

Jurnal Malikussaleh Mengabdi

Volume 2, Nomor 2, Oktober 2023, Halaman 501-505
e-ISSN: 2829-6141, URL: <https://ojs.unimal.ac.id/jmm>
DOI: <https://doi.org/10.29103/jmm.v2n2.15437>

Fungsi Pelatih dalam Pembinaan Atlet pada Pertandingan Pencak Silat di POMDA 2023 Universitas Malikussaleh

Asrianda*, Patmono Wibowo², Nasrul ZA³, Zulfadli⁴

^{1,3,4}Universitas Malikussaleh, Jln Batam Bukit Indah

²Politeknik Ilmu Kemasyarakatan, Depok

*Email korespondensi: zulfadli@unimal.ac.id

ABSTRAK

Penerapan taktik serta strategi dalam meraih kemenangan ditengah persaingan ketat. Memanfaatkan teknik serta pola latihan menjadi kunci utama dalam meraih prestasi. Peraturan baru pertandingan pencak silat mempengaruhi persyaratan fisik dan teknik lebih dominan bagi para pesilat. Pelatihan lebih intensif dan fokus pada aspek teknis tertentu. Membutuhkan para pesilat untuk meningkatkan kinerja mereka. Kejuaraan POMDA melibatkan beberapa unsur diantaranya pelatih dan atlet. Kualitas pelatih dan atlet dapat meningkatkan prestasi dalam meraih prestasi. Kejuaraan pencak silat dalam POMDA menjadi ajang prestasi penting bagi mahasiswa. pelatih mempunyai peran penting demi keberhasilan atlet dalam meraih prestasi. Sebagai motivator dalam usaha meningkatkan motivasi pesilat dalam menguasai teknik, strategi dalam bertanding serta mental. Atlet berusaha meningkatkan prestasi dengan cara berlatih dengan giat. Agar dapat berprestasi untuk mendapatkan penghargaan dan meningkatkan harga diri.

Kata kunci: teknik, latihan, pelatih, atlet, motivasi

PENDAHULUAN

Kejuaraan pencak silat menjadi ajang rutinitas pada pekan olah raga antar mahasiswa (POMDA). Kategori pertandingan bervariasi baik laga, seni tunggal, seni ganda, beregu maupun solo kreasi yang menjadi kategori perbandingan baru POMDA 2023 di Universitas Malikussaleh. Kejuaraan pencak silat di tingkat Universitas, akademik, maupun di perguruan tinggi dibawah induk departemen agama ikut dalam ajang meraih prestasi pada kejuaraan ini. Olahraga ditingkat perguruan tinggi mewujud dalam variasi, sekedar rekreasi informal hingga kompetisi antar atlet dan terorganisasi ketat (Muhlisin, 2016). Pelaksanaan olahraga di perguruan tinggi yang ada di Indonesia khususnya di Aceh masih berorientasi pada sistem birokrasi masing-masing universitas.

Apresiasi animo mahasiswa ingin menunjukkan potensi terbaik melalui olah raga pencak silat. Dapat membangun hormoni dalam bersaing dan semangat bertanding. Kompetensi kejuaraan pencak silat bukan ajang bertikai dan saling menjatuhkan, melainkan wadah menuju kekompakan dan kebersamaan. Menjalani tali silaturahmi serta kedekatan dan ajang komunikasi antar mahasiswa, dan berbagai budaya serta antar perguruan tinggi.

Pertandingan pencak silat mempunyai peraturan tersendiri, atlet dapat menjunjung sportifitas dalam bertanding. Baik pesilat, pelatih dan pelaku dalam pertandingan mengikuti peraturan yang telah ditentukan. Peraturan berpengaruh terhadap konsentrasi dan strategi dalam bertanding. Atlet mampu memahami aturan pertandingan pada saat bertanding. Memungkinkan atlet dapat memilih serangan, untuk mendapatkan poin serta mampu melakukan serangan secara efektif (Anamita et al., 2023). Strategi pertandingan atlet harus

memiliki pola bertahan tau menyerang, serta meminimalisir kesalahan saat melakukan pertandingan.

Kurangnya pengetahuan aturan pertandingan tahun 2022 dan kurangnya latihan untuk mengaplikasikan aturan baru. Alasan mengapa peluang atlet untuk menang menjadi rendah (Rahayuni et al., 2023). Pengetahuan dan implementasi aturan baru menjadi prioritas utama bagi pelatih untuk memberi arahan pada atlet. Aturan baru 2022 memiliki perbedaan dalam jatuhnya pada pencak silat, siapa duluan jatuh dialah yang menang. Itu menjadi motto bagi setiap atlet pencak silat. Bagaimana cara menjatuhkan lawan, pelatihan harus mengaplikasikan langsung kepada atlet sewaktu saat atlet dibina dalam sebuah TC.

Pelatih menjadi peran utama dalam menyusun strategi dan penguasaan teknik pencak silat. Teknik dan taktik pencak silat bervariasi, dalam proses berlatih seorang pelatih wajib mengetahui dan menguasai setiap gerak teknik yang dilatih (Yudaparmita & Adnyana, 2023). Selain mengetahui teknik dan strategi melatih, terpenting mengetahui peraturan baru dalam pertandingan pencak silat. Interaksi antara atlet dan pelatih menjadi jembatan penyatu saat melakukan perintah gerak dan teknik pencak silat. Perintah aba-aba disampaikan pelatih menjadi hambar dan tidak bermakna. Tanpa disertai contoh gerakan yang dipraktikkan pelatih. (Asrianda et al., 2023).

Dalam pertandingan pelatih penting mengontrol melalui intruksi, ketika atlet bertanding. Rata-rata atlet pencak silat universitas Malikussaleh masih pemula. Menjadi ajang mahasiswa membuka wawasan bagaimana mencari poin dengan aman, efektif dan efisien (Prastyana, 2020). Pengendalian emosi perlu ditanamkan pada atlet saat bertanding, dalam melakukan serangan tidak emosi yang muncul, tidak fokus bagaimana mencari peluang untuk memperoleh nilai. Pelatih bersikap tanggap melihat atlet mengalami cedera sehingga tidak memaksa diri untuk melanjutkan pertandingan.

METODE

Kompetisi berlangsung selama 7 hari, lokasi venue seperti cabang olahraga atletik dilaksanakan di stadion PT. PAGI/LMAN kompleks PT Arun. Futsal di lapangan Garuda Futsal Arena, Hagu Selatan Kota Lhokseumawe. Tenis dan Basket di lapangan Bukit Indah, voli pasir dan bulu tangkis di kampus Bukit Indah. Sepak takraw di sport Center kampus Bukit Indah. Catur di Aula Cut Mutia Kampus Bukit Indah, renang. Dilaksanakan di kolam renang kompleks PT. PIM Krueng Geukueh, Dewantara, Aceh Utara. Taekwondo, kempo dan karate dilaksanakan di Gedung Akademik Center Cunda Lhokseumawe. Sedangkan pencak silat dilaksanakan di GOR Hotel Lido Graha Cunda Lhokseumawe. Kegiatan berlangsung dari tanggal 17 hingga 23 September 2023 dan diikuti 1.013 atlet, 142 official, 87 pelatih, dan 11 asisten pelatih dari 28 Perguruan Tinggi Se Aceh.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Meningkatkan prestasi pencak silat perlu dilatih teknik, fisik, taktik dan mental atlet serta perlengkapan sarana dan prasarana latihan. Pentingnya diadakan kejuaraan pencak silat antar mahasiswa seperguruan tinggi. Berguna meraih prestasi, evaluasi bagi atlet dan ajang silaturahmi antar mahasiswa. kejuaraan pencak silat berjalan lancar, pihak panitia bekerja secara profesional. Wasit dan juri harus bersertifikat nasional dan mendapatkan rekomendasi dari IPSI Provinsi Aceh.

Ketimpangan. Kejuaraan POMDA maupun even di daerah, masih menggunakan cara manual dan belum terjadwalnya pertandingan secara sistematis. Jadwal pertandingan sering tidak sesuai informasi awal. Pelatih mengeluhkan pencapaian program pelatihan atlet yang telah dilaksanakan. Informasi pendaftaran menggunakan cara manual, seharusnya menggunakan informasi terpusat. Peserta masih bisa mengakses informasi yang didapatkan. Informasi pada kejuaraan POMDA 2023 sudah menggunakan sistem informasi, tetapi masih

terkendala peraturan pertandingan yang akan diselenggarakan. Disebabkan peraturan baru masih pertama sekali di coba, sehingga kemampuan wasit dalam memberi penilaian masih tahap ujicoba.

Meningkatnya prestasi mahasiswa dibidang non akademik, memiliki wadah tersendiri untuk pengembangan bakat. Membantu dan mengembangkan minat dan bakat mahasiswa dibidang olahraga khususnya pencak silat. Kejuaraan antar perguruan tinggi sangat perlu dilaksanakan, juga dapat menambah IKU perguruan tinggi. Fakumnya IPSI provinsi Aceh dalam melaksanakan kejuaraan di daerah. Menjadi faktor penggerak dari perguruan tinggi untuk melestarikan budaya bangsa yaitu pencak silat. Banyaknya atlet pencak silat di perguruan tinggi menjadi ajang untuk mencari bakat pesilat bagi daerah. Motivasi memiliki peran penting. Adanya motivasi muncul dorongan untuk bekerja keras, berlatih, dan bertahan mengikuti kegiatan latihan pencak silat (Putra & Wijono, 2021). Dorongan motivasi sangat perlu dan menguntungkan bagi pesilat, jika atlet mengikuti kejuaraan. Motivasi didapatkan bukan dari diri sendiri saja, tetapi juga dari orang lain.



Gambar 1. Motivasi Pesilat POMDA 2023

Hasil pertandingan sebagai dasar pengambilan keputusan pemenang. Informasi bagi pelatih dan atlet apakah teknik yang diberikan efektif dalam memperoleh nilai saat bertanding (Prastyana, 2020). Mempunyai gerak efektif dan efisien, pesilat menghasilkan serangan maksimal, mampu memperoleh nilai. Pelatih dapat menggunakan sebagai bahan evaluasi terhadap teknik efektif dan dominan untuk menghasilkan nilai. Dapat mengevaluasi program pelatihan secara efisien, terarah sehingga teknik yang diberikan dapat diimplementasikan dalam pertandingan.

Mengidentifikasi presentasi nilai setiap teknik, diharapkan pelatih dapat mengetahui teknik-teknik dominan yang menghasilkan nilai tinggi. Sehingga pelatih dapat menerapkan pola latihan bagi para pesilat untuk dapat menguasai teknik tersebut, dan dilatih secara terus menerus. Atlet akan terbiasa dengan pola langkah teknik yang akan digerakkan. Pelatih dapat memfokuskan teknik sesuai peraturan pertandingan, pelatih mengetahui pelanggaran sering dilakukan pesilat untuk menghindari pengurangan nilai, sehingga kemenangan dapat dicapai.

Kejuaraan pencak silat menjadi acuan pelatih untuk melatih, tercapainya prestasi maksimal perlu melakukan evaluasi dalam latihan. Penentuan prioritas dalam pembinaan prestasi, pelatih perlu menganalisis penggunaan teknik pada kategori tanding pada aturan baru. Pelatih memberikan teknik pencak silat tidak hanya teknik yang mudah diaplikasikan para atlet. Pencak silat kaya tekniknya, diharapkan pelatih memberikan pelatihan teknik

jatuhan sesuai aturan baru, disebabkan pada pertandingan POMDA 2023, banyak teknik jatuhan pada aturan baru belum banyak diterapkan para atlet. Dan banyak terjadinya cedera para atlet karena lawan bertandingnya menerapkan teknik jatuhan pada aturan baru. Sehingga, atlet banyak yang terkejut dan tidak bisa mengantisipasi teknik yang dihadapinya.

Pelatih dapat memberikan teknik mempunyai persentasi sedikit dan jarang dikuasai para atlet, dan teknik tersebut mempunyai nilai lebih besar, efektif dan menguntungkan jika dipergunakan dalam pertandingan (Syamsudin & Mariyanto, 2018). Mencapai prestasi maksimal atlet perlu melakukan latihan individu. Teknik belum dikuasai dapat terasah dengan baik, dapat menjadi andalan dan dapat diterapkan saat pertandingan. Atlet biasanya mempunyai andalan satu teknik dan menjadi momok bagi lawan. Pelatih memberikan teknik pencak silat dan memotivasi para pesilat dalam mencapai prestasi harus melalui tahapan. Berlatih dengan keras, tanpa berlatih tidak dapat mengembangkan kemampuan untuk mencapai tujuan.



Gambar 2. Pola Latihan Fisik bagi Atlet

Latihan fisik sebagai fondasi membangun prestasi, atlet perlu mempelajari teknik serta mempersiapkan taktik dan psikologi dengan matang. Untuk mencapai pesilat harus mempunyai fisik yang baik, teknik, taktik yang optimal dan mental. Perlu disiapkan psikologis yang baik untuk meningkatkan pola bermain. Baik buruknya pesilat dalam bertanding akan berpengaruh secara psikologis.

Pembinaan mental perlu sebagai indikator penting harus dimiliki seorang atlet, untuk menunjang performa dalam bertanding (Syamsudin & Mariyanto, 2018). Atlet memiliki konsentrasi serta pengendalian diri saat tertekan sewaktu di gelanggang. Sehingga, atlet dapat mengambil keputusan secara baik dan tepat.

Minimnya kejuraan pencak silat yang diikuti oleh mahasiswa untuk mengembangkan prestasinya dibidang olahraga pencak silat. Dan mahasiswa perlu diberikan motivasi, jika mereka menang dan berprestasi dapat diberikan beasiswa. Tidak banyak mengetahui Bapomi sebagai organisasi pembina olahraga mahasiswa. Berperan, fungsi dan bertugas serta berwenang mengembangkan atlet. Bapomi belum memberikan peran signifikan bagi pengembangan atlet di perguruan tinggi (Muhlisin, 2016). Mahasiswa dijadikan oleh Bapomi untuk kegiatan POMNAS, adalah atlet yang telah dibina oleh induk organisasi cabang olahraga tanpa adanya pembinaan di internal kampus secara maksimal.

KESIMPULAN

Mahasiswa di perguruan tinggi cenderung lebih mudah mengembangkan diri cabang olahraga pencak silat. Dibandingkan ditingkat kota atau kabupaten yang ada di Provinsi

Aceh. Disebabkan kurangnya pembinaan dan kejuraan yang dilakukan oleh IPSI kota atau kabupaten di provinsi Aceh. Bapomi bukan pelaksana program pembinaan atlet, namun harus menjadi regulator pegawai dalam pembinaan atlet di perguruan tinggi. Olahraga mahasiswa belum menjadi subsistem pembinaan olahraga nasional. Peran Bapomi secara implementasi sebagai pembinaan dan koordinasi penyelenggaraan olahraga mahasiswa.

Pelatih perlu mengetahui perubahan teoritis dan mampu menerapkan pola latihan dan aturan dalam pertandingan pencak silat. Bukan hanya menguasai pengetahuan teoritis tapi dapat mengaplikasikan dan membimbing atlet. Mengetahui dan mengimplementasikan aturan baru dan menginformasikan aturan pada atlet. Sehingga atlet mengetahui dan tidak dirugikan saat pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anamita, A., Machfud Irsyada, D., & Pd, M. (2023). TINGKAT PEMAHAMAN ATLET DAN PELATIH KATEGORI TANDING IPSI KABUPATEN TUBAN TERHADAP PERATURAN PERTANDINGAN PENCAK SILAT 2021. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga SURABAYA*, 6, 111–116.
- Asrianda, A., Wibowo, P., ZA, N., & Zulfadli, Z. (2023). Interaksi dalam Komunikasi Pelatih dan Anggota UKM Perisai Diri Universitas Malikussaleh. *Jurnal Malikussaleh Mengabdi*, 2(1), 289. <https://doi.org/10.29103/jmm.v2i1.12624>
- Muhlisin, L. (2016). Kajian Program Pembinaan Olahraga Badan Pembina Olahraga Mahasiswa (BAPOMI) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 1(1), 75–87.
- Prastyana, B. R. (2020). Analisis Hasil Pertandingan Pencak Silat Pada Kejuaraan DANDIM CUP III Kabupaten Nganjuk Tahun 2019. *Journal STAND: Sports Teaching and Development*, 1(1), 9–16. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1.2367>
- Putra, P. P. K., & Wijono. (2021). TINGKAT MOTIVASI PRESTASI ATLET PENCAK SILAT PADEPOKAN PRINGGOLOYO DI KABUPATEN PONOROGO. *Pandu Praditia Kirana Putra**, *Wijono S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga*, 4(5), 62–69. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/39188>
- Rahayuni, K., Widiawati, P., Hanief, Y. N., Pratama, M. H., Purwadi, D. A., & Rozaq, B. (2023). Edukasi peraturan baru persilat 2022 dalam mewujudkan pencak silat Road to Olympic: workshop metode latihan berbasis sport science. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 95–107.
- Syamsudin, F., & Mariyanto, M. (2018). Analisis Teknik Pencak Silat Kategori Tanding Pada Atlet Pekan Olahraga Pelajar Nasional Di Jawa Tengah Tahun 2017. *Jurnal Kepelatihan Olahraga SMART SPORT*, 12(1), 8–25.
- Yudaparmita, G. N. A., & Adnyana, K. S. (2023). Pelatihan Pelatih dan Sosialisasi Peraturan Baru Cabang Olahraga Pencak Silat di Kabupaten Jembrana. *Caraka: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 106–113. <https://stahnmpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/caraka/article/view/3761%0Ahttps://stahnmpukuturan.ac.id/jurnal/index.php/caraka/article/view/3761/2421>