan teori kritis yang dikemukakan Tomlinson (1998) dalam Coackley (2001:40) bahwa melalui kegiatan olahraga akan mempengaruhi kehidupan dan hubungan antar satu dengan yang lain

### **Figur Pembina dan Kepemimpinan yang Terkait dengan Orientasi Nilai**

Perkembangan olahraga angkat besi dan angkat berat Lampung tidak terlepas dari sosok IR sebagai etnis Tionghoa. Pada zamannya, ia merupakan atlet

berprestasi di tingkat nasional. Namun, pada tahun 1979 mengalami cedera akibat beberapa kerusakan struktur tulang belikat (scapula), bagian siku dan lutut, terpaksa ia berhenti sebagai atlet angkat besi. Setelah pensiun sebagai atlet, ia membangun sebuah Padepokan di tempat tinggalnya di Pringsewu, yang ia sendiri beri nama “Padepokan Angkat Besi dan Angkat Berat Gajah Lampung”. Ia pun bertindak sebagai pelatih kepala dan manajer. Bagi warga Lampung khususnya bahkan Indonesia, sosok IR sangat identik dengan Padepokan Gajah Lampung, karena sebutan Gajah Lampung merupakan julukan yang ditujukan pada dirinya ketika menjadi lifter yang disegani, baik di tingkat nasional maupun internasional (Lampung Post, 2008: 182-185).

Berdasarkan hasil wawancara dengan para (6 orang) lifter di Padepokan Gajah Lampung, maupun mantan lifter terungkap kesan tentang IR: “Ia memiliki sikap yang sangat tegas dan menjunjung disiplin yang sangat tinggi. Ia memposisikan dirinya, selain sebagai pelatih juga sebagai seorang manajer yang brilian dan sebagai ayah bagi atlet asuhannya.” Demikian pula menurut beberapa atlet yang lainnya, seperti T, MY, IW yang mengatakan bahwa “Sebagai pelatih, IR sangat disiplin dan keras dalam memegang prinsip”. Pendapat ini diperkuat oleh asisten pelatihnya, yakni IS: “Ia sangat disiplin”, dan AM sebagai satu-satunya pelatih wanita mengatakan, “Dia orangnya keras, disiplin sangat tinggi, selalu harus *ontime*. Atlet wanita andalan Lampung, ODP mengatakan: “Ia bisa menumbuhkan semangat, sangat *care*, disiplin luar biasa, dedikasinya sangat tinggi. Ia tidak mau terlalu santai, seperti mottonya ‘lebih baik hujan batu

di negeri sendiri daripada hujan emas di negeri orang. Masalah pribadi tidak dibawa dalam latihan”.

Oleh karena itu, tidaklah heran bila para atlet sangat penurut dan disiplin ketika instruksi pelatih harus dijalankan, bahkan tidak ada seorangpun yang membantah atau main-main, seperti yang disampaikan oleh ES asisten pelatih: “Beliau tidak kaku, tetapi juga pemaaf kepada atlet yang buat salah, dari segi disiplin yang ditanamkan adalah keseriusan,[dan] dalam latihan tidak boleh main-main.”

Di samping IR sebagai pelatih memiliki disiplin dan sikap yang keras, seperti dipaparkan oleh berbagai pihak seperti oleh atlet pemula, junior, senior, mantan atlet maupun asisten pelatih, IR juga memiliki sifat yang positif sebagai seorang pembina, yaitu kharismatik, tanggung jawab, kreatif, dan penuh perhatian, seperti disampaikan berikut ini oleh atlet yang masih aktif (Su) “Ia memiliki dedikasi yang cukup tinggi”, atau MY (mantan atlet) mengatakan: “Ia berdedikasi sangat tinggi, tanpa beliau saya tidak bisa seperti ini sampai menjadi juara beberapa kali di Sea Games (Malaysia, 2001, Vietnam, 2003, dan Philipina, 2005). MY menambahkan ‘Ia bisa bertindak sebagai ayah sehingga ia mampu menggantikan orang tua saya yang jauh di Bengkulu”.

Begitu pula pendapat dari T (mantan atlet), “IR itu pelatih yang sangat berkharisma, menemukan, melatih dan mendidik saya dari nol sampai menjadi juara Sea Games dua kali, yaitu Singapore (1993) perak, Chiang Mai (1995) emas, dan Jakarta (1997) emas”. Bahkan menurut W pemegang medali perunggu di Olympiade Sydney (2000): “Ia cukup kreatif, hal ini dibuktikan dengan

menciptakan berbagai alat bantu yang mendukung latihan.” SI, rekan W yang sama-sama dapat perunggu di Olimpiade 2000 menambahkan pula: “Selain disiplin, ia juga bertanggung jawab, [dan] terhadap atlet sayang dan mampu seperti orang tua, sangat perhatian, sampai pada jenis makanan yang harus dimakan atlet pun ia sangat *care*”.

Selanjutnya, para atlet senior yang pernah berseberangan dengan sang pelatih (IR), seperti G mengakui keunggulan IR: “Ia disiplin, keras dan tegas serta penuh tanggung jawab. Misalnya, untuk tanggung jawab ia selalu perhatian ketika atlet sakit. Ia juga menekankan teknik harus baik. Sebagai mantan atlet ia selalu menjaga kesehatan fisik melalui latihan fitness di dalam rumahnya dan lari di tempat”. Kemudian Su sebagai atlet angkat berat yang paling senior (38 tahun) peraih medali emas lebih dari 15 keping di kejuaraan dunia, mengatakan tentang IR, “Orangnya keras dan disiplin tinggi, bahkan saya saja yang sudah senior, kalau tidak latihan sekali aja uang makan dipotong.”

Selain sifat kepribadian yang khas dan kepemimpinan dalam melaksanakan tugas sebagai pembina, IR pun memiliki kebiasaan yang sangat berbeda dengan kebanyakan pelatih. Pelatih lain, ketika atletnya menjuarai dalam suatu event misalnya, ia akan larut dalam kegembiraan, seperti memeluk, jingkrak-jingkrak atau difoto bersama atletnya itu. Tetapi ini sebaliknya, seperti diungkapkan oleh W: “Pak IR tidak suka tampil di depan umum, karena orang yang banyak tampil biasanya banyak membuang energi.” Begitu pula pendapat para atlet maupun mantan atlet yang berkaitan dengan pengalamannya ketika menjadi juara dalam berbagai event, MY mengatakan “Ia jarang memuji di depan atlet”, dengan

alasan, kata IR sendiri “Menurut saya [cara itu] bagus biar, tidak gede kepala.” Selanjutnya MY menambahi “Pak IR malas kalau dipuja-puja, malahan ketika pengalungan medalipun, maunya [ia] pulang. Alasannya mungkin ia tidak mau diangkat, betul-betul *low profil* atau ikhlas saja.”

Dalam kesempatan lain SI menceritakan pengalamannya ketika menang bertanding di luar negeri (Chiang Mai). IR tidak mau pulang bersama rombongan, dan kebetulan dalam kontingen itu ada dr Sony Tobing sebagai dokter kontingen. IR berpesan “Kalau nanti di Jakarta ada yang wawancara, siapa yang mendampingimu, maka jawab aja dr Sony Tobing”, “Kemungkinan hal ini dilakukan untuk menghindari rasa sombong dan lupa diri pada atlet” tambahnya.

Demikian pula komentar dari beberapa orang sebagai wali atau orang tua atlet yang mengatakan “Ia tidak pernah memuji di depan atlet. Itu sudah menjadi kebiasaannya, sehingga atlet pun sudah menyadarinya. Pada awalnya semasa jadi atlet, anak saya merasa takut, tapi lama kelamaan sudah terbiasa”.

Hal unik lainnya dari sosok IR sebagai pelatih atau pemimpin dari Padepokan Gajah Lampung, terungkap ketika peneliti menyaksikan sendiri, ucapan IR kepada salah seorang atlet yang menghuni Asrama, yang kebetulan merusak salah satu benda di kamarnya. Dengan entengnya ia berkata “Hey, untuk mengganti barang itu, mungkin bonus yang kamu terima pun belum tentu cukup untuk menggantinya’. Omongan yang dianggap kasar oleh kebanyakan orang, tapi bagi atlet ditanggapi sebagai hal biasa. Ketika peneliti menanyakan hal ini kepada orang tua atlet, mereka menjawab: “Bagi anak-anak (atlet) hal itu tidak pernah ditanggapi sebagai penghinaan, tetapi malah diimplementasikan sebagai bentuk

motivasi”. Bahkan TY mengungkapkan, “IR jarang memberi ucapan selamat, [dan] memberi motivasi dengan cara sedikit meremehkan dengan maksud agar kami terpacu.”

Sosok pelatih atau figur pembina sekaligus pemimpin dari sebuah Padepokan angkat besi dan angkat berat, yang lebih populer disebut “Padepokan Gajah Lampung”, ia dianggap sebagai suhu atau tokoh sentral dari sebuah pura Shaolin (Lampung Post, 2008: 182-185) yang telah melahirkan banyak atlet dan mantan atlet yang kemudian menjadi pelatih hampir di semua daerah di Indonesia. Fakta empiris ini sesuai yang dikemukakan Harsono ((1988:7) bahwa, :”tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan keterampilan pelatihnya”

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dibalik gaya kepemimpinan ala atau model IR nampaknya cukup berhasil dalam proses pembinaan atlet usia muda, sehingga mencapai prestasi yang cukup membanggakan baik tingkat nasional, regional maupun internasional. Karena prestasinya pula, Ia cukup disegani bahkan PB PABBSI memberikan ijin dalam menyelenggarakan pusat pelatihan nasional (Pelatnas) untuk berbagai event Internasional, seperti SEA Games, Asian Games hingga Olympiade di Pringsewu, khususnya bagi atlet-atlet Gajah Lampung.

Dari temuan penelitian di atas sejalan dengan hasil penelitian Tutko dan Richards (1975) yang dikutip Harsono, 1988:46-54) bahwa model atau gaya kepemimpinan IR mirip dengan tipe pelatih otoriter (*authoritarian coach*) dengan ciri-ciri kepribadiannya walau tidak sama persis, tapi sebagian nampak sekali, seperti:



berpegang teguh pada prinsip (tegas dan keras), menerapkan sistem hukuman untuk memaksa atlet patuh pada peraturan (contohnya, memotong uang saku ketika atlet tidak hadir latihan), ketat dalam rencana dan jadwal latihan (tidak bisa seenaknya dalam mengikuti latihan sekalipun itu hari raya, apalagi pertandingan yang akan dihadapi sangat penting), dia bukan pribadi yang hangat (tidak pernah ikut larut bergembira saat atlet asuhannya memenangkan kejuaraan), seringkali menggunakan teknik ancaman untuk memotivasi para atletnya (sering kali melontarkan omongan ketika atletnya merusak sesuatu barang, dengan kata seperti: walaupun besok kamu dapat bonus tidak akan cukup untuk mengganti kursi yang patah itu), tidak senang punya asisten yang mempunyai kepribadian sama dengannya (karena itu wajar kalau dia mengangkat anaknya sebagai asisten pelatih). Semua itu meskipun dirasakan pahit oleh sebagian atlet, tapi sisi baiknya cukup terasa pula, seperti: pelaksanaan pembinaan (latihan) sangat teroganisir dengan baik, sehingga dikagumi karena beberapa faktor (a) sukses yang diperoleh dengan cara melatihnya, (b) kerja keras yang diperlihatkan dalam menangani atletnya, dan (c) atlet merasakan manfaatnya untuk dilatih oleh pelatih dengan tipe demikian.

Karena itu, Gordon (1990) dalam Muviarni (2008) mengemukakan bahwa tidak semua orang dapat menjadi pemimpin yang efektif dalam suatu organisasi. Pemimpin yang efektif adalah pemimpin yang anggotanya dapat merasakan bahwa kebutuhan mereka terpenuhi, baik kebutuhan bekerja, motivasi, rekreasi, kesehatan, sandang, pangan, tempat tinggal maupun kebutuhan lainnya yang pantas didapatkannya. Artinya, semua kebutuhan anggota dalam organisasi terpenuhi

dengan baik. Situasi yang demikian menggambarkan hubungan yang positif antara pemimpin dengan para anggota organisasi.

Namun, sampai saat ini belum ada penelitian yang menyimpulkan bahwa salah satu tipe kepemimpinan dari seorang pelatih itu lebih baik, tentu saja dari setiap tipe memiliki kelemahan dan kelebihan. Karena itu, dengan seseorang diidentifikasi mirip dengan salah satu tipe kepemimpinan bukan berarti orang tersebut dicap 100% identik dengan nilai-nilai negatifnya saja, akan tetapi cara seperti itu akan memudahkan dalam aspek analisis saja.

Seorang pemimpin harus memiliki jiwa kepemimpinan, menurut G.R.Terry, kepemimpinan adalah kegiatan-kegiatan untuk mempengaruhi orang-orang agar mau bekerja sama untuk mencapai tujuan (Purwanto, 2007:63), selanjutnya Purwanto (2007:64) menjelaskan ciri-ciri pemimpin yang baik:

- 1) **kekuatan**, yaitu memiliki kekuatan mental dan fisik yang baik
- 2) **stabilitas emosi**, yaitu tidak cepat marah dan tenang menghadapi masalah yang pelik sekalipun
- 3) **human relationship**, yaitu mempunyai pengetahuan tentang hubungan manusiawi dan luwes dalam pergaulan
- 4) **personal motivation**, yaitu memiliki motivasi untuk memimpin yang baik dan dapat memotivasi diri dengan benar dan terarah
- 5) **communication skill**, yaitu memiliki kecakapan komunikasi yang efektif
- 6) **teaching skill**, yaitu memiliki kecakapan untuk pengarahan, mengajarkan, menjelaskan dan mengembangkan bawahan
- 7) **social skill**, yaitu mempunyai keahlian di bidang sosial, supaya terjalin kepercayaan dan kesetiaan bawahan, seperti peramah dan luwes dalam pergaulan, dan lain-lain.
- 8) **technical competent**, yaitu mempunyai kecakapan menganalisis, merencanakan, mendelegasikan wewenang, mengambil keputusan, serta mampu menyusun konsep dan mengoordinasikan

Untuk menunjang keberhasilan proses pembinaan tentu saja harus ada program latihan. Namun setelah dikonfirmasi kepada pihak-pihak yang terkait,

seperti pelatih maupun asisten pelatih, hampir semua tidak bisa mengungkapkan secara nyata tertulis dari wujud program latihan itu. Ketika didiskusikan mereka mengemukakan pendapatnya dengan fasih sekali tentang program latihan, Misalnya, tentang teknik yang disesuaikan dengan karakter dan kemampuan masing-masing atlet, periode latihan dirancang dalam siklus mingguan sehingga ada minggu ringan, minggu sedang dan minggu berat. Dengan demikian, ujar ES, “Atlet terkondisikan dengan baik.” Selanjutnya IS menambahkan, “Meskipun kami sebagai asisten menjalankan program latihan, tapi semuanya tetap tergantung pada beliau, [IR] keputusan ada ditangannya.”

Ketika hal itu didiskusikan dengan IR selaku pelatih kepala, tetap saja ia tidak pernah menunjukkan dokumen program latihan.” Bahkan ia sendiri berargumentasi “Buat apa program latihan panjang lebar dan cukup bagus, tapi tidak bisa dilaksanakan dan bahkan tidak pernah ada hasil.” Selanjutnya ia menerangkan, bahwa “Di sini pun ada program latihan yang dibuat dari sejak dulu dan tentunya selalu disesuaikan dengan situasi dan kondisi anak”. Bahkan A sebagai asisten pelatih menegaskan, bahwa “hampir 40 tahun ikut serta berkecimpung sebagai pelatih cabang olahraga ini, Pak IR sudah dapat mengetahui berbagai hal tentang aspek kepelatihan”.

Karena itu, pengelolaan sistem manajemen di LSM Padepokan Gajah Lampung ini sangat “*unik*”, namun prestasi sungguh luar biasa, seperti komentar atau pendapat dari beberapa atlet, mantan atlet dan asisten pelatih, antara lain A: “saya setuju sekali dengan pola pembinaan seperti ini”, bahkan T yang sudah mendulang emas di Sea Games, mengatakan, bahwa “kalau tanya soal ini *no*

*comment*, tapi buktikan hasilnya, orang mau terima atau tidak di dalam kenyataannya setiap kejuaraan, baik nasional maupun dunia selalu memperoleh juara, hasil Sea Games 1997 angkat besi dapat menyumbang 7 medali emas, 5 emas diantaranya dari atlet Lampung ”.

Demikian pula pendapat JS, seorang atlet yang dianggap saat ini sebagai andalan Lampung bahkan Indonesia. Sebagai atlet pertama cabang angkat besi yang meraih medali di Asian Games, Guang Zhu tahun 2010 (China), komentarnya adalah “bagi saya setuju aja, yang penting lihat hasilnya”, yang ia maksudkan adalah manajemen pembinaan yang sangat sederhana. Kenyataan ini tentu saja tidak bisa dipungkiri lagi, karena teruji di lapangan bahwa cabang olahraga lain khususnya di lingkungan Lampung sendiri tidak ada yang mampu menyamai prestasi angkat besi dan angkat berat yang berperan di tingkat nasional dan internasional.

Dari temuan penelitian khususnya tentang pelaksanaan pembinaan, walaupun tidak dapat menunjukkan program latihan secara tertulis, tetapi berdasarkan pengamatan mereka melakukan pembinaan sudah memenuhi kaidah-kaidah keilmuan atau paling tidak prinsip-prinsip latihan, antara lain ada warming up sebelum latihan, ada prinsip individual, prinsip variasi, dan prinsip beban lebih (over load). Keadaan ini sejalan dengan pendapat Harsono (1988:32) bahwa, tiga hal yang akan menunjang suksesnya seorang pelatih dalam tugasnya ialah (a) latar belakang pendidikannya dalam ilmu-ilmu yang erat hubungannya dengan olahraga, (b) pengalamannya dalam olahraga, baik sebagai atlet top maupun sebagai pelatih, dan (c) motivasinya untuk senantiasa memperkaya diri dengan

ilmu dan pengetahuan yang mutakhir mengenai olahraga, khususnya mengenai olahraga yang ditekuninya.

Salah satu komponen yang mempengaruhi prestasi atlet adalah “faktor pelatih”, seperti yang diungkapkan Purnamasari (2011:44) dari hasil penelitiannya, yaitu “Tingkah laku, sikap kemampuan berkomunikasi pelatih sangat mempengaruhi atlet”. Selanjutnya, Purnamasari (2011:45) mengungkapkan bahwa, ilmu pengetahuan, pengalaman dan kemampuan pelatih mempunyai peranan dalam pencapaian prestasi atlet. Demikian pula Kementerian pemuda dan olahraga (2000) dalam Purnamasari (2011:48) bahwa, “....peningkatan kualitas perlu dilakukan untuk tenaga keolahragaan seperti pelatih... guna mendukung sistem keolahragaan secara nasional agar terjadi percepatan prestasi....” Begitu pula Williams dalam Philips (2007:16): “the coach is the most important person in determining the quality and the effectiveness of an athletic program.” Satu hal yang cukup penting yang umumnya dimiliki oleh pelatih adalah jiwa kepemimpinan. Pelatih harus memiliki kemampuan yang baik sebagai pemimpin serta terampil dalam memimpin, termasuk mengelola latihan.

Berdasarkan uraian dari temuan dan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa IR selain sebagai pelatih yang memiliki ciri atau orientasi nilai dengan kecenderungan “otoriter” (walau pun ciri ini tidak tepat seratus persen), yakni tegas, keras, disiplin, tanggung jawab dan menekankan para atletnya untuk patuh pada aturan, tetapi juga ia sebagai pemimpin dari sebuah lembaga atau organisasi olahraga angkat besi memiliki kekuatan mental dan fisik

yang baik, tenang menghadapi masalah yang pelik sekalipun (*stabilitas emosi*), mempunyai pengetahuan tentang hubungan manusiawi dan luwes dalam pergaulan (*human relationship*), memiliki motivasi untuk memimpin yang baik dan dapat memotivasi diri dengan benar dan terarah (*personal motivation*), memiliki kecakapan komunikasi yang efektif (*communication skill*), memiliki kecakapan untuk pengarahan, mengajarkan, menjelaskan dan mengembangkan bawahan atau asistennya (*teaching skill*), mempunyai keahlian di bidang sosial, supaya terjamin kepercayaan dan kesetiaan bawahan (*social skill*), dan mempunyai kecakapan menganalisis, merencanakan, mendelegasikan wewenang, mengambil keputusan, serta mampu menyusun konsep dan mengoordinasikan (*technical competent*). Dengan demikian sosok IR sebagai pelatih dan sekaligus sebagai seorang pemimpin di Padepokan tersebut terbukti cukup disegani dan dituruti oleh para atlet atau bawahannya. Karena itu pula ia sebagai seorang pelatih mempunyai jiwa kepemimpinan yang baik, hal ini terbukti Ia terampil dalam memimpin, termasuk mengelola latihan sehingga bisa melahirkan banyak atlet berprestasi cukup lama (1979-2009). Kondisi ini merupakan karakteristik olahraga modern, yaitu proses pembinaan olahraga dibangun di atas landasan yang kokoh serta berpegang pada tumbuhnya sebuah kesisteman yang sehat dan berorientasi jangka panjang.

**2. Pola partisipasi atau sosialisasi cabang angkat besi dan angkat berat pada atlet muda, mulai tahap pengenalan latihan yang intensif sampai prestasi puncak yang memperhitungkan peranan para atlet terdahulu sebagai model (kaderisasi).**

**Profil Atlet**

Pada saat ini atlet yang berada di Padepokan Gajah Lampung merupakan atlet generasi yang kesekian kali, karena atlet angkat besi dan angkat berat yang bergabung dalam padepokan tersebut pada mulanya sering keluar masuk. Bahkan secara administrasi belum tertata dengan baik, sehingga sulit bila ditanyakan jumlah yang aktif sebenarnya di Padepokan tersebut. Bila terus didesak, dengan entengnya pelatih (IR) menjawab, bahwa “Hanya atlet yang kuat mental yang bisa bertahan lama, bahkan sampai mencapai hasil maksimal.” Pernyataan tadi diperkuat pula oleh para asistennya.

Para atlet di Padepokan Gajah Lampung, antara atlet putra dan putri tidak jauh berbeda jumlahnya. Hal ini menunjukkan bahwa minat sebagai lifter atau olahragawan yang dianggap banyak orang hanya mengangkat beban berupa besi, ternyata animonya dikalangan remaja putri cukup besar. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan gender atau prinsip persamaan hak (*equality*), yang berarti membuka peluang bagi semua orang tanpa pandang bulu termasuk status sosial dan gender untuk melakukan perubahan ke arah vertikal (Guttman, 1978, 1988 dalam Coackley & Dunning, 2006: 253) khusus di kalangan wanita di daerah Pringsewu Lampung tidak ada masalah. Hal ini sesuai pula dengan teori kritis, di mana perhatian utamanya pada isu-isu kekuasaan dan dinamika perbedaan jenis kelamin yang berhubungan dengan kehidupan sosial (Coackley, 2001:36).

Dari temuan tersebut nampak sekali bahwa minat menjadi atlet angkat besi maupun angkat berat di Padepokan Gajah Lampung tidak ada perbedaan atau animonya cukup berimbang. Keadaan ini sangat terbalik dengan hasil penelitian

yang dilaporkan Shifflett (1994 dalam Volkwein dan Caplan, 2004:143) bahwa: *“even today, males are characterized to be the strong, rational, and active gender whereas females are characterized as the weak, irrational, and passive gender”*. Pernyataan itu tentu saja tidak berlaku bagi para atlet yang berlatih di Padepokan angkat besi dan angkat berat Gajah Lampung, karena kenyataannya justru para lifter putri tidak kalah prestasinya bila dibandingkan dengan lifter putra (lihat Gambar 4.1 dan 4.2).

Bila ditinjau dari faktor usia rata-rata usia para atlet di Padepokan Gajah Lampung, paling banyak berada pada rentang umur 16-20 yaitu 15 orang dan berada di antara umur 26-30 sebanyak 12 orang. Bahkan, berdasarkan observasi dan wawancara masih terdapat atlet yang masih duduk di bangku sekolah dasar. Hal ini membuktikan bahwa cabang olahraga angkat besi dan angkat berat cukup diminati oleh kalangan remaja, walaupun pada umumnya seusia remaja seperti itu lebih cenderung menyenangi bentuk olahraga permainan yang sesuai tuntutan dari perkembangan dan pertumbuhan mental dan fisiknya. Namun, karena kuatnya motivasi sebagai bentuk dari keberhasilan yang telah dipertontokan oleh kebanyakan mantan atlet tentang kemapanan dari aspek ekonomi atau kesejahteraannya sehingga menimbulkan suatu “model” yang berusaha untuk diikuti dan ditiru sebagai daya pikat untuk mengubah taraf hidup diri pribadi dan bahkan keluarganya. Hal ini membuktikan bahwa cabang olahraga angkat besi dan angkat berat cukup diminati oleh kalangan remaja.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa atlet yang berada pada



rentang usia 20-30 tahun relatif lebih banyak, keadaan ini menunjukkan sebagai usia “Top” atau “Golden age”. ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Harsono (1988:111) dan Bumpa (1990:35) bahwa usia 18-21 tahun merupakan usia puncak dari cabang olahraga angkat besi. Dengan demikian cabang olahraga angkat besi bisa dikatakan cukup berhasil melakukan kaderisasi, sehingga bisa menjaga dan sekaligus mempertahankan konsistensi prestasinya. Bahkan salah seorang atlet angkat berat berinisial S pada bulan Januari 2009 masih berhasil merebut emas pada kejuaraan dunia dalam usia 35 tahun. Artinya, usia atlet pada angkat berat relatif lebih tua dari pada atlet angkat besi. Hal ini bisa dipahami karena angkat berat tidak dituntut teknis angkatan yang terlalu rumit jika dibandingkan dengan angkat besi. Pada angkat berat hanya dikenal dengan angkatan *squat*, *bench press* dan *dead lift*, sedangkan jenis angkatan pada angkat besi adalah *snatch*, *clean & jerk*. Karena tuntutan teknis maka untuk angkat besi lebih sulit jika dibandingkan dengan angkat berat, selain dituntut kekuatan untuk mengangkat beban berat yang disebut dengan barbel, juga dituntut pula kombinasi dari fleksibilitas, konsentrasi, disiplin, teknik, mental dan daya ledak (kekuatan & kecepatan) fisik yang prima. Dan khusus untuk angkatan *snatch* dibagi dalam enam fase:”the first pull, the transition, the second pull, the turnover under the barbell, the catch phase, and the rising from the squat position” (Harbili, 2012:162). Seperti yang dikemukakan oleh pelatih kepala cabor tersebut (IR), yakni “kedua jenis angkatan itu ibarat penjurusan IPA dan IPS di SMA”.

Hal ini pula menjadi motivasi atau pemicu dan sekaligus pemacu para generasi muda untuk merubah kehidupan keluarga dengan terjun sebagai atlet angkat besi dan angkat berat. Keadaan ini tentu saja sejalan dengan teori Hirarki Kebutuhan Abraham Maslow yang dikutip Razik dan Swanson (2008:283) bahwa, setiap manusia terdapat suatu hirarki kebutuhan, antara lain *physiological, safety, social love, esteem, dan self actualization*. Termasuk di dalamnya kebutuhan rasa lapar, papan, biologi, kebutuhan badaniah, keamanan, rasa kasih sayang, menghargai diri sendiri, pencapaian prestasi dan pemenuhan diri.

Demikian pula asal usul para lifter Gajah Lampung mayoritas adalah pendatang, sebagian besar merupakan transmigran berasal dari suku Jawa, sedangkan yang lainnya adalah Palembang, Sunda, Padang, dan Bengkulu. Data tersebut menunjukkan bahwa para lifter Gajah Lampung kebanyakan adalah para pendatang, sedangkan atlet pribumi sendiri atau suku asli Lampung hanya satu orang. Jadi, pantaslah mereka memiliki sifat *kompetisi* yang tangguh dan ketika menjadi seorang atlet angkat besi dan angkat berat pun mereka tampil cukup bersemangat dan disiplin. Karena motivasi yang tinggi bagi para lifter yang berusia muda maka mereka berusaha untuk tetap berlatih, hal ini sesuai dengan pendapat Harsono (1988:250) bahwa “Motivasi sendiri adalah wujud yang tidak nampak pada orang dan yang tidak bisa kita amati secara langsung. Yang dapat diamati adalah tingkah lakunya yang merupakan akibat atau manifestasi dari adanya motivasi pada diri orang itu.”

Motivasi terbagi ke dalam dua tipe yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang timbul dari dalam diri sendiri. Harsono (1988:251) menjelaskan bahwa:

“Motivasi instrinsik berfungsi karena ada dorongan-dorongan yang berasal dari dalam diri individu sendiri. Misalnya seseorang selalu berusaha untuk semakin meningkatkan kepintarannya, kemampuannya dan keterampilannya karena hal tersebut akan memberikan kepuasan kepada dirinya. Dia tidak peduli apakah karena prestasinya nanti dia akan mendapat pujian, medali, atau hadiah-hadiah lainnya atau tidak: yang penting baginya hanyalah kepuasan diri”.

Harsono lebih jauh memaparkan bahwa ciri-ciri orang dengan motivasi instrinsik biasanya tekun dalam memperdalam ilmu, dedikasi tinggi dalam latihan, tidak menggantungkan diri kepada orang lain, mempunyai kepribadian yang matang, percaya diri, dan mempunyai disiplin diri yang matang. Demikian pula dalam dunia olahraga, motivasi instrinsik sering pula disebut *competence motivation*, karena atlet dengan motivasi instrinsik biasanya sangat bergairah untuk meningkatkan kompetensinya dalam usahanya untuk mencapai kesempurnaan.

Selanjutnya latar belakang pendidikan para atlet di Padepokan Gajah Lampung menunjukkan bahwa mayoritas atlet angkat besi dan angkat berat telah menjalani pendidikan hingga tamat SMA (18 orang), sedangkan paling sedikit hanya 1 orang (3,70%) atlet putra pemula yang sedang menjalani pendidikan di sekolah dasar (SD). Sisanya tersebar pada setiap jenjang, pada jenjang sarjana belum ada.

Hasil temuan penelitian mengidentifikasi bahwa pada umumnya pendidikan yang telah ditempuh cukup bervariasi dan yang paling banyak

adalah tamatan SLTA. Artinya, kesadaran mereka untuk menuntut ilmu atau menjalani pendidikan cukup besar bila dibandingkan dengan pendidikan yang pernah dijalani para orang tua mereka yang relatif rendah, sehingga dalam menjalani pekerjaan pun relatif rendah pula, dan akhirnya segi pendapatan pun atau tingkat kesejahteraan keluarga juga relatif rendah. Karena itu, Becker (1993) memandang bahwa ada hubungan linier antara tingkat pendidikan dan pendapatan seseorang. Artinya, bila seseorang berpendidikan tinggi maka akan tinggi pula pendapatannya dari pada orang yang berpendidikan rendah.

Sedangkan status perkawinan, hasil pengamatan dan survei lewat angket ternyata data menunjukkan bahwa para lifter Gajah Lampung mayoritas masih sendiri atau single, namun tidak sedikit pula yang sudah menikah tapi dalam unjuk kebolehan mengangkat beban masih lebih baik dari pada yang masih sendiri.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa status bukan menjadi penghambat dalam mencapai prestasi, hal ini dibuktikan oleh para atlet angkat besi maupun angkat berat, baik yang telah menikah maupun belum sama-sama telah membuktikan prestasinya. Untuk atlet angkat berat terdapat S, SR dan SY, mereka telah beberapa kali meraih prestasi tingkat dunia, bahkan S sudah 15 medali emas lebih yang diperoleh pada ajang tingkat dunia. Sedangkan pada atlet angkat besi telah ditunjukkan pula prestasinya oleh G, C, dan JS. JS sendiri di Olympiade Beijing 2008 telah mempersembahkan medali untuk Indonesia. Dari hasil pengamatan ditemukan pula bahwa pasangan atlet

banyak yang berjodoh dengan sesama atlet di Padepokan, seperti JS dengan C, S dengan B, juga ada mantan atlet, yaitu T dan W, kemudian C dan R. Ini menunjukkan bahwa Padepokan atau lembaga tempat berlatih sekaligus tempat ideal untuk ketemu jodoh, karena aktivitas dan intensitas yang begitu padat, serta tempat yang memungkinkan.

### **Catatan Prestasi**

Prestasi yang pernah diraih oleh para atlet Padepokan Gajah Lampung sepanjang dasa warsa terakhir (1999-2009). Menunjukan telah menorehkan prestasi cukup berarti bagi negara dan bangsa, bahkan kalau dibandingkan dengan cabang olahraga yang lain belum ada tandingnya, maka dapat disimpulkan bahwa kaderisasi atlet sudah berjalan cukup baik. Hal ini bisa dilihat dari atlet usia muda dan berprestasi cukup banyak prosentasinya baik untuk angkat besi maupun angkat berat. Namun, hal ini tidak menyurutkan mereka dari semangat berlatih keras demi mencapai tujuan meraih suatu kehidupan yang lebih baik di masa depan seperti yang ditampilkan oleh para seniornya yang telah berhasil merubah kehidupannya menjadi golongan orang kaya baru (OKB) di wilayahnya masing-masing, bahkan tidak sedikit di antara mereka yang memberikan suatu harapan, sekaligus stimulus bagi atlet junior seperti yang diutarakan oleh SI, W, T dan Sy, “untuk merubah kehidupan di masa depan, hanya bisa diraih melalui atlet angkat besi dan angkat berat”. Setelah mengamati ke tempat tinggalnya masing-masing, nampak sekali dari deretan perumahan, rumah para mantan atlet Lampung, ternyata keadaannya cukup mencolok di antara rumah-rumah penduduk lainnya.

Berdasarkan temuan penelitian, yaitu melalui angket, wawancara dan dokumentasi bahwa para atlet Padepokan Gajah Lampung sepanjang dasa warsa terakhir (1999-2009), memiliki cacatan yang cukup spektakuler, karena prestasi yang telah dicapai oleh para atlet baik pria maupun wanita ternyata bukan sekedar tingkat Asean saja seperti Sea Games, tetapi juga Asia, bahkan dunia yang tercatat atas nama S pada nomor angkat berat yang sudah menyabet 15 medali emas, berarti sudah berapa kali ia merebut juara dunia (lihat Gambar 4.1 dan 4.2) serta atlet yang pernah mengukir di tingkat Olympiade Sydney (2000) seperti W dan SI. Belum pula tercatat tingkat kejuaraan tidak resmi, seperti tingkat junior dan senior di kejuaraan dunia maupun World Games. Selain membawa kebanggaan bagi negara pada berbagai event, juga cabang olahraga angkat besi dan angkat berat telah menjadi cabang olahraga unggulan atau prioritas utama bagi daerah Lampung dalam menghadapi kejuaraan tingkat nasional, seperti Pekan Olahraga Nasional (PON) dan kejuaraan lainnya (Buletin Sportif, 2000: 1-4; Agenda Raker KONI Propinsi Lampung, 2004).

Dari seluruh informasi tentang profil lifter yang ada di Padepokan Gajah Lampung di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kaderisasi atlet sudah berjalan cukup baik. Hal ini bisa dilihat dari atlet usia muda yang berprestasi cukup banyak serta prosentasi peminatnya baik untuk angkat besi maupun angkat berat. Namun, hal ini tidak menyurutkan mereka dari semangat berlatih keras demi mencapai tujuan untuk meraih kehidupan yang lebih baik di masa depan seperti yang ditampilkan oleh para seniornya yang telah berhasil merubah kehidupannya menjadi golongan orang kaya baru (OKB) di wilayahnya

masing-masing, bahkan tidak sedikit pula di antara mereka yang memberikan suatu harapan, sekaligus stimulus bagi atlet junior seperti yang diutarakan oleh SI, W, T dan Sy, “untuk merubah kehidupan di masa depan, hanya bisa diraih melalui atlet angkat besi dan angkat berat”. Maka tidak salah bila pendapat Harsono (1988:250) mengatakan bahwa,.....seseorang terdorong untuk berusaha atau berprestasi sebaik-baiknya karena menariknya hadiah-hadiah yang dijanjikan kepadanya bila ia menang. Selanjutnya hasil pengamatan ke tempat tinggal atlet, nampak sekali dari deretan rumah para mantan atlet Lampung, ternyata keadaannya cukup mencolok di antara rumah-rumah penduduk lainnya.

Salah satu faktor yang menarik untuk dibahas dari pencapaian prestasi yang telah diukir oleh para lifter angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung adalah *identifikasi*. Seperti Herimanto dan Winarno (2010:53) jelaskan bahwa, identifikasi adalah upaya yang dilakukan individu untuk menjadi sama (identik) dengan individu yang ditirunya. Demikian pula halnya yang terjadi pada atlet pemula, bahkan para remaja yang berdomisili di sekitar Padepokan, mereka selalu berusaha untuk mengidentifikasikan dirinya dengan atlet yang sudah berhasil, terutama keinginan untuk merubah taraf hidupnya. Kondisi ini tentu saja sangat menguntungkan bagi pembinaan angkat besi dan angkat berat, terutama dalam segi promosi, karena tidak perlu melakukan upaya untuk menjaring calon atlet secara khusus, tetapi dengan banyaknya atlet yang berminat maka peluang pembinaan atlet usia muda cukup terbuka. Anjuran dari Depdiknas (2004:xiv) mengenai “Pembangunan olahraga Indonesia hakikatnya adalah suatu proses yang

membuat manusia memiliki banyak akses untuk melakukan aktifitas fisik”, patut diperhatikan. Karena dengan banyaknya akses atau kesempatan yang sangat luas pada masyarakat maka terbuka pula peluang banyak orang untuk ikut terlibat dalam cabang olahraga yang bersangkutan. Berdasarkan teori katarsis, olahraga dipandang sebagai pelampiasan segala macam dorongan yang disebabkan kondisi sosial yang menekan seperti ketidak puasan, kegelisahan, dan ketidak berdayaan masyarakat. Dapat disimpulkan fungsi katarsis sosial merupakan katup pengaman bagi masyarakat (Lutan, 1997; 43).

Nampak jelas bahwa melalui pilihan pada cabang angkat besi dan angkat berat masyarakat di sekitar Pringsewu dan sekitarnya telah menjadikan cabang olahraga tersebut sebagai katup pengaman, khususnya bagi peningkatan kondisi sosial ekonomi yang lebih baik.

Dapat disimpulkan, bahwa Profil atlet dan catatan keberhasilan yang telah diuraikan tersebut merupakan gambaran yang konkrit dari suatu proses pembinaan yang dilakukan oleh suatu lembaga atau organisasi olahraga yang berhasil melahirkan atlet yang handal, baik tingkat nasional maupun dunia. Selain prestasi yang dicapai tersebut oleh karena mayoritas atlet relatif berusia muda, tetapi juga tidak adanya perbedaan gender, status, dan asal usul. Semua memiliki minat yang hampir sama yaitu ingin merubah kehidupan sosial yang lebih baik melalui cabang olahraga angkat besi dan angkat berat. Apalagi keberhasilan yang ditampilkan oleh para atlet pendahulu (baik mantan atlet maupun atlet senior) yang diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari, terutama bidang ekonomi yang sanggup merubah kehidupannya. Keadaan ini



berimplikasi menjadi sebuah model yang selalu ditiru (identifikasi) oleh atlet yang masih pemula atau usia muda untuk menerjunkan diri secara total (dedikasi) menjadi atlet angkat besi dan angkat berat, mulai tahap pengenalan latihan yang intensif sampai prestasi puncak yang dapat menggantikan seniornya dimasa datang. Pada akhirnya sosialisasi cabang angkat besi dan angkat berat telah berhasil, ini terbukti dengan banyaknya usia muda yang ikut berlatih secara sukarela, terutama masyarakat yang berdomisili di dekat Padepokan Gajah Lampung.

### **3. Peranan Kebijakan Pemerintah terhadap Pelaksanaan Pembinaan Prestasi Olahraga yang Dilakukan oleh LSM tersebut yang Berkait dengan Penghargaan dan Bantuan**

#### **Kebijakan (*policy*)**

Kebijakan adalah pedoman pelaksanaan bagi tindakan-tindakan tertentu berdasarkan strategi pencapaian tujuan & sasaran (Akdon, 2006:187). Definisi kebijakan publik yang tergolong sederhana menurut T.A. Smith (1975, dalam Lutan, 2003:2) yakni dari sisi pelakunya, yaitu pemerintah “seperangkat keputusan pemerintah berdasarkan isu tertentu.”

Dari pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebijakan merupakan usaha pemerintah yang berupa keputusan untuk mengatur dan memperhatikan suatu isu atau kegiatan tertentu. Kegiatan tersebut bisa diartikan berupa pemberian penghargaan terhadap keberhasilan pencapaian bagi prestasi atlet dalam suatu cabang olahraga. Keberhasilan mendapatkan bonus dari prestasi yang diraih oleh setiap atlet merupakan kebahagiaan yang tiada tara, bisa dibayangkan bila seorang

atlet yang berlatih keras sekian lama kemudian berhasil menjadi juara, tapi tidak mendapatkan penghargaan yang layak berupa bonus maka tentu akan berhenti jadi atlet. Karena itu, bonus merupakan langkah dari perhatian pemerintah yang diwujudkan sebagai suatu kebijakan (policy), maka tidak heran bila setiap pemerintah daerah yang mengeluarkan kebijakan berbeda maka akan berbeda pula bonus yang dikeluarkan. Hal ini sesuai dengan kemampuan keuangan dari masing-masing daerah.

Demikian pula bagi atlet yang berhasil, khususnya di Padepokan Gajah Lampung telah merubah kehidupan sebagian besar para atlet maupun mantan atletnya, hal ini tidak terlepas dari kebijakan pemda Provinsi Lampung yang memberi bonus cukup lumayan sehingga mampu dirasakan untuk membeli kebutuhan baik sandang maupun pangan sehingga dengan sendirinya dapat dirasakan oleh keluarganya dari kehidupan yang kurang menjadi kehidupan yang lebih baik.

Berdasarkan temuan penelitian yang berkait dengan keberhasilan atau prestasi yang diraih para atlet angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung sehingga memperoleh berbagai penghargaan dan bonus merupakan kebahagiaan yang tiada tara, bisa dibayangkan bila seorang atlet yang berlatih keras sekian lama kemudian berhasil menjadi juara, tapi tidak mendapatkan penghargaan yang layak berupa bonus maka tentu akan berhenti jadi atlet. Hal ini sesuai dengan *Two-factor Theory* oleh psikolog Fredrick Herzberg, dalam keyakinannya bahwa suatu hubungan individu untuk bekerja itu bersifat mendasar dan bahwa sikap (*attitude*) seseorang terhadap pekerjaan itu, sangat menentukan

keberhasilan atau kegagalan, Herzberg meneliti pertanyaan, “Apa yang diinginkan orang dari pekerjaannya?” Orang yang merasa buruk mengenai pekerjaannya cenderung mengaitkan fakto-faktor ekstrinsik, seperti pengawasan, gaji, kebijakan lembaga atau instansi dan kondisi pekerjaan (Robbins, 2001:158). Karena itu, bonus merupakan langkah dari perhatian pemerintah yang diwujudkan sebagai sebuah kebijakan (policy), maka tidak heran bila setiap pemerintah daerah yang mengeluarkan kebijakan berbeda maka akan berbeda pula bonus yang akan diterima oleh para atletnya. Hal ini tentu saja disesuaikan dengan kemampuan keuangan dari masing-masing daerah, dan atas persetujuan DPRD masing-masing, hal ini telah diatur oleh Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2007 tentang Pendanaan Olahraga (Mutohir, 2008).

### **Penghargaan dan Bonus**

Keberhasilan atlet dan mantan atlet di berbagai kejuaraan baik nasional maupun internasional diwujudkan dengan perolehan bonus atau penghargaan. Hal ini telah merubah kehidupan dirinya dan keluarganya, dari taraf hidup yang tidak beruntung menjadi keadaan ekonomi keluarga yang cukup baik. Untuk memberi gambaran tentang kondisi atau kemajuan dari faktor ekonomi para atlet senior dan atlet mantan atlet angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung, mayoritas punya tempat tinggal. Sedangkan atlet yang memiliki kendaraan, baik roda dua maupun empat, bahkan berdasarkan hasil penelitian hampir sebagian atlet telah memiliki pekerjaan tetap. Keadaan ini sejalan dengan teori harapan yang dikemukakan Victor H. Vroom dalam bukunya yang berjudul “*Work and Motivation*.” yakni, apabila seseorang sangat menginginkan sesuatu, dan jalan

nampaknya terbuka untuk memperolehnya, yang bersangkutan akan berupaya mendapatkannya (Siagian, 2006:292).

Keberhasilan yang dicapai oleh para atlet angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung pada berbagai kejuaraan, berdampak terjadinya perubahan dari aspek ekonomi bagi diri dan keluarganya yang begitu drastis, baik dari segi finansial maupun pekerjaan, sehingga kondisi ini berdampak pula munculnya hasrat bagi calon atlet di kalangan usia muda atau remaja yang berasal dari sekitar Padepokan sendiri maupun daerah lain.

Keterlibatan atau minat calon atlet yang relatif muda atau bisa dibilang masih belia untuk ikut gabung dan berlatih mengangkat beban memang cukup unik dan menarik untuk dikaji lebih jauh. Hasil pengamatan dan wawancara pada beberapa atlet muda, seperti yang diungkapkan oleh R seorang remaja yang masih duduk dibangku kelas lima sekolah dasar, bahwa “saya masuk latihan angkat besi karena ingin seperti bapak [ayah] saya”. Kebetulan ayahnya adalah mantan atlet angkat berat yang sudah beberapa kali memperoleh medali dalam Kejuaraan nasional dan PON. Berdasarkan pengamatan langsung di lapangan secara kebetulan, bahwa ayahnya tersebut merupakan mantan atlet yang cukup beruntung, selain memiliki kendaraan, rumah layak huni, dan pekerjaan tetap, juga memiliki mata pencaharian tambahan untuk keluarganya, yakni warung nasi. Hal yang sama ditunjukkan pula oleh pasangan suami istri, yakni W dan T. Selain keduanya bekerja sebagai pegawai POS di Kabupaten Pringsewu (PNS) juga memiliki kendaraan dan tempat tinggal yang dilengkapi dengan *fitness centre*. Begitu pula kehidupan dari JS dan C, mengakui secara jujur, bahwa “Saya bekerja

di Dinas Kehutanan provinsi, dan istri saya kebetulan mantan atlet juga bekerja di dinas PU Provinsi”. Selain itu mereka juga memiliki kendaraan dan tempat tinggal yang cukup asri dan baik. Demikian pula keberhasilan dari S dan pasangannya B yang telah memberikan *testimony* tentang kondisi ekonomi yang dicapainya, bahwa bonus bersama istri saya digunakan untuk membangun sebuah rumah dengan ukuran 17 X 20 meter, “Ya lumayanlah untuk ukuran kampung” katanya. Begitu pula pengakuan SI, “Prestasi yang paling tinggi adalah Olympiade Sydney dan Sea Games di Jakarta 1997, hasilnya dipakai beli rumah di Jawa (Solo) dan di Lampung, kemudian tanah”. Juga O, mengatakan bahwa ”sudah bisa beli tanah berupa sawah dan kebun di beberapa tempat dari bonus yang diterima, bahkan bisa menabung untuk persiapan bagi masa depan sambil menanti bonus yang akan diterima dari Sea Games di Laos, 2009 lalu”.

Semua keberhasilan yang telah mengubah kehidupan para atlet dan mantan atlet seperti diuraikan di atas, hal ini tentu saja menjadi motivasi bagi kalangan remaja, paling tidak di tempat para atlet maupun mantan atlet berada, melalui para atlet pendahulu merupakan pendorong bagi atlet muda belia untuk menerjunkan diri sebagai atlet angkat besi dan angkat berat. Keberhasilan itu dimulai mana kala atlet memiliki semangat yang tinggi dan kemauan yang keras, selain keterampilan biomotorik wawancara dengan para atlet senior, bahwa “Pak IR memiliki kelebihan dalam memilih atlet. Ketika melihat anak pertama kali disuruh mengangkat barbel, yang dinilai bukan hanya kemampuan mengangkatnya saja tetapi teknik juga. Bila teknik tidak dimiliki oleh anak itu, maka ia menganjurkan untuk masuk ke nomor angkat berat”. Demikian juga menurut W,

“IR sebagai orang jenius, ketika ada kesalahan pada atlet ia terdiam sejenak, lalu tiba-tiba ia menemukan teknik yang bisa mengatasi masalah tadi”.

Keberhasilan para atlet tersebut didukung pula oleh sistem penghargaan terhadap atlet dan mantan atlet yang berprestasi. Penghargaan itu berupa pemberian bonus yang selanjutnya dikelola dengan baik oleh para atlet dan dibina oleh pengurus Padepokan, sehingga para atlet tersebut pandai mengelola keuangannya. Namun, bila seorang atlet mempunyai persepsi bahwa imbalan yang diterimanya tidak memadai, dua kemungkinan dapat terjadi berdasarkan teori keadilan yang dikemukakan Siagian (2006:291), yaitu:

- a. seseorang akan berusaha memperoleh imbalan yang lebih besar, atau
- b. mengurangi intensitas usaha yang dibuat dalam pelaksanaan tugas yang menjadi tanggung jawabnya

Artinya, bila seorang atlet menerima uang latihan atau bonus yang dikelola pengurus tidak sesuai maka ia akan melakukan dua hal itu, yaitu meningkatkan semangat berlatihnya demi memperoleh bonus yang lebih besar atau mengurangi intensitas latihannya bahkan malah malas berlatih

Keberhasilan Padepokan tidak lepas dari peran dan pengabdian pembina yang selalu rela berkorban “Ia rela merogoh kantongnya sendiri hingga puluhan juta rupiah sebulan untuk membina angkat besi, bahkan ia tidak pernah memungut bayaran dari kegiatan melatihnya. Baru pada tahun 1980 mendapat bantuan dari pemerintah dan KONI Lampung, hal ini tidak terlepas dari prestasi anak asuhnya di berbagai kejuaraan nasional maupun internasional.” (Lampung Post, 2008: 182-185) Karena prestasinya pula, Ia cukup disegani bahkan PB PABBSI memberi-

kan izin dalam menyelenggarakan pusat pelatihan nasional (Pelatnas) untuk event SEA Games, Asian Games hingga Olympiade di Pringsewu, khususnya bagi atlet-atlet Gajah Lampung.

Di samping penghargaan berupa bonus, para atlet juga mendapat penghargaan berupa pekerjaan sebagai PNS bahkan hampir semua instansi pemerintah, baik di kabupaten maupun propinsi. Hampir 80% atlet Padepokan Gajah Lampung sudah memiliki pekerjaan tetap, kecuali yang memilih menjadi wirausaha atau bisnis serta yang masih duduk dibangku sekolah.

Aspek yang sangat besar untuk mendukung kesinambungan pembinaan di Padepokan Gajah Lampung adalah sumber dana bantuan dari KONI, baik Propinsi maupun Pusat. Hal ini seringkali membuat iri cabang olahraga lain karena mendapat bantuan dana yang berbeda. Namun, ketika dikonfirmasi kepada berbagai pihak, terutama pengurus KONI Propinsi “kalau mereka (cabang olahraga lain) ingin menuntut sama, buktikan dulu dong prestasinya, baik nasional maupun internasional.” Karena prestasinya pula, IR cukup disegani bahkan PB PABBSI memberikan izin dalam menyelenggarakan pusat pelatihan nasional (Pelatnas) untuk event SEA Games, Asian Games hingga Olympiade di Pringsewu, khususnya bagi atlet-atlet Gajah Lampung. Hal tersebut didukung oleh informasi dari SY mantan atletnya, “Pak IR sangat pandai melobi berbagai pihak, termasuk KONI, dan dana yang diberikan itu dipakai secara subsidi silang, untuk membiayai atlet pemula, baik untuk makan dan transportasinya, karena yang dibantu hanya atlet senior saja”. Untuk itu, pantas pula bila IR disebut sebagai *pelobi ulung* yang memiliki keahlian dalam bernegosiasi yang jarang dipunyai

oleh para pelatih dari cabang olahraga lain. Hal ini tidak mengherankan karena ia sebelum terjun ke dunia olahraga adalah seorang pengusaha yang telah sukses di bidang pertanian, seperti lada, cengkeh dan kopi. Sedangkan bisnis yang ditekuni sekarang ini adalah otomotif dan bengkel.

Penghargaan dan bantuan dalam pelaksanaan pembinaan di Padepokan Gajah Lampung, terwujud berkat adanya kebijakan pemerintah, baik daerah (propinsi) maupun Pusat. Oleh karena itu, kebijakan mengenai penghargaan bagi para atlet yang berprestasi sangat penting untuk mendukung keberlangsungan pembinaan olahraga. Berdasarkan beberapa uraian di atas, maka jelas betapa besar pengaruh motivasi dalam mencapai kinerja atau prestasi atlet angkat besi dan berat secara maksimal walau pembebanan dirasakan cukup berat sekali, namun karena motif untuk hidup lebih baik dengan harapan yang tinggi sehingga semua stress yang dihadapi dapat di atasi dengan baik pula. Apalagi pada umumnya atlet angkat besi berlatar belakang dari keluarga yang ekonomi dan pendidikan relatif rendah, sering kali keadaan tersebut akan timbul sebagai motif atau dorongan untuk berbuat yang terbaik. Hal ini sejalan dengan pendapat Setyobroto (1989:27) mengenai berbagai motivasi berolahraga, antara lain:

- (1) untuk menunjukkan kemampuan dan prestasinya
- (2) untuk menunjukkan kelebihan kemampuan /kekuatannya
- (3) untuk menyalurkan hasrat atau dorongan untuk sukses
- (4) untuk menyalurkan sifat agresif dengan mengalahkan orang lain
- (5) untuk kepentingan kebanggaan kelompok
- (6) untuk mencari kegemparan-kegemparan (sensasi)
- (7) untuk kepentingan karir dalam pekerjaannya
- (8) untuk mendapat keuntungan material
- (9) untuk mendapatkan popularitas

Keberhasilan atlet dan mantan atlet di berbagai kejuaraan baik nasional



maupun internasional seperti ditampilkan pada Gambar 4.1 dan 4.2, selanjutnya diwujudkan dengan perolehan bonus atau penghargaan. Hal ini telah merubah kehidupan dirinya dan keluarganya, dari taraf hidup yang tidak beruntung menjadi keadaan ekonomi keluarga yang cukup baik. Untuk memberi gambaran tentang kondisi atau kemajuan dari faktor ekonomi para atlet yang berhasil (lihat Gambar 4.4).

Keterlibatan atau minat calon atlet yang relatif muda atau bisa dibilang masih belia untuk ikut gabung dan berlatih mengangkat beban memang cukup unik dan menarik untuk dikaji lebih jauh. Hasil pengamatan dan wawancara pada beberapa atlet muda, seperti yang diungkapkan oleh R seorang remaja yang masih duduk dibangku kelas lima sekolah dasar, bahwa “saya masuk latihan angkat besi karena ingin seperti bapak saya”. Dan kebetulan bapaknya adalah mantan atlet angkat berat yang sudah beberapa kali memperoleh medali dalam Kejuaraan nasional dan PON. Berdasarkan pengamatan langsung di lapangan secara kebetulan, bahwa ayahnya tersebut merupakan mantan atlet yang cukup beruntung, selain memiliki kendaraan, rumah layak huni, dan pekerjaan tetap, juga memiliki mata pencaharian tambahan untuk keluarganya, yakni warung nasi.

Salah satu pilar dari pembinaan olahraga prestasi Indonesia adalah penghargaan terhadap atlet dan mantan atlet yang berprestasi (Lutan, 2011 dan Mutokhir, 2008). Penghargaan dan bantuan di dalam pelaksanaan pembinaan olahraga angkat besi dan angkat berat, khususnya di Padepokan Gajah Lampung mungkin jauh lebih baik bila dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya. baik terhadap atlet sendiri maupun terhadap lembaga atau Padepokan yang menyelenggarakan

pembinaan cabang olahraga tersebut. Kondisi ini tidak terlepas dari usaha keras maupun kepiawaian mengelola keuangan dari seorang pelatih dan sekaligus manager (IR). Karena prestasi yang telah dicapai oleh para lifter Gajah Lampung cukup konsisten dan fenomenal, baik tingkat regional maupun internasional maka penghargaan bagi atlet cukup baik dirasakan oleh yang bersangkutan, hal ini sesuai dengan pengakuan yang dilontarkan oleh beberapa atlet maupun mantan atlet tentang penghargaan yang sudah berwujud berupa benda yang bergerak maupun tidak bergerak dan sekaligus pula telah merubah kehidupan mereka, keberhasilan mengatur keuangan ini tidak terlepas dari peran pelatih dan istrinya yang mampu mengatur semua penghargaan yang berupa bonus yang disimpan dalam buku tabungan masing-masing atlet dan dipegang oleh istri sang pelatih, dikeluarkan apabila atlet yang bersangkutan betul-betul membutuhkannya, seperti ada musibah, membantu keluarga yang menghadapi kesulitan ekonomi, dan membeli benda yang berguna untuk investasi masa depan (tanah, sawah, rumah atau kendaraan), karena kalau dikelola oleh masing-masing, maklum jiwa muda sering kali tanpa perhitungan sehingga cepat habis. Namun, walau tujuan ini cukup baik dan bermanfaat bagi si atlet sendiri untuk menghadapi masa depan yang kadang atlet tidak selamanya berjaya, tetapi masih ada saja atlet yang menganggap bahwa perbuatan itu sebagai langkah negatif (korupsi). Hal ini sesuai yang dikeluhkan oleh sang pelatih “saya sudah pusing ngurusi duit anak-anak, sudah benar untuk masa depan mereka, malah dituduh korupsi”. Padahal atlet cabang olahraga ini rentan cedera bila dibandingkan dengan cabang olahraga lain, kalau cedera cukup parah bisa menjadi fatal bagi karir atlet itu sendiri, karena

itu bila tidak pandai mengatur keuangan maka tamatlah masa depan karir si atlet itu.

Bantuan dana pembinaan guna meningkatkan prestasi atlet di cabang olahraga ini cukup berarti. Oleh karena itu, kebijakan pemerintah daerah Lampung selain mengatur tentang bonus, juga tentang pengeluaran untuk dana pembinaan yang sangat berarti bagi kelangsungan pembinaan cabang olahraga angkat besi dan angkat berat selanjutnya. Bonus diperoleh ketika atlet sudah berhasil mencapai tujuannya yaitu prestasi, sedangkan dana digunakan untuk proses pembinaan yang sedang berjalan. Pada akhirnya, “dukungan dana yang mencukupi memungkinkan pembinaan dapat berlanjut secara konsisten” (Lutan, 2003:209).

Berdasarkan uraian di atas mengenai penghargaan dan bantuan dalam pelaksanaan pembinaan di Padepokan Gajah Lampung, maka keadaan itu terwujud berkat adanya kebijakan pemerintah, baik daerah (propinsi) maupun Pusat. Oleh karena itu, kebijakan mengenai penghargaan dan dana pembinaan bagi para atlet sebagai wujud perhatian atau kepedulian pemerintah terhadap jerih payah dari perjuangan atlet untuk membela nama bangsa dan negara di kancah internasional. Namun, berapapun jumlah bonus atau penghargaan yang berupa materi yang akan diterima oleh para atlet, tetapi tanpa dibarengi dengan kejujuran dari aspek pengelolaan yang dilakukan oleh pelatih atau manager maka di kemudian hari akan terjadi konflik karena ketidak puasaan di antara keduanya, bahkan segala bentuk impian untuk merubah kehidupan di masa depan, niscaya akan punah. Karena itu, aspek kejujuran dan kepandaian mengelola keuangan

serta kebijakan yang diterapkan pelatih secara transparan dan adil maka pembinaan akan tetap berjalan dengan damai.

#### **4. Hubungan Fungsional antara Prestasi Angkat Besi dan Angkat Berat dengan Faktor Fisik, Fisiologis, dan Motivasi para Atlet.**

Untuk melihat hubungan fungsional antara variabel bebas yakni **faktor fisik** (TB, BB, panjang Tungkai, Panjang Lengan, lingkaran lengan dan jenis kelamin), **faktor motivasi** dan **faktor fisiologis** (genggam tangan, kekuatan tungkai, tarikan lengan, dorongan lengan, daya ledak (power), dan fleksibilitas) terhadap variabel terikat yakni **prestasi atlet** angkat besi dan angkat berat di Padepokan Gajah Lampung, digunakan analisis regresi linier berganda (*multiple linier regression*) dengan beberapa persyaratan yang harus dipenuhi, antara lain melalui Uji Asumsi Klasik, terdiri dari Uji Normalitas (Tabel 3.5 dan Tabel 3.11), Uji Autokorelasi (Tabel 3.6 dan 3.12), Uji Heteroskedastisitas (Gambar 3.1 dan Gambar 3.2), Uji Multikolinieritas (Tabel 3.7 dan 3.13). Dengan demikian, karena semua asumsi klasik telah terpenuhi, maka hasil analisis regresi linier berganda di atas dapat diandalkan

Analisis data dilakukan pada masing-masing kelompok, yaitu putra dan putri.

##### **a. Sampel Putra**

Sesuai hipotesis yang diajukan, yakni :

**“Terdapat hubungan fungsional yang signifikan antara faktor fisik (tinggi badan, berat badan, panjang lengan, panjang tungkai, tinggi duduk, lingkaran lengan, lemak paha), motivasi, dan faktor fisiologis (genggam kanan, genggam kiri, tarikan lengan, dorongan lengan, kekuatan tungkai, fleksibilitas, dan daya ledak (power)) terhadap prestasi baik secara simultan maupun parsial pada atlet angkat besi dan angkat berat putra di Padepokan Gajah Lampung”**

Rahmat Hermawan, 2012

Efektivitas Kepemimpinan Lembaga Swadaya Masyarakat Dalam Pembinaan Olahraga Prestasi Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Dari hasil uji hipotesis simultan (Uji F) analisis regresi linier berganda melalui metode *Backward* pada sampel putra, menunjukkan bahwa baik model pertama (menyertakan semua variabel bebas) maupun sembilan model lainnya hingga diperoleh model terakhir menunjukkan nilai  $F_{hitung}$  yang lebih besar dari nilai  $F_{tabel}$ , atau nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,10 dan terlihat bahwa model hasil perbaikan selalu menghasilkan nilai  $F_{hitung}$  yang lebih besar dari sebelumnya, yang menunjukkan bahwa perbaikan model dengan metode *Backward* menghasilkan model akhir yang baik, sehingga hanya tersisa enam variabel yang terdiri dari variabel fisik dan fisiologis saja.

Hasil analisis regresi tersebut, diperoleh 10 tahap penyeleksian dengan hasil akhir sebagai berikut: yakni faktor fisik yang terdiri dari tinggi badan, berat badan dan tinggi duduk, serta faktor fisiologis yang terdiri dari genggam kiri, tarikan lengan dan daya ledak (power), sedangkan variabel motivasi diketahui tidak memberikan pengaruh yang signifikan karena memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,10. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada persamaan berikut ini yang menggambarkan hubungan fungsional dari variabel bebas dengan variabel terikat sebagai berikut:

$$\hat{Y} = -892,813 + 9,860X_1 - 1,386X_2 - 5,271X_3 - 4,540X_4 + 4,246X_5 + 0,277X_6$$

Pada persamaan tersebut, diketahui variabel tinggi badan, kekuatan tarikan lengan dan power memiliki tanda positif yang menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut memberikan pengaruh yang berbanding lurus dengan prestasi. Artinya, semakin tinggi pada tinggi badan atlet, tarikan lengan dan power maka cenderung akan diikuti oleh prestasi angkatan yang semakin baik (semakin besar

tarikan maksimal). Sedangkan berat badan, tinggi duduk dan genggam tangan kiri memiliki tanda koefisien yang negatif, yang menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut memberikan pengaruh yang berbanding terbalik dengan prestasi, artinya semakin besar berat badan, tinggi duduk dan genggam tangan kiri maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi.

Dari hasil pembuktian hipotesis melalui analisis regresi linier berganda secara simultan dapat disimpulkan bahwa, variabel yang memiliki hubungan yang fungsional secara bersama-sama (simultan) dengan prestasi angkatan pada kelompok atlet putra adalah **Fisik**, berupa tinggi badan, serta **Fisiologis**, berupa kekuatan tarikan lengan dan daya ledak (power). Sedangkan motivasi tidak memiliki hubungan fungsional yang signifikan dengan prestasi angkatan.

Selanjutnya, hasil uji hipotesis parsial (uji t), yaitu nilai signifikansi yang kurang dari 0,10 menunjukkan bahwa variabel bebas berpengaruh signifikan secara parsial terhadap variabel terikat, sedangkan nilai signifikansi yang sama atau melebihi 0,10 menunjukkan variabel bebas secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Pada setiap tahapnya dieliminasi satu variabel bebas yang paling tidak signifikan yakni yang memiliki nilai signifikansi paling besar menunjukkan variabel bebas secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat, maka dapat disimpulkan bahwa pada atlet putra, variabel bebas yang berpengaruh signifikan terhadap prestasi adalah: Tinggi Badan (fisik), Berat Badan (fisik), Tinggi Duduk (fisik), Kekuatan Genggaman Tangan Kiri (fisiologis), Kekuatan Tarikan Lengan (fisiologis), dan Power (fisiologis).

Namun, berdasarkan hasil perhitungan koefisien determinasi secara simultan, diperoleh nilai R-square sebesar 0,846 atau 84,6%. Hal ini menunjukkan bahwa keenam variabel bebas memberikan pengaruh secara bersama-sama terhadap prestasi atlet sebesar 84,6%, sedangkan 15,4% lagi merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak masuk dalam model. Nilai sebesar 84,6% menunjukkan bahwa keenam variabel telah dapat memberikan kontribusi yang tinggi dalam memprediksi prestasi atlet putra. Sedangkan hasil perhitungan koefisien determinasi secara parsial (lihat Tabel 4.9) menunjukkan bahwa yang paling besar kontribusinya terhadap prestasi angkatan pada kelompok atlet putra adalah faktor fisiologis yakni kekuatan tarikan lengan sebesar 47,8%, dan power atau daya ledak sebesar 32,4%, sementara faktor fisik, seperti: tinggi badan sebesar 33,4% dan tinggi duduk sebesar 1,7%.

Berdasarkan temuan penelitian tentang subvariabel fisiologis berupa daya ledak otot lengan dan kekuatan tarikan lengan memiliki hubungan fungsional yang sangat signifikan dan sekaligus memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap prestasi angkatan pada atlet putra. Kita tahu bahwa angkat besi maupun angkat berat mengangkat beban yang berupa besi secepatnya, karena daya ledak (power) merupakan kombinasi dari kekuatan dan kecepatan (Bossey, 1980:11) sedangkan Fox, Bowers dan Foss (1988, 370) mendefinisikan daya ledak sebagai kemampuan seseorang untuk menampilkan kerja maksimal per unit waktu. Demikian pula Harre (1982:10) mengemukakan bahwa, power adalah kemampuan seorang atlet untuk mengatasi tahanan/beban dengan suatu kecepatan yang tinggi dalam suatu gerakan yang utuh. Sedangkan Corbin (1980:15) menyatakan bahwa,

*explosive power* adalah kemampuan untuk menampilkan kekuatan secara eksplosif atau dengan cepat.

Dari beberapa pengertian yang dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *explosive power* atau daya ledak adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan kekuatan lengan yang cepat dalam waktu yang singkat. Karena itu, seorang atlet angkat besi maupun angkat berat harus memiliki komponen fisik yang utama yakni *explosive power* atau daya ledak (kekuatan dan kecepatan) otot lengan, tanpa memiliki unsur tersebut maka tidak mungkin menjadi lifter yang handal.

Akibat aktivitas fisik yang berulang-ulang dan dilakukan dengan intensitas yang makin bertambah maka akan meningkatkan kemampuan fisik dan fisiologis, seperti dikemukakan oleh Bowers dan Fox, (1992; 250), bahwa ada beberapa perubahan yang terjadi setelah latihan, terutama sekali setelah sesi latihan daya tahan

- Terjadinya konsentrasi mioglobin, yang berguna untuk mengirimkan (diffuse) oksigen (O<sub>2</sub>) dari dinding sel (*cell membrane*) ke mitokondria.
- Oksidasi karbohidrat dan lemak. Karena kemampuan aerobik pada otot rangka meningkat lebih besar yang disebabkan latihan daya tahan, maka kemampuan untuk mengkonsumsi oksigen dalam menggunakan karbohidrat dan lemak sebagai bahan bakar metabolisme ditingkatkan sehingga terjadi pengaruh pada serabut *fast twitch* (FT) maupun *slow twitch* (ST), yang ditandai dengan (a) meningkatnya jumlah dan ukuran mitokondria pada otot rangka, (b) suatu peningkatan pada aktivitas atau konsentrasi pada system enzimatik pada reaksi aerobik yang berlangsung di mitokondria.
- Terjadi pula perubahan pada penyimpanan fosfagen. Otot yang menyimpan ATP dan PC meningkat sekitar 25 – 40 %

Berdasarkan pendapat ahli tersebut nyata sekali bahwa seorang lifter yang selalu latihan berulang-ulang dan dalam waktu yang cukup lama (daya tahan) akan menyebabkan terjadinya perubahan, yaitu konsentrasi mioglobin,



yaitu otot yang mengikat oksigen akan semakin besar, sedangkan oksigen sendiri berguna untuk energi. Kemudian perubahan karbohidrat dan lemak yang berguna untuk bahan bakar metabolisme dalam rangka menyediakan energi bagi serabut otot fast twitch (FT), dalam angkat besi dan angkat berat, yang mana jenis otot tersebut sangat diperlukan, terutama dalam mengangkat beban secara cepat.

Sedangkan tinggi badan memiliki kontribusi dan pengaruh terhadap prestasi yang cukup besar terhadap prestasi angkatan pada atlet putra. Hal ini sejalan dengan pendapat Imam Hidayat (1996:79) bahwa : “mengangkat barbel pada cabang olahraga angkat besi maupun angkat berat merupakan perpaduan antara  $G_1$  dan  $G_2 = \text{Gaya berat atau } R = G_1 + G_2$  (R merupakan tahanan (resistance) yang harus dilawan oleh atlet; G merupakan gaya berat). Dan gaya adalah sesuatu yang menyebabkan terjadinya perubahan keadaan (dari diam ke gerak, dari gerak ke diam atau perubahan panas, atau perubahan kecepatan)”. Karena itu, setiap perubahan keadaan atau perubahan kecepatan pada gerak, haruslah ada ‘gaya’. Beberapa gaya yang dikenal, diantaranya gaya berat atau gravitasi, gaya magnet, gaya gesekan, gaya tahanan, dan yang paling utama adalah gaya kontraksi otot atau kekuatan. Dengan demikian cabang angkat besi dan angkat berat bisa dikatakan merupakan kombinasi dari gaya berat dan gaya tahanan. Selanjutnya Kimi Kato, dkk (TT) menambahkan mengenai angkatan snatch pada angkat besi, dari hasil penelitiannya tentang “introducing an accelerometer”, bahwa *“one of the skill development approaches that are useful to generate higher peak acceleration is to work on synchronizing the pull (from the upper extremity) and the push (from the lower extremity’s triple extension).*

Artinya, salah satu pendekatan pengembangan keterampilan yang berguna untuk menghasilkan percepatan puncak yang lebih tinggi dalam angkatan *snatch* di angkat besi merupakan kerja yang menselaraskan antara kekuatan tarikan oleh anggota tubuh bagian atas dan dengan kekuatan mendorong melalui pelurusan tiga kali lipat dari anggota tubuh bagian bawah. Karena itu, tinggi badan atau tinggi dan pendeknya badan seorang lifter akan berpengaruh pada hasil angkatan.

Dari hasil uji hipotesis dan berdasarkan koefisien determinasi, baik secara simultan maupun parsial pada atlet putra maka dapat disimpulkan bahwa faktor fisiologis yakni kekuatan tarikan lengan dan daya ledak (power) serta faktor fisik yakni tinggi badan terdapat hubungan dan pengaruh atau memberi kontribusi yang tinggi terhadap prestasi angkatan. Sedangkan berat badan (fisik) dan kekuatan genggam tangan kiri (fisiologis) diperoleh hasil dengan koefisien regresi dengan tanda yang negatif. Artinya, semakin tinggi atau besar berat badan dan genggam tangan kiri maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi.

#### **b. Putri**

Sesuai hipotesis yang diajukan, yakni:

**“Terdapat hubungan fungsional yang signifikan antara faktor fisik (tinggi badan, berat badan, panjang lengan, panjang tungkai, tinggi duduk, lingkaran lengan, lemak paha), motivasi, dan faktor fisiologis (genggam kanan, genggam kiri, tarikan lengan, dorongan lengan, kekuatan tungkai, fleksibilitas, dan daya ledak (power)) terhadap prestasi, baik secara simultan maupun parsial pada atlet angkat besi dan angkat berat putri di Padepokan Gajah Lampung.”**

Dari hasil uji hipotesis simultan (uji F) analisis regresi linier berganda metode *Backward* pada sampel putri, menunjukkan bahwa pada model pertama hingga model ke enam menunjukkan nilai  $F_{hitung}$  yang lebih kecil dari  $F_{tabel}$  atau nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,10 yang menunjukkan uji hipotesis simultan yang tidak signifikan. Sedangkan model ke lima hingga model ke sembilan menunjukkan nilai  $F_{hitung}$  yang lebih besar dari nilai  $F_{tabel}$ , atau nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,10 dan terlihat bahwa model hasil perbaikan selalu menghasilkan nilai  $F_{hitung}$  yang lebih besar dari sebelumnya, yang menunjukkan bahwa perbaikan model dengan metode *Backward* menghasilkan model akhir yang baik. Pada kolom akhir ditunjukkan variabel bebas yang dikeluarkan dari model pada setiap tahap. Ditunjukkan bahwa variabel yang dikeluarkan dari model terdiri atas empat variabel fisik (lemak paha, dorong, panjang lengan dan berat badan) dan empat variabel fisiologi (tarikan, fleksibilitas, power dan genggam kiri) sehingga hanya tersisa tujuh variabel yang terdiri dari variabel fisik, fisiologis dan motivasi.

Hasil analisis regresi tersebut diperoleh sembilan tahap penyeleksian dengan hasil akhir sebagai berikut, yakni faktor fisik yang terdiri dari tinggi badan, panjang tungkai, tinggi duduk dan lingkaran lengan, faktor fisiologis yang terdiri dari genggam kanan dan otot tungkai serta motivasi. Sedangkan kekuatan tarikan lengan dan power lengan tidak ada hubungan yang signifikan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada persamaan regresi sebagai berikut:

$$\hat{Y} = -66,372 + 3,155X_1 - 2,676X_2 - 2,636X_3 + 11,360X_4 + 3,603X_5 - 0,941X_6 - 2,684X_7$$

Pada persamaan di atas, diketahui variabel tinggi badan, lingkaran lengan dan genggam tangan kanan memiliki tanda positif yang menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memberikan pengaruh yang berbanding lurus dengan prestasi. Artinya semakin besar tinggi badan, lingkaran lengan dan genggam tangan kanan maka cenderung akan diikuti oleh prestasi yang semakin baik (semakin besar tarikan maksimal). Sedangkan empat variabel lainnya yakni panjang tungkai, tinggi duduk, kekuatan otot tungkai dan motivasi memiliki tanda koefisien yang negatif, yang menunjukkan bahwa ketiga variabel tersebut memberikan pengaruh yang berbanding terbalik dengan prestasi. Artinya, semakin besar panjang tungkai, tinggi duduk, kekuatan otot tungkai dan motivasi maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi. Jadi variabel yang memiliki hubungan fungsional dengan prestasi adalah tinggi badan, lingkaran lengan dan genggam tangan kanan.

Dari hasil pembuktian hipotesis melalui analisis regresi linier berganda secara simultan dapat disimpulkan bahwa, variabel yang memiliki hubungan yang fungsional secara bersama-sama (simultan) dengan prestasi angkatan pada kelompok atlet putri adalah **Fisik** berupa tinggi badan dan lingkaran lengan, Sedangkan variabel yang memberikan pengaruh terbalik atau negatif adalah **Fisik**, yakni panjang tungkai dan tinggi duduk, **Motivasi** dan **Fisiologis**, berupa kekuatan otot tungkai. Sebaliknya, variabel **Fisiologis**, berupa kekuatan tarikan lengan dan daya ledak (power) pada sampel putri tidak memiliki hubungan fungsional yang signifikan dengan prestasi angkatan.

Selanjutnya, hasil uji hipotesis parsial (uji t), yaitu nilai signifikansi yang kurang dari 0,10 menunjukkan bahwa variabel bebas berpengaruh signifikan secara parsial terhadap variabel terikat, sedangkan nilai signifikansi yang sama atau melebihi 0,10 menunjukkan variabel bebas secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Pada setiap tahapnya akan dieliminasi satu variabel bebas yang paling tidak signifikan yakni yang memiliki nilai signifikansi paling besar, maka dapat disimpulkan bahwa pada atlet putri, variabel bebas yang berpengaruh signifikan terhadap prestasi adalah: Tinggi Badan (fisik), Panjang Tungkai (fisik), Tinggi Duduk (fisik), Lingkar Lengan (fisik), Genggam Tangan Kanan (fisiologis), Kekuatan Otot Tungkai (fisiologis), dan Motivasi

Namun, berdasarkan hasil perhitungan determinasi secara simultan, diperoleh nilai R-square sebesar 0,670 atau 67,0%. Hal ini menunjukkan bahwa ketujuh variabel bebas memberikan pengaruh secara bersama-sama terhadap prestasi atlet sebesar 67,0%, sedangkan 33,0% lagi merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak masuk dalam model. Nilai sebesar 67,0% menunjukkan bahwa ketujuh variabel telah dapat memberikan kontribusi yang cukup tinggi dalam memprediksi prestasi atlet putri. Sedangkan hasil perhitungan koefisien determinasi secara parsial (lihat Tabel 4.12) menunjukkan bahwa yang paling besar kontribusinya terhadap prestasi angkatan pada kelompok atlet putri adalah faktor fisiologis, yakni genggam kanan sebesar 35,3%, selanjutnya faktor fisik, yakni lingkar lengan sebesar 32,5%, panjang tungkai sebesar 9,0% dan tinggi badan sebesar 6,8%. Sedangkan faktor motivasi sebesar 13,2% .

Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa lingkaran lengan (fisik) dan kekuatan genggaman tangan kanan (fisiologis) yang paling besar kontribusinya terhadap prestasi angkatan pada kelompok atlet putri. Sedangkan motivasi kontribusinya kecil, bahkan berdasarkan analisis diperoleh hasil dengan koefisien regresi dengan tanda yang negatif. Artinya, semakin tinggi atau besar motivasi maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi.

Kekuatan genggaman tangan dan lingkaran lengan, menunjukkan bahwa otot mengalami pembesaran (hypertropi). Hal ini sejalan dengan pendapat Gaul, (1991) mengatakan dalam Doherty, (1996;7) "*growth refers to an increase in the size of the body and occurs as the result of hyperplasia or hypertrophy (increase in the size of chells)*". Jadi, pertumbuhan dari ukuran tubuh itu terjadi akibat peningkatan dari ukuran sel yang diakibatkan oleh latihan yang terus menerus dan kian hari kian meningkat bebannya, sehingga akan tercapai "Perubahan pada penyimpanan glikogen otot dan trigliserida pada orang yang berlatih fisik dalam waktu lama maka disinyalir terjadi penyimpanan glikogen dan lemak di otot sebesar 83% pada orang yang sama. (Browsers dan Fox, 1992;59). Apalagi berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara pada para atlet, selain latihan yang rutin di Padepokan Gajah Lampung, dari hari senin, selasa, rabu dan sabtu (pagi sore), juga diberi makan yang teratur pula, menuanya disesuaikan pada selera masing-masing atlet, yaitu dengan cara setiap atlet dikasih uang makan setiap anak untuk makan di warung sesuai dengan selera masing-masing, sehingga tidak heran apabila fisik mereka cukup baik bahkan jarang menemukan atlet yang sakit karena kurang asupan gizi. Dengan gizi yang baik dan seimbang akan ber-

pengaruh terhadap pertumbuhan badan yang ideal, khususnya bagi atlet angkat besi dan angkat berat. Sedangkan untuk aspek tinggi badan dan panjang tungkai pada atlet pria untuk mengangkat barbel dalam nomor angkatan clean and jerk pada angkat besi, selain dibutuhkan aspek kekuatan harus ada pula unsur kelentukan dan kecepatan serta kemampuan teknik dalam mengangkat.

Berdasarkan kenyataan itu, maka patut diduga bahwa kekuatan genggam tangan kanan dan lingkaran pada atlet putri disebabkan bukan hanya oleh pengaruh latihan, boleh jadi disebabkan oleh faktor lain, yakni aktivitas sehari – hari, seperti cuci, menyapu dan pekerjaan rumah lainnya.

Namun, kenapa terjadi adanya perbedaan antara pria dan wanita terhadap faktor fisik maupun fisiologis dengan prestasi, hal ini dapat disimak pendapat Bowers (1992:263) dalam *“Sport Physiology”* mengatakan *“The adaptive responses that training produces in men and women cannot be compared with any great validity because not nearly enough studies have been using women as subjects”*. Banyak penelitian menunjukkan bahwa tekanan latihan yang relatif sama tidak ada perbedaan yang besar dari respon atau pengaruh latihan terhadap pria maupun wanita. Keadaan ini ditunjukkan pula atlet binaraga (pria dan wanita) dari segi pembesaran serabut otot (hypertrophy) keduanya tidak berbeda jauh (Browers, 1992:264). Hypertrophy merupakan perubahan fisiologis dari keadaan otot yang disebabkan karena latihan.

Bahkan hasil penelitian Erbil Harbili (2012:167) menjelaskan bahwa:

“when the mechanical work and power output were divided by the barbell’s mass, power output values between men and women were similar, whereas

the relative mechanical work was significantly greater in women than in men. This difference might have resulted from the fact that the duration of the second pull in women was greater than men by 15 %.

Dengan kata lain bahwa ketika kerja secara mekanik dan hasil daya ledak (power) yang dibagi dengan massa barbel, maka nilai kekuatan yang keluar menunjukkan antara pria dan wanita adalah sama, sedangkan kerja mekanik yang relatif, maka secara signifikan menunjukkan bahwa wanita lebih besar dibandingkan pria. Perbedaan ini mungkin dihasilkan dari kenyataan bahwa durasi tarikan yang kedua pada wanita lebih besar daripada pria yaitu sebesar 15%.

Berdasarkan hasil analisis regresi dan koefisien determinasi bahwa faktor motivasi memiliki kontribusi yang sangat kecil, bahkan diperoleh hasil dengan tanda yang negatif. Artinya, semakin tinggi atau besar motivasi maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Horner pada tahun 1968-1969 wanita cenderung mempunyai *n-ach* yang lebih rendah dibandingkan dengan pria. Hal ini disebabkan karena wanita cenderung menghindari sukses. Menurut Horner, sukses bagi wanita dalam situasi persaingan, akan membawa pada suatu konsekuensi yang negatif, yaitu kehilangan popularitas, teman, bahkan dianggap kurang feminim. Keadaan inilah membuat wanita cenderung mempunyai *n-ach* yang rendah (Franken, 1982 dalam Himatul Aliyah, 2008). Artinya, motivasi berprestasi yang bersifat instrinsik sangat rendah ketika dilakukan penelitian ini, tetapi ketika bertanding belumdiketahui.

Padahal, motivasi atau keinginan untuk meraih kemenangan (*need achievement*) di bawah tekanan (stress) atau toleransi terhadap pembebanan merupakan faktor endogen atau ciri-ciri yang melekat pada seseorang sebagai aspek



psikis (Lutan, 2005: 13).

Oleh karena itu, agar aspek motivasi menunjukkan kontribusinya terhadap prestasi yang positif bagi setiap cabang olahraga, maka perlu adanya instrumen yang khusus untuk mengukur aspek motivasi pada olahraga angkat besi dan angkat berat.

Dari hasil uji hipotesis dan berdasarkan koefisien determinasi, baik secara simultan maupun parsial pada atlet putri maka dapat disimpulkan bahwa faktor fisiologis yakni genggam tangan kanan dan faktor fisik yakni lingkaran lengan terdapat hubungan dan pengaruh yang signifikan atau memberi kontribusi yang tinggi terhadap prestasi angkatan. Sedangkan faktor motivasi kontribusinya kecil, bahkan berdasarkan analisis diperoleh hasil dengan koefisien regresi dengan tanda yang negatif. Artinya, semakin tinggi atau besar motivasi maka cenderung akan diikuti oleh semakin rendahnya prestasi.