

SOSIALISASI ALAT LABORATORIUM FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Maulidin¹, Arif Januar Musrifin², Nune Wire Panji Sakti³, Nurdin⁴, Intan Kusuma Wardani⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Masyarakat

Universitas Pendidikan Mandalika

Email: maulidin@ikipmataram.ac.id

Abstrak: Setiap anak adalah sesuatu yang unik, demikian pula potensi atau bakat yang dimilikinya. Keunikan setiap anak ini harus disadari sepenuhnya oleh seorang guru/pelatih didalam membina anak menjadi seorang atlet masa depan. Seperti kita ketahui bahwa setiap anak memiliki potensi/bakat tertentu dalam olahraga. Potensi tersebut harus digali dengan pendekatan IPTEK untuk dikembangkan kejenjang lebih lanjut. Identitas Pendidikan Jasmani berkembang seiring dengan evolusi masyarakat dan ilmu penunjangnya, termasuk ilmu keolahragaan. Evolusi ini memberikan identitas pendidikan jasmani sebagai disiplin akademik dan pendidikan jasmani sebagai profesi kehidupan. Hampir setiap sekolah memiliki ekstrakurikuler bidang olahraga. Ekstrakurikuler merupakan wadah bagi siswa dalam menyalurkan minat dan bakatnya diluar pelajaran akademik disekolah sehingga tidak sedikit atlet-atlet berprestasi lahir dari ekstrakurikuler yang ada di sekolah-sekolah. Untuk itu pelatih harus memahami karakteristik anak dan mengenali pertumbuhan dan perkembangan gerak anak yang selanjutnya digunakan untuk acuan mengenali potensi anak usia dini yang akan dibina. Proses untuk pencapaian prestasi efektif apabila atlet yang dilatih merupakan atlet pilihan yang memiliki potensi yang sesuai dengan tuntutan spesifikasi cabang olahraga tersebut. Prestasi atlet tidak semata-mata hanya pada pelatihannya saja, melainkan juga harus membangun mental para atlet dalam menerapkan ilmu Sport Science. Dalam mencapai performa tinggi atlet diperlukan penerapan ilmu pengetahuan olahraga dan teknologi keolahragaan terutama *sport coaching* dan *sport science*.

Kata kunci: alat, laboratorium, olahraga

PENDAHULUAN

Kampus Universitas Pendidikan Mandalika dengan prodi olahraganya banyak diburu oleh siswa lulusan SMA/MA sederajat diwilayan Nusa Tenggara Barat bahkan dari luar daerah seperti NTT, Bali bahkan sampai daerah Makasar. Dengan prolehan medali yang terus menerus yang diraih Mahasiswa olahraga UNDIKMA baik ditingkat regional, nasional bahkan internasional, dihampir semua cabang olahraga, menjadikan daya tarik para lulusan SMA/MA sederaja bahkan jadi perhatian pemerintah pusat dalam hal ini MENPORA.

Kerja keras dan usaha yang dilakukan pemimpi dan dosen IKIP Matarm, sebelum migrasi ke UNDIKMA, akhirnya mendapat hibbah/sumbangan alat-alat laboratorium olahraga yang fungsinya untuk tes dan pengukuran komponen fisik atlet. Dengan keberadaan alat lab olahraga ini atlet PPLP dan PON melakukan tes fisik sebelum bertanding. Pada PON Kaltim 2008, NTB mendapatkan 15 medali, Dengan lonjakan perolehan medali hingga tiga kali lipat, dari peringkat ke-25 di PON Kaltim menjadi peringkat ke-12 pada PON Riau tahun 2012. pada PON Jabar 2016 memperoleh 11 medali emas, 10 perak dan 18 perunggu. dari PON Riau memperoleh total 24 medali, meningkat ke 39 total perolehan medali pada PON Jabar. Sehingga pada PON Jabar 2016 NTB mempersiapkan program sentralisasi pembinaan atlet PON dengan program LIBAS (target 15 emas). Akan tetapi perolehan medali pada PON Jabar hanya memperoleh 11 medali emas, 10 perak dan 18 perunggu. Walaupun target perolehan medali emas tidak tercapai, akan tetapi perolehan jumlah medali naik dari

PON Riau memperoleh total 24 medali, meningkat ke 39 total perolehan medali pada PON Jabar. NTB terbilang memiliki peningkatan prestasi yang signifikan.

Universitas Pendidikan Mandaliak dengan prodi olahraganya sangat berperan di NTB terhadap perkembangan keolahragaan dan sudah tidak diragukan lagi. Perguruan tinggi satu-satunya yang ada di Indonesia bagian timur memiliki fasilitas laboratorium pengukuran kondisi fisik. Laboratorium kondisi fisik yang dimiliki UNDIKMA merupakan salah satu fasilitas yang sangat mendukung pembinaan olahraga di NTB. Keberadaan laboratorium kondisi fisik UNDIKMA digunakan sebagai laboratorium untuk melihat peningkatan dan perkembangan kondisi fisik dari atlet. Kegiatan tes dan pengukuran kondisi fisik banyak dilakukan di laboratorium kondisi fisik UNDIKMA. Pengambilan data dengan tes dan pengukuran di laboratorium kondisi fisik tidak dapat dilakukan oleh sembarang orang. Petugas atau testor yang bertugas mengambil data tes dan pengukuran di laboratorium harus orang yang benar-benar ahli dibidang tes dan pengukuran. Keberadaan alat-alat ukur yang modern mengharuskan seseorang testor yang benar-benar ahli atau profesional.

Pengguna dari alat laboratorium kondisi fisik UNDIKMA masih terbatas mungkin karena tingkat sosialisanya yang belu maksimala sehingga dikalangan sekolah-sekolah belum mengenal alat-alat laboraturium yang sangat bermanfaat untuk mengukur kompone fisik masing-masing cabang olahraga. Tes dan pengukuran yang akan dilatihkan akan mengacu kepada pola pembinaan olahraga prestasi di Indonesia,

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan: “Seberapa pentingnya pemahaman guru-guru penjas dan siswa mengenal alat-alat tes dan pengukuran kemampuan fisik atlet

Prestasi olahraga yang tinggi tidak bisa lepas dari adanya pembinaan yang dilakukan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif. Singkronisasi dengan menciptakan hubungan yang baik antar organisasi maupun stake holder olahraga baik tingkat pusat maupun daerah juga menjadi faktor penting dalam konsep pembinaan yang berkelanjutan. Pembinaan olahraga sejak dini melalui program yang terstruktur, berkesinambungan dan melalui konsep yang baik menjadi sebuah keharusan, dimana sejak awal pembinaan olahraga perlu dikelola dengan baik sesuai dengan prinsip-prinsip pembinaan olahraga jangka panjang.

Sistem pembinaan olahraga berdasar pada 1) Pendidikan Jasmani dan Organisasi Nasional, yang di dalamnya mencakup program pendidikan di sekolah, rekreasi dan klub-klub olahraga dan struktur organisasi dalam pemerintahan dan 2) sistem latihan olahraga. (Moeslim, 2003). Pembinaan untuk peningkatan prestasi olahraga haruslah terjalin dalam suatu sistem yang saling terkait. Pemerintah sebenarnya sudah berupaya menuju ke arah tersebut, Menurut Johnson, Barry et al (2000) mengenai pembangunan prestasi olahraga nasional, yang diamanatkan GBHN (Garis Besar Haluan Negara) tahun 1993 nomor 3 yaitu sebagai berikut : dalam upaya peningkatan prestasi olahraga perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan, pembibitan, pendidikan, dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien serta peningkatan kualitas keolahragaan baik di tingkat pusat maupun daerah

METODE PELAKSANAAN

Untuk memperlancar jalannya program kegiatan PPM ini maka akan disusun langkah-langkah atau matrik kegiatan PPM. Adapun langkah-langkah yang dilakukan oleh tim PPM sebelum dan sesudah kegiatan program pengabdian pada masyarakat (PPM) ini adalah sebagai berikut:

1. Mekanisme sebelum pelaksanaan kegiatan

Sebelum terjun ke lapangan, maka perlu dilakukan beberapa hal sebagai bentuk persiapan, antara lain:

- a) Melakukan verifikasi instansi yaitu SMAN 3 Mataram tempat diadakan pengabdian masyarakat ini sesuai dengan prosedur yang berlaku di Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Mandalika.
- b) Melakukan pendataan kepada peserta program terkait dengan kegiatan yang akan dilaksanakan.
- c) Mempersiapkan spanduk dan sertifikat bagi peserta dan panitia.

Materi sosialisasi akan disampaikan dengan pemaparan power poin, kemudian langsung memperagakannya.

HASIL YANG DICAPAI

Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode penerapan Ipteks. Kegiatan ini juga merupakan penelitian kaji tindak dalam rangka peningkatan kualitas dan kuantitas para pelatih dan atlet-atlet di SMA 3 Mataram. Sehingga dilakukan suatu upaya guna menyamakan persepsi tentang tes pengukuran dan evaluasi olahraga. Kegiatan ini di titik beratkan pada para pelatih dan Pembina cabang olahraga di SMA Negeri 3 Mataram. Pelatih dan Pembina serta atlet ini merupakan sasaran utama yang sangat penting guna meningkatkan kualitas maupun kuantitas pelatih yang nantinya akan berdampak positif pada prestasi olahraga di SMA Negeri 3 Mataram khususnya dan daerah Nusa Tenggara barat pada umumnya. Hasil Capaian Pelaksanaan Kegiatan PPM Berdasarkan berbagai macam pertimbangan yang salah-satunya perlu diadakan suatu pelatihan pelatih cabang olahraga di Mataram, perlunya penambahan kelilmuan tentang tes pengukuran dan evaluasi. Berdasarkan pertimbangan di atas maka perlu adanya kerjasama dengan Pengurus Cabang olahraga Provinsi Nusa Tenggara Barat dengan 8 kabupaten dan 2 Kota.

Pemerintahan Provinsi yaitu Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi NTB pada bidang olahraga prestasi. Pelaksanaan pelatihan ini dilakukan baik secara teori maupun praktek. Pada tahap awal, peserta diberi ceramah/ teori mengenai pemahaman tentang definisi tes pengukuran dan evaluasi olahraga, manfaat tes dan pengukuran, serta peranan tes dan pengukuran olahraga untuk peningkatan prestasi olahraga di Provinsi Nusa Tenggara Barat. Pada tahap kedua peserta mulai mempraktekkan secara baik dan benar. Hasil evaluasi yang telah dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan program kegiatan PPM ini sebagai berikut: Pengetahuan dan pemahaman peserta pelatihan dalam mencerna dan memahami materi baik tentang definisi tes pengukuran dan evaluasi olahraga, manfaat tes dan pengukuran, serta peranan tes dan pengukuran olahraga untuk peningkatan prestasi olahraga serta macam-macam tes dan pengukuran dalam olahraga. Kemampuan dan kualitas hasil sosialisasi dan pelatihan diukur dengan evaluasi baik secara tertulis maupun praktek, hal ini dilakukan untuk melihat tingkat keberhasilan peserta dari semua materi yang diberikan. Berdasarkan hasil tes, sebagian besar dari seluruh peserta mencapai taraf peningkatan sebesar 85%. Keberhasilan ini membuktikan bahwa dalam mengikuti kegiatan ini secara serius dan maksimal serta bermanfaat dikemudian hari sebagai bekal menambah pengetahuan tentang tes

pengukuran dan evaluasi olahraga. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil yang dicapai ini telah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya.

KESIMPULAN

1. Dari seluruh peserta sosialisasi dan pelatihan tes dan pengukuran alat laboratorium yang dilaksanakan Laboratorium Universitas Mataram (UNDIKMA) ini mengalami peningkatan sebesar 85% dalam hal pemahaman serta penguasaan materi tes pengukuran dan evaluasi serta masuk pada kategori sangat baik.
2. Sekitar 15% peserta tes pengukuran dan evaluasi olahraga termasuk pada kategori baik.
3. Hasil pelatihan tes pengukuran dan evaluasi olahraga yang dilaksanakan di Laboratorium Universitas Mataram (UNDIKMA) ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan kemampuan dalam hal pemahaman serta tes pengukuran dan evaluasi olahraga baik sebelum maupun sesudah pemberian materi atau pelatihan dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, Tudor O, 2000. Total Training for Young Champions: Proven Conditioning Programs for Athletes Ages 6 to 18. Champaign, IL : Human Kinetics.
- Gore, Christopher John (ed.) 2000. Physiological Test for Elite Athlete. New Zealand: Human Kinetics
- Johnson, Barry L., J. K. Nelson. 2000. Practical Measurements for Evaluation in Physical Education. Champaign, IL : Human Kinetics
- Kirkendall, Don R., J. J. Gruber, R. E. Johnson. 1980. Measurement and Evaluation for Physical Educators. Dubuque, Iowa: Wm. Brown Company Publishers.
- Moeslim, Mochamad. "Pengukuran dan Evaluasi Program Pelatihan Cabang Olahraga". Dalam Harsuki (Ed). 2003. Perkembangan Olahraga Terkini: Kajian Para Pakar. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Morrow, James R, Jr., A. W. Jackson, J. G. Disch & D. L. Mood. 2000. Measurement and Evaluation in Human Performance. Champaign, IL: Human Kinetics
- Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi, 1996. Ketahuilah Tingkat Kesegaran Jasmani Anda. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan