



***SURVEY* PEMBINAAN PRESTASI ATLET *RUGBY* PUTRI
KABUPATEN GROBOGAN DALAM MEMPERSIAPKAN
PORPROV XVI TAHUN 2023**

SKRIPSI

Oleh :

DEVIANA SUGI HARTANTI

D0219085

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2023**

***SURVEY* PEMBINAAN PRESTASI ATLET *RUGBY* PUTRI
KABUPATEN GROBOGAN DALAM MEMPERSIAPKAN
PORPROV XVI TAHUN 2023**

Oleh :
Deviana Sugi Hartanti
D0219085

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA**

2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “*SURVEY* PEMBINAAN PRESTASI ATLET *RUGBY* PUTRI KABUPATEN GROBOGAN DALAM MEMPERSIAPKAN PORPROV XVI TAHUN 2023” Karya :

Nama : Deviana Sugi Hartanti

NIM : D0219085

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

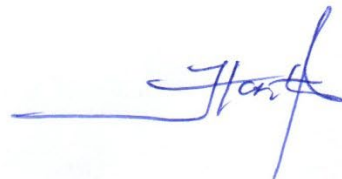
Surakarta , 16 Juni 2023

Pembimbing I



Dr.H. Shodiq Hutomono M.Kes
NIDN. 0620056401

Pembimbing II



Hartini S.Pd. M.Or
NIDN. 0623047603

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul: “*Survey* Pembinaan Prestasi Atlet *Rugby* Putri Kabupaten Grobogan dalam Mempersiapkan Porprov XVI Tahun 2023” Karya:

Nama : Deviana Sugi Hartanti

NIM : D0219085

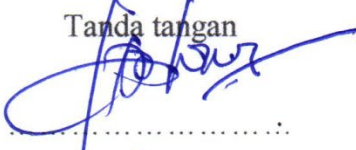



Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Selasa

Tanggal : 11 Juli 2023

Dewan Penguji Skripsi :

	Nama Terang	Tanda tangan
Ketua	: Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or	
Sekretaris	: Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or	
Anggota I	: Dr.H. Shodiq Hutomono, M.Kes	
Anggota II	: Hartini, S.Pd. M.Or	


Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan




Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis didalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dan karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sangsi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya plagiat terhadap etika ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya plagiat terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 16 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



Deviana Sugi Hartanti

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Pengetahuan yang baik adalah yang memberikan manfaat, bukan hanya diingat.”

(**Imam Syafi’i**)

“Berjuang dan berdoalah maka kamu akan mendapatkan”

(**Penulis**)

Persembahan

1. Bapak Suwadi tercinta.
2. Ibu Suparmi tercinta.
3. Keluarga kakak Suratmin tercinta.
4. Keluarga kakak Andri tercinta.
5. Keluarga kakak Mahbub tercinta.
6. Dosen Pembimbing 1 dan Dosen Pembimbing 2.
7. Dosen PKO FKIP UTP.
8. Rekan PKO FKIP UTP angkatan 2019.
9. Rekan PRUI Kabupaten Grobogan.
10. Rekan PRUI Jawa Tengah
11. Sahabat saya Ilnayati Simanjuntak.
12. Rekan UKM dan PP Rugby UTP.
13. Rekan alumni UTP.
14. Almamaterku Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga FKIP UTP Surakarta.

KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati perkenankan penulis memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Survey* Pembinaan Prestasi Atlet *Rugby* Putri Kabupaten Grobogan Dalam Mempersiapkan Porprov XVI Tahun 2023” untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Banyak hambatan yang menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, namun berkat bantuan, dukungan dan dorongan dari berbagai pihak akhirnya kesulitan-kesulitan yang timbul dapat teratasi dan skripsi dapat diselesaikan dengan baik, oleh karena itu peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
2. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
3. Pipit Fitria Y, S.Pd., M.Or., selaku Kepala Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan (UTP) Surakarta.
4. Dr.H. Shodiq Hutomono, M.Kes., sebagai pembimbing I, yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Hartini, S.Pd., M.Or., sebagai pembimbing II, yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam menyusun skripsi ini.
6. Segenap pengurus, pelatih, dan atlet Persatuan *Rugby* Union Indonesia (PRUI) Kabupaten Grobogan, yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian.
7. Kedua orang tua dan segenap keluarga besar saya, yang telah memberikan arahan dan semangat untuk menyusun skripsi ini.
8. Inayati Simanjuntak, sebagai sahabat saya yang selalu memotivasi dan mengarahkan dalam menyusun skripsi ini.

9. Segenap rekan alumni Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, yang telah membantu, mengarahkan, dan memberikan dorongan dalam Menyusun skripsi ini.

10. Berbagai pihak yang tidak mungkin disebutkan satu-persatu.

Semoga Allah SWT membalas jasa Bapak/ Ibu/ Saudara dengan pahala yang berlimpah. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu, pengetahuan dan teknologi khususnya dalam bidang Pendidikan Jasmani.

Surakarta, 16 Juni 2023

Penulis

D.S.

ABSTRAK

Deviana Sugi Hartanti. 2023. *Survey Pembinaan Prestasi Atlet Rugby Putri Kabupaten Grobogan Dalam Mempersiapkan PORPROV XVI Tahun 2023.* Skripsi, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing : I. Dr. H.Shodiq Hutomono, M.Kes., II. Hartini S.Pd., M.Or.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pembinaan prestasi atlet *Rugby* Putri Kabupaten Grobogan dalam mempersiapkan PORPROV XVI Tahun 2023. Fokus masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui permasalahan pembinaan prestasi atlet *Rugby* putri Kabupaten Grobogan dalam mempersiapkan PORPROV XVI Tahun 2023.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. *Informan* dalam penelitian ini adalah 1 pengurus *Rugby* Kabupaten Grobogan, 3 pelatih dan 9 atlet. Data diperoleh melalui observasi langsung, wawancara dan dokumentasi. Teknik menentukan subjek dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Untuk menguji keabsahan data penelitian, menggunakan triangulasi sumber data. Analisis data menggunakan teknik analisis data lapangan model Milles dan Huberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa : 1) Program latihan yang disusun oleh pelatih dalam mempersiapkan PORPROV XVI tahun 2023, latihan terbagi menjadi dua yaitu latihan fisik dan latihan teknik. Pembinaan mental, pelatih memberikan motivasi, emosi dan komunikasi secara personal terhadap atlet, 2) *Rugby* Kabupaten Grobogan mengalami kendala dalam sarana dan prasarana, 3) Prestasi atlet *Rugby* Putri Kabupaten Grobogan dalam pencapaian prestasi mengalami peningkatan.

Kata kunci : Pembinaan Prestasi, Atlet, *Rugby*, Kabupaten Grobogan, PORPROV.

ABSTRACT

Deviana Sugi Hartanti. 2023. *Grobogan District Women's Rugby Athlete Achievement Development Survey in Preparing for 2023 PORPROV XVI*. Thesis, Sports Coaching Education Study Program , Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, Surakarta. Advisor : I.Dr. H. Shodiq Hutomono, M. Kes., II. Hartini S.Pd., M.Or.

This study aims to determine the achievement development of Grobogan Regency Women's Rugby athletes in preparing for PORPROV XVI in 2023. The focus of the problem in this study is to determine the problems of fostering the achievements of Grobogan Regency women's Rugby athletes in preparing for PORPROV XVI in 2023.

This study uses qualitative methods by collecting data using observation, interviews and documentation. Informants in this study were 1 Grobogan Regency Rugby administrator, 3 coaches and 9 athletes. Data obtained through direct observation, interviews and documentation. The technique of determining the subjects in this study used purposive sampling. To test the validity of the research data, triangulation of data sources is used. Data analysis uses data analysis techniques in the field model of Milles and Huberman, namely data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

The results of the research that has been carried out show that: 1) The training program prepared by the trainers in preparing for PORPROV XVI in 2023, the training is divided into two, namely physical training and technical training. Mental coaching, coaches provide motivation, emotion and persona communication to athletes, 2) Grobogan Regency Rugby experiences problems in facilities and infrastructure, 3) The achievements of the Grobogan Regency Women's Rugby athletes in achievement have increased.

Keywords: *Achievement Development, Athletes, Rugby, Grobogan Regency, PORPROV.*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka.....	5
1. Hakikat Pembinaan Prestasi.....	5
a. Prestasi.....	6
2. Sumber Daya Manusia.....	10
a. Atlet.....	10
b. Pelatih.....	11
c. Program Latihan.....	13
d. Olahraga.....	23

e. Organisasi	24
3. <i>Rugby</i>	25
B. Penelitian yang Relevan.....	35
C. Kerangka Pemikiran.....	36
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
B. Metode Penelitian	38
C. Sumber Data	38
D. Teknik Sampling.....	38
E. Teknik Pengumpulan Data	39
F. Validitas Data	40
G. Teknik Analisis Data	41
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	44
B. Deskripsi Permasalahan Penelitian.....	46
C. Temuan Studi yang dihubungkan dengan kajian Teori.....	57
D. Penarikan Kesimpulan.....	64
 BAB V KESIMPULAN	
A. Kesimpulan.....	66
B. Implikasi	67
C. Saran	67
 DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1 Empat daerah intensitas berdasarkan reaksi denyut jantung terhadap beban latihan	15
Tabel 2.2 norma tes sit up	16
Tabel 2.3 norma tes push up	16
Tabel 2.4 norma tes lari 2,4 Km.....	17
Tabel 2.5 norma tes lari 20 m	18
Tabel 2.6 norma tes lari bolak-balik 4x5 m	18
Tabel 2.7 norma tes loncat tegak.....	19
Tabel 4.1 <i>BodyWeight</i> Program	47
Tabel 4.2 <i>Endurance</i> dan <i>Running Technique</i> Program	48
Tabel 4.3 Program Latihan.....	58
Tabel 4.4 Sarana dan Prasarana PRUI Kabupaten Grobogan	63
Tabel 4.5 Prestasi Atlet <i>Rugby</i> putri Kabupaten Grobogan Tahun 2022 dan 2023	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Faktor Pendukung Prestasi	7
Gambar 2.2 Bola <i>Rugby</i>	26
Gambar 2.3 Sepatu <i>Rugby</i>	26
Gambar 2.4 Pelindung Gigi	27
Gambar 2.5 Pelindung Kepala	27
Gambar 2.6 <i>Tackle Rugby</i>	28
Gambar 2.7 <i>Cone</i>	28
Gambar 2.8 Lapangan <i>Rugby</i>	29
Gambar 2.9 Berlari.....	29
Gambar 2.10 Mengoper Bola.....	30
Gambar 2.11 Menangkap Bola	30
Gambar 2.12 Memegang Bola	31
Gambar 2.13 Menendang Bola	31
Gambar 2.14 Menekel.....	31
Gambar 2.15 <i>Hand Soft</i>	32
Gambar 2.16 <i>Scrum</i>	32
Gambar 2.17 <i>Ruck</i>	33
Gambar 2.19 <i>Clean</i>	33
Gambar 2.20 <i>Line Out</i>	34
Gambar 2. 21 Struktur Kerangka Pemikiran.....	37
Gambar 3.1 Triangulasi.....	41
Gambar 3.2 Alur Penelitian Kualitatif	43
Gambar 4.1 Struktur Organisasi PRUI Kabupaten Grobogan	45
Gambar 4.2 siklus mikro dengan satu top.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	72
Lampiran 2 Surat Balasan dari PRUI Kabupaten Grobogan	73
Lampiran 3 Hasil Observasi.....	74
Lampiran 4 Pedoman Wawancara	77
Lampiran 5 Hasil Wawancara Pengurus	81
Lampiran 6 Hasil Wawancara Pelatih.....	84
Lampiran 7 Hasil Wawancara Pelatih.....	86
Lampiran 8 Hasil Wawancara Pelatih.....	89
Lampiran 9 Hasil Wawancara Atlet.....	91
Lampiran 10 Hasil Wawancara Atlet.....	93
Lampiran 11 Hasil Wawancara Atlet.....	96
Lampiran 12 Hasil Wawancara Atlet.....	99
Lampiran 13 Hasil Wawancara Atlet.....	101
Lampiran 14 Hasil Wawancara Atlet.....	103
Lampiran 15 Hasil Wawancara Atlet.....	105
Lampiran 16 Hasil Wawancara Atlet.....	107
Lampiran 17 Hasil Wawancara Atlet.....	109
Lampiran 18 Sertifikat Kepelatihan Pelatih.....	111
Lampiran 19 Sertifikat Kepelatihan Pelatih.....	112
Lampiran 20 Sertifikat Kepelatihan Pelatih	113
Lampiran 21 Piagam Penghargaan	114
Lampiran 22 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	115
Lampiran 23 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	116
Lampiran 24 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	117
Lampiran 25 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	118
Lampiran 26 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	119
Lampiran 27 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet.....	120
Lampiran 28 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	121
Lampiran 29 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet.....	122

Lampiran 30 Piagam Penghargaan dan Sertifikat Atlet	123
Lampiran 31 Dokumentasi Wawancara Pengurus	124
Lampiran 32 Dokumentasi Wawancara Pelatih.....	125
Lampiran 33 Dokumentasi Wawancara Atlet.....	126
Lampiran 34 Dokumentasi Wawancara Atlet	127
Lampiran 35 Dokumentasi Wawancara Atlet.....	128
Lampiran 36 Dokumentasi Wawancara Atlet.....	129
Lampiran 37 Kegiatan Latihan.....	130
Lampiran 38 Kegiatan Latihan.....	131
Lampiran 39 Sarana dan Prasarana	132
Lampiran 40 Sarana dan Prasarana	133
Lampiran 41 Publikasi Rugby Kabupaten Grobogan	134

