

PERAN ATHLETICS SPRINT ACADEMY DALAM PEMBINAAN SPRINTER NTB

Rio Zaili¹, Rusdiana Yusuf², Kokom Supriyatnak³

Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat,
Universitas Pendidikan Mandalika^{1,2,3}

e-mail: kokomsupriyatnak@undikma.ac.id

ABSTRAK

Pembinaan atlet sprint di daerah memerlukan sistem latihan yang terencana, dukungan pelatih kompeten, serta pengelolaan organisasi yang berkelanjutan agar mampu menghasilkan atlet berprestasi. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peran Klub Athletics Sprint Academy (ASA) dalam pembinaan atlet sprinter untuk meningkatkan prestasi olahraga di Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2025. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan model evaluasi *Context, Input, Process, Product* (CIPP). Subjek penelitian terdiri atas pengurus, pelatih, dan atlet berprestasi Klub ASA. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ASA memiliki arah pembinaan yang jelas sebagai wadah pengembangan sprinter daerah. Pada aspek *input*, klub didukung pelatih berlisensi *World Athletics* Level 1 dan 2, meskipun masih menghadapi keterbatasan fasilitas latihan dan pendanaan. Pada aspek *process*, pembinaan dilaksanakan melalui program latihan terstruktur berbasis individualisasi, *overload*, spesifikasi, periodisasi, pemantauan fisik, dan dukungan mental atlet. Pada aspek *product*, atlet ASA berhasil meraih prestasi pada tingkat daerah dan nasional selama 2022–2024. Temuan penelitian menunjukkan bahwa klub berbasis komunitas dapat menjadi model pembinaan sprint yang efektif apabila didukung manajemen organisasi, program latihan ilmiah, dan lingkungan pembinaan yang berkelanjutan.

Kata Kunci: *Sports Club, Athlete Development, Sprinter, Achievement, CIPP*

ABSTRACT

Sprint athlete development in regional areas requires a well-planned training system, support from competent coaches, and sustainable organizational management to produce high-achieving athletes. This study aimed to describe the role of the Athletics Sprint Academy (ASA) Club in developing sprinter athletes to improve sports achievement in West Nusa Tenggara Province in 2025. The study employed a descriptive qualitative approach using the *Context, Input, Process, Product* (CIPP) evaluation model. The research subjects consisted of club administrators, coaches, and outstanding athletes of ASA Club. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and documentation, then analyzed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The findings showed that ASA has a clear development orientation as a regional sprinter training center. In the *input* aspect, the club is supported by coaches holding *World Athletics* Level 1 and 2 licenses, although it still faces limitations in training facilities and funding. In the *process* aspect, athlete development is carried out through structured training programs based on individualization, *overload*, specificity, periodization, physical monitoring, and mental support. In the *product* aspect, ASA athletes achieved accomplishments at regional and national levels during 2022–2024. The findings indicate that a community-based sports club can serve as an effective sprint development model when supported by strong organizational management, scientific training programs, and a sustainable development environment.

Keywords: *Sports Club, Athlete Development, Sprinter, Achievement, CIPP*

PENDAHULUAN

Olahraga prestasi merupakan proses pembinaan jangka panjang yang membutuhkan sistem terencana, terstruktur, dan berkesinambungan agar atlet mampu mencapai performa optimal secara berkelanjutan. Dalam cabang atletik, nomor sprint menjadi salah satu nomor yang memiliki tingkat kompetisi tinggi karena menuntut kemampuan kecepatan maksimal, akselerasi, koordinasi gerak, kekuatan otot, power tungkai, efisiensi teknik, dan kesiapan psikologis atlet. Haugen et al. (2019) menjelaskan bahwa performa sprint modern tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik alami, tetapi juga dipengaruhi integrasi latihan teknik sprint, strength training, plyometric, pengelolaan beban latihan, dan pemantauan perkembangan atlet secara sistematis. Sejalan dengan itu, Ardiyanto dan Aprilia (2025) menunjukkan bahwa metode latihan sprint yang tepat dapat meningkatkan kemampuan akselerasi atlet sprint elite secara signifikan sehingga kualitas pembinaan menjadi faktor penting dalam pencapaian prestasi olahraga.

Pembinaan atlet usia muda memerlukan pendekatan yang memperhatikan keberlanjutan perkembangan atlet, bukan sekadar mengejar kemenangan jangka pendek. Smith (2021) menegaskan bahwa pengembangan atlet muda harus dilaksanakan melalui prinsip periodisasi dan tahapan latihan yang sesuai dengan perkembangan biologis dan psikologis atlet. Selain itu, Romann et al. (2024) menjelaskan bahwa perkembangan performa sprinter muda bersifat longitudinal dan dipengaruhi oleh kualitas lingkungan latihan, pengalaman kompetisi, serta konsistensi program pembinaan. Ilyas et al. (2024) juga menekankan bahwa proses identifikasi bakat olahraga perlu mempertimbangkan aspek fisik, keterampilan, dan lingkungan pendukung agar potensi atlet muda dapat berkembang secara optimal. Oleh sebab itu, klub olahraga memiliki peran penting sebagai pusat pembinaan yang mampu menyediakan proses latihan, identifikasi bakat, pendampingan mental, serta evaluasi perkembangan atlet secara berkelanjutan.

Dalam konteks sprint, program latihan harus disusun berdasarkan prinsip spesifikasi, individualisasi, overload, progresivitas, dan periodisasi agar adaptasi latihan berjalan efektif. Haugen et al. (2019) menjelaskan bahwa kemampuan akselerasi dan kecepatan maksimal dipengaruhi oleh mekanika sprint, gaya horizontal, serta efisiensi langkah atlet. Penelitian Nicholson et al. (2022) menunjukkan bahwa pengembangan sprint pada atlet membutuhkan kombinasi latihan teknik, kekuatan, dan monitoring performa secara berkala untuk memperoleh peningkatan kecepatan yang optimal. Selain itu, Niering et al. (2025) membuktikan bahwa kombinasi latihan plyometric dan sprint mampu meningkatkan performa sprint atlet muda secara signifikan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pembinaan sprinter memerlukan program latihan yang ilmiah, terukur, dan didukung sistem evaluasi yang konsisten.

Keberhasilan pembinaan olahraga tidak hanya dipengaruhi kualitas latihan, tetapi juga ditentukan oleh manajemen organisasi klub, kualitas pelatih, sarana-prasarana, pendanaan, dan dukungan lingkungan sosial. Rumbino (2021) menjelaskan bahwa manajemen pembinaan olahraga prestasi menjadi faktor strategis dalam mendukung keberhasilan atlet karena berkaitan dengan perencanaan program, pengorganisasian sumber daya, dan keberlanjutan pembinaan. Wharam et al. (2020) juga menemukan bahwa struktur organisasi klub olahraga memiliki hubungan dengan performa atlet karena klub yang memiliki sistem pembinaan lebih formal cenderung menghasilkan performa olahraga yang lebih baik. Dengan demikian, klub olahraga tidak hanya berfungsi sebagai tempat latihan, tetapi juga sebagai organisasi pembinaan yang menentukan kualitas pengembangan atlet dalam jangka panjang.

Klub Athletics Sprint Academy (ASA) merupakan salah satu klub atletik di Provinsi Nusa Tenggara Barat yang berfokus pada pembinaan nomor sprint. Berdasarkan data awal penelitian, ASA berdiri pada tahun 2020 dengan tujuan membina atlet sprinter dari tingkat pemula hingga elite agar mampu bersaing pada tingkat daerah maupun nasional. Klub ini didukung oleh empat pelatih berlisensi World Athletics Level 1 dan 2 serta melaksanakan program latihan terstruktur sesuai kategori usia dan kemampuan atlet. Meskipun demikian, ASA masih menghadapi beberapa kendala seperti keterbatasan fasilitas latihan mandiri, kebutuhan penguatan manajemen organisasi, dan keterbatasan pendanaan pembinaan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara idealitas sistem pembinaan olahraga prestasi dengan realitas pelaksanaan pembinaan di tingkat klub daerah.

Penelitian mengenai pembinaan olahraga sebelumnya lebih banyak membahas pengaruh metode latihan terhadap peningkatan performa fisik atlet sprint. Ardiyanto dan Aprilia (2025) meneliti efektivitas metode assistance dan resistance sprinting terhadap akselerasi atlet sprint elite, sedangkan Pratama et al. (2025) mengembangkan model plyometric virtual training untuk meningkatkan kecepatan dan daya ledak otot tungkai sprinter. Penelitian lain dari Niering et al. (2025) lebih berfokus pada kombinasi latihan sprint dan plyometric terhadap performa sprint atlet muda. Namun, penelitian yang secara khusus mengevaluasi peran klub sprint berbasis komunitas dalam pembinaan prestasi atlet menggunakan pendekatan evaluasi menyeluruh masih relatif terbatas, khususnya pada konteks pembinaan atletik di Nusa Tenggara Barat. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang tidak hanya menilai hasil prestasi, tetapi juga mengevaluasi konteks, sumber daya, proses pelaksanaan, dan hasil pembinaan olahraga secara komprehensif.

Model evaluasi CIPP dipilih dalam penelitian ini karena mampu mengevaluasi program secara sistematis melalui aspek context, input, process, dan product. Prasetyo (2023) menjelaskan bahwa model CIPP efektif digunakan untuk mengevaluasi program pendidikan dan olahraga karena mampu mengidentifikasi kebutuhan program, kesiapan sumber daya, pelaksanaan kegiatan, dan capaian hasil secara menyeluruh. Sejalan dengan itu, Sudirman et al. (2024) menunjukkan bahwa model CIPP dapat digunakan untuk mengevaluasi program pembinaan olahraga sehingga kelemahan dan kekuatan sistem pembinaan dapat dipetakan secara objektif. Penggunaan model CIPP dalam penelitian ini menjadi penting karena pembinaan sprint tidak hanya berkaitan dengan hasil kompetisi, tetapi juga menyangkut kualitas manajemen, kesiapan pelatih, program latihan, dan keberlanjutan sistem pembinaan atlet.

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena mengkaji peran klub sprint swasta berbasis komunitas dalam pembinaan atletik prestasi menggunakan pendekatan evaluasi CIPP di Provinsi Nusa Tenggara Barat. Penelitian sebelumnya umumnya lebih berorientasi pada pengaruh metode latihan terhadap peningkatan kemampuan fisik atlet, sedangkan penelitian ini menempatkan klub olahraga sebagai fokus utama evaluasi pembinaan prestasi. Selain menilai capaian prestasi atlet, penelitian ini juga menganalisis keterkaitan antara konteks pembinaan, kualitas sumber daya, pelaksanaan program latihan, dan hasil pembinaan yang dicapai atlet ASA. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan model pembinaan sprinter berbasis klub sekaligus menjadi bahan evaluasi bagi penguatan sistem pembinaan atletik di daerah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran Klub Athletics Sprint Academy (ASA) dalam pembinaan atlet sprinter untuk meningkatkan prestasi di Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan model evaluasi *Context, Input, Process, Product* (CIPP). Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh gambaran mendalam mengenai peran Klub Athletics Sprint Academy (ASA) dalam pembinaan atlet sprinter di Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2025. Penelitian difokuskan pada evaluasi konteks pembinaan, kesiapan sumber daya, pelaksanaan program latihan, dan hasil pembinaan atlet yang dicapai klub. Penelitian dilaksanakan pada Januari–Maret 2025 di beberapa lokasi latihan ASA, meliputi Lapangan Atletik Lawata Mataram, GOR 17 Desember Mataram, Lapangan Lalu Muslih Porda Selong, Gelanggang Pemuda Mataram, dan lokasi latihan beban ASA di Lombok Timur.

Subjek penelitian terdiri atas 4 pengurus, 4 pelatih, dan 15 atlet sprinter berprestasi yang terlibat aktif dalam program pembinaan klub. Penentuan subjek menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pertimbangan bahwa informan memiliki pengetahuan dan pengalaman langsung terkait proses pembinaan atlet di ASA. Instrumen penelitian meliputi peneliti sebagai instrumen utama, pedoman wawancara semi-terstruktur, lembar observasi, catatan lapangan, alat perekam, dan dokumentasi. Indikator penelitian disusun berdasarkan komponen CIPP, yaitu aspek *context* meliputi tujuan dan kebutuhan pembinaan, aspek *input* mencakup pelatih, sarana-prasarana, dan pendanaan, aspek *process* meliputi pelaksanaan latihan dan evaluasi program, sedangkan aspek *product* berkaitan dengan capaian prestasi atlet.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati kondisi latihan, keterlibatan pelatih, fasilitas, serta pelaksanaan program pembinaan atlet sprint. Wawancara dilakukan kepada pengurus, pelatih, dan atlet guna memperoleh informasi mengenai manajemen organisasi, pola latihan, dukungan pembinaan, kendala, dan pencapaian prestasi atlet. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data berupa program latihan, jadwal kegiatan, data prestasi, dan dokumen organisasi klub. Analisis data dilakukan melalui tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan dengan mengelompokkan temuan berdasarkan komponen CIPP. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik melalui perbandingan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi agar data yang diperoleh lebih akurat dan dapat dipercaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Klub Athletics Sprint Academy (ASA) memiliki peran penting dalam pembinaan atlet sprinter di Provinsi Nusa Tenggara Barat. Temuan penelitian dianalisis berdasarkan komponen *Context, Input, Process, Product* (CIPP) sehingga setiap aspek pembinaan dapat dipetakan secara sistematis. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui keterkaitan antara tujuan pembinaan, kesiapan sumber daya, pelaksanaan latihan, dan capaian prestasi atlet. Ringkasan hasil evaluasi pembinaan Klub ASA berdasarkan komponen CIPP disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Evaluasi CIPP Klub Athletics Sprint Academy

Aspek CIPP	Temuan Utama	Makna Pembinaan
<i>Context</i>	ASA berdiri sejak tahun 2020 dan berfokus pada pembinaan sprinter NTB	Klub memiliki arah pembinaan yang jelas untuk mencetak atlet berprestasi

Aspek CIPP	Temuan Utama	Makna Pembinaan
<i>Input</i>	Memiliki empat pelatih berlisensi <i>World Athletics</i> Level 1 dan 2, pendanaan berasal dari sponsor, swadaya, dan proposal ke KONI/DISFORA, sedangkan fasilitas latihan masih memanfaatkan sarana milik pihak lain	Pelatih menjadi kekuatan utama, tetapi fasilitas dan manajemen masih perlu diperkuat
<i>Process</i>	Program latihan disusun dalam bentuk mikro dan makro, menerapkan prinsip individualisasi, <i>overload</i> , spesifikasi, periodisasi, tes parameter, dan dukungan mental	Pelaksanaan latihan telah berjalan terstruktur dan memperhatikan perkembangan atlet
<i>Product</i>	Atlet memperoleh medali pada berbagai kejuaraan tingkat daerah dan nasional tahun 2022–2024	Pembinaan klub menghasilkan capaian prestasi kompetitif

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa pembinaan di ASA telah berjalan melalui sistem yang cukup terarah mulai dari perencanaan hingga capaian prestasi atlet. Aspek *input* dan *process* menjadi faktor dominan yang mendukung keberhasilan pembinaan karena klub memiliki pelatih berpengalaman dan program latihan yang terstruktur. Meskipun demikian, hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa keterbatasan fasilitas latihan dan kebutuhan penguatan manajemen masih menjadi tantangan dalam pengembangan klub. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pembinaan sprint tidak hanya ditentukan kualitas atlet, tetapi juga dipengaruhi kesiapan organisasi dan dukungan sarana-prasarana.

Pada aspek *context*, ASA memiliki tujuan pembinaan yang jelas sebagai wadah pengembangan atlet sprint di NTB. Klub menjalankan proses rekrutmen dan identifikasi calon atlet berdasarkan kemampuan dasar sprint, potensi fisik, dan kedisiplinan latihan. Selain itu, pembinaan dilakukan secara bertahap melalui pengelompokan atlet sesuai usia dan tingkat kemampuan sehingga proses latihan lebih terarah. Hasil observasi menunjukkan bahwa pelatih dan pengurus memiliki komitmen yang sama dalam membangun sistem pembinaan jangka panjang untuk meningkatkan prestasi sprinter daerah.

Pada aspek *input*, kualitas pelatih menjadi kekuatan utama dalam sistem pembinaan ASA. Empat pelatih aktif memiliki lisensi *World Athletics* Level 1 dan 2 serta pengalaman sebagai mantan atlet sprint sehingga memahami kebutuhan latihan atlet secara spesifik. Namun, klub belum memiliki fasilitas mandiri sehingga latihan masih menggunakan lintasan dan sarana milik PASI Kota Mataram, PASI Lombok Timur, PASI NTB, dan DISFORA NTB. Pendanaan pembinaan berasal dari sponsor, swadaya anggota, dan pengajuan proposal bantuan kompetisi kepada KONI maupun DISFORA. Salah satu pelatih menyampaikan bahwa keterbatasan fasilitas menjadi tantangan utama karena jadwal latihan sering menyesuaikan ketersediaan lintasan dan tempat latihan.

Pelaksanaan program latihan pada aspek *process* dilakukan melalui penyusunan program mikro dan makro yang disesuaikan dengan kebutuhan atlet. Pelatih menerapkan prinsip individualisasi, *overload*, spesifikasi, dan periodisasi agar perkembangan performa atlet dapat dipantau secara bertahap. Selain latihan fisik, klub juga memberikan dukungan mental melalui simulasi kompetisi, visualisasi, relaksasi, *self-talk* positif, dan evaluasi psikologis sederhana untuk menjaga motivasi atlet. Hasil observasi menunjukkan bahwa atlet menjalani evaluasi parameter kecepatan dan daya tahan sprint secara berkala sebagai dasar penyusunan program latihan berikutnya. Program latihan mingguan ASA pada periode persiapan umum disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Program Latihan Mingguan Klub ASA Periode Persiapan Umum

Hari	Waktu	Materi Latihan Utama
Senin	07.30–10.00; 16.00–18.00 WITA	Koordinasi gawang kecil, 3 × 300 m intensitas 75%, stabilisasi
Selasa	08.00–10.30; 16.00–18.00 WITA	<i>Weight training circuit method, meso power jump, core training</i>
Rabu	07.30–10.00 WITA	<i>Endurance</i> 5 × 150 m intensitas 80%
Kamis	08.00 WITA	<i>Pool session</i>
Jumat	07.30–10.00; 16.00–18.00 WITA	Akselerasi <i>cone</i> , 4 × 30 m, 3 × 40 m, 2 × 60 m, koordinasi gawang kecil, <i>step up</i>
Sabtu	07.30–10.00 WITA	<i>Weight training, meso power jump</i>
Minggu	-	<i>Rest</i>

Berdasarkan Tabel 2, program latihan ASA menunjukkan pola pembinaan yang terstruktur dan variatif sesuai kebutuhan atlet sprint. Materi latihan mencakup pengembangan akselerasi, kekuatan, koordinasi, daya tahan sprint, serta pemulihan fisik melalui *pool session* dan waktu istirahat. Intensitas latihan dibedakan berdasarkan tujuan latihan harian sehingga atlet memperoleh adaptasi fisik secara bertahap. Variasi program tersebut menunjukkan bahwa pelatih menerapkan prinsip periodisasi dan spesifikasi latihan dalam pembinaan sprinter.

Pada aspek *product*, hasil pembinaan ASA terlihat melalui capaian prestasi atlet pada berbagai kejuaraan tingkat daerah dan nasional selama tahun 2022–2024. Atlet binaan ASA berhasil meraih medali pada nomor sprint individu maupun estafet di berbagai kelompok usia. Prestasi tersebut menunjukkan bahwa program latihan dan sistem pembinaan yang diterapkan klub mampu menghasilkan performa kompetitif. Ringkasan capaian prestasi atlet ASA disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Ringkasan Prestasi Klub ASA Tahun 2022–2024

Tahun	Kejuaraan	Ringkasan Hasil
2022	Kejurnas Semarang; <i>Student Athletics Championship</i> (SAC)	Medali nomor 4 × 100 m senior putra, 400 m U20 putra, dan 80 m SMP putra
2023	Kejurnas Solo; Porprov; Kejuaraan Atletik NTB; Kejuaraan Atletik Pelajar	Medali nomor 100 m, 200 m, 400 m, 110 m gawang, dan 4 × 100 m putra/putri
2024	Kejurda NTB Open; <i>Gubernur Cup</i> ; Porwil Riau; PON Aceh-Sumut; SAC	Medali nomor 100 m, 400 m, 4 × 100 m, dan nomor pelajar putra/putri

Berdasarkan Tabel 3, prestasi atlet ASA mengalami perkembangan pada berbagai level kompetisi selama tiga tahun terakhir. Capaian medali pada nomor sprint individu maupun estafet menunjukkan bahwa pembinaan yang dilakukan klub mampu menghasilkan atlet yang kompetitif di tingkat regional dan nasional. Hasil tersebut memperlihatkan adanya hubungan antara kualitas pelatih, program latihan, dan konsistensi pembinaan terhadap peningkatan performa atlet. Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa keterbatasan fasilitas tidak menghambat ASA untuk tetap menghasilkan prestasi apabila didukung manajemen latihan yang terstruktur dan motivasi atlet yang tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Athletics Sprint Academy (ASA) memiliki peran strategis sebagai wadah pembinaan atlet sprint di Provinsi Nusa Tenggara Barat. Pada aspek *context*, keberadaan klub menjadi solusi terhadap kebutuhan pembinaan atletik daerah yang masih menghadapi keterbatasan fasilitas latihan, pelatih bersertifikat, dan sistem pembinaan berkelanjutan. ASA tidak hanya berfungsi sebagai tempat latihan, tetapi juga sebagai pusat identifikasi bakat, pengembangan kemampuan sprint, dan pembentukan karakter atlet melalui program latihan yang terstruktur. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pembinaan atlet muda membutuhkan lingkungan latihan yang terorganisasi, aman, dan berorientasi jangka panjang agar perkembangan atlet berlangsung secara optimal. Romann et al. (2024) menjelaskan bahwa perkembangan performa sprinter muda dipengaruhi oleh kualitas lingkungan latihan, pengalaman kompetisi, dan kesinambungan proses pembinaan sehingga keberadaan klub menjadi faktor penting dalam perkembangan atlet sprint.

Pada aspek *input*, kualitas pelatih menjadi kekuatan utama dalam sistem pembinaan ASA. Pelatih yang memiliki lisensi *World Athletics* Level 1 dan 2 mampu menyusun program latihan sesuai karakteristik nomor sprint, mulai dari akselerasi, kecepatan maksimal, *endurance sprint*, hingga latihan kekuatan dan koordinasi. Haugen et al. (2019) menegaskan bahwa pengembangan performa sprint memerlukan integrasi latihan teknik, kekuatan, *plyometric*, dan pengelolaan beban latihan secara sistematis agar adaptasi atlet berlangsung efektif. Temuan penelitian ini juga sejalan dengan Murphy et al. (2023) yang menjelaskan bahwa program *strength and conditioning* memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan performa sprint atlet. Selain kompetensi teknis, pelatih juga berperan dalam membentuk disiplin, motivasi, dan karakter atlet selama proses pembinaan. Purbaningrum dan Wulandari (2021) menambahkan bahwa peran pelatih dalam olahraga atletik tidak hanya sebagai instruktur latihan, tetapi juga sebagai pembimbing yang membentuk sikap dan mental bertanding atlet.

Meskipun memiliki kualitas sumber daya manusia yang baik, ASA masih menghadapi kendala pada aspek sarana-prasarana dan pembiayaan pembinaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa klub masih memanfaatkan fasilitas latihan milik pemerintah dan organisasi olahraga daerah sehingga fleksibilitas latihan belum sepenuhnya optimal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pembinaan olahraga tidak hanya dipengaruhi kualitas latihan, tetapi juga dipengaruhi stabilitas fasilitas, dukungan organisasi, dan manajemen klub. Nailufar dan Hartono (2022) menjelaskan bahwa manajemen pembinaan olahraga prestasi membutuhkan pengelolaan fasilitas, pendanaan, dan koordinasi organisasi yang baik agar proses pembinaan berjalan berkelanjutan. Temuan ini juga diperkuat oleh Wharam et al. (2020) yang menyatakan bahwa struktur organisasi klub olahraga memiliki hubungan dengan pencapaian prestasi atlet karena klub dengan sistem yang lebih formal cenderung memiliki stabilitas pembinaan yang lebih baik.

Pada aspek *process*, ASA menunjukkan pelaksanaan program latihan yang terstruktur melalui penyusunan program mikro dan makro berdasarkan usia dan kemampuan atlet. Pelatih menerapkan prinsip individualisasi, *overload*, spesifikasi, dan periodisasi untuk memastikan perkembangan performa atlet berlangsung secara bertahap. Smith (2021) menjelaskan bahwa periodisasi menjadi bagian penting dalam pengembangan atlet muda karena membantu pengaturan intensitas latihan, pemulihan, dan pencapaian puncak performa secara sistematis. Nicholson et al. (2022) juga menegaskan bahwa pengembangan sprint membutuhkan pemantauan latihan yang konsisten agar adaptasi fisik dan teknik dapat

berkembang optimal. Dengan demikian, proses latihan yang diterapkan ASA menunjukkan adanya penerapan prinsip ilmiah dalam pembinaan sprinter.

Materi latihan yang diterapkan ASA juga sesuai dengan kebutuhan fisiologis nomor sprint. Program latihan mencakup akselerasi, *weight training*, *power jump*, koordinasi, stabilisasi, dan *endurance sprint* untuk meningkatkan kemampuan kecepatan dan daya ledak otot tungkai. Ramadani et al. (2025) menjelaskan bahwa kemampuan *anaerob threshold* memiliki peran penting dalam mendukung performa atlet sprint karena berkaitan dengan kemampuan mempertahankan intensitas tinggi dalam durasi pendek. Selain itu, Niering et al. (2025) membuktikan bahwa kombinasi latihan sprint dan *plyometric* mampu meningkatkan performa sprint atlet muda secara signifikan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa materi latihan ASA telah mengarah pada pengembangan komponen biomotor yang relevan dengan kebutuhan sprinter modern.

Selain pengembangan fisik, ASA juga memberikan perhatian terhadap aspek psikologis atlet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatih menerapkan simulasi kompetisi, visualisasi, relaksasi, *self-talk* positif, dan evaluasi mental untuk membantu atlet mengontrol tekanan pertandingan. Dukungan psikologis tersebut penting karena nomor sprint menuntut konsentrasi tinggi, pengendalian emosi, dan kesiapan mental dalam waktu kompetisi yang singkat. Yaqin dan Faqihuddin (2025) menjelaskan bahwa dukungan psikologi olahraga berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan stabilitas emosi atlet saat menghadapi kompetisi. Strategi pelatih ASA yang memberikan variasi latihan dan menampilkan video atlet juara juga menunjukkan upaya menciptakan lingkungan latihan yang positif agar atlet tetap termotivasi selama proses pembinaan.

Koordinasi antara pengurus, pelatih, atlet, dan orang tua menjadi faktor lain yang mendukung keberhasilan pembinaan di ASA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan atlet dipantau secara berkala dan dikomunikasikan kepada orang tua sebagai bentuk pengawasan bersama. Pendekatan tersebut memperlihatkan bahwa pembinaan olahraga tidak hanya bergantung pada aktivitas latihan di lapangan, tetapi juga dipengaruhi dukungan sosial dari lingkungan terdekat atlet. Chandra dan Inzaghi (2025) menjelaskan bahwa pembinaan atlet muda yang melibatkan komunikasi aktif antara pelatih, keluarga, dan organisasi olahraga dapat meningkatkan kedisiplinan serta keberlanjutan latihan atlet. Oleh sebab itu, pola komunikasi kolaboratif yang diterapkan ASA menjadi salah satu faktor yang membantu menjaga konsistensi pembinaan atlet sprint.

Pada aspek *product*, capaian prestasi ASA selama tahun 2022–2024 menunjukkan bahwa sistem pembinaan yang diterapkan klub memberikan hasil kompetitif pada tingkat daerah maupun nasional. Atlet binaan ASA berhasil memperoleh medali pada berbagai kejuaraan seperti Kejurnas, Porprov, Kejurda NTB Open, *Gubernur Cup*, Porwil Riau, PON Aceh-Sumut, dan *Student Athletics Championship* (SAC). Prestasi tersebut menunjukkan adanya hubungan antara kualitas pelatih, penerapan program latihan terstruktur, dukungan mental, dan konsistensi pembinaan terhadap peningkatan performa atlet. Irmansyah et al. (2025) menjelaskan bahwa keberhasilan pembinaan olahraga berbasis model CIPP dapat dilihat dari keterkaitan antara kesiapan sumber daya, kualitas pelaksanaan program, dan capaian hasil pembinaan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ASA dapat dipahami sebagai model pembinaan klub sprint berbasis komunitas yang efektif, meskipun masih memerlukan penguatan pada aspek fasilitas, pendanaan, dan profesionalisasi manajemen agar pembinaan atlet sprint di NTB dapat berkembang secara lebih berkelanjutan.

KESIMPULAN

Klub Athletics Sprint Academy (ASA) memiliki peran strategis dalam pembinaan atlet sprinter di Provinsi Nusa Tenggara Barat melalui sistem pembinaan yang terarah dan berkelanjutan. Berdasarkan evaluasi *Context, Input, Process, Product* (CIPP), keberhasilan pembinaan ASA tidak hanya dipengaruhi oleh capaian prestasi atlet, tetapi juga oleh kualitas pelatih, struktur program latihan, dukungan mental, serta koordinasi organisasi yang berjalan secara konsisten. Kehadiran pelatih berlisensi dan penerapan prinsip latihan seperti individualisasi, *overload*, spesifikasi, dan periodisasi menunjukkan bahwa pembinaan sprint di ASA telah mengarah pada pendekatan ilmiah modern. Meskipun fasilitas latihan dan pendanaan masih terbatas, klub tetap mampu menghasilkan atlet berprestasi pada tingkat daerah dan nasional. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa klub berbasis komunitas dapat menjadi alternatif model pembinaan olahraga prestasi yang efektif apabila didukung manajemen latihan yang terstruktur dan lingkungan pembinaan yang kondusif.

Penelitian ini memberikan implikasi bahwa pengembangan olahraga prestasi di daerah memerlukan sinergi antara klub, pelatih, organisasi olahraga, pemerintah, dan keluarga atlet agar proses pembinaan dapat berlangsung secara berkelanjutan. Penguatan manajemen organisasi, pengembangan sumber pendanaan yang lebih stabil, serta penyediaan fasilitas latihan mandiri menjadi langkah penting untuk meningkatkan kualitas pembinaan sprinter di masa mendatang. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan sistem pembinaan atletik berbasis klub pada cabang olahraga lain yang memiliki karakteristik serupa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian yang lebih luas melalui pendekatan kuantitatif, *mixed methods*, atau studi longitudinal guna menganalisis hubungan antara program latihan, dukungan psikologis, dan perkembangan performa atlet secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanto, A. R., & Aprilia, E. (2025). Efektivitas assistance vs resistance sprinting dalam meningkatkan akselerasi atlet sprint elite. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 8(7), 1551–1556. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/67891>
- Chandra, M. D., & Inzaghi, U. D. (2025). Evaluasi keterampilan bermain bola voli sebagai upaya pembinaan atlet muda di Klub Bahana Muda. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(2), 64–70. <https://journal.rezkimedia.or.id/darmabakti/article/view/602>
- Haugen, T., Seiler, S., Sandbakk, Ø., & Tønnessen, E. (2019). The training and development of elite sprint performance: An integration of scientific and best practice literature. *Sports Medicine - Open*, 5, 44. <https://doi.org/10.1186/s40798-019-0221-0>
- Ilyas, M. B., Awal, A., & Jahrir, A. S. (2024). Pelaksanaan program identifikasi keberbakatan olahraga: Menggali potensi atlet muda di sekolah dasar Kota Makassar. *Bajra: Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 59–68. <https://bajrajurnal.id/index.php/ojs/article/view/35>
- Irmansyah, J., Kesuma, D. W. C. W., & Muhaimin, A. (2025). Evaluasi pengembangan olahraga daerah: Penilaian manajemen pembinaan KONI Lombok Tengah menuju PORPROV XII 2026 berbasis CIPP. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 9(6), 319–331. <https://journal.unm.ac.id/index.php/sportive/article/view/9752>
- Murphy, A., Burgess, K., Hall, A. J., Aspe, R. R., & Swinton, P. A. (2023). The effects of strength and conditioning interventions on sprinting performance in team sport athletes: A systematic review and meta-analysis. *The Journal of Strength &*



- Conditioning Research*, 37(8), 1692–1702. https://journals.lww.com/nsca-jscr/fulltext/2023/08000/the_effects_of_strength_and_conditioning.20.aspx
- Nailufar, N., & Hartono, M. (2022). Manajemen pembinaan prestasi Klub Bola Voli Mitra Kencana Semarang tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 311–317. <https://journal.unnes.ac.id/sju/inapes/article/view/48030>
- Nicholson, B., Dinsdale, A., Jones, B., Heyward, O., & Till, K. (2022). Sprint development practices in elite football code athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(1), 95–113. <https://doi.org/10.1177/17479541211019687>
- Niering, M., Heckmann, J., Seifert, J., Ueding, E., von Elling, L., Bruns, A., & Beurskens, R. (2025). Effects of combined plyometric and sprint training on sprint performance in youth soccer players. *Physiologia*, 5(1), 5. <https://doi.org/10.3390/physiologia5010005>
- Prasetiyo, W. E. (2023). *Evaluasi program pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, model context, input, process, product (CIPP) pada siswa SMP Kecamatan Selorejo dan Kecamatan Kesamben* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang). <https://repository.um.ac.id/368369/>
- Pratama, G., Supriadi, D., & Karisman, V. A. (2025). Pengembangan model plyometric virtual training program untuk meningkatkan kecepatan dan daya ledak otot tungkai pada atlet sprinter. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 6(1), 543–558. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v6i1.123>
- Purbaningrum, A., & Wulandari, F. Y. (2021). Peran pelatih dalam membentuk karakter atlet atletik TPC-T Kota Kediri untuk menunjang prestasi. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(9), 151–157. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/42182>
- Ramadani, A., Sitompul, Y., Irmawan, A., & Damanik, S. (2025). Anaerob threshold untuk cabang olahraga sprint atletik. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 698–708. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/40922>
- Romann, M., Javet, M., Hernandez, J., Heyer, L., Trösch, S., Cogley, S., & Born, D. P. (2024). Longitudinal performance trajectories of young female sprint runners: A new tool to predict performance progression. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1491064. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1491064>
- Rumbino, S. (2021). Manajemen pembinaan olahraga prestasi DISPORA Biak Papua: Manajemen pembinaan olahraga prestasi DISPORA Biak. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(11), 87–93. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/43000>
- Smith, A. S. (2021). Youth athletic development: Including the science of periodization into practice. *Strategies*, 34(3), 16–22. <https://doi.org/10.1080/08924562.2021.1896917>
- Sudirman, S., Hamzah, A., Hasanuddin, M. I., & Mappanyukki, A. A. (2024). Evaluation of the sports coaching program in South Sulawesi: An evaluative research CIPP model program. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 7(5), 1025–1035. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ijds/hs/article/1504627>
- Wharam, D., Geringer, S., King, R., & Kerr, M. (2020). Local sport club structures and their effect on athletic performance: The relationship between formalization and athletic performance in swimming. *Sports J*, 41(2). <https://thesportjournal.org/article/local-sport-club-structures-and-their-effect-on-athletic-performance/>
- Wharam, D., Geringer, S., King, R., & Kerr, M. (2020). Local sport club structures and their effect on athletic performance: The relationship between formalization and athletic performance in swimming. *Sports J*, 41(2). <https://thesportjournal.org/article/local-sport-club-structures-and-their-effect-on-athletic-performance/>

Yaqin, D. M. A., & Faqihuddin, A. (2025, August). Peran psikolog olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. In *Prosiding Seminar Psikologi (PROSEPSI)*, 2(2), 37–43. <https://prosiding.umk.ac.id/index.php/prosepsi/article/view/994>