



PEMBINAAN PRESTASI ATLET KEMPO KOTA SURABAYA

Anastasia Stefanie Augustine Udju, Achmad Rizanul Wahyudi, S.Pd., M.Pd

S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

e-mail anastasia.19006@mhs.unesa.ac.id

Dikirim: 19-11-2023; **Direview:** 19-11-2023; **Diterima:** 21-11-2023;
Diterbitkan: 22-11-2023

Abstrak

Pembinaan prestasi merupakan salah satu faktor penentu dalam proses latihan seorang atlet yang akan berprestasi hingga mendapatkan prestasi yang maksimal. Penelitian ini dilatar belakangi karena peneliti melihat adanya penurunan prestasi atlet kempo kota surabaya diajang kejuaraan tingkat provinsi sehingga masalah dalam penelitian ini mengenai pembinaan prestasi atlet kempo kota Surabaya yang dikaji dari segi atlet, pelatih dan program latihan yang di harapkan bisa menciptakan atlet – atlet yang berbakat. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bersifat deskriptif yang berupa kata- kata berdasarkan pada perilaku dan pengamatan yang dilakukan. Pelaksanaan pencarian data menggunakan teknik pengumpulan data dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian dalam penelitian yang disebut sebagai informan atau narasumber ialah atlet dan pelatih kempo kota Surabaya yang mampu mengungkapkan hal – hal baru dan memperoleh data saat wawancara atau observasi sehingga diperoleh jawaban informasi dan pendapat yang spesifik yang berhubungan dengan fokus permasalahan yang peneliti temukan. Berdasarkan hasil penelitian yang ada dapat disimpulkan bahwa pembinaan prestasi atlet kempo kota Surabaya melakukan prekrutan dan degradasi atlet yang dilakukan secara bersamaan dalam kegiatan yang dilaksanakan oleh pengurus kempo kota Surabaya serta peneliti menemukan adanya program latihan bulanan dan program latihan mingguan yang disusun oleh pelatih sesuai dengan data yang ditemukan peneliti dilapangan yang tersusun secara sistematis sehingga dapat diharapkan menciptakan atlet yang berbakat dan berkualitas dan mencapai hasil yang optimal.

Kata Kunci: Pembinaan Prestasi, Atlet, Kempo Kota Surabaya

Abstract

Achievement coaching is one of the determining factors in the training process of an athlete to get maximum achievement. This research is motivated because the researcher sees a decrease in the achievements of Surabaya city kempo athletes in the provincial championship so that the problem in this study is about fostering the achievements of Surabaya city kempo athletes who are studied in terms of athletes, coaches and training programs that are expected to create talented athletes. This research uses a qualitative method that is descriptive in the form of words based on the behavior and observations made. Data search using data collection techniques with interviews, observation, and documentation. Research subjects in the study who are referred to as informants or sources are Surabaya city kempo athletes and coaches who are able to reveal new things and obtain data during interviews or observations so that specific information and opinions related to the focus of the problems that researchers find are obtained. Based on the results of the study, it can be concluded that the development of the achievements of Surabaya city kempo athletes conducts pre-recruitment and degradation of athletes which are carried out simultaneously in activities carried out by the Surabaya city kempo management. Researchers found that the monthly training program and weekly training program compiled by the coach according to the data found by researchers in the field which is systematically arranged is expected to create talented and qualified athletes and achieve optimal results.

Keywords: Achievement Development, Athletes, Kempo Surabaya City.

1. PENDAHULUAN

Kempo adalah olahraga beladiri yang berasal dari Jepang yang diciptakan oleh Doshin So pada tahun 1947 sebagai sistem pelatihan dan pengembangan diri. Perkembangan beladiri kempo sangat pesat hingga sampai saat ini prestasi terus di torehkan oleh atlet-atlet kebanggaan dari setiap daerah dan provinsi. Peningkatan dan kemajuan dalam bidang olahraga juga menjadi tanggung jawab semua lini kehidupan yang tergabung di dalam setiap organisasi – organisasi olahraga yang memiliki tujuan yang baik dan jelas untuk membentuk dan menciptakan olahragawan muda yang memiliki potensial yang terbaik di setiap ajang olahraga. Pembinaan adalah salah satu usaha atau cara untuk mencapai tujuan dalam suatu kegiatan dan mengubah keadaan dengan lebih baik agar lebih optimal (Ataqwa, 2020). Pembinaan olahraga dapat diartikan sebagai suatu pendekatan yang dilakukan secara sistematis, bertahap dan terarah (Prasetyo et al., 2018).

Sangat disadari bahwa masalah pembinaan prestasi atlet dalam setiap cabang olahraga sangat beragam terkhususnya cabang olahraga beladiri kempo Surabaya selalu dihadapi dengan beberapa problem. Problem yang sekarang terjadi yaitu atlet-atlet yang tergabung di dalam kempo Surabaya mengalami stagnan atau bisa dikatakan prestasi yang dicapai tim kempo Surabaya diperoleh dari atlet-atlet itu saja. Problem ini terlihat sangat jelas terjadi dimulai dari tahun 2016 seluruh atlet kempo Surabaya bertanding dalam pertandingan tingkat provinsi gagal untuk mempertahankan piala juara umum yang sebelumnya dipegang oleh tim kempo Surabaya jatuh ke tangan kontingen kota lain. Pada tahun 2019 kejuaraan Porprov tim kempo Surabaya juga gagal mempertahankan piala juara umum Porprov ke-5 yang dilaksanakan di Tuban. Dapat diketahui dari data observasi peneliti sebelum penelitian ini dilakukan. Tahap-tahap dalam pembinaan prestasi bagi setiap cabang olahraga berbeda-beda sesuai dengan karakteristik dan spesifikasi dari cabang olahraga yang bersangkutan.

Porprov	Tempat	Mendali
Kejurprov 2018	Tuban	7 emas
		14 perak
		2 perunggu
Porprov 2019	Tuban	6 emas
		3 perak
		1 perunggu
Kejurprov 2021	Kediri	8 emas
		3 perak
		2 perunggu
Porprov 2022	Jember	9 emas
		3 perak
		1 perunggu

Tabel 1. Data Perolehan Mendali Cabor Kempo Pada Pekan Olahraga Provinsi

Selain itu adanya kegiatan latihan dan adanya program latihan terstruktur, terprogram dan tujuan –

tujuan latihan yang tepat sasaran, kualitas pelatih untuk membina para atletnya, sarana dan prasarana fasilitas yang mendukung dan juga hal penting yang lainnya adalah pendanaan yang merupakan salah satu faktor pokok untuk terlaksananya tujuan dari suatu organisasi khususnya dalam bidang olahraga sedini mungkin yaitu memusatkan perhatian dan pembangunan olahraga dengan melakukan pembinaan dan pengembangan bagi generasi – generasi muda sejak dini. Untuk mencapai suatu hasil yang maksimal berupa prestasi setinggi-tingginya usaha pembinaan harus terus dilakukan dengan menyusun strategi serta perencanaan yang rasional guna meningkatkan kualitas serta didukung dengan program yang terstruktur dan terarah dengan baik dan benar. Pembinaan bisa berhasil karena adanya faktor, tujuan latihan yang jelas, program latihan yang terstruktur dan metode latihan yang dipikirkan dengan matang. Selain itu harus ada yang dipertimbangkan karakteristik fisik dan psikis atlet yang akan dilatih, keterampilan pelatih, sarana dan prasarana, serta kondisi lingkungan yang harus diperhatikan

Penelitian ini akan mengkaji tentang atlet, pelatih dan program latihan untuk pembinaan prestasi beladiri kempo yang baik dan benar diharapkan dapat menciptakan atlet – atlet yang berbakat dan berkompeten sehingga mampu bersaing dan tampil maksimal dalam ajang perlombaan yang levelnya semakin tinggi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti ingin mengetahui “Pembinaan Prestasi Atlet Kempo Surabaya.”

2. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini untuk mendapatkan informasi peneliti menganalisis secara langsung tentang Pembinaan Prestasi Beladiri Kempo Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan dengan menggunakan metode kualitatif yang berupa deskriptif penjelasan kata-kata tertulis atau lisan dari orang – orang dan perilaku yang diamati oleh peneliti melalui survey dengan observasi, wawancara (S. W., Nurharsono, T., Raharjo et al., 2013). Dalam hal ini peneliti menentukan lokasi di kota Surabaya tepatnya pada tim puslapacap kempo kota Surabaya yang berlatih di Gor PLN PJB beralamat Jl. Ketintang Baru No. 11. Subjek penelitian dalam penelitian kualitatif disebut sebagai informan atau narasumber wawancara Kepala pelatih dan satu orang pelatih lainnya menanyakan seputar pelatih, program latihan yang dibuat dan rekrutmen atlet dan pelatih yang tergabung dalam kempo kota Surabaya (puslapacap) dan Atlet Kempo Kota Surabaya berjumlah 7 orang (Puslapacap) menanyakan seputar kualitas pelatih, dan rekrutmen atlet. Dalam penelitian kualitatif yang menjadi instrumen penelitian adalah peneliti itu sendiri atau bisa dikatakan peneliti sebagai human instrument. Pelaksanaan pencarian data dengan wawancara, observasi dan dokumentasi.

Tujuan utama dalam penelitian deskriptif kualitatif mempunyai tujuan utama yaitu mengetahui fenomena sosial yang memfokuskan pada gambaran yang lengkap mengenai fenomena yang dikaji dari pada rincinya menjadi variable yang saling terkait. Oleh karena itu peneliti merupakan instrumen kunci dalam penelitian kualitatif. Dalam penelitian kualitatif yang menjadi instrumen penelitian adalah peneliti itu sendiri atau bisa dikatakan peneliti sebagai human instrument.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis yang digunakan adalah analisis data deskriptif yang berupa kalimat dan paragraf yang diceritakan dalam bentuk penjelasan yang bersifat deskriptif. Tahapan teknik analisis data terdiri dari empat komponen yang saling berhubungan. Pengumpulan data. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara serta didukung dengan dokumentasi. Informasi yang dikumpulkan dilapangan dicatat sehingga berbentuk deskriptif yang menggambarkan tentang apa yang peneliti lihat, dengar dan alami saat dilapangan, reduksi data adalah memilih hal penting yang sesuai dengan fokus penelitian, penyajian data adalah sekumpulan informasi yang tersusun untuk memungkinkan penarikan kesimpulan dan tindakan sehingga peneliti dapat mengontrol data dan tidak menekankan dirinya dalam data yang di peroleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi dilapangan, penarikan kesimpulan bertujuan untuk menemukan makna dari komponen yang diidentifikasi dengan mengenali pola, keteraturan penjelasan, hubungan sebab akibat yang disimpulkan oleh peneliti yang disajikan lewat data dan catatan – catatan yang diperoleh saat dilapangan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari Hasil penelitian pada tim kempo kota Surabaya yang diperoleh melalui wawancara dilihat dari faktor atlet, pelatih, dan program latihan.

Atlet

Dalam proses pembinaan prestasi tentunya banyak faktor yang mempengaruhi pembinaan prestasi salah satunya yaitu faktor rekrutmen atlet dan pelatih, perekrutan atlet dalam cabang olahraga kempo rekrutmen atlet dilakukan sebagai suatu proses untuk mendapatkan bibit – bibit yang berpotensi yang sangat ideal dalam proses perekrutan atlet kempo sendiri dilakukan pada saat ujian kenaikan tingkat dan latihan bersama dilakukan dan diadakan oleh pengurus kempo kota Surabaya yang juga tentunya akan dihadiri oleh setiap dojo – dojo kempo yang ada di Surabaya. Perekrutan atlet mengalami sedikit kesulitan mendapatkan atlet karena banyak dojo – dojo yang tidak aktif lagi sehingga kempo kota Surabaya baru mau merangkai dari awal juga cukup kesulitan

Degradasi atlet juga dilakukan bersamaan dengan event tersebut dilihat dari progres atlet selama TC yang dipantau bersama pelatih teknik dan fisik, jika dilihat ada potensi yang lain yang memenuhi kriteria maka bisa dilakukan degradasi untuk atlet kempo Surabaya jika tidak ada maka atlet tersebut yang ada tidak di degradasi.

Pelatih

Seorang atlet mampu berprestasi secara optimal pasti didalamnya ada peran pelatih yang cakap dalam menyusun bentuk dan sasaran dalam program latihan yang tentunya setiap atlet memiliki kemampuan yang berbeda – beda sehingga pelatih dituntut untuk memiliki kemampuan dalam melatih atlet nya. Pelatih memiliki tugas untuk memperbaiki dan menyempurnakan penampilan seorang atlet sehingga pelatih dituntut untuk tampil sesuai dengan standar profesional yang ada menurut Pate, RB. Mc. Clenaghan dan Rotella: 1984 (Jeffery, 1987). Dalam faktor pelatih kempo kota Surabaya bisa dikatakan pelatih memiliki kualifikasi yang dan pengalaman dalam bidang nya pelatih teknik dan pelatih fisik sudah memenuhi syarat untuk menjadi pelatih dengan adanya sertifikat pelatih - pelatih yang memiliki target untuk semaksimal mungkin membimbing atlet nya dengan metode yang berbeda - beda namun mereka berusaha untuk saling melengkapi.

Program Latihan

Hal penting lainnya untuk mencapai pembinaan prestasi dilihat dari faktor program latihan yang dibuat oleh pelatih dan diberikan pelatih kepada atletnya sehingga diperlukan penyusunan program latihan yang sistematis sesuai dengan kebutuhan atletnya. Harsono mengatakan bahwa program latihan sangat berkaitan erat dengan kondisi fisik atlet (Kristian Banjarnahor & Wiriawan MKes, n.d.) penerapan program latihan tim kempo kota Surabaya yang dilakukan oleh pelatih dibicarakan dan dirapatkan bersama – sama untuk latihan teknik satu minggu 2 kali di hari selasa dan kamis serta dalam perjalanannya menuju pertandingan maka intensitas latihan akan terus ditambah bisa 5-6 kali dalam satu minggu untuk latihan fisik didasarkan dengan hasil tes fisik masing – masing atlet yang akan di buat sebagai acuan program latihan fisik dari masing – masing atlet.

4. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Rekrutmen kempo dilakukan untuk menyaring dan memperoleh bibit – bibit atlet yang potensial oleh pelatih lewat ujian kenaikan tingkat dan latihan bersama yang dilaksanakan oleh pengurus kempo kota Surabaya. Sistem degradasi atlet akan

dilakukan jika ada atlet yang tidak memiliki progres dalam latihan.

<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>

Pelatih kempo kota Surabaya dibedakan menjadi dua yaitu pelatih teknik dan pelatih fisik dilihat dari kualifikasi yang dimiliki dan pengalaman di bidangnya dan memenuhi syarat dengan adanya sertifikat pelatih. Program latihan disusun dan dibentuk bersama-sama oleh tim pelatih sehingga program latihan yang pertama tim pelatih mencari formasi yang baik untuk atlet kempo kota Surabaya sesuai dengan nomor pertandingan yang akan dipertandingkan. Program latihan fisik didasarkan pada hasil tes fisik di awal atlet berlatih yang selanjutnya menjadi acuan untuk pembuatan program latihan fisik.

B. Saran

Pembinaan prestasi atlet kempo kota Surabaya untuk tetap mempertahankan proses rekrutmen yang demikian bila diperlukan proses rekrutmen atlet di kelompokan berdasarkan usia sehingga kedepannya tim kempo kota Surabaya memiliki atlet – atlet yang berbakat disetiap jenjang usia atlet. Degradasi atlet yang dilakukan oleh tim pelatih harus tetap dan benar – benar dilaksanakan yang didasarkan pada teknik dan fisik sebagai standarisasi degradasi atlet. Penyusunan program latihan oleh pelatih di awal dalam membentuk formasi sesuai dengan nomor pertandingan baik embu (seni) atau randori (fight) disesuaikan juga dengan kemampuan atlet yang ada.

REFERENSI

- Ataqwa, I. (2020). Indonesian Journal for. *Journal.Unnes*, 1(1), 188–196.
- Jeffery, T. (1987). Gaya Kepemimpinan Pelatih Olahraga Dalam Upaya Mencapai Prestasi Maksimal. *Synthesis*, 1, 70–71.
- Kristian Banjarnahor, C., & Wiriawan MKes, O. (n.d.). *Analisis Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Putra KONI Sidoarjo Dalam Menghadapi PORPROV ke VI 2019*.
- Prasetyo, D. E., Damrah, D., & Marjohan, M. (2018). Evaluasi Kebijakan Pemerintah Daerah dalam Pembinaan Prestasi Olahraga. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 1(2), 32–41. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.132>
- S. W., Nurharsono, T., Raharjo, A., Pendidikan, J., Kesehatan, J., Rekreasi, D., & Keolahragaan, I. (2013). PEMBINAAN PRESTASI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DI SMA KARANGTURI KOTA SEMARANG Info Artikel Sejarah Artikel: Diterima Januari 2013 Disetujui Februari 2013 Dipublikasikan Agustus 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(8).