



Science, Engineering, Education, and Development Studies (SEEDS): Conference Series

Journal Homepage : <https://jurnal.uns.ac.id/seeds/index>

EVALUASI MANAJEMEN PEMBINAAN PRESTASI PERSATUAN BULU TANGKIS KABUPATEN CILACAP

Raditya Pratama¹, Ruman², Dwi Agung Laksono³

STKIP Darussalam Cilacap

Jl.Raya Karangpucung-Majenang, KM 02, Kec. Karangpucung, Kab. Cilacap, Jawa Tengah 53255

Email : radityapratama@stkipdarussalamcilacap.ac.id , ruman@stkipdarussalamcilacap.ac.id ,

dwiagunglaksono43@gmail.com

Article Info :

Available online 1/6/2022

Keywords:

evaluation; coaching;
badminton; Cilacap

Abstract

This research aims to: 1) analyze the background, goals and objectives of Cilacap Regency PJKR coaching, 2) determine the suitability of the quality and quantity of administrators, athletes and coaches in supporting the training program, 3) determine the performance of coaches and administrators in carrying out the training program and coaching, and 4) knowing the achievements of athletes and coaches during the coaching process. This type of research is qualitative research with the CIPP evaluation model. The research subjects in this study were eight people consisting of four administrators, two coaches and two athletes from PJKR in Cilacap Regency. Data collection uses observation, interviews, documentation and questionnaires. The data analysis used is data collection, data reduction, data review and drawing conclusions. The results of this research are an analysis of the context of the Cilacap Regency PJKR management development program achieving conditional success criteria with a percentage of respondents' answers of 68%, for input analysis achieving success criteria with an answer percentage of 72%, analysis of the process of achieving conditional success criteria with a percentage of 61%, as well as analysis The product reached the conditional success criteria with a percentage level of 65%, so that the assessment of the evaluation of the Cilacap Regency PJKR branch management development program reached the conditional success criteria with a percentage level of 65.5%. This shows that PJKR has a fairly good success rate, PJKR input analysis in Cilacap Regency has a good success rate, PJKR process analysis in Cilacap Regency has a fairly good success rate, and PJKR product analysis in Cilacap Regency has a success rate with conditions.



PENDAHULUAN

Mylsidayu (2015) menjelaskan bahwa prestasi olahraga adalah olahraga yang memajukan dan mengembangkan atlet melalui kompetisi untuk mencapai hasil yang didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan secara terencana, konsisten dan berkelanjutan. Olahraga prestasi harus dan wajib dilatih sesuai program yang baik, teratur dan terencana yang diimbangi dengan pengaplikasian *sport science* (Subekti & Santika, 2021; Tirtayasa et al., 2020; Sumerta, 2021). Prestasi olahraga yang dianggap sulit atau tidak mungkin sekarang sudah menjadi hal yang lumrah, dan jumlah atlet yang mampu mencapai hasil tersebut semakin bertambah. Pembangunan olahraga pada prinsipnya bertumpu pada tiga jalur : olahraga sebagai rekreasi, olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga untuk keberhasilan.

Pembinaan prestasi olahraga juga merupakan bagian dan upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Pembinaan olahraga juga diperuntukan untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani melalui proses latihan yang berkesinambungan (Santika, 2015). Pada saat ini pembinaan olahraga kurang diperhatikan, hal tersebut dibuktikan dengan belum tercapainya upaya untuk meningkatkan anggaran keolahragaan yang belum disamakan dengan departemen - departemen lainnya. Selama ini pemerintah hanya mengalokasikan anggaran untuk pembinaan olahraga sekitar 0,03% dari APBN. Padahal untuk meraih prestasi maksimal dibutuhkan pembinaan yang serius sehingga prestasi yang diinginkan sesuai dengan yang direncanakan. Dampak dari minimnya dukungan olahraga pemerintah. Antara lain, ketiadaan sarana olahraga memadai untuk menjadi pusat-pusat pelatihan para atlet, kecilnya kesempatan para atlet untuk mengikuti berbagai ajang olahraga tingkat regional maupun internasional, hingga sulitnya menggelar berbagai ajang olahraga.

Pembinaan prestasi dalam kompetisi olahraga adalah keharusan bagi masing- masing daerah agar atlet dapat bertanding dengan segala kemampuan yang terbaik. Pembinaan prestasi merupakan rekayasa yang dilakukan manusia atau sebagai subjek dari lembaga atau pengurus dalam rangka mempersiapkan atletnya agar mampu mencapai prestasi puncak dalam kompetisi olahraga baik dalam single event maupun multievent. Keseriusan pengurus menjadi landasan paling penting dalam membina prestasi atlet.

Iyakrus (2019) mencapai prestasi yang maksimal membutuhkan perencanaan, pelatihan, yang cukup panjang, tidak diperoleh secara langsung, untuk bisa menjadi pemain yang andal membutuhkan proses mulai dari waktu latihan, jenis latihan, mengasah kemampuan diri, dan kelompok berupa ikut berbagai pertandingan dalam skala tertentu. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Maksum (2020) untuk mencapai pembinaan prestasi atlet yang tinggi terdapat beberapa kegiatan dasar yang dilakukan dalam prosesnya, adapun kegiatan tersebut secara beurutan dan berkesinambungan adalah : 1) pemassalan, 2) pembibitan, 3) pemandu bakat, 4) pembinaan dan 5) sistem latihan. Pembinaan prestasi untuk cabang olahraga dapat dilakukan secara berjenjang, hal itu sependapat dengan yang dikemukakan oleh Kiswanto (2016) bahwa sistem pembinaan berdasarkan piramida yang dimulai dari lapisan bawah menuju ke lapisan atas.

Dewasa ini banyak para pengurus olahraga menomorduakan pembinaan prestasi atlet di masing-masing daerah khususnya Jawa Tengah, meskipun tidak semua daerah mengabaikan pembinaan tersebut. Imbas dari hal tersebut terbukti bahwa Jawa Tengah Kesulitan meraih prestasi tertinggi pada *multi event* ataupun *single event* dalam kompetisi olahraga. Prestasi maksimal Jawa Tengah diraih pada PON 2006, dimana Sumatera Selatan mampu meraih 5 besar. Sementara Prestasi terburuk Sumatera Selatan adalah pada PON Jawa Barat dimana Sumatera Selatan merosot ke peringkat 20 besar.

Daerah pada dasarnya memiliki andil yang sangat besar dalam membina atlet agar mampu mewakili Jawa tengah memperbaiki peringkat PON. Sebagian besar atlet di Jawa Tengah adalah wakil dari masing-masing daerah atau Kabupaten/Kota di lingkungan Provinsi Jawa Tengah. Dari itu hendaknya sudah menjadi kewajiban yang sangat serius bagi setiap daerah Kabupaten/kota dalam membina prestasi atletnya. Secara garis koordinasi pembinaan adalah tanggung jawab dari berbagai elemen, misalnya Negara dan Daerah serta pengurus cabang olahraga.

Salah satu Kabupaten di Provinsi Jawa Tengah yang terus aktif melakukan pembinaan prestasi atlet adalah Kabupaten Cilacap. Melalui KONI Kabupaten Cilacap, pembinaan terus dilakukan dalam rangka mempersiapkan atlet agar mampu bersaing pada setiap kompetisi. Terdapat banyak cabang olahraga yang



menjadi anggota KONI Kabupaten Cilacap, salah satunya adalah cabang bulu tangkis. Cilacap sendiri merupakan Kabupaten yang prestasinya menurun tajam pada kompetisi Porprov 2019 yang lalu. Hampir sebagian besar cabang olahraga tidak memberikan sumbangsi medali bagi Cilacap pada porprov tersebut, termasuk cabang bulu tangkis.

Berdasarkan data yang peneliti pelajari cabang bulu tangkis belum menunjukkan prestasi membanggakan bagi Kabupaten Cilacap. misalnya pada pelaksanaan Porprov 2017 Jawa Tengah dimana penyelenggara kegiatan adalah Kota Cilacap Cabang bulu tangkis Kabupaten Cilacap tidak mampu menyumbangkan satu medali pun bagi Kabupaten Cilacap. Permasalahan ini berlanjut pada Porprov 2019 Jawa Tengah penyelenggara kegiatan adalah Banyumas, ironisnya Cabang bulu tangkis kembali satupun tidak memberikan medali bagi Kabupaten Cilacap. Pada tabel di bawah ini dapat dilihat prestasi atlet PJKR Kabuapten Cilacap dari tahun 2015 s.d 2019 :

Tabel 1. Daftar Prestasi Jawa Tengah

Tahun	Jenis Kejuaraan	Prestasi
2015	Porprov X Jateng	Tidak berhasil menyumbang medali
2017	Porprov XI Jateng	Tidak berhasil menyumbang medali
2019	Porprov XII Jateng	Tidak berhasil menyumbang medali

Buruknya prestasi Pengcab PJKR Kabupaten Cilacap, menjadi penyebab peneliti berkeinginan untuk melakukan evaluasi mengenai program pembinaan prestasi yang dilakukan oleh Pengcab Kabupaten Cilacap. Beberapa aspek di atas akan menjadi indikator evaluasi peneliti pada Pengcab PJKR Kabupaten Cilacap dalam membina prestasi atlet selama periode dua kali Porprov dari tahun 2017 dan 2019 yang lalu. Ada banyak faktor yang kemungkinan menyebabkan buruknya prestasi tersebut sulit diraih atlet, misalnya karena kurang seriusnya pengurus dalam melakukan pembinaan yang diawali dari proses pembibitan, latihan dan program latihan yang tidak terprogram dengan baik, Minimnya penghargaan pada atlet, dan jarangya kompetisi berjenjang pada daerah ini, serta sarana dan prasarana penunjang latihan belum tersedia dengan baik.

Wibowo et al. (2017) menyatakan bahwa dalam Undang-Undang No. 3 tahun 2005 dijelaskan dalam rangka membina atau melahirkan atlet yang berprestasi diperlukan suatu proses pembinaan jangka panjang yang memerlukan penanganan secara sistematis, terarah, terencana dan konsisten serta dilakukan sejak dini dan didukung ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Semua atlet yang sukses adalah individu terlatih yang unggul dalam aktivitas fisik tertentu dan biasanya telah mengikuti program pelatihan jangka panjang yang dirancang dengan baik selama beberapa tahun. Pendapat di atas menggambarkan bahwa konsistensi pembinaan adalah kejadian mutlak yang harus dipertahankan dan ditingkatkan dalam rangka melahirkan atlet-atlet berprestasi.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan studi ilmiah dalam rangka mengevaluasi kinerja Pengurus Cabang PJKR Kabupaten Cilacap. Pelana (2017) memberikan pendapat bahwa pembinaan olahraga merupakan bagian dan upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan pada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Pada saat ini pembinaan olahraga kurang diperhatikan, sehingga perlu ditingkatkan pendidikan jasmani dan pembinaan olahraga di lingkungan sekolah maupun masyarakat agar mendapatkan prestasi sesuai dengan target. Pembinaan dilakukan secara berjenjang dan berkesinambungan melalui pusat latihan dan diberikan ruang untuk bertanding melalui event cabang olahraga (Piyana et al., 2020; Wibawa et al., 2017).

Rusman (2011) menyatakan bahwa hal ini didasarkan pada fungsi manajemen yang terkoordinasi saling mendukung, yaitu perencanaan dimana manajer mengevaluasi berbagai rencana alternatif sebelum menjadi efektif dan kemudian memverifikasi bahwa rencana yang dipilih sesuai untuk mencapai tujuan organisasi yang dapat digunakan. Perencanaan adalah proses yang paling penting dalam setiap fungsi manajemen, karena tidak ada fungsi lain yang dapat dilakukan tanpa perencanaan. Dalam organisasi, manajemen, personel fungsi kontrol. Manajer menggunakan peran organisasi untuk memfasilitasi pengawasan, mengidentifikasi orang-orang yang diperlukan untuk melaksanakan tugas yang diberikan.

Selain pembinaan secara manajemen, pelatihan juga diperlukan untuk menunjang prestasi seorang atlet. Iskandar (2017) menyatakan pelatihan adalah proses perubahan ke arah yang lebih baik, menjadi meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional perlengkapan tubuh, dan kualitas psikologis para pelatih. Prinsip program latihan harus mengandung unsur memiliki volume latih, frekuensi latihan,



durasi latihan, intensitas latihan, beban latihan, dan individualistik dalam latihan. Prinsip ini mengarah pada dimana seorang pelatih mengatur skema dalam berlatih sehingga atlet memiliki pedoman yang jelas dalam kapasitas meningkatkan mutu latihan.

Pembinaan olahraga merupakan bagian yang ditujukan pada peningkatan serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Pada prosesnya pembinaan melibatkan banyak faktor, pembinaan harus dilaksanakan berkesinambungan dan memenuhi beberapa komponen diantaranya adalah aspek pembibitan, aspek ketenaga-kerjaan, aspek manajemen, sarana dan prasarana, struktur isi program dan lain- lain. Senada dengan pendapat di atas, Sari et al. (2017) bahwa pembinaan harus dimulai dari pembibitan, pelaksanaan latihan dan program latihan, serta manajemen yang baik.

Berdasarkan konsep teori dan permasalahan yang telah dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan untuk : 1) menganalisis latar belakang, tujuan, dan sasaran pembinaan PJKR Kabupaten Cilacap, 2) mengetahui adanya kesesuaian kualitas dan kuantitas pengurus, atlet, dan pelatih dalam mendukung program latihan, 3) mengetahui kinerja pelatih dan pengurus dalam menjalankan program latihan dan pembinaan dan 4) mengetahui prestasi atlet dan pelatih selama proses pembinaan.

Model evaluasi yang tepat untuk program pembinaan dan pembelajaran menurut Arikunto (2013) adalah model evaluasi CIPP (*context, input, process, dan product*). Evaluasi program ini dikembangkan dari evaluasi secara umum, yaitu proses pengumpulan data, analisis dan digunakan untuk pengambilan keputusan terhadap objek ataupun subjek yang dievaluasi. Selain itu, dikembangkan juga dari berbagai pilar manajemen atau pengelolaan yang lebih spesifik, yaitu pilar monitoring, evaluasi, dan control (Damrah et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian evaluasi yang menggunakan metode kualitatif. Sari et al. (2017) menyatakan bahwa evaluasi program adalah suatu rangkaian kegiatan yang dilakukan dengan sengaja untuk melihat tingkat keberhasilan suatu program. Evaluasi program bertujuan menentukan kebijakan. Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah model evaluasi CIPP (*context, input, process, product*). Model CIPP dapat memberikan manfaat untuk melihat apakah program telah berjalan sesuai dengan yang direncanakan atau diinginkan dan menghasilkan produk sesuai dengan yang direncanakan (Stufflebeam, 2017). Salah satu kekuatan model CIPP adalah, ini adalah alat yang sederhana dan berguna untuk membantu evaluator menghasilkan pertanyaan yang sangat penting untuk ditanyakan dalam proses evaluasi. Empat komponen tersebut menjadi nama dari model evaluasi CIPP, dimana CIPP diambil dari huruf awal keempat komponen yang akan diteliti, yaitu *contexs, input, process, product*. Subjek penelitian yang ditetapkan untuk mengumpulkan data penelitian adalah sebanyak 8 orang yang terdiri dari 4 orang atlet, pelatih 2 orang dan 2 orang pengurus. Pengumpulan data menggunakan observasi, dokumentasi dan kuisiner.

Analisis data menggunakan analisis persentase. Analisis data merupakan suatu langkah-langkah yang menentukan hasil penelitian. Analisis data berfungsi unuk menyimpulkan hasil penelitian. Analisis kualitatif dilakukan dengan langkah-langkah menyatakan bahwa kegiatan dalam analisis data kualitatif dilaksanakan secara interaktif dan berlangsung secara berkesinambungan sampai data benar-benar jenuh. Berikut komponen analisis data Sugiyono (2017) : 1) pengumpulan data, 2) reduksi data, 3) penyajian data dan 4) penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan hasil penelitian melalui analisis pengumpulan data dengan teknik observasi, dokumentasi dan penyebaran kuisiner mengenai program pembinaan pengurus cabang PJKR Kabupaten Cilacap dapat dipaparkan sebagai berikut :

Berdasarkan tabel di atas diperoleh hasil bahwa dari analisis konteks program pembinaan pengurus PJKR Kabupaten Cilacap mencapai kriteria keberhasilan bersyarat dengan persentase jawaban responden sebesar 68%, analisis input mencapai kriteria berhasil dengan persentase jawaban sebesar 72%, berdasarkan analisis procces mencapai kriteria berhasil bersyarat dengan persentase 61%, berdasarkan analisis product mencapai kriteria berhasil bersyarat dengan tingkat persentase sebesar 65% dan capaian tingkat evaluasi program pembinaan pengurus cabang PJKR kabupaten Cilacap mencapai kriteria berhasil bersyarat dengan tingkat persentase sebesar 65,5%.

Berdasarkan temuan hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat visi dan misi, tujuan, latar belakang organisasi dan tujuan pembinaan dalam data base kepengurusan PJKR Kabaupaten Cilacap, namun hal tersebut tidak terencana dengan baik, mengingat antara atlet, pengurus dan pelatih tidak memperoleh



keterangan dengan jelas mengenai kebermaknaan visi, misi, latar belakang dan tujuan organisasi tersebut. Sementara pengurus tidak berusaha menjabarkan hal tersebut pada atlet. Visi, misi, tujuan dan kebijakan adalah bagian yang paling dasar dalam menjalankan roda organisasi, menurut Wibowo et al. (2017) menyatakan bahwa organisasi tanpa visi dan misi, tanpa tujuan yang jelas ibarat kapal bernakhoda tetapi tidak memiliki

Tabel 2
Kalsifikasi Hasil Evaluasi

Model	Persentase	Klasifikasi
<i>Conteks</i>	68	Berhasil Bersyarat
<i>Input</i>	72	Berhasil
<i>Procces</i>	61	Berhasil Bersyarat
<i>Product</i>	65	Berhasil Bersyarat
<i>Output</i>	65,5	Berhasil Bersyarat

memiliki navigasi atau arah yang jelas dalam berlayar. Hal ini menggambarkan bahwa organisasi tanpa visi dan misi, tujuan serta kebijakan yang tepat, organisasi tersebut meskipun memiliki pimpinan tetapi tidak memiliki arah dalam menjalankannya sehingga dikhawatirkan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan organisasi tersebut, dalam hal ini adalah atlet.

Evaluasi input merupakan pencarian fakta mengenai apa yang harus dilakukan pada program pembinaan PJKR Kabupaten Cilacap. Putro (2000) evaluasi input membantu mengatur keputusan yang berkaitan dengan rencana dan strategi untuk mencapai tujuan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa dari rekrutmen atlet PJKR Kabupaten Cilacap memiliki rencana, tetapi dijalankan tidak berdasarkan prosedur yang ideal, mengingat tidak adanya standarisasi tes yang mendukung. Rekrutmen pelatih memiliki dasar pemilihan yang jelas, tetapi pada kenyataannya masih mengedepankan aspek penunjukan tidak berdasarkan standar yang ideal. Jenkins dalam Laursen (2010) pelatih memiliki tugas yang cukup dimana pelatih menyempurnakan atlet sebagai makhluk dengan potensi multi dimensional yang meliputi jasmani, roh-sosial dan religi. Sarana dan prasarana yang tersedia memadai dengan baik. Program latihan tersedia tetapi tidak berjalan sebagaimana isi program latihan. Penghargaan untuk atlet juga belum sesuai, padahal menurut Minarsih (2009) penghargaan kinerja atlet adalah penghargaan kepemimpinan yang diberikan kepada atlet yang berkinerja baik, biasanya setelah mengevaluasi kinerja, kinerja, dan kinerja atlet tersebut. Berdasarkan temuan penelitian melalui wawancara pada atlet, diperoleh informasi bahwa penghargaan yang dirasakan atlet belum begitu maksimal, baik dari jaminan kerja bagi atlet, uang pembinaan dan penghargaan lainnya.

Stufflebeam (2017) mengemukakan bahwa evaluasi proses merupakan sarana untuk memantau, mengumpulkan informasi dan menyusun laporan dalam mengimplementasikan keputusan, mengenai perencanaan telah diterapkan dengan benar, seperti apa pelaksanaannya dijalankan. Pada prosesnya pembinaan melibatkan banyak faktor, seperti yang diungkapkan Dewi & Vanagosi (2019) bahwa pembinaan harus dilaksanakan

berkesinambungan dan memenuhi beberapa komponen diantaranya adalah aspek pembibitan, aspek ketenaga- kerjaan, aspek manajemen, sarana dan prasarana, struktur isi program dan lain- lain. Berdasarkan temuan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa : 1) PJKR Kabupaten Cilacap tidak merencanakan latihan terpusat, mengingat tugas dan tanggung jawab diserahkan pada masing-masing club atau PB yang bernaung di bawah PJKR Kabupaten Cilacap, 2) pelaksanaan pelatihan antara atlet dan pelatih belum memiliki kejelasan yang pasti mengenai bagaimana bentuk latihan, mengingat PJKR Kabupaten Cilacap belum mendirikan latihan terpusat, 3) efektivitas program latihan belum dapat diukur dengan jelas, mengingat program latihan belum dijalankan sebagaimana mestinya yang diharapkan. Memiliki program latihan tetapi aspek kebergunaan belum dijalankan dan 4) metode latihan yang tertera dalam program latihan mencapai aspek efektivitas, tetapi tidak dapat digunakan karena program latihan terpusat belum dijalankan.

Evaluasi produk merupakan evaluasi dalam mengukur dan menilai capaian keberhasilan program. Apa yang telah dilakukan dan apa yang telah dicapai selama program berjalan. Berdasarkan temuan hasil penelitian, diperoleh hasil bahwa dampak pelaksanaan pembinaan menghasilkan capaian yang kurang maksimal, mengingat PJKR Cilacap belum mencapai prestasi pada level apapun.

Berdasarkan data hasil penelitian, diperoleh bahwa PJKR Kabupaten Cilacap mencapai tingkat keberhasilan dalam menjalankan program pembinaan sebesar 65,5% dengan kategori berhasil tetapi bersyarat. Hal tersebut menandakan bahwa PJKR harus berbenah untuk menuju proses pembinaan yang lebih terarah dan terstruktur dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data hasil penelitian, diperoleh bahwa PJKR Kabupaten Cilacap mencapai tingkat keberhasilan dalam menjalankan program pembinaan sebesar 65,5% dengan kategori berhasil tetapi bersyarat. Hal tersebut menandakan bahwa PJKR harus berbenah untuk menuju proses pembinaan yang lebih terarah dan terstruktur dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Suatu Pendekatan Praktik*. In Rineka Cipta. Rineka Cipta.
<http://r2kn.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/62880>
- Damrah, Pitnawati, P., Fitri, J. N., Erianti, & Astuti, Y. (2021). Evaluasi pelaksanaan pemusatan latihan atletik. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 126–142.
<https://doi.org/10.36706/altius.v10i1.12887>
- Dewi, P. C. P., & Vanagosi, K. D. (2019). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Panahan Pengkab Perpani Karangasem. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* 5(2),101–111.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.3343001>
- Iskandar, D. (2017). Pengaruh Pelatihan Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Olahraga. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 2(1), 11.
<https://doi.org/10.33222/JUARA.V2I1.28>
- Iyakrus, I. (2019). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Prestasi*. Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan, 7(2).
<https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>
- Kiswanto, A. (2016). Pembinaan Mental Bagi Atlet Pemula Untuk Membantu Pengendalian Agresifitas. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(1).
<https://doi.org/10.24176/jkg.v2i1.560>
- Laursen, P. B. (2010). Training for intense exercise performance: high- intensity or high-volume training? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20, 1–10. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01184>.
- Maksum, A. (2020). *Mental juara: Interrelasi antara komitmen, persisten, dan ambisi prestatif. Tantangan PON XX, Sport Tourism, Dan Prestasi Olahraga Pada Masa Dan Pasca Pandemi Covid-19*, September 2020, 1–17
- Minarsih, M. M. (2009). Pengaruh Penghargaan, Promosi Jabatan dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di Universitas Panandaran Semarang. *Value Added: Majalah Ekonomi Dan Bisnis*, 6(1), 1–8. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/vadded/article/view/702>
- Mylsidayu, A. (2015). *Pembinaan Prestasi Olahraga*. Citra Publishing
- Pelana, R. (2017). Perepsi Atlet Terhadap SDM PPLM Tentang Prestasi Atlet. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(2), 765. <https://doi.org/10.21009/GJIK.072.03>
- Piyana, P. D., Subekti, M., & Santika, I. G. P. N. A. (2020). Pelatihan Hanging Leg Raise Terhadap Kekuatan Otot Perut. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1),7–11. Retrieved from <https://jurnal.stkipgritrenggalek.ac.id/index.php/penjaga/article/view/58>
- Putro, W. E. (2000). *Evaluasi Program Pembelajaran*. In Jurnal Ilmu Pendidikan. Pustaka Pelajar
- Rusman. (2011). *Manajemen Kurikulum*. Raja Grafindo Persada
- Santika, I. G. P. N. A. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester II Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1),42-47. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/6>
- Sari, H. P., Handayani, W. K., & Hidayah, T. O. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Atlet Pekan Olahraga Nasional Cabang Olahraga Bulu Tangkis Provinsi Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(3), 261– 265.
<https://doi.org/10.15294/JPES.V6I3.15076>
- Stufflebeam, L. D. (2017). *CIPP Evaluation Model Checklist*. Jossey Bass.
- Subekti, M., & Santika, I. G. P. N. A. (2021). *Bahan Ajar Olahraga Kabaddi*. Lumajang : Klik Media
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta



- Sumerta, I. K., Santika, I. G. P. N. A., Dei, A., Prananta, I. G. N. A. C., Artawan, I. K. S., & Sudiarta, I. G. N. (2021). Pengaruh Pelatihan Circuit Training Terhadap Kelincahan Atlet Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 230-238. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4460071>
- Tirtayasa, P. K. R., Santika, I. G. P. N.A., Subekti, M., Adiatmika, I. P. G., & Festiawan, R. (2020). Barrier Jump Training to Leg Muscle Explosive Power. *Jurnal ACTIVE : Jurnal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(3), 173-177. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr/article/view/41145>
- Wibawa, R., Sudiarta, N., & Santika, N.A. (2017). Pelatihan Plyometrics Knee Tuck Jump 5 Repetisi 5 Set Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Kelas X Jurusan Multimedia dan Lukis Tradisi SMK Negeri 1 Sukawati Gianyar Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 3(1),34-41. Retrieved from <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/215>
- Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). *Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9–15. <https://doi.org/10.15294/miki.v7i1.9520>