

Meningkatkan Kompetensi Pelatih Beladiri Tarung Derajat Melalui Iptek Keolahragaan

Jamaludin, Subakti, Lalu Sapta Wijaya Kusuma
Universitas Pendidikan Mandalika Mataram
jamaludin@ikipmataram.ac.id

Abstrak; Banyaknya minat dan antusias masyarakat terhadap olahraga tersebut namun tidak didukung dengan sumber daya yang memadai, diantaranya adalah; (1) SDM pelatih masih kurang, (2) pembinaan berjenjang untuk pelatih sangat jarang diadakan, (3) pelatihan atau workshop dalam meningkatkan kompetensi pelatih masih sangat jarang, (4) model pelatihan yang monoton, (5) pengetahuan mengenai iptek keolahragaan oleh pelatih sangat minim. Berkaitan dengan permasalahan tersebut diatas kami tim pengusul menawarkan sebuah solusi untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi mitra kedua mitra yaitu satlak Lombok Timur dengan cara workshop peningkatan sumber daya pelatih melalui penerapan IPTEK keolahragaan untuk mendapatkan hasil latihan yang berkualitas, dan diharapkan secara kuantitas akan bertambah, baik dari SDM pelatih maupun atlet. Adapun prosedur yang akan digunakan untuk melaksanakan kegiatan tersebut adalah; (1) bekerja sama dengan mitra dan satlak yang ada di Lombok Timur untuk memberikan akses informasi kegiatan tersebut, (2) metode yang digunakan dalam kegiatan tersebut yaitu teori dan praktik di lapangan, (3) kegiatan tersebut diadakan selama 1 hari.

Kata Kunci: Kompetensi Pelatih, Beladiri, Tarung Derajat.

PENDAHULUAN

Lombok timur merupakan salah satu kabupaten yang memiliki penduduk lebih banyak dari kabupaten kota lainnya tetapi tidak membuat olahraganya menjadi yang terbaik, hal tersebut bisa dilihat dari perolehan medali pada kejuaraan tingkat provinsi (Porprov) 2018, dimana Lombok Timur berada pada peringkat ke tujuh dari 11 kabupaten kota yang ada di NTB. Tarung derajat hanya menyumbang 1 medali emas untuk kabupaten Lombok Timur. Sementara satlak yang ada tidak mampu memenuhi target tersebut, dalam hal ini satlak SMA Muhammadiyah Masbagik sebagai pemusatan latihan untuk tarung derajat Lombok Timur menjadi garis depan dalam melahirkan atlet tarung derajat terbaik dari putra dan putri Lombok Timur. Pemusatan latihan 1 bulan sekali oleh pengurus tarung derajat Lombok Timur di SMA Muhammadiyah Masbagik dengan tujuan untuk memberikan pengalaman terhadap atlet putra dan putri di Lombok Timur untuk berbagai pengalaman dengan satlat yang ada di masing- masing kecamatan.

Permasalahan tersebut tentu tidak hanya sebatas atlet saja melainkan ada unsur pendukung keberhasilan atlet yaitu pelatih.

Pelatih yang baik adalah mampu mengkombinasikan berbagai unsur ilmu pengetahuan dalam olahraga, seperti; ilmu gerak (biomekanika dan kinesiologi olahraga), ilmu fisiologi olahraga, fisiologi latihan, dan lainnya adalah factor pendukung keberhasilan dalam melatih. Dari pengamatan penulis bahwa rata-rata pelatih masih mengandalkan pengalaman menjadi atlet untuk melatih, namun hal tersebut tentunya tidak cukup jika tidak didukung dengan teknologi keolahragaan yang modern, kemampuan menganalisa kekuatan lawan, kemampuan membuat formula latihan yang baik, dan tentunya dukungan sarana dan prasarana yang memadai.

Semenjak didirikannya satlak tarung derajat di Lombok timur dengan banyaknya antusiasme masyarakat pada olahraga tersebut namun tidak didukung dengan sumber daya pelatih yang memadai, dan tidak ada regenerasi yang baik terhadap keberlangsungan pelatih menjadi kendala utama satlak di Lombok timur sejak awal didirikan. Kompetensi Pelatih yang ada di berbagai satuan latihan yang ada di masing-masing kecamatan belum memiliki sertifikat atau lisensi kepelatihan dasar (level 1). Hal ini disebabkan belum pernah dilakukan pelatihan

pelatih yang berlisensi khususnya di kabupaten dan maupun kota provinsi di NTB terkait beladiri tarung derajat. Pemusatan latihan masing terbatas di luar NTB yaitu di Jawa Barat Bandung sebagai tempat lahirnya beladiri tersebut, sehingga para pelatih dari masing-masing daerah terkendala dari segi waktu, tenaga, dan biaya yang dikeluarkan sangat besar untuk mengikuti pelatihan tingkat 1.

Dari permasalahan yang dihadapi oleh mitra, maka melalui IbM yang di selenggarakan oleh UNDIKMA Mataram ini tercipta solusi untuk mengatasi permasalahan kedua mitra kami, berupa; keterampilan dan kemampuan para pelatih meningkat, adanya pengetahuan yang cukup memadai tentang ilmu kepelatihan, terbentuknya satlak-satlak baru di sekolah-sekolah yang ada di Lombok Timur.

MASALAH

Kurangnya pengetahuan para pelatih tentang ilmu pelatihan yang berkaitan dengan IPTEK olahraga khususnya pelatih tarung derajat di semua satlat yang ada di lombok timur.

TUJUAN

Kegiatan PKM “Workshop Peningkatan Kompetensi Pelatih Beladiri Tarung Derajat Melalui Iptek Ilmu Keolahragaan 2019”, dengan target luaran berupa:

1. Peningkatan Kualitas dan kuantitas pelatih berkompeten
2. Peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat akan pentingnya penerapan pengetahuan ilmu keolahragaan (*sport science*), khususnya untuk pelatih tarung derajat Lombok Timur.
3. Bertambahnya satlak-satlak di kecamatan maupun di sekolah-sekolah

METODE

Solusi Yang Ditawarkan

Kursus kepelatihan bagi pelatih tarung derajat membutuhkan biaya yang banyak yaitu 4-5 juta untuk masing-masing peserta karena kursus tersebut mendatangkan guru besar dan sekaligus pendiri dari beladiri tersebut (lisensi tingkat dunia) dan lamanya kursus hampir seminggu, hal tersebut yang membuat kursus kepelatihan di NTB jarang diadakan. Dengan adanya dana internal ini diharapkan cukup mengakomodir kebutuhan

mendasar para pelatih. Rencana kegiatan ini diikuti kurang lebih sekitar 14 orang pelatih yang ada di kabupaten Lombok timur, tanpa mengeluarkan biaya untuk membayar instruktur pelatihan yang ada di luar NTB, tentunya dengan memberikan pemahaman mendasar penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga.

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Metode pelaksanaan pada IbM ini adalah berbentuk kursus kepelatihan singkat bagi para pelatih atau calon pelatih yang dilaksanakan selama 1 hari. Kegiatan tersebut terdiri dari 2 metode yaitu metode teori didalam ruangan, dan praktik di lapangan (SMA Muhammadiyah Masbagik).

Prosedur Kerja dan Rencana Kegiatan

Adapun prosedur dalam pelaksanaan IbM ini adalah sebagai berikut:

- a) Survei dan analisis lokasi dan mitra
- b) Menganalisis kebutuhan mitra
- c) Mengadakan komunikasi kerjasama dengan mitra 1 yaitu SMA Muhammadiyah Masbagik sebagai penyelenggara kursus kepelatihan yang bekerjasama dengan mitra 2 yaitu Ketua Satlak Lombok Timur. Kedua mitra ini mengundang para pelatih dari masing-masing satlak yang ada di masing-masing kecamatan Lombok timur.
- d) Memberikan pemahaman mendasar penerapan Iptek keolahragaan dalam melatih atlet selama 1 hari dengan teori dan praktik langsung di ruangan mengenai pengukuran komponen kondisi fisik dominan atlet tarung derajat, tehnik evaluasi kondisi tersebut, dan formula dalam membuat program latihan yang baik.

Partisipasi Mitra

Mitra pertama kami yaitu SMA Muhammadiyah Masbagik tempat penyelenggaraan kegiatan yang dimaksud, selain itu juga di sekolah tersebut menjadikan tarung derajat sebagai ekstrakurikuler wajib, sehingga tepat kiranya kami melakukan kemitraan dengan sekolah tersebut. Sedangkan mitra 2 kami adalah perkumpulan dari masing-masing pelatih tarung derajat Lombok timur, disini data mengenai jumlah pelatih dan atelt bisa ditemukan di ketua

satlak yang berpusat di kecamatan masbagik. Peran keduanya nanti diharapkan bisa mengundang antusiasme pelatih dan calon pelatih untuk mengikuti kegiatan yang dimaksud.

HASIL

Tarung derajat adalah salah satu beladiri asli ciptaan dari putra terbaik Indonesia yaitu Ahmad Derajat. Beladiri tersebut cukup mendapatkan perhatian di hati masyarakat luas dengan banyaknya satuan latihan (satlak) di Instansi pemerintahan sebagai beladiri wajib, tidak terkecuali di sekolah-sekolah menjadikan beladiri tersebut sebagai salah satu ekstrakurikuler wajib, salah satunya di SMA Muhammadiyah Masbagik. Banyaknya minat dan antusias masyarakat terhadap olahraga tersebut namun tidak didukung dengan sumber daya yang memadai, diantaranya adalah; (1) SDM pelatih masih kurang, (2) pembinaan berjenjang untuk pelatih sangat jarang diadakan, (3) pelatihan atau workshop dalam meningkatkan kompetensi pelatih masih sangat jarang, (4) model pelatihan yang monoton, (5) pengetahuan mengenai iptek keolahragaan oleh pelatih sangat minim. Berkaitan dengan permasalahan tersebut diatas kami tim pengusul menawarkan sebuah solusi untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi mitra kedua mitra yaitu satlak Lombok Timur dengan cara workshop peningkatan sumber daya pelatih melalui penerapan IPTEK keolahragaan untuk mendapatkan hasil latihan yang berkualitas, dan diharapkan secara kuantitas akan bertambah, baik dari SDM pelatih maupun atlet. Adapun prosedur yang akan digunakan untuk melaksanakan kegiatan tersebut adalah; (1) bekerja sama dengan mitra dan satlak yang ada di Lombok Timur untuk memberikan akses informasi kegiatan tersebut, (2) metode yang digunakan dalam kegiatan tersebut yaitu teori dan praktik di lapangan, (3) kegiatan tersebut diadakan selama 1 hari. Harapan dari tim pengusul setelah diadakannya kegiatan tersebut adalah muncul pelatih dan calon pelatih yang berkompeten yang bisa menerapkan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan pada beladiri tarung derajat.

KESIMPULAN

Dengan adanya workshop yang dimana penyelenggaranya adalah dari UNDIKMA Mataram, dan di mana pemateri yang diusulkan adalah para ahli yang berkompeten dibidang ilmunya seperti beladiri tarung derajat, selain itu pemateri yang digunakan adalah para ahli atau dosen program studi pendidikan olahraga. Setelah workshop dilaksanakan saya berkunjung keberapa pelatih tarung derajat yang sedang latihan di satlatnya dan rata-rata para pelatih sudah mempunyai program latihan baik latihan teknik maupun latihan fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Kementerian Pemuda Dan Olahraga. Jakarta.
- Tim, 2017. *Panduan Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Di Perguruan Tinggi Edisi XI*. Direktorat Riset dan Pengabdian Kepada Masyarakat. Jakarta.
- Sukri, Ahmad, 2019. *Panduan Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Internal Ikip Mataram*. Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Mataram. Lembaga Penelitian Pengabdian Kepada Masyarakat. Mataram.