

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Olahraga Panjat Tebing Dinilai dari Sudut Pandang Pelatih dan Atlet

Deffia Risman¹, Damrah², Syahrastani³, Weny Sasmitha⁴

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, Indonesia¹²³⁴

¹rismandeffia@gmail.com, ²damrahburhan@yahoo.co.id, ³syahrastani@yahoo.com,

⁴wenysasmitha@fik.unp.ac.id

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.3.2024.53>

Kata Kunci : Faktor, Atlet, Prestasi

Abstrak : Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi atlet panjat tebing Kabupaten 50 Kota. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Olahraga Panjat Tebing Di Kabupaten 50 Kota. Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif. Tempat penelitian federasi panjat tebing Kabupaten 50 Kota. Populasi sebanyak 17 orang, Sampel sebanyak 17 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *sampel Jenuh*. Instrumen penelitian angket/kuesioner dan dokumentasi. Skala pengukuran dengan Skala Likert lima poin. Tingkat capaian pada faktor sarana dan pra-sarana yaitu 42,50%, memiliki klasifikasi "Kurang Baik", Faktor Program latihan yaitu: 70,15%, dan berklasifikasi "Cukup", Faktor Motivasi yaitu : 65,59%, berklasifikasi "Cukup". Faktor Mental yaitu : 54,26%, dan berklasifikasi "Cukup". Faktor Teknik, yaitu: 61,18%, berklasifikasi "Cukup". Faktor Kondisi fisik yaitu: 47,50%, memiliki klasifikasi "Kurang Baik".

Keywords : Factors, Athletes, Achievement

Abstract : The problem in this research is the low performance of rock climbing athletes in 50 Cities Regency. The aim of this research is to describe the factors that influence rock climbing sports performance in 50 city districts. The type of research is descriptive research. Research site for the 50 City Regency rock climbing federation. The population is 17 people, the sample is 17 people. The sampling technique uses saturated samples. Questionnaire research instruments and documentation. The measurement scale is a five-point Likert scale. The level of achievement in the facilities and infrastructure factor is 42.50%, has a classification of "Not Good", the training program factor is: 70.15%, and is classified as "Fair", the Motivation Factor is: 65.59%, classified as "Fair". Mental factors are: 54.26%, and classified as "Fair". Technical factors, namely: 61.18%, classified as "Fair". The physical condition factor is: 47.50%, has a classification of "Not Good".

PENDAHULUAN

"Olahraga adalah suatu kegiatan fisik yang bertujuan untuk kesehatan, kebugaran, pendidikan, rekreasi dan prestasi (Atradinal, 2018). "Perkembangan olahraga saat ini sangat berkembang dengan pesat, sehingga diperlukan penanganan yang lebih serius dan persiapan yang lebih matang (Nando, 2018)" "Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan

kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional" (Nur, Madri & Zalfendi, 2018). Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan (Sepriadi, Hardiansyah, & Syampurma, 2017). Sementara menurut Sepriani, Eldawati & Oktamarini (2018)

“masyarakat sangat perlu untuk berolahraga karena dengan berolahraga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani seseorang, salah satu hal yang paling penting adalah bagaimana suatu masyarakat selalu terlihat sehat”

Pencapaian prestasi olahraga merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembimbingan di bidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. “Pembinaan dan pengembangan olahraga salah satu tujuannya adalah untuk mencapai prestasi. Prestasi dapat di artikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dalam pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target”. (Putra & Vivali, 2017). embentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Prestasi yang didapat dari program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga (Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020))”.

Panjat tebing adalah olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik dan taktik disamping kondisi yang prima bagi pelakunya, olahraga ini juga dituntut untuk saling bekerja sama antara pemanjat dan pengamanan (Wijaya et al, 2017). Panjat tebing adalah menaiki atau memanjat tebing yang memanfaatkan celah atau tonjolan yang digunakan sebagai pijakan atau pegangan dalam suatu pemanjatan untuk menambah ketinggian (Perguruan Memanjat Tebing Indonesia Skygers, 2005). Sedangkan menurut Gladian Nasional (2001) panjat tebing adalah suatu olahraga yang mengutamakan kelenturan dan kekuatan tubuh dan kecerdikan serta ketrampilan penggunaan peralatan dalam menyiasati tebing itu sendiri. Panjat tebing

merupakan olahraga yang membutuhkan kemampuan fisik, mental serta teknik.

Pada olahraga panjat tebing dilihat dari aktifitas fisiknya yang menggunakan kekuatan otot tangan dan otot tungkai serta fleksibilitas panggul. Dampak dari kekuatan otot lengan berupa otot *bisep* dan *tricep*, dampak dari kekuatan otot tungkai diantaranya paha, betis, tapak kaki, begitu juga dampak fleksibilitas panggul. Ketiga perihal di atas dapat berfungsi sebagai pemicu dalam hal kemampuan dalam melakukan pemanjatan.

FPTI Kabupaten Lima Puluh Kota adalah organisasi resmi yang merupakan wadah dari kegiatan panjat tebing dibawah bimbingan pemerintah dan KONI Kab. Lima Puluh Kota. FPTI Kabupaten Lima Puluh Kota cukup sering mengirim atlet pada kompetisi-kompetisi untuk mengasah kemampuan atlet. Kompetisi yang dilaksanakan terdiri atas berbagai tingkat, diantaranya tingkat daerah, dan tingkat nasional. Selain itu, kompetisi panjat tebing (*wall climbing*) juga sering diadakan oleh FPTI. Akan tetapi, hasil yang diperoleh atlet kabupaten lima puluh kota belum sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini terlihat pada ajang Porprov 2018 Kota Padang Pariaman. Kontingen Kabupaten Lima Puluh Kota hanya mampu membawa pulang tiga medali perunggu. Masih pada tahun yang sama, atlet panjat tebing Kab. Lima Puluh kota juga mengikuti kejuaraan Open Turnamen di Kota Jambi pada bulan Desember, akan tetapi sangat disayangkan, tidak ada satupun medali yang dapat diraih. Pada tahun 2019, atlet panjat tebing kab. Lima Puluh kota mengikuti pra porwil namun tidak berhasil lolos ke porwil. Pada November 2021 atlet panjat tebing Kab. Lima Puluh kota juga mengikuti kejuaraan di Universitas Negeri Riau namun juga belum berhasil membawa pulang medali.

METODE

Berdasarkan permasalahan yang diteliti metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan suatu penelitian secara sistimatis dengan menggambarkan secara rinci terhadap hal yang sedang dibahas atau diperbincangkan. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang menjabarkan setiap peristiwa yang sedang dibahas dan yang sedang terjadi. Arikunto (2013) menjelaskan pengertian Penelitian deskriptif yaitu penelitian untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lainnya, yang kemudian dijabarkan kedalam laporan penelitian". Pada penelitian ini, fenomena ada yang berupa bentuk, karakteristik, aktivitas, perubahan, hubungan, kesamaan serta perbedaan antar fenomena yang satu dengan lainnya. Metode ini mengungkapkan data yang ada dilapangan untuk mengetahui bagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga panjat tebing dinilai dari sudut pandang pelatih dan atlet. Penelitian ini dilakukan di federasi panjat tebing Kabupaten 50 Kota. penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2023. Sugiyono (2017) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek maupun subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini diambil dari cabang olahraga panjat tebing yang berjumlah 17 orang yang terdiri dari 10 orang laki-laki dan 5 orang perempuan dan 2 orang pelatih. Menurut Sugiyono (2021) "Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Selanjutnya sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *sensus* yaitu teknik penentuan sampel bila semua

anggota populasi digunakan seluruhnya (Sugiyono, 2016). Total sampling menurut Sugiyono (2014) adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut: 1) Metode Angket (Kuesioner). teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif persentatif.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Faktor Sarana Dan Pra-Sarana

Skor	Klasifikasi	Total	%	\sum Skor * F
1	Tidak Pernah	45	33.09%	45
2	Jarang	50	36.76%	100
3	Kadang-Kadang	23	16.91%	69
4	Sering	15	11%	60
5	Selalu	3	2%	15
Total		136	100%	289
Rata-Rata Jawaban		17		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$289 / 680 \times 100\% = 42.50\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 45 jawaban (33.09%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 50 (36.76%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 23 (16.91%), jawaban "sering" (4 pont) dengan jumlah 15 (11%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 3 (2%), jawaban didapati dari 17 responden dari 8 pernyataan kamudian mendapatkan total skor 289 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat 42.50%. seperti yang digambarkan pada diagram berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Faktor Program Latihan

Skor	Jawaban	Total	%	\sum Skor * F
1	Tidak Pernah	22	16.18 %	22
2	Jarang	23	16.91 %	46

3	Kadang-Kadang	13	9.56 %	39
4	Sering	20	14.71 %	80
5	Selalu	58	42.65 %	290
Total		136	100%	477
Rata-rata Jawaban		28		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$477 / 680 \times 100\% = 70.15\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 22 jawaban (16,18%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 23 (16,91%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 13 (9,56%), jawaban "sering" (4 pont) dengan jumlah 20 (14,71%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 58 (42,65%), jawaban didapati dari 17 responden dari 8 pernyataan kamudian mendapatkan total skor 477 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat capaian 70,15% .

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Faktor Motivasi

Skor	Jawaban	Total	%	Σ Skor * F
1	Tidak Pernah	28	20.59 %	28
2	Jarang	14	10.29 %	28
3	Kadang-Kadang	25	18.38 %	75
4	Sering	30	22.06 %	120
5	Selalu	39	28.68 %	195
Total		136	100%	446
Rata-rata Jawaban		26		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$446 / 680 \times 100\% = 65.59\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 28 jawaban (20.59%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 14 (10,29%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 25 (18.38%), jawaban "sering" (4 point) dengan jumlah 30 (22,06%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 39 (28,68%), jawaban didapati dari 17 responden dari 8 pernyataan kamudian mendapatkan total skor 446 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat capaian 65,59% .

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Faktor Mental

Skor	Jawaban	Total	%	Σ Skor * F
1	Tidak Pernah	39	28.68 %	39
2	Jarang	23	16.91%	46
3	Kadang-Kadang	30	22.06%	90
4	Sering	26	19.12%	104
5	Selalu	18	13.24%	90
Total		136	100%	369
Rata-rata Jawaban		22		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$369 / 680 \times 100\% = 54.26\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 39 jawaban (28.68%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 23 (16,91%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 30 (22,06%), jawaban "sering" (4 point) dengan jumlah 26 (19,12%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 18 (13,24%), jawaban didapati dari 17 responden dari 8 pernyataan kamudian mendapatkan total skor 369 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat capaian 54,26% .

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Faktor Teknik

Skor	Jawaban	Total	%	Σ Skor * F
1	Tidak Pernah	26	19.12%	26
2	Jarang	28	20.59%	56
3	Kadang-Kadang	24	17.65%	72
4	Sering	28	20.59%	112
5	Selalu	30	22.06%	150
Total		136	100%	416
Rata-rata Jawaban		24		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$416 / 680 \times 100\% = 61.18\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 26 jawaban (19.12%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 28 (20.59%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 24 (17.65%), jawaban "sering" (4 point) dengan jumlah 28 (20.59%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 30 (22.06%), jawaban didapati dari 17 responden

dari 8 pernyataan kemudian mendapatkan total skor 416 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat capaian 61.18%.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Faktor Kondisi Fisik

Skor	Jawaban	Total	%	Σ Skor * F
1	Tidak Pernah	36	26.47	36
2	Jarang	42	30.88	84
3	Kadang-Kadang	35	25.74	105
4	Sering	17	12.5	68
5	Selalu	6	4.41	30
Total		136	100%	323
Rata-rata Jawaban		19		
Skor Ideal		$5 \times 8 \times 17 = 680$		
Tk Capaian		$323 / 680 \times 100\% = 47.50\%$		

Berdasarkan tabel diatas, Total jawaban "Tidak Pernah" (1 point) dengan 36 jawaban (26.47%), jawaban "Jarang" (2 point) dengan jumlah 42 (30.88%), jawaban "kadang-kadang" (3 point) dengan jumlah 35 (25.74%), jawaban "sering" (4 pont) dengan jumlah 17 (12.5%), jawaban "selalu" (5 point) dengan jumlah 6 (4.41%), jawaban didapati dari 17 responden dari 8 pernyataan kemudian mendapatkan total skor 323 dengan skor ideal 680, dan mendapatkan tingkat capaian 47.50%.

Maka, tingkat capaian pada distribusi data faktor sarana dan pra-sarana dengan rata-rata jumlah jawaban 17, yaitu 42,50%. 42,50 % berada pada rentang skala interval 36% - 53%, dengan itu dalam faktor sarana dan pra-sarana memiliki klasifikasi "Kurang Baik", tingkat capaian faktor Program latihan dengan rata-rata jawaban 28, yaitu: 70,15%, berada dalam skala interval 54% - 70% dan berklasifikasi "Cukup".Tingkat capaian faktor Motivasi dengan rata-rata jumlah jawaban 26, yaitu : 65,59%, berada dalam skala interval 54% - 70% dan berklasifikasi "Cukup".

Tingkat capaian faktor Mental dengan rata-rata jumlah jawaban 22, yaitu : 54,26%, berada dalam berada dalam skala interval 54%

- 70% dan berklasifikasi "Cukup". Tingkat capaian faktor Teknik dengan rata-rata jumlah jawaban 24, yaitu: 61,18%, berada dalam skala interval 54% - 70% dan berklasifikasi "Cukup". Tingkat capaian dari faktor Kondisi fisik dengan rata-rata jumlah jawaban 19 yaitu: 47,50%, 47.50% berada pada rentang skala interval 36% - 53%, memiliki klasifikasi "Kurang Baik".

PEMBAHASAN

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, masih banyak faktor-faktor yang dibutuhkan dalam meraih prestasi bagi atlet pada cabang olahraga panjat tebing dikabupaten 50 Kota yang di bawah standar yang seharusnya . seperti, sarana prasarana dalam penelitian ini hanya sedikit bahkan masih banyak yang tak memadai untuk berlatih. Kesiapan mental dari atlet dan palate itu sendiri dan juga unsur-unsur yang dirasa sangat penting untuk mrnunjang akan meningkatnya prestasi panjat tebing kabupaten 50 Kota.

Dalam penelitian ini penulis menemukan kurang baik dan lengkapnya sarana dan pra-sarana yang dibutuhkan, kurang baiknya keadaan fisik yang dimiliki oleh atlet panjat tebing kabupaten 50 Kota. Walaupun unsur lainnya seperti, program latihan, motivasi, mental dan teknik sangat bagus, namun hal pendukung lainnya tidak lengkap dan cukup, maka, prestasi yang diinginkan masih tidak akan bisa tercapai.

Kelengkapan sarana dan pra-sarana di kawasan panjat harus sesuai dengan prosedur dan sesuai dengan fungsi serta terjamin keamanannya. Alat-alat yang digunakan pada kawasan panjat harus terjamin *savety*, karena keselamatan atlet dan pelatih juga harus di perhatikan ketika latihan. Setelah peralatan yang memadai setidaknya 80% dari segaka sarana dan pra-sarana akan mamou menjadi penunjang terbaik agi atlet dalam melakuka

latihan dan juga mencapai prestasinya dengan baik.

Kesehatan juga sangat penting dalam menghadapi berbagai latihan dan pertandingan bagi atlet. Soleh & Hakim dalam Marsha, A., & Wijaya, F. J. M. (2019). berpendapat bahwa terjadi perubahan psikologi pada saat pertandingan pada kemampuan atlet dalam menerima tekanan atau perubahan psikologi, berkonsentrasinya tetap, *mental toughness*. dilain itu juga fasilitas yang dimiliki sangatlah minim.

Kesehatan mental pada atlet juga sangat memberika pengaruh yang besar, termasuk dengan kecemasan yang dirasakan oleh atlet ketika latihan, dan juga pada saat di waktu pertandingan dilakukan. Banyak hal yang mempengaruhi atlet dalam bentuk psikis, contohnya dengan beban harus menang yang diberikan oleh pelatih, merasa tersaingi oleh teman-temannya yang telah mendapatkan rekor dan prestasi baru dalam suatu event yang dilakukan bersama akan memberikan dampak yang cukup mempengaruhi mentalnya ketika bertading.

Kecemasan yang ilami beberpa atlet sebelum pertandingannya adalah suatu yang bagus yang bmenartikan bahwa atlitet tersebut benar-brnar serius dengan pertandingan atau perlombaaan yang sedang dihadapi, namun jika kecemasan yang dialami lebih dari kadar yang seharusnya akan membawa atlet tersebut kepada hal yang tidak diinginkan dalam pertaningan yaitu melakukan kesalahan dalam pertandingan.

Hal yang seharusnya bisa dilakukan adalah, dengan pemerintah kembali mengevaluasi segala kegiatan bidang keolahragaan agar terwujudnya impian dan cita-cita Para atlet khususnya panjat tebing di kabupaten 50 kota. Faktor-faktor yang berada dalam penelitian ini adalah sebagian yang harus dibenahi. Dalam sarana dan prasarana

panjat tebinng, semua fasilitas harus mampu dimanfaatkan seoptimal mungkin. Terlalu sedikit fasilitas membuat frustrasi atlet, sedangkan jika terlalu banyak akan membuat berat di biaya operasional (Harsuki, 2012).

Program latihan yang efektif biasanya terstruktur sesuai dengan tujuan pembinaannya karena setiap faktor perlombaan panjat tebing mempunyai perbedaan teknik dan kekuatan yang berbeda sehingga didalam pembinaannya memiliki prgoram latihan yang berbeda juga. Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat (Sri Widiastuti, 2010).

Program latihan adalah hal yang paling berpengaruh kepada atlet untuk meraih prestasi dan juga memperbaiki teknik yang di kuasai oleh atlet. Kondisi fisik yang harus dikuasai oelh seorang atlet panjat tebing adalah Daya Tahan, Kekuatan, Fleksibilitas. Dan juga yang tak kala penting adalah memahami medan atau *dinding boulder*.

Dalam melaksanakan program latihan yang berikan oleh pelatih ataupun dari pihak yang lebih profesioanal dibidangnya, akan membantu para atlet memperbaiki teknik yang telah dikuasai dan juga mendapatkan teknik dan taktik dalam olahraga panjat tebing agar lebih baik lagi. Teknik tag digunakan atau yang dilakukan oleh atlet panjat tebing akan sangat berpengaruh dan juga berperan penting dalam sesi latihan dan juga sesi pertandingan. Kesalahan tekik yang dilakukan yang sanagt berpengaruh dalam pencapaian prestasi para atlet.

Setekah beberapa faktor yang sangat memberikan pengaruh pada prestasi atlet dibahas sebelumnya, Motivasi juga turut andil dalam memberikan hal baik dalam prestasi atlet. Memberikan motivasi dan membicarakan hal-hal yang positif kepada atlet untuk memberikannya semangat, akan membuat atlet

merasa dirinya juga dipertimbangkan dalam pertandingan dan juga akan membawa beberapa prestasi didalam sebuah *event* pertandingan.

Motivasi individual yang dilakukan atlet terhadap dirinya sendiri akan mampu membuat atlet bersaing dan membuat dirinya menerobos batas kemamouan yang dia meilik, namu motivasi yang diberikan dari luar dirinya seperti, pelatih dan orang tu serta rekan-rekannya, akan bisa menenangkan dan juga menjadi tujuan yang mengembalikan fokus dan konsentrasinya serta menambah semnagt yang tekah di berikan oleh sanag atlet dalam latihan maupun dalam pertandingan.

Keadaan fisik adalah unsur yang menunjang mental, teknik, dan taktik. kondisi fisik merupakan salah satu komponen yang penting dalam olahraga panjat tebing. Artinya, tanpa dukungan kondisi dimaksud olahraga panjat tebing tidak dapat dilakukan dengan baik. , begitu juga dengan faktor yang lainnya. Pada akhirnya, semua komponen dan faktor yang telah dibahas sebelumnya bersifat berkaitan dan berkesinambungan dalam mencapai prestasi panjat tebing kabupaten 50 Kota, yang harus selalu ditingkatkan.

Segala unsur dan faktor dalam meningkackna prestasi panjat tebing di kabupaten 50 Kota akan mempengaruhi atlet dalam melakukan latihan pertandingan, selanjutnya akan dikembalikan kepada atlet untuk selalu melakukan yang harus dilakukan sebagai atlet, dan juga kepada pemerintahan ataupun pihak-pihak yang terlibat dalam memberikan, meyelenggarakan ataupun yang memutuskan dari segala kegiatan olahraga panjat tebing dikabupaten 50 Kota agar selalu memberikan kesinambungan dan juga komunikasi yang baik agar terciptanya prestasi yang lebih baik lagi dari atlet olahraga panjat tebing di kabupaten 50 Kota.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan, Tingkat capaian pada faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga panjat tebing dinilai dari sudut pandang pelatih dan atlet Sebagai berikut : 1) Tingkat capaian faktor sarana dan pra-sarana dengan rata-rata jumlah jawaban 17, yaitu 42,50%, memiliki klasifikasi "Kurang Baik". 2) Tingkat capaian faktor Program latihan dengan rata-rata jawaban 28, yaitu: 70,15%, dan berklasifikasi "Cukup". 3) Tingkat capaian faktor Motivasi dengan rata-rata jumlah jawaban 26, yaitu : 65,59%, berklasifikasi "Cukup". 4) Tingkat capaian faktor Mental dengan rata-rata jumlah jawaban 22, yaitu : 54,26%, dan berklasifikasi "Cukup". 5) Tingkat capaian faktor Teknik dengan rata-rata jumlah jawaban 24, yaitu: 61,18%, berklasifikasi "Cukup". 6) Tingkat capaian dari faktor Kondisi fisik dengan rata-rata jumlah jawaban 19 yaitu: 47,50%, memiliki klasifikasi "Kurang Baik".

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola PSTS Tabing. *Sporta Sainatika*, 3(1), 432-441.
- Diktat Perguruan memanjat tebing indonesia Skygers, 2005. Jakarta: Rineka Cipta
- Gladian Nasional (2001), Penjelasan mengenai pengertian Panjat tebing, Ujung. bandung
- Harsuki. 2012. Pengantar Manajemen Olahraga. Jakarta. Rajawali Pers
- Nando, M. A. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109.

- Nur, M. M, and zalfendi. 2018, "Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putera Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Gulat Di Smp Negeri 30 Padang", *jm*, vol. 3, no. 1, pp. 67-76.
- Putra, Aldo Naza, and Vivaldi Gazali. "Kontribusi Kelentukan Pinggang dan Kelincahan terhadap Kemampuan Dribbling Atlet Sepakbola PSTS Tabing Padang." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.2 (2017).
- R. Sepriani and E. Eldawaty. 2018. "kebugaran jasmani ibu-ibu di jorong kp. Alai nagari jambak kecamatan lubuk sikapipng kabupaten pasaman", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 47-52.
- Sari, D. N., Wulandari, I., & Hardiansyah, S. (2020, August). Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In *1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019)* (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2017). Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24-34.
- Sri Widiastuti dan Nur Rohmah Muktiani. (2010). Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola Melalui Kucing Tikus Pada Siswa Kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 7 Nomor 1. Hlm. 47-59.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono, (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF dan R&D* (M.Dr. Ir. Sutopo, S.Pd (ed); ke2 ed)
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Soleh, B., & Hakim, A. A. (2019). Analisis Tingkat Kecemasan, Kepercayaan Diri Dan Motivasi Atlet Futsal Childroom Analisis Tingkat Kecemasan, Kepercayaan Diri Dan Motivasi Atlet Futsal Childroom Di Bangkalan Saat Menjelang Pertandingan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 496-501.
- Wijaya, R., Yarmani, Y., & Sugihartono, T. (2017). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Kekuatan Tangan Terhadap Kecepatan Memanjat Pada Olahraga Panjat Tebing di Ukm Pecinta Alam Universitas Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(1), 20-27.