

Pembinaan Prestasi Atlet Taekwondo Kabupaten Semarang

Development of Taekwondo Athlete Achievement in Semarang Regency

Siti Mutmainah*¹, Said Junaidi¹, Nanang Indardi¹, Dhias Fajar Widya Permana¹, Siti Baitul Mukarromah¹, Taufiq Hidayah¹

¹Program Studi Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

*Corresponding Author

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1) tahapan pelaksanaan pembinaan prestasi di Dojang Spartan, 2) proses perekrutan pelatih dan atlet, 3) pelaksanaan program latihan, 4) pendanaan dan pengorganisasian Dojang Spartan, 5) kondisi sarana dan prasarana Dojang Spartan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian deskripsi dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pemilihan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan Sembilan informan yang terdiri dari satu penanggungjawab, dua pelatih, serta enam atlet. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian data, kemudian penarikan kesimpulan atau verifikasi. Hasil penelitian ini meliputi: 1) tahapan pelaksanaan pembinaan Dojang Spartan cukup baik, 2) perekrutan pelatih dan atlet belum dilakukan secara tes seleksi guna dijadikan pertimbangan kedepannya dan bahan evaluasi, 3) program latihan pembinaan Dojang Spartan masih bersifat abstrak mengikuti jadwal kejuaraan yang ada dan program latihan belum tertulis dengan jelas, 4) sumber dana Dojang Spartan berdasarkan iuran yang dilakukan orang tua sesuai kesepakatan, dan pengelolaan organisasi akan diatur oleh penanggungjawab, 5) kondisi sarana dan prasarana Dojang Spartan masih cukup layak dan masih perlu adanya penambahan. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pembinaan prestasi atlet taekwondo Dojang Spartan berjalan cukup baik. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat membahas terkait seluruh komponen penunjang pembinaan prestasi olahraga taekwondo.

Kata Kunci: Pembinaan; Atlet; Prestasi; Teakwondo.

Abstract

This study aims to determine 1) the stages of implementation of achievement development at Dojang Spartan, 2) the process of recruiting coaches and athletes, 3) the implementation of training programs, 4) funding and organization of Dojang Spartan, 5) the condition of facilities and infrastructure of Dojang Spartan. The method used in this study uses descriptive research with a qualitative approach. Data collection techniques using observation, interviews, and documentation. The sample selection used a purposive sampling technique with nine informants consisting of one person in charge, two coaches and six athletes. Data analysis in this study used data reduction, data presentation, then drawing conclusions or verification. The results of this study include: 1) the stages of implementing Dojang Spartan training are quite good, 2) the recruitment of trainers and athletes has not been carried out by selection tests to be used as future consideration and

evaluation material, 3) the Dojang Spartan coaching training program is still abstract following the existing championship schedule and the training program has not been clearly written, 4) the source of funds for Dojang Spartan is based on contributions made by parents according to the agreement, and the management of the organization will be regulated by the person in charge, 5) the condition of Dojang Spartan's facilities and infrastructure is still quite decent and needs additions. The conclusion of this study shows that the achievement development of Dojang Spartan taekwondo athletes is going quite well. It is hoped that further research will be able to discuss all components supporting the development of taekwondo sports achievement.

Keywords: Coaching; Athlete; Performance; Taekwondo.

Received: 1 Februari 2023; Revised: 5 Mei 2023; Accepted: 19 Mei 2023

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v2i3.731>

Corresponding author: Siti Mutmainah, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229 Email: sitimutmainah1799@students.unnes.ac.id

PENDAHULUAN

Persaingan prestasi dalam bidang olahraga semakin ketat sebab prestasi olahraga bukan lagi milik perseorangan namun sudah menyangkut harkat dan martabat suatu bangsa (Laksana et al., 2017). Mampu menguasai ketrampilan tertinggi pada cabang olahraga serta mampu bersaing dan meraih prestasi yang terukur dalam suatu kompetisi merupakan tujuan olahraga prestasi. Cabang olahraga Taekwondo merupakan salah satu cabang olahraga yang digunakan sebagai sarana kompetisi dalam mengembangkan prestasi sebab sering dipertandingkan di kejuaraan olahraga nasional, regional, maupun internasional (Anggraeni et al., 2020).

Taekwondo merupakan seni bela diri yang berasal dari Negara Gingseng, Korea, seni bela diri ini menggunakan teknik tangan dan kaki untuk menyerang maupun bertahan (Muharram & Puspodari, 2020). Seni bela diri Taekwondo dapat dipelajari oleh siapa pun tanpa bergantung dari jenis kelamin, umur, serta status sosial. Nomor pertandingan dalam Taekwondo dibagi menjadi dua kategori, yaitu kategori *kyourigi* yang merupakan kategori pertandingan dengan pertarungan antara 2 atlet yang saling serang agar mendapatkan *point*, sedangkan kategori *poomsae* merupakan gerakan-gerakan kombinasi yang dirancang untuk berlatih tanpa instruktur, dengan

tetap menggunakan dasar kinerja dari menyerang dan bertahan (Indriyani & Hadi, 2021).

World Taekwondo Federation (WTF) dan Kukkiwon merupakan organisasi Internasional serta markas besar dalam pengembangan Taekwondo ke seluruh dunia. Tahun 1975 olahraga Taekwondo datang dan masuk ke Indonesia (Putri & Muslim, 2017), sampai sekarang olahraga Taekwondo banyak mengalami perkembangan dan minat masyarakat yang cukup banyak khususnya para pelajar didaerah Kabupaten Semarang, Jawa Tengah (Yuda & Rustiadi, 2021). Sehingga terdapat kompetisi-kompetisi yang dapat diikuti oleh para pelajar guna membantu para pelajar ke jenjang sekolah selanjutnya dengan hasil prestasi yang diperoleh. Dengan demikian perlu adanya pembinaan prestasi untuk membantu atlet tersebut berprestasi.

Sistem pembinaan prestasi dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi sesuai dengan yang ditargetkan, dan dalam mencapai target tentunya diperlukan usaha untuk mewujudkannya yaitu dengan cara membina atlet dengan baik dan benar (Taufik et al., 2020). Suatu pembinaan pada atlet dilakukan dan diarahkan guna mencapai hasil prestasi yang maksimal pada tingkat daerah, nasional, maupun pada tingkat internasional.

Pembinaan prestasi tidak akan bisa berjalan dengan cara instan, dibutuhkan totalitas dan komitmen untuk membina olahraga secara sistematis. Dengan demikian, keberhasilan suatu prestasi merupakan hasil konsekuensi yang nyata dari sub-sistem yaitu *input* dan proses pembinaan, oleh sebab itu pembinaan prestasi tidak dapat dilakukan sendiri-sendiri namun harus secara sistemis, terpadu, terarah, dan terprogram dengan jelas dilihat dari beberapa faktor yang mempengaruhinya, yaitu terdapat atlet potensial yang mencukupi, terdapat pelatih profesional dan dapat menerapkan IPTEK, terdapat sarana dan prasarana dan kelengkapan olahraga yang memadai, terdapat program yang berjenjang dan berkelanjutan, serta ditunjang dengan adanya anggaran yang mencukupi dan memiliki hubungan yang baik antara semua pihak, dan yang terakhir

perlu diadakannya tes dan pengukuran kondisi atlet secara berkala dan periodik. Dengan demikian konsep pembinaan atlet dalam menghasilkan prestasi yang tinggi dan maksimal tentunya dilakukan secara berjenjang dan berkelanjutan hingga mencapai prestasi puncak (Putra & Kafrawi, 2019).

Dojang Spartan merupakan salah satu klub pelatihan Taekwondo yang berdiri di Kabupaten Semarang. Namun, dalam kurun tahun belakangan ini prestasi yang Dojang Spartan mengalami ketidakstabilan hasil prestasi. Sehingga berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Dojang Spartan terdapat beberapa indikasi permasalahan yang ditemukan diantaranya: masih minimnya pengetahuan SDM pelatih terhadap penerapan *sport science*, ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan, kualitas program terhadap target prestasi yang ingin dicapai. Sehingga, hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut terkait pembinaan prestasi di Dojang Spartan Kabupaten Semarang dengan melihat bagaimana pelaksanaan pembinaan prestasi, bagaimana sistem perekrutan atlet serta pelatih, bagaimana program latihan yang diterapkan, mekanisme organisasi dan pendanaan, bagaimana kelengkapan sarana dan prasarana dalam menunjang keberhasilan prestasi. Hasil penelitian ini berguna sebagai bahan acuan evaluasi, penyesuaian dan penyempurnaan latihan yang lebih sistematis dan terstruktur sehingga menghasilkan prestasi yang optimal.

METODE

Berdasarkan pokok permasalahan yang telah diuraikan, maka penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang sedang dialami oleh subjek penelitian (Saputro et al., 2019). Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang akan menghasilkan data deskriptif berkaitan dengan kata-kata lisan maupun tertulis serta tingkah laku yang dapat dianalisis dari orang-orang yang diteliti, serta tujuan dari penelitian ini guna menggali dan membangun suatu preposisi atau menjelaskan dari makna dibalik realitas (Parwati & Suprpta, 2017).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data sebagai berikut: (1) Observasi: Observasi yaitu pengumpulan data dengan mengadakan pengamatan langsung terhadap objek penelitian (Sugiyono, 2015). Pengamatan langsung ini dilakukan terhadap suatu benda, keadaan, kondisi, situasi, kegiatan, proses atau tingkah laku seseorang yang terjadi dan berkaitan dengan proses pembinaan yang dilakukan Dojang Spartan; (2) Wawancara: Peneliti dalam penelitian ini melakukan wawancara semi berstruktur (wawancara mendalam) dengan pengurus, pelatih, serta atlet Dojang Spartan sebagai informan. Wawancara mendalam menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap guna pengumpulan data yang dibutuhkan; dan (3) Dokumentasi: Dokumentasi yaitu suatu catatan peristiwa yang sudah berlalu yang dapat berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen yaitu pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara guna mendapatkan hasil penelitian yang kredibel atau dapat dipercaya dalam penelitian kualitatif (Sugiyono, 2015).

Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu dengan 9 informan yang terdiri dari penanggungjawab, pelatih, serta 6 atlet di Dojang Spartan Kabupaten Semarang. Lokasi penelitian dilakukan ditempat latihan Dojang Spartan yang beralamatkan di Jl. Dr. Cipto Mangunkusmo No. 75, Kecamatan Ambarawa, Kabupaten Semarang. Analisis data secara kualitatif digunakan dalam menganalisis data yang diperoleh dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini dalam menganalisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Sugiyono, 2015).

HASIL

Tahapan Pelaksanaan Pembinaan Prestasi

Tahapan pelaksanaan pembinaan prestasi merupakan salah satu indikator yang digunakan peneliti dalam mengetahui pelaksanaan tahapan pembinaan prestasi di Dojang Spartan Kabupaten Semarang dari pemassalan, pembibitan, hingga pencapaian prestasi. Pelaksanaan tahapan

pemassalan Dojang Spartan memperkenalkan olahraga Taekwondo dengan masuk di ekstrakurikuler sekolah, serta membuka tempat latihan dengan berdekatan dengan usaha warung bakso sehingga tanpa disadari hal tersebut sebagai promosi Dojang Spartan dalam pencarian bibit peserta. Kemudian bibit-bibit calon atlet akan diperkenalkan latihan reguler sehingga dari latihan tersebut akan dilihat perkembangan anak tersebut hingga kemampuan anak tersebut dapat dikatakan layak untuk mengikuti latihan tambahan guna terjun di tahapan prestasi selanjutnya.

Peralihan anak dari latihan reguler ke latihan tambahan akan melalui proses yang harus di lewati atau disebut juga pembibitan. Berdasarkan hasil penelitian tahapan pembibitan atlet di Dojang Spartan dari calon atlet tersebut dalam latihan reguler ke latihan tambahan tidak bisa dikaitkan dengan waktu akan tetapi berdasarkan tekat calon atlet dalam menerima materi latihan yang diberikan. Dalam latihan reguler anak akan dibekali teknik-teknik dasar latihan diharapkan anak tersebut dikatakan mampu ke tahap selanjutnya akan dilihat perkembangannya dalam 4 – 8 bulan yang kemudian akan diberikan materi pertandingan. Pelaksanaan pembibitan akan lebih baik jika dimulai sejak usia dini sebab persaingan akan lebih berat jika anak tersebut bertambah usia sehingga perlu persiapan yang matang dalam mempersiapkan atlet ke prestasi. Jika dilihat dari hasil observasi Dojang Spartan memulai pembinaan pada tahun 2014 dan mulai tampak hasil prestasi dari pembinaan tersebut pada tahun 2018.

Kualitas seorang pengurus dan pelatih akan mempengaruhi pembinaan sebab kualitas seorang pelatih yang baik akan menciptakan atlet yang baik serta pengetahuan pengurus akan mempengaruhi perkembangan Dojang yang baik pula. Pencapaian prestasi Dojang Spartan berdasarkan usaha pengurus dan pelatih dalam memperbaiki sistem pembinaan sejak tahun 2014 dan pada tahun 2018 prestasi mulai mengalami peningkatan dan dalam masa puncak-puncaknya, namun harus disayangkan sebab pada tahun 2020 Indonesia mulai dilanda suatu pandemi yang mengakibatkan semua aktivitas termasuk olahraga harus dihentikan. Melihat dari kejadian tersebut pembinaan Dojang Spartan mulai menurun dari segi program latihan, pencapaian prestasi, bahkan semangat dan beberapa atlet pelajar

yang terkikis usia. Sehingga setelah berakhirnya pandemi Dojang Spartan mulai berusaha memperbaiki pembinaan untuk menciptakan prestasi yang baik lagi.

Perekrutan Pelatih dan Atlet

Perekrutan Pelatih

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dalam perekrutan pelatih dari pihak pengurus merekrut pelatih tidak berdasarkan tes namun pelatih tersebut di pilih langsung berdasarkan pengalaman yang telah telah dicapai. Namun bukan berarti dalam memilih pelatih dilakukan secara acak, sebab dalam perekrutan pelatih Dojang Spartan mempunyai syarat khusus yang harus dipenuhi serta hal tersebut akan dipilih dan dilihat langsung oleh pengurus. Syarat khusus yang harus dimiliki yaitu seorang pelatih harus memiliki integritas yang tinggi dengan rasa tanggung jawab yang besar dan rasa kebanggaan yang besar. Bukan hanya memiliki pengalaman dan integritas saja, kualifikasi pelatih juga dipertimbangkan seperti seorang pelatih harus memiliki lisensi sabuk minimal hitam yang diharapkan memiliki kemampuan secara teknik yang baik pula dibandingkan dengan pelatih sabuk merah., kemudian memiliki lisensi kepelatihan dengan minimal mengikuti diklat pelatih tingkat daerah.

Seorang pelatih juga harus memiliki pengetahuan yang luas terutama pengetahuan yang dibutuhkan dalam membina seorang atlet. sehingga pelatih akan mempengaruhi hasil perkembangan pembinaan. Pelatih Dojang Spartan diketahui memiliki program latihan yang sudah ditentukan dan dilakukan selama latihan berlangsung. Meskipun para pelatih telah mengetahui bagaimana menerapkan tahapan latihan sebelum menghadapi suatu kejuaraan namun harus disayangkan bahwa program latihan tersebut masih berbentuk abstrak atau belum tertulis dan terpacu latihan yang hanya itu-itu saja. Dalam kekurangan program latihan yang dilakukan berpacu berdasarkan pengamatan pelatih dalam mengamati latihan-latihan dan pembinaan di Dojang lain yang kemudian disimpulkan dan dijadikan program sendiri.

Tugas seorang pelatih bukan sekedar membuat program latihan, namun juga seorang pelatih dapat membuat program tersebut berjalan dengan

baik, memiliki kemampuan dalam mengenal karakteristik setiap atlet sebab setiap atlet memiliki kemampuan yang berbeda-beda, dapat memberikan evaluasi serta solusi. Dan selain memberikan program latihan pelatih Dojang Spartan setiap berakhirnya sesi latihan, setelah melakukan *try in* atau *try out*, setelah menghadapi kejuaraan akan mengadakan sesi evaluasi selain untuk perbaikan evaluasi yang dilakukan juga digunakan untuk menyalurkan motivasi yang diperlukan atlet.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatih Dojang Spartan berusaha memberikan pelatihan yang terbaik meskipun dalam pelaksanaannya terdapat kendala. Dan diharapkan pelatih Dojang Spartan tetap menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam pembinaan prestasi sebab faktor pelatih merupakan faktor yang penting dalam suatu pembinaan guna menghasilkan prestasi yang optimal.

Perekrutan Atlet

Berdasarkan hasil penelitian para atlet yang masuk dalam tim TC (tim prestasi) merupakan anak-anak yang dipilih secara langsung oleh pelatih dengan melihat perkembangan anak tersebut dalam latihan reguler maupun juga beberapa anak yang berinisiatif untuk menambah jam latihan sehingga masuk dalam latihan tim prestasi, bahkan ada beberapa anak yang berpindah ke Dojang Spartan sebab dalam pembinaan Dojang Spartan tidak membatasi siapa pun yang ingin bergabung latihan sehingga dalam perekrutan atlet Dojang Spartan tidak melalui tes seleksi maupun tes ketrampilan.

Perekrutan atlet Dojang Spartan walaupun tidak melalui tes namun pihak pelatih memiliki kriteria yaitu anak tersebut dapat mengikuti semua program latihan yang diberikan, mengikuti *try in* maupun *try out* serta kejuaraan lainnya, dan yang terpenting anak tersebut memiliki semangat yang tinggi dan kedua orang tuanya sangat mendukung. Para pelatih bukan hanya melihat secara fisik atlet namun sikap semangat dan keseriusan anak dalam latihan serta dukungan orang tua dalam proses pembinaan.

Pelaksanaan pembinaan prestasi Dojang Spartan dalam menjaga kondisi fisik, pihak pelatih melakukan monitoring fisik dengan memberikan latihan fisik kepada atlet. Latihan fisik tersebut dilaksanakan di lapangan sepak

bola di Gor Pandanaran Wujil mulai pukul 05.00 – 06.00 pagi. Bukan hanya fisik saja namun para pelatih juga melakukan pengontrolan nutrisi dengan memberikan pemahaman tentang nutrisi yang baik dikonsumsi kepada atlet maupun orang tua atlet, sebab dalam pembinaan atlet pelajar masih ditanggung masing-masing orang tua atlet. Sehingga dalam kesejahteraan atlet pihak pengurus maupun pelatih yaitu memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai bagaimana memperlakukan atlet, serta yang bertanggungjawab dalam kesejahteraannya adalah masing-masing orang tua atlet sebab atlet tersebut masih tergolong atlet pelajar dan pembinaan di Dojang Spartan bukan termasuk dalam pelatihan pemusatan daerah Kabupaten Semarang. Hasil prestasi yang telah didapatkan atlet dalam kejuaraan resmi (POPDA) dari pihak pelatih akan disetorkan ke Dinas Disdikbudpora Kabupaten Semarang sehingga atlet tersebut akan tercatat sebagai atlet berprestasi dan mendapatkan penghargaan dari pemerintah.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa perekrutan atlet di Dojang Spartan tidak melalui tes seleksi maupun tes ketrampilan, melainkan berdasarkan pemilihan para pelatih serta keinginan dari anak tersebut. Meskipun Dojang Spartan merupakan klub biasa namun sebisa mungkin dari pihak pengurus serta pelatih memberikan pelayanan latihan dan fasilitas yang dibutuhkan saat latihan dalam bentuk program latihan teknik, latihan fisik, maupun pengontrolan nutrisi. Para pelatih dalam memilih atlet tidak secara fisik namun juga berdasarkan semangat anak dalam mengikuti latihan yang diberikan dan dukungan orang tua yang diberikan dalam pembinaan tersebut sebab jika anak tersebut memiliki teknik yang bagus, semangat yang bagus namun dukungan orang tua yang kurang pembinaan tersebut tidak akan tercapai. Dalam pembinaan prestasi Dojang Spartan setiap atlet memiliki kesempatan yang sama besar untuk berprestasi yang lebih tinggi.

Pelaksanaan Program Latihan

Pelaksanaan program latihan yang diterapkan dalam pembinaan Dojang Spartan dilakukan secara kurang maksimal dalam menerapkan penerapan *sport science* sebab belum adanya catatan-catatan evaluasi maupun program latihan yang disusun secara tertulis. Berdasarkan hasil penelitian

program latihan yang diterapkan akan disesuaikan dengan persiapan kejuaraan yang akan dihadapi, sehingga dalam pembinaan Dojang Spartan tidak menyusun program latihan berjangka (jangka menengah maupun jangka panjang), namun para pelatih akan berusaha agar program latihan tersebut tetap berkesinambungan serta menyesuaikan sesuai kebutuhan para atlet dalam menghadapi suatu pertandingan. Para pelatih dalam memberikan program latihan akan membedakan antara program latihan untuk atlet kelas *kyorugi* dengan atlet kelas *poomsae* sebab kedua kelas tersebut memiliki kebutuhan teknik yang berbeda.

Persiapan dalam menghadapi suatu pertandingan tentu akan dibutuhkan salah satunya prinsip latihan dalam program latihan. Tentunya para pelatih harus memiliki pengetahuan mengenai prinsip latihan sehingga dalam menghadapi pertandingan program tersebut akan terlaksana dengan terstruktur. Hal tersebut telah diterapkan oleh para pelatih Dojang Spartan bahkan para pelatih secara langsung memberikan pemahaman pada para atlet yang diharapkan bukan hanya para pelatih yang bersiap menghadapi kejuaraan namun para atlet juga ikut bersiap dalam menghadapi kejuaraan dengan menjaga kondisi masing-masing serta dapat mengikuti latihan yang diberikan.

Intensitas latihan para atlet di Dojang Spartan memiliki kebutuhan yang berbeda-beda sehingga intensitas latihan dibedakan berdasarkan kategori atlet serta umur atlet. Jadwal latihan untuk para atlet pemula latihan teknik dan latihan fisik dilakukan dua kali dalam seminggu. Para atlet prestasi latihan teknik sebanyak lima kali dalam seminggu dan latihan fisik empat kali dalam seminggu. Jadwal latihan fisik dilakukan di pagi hari yaitu jam 05.00-06.00 WIB pada hari Selasa, Jumat, Sabtu, dan Minggu, sedangkan latihan teknik pada sore hari yaitu jam 16.00-20.00 WIB pada hari Selasa, Rabu, Jumat, Sabtu, dan Minggu. Bentuk latihan fisik seperti *warming Up*, *Jongging* 5 putaran, lari *interval* 3 putaran, sprint 100m 10 kali, *skipping*, *push up*, *sit up*, dan *back up*. Bentuk latihan teknik ada *skipping* 1000 kali, pemanasan angkat kaki, *warming up*, pemanasan (*stretching*), teknik inti (tendangan), pengaplikasian teknik ke *body protector*, *sparing partner*, sarapan (*push up*, *sit up*, *back up*, *squat*, *plank*),

pendinginan, evaluasi.

Tabel 1. Jadwal Latihan Dojang Spartan

No	Hari	Waktu	Program
1	Selasa	05.00 – 06.00 WIB	Latihan Fisik
		16.00 – 20.00 WIB	Latihan Teknik
2	Rabu	16.00 – 20.00 WIB	Latihan Teknik
3	Jumat	05.00 – 06.00 WIB	Latihan Fisik
		16.00 – 20.00 WIB	Latihan Teknik
4	Sabtu	05.00 – 06.00 WIB	Latihan Fisik
		16.00 – 20.00 WIB	Latihan Teknik
5	Minggu	06.00 – 07.00 WIB	Latihan Fisik
		16.00 – 20.00 WIB	Latihan Teknik

Setiap pelatih tentu akan mengharapkan pembinaan yang dilakukan berjalan lancar serta mendapatkan hasil yang baik. Tentu dalam mewujudkannya perlu adanya kerja sama antar semua pihak yang bersangkutan. Bukan hanya pelaksanaan program latihan namun salah satu usaha para pelatih dalam meningkatkan prestasi atlet dengan cara melakukan *try in* maupun *try out* dengan atlet-atlet Dojang lain guna mengevaluasi masing-masing atlet sebelum pelaksanaan pertandingan sehingga dari evaluasi tersebut para pelatih lebih menyusun strategi yang akan digunakan dalam pertandingan serta dapat meningkatkan mental anak sebelum ke pertandingan yang sebenarnya.

Pengelolaan Pendanaan dan Pengorganisasian

Dojang Spartan belum memiliki struktur organisasi yang jelas sebab Dojang Spartan merupakan salah satu klub kecil yang berada di Kabupaten Semarang namun Dojang Spartan tetap memiliki Surat Keputusan Kepengurusan secara resmi. Struktur organisasi Dojang Spartan terdiri dari empat pelatih dengan satu orang berperan sebagai pelatih utama serta penanggungjawab (pengurus), dan dibantu tiga pelatih, serta memiliki empat asisten pelatih guna membantu dalam latihan reguler.

Sumber dana yang didapatkan merupakan hasil dari iuran orang tua atlet yang telah disepakati bersama setiap pertemuan maupun perbualannya. Sehingga dalam sistem honor para pelatih dari pihak penanggungjawab akan melakukan pembagian rata hasil dari iuran yang terkumpul setiap bulannya. Selain peran pengurus dalam mengelola pembinaan, pengurus

juga berperan dalam menjaga keharmonisan antar orang tua sehingga orang tua atlet akan merasa lebih mempercayai dan mendukung anak-anaknya dalam pembinaan prestasi tersebut. Salah satu hambatan yang dihadapi para pengurus dan pelatih adalah keterbatasan dalam mengontrol aktivitas atlet sebab pembinaan Dojang Spartan hanya klub dan bukan pemusatan yang dibiayai langsung oleh pemerintah, namun bukan berarti pembinaan tersebut akan terhalang bahkan sebisa mungkin para pengurus dan pelatih memberikan fasilitas yang terbaik untuk para atlet.

Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana dalam pembinaan sangat mendukung dalam pelaksanaan pembinaan, sebab sarana dan prasarana yang baik akan menunjang program latihan. Dengan kelengkapan sarana dan prasarana pelaksanaan latihan akan lebih efektif dan efisien. Berdasarkan hasil penelitian sarana dan prasarana Dojang Spartan termasuk dalam kategori cukup lengkap dan beragam sehingga fasilitas tersebut dapat digunakan saat latihan. Kondisi sarana dan prasarana juga masih terbilang masih baik dan layak digunakan walaupun masih ada beberapa alat yang belum lengkap dan sedikit rusak. Dana yang digunakan Dojang Spartan dalam menyediakan fasilitas tersebut didapatkan kas yang disisihkan pengurus, serta inisiatif para orang tua untuk iuran guna membeli beberapa alat yang dibutuhkan dalam pembinaan tersebut.

Tabel 2. Daftar Fasilitas Dojang Spartan

No	Fasilitas Dojang	Keterangan/Jumlah
1	Tempat Latihan	Ada dan bersifat tetap
2	Matras	Terpasang/122 buah
3	Target <i>Kicking</i>	Ada/27 buah
4	Target <i>Box</i>	Ada/3 buah
5	Samsak	Ada/ 1 buah
6	<i>Body Protector</i>	Ada/20 buah
7	<i>Head Protector</i>	Ada/8 buah
8	<i>Hand & Foot Protector</i>	Ada/20 Pasang
9	Kamar mand	Ada/1
10	Mushola	Ada

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini membahas mengenai sistem pembinaan prestasi yang dilakukan Dojang Spartan. Pada suatu cabang olahraga taekwondo peningkatan prestasi dapat tercapai dengan baik apabila sistem dalam pembinaan terlaksana dengan terstruktur yang baik dan benar. Penciptaan atlet berkualitas melalui usaha pembinaan yang tetap dijaga dengan baik sehingga kualitas atlet akan terjaga hingga masa mendatang. Upaya pelaksanaan pembinaan prestasi harus didorong oleh semua komponen yang terlibat dalam proses pelaksanaan dan secara keseluruhan koordinasi antara pengurus, pelatih, dan atlet (Putra & Kafrawi, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan data yang telah dikumpulkan peneliti di klub Dojang Spartan Kabupaten Semarang diketahui bahwa, klub Dojang Spartan dalam menjalankan pembinaan prestasi masih terdapat kekurangan. Hal tersebut dapat dilihat pada aktivitas yang dilakukan Dojang Spartan. Pembinaan yang digunakan dalam penelitian ini guna mengarahkan segala kegiatan pembinaan klub Dojang Spartan. Pembinaan sendiri merupakan suatu upaya yang dilakukan guna mendapatkan hasil prestasi yang baik (Arfiantari et al., 2022; Santosa, 2019). Menurut undang-undang tentang sistem keolahragaan pasal 1 ayat 23 menyebutkan bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan keolahragaan dan pasal 21 ayat 2 mengatakan pembinaan dan pengembangan sebagaimana pada ayat (1) meliputi pengolahan, ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, metode, prasarana dan sarana, serta penghargaan keolahragaan (UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR LI TAHUN 2022 TENTANG KEOLAHRAGAAN DENGAN, 2022).

Penerapan strategi pemassalan diharapkan semakin besar peluang dan minat guna mencari bibit-bibit atlet Taekwondo yang dapat berprestasi tinggi (Dwanita, 2020). Sehingga keberhasilan tahapan dari pemassalan akan berakumulasi terhadap munculnya bibit-bibit calon atlet yang berpotensi guna dikembangkan lebih lanjut. Berdasarkan pernyataan dengan hasil penelitian, tahapan pemassalan yang dilakukan Dojang

Spartan sudah cukup baik sebab pihak pengurus dan pelatih mencoba membuka beberapa ekstrakurikuler di sekolah-sekolah guna mencari bibit-bibit atlet. Bukan hanya pembukaan ekstrakurikuler saja namun pemilihan tempat latihan yang strategis membuat kegiatan latihan Taekwondo Dojang Spartan menjadi lebih cepat dikenal oleh masyarakat sekitar.

Pelaksanaan rekrutmen pelatih di Dojang Spartan masih tergolong kurang sebab dalam rekrutmen tersebut pihak pengurus tidak melalui tes seleksi. Proses rekrutmen pelatih dilakukan dengan cara pelatih utama langsung menunjuk langsung orang yang bersangkutan dengan memiliki beberapa pertimbangan, yaitu orang tersebut harus memiliki integritas yang tinggi (rasa tanggung jawab besar dan rasa kebanggaan yang besar), menyandang sabuk hitam, memahami dasar-dasar teknik pertandingan, memiliki pengalaman pertandingan yang cukup sehingga hal tersebut dapat membantu dalam latihan, memiliki visi misi yang sama. Pelatih merupakan seseorang yang memiliki kemampuan profesional dalam membantu meningkatkan potensi olahragawan menjadi kemampuan yang nyata (Periyadi, 2017). Sehingga pelatih sebagai tenaga keolahragaan berperan penting dalam proses pembinaan dan pengembangan olahraga, guna mencapai prestasi olahraga seorang pelatih profesional harus memiliki pengetahuan, kepemimpinan, kemampuan manajerial, serta kualifikasi dan sertifikat kompetensi dalam bidang olahraga sesuai olahraga yang dibina (Maulidin et al., 2021).

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh, program latihan Dojang Spartan yang telah dibuat sendiri oleh pengurus dan para pelatih sudah dilaksanakan dengan cukup baik, namun sangat disayangkan bahwa program tersebut masih bersifat abstrak atau belum tersusun rapi secara tertulis. Usaha pelatih dalam mencapai prestasi optimal dapat dilihat dan dipengaruhi dari kualitas latihan, dan kualitas latihan dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain kemampuan dan kepribadian pelatih, fasilitas dan peralatan, hasil penelitian, kompetisi dan kemampuan atlet berupa bakat serta motivasi, dan juga pemenuhan gizi atlet (Utomo, 2021).

Pengorganisasian yaitu suatu penentuan sumber daya dan kegiatan-kegiatan yang dibutuhkan guna mencapai tujuan organisasi, dan dalam

organisasi diperlukan perencanaan dan pengembangan suatu organisasi atau kelompok kerja, kemudian penugasan, tanggungjawab, serta wewenang yang diperlukan dalam mencapai tujuan. Pelaksanaan organisasi melibatkan penetapan hubungan antara aktivitas yang akan dilaksanakan, orang-orang yang bersangkutan (Afrizal, 2019). Organisasi merupakan salah satu upaya yang digunakan guna mengkoordinasi kegiatan guna mencapai satu tujuan bersama, sehingga suksesnya suatu administrasi dan manajemen dalam melaksanakan fungsi pengorganisasi dapat dilihat dari kemampuan seseorang dalam menciptakan suatu organisasi yang baik. Pengorganisasian Dojang Spartan yang dilakukan pengurus sudah cukup baik, dari segi administrasi surat izin pendirian sebuah klub di Kabupaten Semarang sampai segala macam terkait pengelolaan pembinaan yang dilakukan dari pihak pengurus dan pelatih telah membagi tugas dan kewajiban masing-masing. Bukan hanya dalam pengelolaannya saja yang diperhatikan namun dari pihak pengurus juga menjalin dan menjaga komunikasi yang baik dengan para orang tua anak guna membangun kepercayaan orang tua terhadap pembinaan yang dilakukan anak, sebab hubungan yang harmonis antara pelatih dan orang tua anak sangat dibutuhkan guna mencapai tujuan pembinaan.

Sarana dan prasarana yang memadai akan menjadikan peralatan pendukung dalam program latihan sebab hal tersebut akan memudahkan pelatih dalam memberikan materi latihan dan membantu atlet dalam melaksanakan materi dengan maksimal (Putra & Kafrawi, 2019). Tujuan pemberian sarana dan prasarana adalah guna menunjang keberhasilan dalam proses latihan dan mencapai prestasi dengan proses latihan yang dilalui (Utomo, 2021). Dengan demikian sarana dan prasarana olahraga merupakan segala alat, perlengkapan, serta tempat yang menunjang proses aktivitas dan penyelenggaraan kegiatan olahraga terutama dalam pembinaan prestasi. Meskipun Dojang Spartan merupakan sebuah klub, Dojang Spartan tetap akan berusaha memberikan fasilitas yang baik dari segi latihan maupun sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana yang diberikan masih tergolong layak dan cukup lengkap, walaupun memang diwajibkan anak-anak memiliki peralatan pertandingan minimal memiliki

body protector serta pelindung tangan dan kaki namun Dojang Spartan tetap menyediakan semua peralatan tersebut sebagai cadangan serta membantu anak-anak yang memang belum memiliki alat pertandingan. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan yaitu masih terdapat beberapa alat yang sudah rusak serta semakin banyak anak-anak yang tergabung maka sarana dan prasarana yang dibutuhkan juga semakin banyak sehingga latihan yang dilakukan akan secara efektif dan efisien oleh karena itu pihak pengurus harus berusaha dalam pengadaan dan penambahan alat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan antara lain sebagai berikut: (1) tahap pelaksanaan pembinaan yang dilakukan Dojang Spartan sudah cukup baik, dari segi pemassalan, pembibitan, dan pencapaian prestasi yang dihasilkan. Usaha dalam pemassalan dengan pembukaan ekstrakurikuler disekolah serta penempatan Dojang yang cukup strategis. Kemudian pencarian bibit-bibit atlet akan lebih diupaya sejak dini sehingga dalam proses pencapaian prestasi akan lebih maksimal dan sesuai target prestasi usia anak; (2) perekrutan pelatih Dojang Spartan dilakukan dengan tanpa adanya tes kualifikasi, sehingga perekrutan pelatih berdasarkan pandangan dan pengamatan pengurus, namun tetap pihak pengurus dalam pemilihan pelatih memiliki kriteria yaitu harus memiliki integritas (rasa tanggung jawab yang besar dan rasa kebanggaan yang besar); (3) perekrutan atlet Dojang Spartan dilakukan secara bebas dan terbuka, artinya siapa pun boleh ikut dalam program pembinaan prestasi, namun pelatih juga memiliki hak dalam memutuskan siapa yang boleh tergabung. Sehingga para pelatih memiliki kriteria bagi calon atlet yaitu harus memiliki semangat latihan yang tinggi, memiliki dasar atau potensi yang bagus, dan tak kalah penting adalah memiliki dukungan orang tua yang kuat; (4) program latihan Dojang Spartan dibuat secara abstrak serta program tersebut akan dibuat berdasarkan kejuaraan yang akan dihadapi, sehingga hal ini Dojang Spartan tidak memiliki program latihan secara tertulis maupun terdata. Meskipun begitu para pihak pengurus dan pelatih tetapi berusaha yang

terbaik dalam memberikan latihan sesuai kebutuhan masing-masing atlet; (5) sumber dana yang didapatkan berdasarkan hasil iuran yang dilakukan para orang tua, yang kemudian hasil tersebut dibagi rata guna membagi sistem honor para pelatih. Sebab Dojang Spartan tidak bisa bergantung dan menjamin pemerintah memberikan dana tambahan sebab Dojang Spartan hanya merupakan klub dan bukan tempat pemusatan di Kabupaten Semarang. Sistem pengorganisasian Dojang Spartan terlaksana dengan baik dan pihak pengurus dan pelatih menjaga dan menjalin komunikasi dengan para orang tua agar terciptanya hubungan harmonis dan menciptakan kepercayaan terhadap pembinaan yang dilakukan; dan (6) sarana dan prasarana cukup dan layak digunakan, hal tersebut dapat diketahui dengan adanya tempat latihan yang cukup nyaman bahkan lantainya terpasangi matras serta peralatan latihan cukup lengkap seperti *body protector*, pelindung kaki dan tangan, target *kicking*, target *box*, samsak, *helm protector*, kamar mandi, mushola, serta air minum dan semuanya merupakan sarana dan prasarana pendukung guna mencapai prestasi.

KONTRIBUSI PENULIS

Author 1: Writing. Author 2: Review & Editing -Methodology. Author 3: Software and Writing -Original Draft. Author 4: Writing - Review & editing. Author 5: Methodology & Validating. Author 6: Review & Editing - Methodology.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, M. (2019). *Pengantar Manajemen Olahraga*.
- Anggraeni, D., Festiawan, R., & Widanita, N. (2020). Pengaruh Pembinaan Olahraga Beladiri Taekwondo Terhadap Pembentukan Karakter Nasionalis Atlet di Pelatda Taekwondo Riau. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6, No 2(Juni 2020), 206–217. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/741>
- Arfiantari, D. A., Nurkholis, M., Puspodari, P., & Pratama, B. A. (2022). Evaluasi pengelolaan pengurus cabang olahraga senam artistik Kota Kediri. *Sriwijaya Journal of Sport*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.55379/sjs.v2i1.433>
- Dwanita, Z. (2020). Impresi Covid-19 Terhadap Manajemen Organisasi dan Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Pencak Silat di Surakarta. *Jurnal Widya Ganecwara*, 10(4). <https://doi.org/10.36728/jwg.v10i4.1223>

- Indriyani, D. R., & Hadi, R. (2021). Pembinaan Olahraga Taekwondo Di Dojang Speed Taekwondo Community Tahun 2021. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 5(1), 2–9.
- Laksana, G. B., Pramono, H., & Mukarromah, S. B. (2017). Perspektif Olahraga Petanque dalam Mendukung Prestasi Olahraga Jawa Tengah. *Journal of Physical Education and Sports Universitas Negri Semarang*, 6(1), 8. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17319/8743>
- Maulidin, M., Syah, H., & Wibawa, E. (2021). Evaluasi Pembinaan Prestasi Tenis Lapangan. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 146–154. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.3252>
- Muharram, N. A., & Puspodari. (2020). Pengembangan Buku Teknik Dasar Taekwondo Berbasis Mobile Learning Dan Model Tes Keterampilan Tendangan Ap Hurigi Pada Atlet Taekwondo Kota Kediri. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(2), 41–46. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.1006>
- Parwati, N. K. E., & Suprpta, I. N. (2017). Manajemen Pengelolaan Pariwisata di Objek Wisata Air Terjun Desa Gitgit Kecamatan Sukasada Kabupaten Buleleng. *Locus Majalah Ilmiah Fisip*, 8(1), 79–92.
- Periyadi, A. (2017). Pengaruh Latihan Mental Imagery terhadap Kemampuan Poomsae pada Atlet Poomsae Cabang Olahraga Beladiri Taekwondo. *Wahana Didaktika*, 15(2), 35–41.
- UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 11 TAHUN 2022 TENTANG KEOLAHRAGAAN DENGAN, Pemerintah Republik Indonesia 1 (2022). <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/203148/uu-no-11-tahun-2022>
- Putra, I. D. S., & Kafrawi, F. R. (2019). Analisis Manajemen Pembinaan Prestasi Futsal Kabupaten Bangkalan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2), 543–550.
- Putri, J. W., & Muslim, B. A. (2017). Evaluasi Penyelenggaraan Program Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar (Pplp) Cabang Olahraga Taekwondo Provinsi Dki Jakarta. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 90–101. <https://doi.org/10.21009/gjik.082.02>
- Santosa, G. T. (2019). *Pembinaan Prestasi*. Citra Publishing.
- Saputro, A., Subiyono, H. S., & Indardi, N. (2019). Analisis Manajemen Olahraga Rekreasi Caving Goa Pancur Kabupaten Pati Tahun 2016. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 5(2), 26–31. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/40065/16585>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Taufik, H., Harmono, S., & Puspodari, P. (2020). Profil Manajemen Pembinaan Prestasi Nusantara Petanque Club Kota Kediri 2019-2020.

Motion: Jurnal Riset Physical Education, 11(1), 77–85.
<https://doi.org/10.33558/motion.v11i1.2128>

Utomo, B. (2021). Evaluasi Pembinaan Prestasi Di Klub Bolavoli Indomaret Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1).
<https://doi.org/10.58258/jime.v7i1.1725>

Yuda, L. N., & Rustiadi, T. (2021). Manajemen Organisasi Universal Taekwondo Indonesia. *Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations*, 5.