

## **EVALUASI PEMBINAAN ATLETIK PASI PAMEKASAN**

Yoyok Yulianto<sup>1</sup>, Achmad Suparto<sup>2</sup>, Dyas Andry Prasetyo<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>PJKR STKIP PGRI Sumenep

[122852011a002738.student@stkipgrisumenep.ac.id](mailto:122852011a002738.student@stkipgrisumenep.ac.id),

[2achmadsuparto@stkipgrisumenep.ac.id](mailto:achmadsuparto@stkipgrisumenep.ac.id),

[3dyasandryprasetyo@stkipgrisumenep.ac.id](mailto:dyasandryprasetyo@stkipgrisumenep.ac.id)

### **ABSTRACT**

*This study aims to evaluate the long-distance running development program of the Indonesian Athletics Association (PASI) in Pamekasan Regency using the CIPP (Context, Input, Process, Product) evaluation model. This research employs a descriptive qualitative approach with a survey method. Data were collected through questionnaires, observations, and interviews involving one coach and seven long-distance athletes as respondents. The results of the context evaluation show that while the program has a strong foundation in terms of athlete motivation and organizational legality, it lacks a structured Long-Term Athlete Development (LTAD) roadmap. The input evaluation reveals that although the main track facilities are adequate, there is a significant shortage of sport science-based equipment and limited opportunities for coach competency development. In the process aspect, training is conducted routinely six times a week; however, the application of training periodization, including intensity and recovery management, is not yet systematic, and there is a lack of competitive exposure through try-outs. Consequently, the product evaluation indicates that while there is improvement in physical and technical skills, achievements remain inconsistent and are primarily limited to the district level, with less impact at the provincial level. The study concludes that to achieve consistent national-level performance, PASI Pamekasan must prioritize long-term strategic planning, integrate sport science into training, and enhance the frequency of competitive opportunities for its athletes.*

**Keywords:** athletics, CIPP, coaching evaluation, long distance running

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi program pembinaan atletik nomor lari jarak jauh Pengkab PASI Pamekasan dengan menggunakan model evaluasi CIPP (Context, Input, Process, Product). Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner, observasi, dan wawancara terhadap satu orang pelatih dan tujuh orang atlet lari jarak jauh. Hasil evaluasi pada aspek context menunjukkan bahwa pembinaan memiliki landasan motivasi dan legalitas organisasi yang kuat, namun belum memiliki perencanaan jangka panjang (LTAD) yang terukur. Pada aspek input,

sarana lintasan stadion sudah memadai, tetapi terdapat keterbatasan pada peralatan pendukung berbasis sport science dan minimnya pelatihan sertifikasi bagi pelatih. Aspek process menunjukkan bahwa latihan rutin dilakukan enam kali seminggu, namun penerapan periodisasi latihan serta pengaturan intensitas dan pemulihan belum tersistematis, serta kurangnya frekuensi try out. Pada aspek product, prestasi yang dihasilkan masih dominan di tingkat kabupaten dan cenderung fluktuatif di tingkat provinsi. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa efektivitas pembinaan belum optimal karena kurangnya integrasi antara perencanaan program, dukungan teknologi olahraga, dan sistem monitoring yang berkelanjutan. Rekomendasi strategis diperlukan untuk memperkuat fondasi pembinaan agar mampu menghasilkan prestasi yang konsisten di tingkat nasional.

**Kata Kunci:** atletik, CIPP, evaluasi pembinaan, lari jarak jauh

## A. Pendahuluan

Olahraga memiliki peran dalam kehidupan masyarakat dunia serta menjadi bagian tak terpisahkan dari aktivitas manusia sehari-hari. Lebih dari sekadar aktivitas fisik, olahraga juga merupakan media strategis untuk membentuk karakter dan identitas bangsa, serta membekali individu agar mampu beradaptasi, bertahan, dan berkompetisi secara sehat dalam dinamika global modern (Alamanda & Wulandari, 2021). Sejalan dengan hal tersebut, Rival Ferryanzah et al., (2024) menyatakan bahwa olahraga modern tidak hanya menjadi arena kompetisi, tetapi juga instrumen sosial yang memengaruhi nilai, perilaku, dan struktur masyarakat. Dalam konteks pembangunan nasional, olahraga prestasi merupakan salah satu indikator kemajuan suatu bangsa.

Untuk mewujudkan prestasi olahraga yang optimal, diperlukan sistem pembinaan terstruktur, sistematis, dan berkelanjutan sebagaimana UU No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Pembinaan prestasi melibatkan berbagai komponen manajemen organisasi, sumber daya manusia (pelatih dan atlet), sarana prasarana, pendanaan, serta program latihan yang terencana (Ramadhan, 2020).

Salah satu cabang olahraga yang menjadi indikator fundamental prestasi adalah atletik. Atletik sering disebut sebagai “ibu dari segala cabang olahraga” karena menjadi dasar pengembangan kemampuan fisik seperti lari, lompat, dan lempar (Zikrur Rahmat, 2015: 2). Di antara disiplin atletik, nomor lari jarak jauh memiliki peran penting dalam

mencerminkan ketangguhan fisik dan mental seorang atlet. Nomor ini menuntut daya tahan tinggi, strategi, kekuatan mental, serta pembinaan jangka panjang yang terencana. Di Kabupaten Pamekasan, pembinaan atlet lari jarak jauh telah berlangsung dalam kurun waktu yang panjang dan menunjukkan potensi besar untuk berprestasi di tingkat lokal maupun nasional. Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengembangkan kemampuan atlet melalui pelatihan, kompetisi, dan peningkatan sumber daya manusia (Fakhru Rozy, 2024). Namun demikian, masih terdapat berbagai permasalahan yang mempengaruhi efektivitas pembinaan seperti keterbatasan fasilitas latihan, optimalisasi pelatihan, kompetensi pelatih yang belum merata, serta pendampingan karier atlet yang belum maksima (Saif M. BashirYousif, 2021). Kondisi ini diperparah dengan kurangnya proses evaluasi sistematis terhadap program pembinaan.

Evaluasi merupakan langkah penting dalam memastikan efektivitas pelaksanaan program pembinaan olahraga. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui kekuatan dan kelemahan program, serta memberikan dasar bagi perbaikan agar pembinaan tetap

relevan dan efektif (Prasetyo, 2012). PASI sebagai organisasi pembinaan atletik berperan strategis dalam pengembangan prestasi melalui peningkatan fisik, mental, dan teknik atlet didukung oleh fasilitas latihan memadai. Meskipun Kabupaten Pamekasan memiliki potensi besar, fasilitas lapangan dan lintasan, serta antusiasme masyarakat yang tinggi terhadap olahraga atletik, prestasi atlet lari jarak jauh masih menunjukkan fluktuasi dan belum konsisten pada ajang seperti Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) Jawa Timur. Kondisi ini menuntut adanya evaluasi menyeluruh terhadap program pembinaan yang berjalan.

Untuk itu, model evaluasi CIPP (*Context, Input, Process, Product*) digunakan dalam penelitian ini karena mampu memberikan gambaran komprehensif situasi pembinaan yang berlangsung. Model CIPP menilai *context* Cabang olahraga Atletik Nomor Lari Jarak jauh PASI Pamekasan, *input* sarana prasarana, sistem rekrutmen atlet, pendanaan, pelatih, penentuan target, dan manajemen pengurus cabang, *process* pelatihan dan kejuaraan *product* prestasi olahraga yang dihasilkan.

Penelitian ini berfokus pada salah satu nomor atletik yaitu lari jarak jauh adapun yang akan menjadi subjek penelitian adalah pelatih dan atlet lari jarak jauh yang terlibat langsung dalam pembinaan PASI Pamekasan. Tujuan penelitian adalah untuk mengevaluasi program pembinaan atletik nomor lari jarak jauh PASI Pamekasan dengan pendekatan CIPP sebagai dasar penyusunan rekomendasi strategis berbasis data. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi pengab PASI dan pemangku kebijakan dalam meningkatkan kualitas pembinaan atlet, khususnya cabang atletik nomor lari jarak jauh, serta memperkuat fondasi pengembangan olahraga prestasi di Kabupaten Pamekasan.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan metode survey. metode ini menggunakan teknik pengumpulan data yaitu menggunakan kuesioner atau angket sebagai data kualitatif. Selanjutnya untuk memperkuat hasil data kuesioner atau angket maka dilengkapi dengan observasi dan wawancara kepada responden 1

pelatih dan 7 atlet yang telah memberikan respon tersebut yang memahami masalah yang akan diteliti. Model yang digunakan adalah model Context, Input, Process, Product (CIPP). Model CIPP digunakan untuk menganalisis dan melakukan pemetaan berdasarkan evaluasi program pembinaan atlet Atletik Nomor Lari Jarak Jauh di Kabupaten Pamekasan mengenai context (Atletik Nomor Lari Jarak Jauh di Kabupaten Pamekasan), input (sarana prasarana, sistem rekrutmen atlet, bonus, pelatih, penentuan target, dan manajemen pengurus Lari Jarak Jauh, process (program pelatihan, dan kejuaraan), product (prestasi olahraga). Metode atau teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah observasi, angket/kuesioner dan wawancara. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Observasi umumnya dilaksanakan secara bersamaan. Teknik angket digunakan dengan membuat daftar dan memberikan sekumpulan pertanyaan dimaksudkan mendapatkan data (Inta, 2023)

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Subjek penelitian dari penelitian ini yaitu Pelatih dan atlet lari jarak jauh PASI Pamekasan. Jumlah subjek dari penelitian ini adalah 8 orang. Semua subjek dalam penelitian ini yaitu subjek yang dianggap mengetahui tentang program pembinaan prestasi atlet lari jarak jauh PASI Pamekasan. Profil subjek penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Profil Subjek Penelitian**

No	Nama	Jenis Kelamin	Jabatan
1	Indra	L	Pelatih
2	Nanta	L	Atlet
3	Feril	L	Atlet
4	Deva	P	Atlet
5	Aifa	P	Atlet
6	Uui	P	Atlet
7	Tian	P	Atlet
8	Fara	P	Atlet

#### **Context**

Pada aspek konteks, hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa pembinaan atlet lari jarak jauh PASI Pamekasan telah berlangsung cukup lama dan didukung oleh lingkungan sosial yang kondusif. Atlet dan pelatih memiliki motivasi yang tinggi untuk berprestasi, yang merupakan modal utama dalam pembinaan olahraga prestasi. Kondisi ini sejalan dengan Sasana & Ngawi

(2025) budaya olahraga dan dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap motivasi dan partisipasi atlet. Dari sisi kelembagaan, PASI Pamekasan telah memiliki AD/ART dan SK kepengurusan yang lengkap, serta koordinasi antarbagian yang berjalan dengan baik. Hal ini menunjukkan kesiapan administratif organisasi sebagaimana dikemukakan oleh Putri (2020) bahwa organisasi olahraga harus memiliki sistem manajemen yang tertata mendukung efektivitas pembinaan. Namun demikian, belum tersusunnya perencanaan jangka panjang atau long-term athlete development (LTAD) menyebabkan arah pembinaan belum terukur secara jelas. Temuan ini sejalan dengan pandangan Balyi (2004) yang menekankan pentingnya roadmap pembinaan bertahap untuk menjamin perkembangan atlet berkelanjutan.

#### **Input**

Aspek Input, hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa pembinaan atlet lari jarak jauh PASI Pamekasan sarana utama berupa lintasan atletik di Stadion Pamekasan sebagai lokasi latihan dinilai cukup memadai dan telah memenuhi standar

minimum yang direkomendasikan oleh IAAF. Akan tetapi, fasilitas pendukung performa masih terbatas. Peralatan latihan yang tersedia hanya stopwatch, sementara perangkat pendukung berbasis sport science seperti alat evaluasi biomotor, heart rate monitor, dan fasilitas medis belum tersedia. Keterbatasan menunjukkan bahwa dukungan terhadap pendekatan ilmiah dalam pembinaan atlet masih rendah. Padahal, menurut Bompa dan Haff (2009), penggunaan instrumen evaluasi fisiologis sangat penting untuk perencanaan beban latihan dan pemantauan adaptasi atlet. Selain itu, meskipun pelatih memiliki pengalaman dan dedikasi yang baik, dukungan untuk peningkatan kompetensi pelatih melalui pelatihan lanjutan, workshop, dan sertifikasi masih minim.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Saputra & Lubis (2024) menyatakan bahwa kompetensi pelatih berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan pembinaan atletik. Di sisi lain, sistem penghargaan berupa bonus bagi atlet yang berhasil meraih medali telah diterapkan secara konsisten. Bentuk apresiasi ini berkontribusi positif terhadap motivasi atlet, meskipun

belum diimbangi dengan peningkatan kualitas sarana dan pengembangan sumber daya manusia secara menyeluruhan.

### **Process**

Pada aspek proses, hasil evaluasi menunjukkan bahwa latihan dilaksanakan secara rutin, yaitu enam kali dalam satu minggu. Namun, pelaksanaan latihan belum terstruktur secara optimal karena pengaturan intensitas, volume, dan pemulihan belum direncanakan serta dimonitor secara sistematis. Meskipun jenis latihan seperti lari jarak jauh (long run), tempo run, dan strength training telah diterapkan sebagai bagian dari periodisasi, implementasinya belum berjalan secara konsisten.

Kondisi ini menunjukkan bahwa prinsip periodisasi latihan belum diterapkan secara menyeluruhan. Matjan (2009) menegaskan periodisasi merupakan komponen penting dalam pembinaan olahraga prestasi untuk mencapai puncak performa atlet pada waktu yang tepat. Selain itu, frekuensi keikutsertaan atlet dalam kejuaraan masih terbatas dan belum didukung oleh pelaksanaan *try out* secara rutin. Hal ini berdampak pada kurangnya pengalaman bertanding atlet. Temuan tersebut sejalan dengan teori

Saharullah (2020) yang menyatakan bahwa kompetisi merupakan bagian integral dari proses latihan karena memberikan pengalaman psikologis dan taktis yang tidak dapat diperoleh melalui latihan rutin semata.

### **Product**

Pada aspek produk, hasil evaluasi menunjukkan bahwa atlet lari jarak jauh PASI Pamekasan telah meraih prestasi di tingkat kabupaten. Namun, prestasi di tingkat provinsi belum menunjukkan konsistensi dan cenderung fluktuatif. Target prestasi jangka panjang belum tercapai secara optimal, yang disebabkan oleh belum konsistennya pelaksanaan program pembinaan. Secara umum, atlet mengalami peningkatan kemampuan fisik dan teknik, namun peningkatan tersebut berlangsung secara bertahap dan relatif lambat. Kondisi ini mencerminkan kurangnya integrasi antara perencanaan program, ketersediaan input, dan kualitas proses pembinaan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Candra (2025) yang menyatakan bahwa prestasi atlet dipengaruhi oleh kualitas manajemen, intensitas dan sistem latihan, ketersediaan fasilitas, serta sistem monitoring yang

berkelanjutan. Selain itu, hasil ini juga mendukung penelitian Sultan (2023) yang menegaskan bahwa peningkatan performa atlet atletik sangat dipengaruhi oleh pembinaan biomotor yang dilakukan secara sistematis dan terukur.



**Gambar 1 Wawancara Pelatih**



**Gambar 2 Wawancara Atlet**



**Gambar 3 Pengisian Angket di Lakukan Para Atlet**

### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil evaluasi program pembinaan atletik nomor lari jarak jauh PASI Pamekasan menggunakan model *Context, Input, Process, dan Product* (CIPP), dapat disimpulkan bahwa pembinaan telah memiliki fondasi yang cukup baik dari

aspek motivasi dan dukungan sosial. Lingkungan pembinaan yang kondusif, semangat atlet dan pelatih yang tinggi, serta kesiapan kelembagaan organisasi menjadi modal penting dalam pengembangan olahraga prestasi. Namun demikian, efektivitas pembinaan belum berjalan optimal akibat belum tersusunnya perencanaan jangka panjang berbasis *long-term athlete development* (LTAD) yang terukur. Dari aspek input, keterbatasan fasilitas pendukung berbasis sport science dan minimnya pengembangan kompetensi pelatih menjadi kendala utama penerapan pembinaan yang modern dan ilmiah.

Pada aspek proses, meskipun latihan dilaksanakan secara rutin, pelaksanaan periodisasi latihan belum dilakukan sistematis, khususnya dalam pengaturan intensitas, volume, dan pemulihan latihan. Keterbatasan frekuensi kejuaraan dan tidak adanya try out rutin juga berdampak pada kurangnya pengalaman bertanding atlet. Dampak dari kondisi tersebut tercermin pada aspek produk, yaitu prestasi atlet yang masih didominasi capaian tingkat kabupaten dan belum menunjukkan konsistensi pada level provinsi. Peningkatan kemampuan fisik dan teknik atlet memang terjadi,

tetapi berlangsung secara bertahap dan belum maksimal akibat kurangnya integrasi antara perencanaan, sarana pendukung, dan kualitas proses pembinaan. Secara keseluruhan, program pembinaan atletik nomor lari jarak jauh PASI Pamekasan memerlukan penguatan pada aspek perencanaan jangka panjang, pemenuhan sarana pendukung latihan berbasis ilmu keolahragaan, peningkatan kompetensi pelatih, serta sistem evaluasi dan monitoring berkelanjutan agar menghasilkan prestasi konsisten dan berdaya saing di tingkat provinsi maupun nasional.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alamanda, S. P., Wulandari, F. Y., Pd, S., & Pd, M. (n.d.). *EVALUASI PEMBINAAN PERSATUAN ATLETK SELURUH INDONESIA KABUPATEN TULUNGAGUNG* Sukma Prastiko Alamanda, Fifit Yeti Wulandari, S.Pd., M. Pd. 53–60.
- Balyi, B. I. (1998). *LONG-TERM ATHLETE DEVELOPMENT: TRAINABILITY IN "It takes 10 years of extensive training to excel in anything"* Herbert Simon - Nobel Laureate US Youth Soccer United States Olympic Committee The Model of Long-Term Athlete Development US Youth Soccer United States Olympic Committee.

- Candra, O., Parulian, T., Yolanda, F., Novrandani, S., Vryzas, D., Riau, U. I., Fisik, K., Olahraga, P., Fisik, K., & Olahraga, P. (2025). *Holistik dengan Mengintegrasikan Latihan Kondisi Fisik , Psikologi.* 5(1), 782–792.
- Faktor-faktor, K. L. D. A. N. (2009). *Jurnal Kepelatihan Olahraga, Volume 1* ., 1(1), 63–70.
- Febriyani, T., Prasetyo, R., Iffah, N., & Prasetyo, G. B. (2012). *Evaluasi Pembinaan Prestasi pada Persatuan Atletik Seluruh Indonesia ( PASI ) Kabupaten Jombang.* 105–111. <https://doi.org/10.56773/apesj/V3.i2.67>
- Ferryanzah, R., & Siburian, M. E. M. (2024). *Reproduksi ketidaksetaraan sosial melalui struktur kompetisi olahraga pada perspektif sosiologi.* 10(2), 244–258.
- Inta, N., Surbakti, P., Sudiana, I. K., & Tisna, G. D. (2023). *Evaluasi Program Pembinaan Atlet Tim Putri Cabang Olahraga Rugby Provinsi Bali Pada PON XX Papua.* 11(3), 314–319.
- Jurnal, J., Ilmu, T., Ramadhan, M. G., Ma, A., & Mahendra, A. (2020). *Implementasi Kebijakan Olahraga Pendidikan sebagai Upaya Pembangunan Melalui Olahraga Berdasarkan Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional.* 5. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.23824>
- Putri, A. R., Husin, S., & Hermawan, R. (2020). *Manajemen Pembinaan Cabang Olahraga Tenis Lapangan Lampung.* *Riyadho : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v3i2.3722>
- Rozy, F., Alif, D., Daulay, A., & Vigriawan, G. E. (2024). *Penerapan Metode Principal Component Analysis Terhadap Faktor Biomotor Yang Mempengaruhi Performa Atlet Atletik Sumatra Utara Application of the Principal Component Analysis Method to Biomotor Factors Affecting the Performance of North Sumatra Athletic Athletes.* 3(November 2022), 1–7.
- Saharullah, H. (2020). *DASAR-DASAR ILMU KEPELATIHAN.* <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/18281>
- Saputra, R., & Lubis, A. E. (2024). *Manajemen pembinaan prestasi cabang olahraga atletik nomor lempar di.* 3(1), 36–45.
- Sasana, D. I., & Ngawi, S. (2025). *Peran dukungan sosial terhadap peningkatan prestasi atlet tinju di sasana soerjo ngawi.* 25(2), 165–172.
- Sultan, A., Susandi, B., & Wahyudhi, E. (2023). *Biomotor atlet elit pada olahraga unggulan.* 5(1), 1–13.
- Yousif, S. M. B., & Al-nuaimi, R. S. (2021). *وقلا باعلاعب ينمقتما Analytical Study of Sport Injuries Similarities for Advanced Players in Athletics.* 67.
- Zikrur Rahmat. (2015). *Atletik Dasar&Lanjutan.*