



**PEMBINAAN PRESTASI OLAHRAGA BELADIRI
TAEKWONDO DI PEMUSATAN LATIHAN DAERAH
(PELATDA) TAEKWONDO INDONESIA
JAWA TENGAH TAHUN 2014/2015**

SKRIPSI

**diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang**

**oleh
Yulhida Widyaningrum
6101411035**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2015**

ABSTRAK

Yulhida Widyaningrum. 2015. *Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bela Diri Taekwondo di Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015.* Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/S1 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing; Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci: Pembinaan, Prestasi, Taekwondo.

Taekwondo Indonesia Jawa Tengah selama ini menjadi salah satu barometer nasional prestasi Taekwondo Indonesia. Saat ini tim Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah sedang mempersiapkan atletnya untuk menghadapi Pra PON (Pra Pekan Olahraga Nasional) 2015 dan PON (Pekan Olahraga Nasional) ke XIX tahun 2016. Rumusan masalah dalam penelitian ini terfokus pada bagaimana pelaksanaan pembinaan atlet taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pembinaan prestasi olahraga taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif. Lokasi dan sasaran di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah yang lokasinya berada di Komplek Gelora Jatidiri Kota Semarang, KONI Jawa Tengah dan Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah.

Dalam Penelitian ini yang dijadikan sasaran penelitian adalah pengurus, pelatih dan atlet untuk dijadikan sebagai informan. Pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pemeriksaan keabsahan data menggugurkan pengujian *kredibilitas*, pengujian *transferability*, pengujian *dependability*, pengujian *confirmability*. Sedangkan analisis data yang dilakukan yaitu; 1. *Data reduction*, 2. *Data display*, 3. *Conclusion drawing* atau *verification*

Pelaksanaan pembinaan taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah meliputi; 1) Pemasalan atlet tergolong dalam kategori sangat baik, 2) Pembibitan tergolong dalam kategori sangat baik, 3) Prestasi tergolong kategori baik, 4) Atlet dalam kategori sangat baik, 5) Pelatih kategori baik, 6) Organisasi dalam kategori baik 7) Sarana dan prasarana dalam kategori baik, 8) KONI dalam kategori sedang, 9) Dinpora dalam kategori baik.

Simpulan pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah tahun 2014/2015 termasuk dalam kategori baik. Saran Pengprov Taekwondo Indonesia Jawa Tengah diharapkan terus berupaya meningkatkan strategi pembibitan dan pengadaan sarana dan prasarana untuk menunjang prestasi Taekwondo Jawa Tengah. Kepada satuan pendidikan diharapkan ikut berperan dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah. Kepada pelatih diharapkan terus memantau perkembangan atlet baik secara fisik maupun psikologis. Kepada KONI Jawa Tengah diharapkan terus meningkatkan pemenuhan kebutuhan atlet. Kepada Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah diharapkan meningkatkan program peningkatan prestasi olahraga khususnya Taekwondo. Kepada semua pihak terkait diharapkan ikut berpartisipasi dalam rangka mensukseskan Taekwondo Jawa Tengah di *event* Pra PON 2015 Jawa Tengah khususnya dan PON 2016 di Jawa Barat.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Yulhida Widyaningrum

NIM : 6101411035

Prodi : PJKR

Fakultas : FIK

Judul Srikripsi : **PEMBINAAN PRESTASI OLAHRAGA BELADIRI
TAEKWONDO DI PEMUSATAN LATIHAN DAERAH
(PELATDA) TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH
TAHUN 2014/2015**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian di dalam tulisan ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, Agustus 2015

Yang menyatakan,


Nidyaningrum)
1411035

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Yulhida Widyaningrum, NIM 6101411035, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Pembinaan Prestasi Olahraga Beladiri Taekwondo di Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis, tanggal 6 Agustus 2015.

Panitia Ujian,



Dewan Penguji :

1. (Dra. Henny Setyawati, M.Si.)
NIP. 19670610 199203 2 001
2. (Aris Mulyono, S.Pd, M.Pd.)
NIP. 19760905 200812 1 001
3. (Ipang Setiawan, S.Pd.M.Pd.)
NIP. 197510825 200812 1 001

(Ketua)

(Anggota)

(Anggota)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

If the sea were ink for writing the words of my Lord, the sea would be dry before the words of my Lord were finished. (Quran/Al Kahf/18:109)

Give your best. Do the best. Be patient and grateful always. (Yulhida Widyaningrum)

PERSEMBAHAN

Untuk kedua orang tua saya tercinta,
Ibu Suyanti Sih Lestari dan Bapak
Zamzurie. Terimakasih atas segala
do'a dan dukungan Ibu, Bapak
selama ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Pembinaan Prestasi Olahraga Beladiri Taekwondo di Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015". Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan Studi Strata 1 untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa ada bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk memperoleh pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah membantu menyelesaikan segala bentuk urusan administrasi.
3. Ketua Jurusan PJKR yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
4. Bapak Ipang Setiawan, S.Pd, M.Pd. selaku dosen pembimbing yang selalu membimbing dan memberi pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak/ibu dosen beserta staff tata usaha jurusan PJKR FIK UNNES yang telah memberikan bantuan dan bimbingannya.

6. Ketua Bidang Pembinaan Prestasi Tekwondo Indonesia Jawa Tengah (Drs. Singgih Hendarto, M.Pd.) telah mengizinkan peneliti untuk mengambil data.
7. Ketua Bidang Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah (Drs. Taufik Hidayah, M.Pd.) telah mengizinkan peneliti untuk mengambil data.
8. Pelatih utama Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Sabum Nim Derek Afsa.
9. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan baik serta mendapat pahala dari Allah SWT. Pada akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Semarang, Agustus 2015

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1	Latar Belakang Masalah	1
1.2	Identifikasi Masalah	6
1.3	Fokus Masalah	7
1.4	Pertanyaan Penelitian	7
1.5	Tujuan Penelitian.....	8
1.6	Manfaat Penelitian.....	9
1.7	Penegasan Istilah.....	10

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1	Pembinaan Prestasi	12
2.1.1	Pemasalan	13
2.1.2	Pembibitan	14
2.1.3	Prestasi	16
2.2	Faktor Pembinaan Prestasi	16
2.2.1	Atlet.....	16
2.2.1.1	Pemilihan Atlet Berbakat	17
2.2.1.2	Identifikasi Bakat Atlet	18
2.2.2	Pelatih	21
2.2.2.1	Tugas dan Peran Pelatih	22
2.2.2.1.1	Tugas Pelatih	24
2.2.2.1.2	Peran Pelatih.....	25
2.2.2.2	Sistem Latihan.....	26
2.2.2.3	Tujuan Latihan.....	27
2.2.2.4	Prinsip Latihan.....	28
2.2.2.5	Aspek Latihan.....	33
2.2.2.6	Kompenen Latihan	39
2.2.2.7	Program Latihan	42
2.3	Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi.....	44
2.3.1	Organisasi	44
2.3.2	Pendanaan.....	45

2.3.3	Sarana dan Prasarana	45
2.3.3.1	Prasarana Olahraga	45
2.3.3.2	Sarana Olahraga	46
2.4	KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia)	46
2.4.1	Tujuan KONI.....	47
2.4.2	Tugas dan Fungsi KONI	47
2.5	Dinas Pemuda dan Olahraga	48
2.6	Beladiri Taekwondo	50
2.6.1	Hakekat Beladiri Taekwondo	50
2.6.2	Sejarah Taekwondo.....	51
2.6.3	Gerakan Dasar Taekwondo.....	52
2.6.4	Peraturan Pertandingan	56
2.6.4.1	Peraturan Pertandingan	56
2.6.4.2	Kontestan	57
2.6.4.3	Durasi Pertandingan.....	59
2.6.4.4	Prosedur Pertandingan.....	59
2.6.4.5	Poin yang Sah.....	60
2.6.4.6	Keputusan Pemenang	60
2.6.5	Filosofi Seragam dan Sabuk.....	61

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Pendekatan Penelitian.....	63
3.2	Lokasi dan Sasaran Penelitian	64
3.3	Instrumen dan Metode Pengumpulan Data	64
3.3.1	Instrumen Penelitian	64
3.3.2	Metode Pengumpulan Data	72
3.4	Pemeriksaan Keabsahan Data	73
3.4.1	Kepercayaan	73
3.4.2	Keterahlian	75
3.4.3	Kebergantungan.....	76
3.4.4	Kepastian	76
3.5	Metode Analisis Data.....	76
3.5.1	Reduksi Data.....	77
3.5.2	Kategorisasi.....	77
3.5.3	Sintesisasi	78
3.5.4	Menyusun Hipotesis Kerja.....	78

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian.....	79
4.1.1	Pembinaan Prestasi	79
4.1.1.1	Pemasalan	80
4.1.1.2	Pembibitan	81
4.1.1.3	Prestasi	81
4.1.2	Faktor Pembinaan Prestasi	83
4.1.2.1	Atlet.....	83
4.1.2.2	Pelatih	83
4.1.3	Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi.....	84
4.1.3.1	Organisasi	84

4.1.3.2	Pendanaan.....	86
4.1.3.3	Sarana dan Prasarana	86
4.1.4	KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia).....	87
4.1.5	Dinas Pemuda dan Olahraga	88
4.2	Pembahasan	89
4.2.1	Pembinaan Prestasi	90
4.2.1.1	Pemasalan	90
4.2.1.2	Pembibitan	92
4.2.1.3	Prestasi	93
4.2.2	Faktor Pembinaan Prestasi	94
4.2.2.1	Atlet.....	94
4.2.2.2	Pelatih	95
4.2.3	Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi.....	96
4.2.3.1	Organisasi	96
4.2.3.2	Pendanaan.....	97
4.2.3.3	Sarana dan Prasarana	97
4.2.4	KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia).....	98
4.2.5	Dinas Pemuda dan Olahraga	99

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan	101
5.2	Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....		103
LAMPIRAN-LAMPIRAN		105

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Atlet Taekwondo Indonesia Jawa Tengah di Pelatnas.....	4
2. Pembagian Kelas Kyoruki.....	58
3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian	65
4. Rubrik Penilaian Observasi.....	67
5. Kriteria Penilaian Observasi.....	71
6. Hasil Prestasi Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015.....	82
7. Sarana dan Prasarana Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah .	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Sistem Piramida Pembinaan	13
2. Skema Prinsip-prinsip Latihan	28
3. Jenjang Latihan Olahraga.....	30
4. Tahapan Pembinaan Usia Dini Sampai Mencapai Prestasi Puncak....	33
4. Komponen-komponen Latihan	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Formulir Usulan Topik Skripsi	106
2. Surat Keputusan Penetapan Dosen Pembimbing	107
3. Surat Ijin Melaksanakan Observasi	108
4. Surat Ijin Melaksanakan Penelitian	111
5. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Observasi	114
6. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	116
7. Struktur Organisasi Pengprov TI Jawa Tengah.....	119
8. Piagam dan Sertifikat Pelatih	121
9. Data Prestasi Atlet Tahun 2014/2015	127
10. Piagam Atlet	128
11. Rubrik Penilaian Observasi.....	132
12. Kriteria Penilaian Observasi.....	137
13. Instrumen Penelitian	138
14. Instrumen Wawancara	141
15. Dokumentasi.....	172

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat di dalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi optimal. Olahraga itu sendiri pada hakikatnya bersifat netral, namun masyarakatlah yang kemudian membentuk kegiatannya dan memberi arti bagi kegiatan itu. Sesuai dengan fungsi dan tujuannya kita mengenal beberapa bentuk kegiatan olahraga, seperti (1) olahraga pendidikan yang tujuannya bersifat mendidik, (2) olahraga rekreasi untuk tujuan yang bersifat rekreatif, (3) olahraga kesehatan untuk tujuan pembinaan kesehatan, (4) olahraga rehabilitasi untuk tujuan rehabilitasi, (5) olahraga kompetitif (prestasi) untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya.

Olahraga telah memainkan peranan yang sangat strategis dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia sulit dipisahkan dari kegiatan olahraga, baik itu untuk pendidikan, olahraga rekreasi, kesehatan, rehabilitasi ataupun prestasi.

Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada olahragawan yang berbakat untuk mencapai prestasi optimal. Perkembangan dunia olahraga dewasa ini semakin berkembang dan maju. Di dalam olahraga kompetitif (prestasi) Indonesia merupakan negara berkembang yang selalu diperhitungkan dalam percaturan dunia olahraga. Ada cabang-cabang olahraga yang dapat mengharumkan bangsa ini, dalam upaya

meningkatkan dan mempertahankan prestasi olahraga di negara ini, maka upaya tersebut tidak terlepas dari adanya pembinaan olahragawan melalui pencarian dan pemanduan bakat, pembibitan, pendidikan, dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif dan efisien serta peningkatan kualitas olahraga baik tingkat pusat maupun daerah.

Dari sekian banyak cabang olahraga yang ada di dunia, taekwondo adalah salah satu cabang olahraga bela diri yang mengalami perkembangan yang pesat. Pada tanggal 28 Maret 1982 berdirilah Taekwondo Indonesia (TI). Ide didirikannya Taekwondo Indonesia (TI) didasari oleh harapan dan keinginan untuk mewujudkan taekwondo menjadi olahraga beladiri yang berwatak dan berkepribadian Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan berazaskan kekeluargaan. Taekwondo Indonesia memiliki visi mengangkat harkat, martabat bangsa dan negara melalui prestasi olahraga di tingkat Nasional dan Internasional yang dicapai melalui pembinaan yang terencana dan berjenjang. Dalam mencapai visinya, Taekwondo Indonesia memiliki beberapa misi, yaitu :

1. Menjadikan Taekwondo Indonesia sebagai cabang olahraga beladiri pilihan bagi seluruh lapisan masyarakat yang tersebar di semua wilayah Indonesia.
2. Menjadikan Taekwondo Indonesia sebagai organisasi pembinaan olahraga profesional yang berwibawa dan mandiri.
3. Melalui prestasi Internasional menjadikan Taekwondo Indonesia sebagai identitas kebanggaan Nasional dan cabang olahraga prioritas. (Yoyok Suryadi, 2002)

Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Indonesia Jawa Tengah adalah suatu pemusatan latihan yang merupakan program dari KONI Jawa

Tengah bekerja sama dengan Pengurus Provinsi Jawa Tengah untuk mempersiapkan atlet-atlet dari cabang olahraga yang unggulan di Jawa Tengah dalam menghadapi event Nasional, khususnya PON (Pekan Olahraga Nasional). Berdasarkan keterangan dari Ketua Bidang Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah Drs. Taufik Hidayah, M.Pd., taekwondo termasuk dalam cabang olahraga unggulan dalam perolehan medali emas pada PON (Pekan Olahraga Nasional). Untuk itu berdirilah Pelatda Taekwondo Provinsi Jawa Tengah. Hal ini juga merupakan perwujudan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab VII mengenai Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Pasal 21 Ayat 1 yaitu Pemerintah dan pemerintah daerah wajib melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawabnya.

Selanjutnya sesuai dengan Visi dan Misi Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah yaitu "Taekwondo Jawa Tengah Menuju Prestasi Dunia", Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah memiliki target dan upaya agar atlet-atletnya dapat masuk di Pemusatan Latihan Nasional (Pelatnas) dan membawa nama Taekwondo Indonesia di event Internasional. Berdasarkan hasil keterangan tersebut Taekwondo Indonesia Jawa Tengah selama beberapa tahun ini dianggap sebagai salah satu barometer nasional prestasi Taekwondo Indonesia seperti yang disampaikan oleh Ketua Bidang Penelitian dan Pengembangan Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Bambang Widjianarko. Hal ini telah dibuktikan dengan beberapa nama atlet taekwondo Jawa Tengah masuk dalam daftar tim Pelatnas Taekwondo Indonesia diantaranya:

Tabel 1 Daftar atlet Taekwondo Indonesia Jawa Tengah di Pelatnas

No.	Nama	Status	Tahun
1.	Lessina oraningsati	Atlet Poomsae (F)	2011
2.	Vonny Dian P	Atlet Leight Weight (F)	2011
3.	Fransisca Valentina	Alet Fin Weight (F)	2011
4.	Joseph Hungan	Atlet Poomsae (M)	2011
5.	Rizal Darmawan	Atlet Poomsae (M)	2013
6.	Unggul Pangestu A	Atlet Poomsae (M)	2013
7.	Mutiara Habiba	Atlet Poomsae (F)	2013-2015
8.	Ong Stevanus A S	Atlet Kyoruki U 58 KG (M)	2013-2015
9.	Reynaldi Atmanegara	Atlet Kyoruki U 58 KG (M)	2013-2015
10.	Aghniny Haque	Atlet Kyoruki U 46 KG (F)	2013-2015
11.	Jauza Rona Hassan	Atlet Kyoruki U 46 KG (F)	2013
12.	Dewi Puspitasari	Atlet Kyoruki U 53 KG (F)	2013
13.	Rosita	Atlet Kyoruki U 62 KG (F)	2013

Sumber : hasil observasi dan wawancara

Pengprov TI Jawa Tengah selalu berupaya untuk mencapai target tersebut mulai dari melakukan *trining camp* di negeri asal beladiri taekwondo yaitu Korea selama 2-3 bulan sampai dengan mendatangkan pelatih dari sana. Tahun 2014 sampai saat ini untuk pertama kalinya Pengprov TI Jawa Tengah mendatangkan pelatih dari Korea sehingga atlet-atlet taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah selain ditangani oleh pelatih daerah juga ditangani oleh pelatih asing. Sebagai tolak ukur keberhasilan pembinaan di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah tahun 2014/2015 akan dapat diketahui dari hasil prestasi Pra PON 2015 di Jawa Tengah dan PON 2016 di Jawa Barat mendatang. Saat ini Pelatda Taekwondo Jawa Tengah sedang berupaya mempersiapkan atlet-atletnya untuk menghadapi multi event tersebut. Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah mempersiapkan 16 Nomor Kyoruki dan 5 Nomor Poomse. Jumlah atlet secara keseluruhan 18 atlet Kyoruki dan 8 atlet Poomse.

Prestasi Taekwondo Jawa Tengah selalu mengalami pasang surut dalam perjalanannya. Pada tingkat junior Taekwondo Jawa Tengah cukup berbangga

pada POPNAS 2011 dan 2013 memperoleh medali emas terbanyak dibanding dengan provinsi yang lain, namun pada 2014 karena satu dan beberapa hal, antara lain jadwal kompetisi yang berdekatan dengan musim Ujian Nasional, sehingga beberapa atlet potensial tidak dapat mengikuti Kejurnas 2014, Taekwondo Jawa Tengah hanya menempati posisi ke-2 di bawah Jawa Barat. Pada tingkat senior saat ini Taekwondo Jawa Tengah memasuki masa transisi yang cukup sulit, banyak atlet senior yang potensial sudah tidak dapat tampil membela Jawa Tengah lagi karena berbagai hal, salah satunya kesibukan kerja, begitu pula dengan kendala dualisme organisasi di tingkat pusat. Namun saat ini regenerasi sedang berjalan dan diharapkan regenerasi ini akan terus berkesinambungan. Selain Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah melalui Program kerja Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah juga memiliki PPLP (Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar), dalam program ini pembinaan di khususkan pada atlet pelajar potensial, dimana atlet pelajar merupakan bibit-bibit unggulan yang dipersiapkan sebagai pengganti atlet senior di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah. Jumlah atlet di PPLP sendiri terdapat 14 atlet. Keseluruhan atlet yang sekarang berada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah tersebut diambil dari putra putri terbaik Jawa Tengah melalui seleksi yang berjenjang.

Suatu proses pembinaan prestasi tentu memiliki kendala yang harus dihadapi dalam mencapai prestasi. Kendala yang dihadapi Pelatda Taekwondo Jawa Tengah yaitu jadwal pendidikan dan jadwal kompetisi/kejuaraan yang sering bersamaan, begitu pula dengan jadwal latihan yang saat ini masih sering terkendala dengan jadwal sekolah reguler, kendala lainnya yaitu cedera yang di alami atlet-atlet saat latihan maupun setelah mengikuti kejuaraan karena sampai

saat ini pemerintah daerah belum menyediakan pusat penanganan cedera olahraga secara khusus bagi atlet-atlet potensial di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah.

Hal itulah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pembinaan Prestasi Olahraga Bela Diri Taekwondo di Pemusatan Latihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015”.

1.2 Identifikasi Masalah

Suatu penelitian tentu mempunyai permasalahan yang perlu diteliti dan dipecahkan permasalahannya. Berdasarkan latar belakang di atas, sehingga dapat diidentifikasi beberapa masalah yang akan dibahas peneliti lebih lanjut meliputi pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah, keberadaan pengurus dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah, kualifikasi pelatih dan program latihan yang diterapkan dalam pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah, sarana dan prasarana yang dimiliki untuk mendukung pletrogram pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah, peran KONI Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Provinsi Jawa Tengah, peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah

1.3 Fokus Masalah

Melihat dari berbagai permasalahan tersebut di atas, fokus masalah yang akan diteliti oleh peneliti adalah bagaimana pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah tahun 2014/2015.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan fokus masalah di atas maka muncul beberapa pertanyaan peneliti, yaitu:

1. Bagaimanakah pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?
2. Bagaimana pemilihan atlet berbakat dan identifikasi bakat atlet di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015?
3. Bagaimanakah kualifikasi pelatih dan program latihan yang diterapkan dalam pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?
4. Bagaimanakah keberadaan pengurus dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?
5. Bagaimanakah sarana dan prasarana yang dimiliki untuk mendukung program pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?
6. Bagaimanakah peran KONI Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?

7. Bagaimanakah peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk:

1. Mengetahui pelaksanaan pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
2. Mengetahui pemilihan atlet berbakat dan identifikasi bakat atlet di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015
3. Mengetahui kualifikasi pelatih dan program latihan yang diterapkan dalam pembinaan prestasi atlet olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
4. Mengetahui keberadaan pengurus dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
5. Mengetahui sarana dan prasarana yang dimiliki untuk mendukung program pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
6. Mengetahui peran KONI Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
7. Mengetahui peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah dalam pembinaan prestasi taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

1. Pengurus

Sebagai salah satu pertimbangan dalam memajukan olahraga taekwondo di Jawa Tengah dan melahirkan atlet-atlet berprestasi baik di tingkat Nasional maupun Internasional.

2. Pelatih

Sebagai pedoman pelatih untuk melaksanakan program latihan yang sesuai dengan pendekatan metode dan teori sehingga dapat meningkatkan prestasi olahraga beladiri taekwondo di Pelatda Taekwondo Provinsi JawaTengah.

3. Atlet

Sebagai salah satu tolak ukur untuk membantu meningkatkan kemampuan dalam olahraga taekwondo serta atlet dapat mengetahui hambatan dan kesulitan pengurus dan pelatih dalam melakukan pembinaan prestasi.

4. Penulis

Hasil peneletian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman secara praktis sesuai hasil pengamatan langsung serta dapat menambah disiplin ilmu yang diperoleh selama belajar di perguruan tinggi pendidikan.

1.7 Penegasan Istilah

1. Pembinaan

Pembinaan adalah suatu kegiatan yang dilaksanakan sedini mungkin, berdasarkan atas suatu konsepsi yang berlandaskan prioritas cabang olahraga, sistem pembinaan yang terus menerus, sistem perlombaan/pertandingan yang terkoordinasikan secara berjenjang dari tingkat daerah sampai ke tingkat nasional. (Kantor Menpora, 1984)

2. Prestasi Atlet

Prestasi atlet merupakan suatu kumpulan hasil yang telah dicapai atlet dalam melaksanakan tugas yang dibebankan kepadanya. Prestasi atlet dapat diukur dalam pencapaian akhir dalam suatu pertandingan yang diikuti misalnya seberapa sering seorang atlet menjadi juara. (Lilik Sudarwati Adisamito, 2007:8)

Dari pendapat tersebut dapat diketahui bahwa yang dimaksud prestasi merupakan pencapaian hasil dari segala usaha yang telah dilakukan.

3. Taekwondo

Taekwondo adalah olahraga beladiri modern berakar pada beladiri tradisional Korea. Taekwondo mempunyai banyak kelebihan, tidak hanya mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian dalam bertarung, melainkan juga sangat menekankan aspek disiplin mental. Dengan demikian, taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang baik bagi orang yang secara sungguh-sungguh mempelajarinya dengan benar. Taekwondo mengandung aspek filosofi yang mendalam sehingga dalam mempelajari

taekwondo, pikiran, jiwa, dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuhkan dan dikembangkan. (Yoyok Suryadi, 2002)

Dari definisi di atas dapat diketahui bahwa taekwondo merupakan seni beladiri berasal dari Korea. Seperti seni beladiri lainnya, taekwondo merupakan gabungan dari teknik olahraga, perkelahian, bela diri, hiburan dan filsafat.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

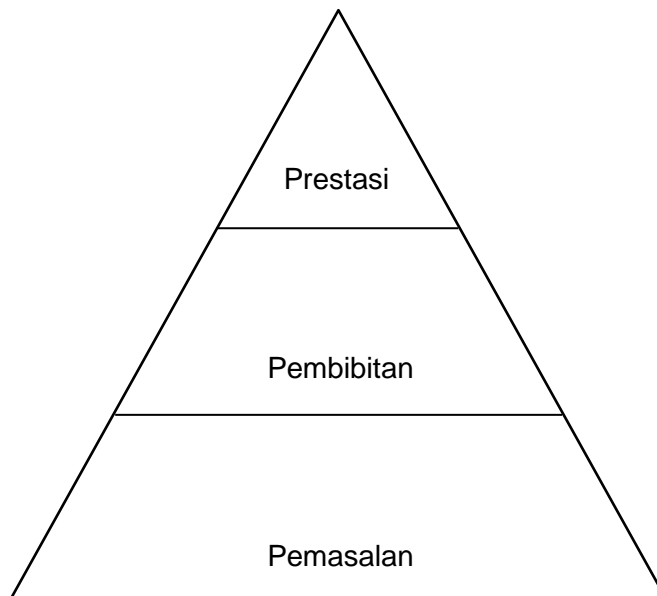
2.1 Pembinaan Prestasi

Pembinaan adalah usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara efisien dan efektif untuk memperoleh hasil yang lebih baik (KBBI, 2005 :152).

Menurut Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang di lakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan.

Dari pengertian di atas dapat diketahui bahwa yang dimaksud dengan pembinaan yaitu usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan keolahragaan yang baik. Dalam rangka pembinaan dan pengembangan suatu prestasi dalam olahraga, maka perlu dilakukan pembinaan usia dini. Agar pembinaan yang dilakukan berlangsung baik, maka perlu adanya usaha pemanduan bakat. Pemanduan bakat adalah usaha yang dilakukan untuk memperkirakan (prediksi) peluang seorang atlet berbakat, agar dapat berhasil dalam menjalankan program latihan sehingga mampu mencapai prestasi puncak. Pemanduan bakat akan berhasil secara maksimal bila ditangani secara ilmiah, dengan cara mengaplikasikan ilmu olahraga dalam pemanduan bakat dan pembinaan sehingga tidak membuang-buang waktu dan tenaga. Dalam pemanduan atau pemilihan atlet berbakat perlu adanya sistem pemasalan dan pembibitan yang baik, agar pemanduan bakat dapat dilakukan dengan mudah. Pemasalan dan

pembibitan harus dipandang sebagai satu kesatuan yang utuh, dan tiap bagian tidak bisa berdiri sendiri.



Gambar 1 Sistem Piramida Pembinaan
(Sumber : Andi Suhendro dkk, 2002:2.6)

Dari gambar di atas dapat kita lihat terdapat interaksi antara pemasalan, pembibitan dan prestasi, sebab suatu prestasi yang akan diraih sangat tergantung dari pembibitan dan pemasalan. Prestasi olahraga beladiri taekwondo Jawa Tengah juga sangat ditentukan oleh strategi pemasalan dan pembibitan yang ada di Jawa Tengah.

2.1.1 Pemasalan

Pemasalan adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan aktivitas olahraga secara menyeluruh. Dengan pemasalan yang baik cabang olahraga akan dikenal oleh masyarakat luas.(Andi Suhendro,2002:2.6)

Menurut Said Junaidi (2003:49) strategi pemasalan olahraga usia dini dapat dilakukan antara lain sebagai berikut:

- 1) Menyediakan sarana dan prasarana olahraga yang memadai di sekolah dasar
- 2) Menyiapkan tenaga pengajar olahraga yang mampu menggerakkan kegiatan olahraga di sekolah
- 3) Mengadakan pertandingan antar kelas
- 4) Memberikan motivasi kepada siswa, baik motivasi dari dalam, maupun motivasi dari luar
- 5) Mengadakan demonstrasi pertandingan atlet-atlet yang berprestasi
- 6) Merangsang minat anak melalui media massa, TV, video dan lain-lain
- 7) Melakukan kerjasama antara sekolah dengan masyarakat khususnya orang tua

Berdasarkan penjelasan di atas melalui pemasalan olahraga diharapkan akan lahirnya bibit atlet unggul untuk dilakukan pembinaan agar dapat mencapai prestasi yang diinginkan. Prestasi olahraga beladiri taekwondo Jawa Tengah juga sangat ditentukan dari bagaimana strategi pemasalan yang dilakukan.

2.1.2 Pembibitan

Pembibitan adalah suatu pola yang diterapkan dalam rangka menjaring atlet berbakat yang diteliti secara ilmiah. Banyaknya atlet yang senang berlatih pada cabang olahraga tertentu memudahkan pelatih untuk mencari bibit atlet yang potensial. Menurut Andi Suhendro (2002:2.7) beberapa pertimbangan penting untuk bibit atlet unggul adalah sebagai berikut:

- 1) Bibit atlet unggul yang lebih dominan dan potensial dibandingkan dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya.

- 2) Menghindari pemborosan dalam proses pembinaan apabila atlet yang dibina memiliki potensi yang tinggi dibawa sejak lahir.
- 3) Perlunya digalakkan pencarian bibit atlet unggul pada usia dini di Indonesia. Menurut Said Junaidi (2003:50) karakteristik atlet bibit unggul sendiri adalah sebagai berikut :
 - 1) Memiliki kelebihan kualitas bawaan sejak lahir
 - 2) Memiliki fisik dan mental yang sehat, tidak cacat tubuh dan postur tubuh yang sesuai dengan cabang olahraga yang diminati
 - 3) Memiliki fungsi organ tubuh yang baik seperti jantung, paru-paru, saraf dan lain-lain.
 - 4) Memiliki kemampuan gerak dasar yang baik, seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, koordinasi, kelincahan, power dan lain-lain.
 - 5) Memiliki intelegensia yang tinggi
 - 6) Memiliki karakter bawaan sejak lahir yang dapat mendukung pencapaian prestasi prima, antara lain waktu kompetitif tinggi, kemauan keras, tabah, pemberani dan semangat yang tinggi
 - 7) Memiliki kegemaran berolahraga

Andi Suhendro, dkk (2002:2.7-2.8) pencarian bibit unggul dilaksanakan oleh tim yang terdiri dari tenaga pendidikan jasmani, pelatih olahraga, dokter olahraga, pakar olahraga, psikolog, sosiolog dan antropolog. Cara pencarian bibit unggul antara lain:

- 1) Observasi (pengamatan)
- 2) Angket dan wawancara
- 3) Tes pengukuran kemampuan fisik.

Dari pengertian di atas proses kelanjutan dari proses pemasalan taekwondo di Jawa Tengah adalah proses pembibitan. Semakin banyak atau semakin luas orang yang terlibat dalam gerakan pemasalan, diharapkan semakin banyak bibit-bibit unggul yang ditemukan.

2.1.3 Prestasi

Di dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 tentang Sistem Keolahragaan Nasional disebutkan bahwa prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga.

Dari pengertian di atas untuk mencapai sebuah prestasi dibutuhkan usaha dan kemauan dari seseorang. Prestasi merupakan hasil dari kerja keras yang telah melewati proses yang berbeda-beda pada setiap individunya. Sebuah prestasi berkaitan erat dengan motivasi diri dan juga bakat yang telah dibawa sejak lahir. Pencapaian prestasi dalam olahraga harus dilakukan dengan sungguh-sungguh, terencana dan terus menerus. Prestasi taekwondo Jawa Tengah diharapkan terus meningkat dengan pembinaan yang diterapkan untuk mempertahankan predikat sebagai barometer taekwondo nasional dan mencapai visinya yaitu 'Taekwondo Jawa Tengah Menuju Prestasi Dunia'.

2.2 Faktor Pembinaan Prestasi

2.2.1 Atlet

Atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan dan kecepatan). Para atlet harus

mempunyai kemampuan fisik yang lebih tinggi dan rata-rata. Seringkali kata ini digunakan untuk menunjuk secara spesifik kepada para atlet. (KBBI, 2005:75)

Atlet adalah orang yang selalu dihadapkan kepada permasalahan, baik permasalahan mengejar prestasi, menghadapi tekanan-tekanan dari lawan maupun penonton, kemungkinan mengalami kegagalan dan sebagainya. (Rubianto Hadi, 2007:7)

Sehubungan dengan itu, maka harus dipikirkan bagaimana menyiapkan atlet agar matang menghadapi pertandingan-pertandingan. Dalam semua cabang olahraga, atlet merupakan faktor yang sangat penting. Atlet merupakan subjek utama dalam pencapaian suatu prestasi termasuk pada cabang olahraga bela diri taekwondo. Untuk mencapai suatu prestasi bukan hanya bakat saja yang diperlukan tetapi juga harus diimbangi dengan latihan yang terprogram dan kemauan untuk menjadi seorang juara.

2.2.1.1 Pemilihan Atlet Berbakat

Menurut Pate (1984) bakat adalah suatu konsep yang relatif. Selanjutnya Morgan (1986) mengatakan bakat adalah kemampuan untuk mempelajari keterampilan khusus yang diperlukan dalam situasi tertentu. (Andi Suhendro dkk, 2002:2.4)

Bakat seseorang dalam olahraga merupakan kemampuan dasar yang berhubungan dengan penampilan gerak dan kombinasi dari berbagai kemampuan yang berhubungan dengan sikap dan bentuk tubuh seseorang. Olahraga beladiri taekwondo berkaitan erat dengan sikap dan bentuk tubuh seseorang.

Menurut Harsono (1993) yang dikutip dalam Andi Suhendro dkk (2002:2.10) tujuan pemanduan/pemilihan atlet berbakat adalah memperkirakan (memprediksi) dengan probabilitas yang tinggi dan seberapa besar peluang seseorang untuk berhasil dalam mencapai prestasi maksimalnya, dan apakah seorang atlet itu mampu menyelesaikan program latihan dasar untuk kemudian ditingkatkan latihannya menuju prestasi puncak.

Di dalam buku pedoman yang diterbitkan Kantor Menpora (1992) langkah-langkah pemilihan atlet berbakat dapat dilakukan sebagai berikut:

- 1) Melakukan suatu analisis yang lengkap baik faktor fisik, maupun mental sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang diminati
- 2) Melakukan seleksi umum dan khusus dengan menggunakan instrumen (alat ukur) dari cabang olahraga yang bersangkutan
- 3) Melakukan seleksi berdasarkan karakteristik antropometriks dan kemampuan fisik, serta disesuaikan dengan tahapan perkembangan fisiknya
- 4) Melakukan evaluasi berdasarkan data yang komprehensif (menyeluruh) dengan memperhatikan sikap anak terhadap olahraga.

2.2.1.2 Identifikasi Bakat

Cholik (1995) mengatakan ada beberapa indikator penting yang perlu diperhatikan sebagai kriteria untuk mengidentifikasi dan menyeleksi bibit atlet berbakat secara objektif antara lain:

- 1) Kesehatan

Lutan (1993) salah satu kebutuhan mutlak yang harus dimiliki oleh setiap individu untuk dapat mengikuti suatu program latihan adalah kesehatan. Setiap

anak yang ingin mengikuti program pembinaan terlebih dahulu harus melakukan pemeriksaan tingkat kesehatan.

2) Antropometri

Setiap cabang olahraga memiliki karakteristik masing-masing dengan demikian membutuhkan kesesuaian terhadap bentuk tubuh agar dapat mendukung tercapainya mutu prestasi yang tinggi.

Sheldon dkk, membagi tiga golongan tipe tubuh manusia yaitu :

1. Tipe Endomorf (Gemuk)

Yang menonjol dari tipe ini adalah bentuk tubuh bulat dan lunak, konsentrasi masa tubuh pada bagian tengah, kepala besar dan bulat, leher pendek dan gemuk, dada lebar, tebal dan berlemak.

2. Tipe Mesomorf (Besar Kuat)

Sifat-sifat yang menonjol dari tipe tubuh ini adalah otot-otot, tulang belulang dan jaringan pengikat, tubuh berat, keras, persegi dan tulang-tulang yang besar, tulang muka menonjol, leher cukup panjang dan kuat, rongga dada lebih besar daripada perutnya, bahu lebar dan tulang clavícula yang berat dan menonjol, lengan atas dan lengan bawah berotot, pergelangan tangan dan jari-jari tangan masif, otot-otot perut besar dan berat, pinggang ramping dan rendah, pantat besar.

3. Tipe Ektomorf (Tinggi kurus)

Sifat yang paling menonjol dari tipe ini adalah panjang dan rapuh. Kepala relatif besar dengan dahi bundar, wajah kecil dagu runcing dan hidung mancung,

leher panjang dan ramping, dada panjang dan sempit, kedua bahu ke depan, kedua tangan panjang namun otot-otot tidak kelihatan, perut datar dengan cekung pada bagian atas pusat, kedua kaki panjang, kurus langsing sehingga pantat hampir tidak kelihatan.

3) Kemampuan Fisik

Kemampuan fisik merupakan indikator yang cukup penting dalam identifikasi atlet berbakat. Dalam melakukan aktivitas olahraga, apalagi ketika bertanding pada umumnya atlet memerlukan intensitas kemampuan fisik yang tinggi. Dengan demikian maka seorang atlet harus mempunyai tingkat kesegaran jasmani yang tinggi walaupun memang ada beberapa cabang olahraga yang tidak terlalu memerlukan intensitas kemampuan fisik yang tinggi. Oleh karena itu intensitas kerja untuk bermacam-macam olahraga tidak sama. Dengan demikian norma kualifikasinya pun berbeda (Lutan, 1993)

4) Psikologis

Dalam hal ini harus melibatkan psikolog. Kondisi psikolog atlet sangat perlu diperhatikan karena dalam hal ini ada kaitannya dengan faktor keturunan. Unsur psikologis itu sendiri adalah rasa tanggung jawab, disiplin, rajin, ulet, berani, tidak mudah putus asa, tidak sombong, setia kawan, mempunyai kemauan latihan yang keras serta percaya pada diri sendiri.

5) Keturunan (heredity)

Gejala biologis yang kompleks ikut menentukan keberhasilan dalam latihan. Anak-anak cenderung mewarisi karakteristik biologis dan psikologis dari orang tuanya.

6) Keterampilan

Ketrampilan merupakan salah satu faktor yang harus diukur. Setiap cabang olahraga memerlukan keterampilan yang khusus. Untuk mengetahui tingkat kemampuan seorang atlet harus dilakukan tes khusus keterampilan sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuni. (Andi Suhendro dkk, 2002:2.18)

Bompa (1990:334) mengemukakan dua metode dalam mengidentifikasi bakat calon atlet yaitu (1) seleksi alam dan (2) seleksi ilmiah. Seleksi alam merupakan pendekatan yang normal dan merupakan cara mengembangkan alam dalam olahraga tertentu. Seleksi Ilmiah adalah metode yang digunakan untuk memilih calon atlet yang memiliki potensi untuk dibina. Seleksi ini lebih sedikit memerlukan waktu untuk mencapai prestasi yang tinggi bila dibandingkan dengan metode seleksi alam.

Dari pengertian di atas identifikasi dan seleksi atlet Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah harus dilakukan dengan cara yang benar kemudian bibit atlet tersebut dibina berdasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara lebih efektif dan efisien serta peningkatan kualitas organisasi keolahragaan baik daerah maupun di pusat sehingga hasilnya kemudian dapat dimanfaatkan untuk memperkirakan prestasi atlet yang diharapkan.

2.2.2 Pelatih

Pelatih adalah seorang pemimpin yang terdidik yang ingin mencapai suatu tujuan. Pelatih harus dapat memimpin secara bijaksana dalam mencapai tujuan tersebut. (Andi Suhendro, 2002:1.5)

Pelatih merupakan suatu sebutan yang memancarkan rasa hormat, respect, status, dan tanggung jawab. Atlet menganggap bahwa seorang pelatih adalah ahli dalam segala hal dan pandai memainkan berbagai peran. Sebutan pelatih seringkali bisa berlanjut meskipun tugas sebagai pelatih sudah usai. Sekali kita pelatih, selamanya kita adalah pelatih bagi atlet kita, bagi masyarakat. (Rubianto Hadi, 2004:2-3)

Berdasarkan pengertian di atas pelatih di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah haruslah seseorang yang memiliki pendidikan, keahlian dan pengalaman dibidangnya, bertanggung jawab serta mampu memimpin secara bijaksana.

2.2.2.1 Tugas dan Peranan Pelatih

Pelatih merupakan manusia model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak didiknya terutama atlet-atlet junior atau pemula, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Oleh sebab itu pelatih dituntut untuk dapat bersikap dan berperilaku yang baik serta pandai memainkan berbagai peran tergantung dari situasi kondisi yang dihadapi dalam proses kepelatihan. Pelatih dituntut memiliki kompetensi yang lebih luas dibanding kompetensi yang dimiliki oleh seorang guru. Ini berarti pelatih memiliki tugas dan tanggung jawab yang lebih luas dibanding guru.

Dalam melakukan tugas dan peran dengan baik pelatih harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Menciptakan komunikasi yang sebaik-baiknya antara pelatih dengan atlet.

Bagaimanapun hebatnya seorang pelatih tidak akan dapat membina atlet dengan baik apabila tidak ada kesediaan psikologik dari atlet untuk mendengarkan dan menerima petunjuk-petunjuk dari pelatihnya.

2. Memahami watak, sifat-sifat, kebutuhan dan minat.

Atlet sebagaimana dikatakan Dewey yang dikutip dalam Rubianto Hadi (2007:7) keberhasilan pendidikan juga akan ditentukan oleh seberapa jauh kita memperhatikan minat (*interest*), kebutuhan (*needs*) dan kemampuan (*ability*) yang harus dikembangkan dari subyek didik.

3. Pelatih harus mampu menjadi motivator.

Pelatih harus mampu menjadi motivator yang baik, dengan kemampuan pelatih membangkitkan motivasi atlet akan meningkatkan kepercayaan diri atlet, adanya kepercayaan diri ini memungkinkan atlet mencapai prestasi optimal.

4. Membantu atlet dalam memecahkan problema-problema yang dihadapi.

Pelatih harus mampu membantu problema yang dihadapi atlet baik problema dalam latihan dan pertandingan, maupun problema dalam keluarga, sekolah, ataupun pekerjaan.

Berdasarkan penjelasan di atas pelatih di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah harus memahami karakter atlet yang dibinanya, mengetahui perkembangan kemampuan fisik, keterampilannya dan memahami kelebihan dan kekurangannya. Sehingga dalam proses kepelatihan pelatih dapat memberikan penanganan sesuai kondisi atlet.

2.2.2.1.1 Tugas Pelatih

Menurut Tutko dan Richards yang dikutip dalam Rubianto Hadi (2007) tugas pelatih adalah membantu atlet agar pada akhirnya atlet dapat menolong dirinya sendiri atau dapat berdiri sendiri.

Kewajiban dan tugas seorang pelatih sangat luas dan kompleks, maka dalam kehidupan sehari-hari pelatih sebagai seorang model atau pantauan atletnya dituntut memiliki kompetensi yang lebih luas dibanding dengan kompetensi yang dimiliki seorang guru. Tugas seorang pelatih sebagai motivator, edukator atau manager seperti menyiapkan program latihan, menyiapkan fasilitas latihan, menyiapkan perangkat alat dan penunjang latihan. Selain itu tugas sebagai pelatih yaitu membina atlet-atletnya untuk mengembangkan kesehatan fisik, mental, spiritual, dan sosialnya. Pelatih juga dituntut dalam kemajuan sistem dan proses latihan baik individu maupun kelompok melalui pengamatan dan pengawasan teknik, keterampilan gerak. (Andi Suhendro dkk, 2002:1.4-1.5)

Secara rinci tugas yang harus dijalankan seorang pelatih adalah sebagai berikut:

1. Mencari bibit
2. Melatih secara efektif dan efisien
3. Menyusun program latihan
4. Menyusun, menentukan taktik pertandingan
5. Menilai hasil
6. Membuat laporan
7. Melakukan penelitian untuk pengembangan (Rubianto Hadi, 2007:8)

Berdasarkan penjelasan di atas maka untuk menjalankan tugas-tugas sebagai seorang pelatih di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah dibutuhkan kemampuan dan pengalaman untuk dapat menjalankan proses kepelatihan secara optimal sehingga dapat meraih prestasi yang akan dicapai.

2.2.2.1.2 Peranan Pelatih

Seorang atlet tidak akan dapat mencapai prestasi olahraga tanpa peranan seorang pelatih. Peran seorang pelatih sangat dibutuhkan atlet baik itu di dalam ataupun di luar proses latihan. Pelatih harus memahami kondisi atletnya karena hal tersebut berpengaruh terhadap psikologi seorang atlet.

Berikut merupakan uraian peranan secara keseluruhan yang harus dilakukan oleh seorang pelatih:

1. Perencanaan (Planner)

Mengarahkan atlet dalam program jangka pendek maupun dalam jangka panjang, merencanakan suatu latihan bermuara pada tujuan, tujuan yang ingin dicapai bagi seorang pelatih adalah meningkatkan prestasi anak didik/atletnya. Dalam suatu perencanaan latihan olahraga ada sasaran-sasaran program yang ingin tercapai.

2. Pemimpin (Leader)

Memimpin dan melaksanakan program latihan dan mengadakan diskusi dengan atletnya. Dalam situasi latihan sosok seorang pelatih adalah seorang pemimpin yang terdidik, mempunyai wawasan dan pola pikir yang kreatif, bagaimana mengatur dan memimpin bentuk latihan yang efektif dan efisien.

3. Teman (Friend)

Selalu penuh pertimbangan dan simpati bila ada suatu hal yang terjadi pada atlet. Saat di luar atau sesudah latihan pelatih harus menyesuaikan diri dan berlaku sebagai teman baik dengan individu maupun kelompok.

4. Selalu Mau Belajar

Selalu siap mempelajari dan mencobakan hal-hal yang baru. Mendengarkan saran-saran perubahan dari para pakar, rekan, maupun dari atlet sendiri.

5. Kewajaran (Realist)

Memperkirakan atau menilai potensi atlet yang wajar dan selalu melihat tahap perkembangannya. Membuat suatu target yang wajar, yang dapat dicapai oleh setiap atletnya. (Andi Suhendro dkk, 2002:1.6-1.12)

Peran pelatih dalam pencapaian prestasi olahraga sangat penting termasuk olahraga beladiri taekwondo. Untuk itu diharapkan seorang pelatih mampu memposisikan peranannya baik di dalam maupun di luar proses latihan dengan sebaik-baiknya. Pelatih yang baik dapat menjadi seorang guru, orang tua sekaligus teman bagi seluruh murid/atletnya. Atlet akan merasa nyaman terhadap pelatihnya jika seorang pelatih dapat menempatkan posisinya dengan benar sehingga akan memudahkan atlet itu sendiri untuk mencapai prestasi.

2.2.2.2 Sistem Latihan

Menurut Harsono dan Dijde dalam Andi Suhendro (2002:3.4) latihan adalah proses kerja yang dilakukan secara sistematis, kontinu di mana beban dan intensitas latihan makin hari makin bertambah, yang pada akhirnya memberikan

rangsangan secara menyeluruh terhadap tubuh dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik dan mental secara bersama-sama.

Suharno dalam Andi Suhendro (2002:3.6) menyatakan latihan merupakan suatu proses mendewasakan atlet secara sadar, untuk mencapai prestasi maksimal dengan diberi beban fisik dan mental secara teratur, meningkat dan berulang-ulang waktunya.

Latihan yang sistematis adalah program latihan direncanakan secara matang, dilaksanakan sesuai jadwal menurut pola yang telah ditetapkan, dan dievaluasi sesuai dengan alat yang benar. Penyajian materi harus dilakukan dari materi yang paling mudah ke arah materi yang paling sukar, dari materi yang sederhana ke materi yang paling kompleks. (Andi Suhendro, 2002:3.6)

Prestasi taekwondo Jawa Tengah juga ditentukan oleh sistem latihan yang diterapkan oleh pelatih.

2.2.2.3 Tujuan Latihan

Tujuan dari latihan adalah untuk membantu seorang atlet atau tim olahraga dalam meningkatkan keterampilan atau prestasinya semaksimal mungkin dengan mempertimbangkan berbagai aspek latihan yang harus diperhatikan, meliputi latihan fisik, teknik, taktik dan latihan mental. (Rubianto Hadi, 2007:55)

Tujuan latihan secara umum adalah untuk membantu para pembina, pelatih, guru olahraga agar dapat menerapkan dan memiliki kemampuan secara konseptual serta ketrampilan dalam membantu mengungkapkan potensi olahragawan mencapai puncak prestasi. Sedangkan sasaran latihan secara

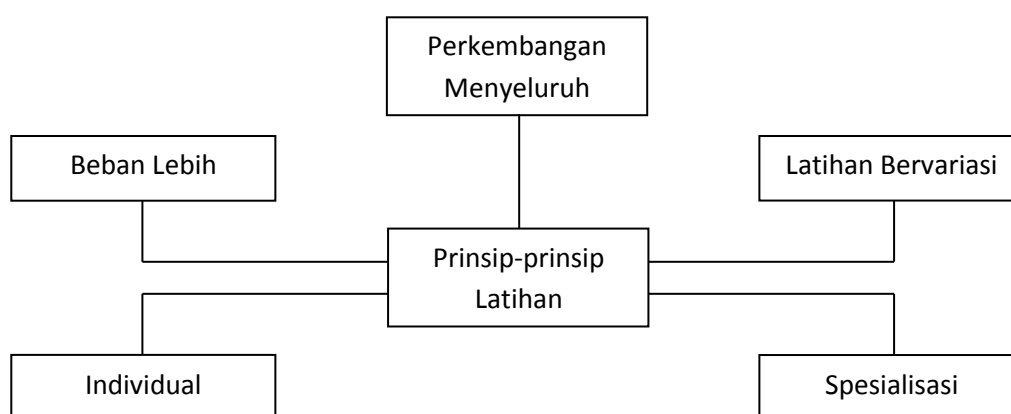
umum adalah untuk meningkatkan kemampuan dan kesiapan olahragawan dalam mencapai puncak prestasi. (Sukadiyanto, 2011:5-8)

Berdasarkan pengertian di atas latihan bertujuan untuk membantu atlet Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah meningkatkan teknik dan ketrampilan dengan menganut prinsip-prinsip latihan tertentu serta membantu pelatih menerapkan kemampuan secara konseptual agar atlet mencapai prestasi yang diharapkan.

2.2.2.4 Prinsip Latihan

Harsono dalam Rubianto Hadi (2007) latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari, kian menambah beban latihan atau pekerjaannya.

Secara skematik prinsip-prinsip latihan dapat disajikan sebagai berikut:



Gambar 2 Skema Prinsip-prinsip Latihan
(Sumber : Andi Suhendro, 2002:3.9)

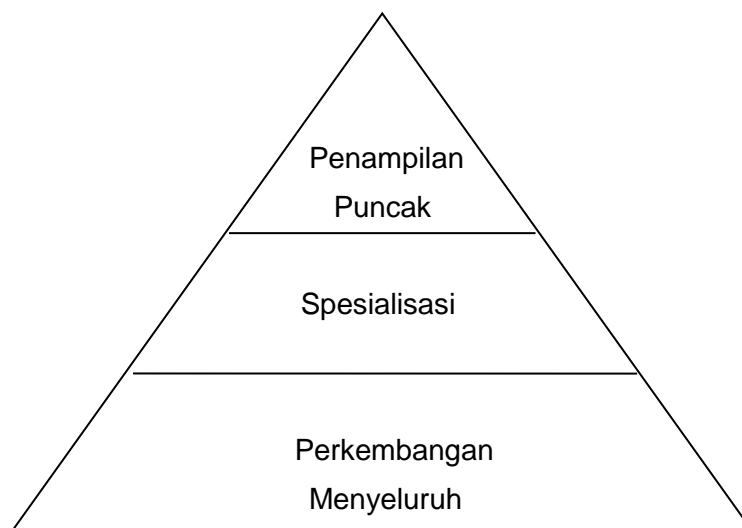
1. Prinsip Beban Lebih

Prinsip beban lebih adalah prinsip latihan yang mendasar dan harus dipahami seorang pelatih dan atlet. Seorang atlet tidak akan meningkatkan prestasinya apabila dalam latihan mengabaikan prinsip ini.

Pada dasarnya prestasi setiap atlet dapat ditingkatkan. Upaya meningkatkan prestasi atlet dalam olahraga dapat dilakukan dengan memberikan beban kerja yang lebih berat di atas ambang olahraga kepekaannya (*threshold of sensitivity*). Latihan yang terlalu ringan dan tidak ditambah bebannya, maka berapa lamapun atlet berlatih dengan latihan yang berulang-ulang, prestasi atlet tersebut tidak akan meningkat.

2. Perkembangan Menyeluruh

Bompa dalam Andi Suhendro (2002) perkembangan menyeluruh merupakan prinsip latihan yang telah banyak digunakan di dalam dunia pendidikan dan olahraga. Pada permulaan belajar seharusnya harus dilibatkan terhadap kegiatan secara menyeluruh, untuk memberikan dasar-dasar keterampilan gerak yang kokoh, guna menunjang spesialisasi yang dipilih. Walaupun pada akhirnya seseorang hanya akan memilih satu spesialisasi keterampilan. Perkembangan fisik secara menyeluruh, kekhususan dalam persiapan kemampuan fisik umum, merupakan dasar yang bermanfaat untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam spesialisasi persiapan fisik dan penguasaan teknik. Prinsip ini merupakan pendekatan latihan sebagai prasyarat untuk memilih spesialisasi dalam olahraga tertentu. Berikut ini disajikan gambar rangkaian pendekatan latihan olahraga:



Gambar 3 Jenjang Latihan Olahraga

(Sumber : Andi Suhendro, 2002:3.15)

Dari gambar di atas dapat kita lihat bahwa perkembangan menyeluruh merupakan dasar (fondasi) bagi pelaksanaan program latihan setiap cabang olahraga. Dengan demikian perkembangan menyeluruh harus diberikan kepada atlet-atlet muda sebelum memilih spesialisasi dalam cabang olahraga tertentu untuk mencapai prestasi puncak. Apabila perkembangan ini telah mencapai prestasi yang memuaskan maka atlet memasuki jenjang perkembangan yang kedua yaitu spesialisasi pada olahraga tertentu. Jenjang ini akan membimbing atlet menekuni karir olahraga yang paling tinggi yaitu penampilan puncak yang merupakan prestasi atlet dalam bidang olahraga.

3. Prinsip Spesialisasi

Spesialisasi setiap cabang olahraga berbeda-beda dan memerlukan latihan khusus. Spesialisasi bukan merupakan proses yang multilateral tetapi merupakan sesuatu yang kompleks, yang didasari oleh perkembangan menyeluruh. Prinsip spesialisasi harus dipahami dan diterapkan kepada anak-

anak dan atlet muda secara hati-hati dan perkembangan menyeluruh harus tetap sebagai dasar dalam mengembangkan prestasi.

4. Prinsip Individualisasi

Prinsip individualisasi merupakan salah satu syarat dalam melakukan latihan. Prinsip ini harus diterapkan kepada setiap atlet, sekalipun mereka memiliki kemampuan yang sama. Konsep latihan harus disusun dengan kekhususan yang dimiliki setiap individu agar tujuan latihan dapat tercapai. Setiap atlet mempunyai perbedaan individu dalam latar belakang kemampuan, potensi, dan karakteristik. Latihan harus dirancang dan disesuaikan dengan karakter setiap atlet agar menghasilkan hasil yang terbaik. Faktor-faktor yang harus diperhitungkan antara lain: umur, jenis kelamin, ciri-ciri fisik, status kesehatan, lamanya berlatih, tingkat kesegaran jasmani, tugas sekolah/pekerjaan/keluarga, ciri-ciri psikologis, dan lain-lain.

5. Latihan Bervariasi

Proses latihan yang betul membutuhkan waktu dan jam latihan yang banyak bagi atlet. Ratusan jam diperlukan atlet untuk meningkatkan prestasinya. Pelatih yang cerdas akan merancang program latihannya secara bervariasi agar atlet tetap senang dalam berlatih sehingga kondisi fisik maupun mental atlet tetap terpelihara dengan baik.

Selanjutnya KONI (2000) menyatakan bahwa pemanduan dan pembinaan atlet dalam lingkup perencanaan untuk mencapai prestasi puncak, memerlukan latihan jangka panjang, kurang lebih berkisar antara 8 sampai dengan 10 tahun secara bertahap, kontinu, meningkat dan berkesinambungan, dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Pembibitan/pemanduan bakat
2. Spesialisasi cabang olahraga
3. Peningkatan prestasi

Rentang waktu setiap tahapan latihan, serta materi latihannya adalah sebagai berikut:

- a. Tahap latihan persiapan, lamanya kurang lebih 3 sampai dengan 4 tahun

Tahap latihan persiapan ini merupakan tahap dasar untuk memberikan kemampuan dasar yang menyeluruh (multilateral) kepada anak dalam aspek fisik, mental dan sosial.

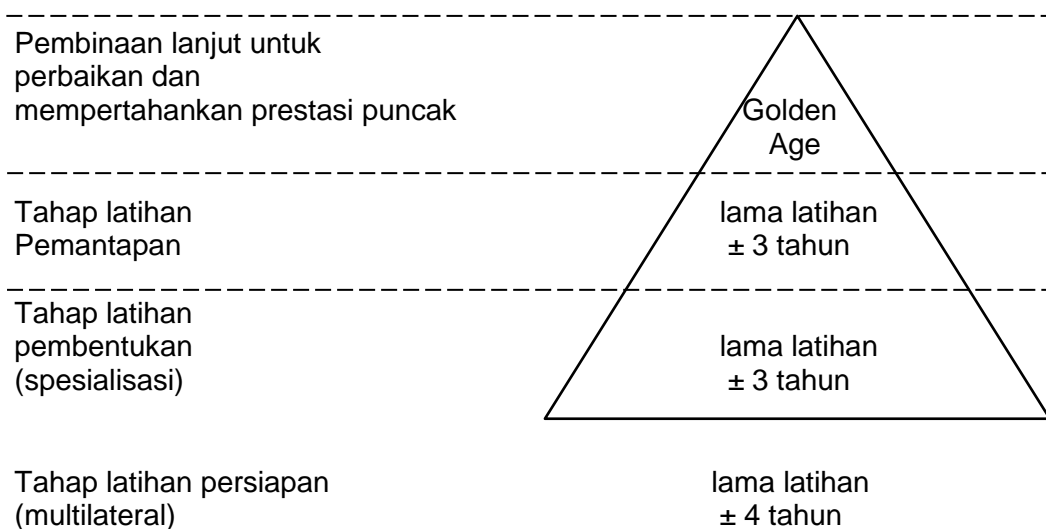
- b. Tahap latihan pembentukan, lamanya kurang lebih 2 sampai dengan 3 tahun.

Tahap latihan ini adalah untuk merealisasikan terwujudnya profil atlet seperti yang diharapkan, sesuai dengan cabang olahraganya masing-masing. Kemampuan fisik, maupun teknik telah terbentuk, demikian pula ketrampilan taktik.

- c. Tahap latihan pemantapan, lamanya kurang lebih 2 sampai dengan 3 tahun

Profil yang telah diperoleh pada tahap pembentukan lebih ditingkatkan pembinaanya, serta disempurnakan sampai ke batas optimal/maksimal. Tahap pemantapan ini merupakan usaha pengembangan potensi atlet semaksimal mungkin, sehingga telah dapat mendekati atau bahkan mencapai puncak prestasinya.

Tiga tahapan pembinaan usia dini sampai mencapai prestasi puncak (Golden Age) adalah sebagai berikut:



Gambar 4 Tahapan Pembinaan Usia Dini Sampai Mencapai Prestasi Puncak
(Sumber : KONI, 2000:15)

2.2.2.5 Aspek Latihan

Program latihan yang disusun seorang pelatih bertujuan untuk membantu meningkatkan keterampilan dan prestasi atlet semaksimal mungkin. Menurut Harsono dalam Andi Suhendro (2002:3.6-3.7) terdapat empat aspek yang harus diperhatikan dan dilatih oleh atlet yaitu:

1. Aspek Fisik

Latihan fisik adalah latihan yang ditujukan untuk mengembangkan dan meningkatkan kondisi seseorang. Kondisi fisik atlet merupakan dasar utama seorang atlet dalam usaha meningkatkan prestasi olahraga.

Terdapat dua komponen kondisi fisik yaitu :

a. Kondisi fisik yang berhubungan dengan kesehatan

Komponen-komponen dengan kondisi fisik yang berhubungan dengan kesehatan (*Health Related Fitness*) diperlukan oleh atlet sebagai komponen dasar untuk mencapai prestasi. Komponen ini meliputi :

1) Daya Tahan Jantung Paru

Daya tahan jantung paru adalah kesanggupan sistem jantung, paru-paru dan pembuluh darah untuk berfungsi secara optimal saat melakukan aktivitas sehari-hari, dalam waktu yang cukup lama tanpa mengalami kelelahan berarti. Daya tahan jantung-paru sangat penting untuk menunjang kerja otot yaitu dengan cara mengambil oksigen dan menyalurkan ke otot yang aktif.

2) Kekuatan Otot

Secara fisiologis kekuatan otot adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan/beban. Secara mekanis kekuatan otot didefinisikan sebagai gaya (*force*) yang dapat dihasilkan oleh otot atau sekelompok otot dalam satu kontraksi maksimal.

3) Daya Tahan Otot

Daya tahan otot adalah kapasitas otot untuk melakukan kontraksi secara terus menerus pada tingkat sub maksimal.

4) Fleksibilitas

Fleksibilitas adalah kemampuan sendi untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi secara maksimal. Fleksibilitas menunjukkan besarnya

pergerakan sendi secara maksimal sesuai dengan kemungkinan gerakan (range of movement).

5) Komposisi Tubuh

Komposisi tubuh adalah susunan tubuh yang digambarkan sebagai dua komponen yaitu: lemak tubuh dan masa tanpa lemak.

b. Kondisi fisik yang berhubungan dengan keterampilan

Komponen kondisi fisik yang berhubungan dengan keterampilan (*Skill Related Fitness*) diperlukan oleh atlet untuk komponen dasar bagi pengembangan keterampilan sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang ditekuni. Komponen ini meliputi:

1) Koordinasi

Koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan atau kerja dengan sangat tepat dan efisien. Koordinasi menyatakan hubungan harmonis berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan.

2) Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*).

3) Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan untuk melaksanakan gerakan yang sama atau tidak sama dalam waktu sesingkat mungkin.

4) Kecepatan Reaksi

Kecepatan reaksi adalah waktu yang dipergunakan antara munculnya suatu stimulus atau rangsangan dengan mulainya suatu reaksi. Stimulus untuk kecepatan reaksi berupa: penglihatan, pendengaran, gabungan keduanya dan sentuhan. Kecepatan reaksi berkurang seiring dengan bertambahnya usia. Kecepatan reaksi yang berkurang pada atlet disebabkan oleh lambatnya pemrosesan informasi.

5) Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan mengubah arah tubuh atau bagian tubuh secara cepat tanpa kehilangan keseimbangan.

6) Ketepatan

Ketepatan (*accuracy*) adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan sesuatu sesuai dengan sasaran yang dikehendaki.

7) Power

Power adalah kemampuan yang memungkinkan otot atau sekelompok otot untuk menghasilkan kerja fisik secara eksplosif. (Rubianto Hadi, 2007:49-51)

Berdasarkan penjelasan di atas semua komponen kondisi fisik di atas penting bagi perkembangan prestasi atlet Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah, dan masing-masing cabang olahraga memiliki karakteristik yang berbeda-beda.

2. Aspek Teknik

Aspek teknik ialah latihan yang ditekankan pada upaya menyempurnakan teknik-teknik dasar gerakan yang diperlukan oleh seorang atlet dalam cabang olahraga tertentu. (Andi Suhendro, 2002:3.7)

Latihan teknik diperlukan untuk mengembangkan kebiasaan motorik dan perkembangann neuromuskular. Latihan teknik sudah mengarah kepada kekhususan untuk memahirkan gerakan cabang olahraga tertentu.

Secara garis besar teknik melakukan latihan olahraga dapat dibagi menjadi tiga yaitu :

1) Teknik Dasar

Teknik dasar adalah suatu penguasaan teknik tingkat awal yang terdiri dari komponen-komponen penting cabang olahraga tertentu dalam taraf yang paling sederhana dan mudah dilakukan. Teknik ini biasanya diberikan kepada seseorang yang baru mengenal cabang olahraga tertentu, dan memiliki keterampilan yang dikategorikan sebagai tingkat pemula.

2) Teknik Menengah

Teknik menengah adalah suatu penguasaan teknik gerakan cabang olahraga yang sudah menuntut kemampuan fisik agak meningkat seperti penggunaan kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi lebih tinggi daripada teknik dasar.

3) Teknik Tinggi

Teknik tinggi merupakan suatu teknik yang menuntut dan memerlukan gerakan dengan tempo, ketepatan, kecermatan dan koordinasi yang tinggi. Penguasaan teknik tingkat tinggi memerlukan kualitas kemampuan fisik yang tinggi, karena gerakan yang dilakukan sangat sulit. Atlet yang sudah melakukan

teknik tinggi ini biasanya akan terlihat indah dalam melakukan gerakan, sehingga enak dilihat. Teknik ini biasanya dimiliki oleh atlet-atlet yang berpengalaman dan memiliki kematangan juara tinggi. (Andi Suhendro, 2002:3.57-3.58)

3. Aspek Taktik

Latihan taktik adalah latihan yang dilakukan untuk menumpuk perkembangan daya interprestasi pemain. Apabila pemain telah menguasai teknik dasar secara sempurna, maka latihan taktik harus dikembangkan, sehingga atlet mampu menghasilkan pola-pola permainan tertentu, strategi penyerangan dan strategi pertahanan. Dengan latihan ini atlet akan dapat berkembang secara optimal dan memiliki suatu keserasian gerak yang sempurna.

Aspek yang paling penting dalam taktik olahraga menurut Nossek (1982) adalah sebagai berikut:

- a) Konsepsi taktik yang dikerjakan sebelum pertandingan (kompetisi) berlangsung (rencana taktik), dan
- b) Efektivitas tindakan taktik yang dihasilkan dari situasi pertandingan (kompetisi) secara konkret.

Dalam praktiknya secara garis besar taktik dapat dikelompokkan menjadi tiga yaitu :

1) Taktik Penyerangan

Taktik penyerangan diartikan sebagai suatu siasat yang dijalankan oleh perorangan, kelompok maupun tim terhadap lawan dengan tujuan memimpin pertandingan dan mematahkan pertahanan lawan dalam rangka memenangkan pertandingan secara sportif.

2) Taktik Pertahanan

Taktik pertahanan diartikan sebagai suatu siasat yang dijalankan oleh perorangan, kelompok maupun tim terhadap lawan dengan tujuan menahan serangan lawan agar tidak mengalami kelelahan dalam pertandingan.

3) Taktik Perorangan

Taktik perorangan adalah siasat yang dilakukan oleh seorang pemain dalam menggunakan kemampuan fisik, teknik, dan mental yang dilakukan dengan proses yang cepat untuk menghadapi masalah yang terjadi dalam suatu pertandingan. (Andi Suhendro, 2002:3.84)

4. Aspek Mental

Aspek ini berfungsi untuk memperoleh efisiensi mental pemain karena dalam pertandingan sering dijumpai pemain-pemain dalam suasana yang tegang.

Aspek-aspek kecakapan mental psikologis (*psikologycal skill*) yang bisa dilatih mencakup banyak hal meliputi aspek-aspek pengelolaan emosi, pengembangan diri, peningkatan daya konsentrasi, penetapan sasaran, persiapan menghadapi pertandingan dan sebagainya.

2.2.2.6 Komponen Latihan

Komponen-komponen latihan merupakan faktor penting yang harus diperhatikan pelatih dan diperhitungkan secara matang.

Bomba dalam Andri Suhendro (2002) mengemukakan komponen-komponen latihan secara skematik yaitu sebagai berikut:

1. Volume Latihan

Menurut Sukadiyanto dalam Andi Suhendro (2002) volume latihan adalah ukuran yang menunjukkan jumlah atau kuantitas derajat besarnya suatu rangsang yang dapat ditunjukkan dengan jumlah repetisi, seri atau set dan

panjang jarak yang ditempuh. Repetisi adalah jumlah ulangan dalam satu item latihan, sedangkan seri atau set adalah beberapa item latihan yang telah dilakukan dalam jumlah tertentu.

Volume latihan merupakan prasyarat utama yang vital untuk teknik, taktik dan khususnya prestasi penampilan fisik prima. Volume latihan merupakan jumlah total dari aktivitas penampilan selama mengikuti latihan. Volume juga mengacu kepada keseluruhan penampilan kerja selama melakukan latihan secara khusus.

2. Intensitas Latihan

Intensitas latihan menunjuk pada presentase beban dari kemampuan maksimalnya.(Rubianto Hadi, 2007:67) .

Menurut Harsono dalam Andi Suhendro (2002) banyak pelatih yang gagal untuk memberikan latihan yang berat kepada atletnya, dan juga banyak atlet yang enggan melakukan latihan berat yang melebihi ambang rangsanganya. Hal tersebut kemungkinan disebabkan karena: (a) ketakutan bahwa latihan yang berat akan menimbulkan atau mengakibatkan kondisi fisiologis yang abnormal, (b) kurangnya motivasi, (c) karena tidak tahu prinsip-prinsip latihan yang sebenarnya. Atau ada kemungkinan pelatih kurang berani bertindak tegas sesuai dengan program yang telah disusun. Akibatnya latihan yang diberikan kepada atlet cenderung terlalu ringan, sehingga intensitas latihan yang memadai tidak terkontrol.

Tingkat intensitas latihan dapat diukur berdasarkan tipe latihan. Penerapan program latihan dengan intensitas tertentu selalu mengacu kepada kebutuhan masing-masing cabang olahraga

3. Density Latihan

Density latihan adalah frekuensi yang ditampilkan atlet pada setiap hari latihan dari stimulus per unit waktu.

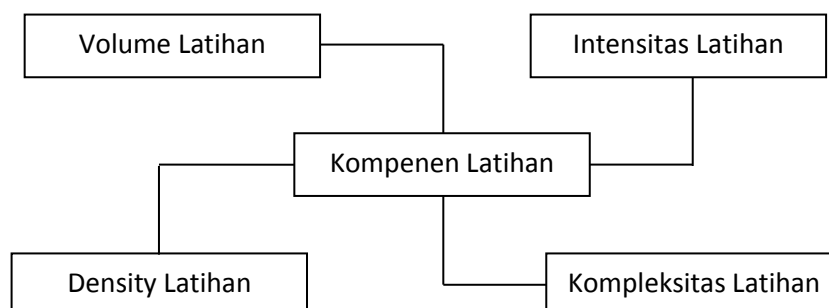
Sukadiyanto mengatakan density merupakan ukuran yang menunjukkan derajat kepadatan suatu latihan yang dilakukan.

Density mengacu pada hubungan antara waktu kerja dan istirahat yang digunakan atlet selama mengikuti tahap-tahap latihan. Density yang memadai secara pasti akan mencegah atlet mengalami kelelahan yang kritis. (Andi Suhendro, 2002:3.31)

4. Kompleksitas Latihan

Astrand dan Rodahl (1970) dalam Andi Suhendro (2002:3.33) mengemukakan bahwa latihan yang lebih kompleks dapat menyebabkan terjadinya perbedaan penampilan secara individual dan efisiensi mekanis.

Kompleksitas latihan dapat dilihat dari dua hal : (1) kompleksitas komponen-komponen penting yang menunjang pencapaian prestasi atlet dan (2) kompleksitas gerakan keterampilan yang harus dikuasai seorang atlet.



Gambar 5 Komponen-komponen Latihan
(Sumber: Andi Suhendro,2002:3.22)

2.2.2.7 Program Latihan

Program latihan merupakan suatu petunjuk atau pedoman yang mengikat secara tertulis berisi cara-cara yang akan ditempuh untuk mencapai tujuan di masa mendatang yang telah ditetapkan.

Penyusunan program dan latihan merupakan salah satu strategi usaha untuk mencapai prestasi seoptimal mungkin. Pelatih membuat rencana latihan memilih alternatif yang tepat sebagai tuntutan yang perlu dilaksanakan untuk peningkatan prestasi saat sekarang ke prestasi masa depan sebagai sasaran yang ingin dicapai atletnya.

Program Latihan dibagi atas tiga bagian yaitu:

1. Program Jangka Panjang

Program jangka panjang merupakan program latihan dengan kurun waktu antara 5 sampai 12 tahun. Tujuan rencana jangka panjang merupakan tujuan akhir untuk mencapai prestasi seoptimal mungkin. Rencana jangka panjang sebenarnya merupakan pedoman instruksi tidak langsung terhadap jangka menengah dan rencana jangka pendek. Dengan kata lain rencana jangka pendek merupakan pelaksanaan langsung rencana jangka menengah dan rencana jangka menengah merupakan pelaksanaan langsung rencana jangka panjang.

2. Program Jangka Menengah

Program jangka menengah merupakan program latihan dengan kurun waktu antara 2 sampai 4 tahun. Rencana jangka menengah merupakan pelaksanaan langsung rencana jangka panjang. Sebagai contoh struktur rencana jangka menengah kegiatan olahraga di Indonesia adalah kejuaraan nasional yang

dilaksanakan tiap 2 tahun sekali adalah untuk menuju PON (Pekan Olahraga Nasional) yang diadakan setiap 4 tahun sekali, hasil PON adalah untuk menuju Sea Games, berikutnya Sea Games untuk menuju Asian Games dan selanjutnya untuk menuju Olympic Games.

3. Program Jangka Pendek

Program jangka pendek merupakan program latihan tahunan dengan kurun waktu latihan selama 1 tahun. Program jangka pendek merupakan pelaksanaan operasional rencana jangka menengah. Sasaran-sasaran latihan merupakan penjabaran sasaran dari program jangka menengah.

Manfaat penyusunan program latihan adalah:

- 1) Sebagai pedoman/pimpinan kegiatan yang terorganisir untuk mencapai prestasi puncak.
- 2) Untuk menghindari faktor kebetulan dalam mencapai prestasi prima dalam olahraga.
- 3) Efektif dan efisien dalam penggunaan waktu, dana dan tenaga untuk mencapai tujuan.
- 4) Untuk mengetahui hambatan-hambatan dengan cepat dan menghindari pemborosan waktu dan tenaga.
- 5) Dengan penyusunan program latihan akan memperjelas arah dan tujuan yang ingin dicapai.
- 6) Sebagai alat kontrol apakah target yang telah ditentukan sudah tercapai atau belum.

Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah dalam mencapai prestasi yang optimal memerlukan usaha dan daya berlatih-melatih yang dituangkan dalam

rencana program latihan tertulis sebagai pedoman arah kegiatan untuk mencapai tujuan secara efektif dan efisien. Tegasnya pelatih dituntut kemampuannya membuat rencana program latihan yang cermat dan tepat.

2.3 Faktor Pendukung Pembinaan Prestasi

2.3.1 Organisasi

Organisasi adalah sebuah pengertian abstrak yang mencerminkan himpunan sejumlah orang yang bersepakat untuk bekerja sama dan memiliki komitmen untuk mencapai tujuan. Tujuan itu dicapai melalui gabungan kompetensi dan keahlian, gabungan dari pola hubungan berdasarkan kewenangan dan tanggung jawab. Kesemuanya ditata dalam satu jaringan. Administrator berfungsi untuk mengendalikan kesemuanya itu untuk mencapai tujuan dengan menggunakan sumber yang tersedia sehemat mungkin. (Rusli Lutan, 2000:4)

Griffin (2002) dalam Achmad Paturusi (2012:55) *organisation is a group of people working together in a structured and coordinated fashion to achieve a set goals*. Organisasi adalah sekelompok orang yang bekerja sama dalam struktur dan koordinasi tertentu dalam pencapaian serangkaian tujuan tertentu.

Di dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional juga mengatakan bahwa organisasi olahraga adalah sekumpulan orang yang menjalin kerja sama dengan membentuk organisasi untuk penyelenggaraan olahraga sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Berdasarkan penjelasan di atas organisasi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah merupakan sekumpulan orang yang menjalin kerja sama dalam rangka memajukan taekwondo Jawa Tengah baik di tingkat nasional maupun internasional.

2.3.2 Pendanaan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendanaan adalah penyediaan dana.

Berdasarkan Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 Bab XII tentang Pendanaan Keolahragaan Pasal 69 ayat 1 dan 2 bahwa pendanaan keolahrgaan menjadi tanggung jawab bersama antara pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat (1), pemerintah dan pemerintah daerah wajib mengalokasikan anggaran keolahragaan melalui Anggran Pendapatan Belanja Negara dan Anggaran Pendapatan Belanja Daerah.

Dalam rangka mencapai prestasi yang setinggi-tingginya pembinaan atlet harus dilaksanakan dengan menyusun strategi dan perencanaan yang rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas atlet. Manajemen pendanaan adalah bagaimana cara para pengurus untuk mengelola mulai dari penggalian dana sampai pada pengalokasian dana tersebut dalam mendukung eksistensi dan prestasi taekwondo Jawa Tengah.

2.3.3 Sarana dan Prasarana

2.3.3.1 Prasarana Olahraga

Prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan. (Soepartono, 2000:5)

2.3.3.2 Sarana Olahraga

Sarana olahraga yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga dan pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu :

1. Peralatan (apparatus), ialah sesuatu yang digunakan
2. Perlengkapan (Device), ialah sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki. (Soepartono, 2000:6)

Selain sarana olahraga juga disebutkan adanya fasilitas olahraga. Fasilitas olahraga ialah semua prasarana olahraga yang meliputi semua lapangan dan bangunan olahraga beserta perlengkapannya untuk melaksanakan program kegiatan olahraga.

Prestasi taekwondo Jawa Tengah juga ditentukan oleh keadaan dan kelengkapan sarana dan prasarana mulai dari gedung latihan, peralatan sampai dengan alat-alat fitness.

2.4 KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia)

KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia) adalah lembaga otoritas keolahragaan di Indonesia.

Berdasarkan Mukadimah Anggaran Dasar KONI Pasal 3 dan 4 mengenai asas dan dasar serta status KONI, KONI berasaskan Pancasila dan berdasarkan Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. KONI adalah satu-satunya organisasi keolahragaan nasional yang berwenang dan bertanggung jawab mengelola, membina, mengembangkan dan mengkoordinasikan setiap dan seluruh pelaksanaan kegiatan olahraga prestasi

setiap anggota di wilayah hukum Negara Kesatuan Republik Indonesia. KONI di dalam melakukan kegiatannya yang berhubungan dengan dunia olahraga internasional dapat berkoordinasi dengan lembaga terkait. KONI adalah organisasi keolahragaan yang tidak berafiliasi dengan kekuatan politik manapun dan bersifat nirlaba.

2.4.1 Tujuan KONI

Berdasarkan Mukadimah Anggaran Dasar KONI pasal 5 mengenai tujuan, tugas dan fungsi KONI, KONI mempunyai tujuan mewujudkan prestasi olahraga yang membanggakan, membangun watak mengangkat harkat dan martabat kehormatan bangsa dalam rangka ikut serta mmpererat, membina persatuan dan kesatuan bangsa, serta memperkuat ketahanan nasional.

2.4.2 Tugas dan Fungsi KONI

1. Tugas KONI

KONI mempunyai tugas:

- a) Membantu pemerintah, pemerintah daerah dalam membuat kebijakan dalam bidang pengelolaan, pembinaan, dan pengembangan olahraga prestasi pada tingkat nasional maupun daerah.
- b) Mengoordinasikan induk organisasi cabang olahraga, organisasi olahraga fungsional serta KONI Provinsi dan KONI Kabupaten/Kota.
- c) Melaksanakan pengelolaan, pembinaan, dan pengembangan olahraga prestasi berdasarkan kewenangannya.
- d) Melaksanakan dan mengoordinasikan kegiatan pekan olahraga tingkat nasional dan daerah.

- e) Membantu dan mendukung penyelenggaraan single event/kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan oleh anggota.
- f) Melaksanakan evaluasi dan pengawasan untuk mencapai konsistensi antara kebijakan dan pelaksanaan.
- g) Menyebarkan semangat gerakan olimpiade

2. Fungsi KONI

KONI mempunyai fungsi:

- a) Meningkatkan kualitas manusia Indonesia dan membina serta memperkokoh persatuan dan kesatuan bangsa melalui pembinaan olahraga secara nasional.
- b) Memasyarakatkan olahraga prestasi yang dibina oleh anggotanya untuk mencapai prestasi olahraga secara optimal.

Berdasarkan penjelasan di atas KONI memiliki wewenang penuh untuk mengelola, membina dan mengoordinasikan organisasi dibawahnya. Pelatda Taekwondo Jawa Tengah tentunya dikoordinasikan dengan Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia (TI) Jawa Tengah dan KONI Jawa Tengah yang seluruhnya memiliki tujuan yang sama yaitu membina, mengembangkan dan memasyarakatkan olahraga prestasi.

2.5 Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah

Berdasarkan Peraturan Daerah Provinsi Jawa tengah Nomor 6 Tahun 2008 Bab IX Pasal 27-29 tentang kedudukan, tugas dan fungsi Dinas Pemuda dan Olahraga, Dinas Pemuda dan Olahraga merupakan unsur otonomi daerah di bidang kepemudaan dan keolahragaan yang berkedudukan di bawah dan bertanggung jawab kepada Gubernur melalui Sekretaris Daerah.

Dinas Pemuda dan Olahraga mempunyai tugas pokok melaksanakan urusan pemerintah daerah bidang kepemudaan dan keolahragaan berdasarkan asas otonomi daerah dan tugas pembantuan.

Untuk melaksanakan tugas pokok sebagaimana dimaksud dalam pasal 28, Dinas Pemuda dan Olahraga menyelenggarakan fungsi:

1. Perumusan teknis bidang kepemudaan dan keolahragaan
2. Penyelenggaraan urusan pemerintahan dan pelayanan umum bidang kepemudaan dan keolahragaan
3. Pembinaan dan fasilitasi bidang kepemudaan dan keolahragaan lingkup provinsi dan kabupaten/kota
4. Pelaksanaan tugas di bidang kepemudaan, keolahragaan, sarana prasarana olahraga dan kemitraan
5. Pemantauan, evaluasi dan pelaporan bidang kepemudaan dan keolahragaan
6. Pelaksanaan kesekretariatan dinas
7. Pelaksanaan tugas lain yang diberikan oleh Gubernur sesuai tugas dan fungsinya.

Berdasarkan penjelasan tersebut Dinas Pemuda dan Olahraga mempunyai peran penting terhadap segala bentuk kegiatan dibidang kepemudaan dan keolahragaan, termasuk pembinaan olahraga pembinaan prestasi. Tanpa peran dari Dinas Pemuda dan Olahraga maka pembinaan prestasi tidak akan berjalan sebagaimana mestinya sehingga hasil dan peningkatan prestasi tidak sesuai dengan yang diharapkan.

2.6 Bela Diri Taekwondo

2.6.1 Hakekat Taekwondo

Taekwondo adalah olahraga bela diri modern yang berakar pada bela diri mengajarkan aspek fisik semata, seperti keahlian dalam bertarung, melainkan juga sangat menekankan pengajaran aspek disiplin mental. Dengan demikian taekwondo akan membentuk sikap mental yang kuat dan etika yang baik bagi orang yang sungguh-sungguh mempelajarinya dengan benar. Taekwondo mengandung aspek filosofi yang mendalam sehingga dengan mempelajari taekwondo, pikiran, jiwa dan raga kita secara menyeluruh akan ditumbuh dan dikembangkan.(Yoyok Suryadi,2002:XV)

Tiga materi penting dalam berlatih taekwondo adalah Poomse, Kyukpa dan Kyoruki.

1. Poomse atau rangkaian jurus adalah rangkaian teknik gerakan dasar serangan dan pertahanan diri yang dilakukan melawan lawan yang imajiner dengan mengikuti diagram tertentu. Setiap diagram rangkaian gerakan poomse didasari oleh filosofi timur yang menggambarkan semangat dan cara pandang bangsa Korea.
2. Kyukpa atau teknik pemecahan benda keras adalah latihan latihan teknik dengan memakai sasaran/obyek benda mati, untuk mengukur kemampuan dan ketepatan tekniknya. Obyek sasaran yang biasanya dipakai antara lain papan kayu, batu bata, genting, dan lain-lain. Teknik tersebut dilakukan dengan tendangan, pukulan, sabetan, bahkan tusukan jari tangan.

3. Kyoruki atau pertarungan adalah latihan yang mengaplikasikan teknik gerakan dasar poomse, dimana dua orang yang bertarung saling mempraktekkan teknik serangan dan teknik pertahanan diri.

Dari penjelasan di atas dapat dikatakan bahwa mempelajari taekwondo tidak dapat hanya menyentuh aspek keterampilan teknik bela dirinya saja, namun harus meliputi aspek fisik, mental dan spiritualnya. Seorang yang berlatih atau mempelajari taekwondo sudah seharusnya menunjukkan kondisi fisik yang baik, mental yang kuat dan semangat yang tinggi. Hal itu harus mampu ditunjukkan dalam sikap dan tindakan sehari-hari yang baik dan didasari jiwa yang luhur. Dengan begitu seseorang dapat dikatakan berhasil dalam berlatih taekwondo.

2.6.2 Sejarah Taekwondo

Pada tahun 1972, Kukiwon didirikan sebagai markas besar Taekwondo. Kejuaraan dunia Taekwondo yang pertama diadakan pada tahun 1973 di Kukiwon, Seoul, Korea Selatan. Pada tahun 1973, The World Taekwondo Federation (WTF) didirikan dan sekarang telah mempunyai lebih dari 160 negara anggota. Taekwondo mulai berkembang di Indonesia pada tahun 1970-an, dimulai oleh aliran Taekwondo yang berafiliasi ITF (International Taekwondo Federation) yang pada waktu itu bermarkas besar di Toronto (Kanada). Aliran ini dipimpin dan dipelopori oleh Gen Choi Hong Hi. Kemudian berkembang juga aliran taekwondo yang berafiliasi ke WTF (The World Taekwondo Federation) yang berpusat di Kuk Ki Won, Seoul, Korea Selatan dengan Presiden Dr. Un Yong Kim. Pada waktu itu kedua aliran ini masing-masing mempunyai organisasi di tingkat nasional, yaitu Persatuan Taekwondo Indonesia (PTI) yang berafiliasi

ke ITF dipimpin oleh Letjen. Leo Lopolisa dan Federasi Taekwondo Indonesia (FTI) yang berafiliasi ke WTF dipimpin oleh Marsekal Muda Sugiri.

Atas kesepakatan bersama dan melihat prospek perkembangan dunia olahraga di tingkat internasional dan nasional, musyawarah nasional taekwondo pada tanggal 28 Maret 1981 berhasil menyatukan kedua organisasi taekwondo tersebut menjadi organisasi baru yang disebut Taekwondo Indonesia (TI) yang berkiblat ke WTF. Organisasi ini dipimpin oleh Leo Lapolisa sebagai ketua umumnya, sedangkan struktur organisasi di tingkat nasionalnya disebut PBTI (Pengurus Besar Taekwondo Indonesia) dan berpusat di Jakarta. Munas Taekwondo Indonesia I pada tanggal 17-18 September 1984 menetapkan Letjen Sarwo Edhi Wibowo sebagai Ketua Umum Taekwondo Indonesia periode 1984-1988, maka era baru Taekwondo Indonesia yang bersatu dan kuat dimulai. Selanjutnya Taekwondo Indonesia sempat dipimpin oleh Soeweno, Harsudiyono Hartas, dan Soeharto.

Kini Taekwondo Indonesia telah berkembang di seluruh provinsi di Indonesia dan diikuti aktif oleh lebih dari 200.000 anggota, angka ini belum termasuk yang tidak secara aktif berlatih. Taekwondo juga telah dipertandingkan sebagai cabang olahraga resmi di arena PON.

2.6.3 Gerakan Dasar Taekwondo

Untuk mempelajari bela diri Taekwondo dengan baik, perlu mengetahui dan menguasai dulu dasar teknik bela diri Taekwondo, yaitu gerakan dasar Taekwondo (Ki Bon Do Jak) dan berbagai hal berkaitan dengan teknik gerakan itu sendiri.

Dasar-dasar taekwondo terbentuk dari kombinasi berbagai teknik gerakan menyerang dan bertahan yang menggunakan bagian tubuh kita untuk menghadapi lawan. Dasar-dasar taekwondo terdiri dari 5 komponen dasar, yaitu:

1. Bagian tubuh yang menjadi sasaran (Keup So)
 - 1) Eolgol (bagian atas/kepala/muka)
 - 2) Momtong (bagian tengah/badan)
 - 3) Arae (bagian bawah tubuh)
2. Bagian tubuh yang digunakan untuk menyerang atau bertahan
 - 1) Kepala (Jumeok)
 - 2) Tangan (Son)
 - 3) Lengan (Pal)
 - 4) Siku Tangan (Palkup)
 - 5) Kaki bagian atas (Dari) termasuk Lutut (Murup)
 - 6) Kaki bagian bawah (Bal)
3. Sikap kuda-kuda (Seogi)
 - 1) Neolpyo Seogi (sikap kuda-kuda terbuka)
 - (1) Naranhi Seogi (Sikap Sejajar)
 - (2) Juchum Seogi (Sikap Duduk)
 - (3) Ap Seogi (Sikap Jalan Pendek)
 - (4) Ap Kubi Seogi (Sikap Jalan Panjang)
 - (5) Dwit Kubi Seogi (Sikap Kuda-kuda L)
 - (6) Beom Seogi (Sikap Kuda-kuda Harimau)
 - 2) Moa Seogi (Sikap Kuda-kuda Tertutup)
 - (1) Moa Seogi (Sikap Kuda-kuda Tertutup)
 - (2) Koa Seogi (Sikap Kuda-kuda Kaki Menyilang)

- (3) Sikap Kuda-kuda Khusus
 - (4) Kibon Junbi Seogi (Sikap Kuda-kuda Siap)
 - (5) Bojumeok Junbi Seogi (Sikap Kuda-kuda Siap dengan Menutup Kepala)
4. Teknik bertahan/menangkis (Makki)
- 1) Arae Makki (Tangkisan ke Bawah)
 - 2) Eolgol Makki (Tangkisan ke Atas)
 - 3) Momtong An Makki (Tangkisan ke Tengah dari Luar ke Dalam)
 - 4) Momtong Bakat Makki (Tangkisan ke Tengah dari Dalam ke Luar)
 - 5) Sonnal Momtong Makki (Tangkisan ke Tengah dengan Pisau Tangan)
 - 6) Batang Son Momtong An Makki (Tangkisan ke Tengah dari Luar dengan Bantalan Telapak Tangan)
 - 7) Kawi Makki (Tangkisan Menggantung)
 - 8) Sonnal Bitureo Makki (Tangkisan Melintir dengan Satu Pisau Tangan)
 - 9) Hecho Makki (Tangkisan Ganda ke Luar)
 - 10) Eotgoreo Arae Makki (Tangkisan Silang ke Arah Bawah)
 - 11) Wesanteul Makki (Tangkisan Ganda Memotong Arah Bawah ke Luar)
5. Teknik serangan (Kongkyok Kisul) yang terdiri dari:
- i. Pukulan/Jireugi (Punching)
 - (1) Momtong Jireugi (Pukulan Lurus ke Depan, Sasaran Tengah)
 - (2) Yeop Jireugi (Pukulan Lurus ke Samping)
 - (3) Dangkyo Teok Jireugi (Pukulan ke Rahang Sambil Menarik)
 - (4) Du Jumeok Jecho Jireugi (Pukulan Ganda Mengait ke Atas)
 - ii. Sabetan/Chigi (Striking)
 - (1) Han Sonnal Mok Chigi (Sabetan Tunggal Dengan Pisau Tangan)

- (2) Jebipoom Mok Chigi (Sabetan dari Luar ke Dalam Dibarengi Tangkisan Pisau Tangan ke Arah Atas)
 - (3) Me Jumeok Naeryo Chigi (Sabetan dari Atas ke Bawah dengan Bantalan Kepalan Bagian Ruas Keliling)
 - (4) Dung Jumeok Eolgul Ap Chigi (Sabetan Depan Menggunakan Bonggol Atas Kepalan dengan Sasaran Atas)
 - (5) Palkup Dollyo Chigi (Sabetan Memutar dengan Siku Tangan)
 - (6) Palkup Pyojeok Chigi (Sabetan Siku Tangan dengan Sasaran/Target Terpegang)
 - (7) Mureup Chigi (Sabetan yang Menggunakan Lutut)
 - (8) Deung Jumeok Bakkat Chigi (Sabetan dari Dalam ke Luar dengan Menggunakan Bonggol atas Kepalan)
- iii. Tusukan/Chierugi (Thrusting)
- (1) Pyeonson Keut Sewo Chireugi (Tusukan dengan Telapak Tangan Tegak)
 - (2) Kawison Keut Chireugi (Tusukan dengan 2 Ujung Jari ke Arah Mata)
- iv. Tendangan/Chagi (Kicking)
- (1) Ap Chagi (Tendangan Depan)
 - (2) Dollyo Chagi (Tendangan Serong/Memutar)
 - (3) Yeop Chagi (Tendangan Samping)
 - (4) Dwi Chagi (Tendangan Belakang)
 - (5) Naeryo Chagi (Tendangan Menurun/Mencangkul)
 - (6) Twio Yeop Chagi (Variasi Tendangan Samping dengan Loncatan)
 - (7) Dwi Huryeo Chagi (Kombinasi dari Tendangan Dwi Chagi dan Momtong Dollyo Chagi)

- (8) Dubal Dangsang Chagi (Tendangan 2 Target Sasaran yang Dilakukan secara Beruntun ke Depan)
- (9) Twio Ap Chagi (Variasi Tendangan Depan dengan Loncatan)
- (10) Twio Dwi Chagi (Variasi dari Tendangan Belakang Dwi Chagi)

2.6.4 Peraturan Pertandingan

Competition Rules (Peraturan Pertandingan) ini bertujuan untuk mengatur semua tingkat pertandingan yang diselenggarakan oleh WTF (World Taekwondo Federation) dan MNA (Member National Association) agar berjalan dengan tertib, adil dan lancar sesuai dengan peraturan yang standar. Tujuan tersebut memastikan standarisasi dari segala pertandingan taekwondo di seluruh dunia. Pertandingan yang tidak mengikuti prinsip-prinsip dasar dari peraturan ini tidak diakui sebagai suatu pertandingan taekwondo. Peraturan pertandingan ini harus ditetapkan pada semua pertandingan yang diselenggarakan oleh WTF, "Continental Union" dan atau MNA.

2.6.4.1 Peraturan Pertandingan

Kejuaraan yang diselenggarakan oleh WTF mensyaratkan venue yang berkapasitas minimum 3.000 penonton. Ukuran lapangan keseluruhan minimum 60 m x 40 m dan tinggi dari lantai ke langit-langit gedung minimum 10 m, dengan dilengkapi sistem audio-visual yang memadai untuk penonton dan kontestan, seperti tertera dalam buku Technical Manual. Penerangan berdaya minimum 1.500 lux dan maksimum 1.800 lux, ditempatkan langsung di atas competition area. Seluruh ketentuan tersebut di atas sudah harus siap minimum 2 hari sebelum kejuaraan dilaksanakan dan disetujui oleh Technical Delegate.

Competition Area/area pertandingan berukuran 8 m x 8 m dengan permukaan rata dan beralaskan matras yang elastis dan tidak licin. Area pertandingan dapat diletakkan di atas panggung (platform) setinggi 1 meter dari lantai, dan demi keselamatan kontestan, tepi luarnya dibuat menurun dengan kemiringan tidak lebih dari 30 derajat.

2.6.4.2 Kontestan

1. Persyaratan Kontestan

- 1) Warga negara dari negara peserta
- 2) Direkomendasikan oleh National Taekwondo Association negara peserta
- 3) Pemegang sertifikat Dan Kukkiwon/WTF atau untuk kejuaraan junior disyaratkan pemegang sertifikat Poom/Dan Kukkiwon
- 4) Kontestan minimal berusia 15 tahun untuk senior dan berusia 14-17 tahun untuk junior. Usia dihitung berdasarkan tahun penyelenggaraan kejuaraan. Batas usia untuk kejuaraan junior dihitung berdasarkan tahun, bukan tanggal kejuaraan diselenggarakan, yaitu antara 14 sampai dengan 17 tahun.

2. Seragam dan Perlengkapan Pelindung Kontestan

- 1) Sebelum memasuki area pertandingan, kontestan harus memakai “WTF Approve” trunk/body protector (pelindung badan), head protector (pelindung kepala), groin guard (pelindung kemaluan), forearm guards (pelindung lengan), shin guard (pelindung tulang kering), hand protector (pelindung tangan), kaos kaki yang dilengkapi sensor (bila menggunakan PSS) dan mouthpiece (pelindung mulut). Sebelum memasuki area pertandingan, “Head Protector” dikepit di

tangan kiri dengan ketat, lalu dikenakan di kepala sesuai perintah Referee, sebelum aba-aba “Shijak”

- 2) Pelindung kemaluan, lengan dan tulang kering harus dikenakan di dalam dobok. Kontestan harus membawa seluruh perlengkapan pelindung masing-masing untuk keperluan sendiri. Pemakaian benda apapun di atas kepala selain dari pelindung kepala tidak diperbolehkan kecuali jilbab yang harus dikenakan di dalam head protector dan tidak berpotensi membahayakan atau mengganggu lawan.
- 3) Spesifikasi dobog dan perlengkapan pelindung juga perlu diterbitkan secara terpisah.

3. Pembagian Kelas

Tabel 2 Pembagian Kelas Kyoruki

1) Pembagian Kelas Senior

KELAS PUTRA		KELAS PUTRI	
Under 54 kg	Maximum 54,0 kg	Under 46 kg	Maximum 46,0 kg
Under 58 kg	54,1 – 58,0 kg	Under 49 kg	46,1 – 49,0 kg
Under 63 kg	58,1 – 63,0 kg	Under 53 kg	49,1 – 53,0 kg
Under 68 kg	63,1 – 68,0 kg	Under 57 kg	53,1 – 57,0 kg
Under 74 kg	68,1 – 74,0 kg	Under 62 kg	57,1 – 62,0 kg
Under 80 kg	74,1 – 80,0 kg	Under 67 kg	62,1 – 67,0 kg
Under 87 kg	80,1 – 87,0 kg	Under 73 kg	67,1 – 73,0 kg
Over 87 kg	Minimum 87,1 kg	Over 73 kg	Minimum 73,1 kg

Sumber: (WTF, 2011:9)

2) Pembagian Kelas Yuniior

KELAS PUTRA		KELAS PUTRI	
Under 45 kg	Maximum 45,0 kg	Under 42 kg	Maximum 42,0 kg
Under 48 kg	45,1 – 48,0 kg	Under 44 kg	42,1 – 44,0 kg
Under 51 kg	48,1 – 51,0 kg	Under 46 kg	44,1 – 46,0 kg
Under 55 kg	51,1 – 55,0 kg	Under 49 kg	46,1 – 49,0 kg
Under 59 kg	55,1 – 59,0 kg	Under 52 kg	49,1 – 52,0 kg
Under 63 kg	59,1 – 63,0 kg	Under 55 kg	52,1 – 55,0 kg
Under 68 kg	63,1 – 68,0 kg	Under 59 kg	55,1 – 59,0 kg
Under 73 kg	68,1 – 73,0 kg	Under 63 kg	59,1 – 63,0 kg
Under 78 kg	73,1 – 78,0 kg	Under 68 kg	63,1 – 68,0 kg
Over 78 kg	Minimum 78,1 kg	Over 68 kg	Minimum 68,01 kg

Sumber: (WTF, 2011:9)

2.6.4.3 Durasi pertandingan

1. Tiga (3) ronde x dua (2) menit, dengan waktu istirahat antar ronde selama satu (1) menit. Bila terjadi seri setelah tiga (3) ronde, maka setelah diberikan waktu istirahat selama satu (1) menit, dilanjutkan dengan ronde ke-4 (*Sudden Death Overtime Round*) selama dua (2) menit.
2. Technical Delegate dapat merubah pertandingan menjadi satu (1) menit x 3 ronde atau; satu setengah (1,5) menit x 3 ronde; atau dua (2) menit x 2 ronde, bila dipandang perlu sesuai dengan situasi kondisi. (WTF, 2011:12)

2.6.4.4 Prosedur Pertandingan

1. Pemanggilan Kontestan

Nama kontestan dipanggil sebanyak 3 kali dimulai 30 menit menjelang jadwal pertandingannya.

2. Pemeriksaan fisik dan perlengkapan

Setelah pemanggilan pertama, kontestan harus segera mendatangi Inspection Desk untuk menjalani pemeriksaan fisik, kostum, serta perlengkapannya oleh petugas yang ditunjuk oleh WTF.

3. Persiapan memasuki area pertandingan

Setelah menjalani pemeriksaan, kontestan melanjutkan bersiap di “Coach’s Area” dengan seorang coach sambil menunggu memasuki area pertandingan.

2.6.4.5 Poin yang Sah

1. Area sasaran yang mendapat poin (*Legal Scoring Areas*)
 - 1) Badan: Area yang diwarnai biru atau merah pada *body protector*
 - 2) Kepala: Seluruh bagian di atas tulang selangka (*collar bone*), termasuk telinga dan bagian belakang kepala.
2. Poin harus diberikan bila dilancarkan dengan akurat dan tenaga yang kuat ke area sasaran yang diperbolehkan
3. Kategori poin
 - 1) Satu (1) poin untuk serangan sah ke area badan
 - 2) Dua (2) poin untuk serangan tendangan berputar yang sah ke area badan
 - 3) Tiga (3) poin untuk serangan tendangan yang sah ke area kepala
 - 4) Empat (4) poin untuk serangan tendangan berputar yang sah ke area kepala
4. Nilai akhir adalah jumlah poin dari tiga ronde
5. Pembatalan poin bila kontestan melancarkan serangan dengan melakukan suatu pelanggaran, maka jika keluar poin harus dibatalkan. (WTF, 2011:17)

2.6.4.6 Keputusan Pemenang

1. Menang dengan *Knock Out* (KO)
2. Menang karena *Refree Stop Contest* (RSC)
3. Menang karena nilai akhir/*Final Score* (PTF)

4. Menang karena selisih poin/*Point Gap (PTG)*
5. Menang karena *Sudden Death (SDP)*
6. Menang berdasarkan *Superioritas (SUP)*
7. Menang karena mengundurkan diri/*Withdrawal (WDR)*
8. Menang karena lawan terkena *Diskualifikasi (DSQ)*
9. Menang karena lawan terkena hukuman Referee (PUN). (WTF, 2011:26)

2.6.5 Filosofi Seragam dan Sabuk

1. Seragam / Do Bok

Do Bok / seragam latihan dan sabuknya / Ti adalah kelengkapan penting saat berlatih Taekwondo. Seragam ini juga dipakai pula sebagai seragam resmi saat bertanding.

Model seragam ini diambil dari pakaian tradisional Korea yang disebut Han Dobok. Han Dobok terdapat 3 unsur bentuk yaitu lingkaran (*Won*), persegi empat (*Bang*), dan segitiga (*Kakn*) yang masing-masing menyimbolkan langit/surga, bumi dan manusia yang merupakan 3 unsur alam semesta (*Samilshingo*).

Awalnya Dobok hanya berwarna putih, namun sejak tahun 1970-an, dibedakan bagi penyandang Sabuk Hitam (Dan) dengan memakai krah leher Hitam dan untuk Poom (Sabuk Hitam Junior) memakai Krah Merah Hitam.

Sesuai filosofinya, para praktisi taekwondo harus selalu menjaga/memakai seragam dengan rapi dan bersih, karena mencerminkan bagaimana menjaga kehidupan di dunia.

2. Sabuk / Ti

Sabuk Taekwondo terdiri dari berbagai warna perbedaan sabuk menunjukkan perbedaan tingkatan, keahlian dan senioritas dalam Taekwondo.

Filosofi yang tercermin dari warna sabuk taekwondo:

- Putih melambangkan kesucian, awal/dasar dari semua warna, permulaan.
- Kuning melambangkan bumi, di sinilah mulai ditanamkan dasar-dasar taekwondo dengan kuat.
- Hijau melambangkan hijaunya pepohonan, pada saat inilah dasar taekwondo mulai ditumbuhkembangkan.
- Biru melambangkan birunya langit yang menyelimuti bumi dan seisinya, memberikan arti bahwa harus mulai mengetahui apa yang telah dipelajari.
- Merah melambangkan matahari, artinya bahwa memulai menjadi pedoman bagi orang lain dan mengingatkan harus dapat mengontrol setiap sikap/tindakan.
- Hitam melambangkan akhir yaitu lawan dari putih, melambangkan kematangan dalam berlatih dan penguasaan diri dari takut dan kegelapan.

Dengan filosofi tersebut maka perubahan warna sabuk harus memperlihatkan perubahan menyeluruh sikap hidup. (Yoyok Suryadi, 2002:147-148)

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif itu berakar pada latar belakang alamiah sebagai keutuhan, mengandalkan manusia sebagai alat penelitian, memanfaatkan metode kualitatif, mengadakan analisis data secara induktif, mengarahkan sasaran penelitiannya pada usaha menemukan teori-teori dasar, bersifat deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil, membatasi studi dengan focus, memiliki seperangkat kriteria untuk memeriksa keabsahan data, rancangan penelitiannya disepakati oleh kedua belah pihak: peneliti dan subjek penelitian (J.Moleong). Dimana peneliti ingin mengetahui tentang pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah tahun 2014/2015.

Pendekatan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah Kualitatif. Sebagaimana yang di kemukakan oleh Lexy J. Maloeng (2011:6) bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang di alami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi tindakan, dan lain-lain, secara holistik, dan dengan cara

deskripsi dalam suatu kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

3.2 Lokasi dan sasaran penelitian

Setiap situasi merupakan laboratorium di dalam lapangan penelitian kualitatif. Informan adalah orang-dalam pada latar penelitian. Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian.

Penelitian ini dilakukan di Pemusatan Pelatihan Daerah (Pelatda) Indonesia Jawa Tengah yang lokasinya berada di Komplek Gelora Jatidiri Kota Semarang, KONI Jawa Tengah dan Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah.

Dalam Penelitian ini yang dijadikan sasaran penelitian adalah pengurus, pelatih dan atlet untuk dijadikan sebagai informan.

3.3 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data

3.3.1 Instrumen Penelitian

Kedudukan peneliti dalam penelitian kualitatif cukup rumit. Peneliti merupakan perencana, pelaksana pengumpulan data, analisis, penafsir data, dan pada akhirnya dia menjadi pelapor hasil penelitiannya. Instrumen penelitian di sini dimaksudkan sebagai alat pengumpul data. (Moleong, 2010:168)

Tabel 3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Fokus Penelitian	Indikator	Sub Indikator	Subjek	Metode
Pembinaan Prestrasi Olahraga Taekwondo	1. Pemasalan	<ul style="list-style-type: none"> • Strategi pemasalan 	<ul style="list-style-type: none"> • Pelatih • Pengurus - Pengprov TI Jawa tengah - KONI - Dinpora 	Wawancara Wawancara Observasi
	2. Pembibitan	<ul style="list-style-type: none"> • Pencarian bibit atlet • Cara seleksi 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah 	Wawancara Wawancara Wawancara Observasi
	3. Prestasi	<ul style="list-style-type: none"> • Hasil prestasi atlet 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	Wawancara, Dokumentasi Wawancara Wawancara Observasi
	4. Atlet	<ul style="list-style-type: none"> • Pemilihan atlet berbakat • Identifikasi bakat 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah 	Wawancara Wawancara Wawancara Observasi
	5. Pelatih	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas dan peran pelatih • Kualifikasi pelatih • Sistem latihan 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus - Pengprov TI Jateng 	Wawancara, Wawancara Dokumentasi Wawancara Obsevasi

	6. Organisasi	<ul style="list-style-type: none"> • Fungsi Organisasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	<p>Wawancara Wawancara Wawancara</p> <p>Observasi</p>
	7. Pendanaan	<ul style="list-style-type: none"> • Sumber Dana 	<ul style="list-style-type: none"> • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah 	<p>Wawancara</p> <p>Observasi</p>
	8. Sarana dan Prasarana	<ul style="list-style-type: none"> • Pengadaan sarana dan prasarana • Keadaan sarana dan prasarana • Kelengkapan sarana dan prasarana 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	<p>Wawancara</p> <p>Dokumentasi</p> <p>Observasi</p>
	9. KONI Provinsi Jawa Tengah	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas dan peran KONI Jawa Tengah 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI • Pelatih 	<p>Wawancara</p> <p>Wawancara</p> <p>Observasi</p>

	10. Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah	<ul style="list-style-type: none"> Tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	<ul style="list-style-type: none"> Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah • Pelatih 	Wawancara Wawancara Observasi
--	---	---	---	---

Tabel 4 Rubrik Penilaian Observasi

Aspek-aspek	Indikator	Kriteria	Ahli
Pemasalan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Strategi Pemasalan <ul style="list-style-type: none"> Dibukanya olahraga bela diri taekwondo di sekolah-sekolah baik yang bersifat ekstrakurikuler maupun non ekstrakurikuler Dibukanya dojang taekwondo di berbagai daerah Provinsi Jawa Tengah Meliput prestasi taekwondo Jawa Tengah melalui media masa maupun elektronik <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p>	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional)</p>

Pembibitan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pencarian bibit unggul <ul style="list-style-type: none"> • Dilakukan melalui proses pengamatan di berbagai even kejuaraan • Pemanduan bakat • Talent scouting <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> ➤ Cara Seleksi <ul style="list-style-type: none"> • Melalui pemusatan latihan. • Melalui tes fisik dan mental • Melalui kompetisi <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional), Sabum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)</p>
Prestasi	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hasil Prestasi atlet <ul style="list-style-type: none"> • Menjadi juara umum di setiap event kejuaraan nasional • Menjadi barometer nasional • Dapat mencetak atlet-atlet potensial • Menyumbang medali di ajang PON <p>Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional), Sabum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon) Taufik (Kabid Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah)</p>
Atlet	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pemilihan atlet berbakat <ul style="list-style-type: none"> • Dilakukan secara terbuka • Memenuhi standart kriteria atlet yang dibutuhkan • Dilaksanakan secara independen • Pemantauan berbagai event kejuaraan • Pemanggilan untuk diseleksi <p>Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon), Ssbum Nim</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identifikasi bakat <ul style="list-style-type: none"> • Melihat dari kondisi fisik • Melihat mental atlet • Melihat dari kesehatan jasmani dan rohani • Melihat psikologi atlet (tanggung jawab, disiplin, rajin, ulet, tidak mudah putus asa, percaya diri, dll) • Melihat ketrampilan dari dalam diri atlet Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)
Pelatih	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tugas seorang pelatih <ul style="list-style-type: none"> • Mencari bibit • Melatih secara efektif dan efisien, • Menyusun program latihan • Memberikan takik pertandingan dalam latihan • Mengadakan uji coba try out • Menilai hasil atau evaluasi • Membuat laporan • Melakukan penelitian untuk pengembangan dari hasil evaluasi. Terdapat 7 poin diatas Terdapat 5 poin diatas Tidak melakukan tugas pelatih ➤ Kualifikasi Pelatih <ul style="list-style-type: none"> • Memiliki Pengetahuan • Memiliki pengalaman • Memiliki karakter • Memiliki sertifikat kepelatihan Terdapat 3 poin Terdapat 2 poin Tidak memiliki ➤ Sistem Latihan <ul style="list-style-type: none"> • Tedapat aspek fisik • Terdapat aspek teknik • Terdapat aspek taktik • Terdapat aspek mental • Menggunakan prinsip overload • Menggunakan prinsip perkembangan menyeluruh • Menggunakan prinsip spesialisasi • Menggunakan prinsip individualisasi • Menggunakan prinsip intensitas latihan 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p>	Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional) , Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon),

	<ul style="list-style-type: none"> • Menggunakan prinsip kualitas latihan • Menggunakan prinsip variasi • Menggunakan prinsip lama latihan • Menggunakan prinsip perodesasi latihan • Menggunakan prinsip penetapan sasaran <p>Terdapat 10 poin diatas Hanya 7 poin Tidak terdapat aspek latihan</p>	<p>Baik Sedang Kurang baik</p>	
Organisasi	<p>➤ Fungsi organisasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat tujuan • Terdapat struktur organisasi • Tugas anggota dijalankan sesuai jabatan • Terdapat Perencanaan, Pengaturan, Pengawasan, dan Pelaporan • Terdapat 3 poin diatas • Terdapat 2 poin diatas • Tidak terdapat organisasi 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon),</p>
Pendanaan	<ul style="list-style-type: none"> • Pendanaan bersumber dari pemerintah • Bersumber dari sponsor, • Bersumber dari donator, • Bersumber dari kas • Pengelolaan dana sesuai kebutuhan • Terdapat laporan pertanggungjawaban <p>Terdapat 4 poin diatas. Terdapat 3 poin diatas. Tidak ada sumber dana</p>	<p>Sangat Baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional)</p>
Sarana dan prasarana	<ul style="list-style-type: none"> • Gedung Representatif khusus latihan, • Memiliki matras • Body protector • Head guard • Deker tangan dan kaki • Hand gloves • Pelindung kemaluan • Target • Samsak • Alat fitnes atlet <p>Hanya terdapat 7 poin Hanya terdapat 5 poin</p>	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon), Ssbum Nim</p>

	Tidak terdapat satupun item	baik	Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)
KONI	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tugas dan peran KONI <ul style="list-style-type: none"> • Membantu pengadaan sarana dan prasarana • Memberi dukungan dan motivasi bagi atlet • Memberikan penghargaan bagi atlet berprestasi • Menjalin hubungan baik dengan pengurus provinsi <p>Hanya terdapat 3 poin Hanya terdapat 2 poin Tidak terdapat satupun item</p>	Sangat baik Baik Sedang Kurang baik	Taufik Hidayah Kabid. Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah
Dinas Pemuda dan Olahraga	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga <ul style="list-style-type: none"> • Pengadaan sarana dan prasarana untuk menunjang prestasi taekwondo Jawa Tengah • Menyediakan fasilitas bagi kebutuhan pribadi atlet dan pelatih (mes dan makan) • Memberikan bantuan dana untuk mengikuti even kejuaraan • Membiayai pendidikan atlet • Membiayai perawatan atlet cedera saat latihan maupun pasca kejuaraan <p>Hanya terdapat 3 poin Hanya terdapat 2 poin Tidak terdapat satupun item</p>	Sangat baik Baik Sedang Kurang baik	Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional) Kabid Penelitian dan Pengembangan

Sumber: Para Ahli

Tabel 5 Kriteria Penilaian Observasi

No	Indikator Pengamatan	Kriteria			
		Sangat Baik	Baik	Sedang	Kurang Baik
1.	Pemasalan - Strategi pemasalan				
2.	Pembibitan - Pencarian bibit unggul - Cara seleksi				
3.	Prestasi - Hasil prestasi atlet				
4.	Atlet - Pemilihan atlet berbakat - Identifikasi bakat				

5.	Pelatih - Tugas dan peran pelatih - Kualifikasi pelatih - Sistem latihan				
6.	Organisasi - Fungsi Organisasi				
7.	Pendanaan - Sumber Dana				
8.	Sarana dan Prasarana - Keadaan sarana dan prasarana - Kelengkapan sarana dan prasarana				
9.	KONI Jawa Tengah - Tugas dan peran KONI Jawa Tengah				
10.	Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa tengah - Tugas dan peranan Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah				

Sumber: Para Ahli

3.3.2 Metode Pengumpulan Data

1. Wawancara

Menurut Moelong. (2011:186) Metode wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.

Panduan wawancara digunakan untuk memandu pengumpulan data yang dilakukan melalui tanya jawab langsung dengan responden.

2. Observasi

Observasi atau pengamatan mengoptimalkan kemampuan peneliti dari segi motif, kepercayaan, perhatian, perilaku tak sadar, kebiasaan dan sebagainya.(J. Moleong, 2010:175)

Pengamatan secara langsung merupakan cara yang baik untuk melihat kejadian yang sebenarnya. Teknik ini juga memiliki keuntungan karena

memungkinkan peneliti untuk memahami situasi yang rumit dan dapat mengamati beberapa tingkah laku yang muncul secara bersamaan.

3. Dokumentasi

Dokumen resmi terbagi atas dokumen internal dan dokumen eksternal. Dokumen internal berupa memo, pengumuman, instruksi, aturan suatu lembaga masyarakat tertentu yang digunakan dalam kalangan sendiri. Dokumen eksternal berisi bahan-bahan informasi yang dihasilkan oleh suatu lembaga.

Dokumentasi merupakan salah satu alat pengumpulan data tertulis yang didapat peneliti dari dokumen-dokumen atau arsip yang di perlukan peneliti. Data tertulis ini sangat di butuhkan untuk menjadikan penelitian ini lebih lengkap dan valid. Foto merupakan salah satu sumber informasi yang bisa dijadikan data dalam dalam penelitian ini. Ada dua kategori foto dalam penelitian kualitatif, yaitu foto yang dihasilkan orang dan foto yang dihasilkan peneliti sendiri.

3.4 Pemeriksaan Keabsahan Data

Menurut Moleong (2010:324) untuk menetapkan keabsahan data diperlukan teknik pemeriksaan. Pelaksanaan teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi uji: kepercayaan (*credibility*), keterahlian (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*).

3.4.1 Kepercayaan (*credibility*)

Pengujian *Kredibilitas* yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik triangulasi dan bahan referensi.

1. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu (Moleong, 2010:330).

Menurut Denzin (1978) dalam Moleong (2011:330) membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan pengguna sumber, metode, penyidik, dan teori.

Dari beberapa teknik triangulasi tersebut teknik yang peneliti gunakan dua macam yaitu, triangulasi dengan sumber dan triangulasi dengan metode.

1) Triangulasi dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif, menurut Patton (1987) dalam Moleong (2011:330). Hal itu dapat dicapai dengan jalan :

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
- c. Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu.
- d. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang-orang yang berpendidikan menengah atau tinggi, orang berada, orang pemerintahan.
- e. Membandingkan hasil wawancara dengan isi sesuatu dokumen yang berkaitan.

2) Pada triangulasi dengan metode, menurut Patton (1987) dalam Moleong (2011:331), terdapat dua strategi yaitu :

- a. Pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data.
- b. Pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.

Menggunakan kedua teknik triangulasi diatas akan dapat diperoleh hasil penelitian yang benar-benar sah, karena kedua teknik triangulasi diatas sangat sesuai dengan penelitian yang bersifat kualitatif.

2. Menggunakan Bahan Referensi

Yang dimaksud bahan referensi disini adalah adanya pendukung untuk membuktikan data yang telah ditemukan oleh peneliti. Sebagai contoh data hasil wawancara perlu adaya rekaman wawancara, data gambaran suatu keadaan perlu didukung oleh foto-foto.

3.4.2 Keteralihan (*transferability*)

Seperti yang telah dikemukakan bahwa, *transferability* ini merupakan validitas eksternal dalam penelitian kuantitatif. *Validitas eksternal* menunjukkan derajat ketepatan atau dapat di terapkannya hasil penelitian ke populasi di mana sampel tersebut diambil. Oleh karena itu, supaya orang lain dapat memahami hasil penelitian kualitatif sehingga ada kemungkinan untuk menerapkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti dalam membuat laporannya harus memberikan uraiannya yang rinci, jelas, sistematis dan dapat dipercaya. Dengan demikian maka pembaca menjadi jelas atas hasil penelitian tersebut, sehingga dapat memutuskan dapat atau tidaknya untuk mengaplikasikan hasil penelitian tersebut di tempat lain.

3.4.3 Kebergantungan (*dependability*)

Dalam penelitian kuantitatif, *dependability* disebut reabilitas. Suatu penelitian yang reliabel adalah apabila orang lain dapat mengulangi atau mereplikasi proses penelitian tersebut. Dalam penelitian kualitatif, uji *dependability* dilakukan dengan melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Sering terjadi penelitian tidak melakukan proses penelitian kelengkapan, tetapi bisa memberikan data. Peneliti tersebut perlu di uji *dependability*nya. Untuk itu pengujian *dependability* dilakukan dengan cara melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian. Caranya dilakukan oleh auditor yang independen, atau pembimbing untuk mengaudit keseluruhan aktifitas peneliti dalam melakukan penelitian, atau peneliti dapat menunjukkan jejak penelitian.

3.4.4 Kepastian (*confirmability*)

Pengujian *confirmability* dalam penelitian kuantitatif disebut dengan uji obyektivitas penelitian. Penelitian dikatakan obyektif bila hasil penelitian telah di sepakati banyak orang. Dalam penelitian kualitatif, uji *confirmability* mirip dengan uji *dependability*, sehingga pengujiannya dapat dilakukan secara bersamaan. Menguji *confirmability* berarti menguji hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar *confirmability*. Dalam penelitian, jangan sampai proses tidak ada, tetapi hasilnya ada.

3.5 Metode Analisis Data

Analisis data kualitatif (Bogdan dan Biklen, 1982) adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan

menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceriterakan kepada orang lain.(Moleong, 2010:248)

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data metode perbandingan tetap atau *Constant Comparative Method* karena dalam analisis data, secara tetap membandingkan satu datum dengan datum yang lain, dan kemudian secara tetap membandingkan kategori satu dengan kategori lainnya. Secara umum proses analisis datanya mencakup: reduksi data, kategorisasi data, sintesisasi, dan diakhiri dengan menyusun hipotesis kerja.

3.5.1 Reduksi Data (*Reduction Data*).

- a. Identifikasi satuan (unit). Pada mulanya diidentifikasi adanya satuan yaitu bagian terkecil yang ditemukan dalam data yang memiliki makna bila dikaitkan dengan fokus dan masalah penelitian.
- b. sesudah satuan diperoleh langkah selanjutnya adalah membuat koding. Membuat koding berarti memberikan kode pada setiap satuan agar tetap dapat ditelusuri data/satuannya, berasal dari sumber mana.(J.Moleong, 2010:288)

3.5.2 Kategorisasi

- a. Kategorisasi adalah upaya memilah-milah setiap satuan ke dalam bagian-bagian yang memiliki kesamaan.
- b. Setiap kategori diberi nama yang di sebut 'label'.(J.Moleong, 2010:288)

3.5.3 Sintesisasi

- a. Mensintesisasikan berarti mencari kaitan antara satu kategori dengan kategori lainnya.
- b. Kaitan satu kategori dengan kategori lainnya diberi nama/label lagi

3.5.4 Menyusun ‘Hipotesis Kerja’

Hal ini dilakukan dengan jalan merumuskan suatu pernyataan yang proposional. Hipotesis kerja ini sudah merupakan teori *substantif* (yaitu teori yang berasal dan masih terkait dengan data. Hipotesis kerja ini hendaknya terkait dan sekaligus menjawab *pertanyaan penelitian*.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan bahwa Pembinaan Taekwondo di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah Tahun 2014/2015 tergolong dalam kategori baik. Sistem keolahragaan yang pada intinya dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga yang diawali dengan tahapan pengenalan olahraga, pemantauan dan pemanduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi sesuai dengan penjelasan Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dapat dikatakan baik.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepada Pengprov TI Jawa Tengah agar terus berupaya mencari bibit atlet potensial untuk mempertahankan dan meningkatkan prestasi taekwondo Jawa tengah sesuai dengan visinya yaitu "Taekwondo Jawa Tengah Menuju Prestasi Dunia.
2. Kepada Pengprov TI Jawa Tengah agar berupaya melengkapi sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah khususnya *Fitness Centre* dan *Medical Centre* untuk memenuhi kebutuhan atlet.

3. Kepada pelatih agar selalu memantau perkembangan atlet baik fisik, teknik maupun psikologis atlet karena sebagian besar atlet memiliki status sebagai mahasiswa yang juga disibukkan dengan aktivitas perkuliahan.
4. Kepada Perguruan Tinggi sebagai satuan pendidikan agar ikut mendukung prestasi atlet di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah baik moril maupun materiil. Khususnya Universitas Negeri Semarang (UNNES) dimana sebagian besar atlet menimba ilmu di Perguruan Tinggi tersebut.
5. Kepada KONI Jawa Tengah sebagai organisasi yang menjembatani pemerintah daerah dengan Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah agar terus berupaya meningkatkan anggaran pembinaan prestasi olahraga Jawa Tengah khususnya taekwondo merupakan salah satu cabang olahraga unggulan di event nasional khususnya PON (Pekan Olahraga Nasional).
6. Kepada Dinas Pemuda dan Olahraga untuk terus berupaya membuat dan melaksanakan program kegiatan dalam rangka peningkatan prestasi taekwondo Jawa Tengah.
7. Kepada semua pihak terkait agar mendukung pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah tahun 2014/2015 baik moril maupun materiil untuk menghadapi event Pra PON 2015 di Jawa Tengah dan PON 2016 di Jawa Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono. 1988 . *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Depdiknas
- Harsuki. 2012. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Kamus Besar Bahasa Indonesia .Pusat Bahasa Edisi Keempat. 2005. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Direktorat Jenderal Olahraga. 2002. *Seleksi dan Penelusuran Minat dan Bakat Olahraga*. Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga
- Lutan Rusli. 2000. *Manajemen Penjaskes*. Semarang : PJKR FIK UNNES.
- Maloeng, Lexy. 2011. *Metode penelitian kualitatif*. Bandung : P.T Remaja Rosdakarya.
- Mohammad Ali, dan Mohammad Asrori. 2014. *Metodologi dan Aplikasi Riset Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rubianto Hadi. 2004. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang : PKLO FIK UNNES.
- Rubianto Hadi. 2007. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang : Cipta Prima Nusantara.
- Said Junaidi. 2003. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Semarang : PKLO FIK UNNES.
- Soepartono. 2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Semarang : PJKR FIK UNNES.
- Schmad Paturusi. 2012. *Manajeme Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta : Rineka Cipta
- Lutan Rusli. 2013. *Pedoman Perencanaan Pembinaan Olahraga*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Suharsimi Arikunto. 2006.*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Proyek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfbeta.

Suhendro, Andi dkk. 2002. *Dasar-Dasar Kepeatihan*. Jakarta. Universitas Terbuka

Sukadiyanto dan Dangsina Muluk. 2011. *Pengantar teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung : Lubuk Agung

Undang-undang repulik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang sistem . 2007. Jakarta : Cv. Eko Jaya

World Taekwondo Federation. 2011. *Competition Rules*. Kukkiwon : WTF

Yoyok Suryadi. 2002. *Taekwondo Poomsae Tae Geuk*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

<http://journal.ppsunj.org/gjik/article/download/103/103>. (accessed 28/01/15)

<http://caritonang.blogspot.com/2012/04/pola-pembinaan-olahraga-prestasi-dinas.html?m=1> (accessed 13/01/15)

http://www.jdih.setjen.kemendagri.go.id/files/p_jateng_6_2008.pdf (accessed 25/02/15)

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

FORMULIR USULAN TOPIK SKRIPSI



DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PJKR S1

Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telp. (024) 8508007 Fax. 8508007
Email : FIK - UNNES SMG@telkom.Net

USULAN TEMA DAN JUDUL SKRIPSI

Diajukan Oleh :

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
NIM : 6101411035
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Prodi : S1
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Tema : **PEMBIMBANAAN PRESTASI**
Judul : "PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI
TAEKWONDO DI PUSAT PEMBINAAN OLAHRAGA PRESTASI
(PPOP) PROVINSI JAWATENGAH TAHUN 2014"

Semarang, 31 Oktober 2014

Yulhida Widyaningrum

NIM. 6101411035

*oee
dapat diteliti
Pembimbing
Penny S
4/11/2014
Hm*

Menyetujui,

Ketua Jurusan PJKR

Drs. Mugivo Hartono, M.Pd.

NIP. 19610903 198803 1 002

Verifikator

Ipani Setiawan S.Pd, M.Pd

NIP 197508252008121001

Lampiran 2

SURAT KEPUTUSAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING



**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Nomor: 1314/FIK/2014**

**Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER
GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2014/2015**

Menimbang : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.

Mengingat : 1. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
2. Peraturan Rektor No. 21 Tahun 2011 tentang Sistem Informasi Skripsi UNNES
3. SK Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
4. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;

Menimbang : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/PJKR Tanggal 11 Desember 2014

MEMUTUSKAN

Menetapkan :
PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada
Nama : Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.
NIP : 197508252008121001
Pangkat/Golongan : III/C
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Pembimbing
Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
NIM : 6101411035
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/PJKR
Topik : PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI
TAEKWONDO DI PUSAT PEMBINAAN OLAHRAGA
PRESTASI (PPOP) PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN
2014/2015

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

Tembusan
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
2. Ketua Jurusan
3. Petinggal



DITETAPKAN DI : SEMARANG
PADA TANGGAL : 17 Desember 2014
DEKAN

H. Hary Pramono, M.Si.
NIP 195910191985031001

Lampiran 3

SURAT IJIN MELAKSANAKAN OBSERVASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Gedung FK Kampus Sekeloa Gunungpati Semarang, Telp/Fax. 024-8508007
Email : fik_unnes@telkom.net, Website: http://fik.unnes.ac.id

Nomor : 6464/UN37.1.6/LT/2014
Hal : Ijin Observasi SKripsi

Yth. Ketua PEMPROV TI Jateng
Di. Semarang .

Dalam rangka penyelesaian program studi, dengan ini kami mohon untuk mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
N I M : 6101411035
Semester : VII / Tujuh
Prodi : S.1 / PJKR FIK UNNES

Agar diperkenankan mengadakan Observasi untuk memenuhi tugas Penulisan Skripsi, di tempat yang bapak pimpin.

Demikian permohonan kami. Atas terkabulnya permohonan ini kami ucapkan terima kasih.



Semarang, 3 Desember 2014

Dekan
Pembantu Dekan Bidang Akademik,

Drs. Tri Rustiadi, M.Kes
NIP. 196410231990021001

Tembusan :

1. Dekan FIK UNNES
2. Ketua Jurusan PJKR FIK UNNES
FIK Universitas Negeri Semarang

No Dokumen FM-01-AKD-03



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Gedung F1 Kampus Sekatan Gunungpati Semarang, Telp/Fax: 024-8508007
Email: fk_unnes@telkom.net Website: <http://fk.unnes.ac.id>

Nomor : 1519/UN37.1.6/EP/2015
Hal : Ijin Observasi

Yth. Ketua KONI Jateng
di. Semarang

Dalam rangka penyelesaian program studi, dengan ini kami mohon untuk mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Yulhida Widyaningrum
NIM : 6101411035
Semester : VIII /Delapan
Prodi : S.1/ PJKR FIK UNNES

Agar diperkenankan mengadakan Observasi untuk memenuhi tugas Penulisan Skripsi, di tempat yang bapak pimpin.

Demikian permohonan kami. Atas terkabulnya permohonan ini kami ucapkan terima kasih.



Semarang, 12 Maret 2015
Dekan
Pembantu Dekan Bidang Akademik,
Drs. H. Pustadi, M.Kes
NIP. 196410231990021001

Tembusan :
1. Dekan FIK UNNES
2. Ketua Jurusan PJKR FIK UNNES
FIK Universitas Negeri Semarang



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Gedung F1 Kampus Sekaran Gunungpati Semarang, Telp/Fax: 024-8508007
Email: ik.unnes@telkom.net Website: <http://fik.unnes.ac.id>

Nomor : 1520/UN37.1.6/EP/2015
Hal : Ijin Observasi

Yth. Ketua DINPORA Jateng
di. Semarang

Dalam rangka penyelesaian program studi, dengan ini kami mohon untuk mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Yulhida Widyaningrum
NIM : 6101411035
Semester : VIII /Delapan
Prodi : S.1/ PJKR FIK UNNES

Agar diperkenankan mengadakan Observasi untuk memenuhi tugas Penulisan Skripsi, di tempat yang bapak pimpin.

Demikian permohonan kami. Atas terkabulnya permohonan ini kami ucapkan terima kasih.

Semarang, 12 Maret 2015



Dekan Bidang Akademik,

Drs. Tri Rueladi, M.Kes
NIP. 196410231990021001

Tembusan :

1. Dekan FIK UNNES
2. Ketua Jurusan PJKR FIK UNNES
FIK Universitas Negeri Semarang

Lampiran 4

SURAT IJIN MELAKSANAKAN PENELITIAN



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
 FAKULTAS HUKUM KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik.unnes@telkom.net

Nomor : *SP/UNNES-1.6/IK/2015*
 Lamp. :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Ketua PELATDA Prov. Jateng, Semarang
 di PELATDA Prov. Jateng, Semarang

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
 NIM : 6101411035
 Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, S1
 Topik : PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI
 TAEKWONDO DI PELATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO
 PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN 2014/2015

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 10 Maret 2015

Dr. I. Hariyanto, M.Si.
 NIP. 195510191985031001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229

Telepon: 024-8508007

Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

Nomor
Lamp.
Hal

209/K/187-1-E/IT/2015
:
: Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Ketua KONI Prov. Jateng, Semarang
di KONI Prov. Jateng, Semarang

Dengan Hormat,

Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsitugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
NIM : 6101411035
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, S1
Topik : PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI
TAEKWONDO DI PELATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO
PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN 2014/2015

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



31 Maret 2015

Harry Pramono, M.Si.
NIP. 195910191985031001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 LL 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

Nomor : 000/10371-6/1-1/2015
 Lamp. :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Ketua DINPORA Prov. Jateng, Semarang
 di DINPORA Prov. Jateng, Semarang

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
 NIM : 6101411035
 Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, S1
 Topik : PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLARHAGA BELA DIRI
 TAEKWONDO DI PELATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO
 PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN 2014/2015

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



31 Maret 2015

Dr. H. Harry Pramono, M.Si.
 NIP. 195910191985031001

Lampiran 5

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN OBSERVASI

TAEKWONDO INDONESIA

PENGURUS PROVINSI JAWA TENGAH

Sekretariat : Gajahmada Plaza C1 Semarang 50000
 Telp. (024) 8414449 Fax. (024) 8454907
 E-mail : pengprov@taekwondo-jateng.or.id

Semarang , 10 Maret 2015

SURAT KETERANGAN
145 / TIJT / III / 2015

Dengan Hormat ,

Yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Tanu Kismanto
 Jabatan : Ketua Harian
 Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah

Menerangkan bahwa :

Nama : Yulhida Widyaningrum
 NIM : 6101411035
 Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi S1
 Instansi : Universitas Negeri Semarang

Telah melakukan observasi di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah dari tanggal 2 sampai dengan 7 Maret 2015, guna penyusunan Skripsi dengan topik : **PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI TAEKWONDO DI PEMUSATAN LATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH TAHUN 2014 / 2015.**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

**PENGURUS PROVINSI
 TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH
 KETUA HARIAN**

TANU KISMANTO



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PEMUDA DAN OLAHRAGA

Jl. Kimangunsarkoro Nomor 12 Semarang Telepon (024) 8419956, 8419957, 8419958
 Faksimile (024) 8419959 Kode Pos 50241 website : www.dinpora.jatengprov.go.id

Semarang, 13 April 2015

Nomor : 070/403
 Sifat :
 Lampiran :
 Perihal : Ijin Observasi.

Kepada Yth.
 Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Universitas Negeri Semarang
 Gedung F1 Kampus Sekaran
 Di –

SEMARANG

Dengan hormat,

Bersama ini, kami menerangkan bahwa, mahasiswa Universitas Negeri Semarang di bawah ini,

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
 NIM : 6101411035
 Program Studi : S1/PJKR FIK UNNES
 Topik : Pembinaan prestasi cabang olahraga beladiri Taekwondo di Pelatihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Provinsi Jawa Tengah Tahun 2014/2015.

Telah melaksanakan Observasi di Pelatihan Daerah (Pelatda) Taekwondo Provinsi Jawa Tengah pada tanggal 18 Maret 2015.

Demikian untuk menjadikan maklum.

An.KEPALA DINAS PEMUDA DAN OLAHRAGA
 PROVINSI JAWA TENGAH
 Sekretaris



Drs. TRI LAKSONO, MM

Pembina Tk.I

NIP. 19631108 198503 1 004

Tembusan disampaikan kepada Yth :

- Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Prov. Jateng (sbg. Laporan);

Lampiran 6

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN



TAEKWONDO INDONESIA

PENGURUS PROVINSI JAWA TENGAH

Sekretariat : Gajahmada Plaza C1 Semarang 50000
 Telp. (024) 8414449 Fax. (024) 8454907
 E-mail : pengprov@taekwondo-jateng.or.id

Semarang , 21 April 2015

SURAT KETERANGAN
149 / TLJT / IV / 2015

Dengan Hormat ,

Yang bertandatangan dibawah ini,

Nama : Tanu Kismanto
 Jabatan : Ketua Harian
 Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah

Menerangkan bahwa :

Nama : Yulhida Widyaningrum
 NIM : 6101411035
 Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi S1
 Instansi : Universitas Negeri Semarang

Telah melakukan Penelitian di Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah dari tanggal 2 sampai dengan 9 April 2015, guna penyusunan Skripsi dengan topik : **PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI TAEKWONDO DI PEMUSATAN LATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH TAHUN 2014 / 2015.**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

PENGURUS PROVINSI
 TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH
 KETUA HARIAN

TANU KISMANTO



**KOMITE OLAHRAGA NASIONAL INDONESIA
(K O N I)**

PROVINSI JAWA TENGAH

Alamat : Komplek Gelanggang Olahraga "JATI DIRI" Karangrejo Semarang - 50234

Telp. (024) 8412940 - 8412950, Fax. 8412950

E-mail : konijateng@gmail.com , Website : www.konijateng.net



SURAT KETERANGAN

Nomor : 597/Um/ IV /2015

Yang bertanda tangan dibawah ini :

N a m a : **HARTONO**
Jabatan : Ketua Umum KONI Provinsi Jawa Tengah.
Alamat : Komplek Gelora Jatidiri, Karangrejo Semarang.

Berdasarkan surat Universitas Negeri Semarang Nomor : 1519 / UN37.1.6 / EP/2015 tanggal 12 Maret 2015 perihal ijin observasi dan Nomor 2091/UN37.1.6/LT/2015 tanggal 31 Maret 2015 perihal ijin penelitian.

Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

N a m a : **YULHIDA WIDYANINGRUM**
NIM : 6101411035
Status : Mahasiswa FIK UNNES
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, S1
 Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Telah melakukan penelitian tentang kegiatan Pemusatan Latihan Daerah Cabang Olahraga Taekwondo Jawa Tengah dengan topik **PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA BELA DIRI TAEKWONDO DI PELATIHAN DAERAH (PELATDA) TAEKWONDO PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN 2014/2015**, sebagai bahan penyusunan skripsi/tugas akhir.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Semarang, 8 April 2015

KONI PROVINSI JAWA TENGAH

Ketua Umum,



HARTONO



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PEMUDA DAN OLAAHRAGA

Jl. Kimangunsarkoro Nomor 12 Semarang Telepon (024) 8419956, 8419957, 8419958
 Faksimile (024) 8419959 Kode Pos 50241 website : www.dinpora.jatengprov.go.id

Semarang, 13 April 2015

Nomor : 070/403
 Sifat :
 Lampiran :
 Perihal : Keterangan Melaksanakan
 Penelitian.

Kepada Yth.
 Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Universitas Negeri Semarang
 Gedung F1 Kampus Sekaran
 Di -

SEMARANG

Dengan hormat,
 Bersama ini, kami menerangkan bahwa, mahasiswa Universitas Negeri
 Semarang di bawah ini,

Nama : YULHIDA WIDYANINGRUM
 NIM : 6101411035
 Program Studi : S1/PJKR FIK UNNES
 Topik : Pembinaan prestasi cabang olahraga beladiri
 Taekwondo di Pelatihan Daerah (Pelatda)
 Taekwondo Provinsi Jawa Tengah Tahun 2014 /
 2015.

Telah melaksanakan penelitian di Pelatihan Daerah (Pelatda)
 Taekwondo Provinsi Jawa Tengah pada tanggal 7 April 2015.

Demikian untuk menjadikan maklum.

An.KEPALA DINAS PEMUDA DAN OLAAHRAGA
 PROVINSI JAWA TENGAH

Sekretaris

Drs. TRI LARSONO, MM
 Pembina Tk.I
 NIP. 19611108 198503 1 004

Tembusan disampaikan kepada Yth :

- Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Prov. Jateng (sbg. Laporan);

Lampiran 7

STRUKTUR ORGANISASI PENGURUS PROVINSI TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



TAEKWONDO INDONESIA (PENGURUS BESAR)

Pintu VI Stadion Utama Senayan Jakarta Pusat
Telepon : (021) 5735035, 57953171 Fax : (021) 57953170
E-mail : info@pbti.or.id

Lampiran Surat Keputusan
Pengurus Besar Taekwondo Indonesia
Nomor : SKEP. 10 /PBTI/VII/2014
Tanggal : 14 Juli 2014

REVISI SUSUNAN PERSONALIA PENGURUS PROVINSI TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH MASA BAKTI 2013 - 2017

I. Penasehat	: 1. Alex Harijanto 2. Dr. Ir. H. Sri Puryanto, KS,MP 3. TFX. Herman Andikara
II. Pengurus Provinsi	:
Ketua Umum	: Sudarsono Chandrawidjaja, SE
Wakil Ketua	: Soegiono Boedisantoso, SE
Ketua Harian	: Tanu Kismanto
Sekretaris Umum	: Ir. Agus Soewito, MM
Bendahara	: Anisa Dwi Nur Afiana, SE
Ketua I Bidang Organisasi	: Bambang Setiawan, M.Si
Komisi Cabang	: Wijayanto Sulisti
Komisi Humas	: Surasto Ismu Puruhito
Komisi Pelajar dan Mahasiswa	: Drs. Dodi Sugiharto
Komisi TNI dan POLRI	: Agus Purwanto
Ketua II Bidang Pembinaan Prestasi	: Singgih Hendarto, S.Pd, M. Pd
Komisi Pertandingan	: Aries Budi Nugroho, ST
Komisi Perwasitan	: Eko Kinaryanto
Komisi Kenaikan Tingkat	: 1. Djoko Suprajitno 2. Suroso



TAEKWONDO INDONESIA (PENGURUS BESAR)

Pintu VI Stadion Utama Senayan Jakarta Pusat
Telepon : (021) 5735035, 57953171 Fax : (021) 57953170
E-mail : info@pbti.or.id

- Ketua III Bidang Dana dan Usaha : Jimmy Yowono, MBA
Komisi Dana dan Usaha : Yohanes Otto Andoko, SH
- Ketua IV Bidang LITBANG (Penelitian dan Pengembangan) : Bambang Widjanarko, SE
Komisi IPTEK dan Kesehatan Olahraga : 1. Islahuzzaman Nuryadin, M.Or
2. Ir. A. Hassan
3. Awang Saputra

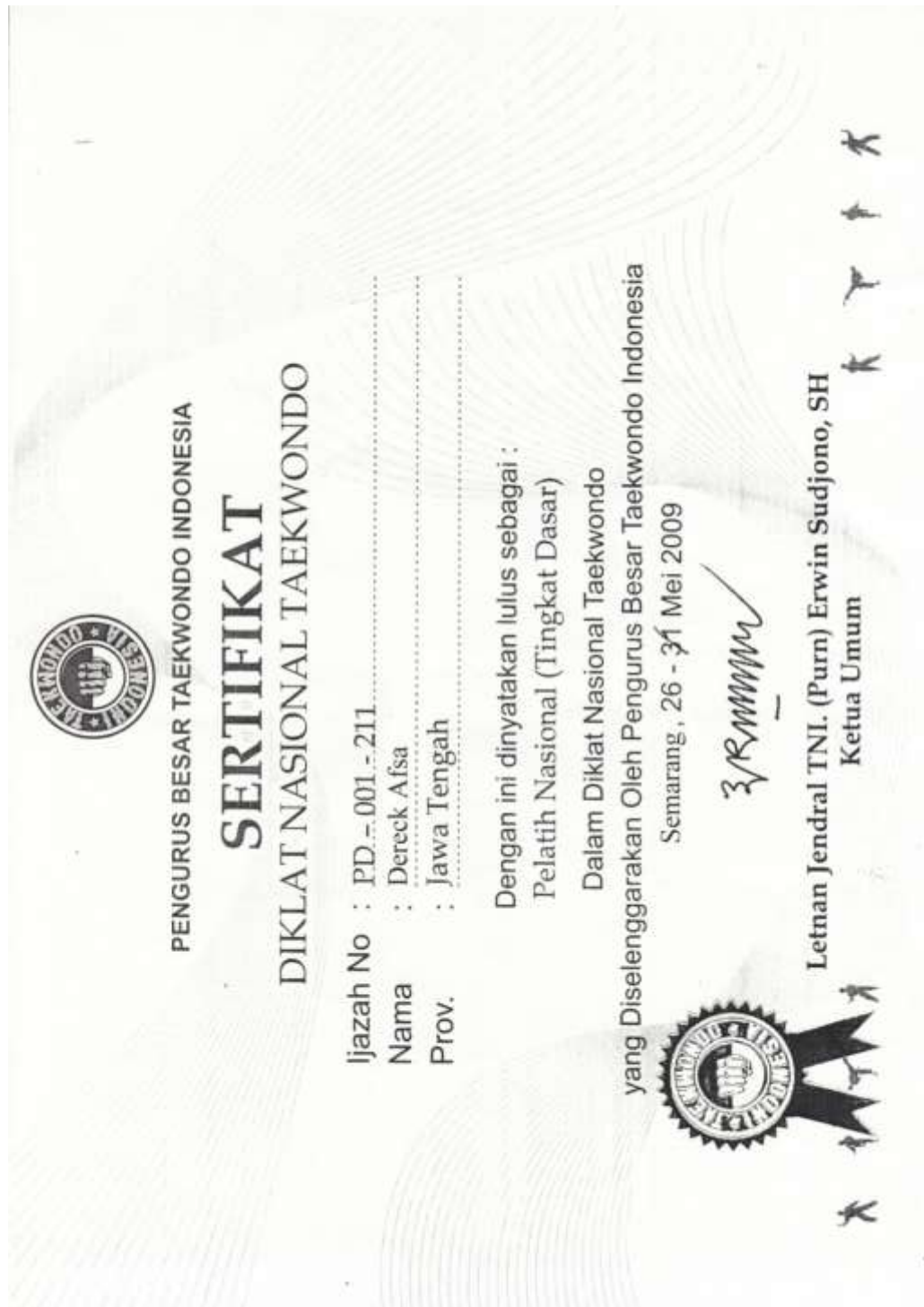
PENGURUS BESAR TAEKWONDO INDONESIA
KETUA UMUM



MARITANO NORMAN
LETNAN JENDERAL TNI (PURN)

Lampiran 8

PIAGAM DAN SERTIFIKAT PELATIH





PENGURUS PROVINSI TAEKWONDO INDONESIA
JAWA TENGAH



PIAGAM

Diberikan kepada :

Dereck Afsa

Atas partisipasinya dalam

PENDIDIKAN dan PELATIHAN PERWASITAN TAEKWONDO DAERAH JATENG

yang diselenggarakan oleh
Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
di Pekalongan

Tanggal 22 s/d 24 Mei 2008

M. Yahya Patu



Ketua Pengprov T.I. Jateng

Eko Kinanyanto



Ketua Koor. Perwasitan
Pengprov T.I. Jateng



DAN Certificate
단증
3

No. : 05337941
Nationality : INDONESIAN
Name : Dereck Afsa
Date of Birth : 30 Mar. 1977



WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS

위 사람은 본원 심사규정에 따른 태권도 2단 승단 심사에 합격하였으므로 이 증서를 수여함.

The above named person has successfully completed the KUKKIWON's 2nd Dan Taekwondo Promotion Test.

05 June, 2013



국기원장강원
Kang Won-Sik
Kang Won-Sik
President of the Kukkiwon





PENGURUS BESAR TAEKWONDO INDONESIA

SERTIFIKAT

DIKLAT NASIONAL TAEKWONDO

Ijazah No : PD - 001 - 211
Nama : Aulia Meythia
Prov. : Jawa Tengah

Dengan ini dinyatakan lulus sebagai :
Pelatih Nasional (Tingkat Dasar)

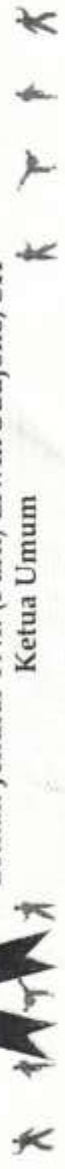
Dalam Diklat Nasional Taekwondo

yang Diselenggarakan Oleh Pengurus Besar Taekwondo Indonesia
Semarang, 26 - 31 Mei 2009



Erwin Sudjono

Letnan Jendral TNI. (Purn) Erwin Sudjono, SH
Ketua Umum





PENGURUS PROVINSI TAEKWONDO INDONESIA
JAWA TENGAH



PIAGAM

Diberikan kepada :

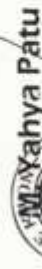
Aulia Meythia

Atas partisipasinya dalam

PENDIDIKAN dan PELATIHAN PERWASITAN TAEKWONDO DAERAH JATENG

yang diselenggarakan oleh
Pengurus Provinsi Taekwondo Indonesia Jawa Tengah
di Pekaiongan

Tanggal 22 s/d 24 Mei 2008



Ketua Pengprov T.I Jateng

Eko Kinanyanto

Ketua Koor. Perwasitan
Pengprov T.I Jateng



DAN Certificate
단증
2

No. : 05337941

Nationality : INDONESIAN

Name : Aulia Meythia

Date of Birth : 13 Mar. 1978



WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS

위 사람은 본원 심사규정에 따른 태권도 2단 승단 심사에 합격하였으므로 이 증서를 수여함.

The above named person has successfully completed the KUKKIWON's 2nd Dan Taekwondo Promotion Test.

05 June, 2013



국기원장강원
Kang Won-Sik
Kang Won-Sik
President of the Kukkiwon



Lampiran 9

DATA PRESTASI ATLET TAHUN 2014/2015

No.	Nama Event Kejuaraan	Nama Atlet	Prestasi
1.	Kejurnas Bandung 2015	Ong Stevanus Perdana Alex Bughy R Aghniny Haque Dian Putri Nabila Umu Nadia Anggrek C P Jauza Rona H	Juara I U 63 Pa Juara I U 58 Pa Juara I O 84 Pa Juara I U 46 Pi Juara I U 49 Pi Juara III U 57 Pi Juara III U 53 Pi Juara III U 46 Pi
2.	Kejurnas Jakarta 2015	Unggul Pangestu David Bughy R Nabila Umu Jauza Rona H	Juara I U 54 Pa Juara I U 74 Pa Juara I O 87 Pa Juara I U 57 Pi Juara I U 46 Pi
3.	Kejurda Candra Wijaya Cup 3 2014	Unggul Pangestu Miko David Arman Robani Syamsul Hilali Nabila Umu Jauza Rona H Aghniny Haque Bughy R	Juara I U 54 Pa Juara I U 63 Pa Juara I U 74 Pa Juara III U 74 Pa Juara III U 74 Pa Juara II U 57 Pi Juara I U 49 Pi Juara I U 46 Pi Juara I O 87 Pa
4.	Kejuaraan Internasional Taekwondo GWK Tournament 2015	Unggul Pangestu Miko Nadia Anggrek Nabila Umu Indah Nur Anisa David Bughy R Dian Putri	Juara I U 54 Pa Juara I U 63 Pa Juara I U 53 Pi Juara I U 57 Pi Juara III U 46 Pi Juara III U 74 Pa Juara II O 84 Pa Juara I U 49 Pi

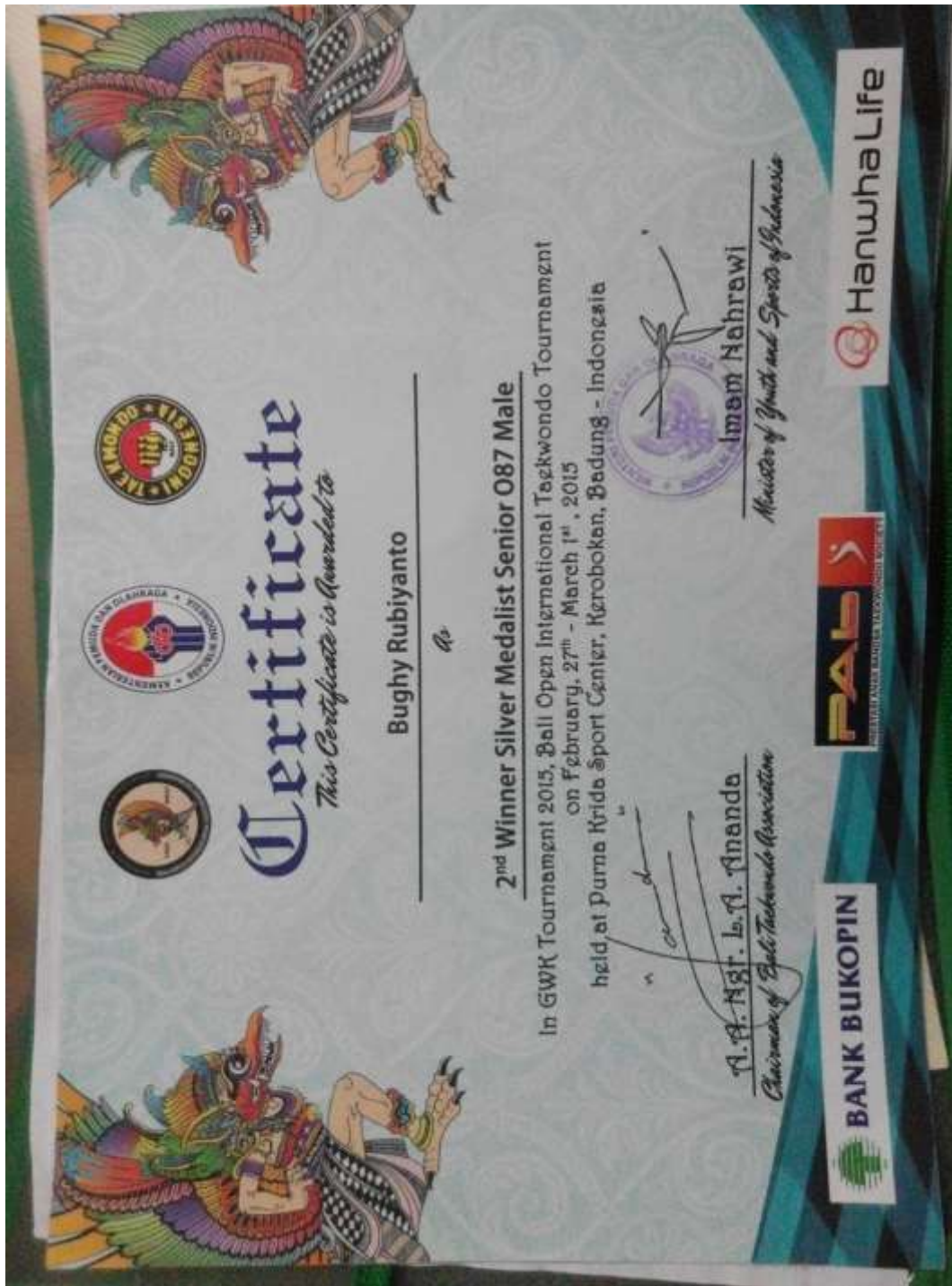
Lampiran 10

PIAGAM ATLET









Lampiran 11

RUBRIK PENILAIAN OBSERVASI

Aspek-aspek	Indikator	Kriteria	Sumber/Ahli
Pemasalan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Strategi Pemasalan <ul style="list-style-type: none"> • Dibukanya olahraga bela diri taekwondo di sekolah-sekolah baik yang bersifat ekstrakurikuler maupun non ekstrakurikuler • Dibukanya dojang taekwondo di berbagai daerah Provinsi Jawa Tengah • Meliput prestasi taekwondo Jawa Tengah melalui media masa maupun elektronik <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p>	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional)</p>
Pembibitan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pencarian bibit unggul <ul style="list-style-type: none"> • Dilakukan melalui proses pengamatan di berbagai even kejuaraan • Pemanduan bakat • Talent scouting ➤ Cara Seleksi <ul style="list-style-type: none"> • Melalui pemusatan latihan. • Melalui tes fisik dan mental • Melalui kompetisi <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> <p>Terdapat 2 poin diatas. Terdapat 1 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p>	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional), Sabum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)</p>
Prestasi	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hasil Prestasi atlet <ul style="list-style-type: none"> • Menjadi juara umum di setiap event kejuaraan nasional • Menjadi barometer nasional • Dapat mencetak atlet-atlet potensial 	<p>Sangat baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarko</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Menyumbang medali di ajang PON <p>Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p>	Baik Sedang Kurang baik	(DAN VI Kukkiwon Internasional), Sabum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon) Taufik (Kabid Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah)
Atlet	<p>➤ Pemilihan atlet berbakat</p> <ul style="list-style-type: none"> Dilakukan secara terbuka Memenuhi standart kriteria atlet yang dibutuhkan Dilaksanakan secara independen Pemantauan berbagai event kejuaraan Pemanggilan untuk diseleksi <p>Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p> <p>➤ Identifikasi bakat</p> <ul style="list-style-type: none"> Melihat dari kondisi fisik Melihat mental atlet Melihat dari kesehatan jasmani dan rohani Melihat psikologi atlet (tanggung jawab, disiplin, rajin, ulet, tidak mudah putus asa, percaya diri, dll) Melihat ketrampilan dari dalam diri atlet <p>Terdapat 3 poin diatas. Terdapat 2 poin diatas. Tidak terdapat semua poin tersebut</p>	Sangat baik Baik Sedang Kurang baik Sangat baik Baik Sedang Kurang baik	Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon), Ssbum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)
Pelatih	<p>➤ Tugas seorang pelatih</p> <ul style="list-style-type: none"> Mencari bibit Melatih secara efektif dan efisien, Menyusun program latihan Memberikan takik pertandingan dalam latihan Mengadakan uji coba try out Menilai hasil atau evaluasi Membuat laporan Melakukan penelitian untuk pengembangan dari hasil evaluasi. 	Sangat baik Baik	Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional) , Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon),

	<p>Terdapat 7 poin diatas Terdapat 5 poin diatas Tidak melakukan tugas pelatih</p> <p>➤ Kualifikasi Pelatih</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memiliki Pengetahuan • Memiliki pengalaman • Memiliki karakter • Memiliki sertifikat kepelatihan <p>Terdapat 3 poin Terdapat 2 poin Tidak memiliki</p> <p>➤ Sistem Latihan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat aspek fisik • Terdapat aspek teknik • Terdapat aspek taktik • Terdapat aspek mental • Menggunakan prinsip overload • Menggunakan prinsip perkembangan menyeluruh • Menggunakan prinsip spesialisasi • Menggunakan prinsip individualisasi • Menggunakan prinsip intensitas latihan • Menggunakan prinsip kualitas latihan • Menggunakan prinsip variasi • Menggunakan prinsip lama latihan • Menggunakan prinsip perodesasi latihan • Menggunakan prinsip penetapan sasaran <p>Terdapat 10 poin diatas Hanya 7 poin Tidak terdapat aspek latihan</p>	<p>Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p> <p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	
Organisasi	<p>➤ Fungsi organisasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat tujuan • Terdapat struktur organisasi • Tugas anggota dijalankan sesuai jabatan • Terdapat Perencanaan, Pengaturan, Pengawasan, dan Pelaporan • Terdapat 3 poin diatas • Terdapat 2 poin diatas • Tidak terdapat manajemen organisasi 	<p>Sangat baik</p> <p>Baik Sedang Kurang baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon),</p>
Pendanaan	<ul style="list-style-type: none"> • Pendanaan bersumber dari pemerintah 	<p>Sangat Baik</p>	<p>Master Singgih Hendarto (DAN</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Bersumber dari sponsor, • Bersumber dari donator, • Bersumber dari kas • Pengelolaan dana sesuai kebutuhan • Terdapat laporan pertanggungjawaban <p>Terdapat 4 poin diatas. Terdapat 3 poin diatas. Tidak ada sumber dana</p>	Baik Sedang Kurang baik	VI Kukkiwon Internasional)
Sarana dan prasarana	<ul style="list-style-type: none"> • Gedung Representatif khusus latihan, • Memiliki matras • Body protector • Head guard • Decker tangan dan kaki • Hand gloves • Pelindung kemaluan • Target • Samsak • Alat fitnes atlet <p>Hanya terdapat 7 poin Hanya terdapat 5 poin Tidak terdapat satupun item</p>	Sangat baik Baik Sedang Kurang baik	Master Singgih Hendarto (DAN VI Kukkiwon Internasional) Master Bambang Widianarkao (DAN VI Kukkiwon Internasional), Master Sulis Lee (DAN IV Kukkiwon), Ssbum Nim Derek Afsa (DAN III Kukkiwon)
KONI	<p>➤ Tugas dan peran KONI</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membantu pengadaan sarana dan prasarana • Memberi dukungan dan motivasi bagi atlet • Memberikan penghargaan bagi atlet berprestasi • Menjalin hubungan baik dengan pengurus provinsi <p>Hanya terdapat 3 poin Hanya terdapat 2 poin Tidak terdapat satupun item</p>	Sangat baik Baik Sedang Kurang baik	Taufik Hidayah Kabid. Pembinaan Prestasi KONI Jawa Tengah
Dinas Pemuda dan Olahraga	<p>➤ Tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pengadaan sarana dan prasarana untuk menunjang prestasi taekwondo Jawa Tengah • Menyediakan fasilitasr bagi kebutuhan pribadi atlet dan pelatih (mes dan makan) • Memberikan bantuan dana untuk mengikuti even kejuaraan • Membiayai pendidikan atlet • Membiayai perawatan atlet cedera 	Sangat baik	Master Bambang Widianarko (DAN VI Kukkiwon Internasional) Kabid Penelitian dan Pengembangan

	saat latihan maupun pasca kejuaraan Hanya terdapat 3 poin Hanya terdapat 2 poin Tidak terdapat satupun item	Baik Sedang Kurang baik	
--	---	----------------------------------	--

Lampiran 12

KRITERIA PENILAIAN OBSERVASI

No	Indikator Pengamatan	Kriteria			
		Sangat Baik	Baik	Sedang	Kurang Baik
1.	Pemasalan - Strategi pemasalan	✓			
2.	Pembibitan - Pencarian bibit unggul - Cara seleksi	✓	✓		
3.	Prestasi - Hasil prestasi atlet		✓		
4.	Atlet - Pemilihan atlet berbakat - Identifikasi bakat	✓	✓		
5.	Pelatih - Tugas dan peran pelatih - Kualifikasi pelatih - Sistem latihan	✓ ✓ ✓			
6.	Organisasi - Fungsi Organisasi		✓		
7.	Pendanaan - Sumber Dana		✓		
8.	Sarana dan Prasarana - Keadaan sarana dan prasarana - Kelengkapan sarana dan prasarana	✓	✓		
9.	KONI Jawa Tengah - Tugas dan peran KONI Jawa Tengah			✓	
10	Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa tengah - Tugas dan peranan Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah		✓		

Lampiran 13

INSTRUMEN PENELITIAN

Fokus Penelitian	Indikator	Sub Indikator	Subjek	Teknik/Metode
Pembinaan Prestrasi Olahraga Taekwondo	1. Pemasalan	<ul style="list-style-type: none"> Strategi pemasalan 	<ul style="list-style-type: none"> Pelatih Pengurus - Pengprov TI Jawa tengah - KONI - Dinpora 	Wawancara Wawancara Observasi
	2. Pembibitan	<ul style="list-style-type: none"> Pencarian bibit atlet Cara seleksi 	<ul style="list-style-type: none"> Atlet Pelatih Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah 	Wawancara Wawancara Wawancara Observasi
	3. Prestasi	<ul style="list-style-type: none"> Hasil prestasi atlet 	<ul style="list-style-type: none"> Atlet Pelatih Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	Wawancara, Dokumentasi Wawancara Wawancara Observasi
	4. Atlet	<ul style="list-style-type: none"> Pemilihan atlet berbakat Identifikasi bakat 	<ul style="list-style-type: none"> Atlet Pelatih Pengurus - Pengprov TI Jawa Tengah 	Wawancara Wawancara Wawancara Observasi
	5. Pelatih	<ul style="list-style-type: none"> Tugas dan peran pelatih Kualifikasi pelatih Sistem latihan 	<ul style="list-style-type: none"> Atlet Pelatih Pengurus - Pengprov TI Jateng 	Wawancara Wawancara, Dokumentasi Wawancara Observasi

	6. Organisasi	<ul style="list-style-type: none"> • Fungsi Organisasi 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	<p>Wawancara</p> <p>Observasi</p> <p>Dokumentasi</p>
	7. Pendanaan	<ul style="list-style-type: none"> • Sumber Dana 	<ul style="list-style-type: none"> • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah 	<p>Wawancara</p> <p>Observasi</p>
	8. Sarana dan Prasarana	<ul style="list-style-type: none"> • Pengadaan sarana dan prasarana • Keadaan sarana dan prasarana • Kelengkapan sarana dan prasarana 	<ul style="list-style-type: none"> • Atlet • Pelatih • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI Jawa Tengah - Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah 	<p>Wawancara</p> <p>Observasi</p> <p>Dokumentasi</p>
	9. KONI Provinsi Jawa Tengah	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas dan peran KONI Jawa Tengah 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengurus <ul style="list-style-type: none"> - Pengprov TI Jawa Tengah - KONI • Pelatih 	<p>Wawancara</p> <p>Wawancara</p> <p>Observasi</p>

	10. Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah	<ul style="list-style-type: none">• Tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah	<ul style="list-style-type: none">• Pengurus- Pengprov TI Jawa Tengah- Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah• Pelatih	Wawancara Wawancara Observasi
--	---	---	--	---

Lampiran 14

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN ATLET

Responden : Atlet

Nama : Nadia Anggrek Cahyono Putri

- 1) Sejak kapan anda menjadi atlet taekwondo?
Sejak kelas 6 SD
- 2) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi atlit taekwondo?
Ingin membahagiakan orang tua saya lewat taekwondo
- 3) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
Sekitar 20 atlet
- 4) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Lewat pantauan diberbagai event kejuaraan kemudian dipanggil ke pelatda dan diseleksi.
- 5) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Nggak mesti sih
- 6) Prestasi apa saja yang pernah anda raih selama menjadi atlet Taekwondo JawaTengah?
Kejurnas Bandung, kejurnas Jakarta, GWK Bali Taekwondo Open International Tournament
- 7) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Naik turun sih
- 8) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Kita setiap bulan selalu mendapat insentif dari pengprov TI Jawa Tengah
- 9) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
Paling kita kalo udah lama di Pelatda Jateng terus sering dapat juara kita naek grade dan insentif kita per bulannya ditambah
- 10) Darimana saja penghargaan tersebut anda peroleh?
Dari Pengprov TI Jawa Tengah
- 11) Bagaimana anda bisa masuk Pelatda Jawa Tengah?
Dulu dipanggil ke Pelatda Jawa Tengah terus ikut seleksi
- 12) Bagaimana proses seleksi yang anda alami sehingga bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa tengah?
Ya kita dipanggil kan ke Pelatda, terus tes fisik, mental, terus kaya diadain simulasi pertandingan di sana, nanti yang juara terus direkrut
- 13) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Ya yang pasti harus punya kemauan keras buat jadi seorang juara, baik secara fisik, mental sama teknik.
- 14) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Baik. Kita cukup deket kok sama pelatih
- 15) Apakah anda mengetahui kualitas pelatih?
Ya
- 16) Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Ya, tau.
- 17) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?

Yang pasti melatih, mendampingi kita latihan didoang, di mes. Udah kaya orang tua kedua kita pokoknya.

- 18) Apa saja program latihan yang diberikan?
Pagi fisik, sore teknik, malem kita latihan spesialisasi sama visualisasi.
- 19) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
18 kali
- 20) Berapa lama waktu latihan?
1,5 jam sampai 2 jam
- 21) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya, sering sih kalo pas latihan sore, kalo nggak ya pas kita di mes kita sering share.
- 22) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 23) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Ya, tau.
- 24) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, cukup baik
- 25) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo pas latihan sih kadang-kadang ya, kalo pas pertandingan pasti datang.
- 26) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov TI Jawa Tengah
- 27) Bagaimana pengalokasian dana?
Ya buat kebutuhan makan di mes, obat, alat sama buat kalo kita pergi tanding pastinya.
- 28) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Dari sponsor pas ada event kejuaraan biasanya.
- 29) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov sama KONI
- 30) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ada gedung, matras, samsak tu yang dipasang ada 8, head guard, deker, sinca, hands glove, sama alat bantu fitnes tapi cuma sedikit.
- 31) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Baik, masih..masih layak.
- 32) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Perlu. Alat fitnes terutama. Soalnya kalo mau fitnes kita masih sewa.
- 33) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Udah sih kalo standart keamanan.

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN ATLET

Responden : Atlet

Nama : David Sinaga

- 1) Sejak kapan anda menjadi atlet taekwondo?
Sejak SMP
- 2) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi atlet taekwondo?
Awalnya disuruh ayah sama ibu terus akhirnya lama-lama seneng sama taekwondo.
- 3) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
Kurang lebih ada 8 putra 8 putri
- 4) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya kurang lebih ada 16 atlet.
- 5) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya awalnya ikut kejuaraan-kejuaraan daerah itu, terus dari kepelatihan taekwondo Jawa Tengah ada tim pantaunya, terus kalo jadi juara di kejuaraan-kejuaraan itu nanti di rekrut jadi atlet Jawa Tengah.
- 6) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Nggak tentu sih.
- 7) Prestasi apa saja yang pernah anda raih selama menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Kejurnas PPLM di Jakarta, kejurnas bandung sama International Taekwondo Open Tournament di Bali
- 8) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Ya lumayan sih, tapi agak menurun
- 9) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Ya ada bentuk perhatian dari KONI dan dari Pengprov
- 10) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
- 11) Darimana saja penghargaan tersebut anda peroleh?
- 12) Bagaimana anda bisa masuk Pelatda Jawa Tengah?
- 13) Bagaimana proses seleksi yang anda alami sehingga bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
- 14) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Ya yang pastinya harus ikut bela diri taekwondo dulu, kemudian punya fisik, mental dan teknik yang baik.
- 15) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Cukup dekat
- 16) Apakah anda mengetahui kualitas pelatih?
Mengetahui
- 17) Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Cukup tahu
- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Melatih dan mengawasi keseharian di mes
- 19) Apa saja program latihan yang diberikan?
Program latihannya sehari 3 kali, pagi fisik, sore teknik, malamnya spesialisasi.

- 20) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
18 kali
- 21) Berapa lama waktu latihan?
8 jam. 2 jam latihan fisik, 4 jam latihan teknik spesialisasinya 1,5 jam.
- 22) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya
- 23) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 24) Apakah anda merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Cukup berat, karena kita kuliahnya di jurusan kepelatihan olahraga cukup berat juga.
- 25) Apa yang anda lakukan jika dalam latihan muncul rasa jenuh?
Maen biasanya
- 26) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Tau
- 27) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, baik.
- 28) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo saat pertandingan hadir, kalo pas latihan jarang
- 29) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari KONI dan dari donatur di Pengprov yang memang baik secara financial.
- 30) Bagaimana pengalokasian dana?
Kurang tau
- 31) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Ya dari donatur tadi yang ikut menyumbang dana bagi Pelatda Jawa Tengah
- 32) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya itu tadi dana dari KONI dari Pengprov dan para donatur.
- 33) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya lengkap lah pokoknya. Cuma belum ada alat fitness, hanya ada legpress
- 34) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Ya, layak
- 35) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Cukup saya rasa
- 36) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Sudah

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN ATLET

Responden : Atlet

Nama : Jauza Rona Hassan

- 1) Sejak kapan anda menjadi atlet taekwondo?
Sejak kelas 5 SD
- 2) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi atlet taekwondo?
Awalnya sih buat senang doang tapi lama kelamaan cinta sama taekwondo terus akhirnya bisa jadi atlet taekwondo
- 3) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Bisa melakukan tendangan itu adalah hal yang paling menyenangkan apalagi waktu fight di kejuaraan. Itu yang membuat saya tertarik hingga akhirnya cinta sama taekwondo.
- 4) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
5 atlet putra dan 6 atlet putri
- 5) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ada 12 atlet
- 6) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Yang pertama bisa melalui seleksi, terus kedua pemantauan di setiap event kejuaraan
- 7) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Nggak bisa ditentukan sih, tapi kalo kita mau ada kejurnas kita seleksi sama atlet-atlet yang dipanggil ke Pelatda
- 8) Prestasi apa saja yang pernah anda raih selama menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Ada kejurnas PPLM di Jakarta, terus kejurnas di Bandung. Itu aja sih, soalnya saya sebelumnya di PPLP terus karena udah masuk ke tingkat senior jadi baru masuk Pelatda.
- 9) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Prestasi naik turun sih
- 10) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Ya, baik. Selama ini Pengprov TI Jawa Tengah sangat memperhatikan kesejahteraan atlet-atletnya.
- 11) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
Nggak ada sih, paling medali sama piagam itu waktu kejuaraan. Tapi dulu saya dapat plakat waktu lulus dari PPLP dan masuk ke TIM Pelatda TI Jawa Tengah.
- 12) Darimana saja penghargaan tersebut anda peroleh?
Dari Pengprov.
- 13) Bagaimana anda bisa masuk Pelatda Jawa Tengah?
Lewat hasil pantauan waktu itu. Terus masuk PPLP kemudian lulus dari PPLP jadi tim Pelatda TI Jawa Tengah.
- 14) Bagaimana proses seleksi yang anda alami sehingga bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Ya itu tadi, pemantauan waktu kejuaraan terus dipanggil ke Pelatda TI Jawa Tengah terus seleksi di sana sama atlet-atlet daerah lain.
- 15) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?

Ya yang pertama fisik, teknik atau skill terus mental juga sama kemauan itu sih.

- 16) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Cukup baik.
- 17) Apakah anda mengetahui kualitas pelatih?
Ya, tau.
- 18) Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Ya, sangat tau.
- 19) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya kalo pas latihan mereka udah melatih habis-habisan tapi kalo di dalam mes mereka udah jadi kaya orang tua sendiri.
- 20) Apa saja program latihan yang diberikan?
Pagi fisik, sore teknik, malem kita latihan sendiri-sendiri
- 21) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
17 kali.
- 22) Berapa lama waktu latihan?
1,5 jam sampai 2,5 jam lah. Pagi itu kita latihan 1,5 jam, sore 2,5 jam, malemnya 1,5 jam.
- 23) Apakah sebelum dan sesudah latihan diadakan evaluasi?
Kalo latihan sore sih paling.
- 24) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya.
- 25) Apakah anda merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Kadang, kalo pas lagi capek aja sih.
- 26) Apa yang anda lakukan jika dalam latihan muncul rasa jenuh?
Ya biasanya refreshing, jalan-jalan bisa.
- 27) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Ya, tau.
- 28) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, cukup baik
- 29) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo pas latihan sih kadang-kadang ya, tapi kalo pas kejuaraan pasti datang.
- 30) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Kalo PPLP itu dari Dinpora kalo Pelatdanya dari Pengprov.
- 31) Bagaimana pengalokasian dana?
Ya buat makan sehari-hari, buat kejuaraan sama buat melengkapi fasilitas-fasilitas.
- 32) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Iya, biasanya mereka yang suka sama taekwondo sering ikut nyumbang fasilitas-fasilitas di sana.
- 33) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov, dari KONI
- 34) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?

Kurang paham kalo jumlahnya, samsak itu ada 15, skipping, legpress, hugo, matras itu satu ruangan penuh masih ada sisa yang ditumpuk, deker tangan, deker kaki, handsglove, sinca, headguard.

- 35) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?

Masih baik dan masih layak.

- 36) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?

Perlu. Kaya tempat fitnes kita belum punya. Kita masih sewa tempat fitnes.

- 37) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?

Ya, saya rasa sudah.

INSTRUMEN WAWANCAR DENGAN ATLET

Responden : Atlet

Nama : Nabila Amalia Ummu Aiman

- 1) Sejak kapan anda menjadi atlet taekwondo?
Sejak kelas 6 SD
- 2) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi atlet taekwondo?
Pengen punya mas depan yang lebih baik aja lewat beladiri taekwondo
- 3) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Menurut aku beladiri taekwondo lebih enak dilihat dari bela diri lainnya, jadi seni dari bela diri taekwondo itu sendiri sih.
- 4) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
Ada 5 putra 6 putri
- 5) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
12 atlet
- 6) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari event pertandingan-pertandingan itu nanti yang juara 1 juara 2 biasanya dipanggil ke pelatda terus diseleksi lagi.
- 7) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Nggak mesti.
- 8) Prestasi apa saja yang pernah anda raih selama menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Kejurnas di Bandung dapat perunggu, terus yang terakhir kemarin intrernasional open taekwondo tournament di Bali dapat emas.
- 9) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Naik turun.
- 10) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Cukup baik sih, kita dapat perhatian dari Pengprov TI Jawa Tengah dan KONI
- 11) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
Ada
- 12) Darimana saja penghargaan tersebut anda peroleh?
Dari Pengprov itu biasanya.
- 13) Bagaimana anda bisa masuk Pelatda Jawa Tengah?
Lewat seleksi
- 14) Bagaimana proses seleksi yang anda alami sehingga bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa tengah?
Ya karena sering ikut kejuaraan itu terus dipanggil ke Pelatda terus ikut seleksi
- 15) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Diilihat dari fisik, teknik sama mental atlet itu sendiri
- 16) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Baik,
- 17) Apakah anda mengetahui kualitas pelatih?
Tau

- 18) Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Iya, tau
- 19) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Melatih ya tentunya, terus mendidik sama mengarahkan
- 20) Apa saja program latihan yang diberikan?
Fisik, teknik sama visualisasi
- 21) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
17-18 kali dalam 1 minggu
- 22) Berapa lama waktu latihan?
Untuk fisik 1,5 jam, untuk teknik 2,5 jam, kalo visualisasi itu kan disuruh sendiri-sendiri, kalo malam latihan spesialisasi itu 1,5 jam.
- 23) Apakah sebelum dan sesudah latihan diadakan evaluasi?
Kadang-kadang
- 24) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 25) Apakah anda merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Kadang-kadang juga merasa berat.
- 26) Apa yang anda lakukan jika dalam latihan muncul rasa jenuh?
Saling nyemangatin satu sama lain.
- 27) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Tau, tapi nggak terlalu dalam.
- 28) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Baik
- 29) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo waktu pertandingan datang, tapi kalo pas latihan ya kadang-kadang aja.
- 30) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Kurang tau.
- 31) Bagaimana pengalokasian dana?
Kurang tau juga
- 32) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Nggak tau kalo itu.
- 33) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov TI Jawa Tengah
- 34) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Kurang tau sih kalo jumlahnya, tapi semua sarana prasarana lengkap, tapi belum punya tempat fitness sendiri.
- 35) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Ya, layak.
- 36) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Saya rasa perlu.
- 37) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN ATLET

Responden : Atlet

Nama : Unggul Pangestu Aji

- 1) Sejak kapan anda menjadi atlet taekwondo?
Kelas 1 SMP
- 2) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi atlet taekwondo?
Untuk dapetin pekerjaan aja lewat taekwondo
- 3) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Pukulannya sama tendangannya
- 4) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
8 putra dan 8 putri
- 5) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Kurang lebih 16 atlet
- 6) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Lewat kejuaraan-kejuaraan
- 7) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Nggak tentu
- 8) Prestasi apa saja yang pernah anda raih selama menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Bali Mok's International Taekwondo, kejurnas PPLM, GWK International Taekwondo Open Tournament.
- 9) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Naik turun.
- 10) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Cukup baik
- 11) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
Ya paling penambahan uang saku dari Pengprov atau manager
- 12) Darimana saja penghargaan tersebut anda peroleh?
Ya itu tadi dari Pengprov atau manager
- 13) Bagaimana anda bisa masuk Pelatda Jawa Tengah?
Waktu itu ikut kejuaraan di Pekalongan kemudian dipanggil ke Pelatda Jawa Tengah.
- 14) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Yang pertama mentalnya harus bagus, kemudian fisik dan teknik
- 15) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Sangat bagus
- 16) Apakah anda mengetahui kualitas pelatih?
Ya
- 17) Apakah pelatih anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Ya
- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Melatih dan memantau atlet-atletnya.
- 19) Apa saja program latihan yang diberikan?
Kita latihan sehari 3 kali, pagi, sore, malam.
- 20) Berapa kali latihan dalam satu minggu?

Kurang lebih 18 kali

- 21) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya
- 22) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 23) Apakah anda merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Ya lumayan berat
- 24) Apa yang anda lakukan jika dalam latihan muncul rasa jenuh?
Main game biasanya buat menghilangkan rasa jenuh
- 25) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Tau
- 26) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya cukup baik
- 27) Apakah manajemennya berjalan dengan baik?
Ya
- 28) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo waktu latihan jarang, kalo pas pertandingan pasti hadir
- 29) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari KONI dan dari Pengprov
- 30) Bagaimana pengalokasian dana?
Kurang tau
- 31) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Kurang tau
- 32) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari KONI dan Pengprov
- 33) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya ada matras, samsak, deker, hugo, target, headguard, handsglove, sinca,
- 34) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Lumayan layak
- 35) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Alat fitnesnya mungkin perlu ditambahkan
- 36) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Ya, sudah

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PELATIH

Responden : Pelatih

Nama : Derek Afsa

- 1) Sejak kapan anda menjadi pelatih taekwondo?
Tahun 2007
- 2) Sejak kapan anda menjadi pelatih taekwondo di Pelatda Taewondo Jawa Tengah?
Tahun 2010
- 3) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi pelatih taekwondo?
Yang pertama saya ingin mengabdikan untuk Taekwondo Jawa Tengah. Saya merasakan perbedaan ketika saya dulu melatih atlet kota Semarang dan sekarang dipercaya untuk melatih tim Taekwondo Jawa Tengah, dan di situ saya ingin membesarkan Taekwondo Jawa Tengah
- 4) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Bela diri taekwondo itu dinamis, geakkannya lebih akrobatik, beda dari bela diri yang lain.
- 5) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
Untuk putra ada 8 dan ada 2 lagi sebagai cadangan putri juga 8 dan 2 sebagai cadangan
- 6) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Idealnya untuk atlet putra dan putri itu 16 sesuai dengan kelasnya. Tapi untuk sekarang kita punya sekitar 20 atlet
- 7) Bagaimana strategi pemasaran yang ada di Jawa Tengah?
Pemasaran sendiri sebenarnya cukup berjalan dengan baik. Kita terbantu dengan budaya Korea yang masuk ke Indonesia. Segala macam budaya Korea termasuk taekwondo ini sangat membantu untuk dapat lebih dikenal dan diterima oleh masyarakat. Untuk strategi pemasarannya sendiri taekwondo pernah mengadakan exhibition di mal-mall seperti itu. Di Semarang sendiri kita punya target untuk bisa membuka 100 unit/dojang, jadi semakin banyak dojang akan semakin banyak taekwondoin atau bibit-bibit atlet yang bisa direkrut. Kita juga masuk ke sekolah-sekolah melalui ekstrakurikuler.
- 8) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Untuk perekrutan atlet sendiri kita mempunyai beberapa metode. Yang pertama kita menggunakan seleksi. Jadi beberapa kabupaten di Jawa Tengah, sekitar 34 kabupaten itu yang aktif kalo tidak salah kita undang kita bentuk kelas untuk putra dan putri, kemudian mereka kirim. Tetapi kita juga punya kriteria tertentu yaitu tadi berta badan, tinggi badan kemudian prestasi. Jadi tidak sembarangan mereka bisa mengirimkan atlet binaannya, tentunya mereka harus memiliki prestasi terlebih dahulu untuk bisa masuk. Yang kedua kita dibantu oleh Dinpora untuk setiap tahun mengadakan tes minat dan bakat menggunakan metode sport search yang nantinya akan direkrut menjadi atlet PPLP, sehingga kita bisa ambil dari situ untuk menjadi atlet Pelatda. Selanjutnya kita menggunakan sistem pantauan di kejuaraan-kejuaraan daerah yang kemudian nantinya akan kita panggil ke sini.
- 9) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Setiap tahunnya pasti ada dengan bantuan Dinpora tadi.
- 10) Sudahkah melibatkan teknologi dalam menyeleksi atlet-atlet tersebut?

Ya kita menggunakan sport search itu tadi dengan dibantu oleh praktisi-praktisi olahraga seperti dari UNNES, UNS seperti itu. Teknologi dalam hal ini kita lebih menggunakan metode penelitian yang sudah ada yaitu sport search tadi.

- 11) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?
Tahun 2014 kita ada kejuaraan nasional di Bandung senior junior kita masuk peringkat 2 nasional, yang pertama diraih oleh Jawa Barat. Kemudian ada kejurnas PPLM waktu itu di Jakarta kita kembali mendapat juara umum ke 2, juara umum pertama Jakarta sebagai tuan rumah. Kemudian di Bali kemarin kita senior mendapat juara umum dengan perolehan 5 emas kalo tidak salah dan kita jadi tim favorit.
- 12) Apakah hasil prestasi selalu dilaporkan ke Pengprov, KONI dan Dinpora?
Ya, kita selalu melaporkan hasil prestasi kepada pihak-pihak yang terkait, Pengprov terutama, Dinpora karena di sini ada PPLP, kemudian KONI juga.
- 13) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Kita mendapatkan quota yang memang tidak banyak, hanya untuk 5 atlet dan 1 pelatih. Tetapi Pengprov sendiri mengusahakan untuk bisa full tim, dengan 4 pelatih, 2 pelatih di PPLP dan 2 pelatih di Pelatda, ditambah 1 pelatih yang kita datangkan dari Korea. Untuk kebutuhan atlet sendiri semua kita penuhi mulai dari makan, mes, dan obat-obatan. Atlet yang mengalami cedera pun perawatannya akan kita biayai sampai sembuh. Untuk biaya pendidikan sendiri mereka mengaturnya sendiri-sendiri. Karena walaupun mereka sudah menjadi atlet di Pelatda mereka tidak bisa lepas dari orang tua. Jadi kita selalu rutin melakukan komunikasi dengan orang tua untuk pemenuhan kebutuhan atlet-atlet kita.
- 14) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Kembali ke kriteria, yang pertama tentunya berat badan, karena setiap kelas memiliki perbedaan berat badan. Kemudian tinggi badan, berat badan dan tinggi badan harus ideal, semakin berat badanya bertambah tinggi badan juga harus bertambah.
- 15) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Sejauh ini cukup baik. Di sini kita ada 5 pelatih, 2 pelatih untuk Pelatda dan 2 pelatih untuk PPLP ditambah 1 pelatih dari Korea, masing-masing atlet tidak bisa memiliki kedekatan dengan seluruh pelatih, masing-masing atlet memiliki kecocokan sendiri-sendiri dengan pelatih mereka masing-masing tetapi semua bisa tercover. Di sini kita ciptakan seperti lingkungan di keluarga jadi bagaimana atlet tersebut bisa merasa nyaman.
- 16) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet?
Ya. Setia hari kita amati selama proses latihan lalu kita catat kemajuannya.
- 17) Apakah anda tahu betul karakter/ kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Ya. Kita selalu memantau mereka di setiap latihannya dan kita adakan evaluasi, sharing dan sebagainya.
- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Tugas utamanya tentunya melatih. Kemudian melakukan pendampingan, mengawasi setiap kegiatan atlet. Jadi pelatih sudah seperti orang tua sendiri bagi atlet-atletnya.

- 19) Apa saja program latihan yang diberikan?
Program setiap harinya ada 2, yaitu program latihan fisik dan program latihan teknik. Kemudian ditambah dengan latihan spesialisasi, mereka lakukan sendiri-sendiri yaitu latihan mempertajam kelebihan atau memperbaiki kekurangan. Ya yang jelas kita di sini juga menggunakan tahapan ya, ada tahapan umum, tahapan khusus, pra kompetisi, kompetisi dan pasca kompetisi. Jadi prinsip kita ya kita melihat ini atlet punya potensi sampai mana, sumber daya atau kemampuan yang dia miliki seperti apa, lalu kita akan mulai dari level berapa.
- 20) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
Seminggu kita latihan sekitar 17 kali. Sehari 3 kali. Minggu untuk istirahat. Tapi Rabu itu kita sudah rest aktif dan melakukan kegiatan yang sifatnya fun. Misal renang atau games yang lain.
- 21) Berapa lama waktu latihan?
Rata-rata 1,5 sampai 2 jam
- 22) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya, setiap 3 bulan sekali kita mengadakan evaluasi dari program latihan yang kita berikan. Selain itu di sela-sela atau akhir latihan kita juga sharing tentang proses latihan yang baru saja dilakukan.
- 23) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 24) Apakah para atlet merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Ya tergantung porsi latihan yang kita berikan. Kadang kita buat latihan ringan, kadang sedang atau kadang kita buat over load training.
- 25) Apa yang atlet-atlet lakukan jika dalam latihan tumbuh rasa jenuh?
Biasanya mereka bicara, ngobrol dengan pelatih, karena mereka sangat butuh motivasi. Dan kalo mereka memang butuh maen ya mereka maen, seperti pada umumnya seusianya.
- 26) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Ya
- 27) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Sejauh ini cukup berjalan dengan baik
- 28) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Manager sering datang saat latihan dan pengurus pasti datang pada saat pertandingan.
- 29) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Pertama dari pemerintah daerah yang dihibahkan ke KONI ke Dinpora, dan Pengprov sendiri dan dari sponsor.
- 30) Bagaimana pengalokasian dana?
Ya yang jelas untuk memenuhi kebutuhan latihan dan kejuaraan.
- 31) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
- 32) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam satu minggu latihan?
- 33) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam mengikuti suatu kejuaraan?
- 34) Apakah pelatih selalu melaporkan penggunaan dana tersebut ke Pengprov, KONI dan Dinpora?
Ya, ada dana yang masuk kita gunakan kemudian juga kita laporkan.
- 35) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?

Dari dana pemerintah tadi yang dihibahkan ke KONI dan Dinpora dan dari Pengprov sendiri.

36) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?

Masih baik dan layak digunakan.

37) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?

Ya. Kita baru merencanakan penambahan alat fitnes, ada beberapa, tetapi tidak banyak tetapi cukup membantu untuk latihan atlet yang mengalami cidera yang tidak bisa melakukan program latihan yang diberikan.

38) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?

Ya. sudah

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PELATIH

Responden : Pelatih

Nama : Aulia Meythia

- 1) Sejak kapan anda menjadi pelatih taekwondo?
Tahun 2009
- 2) Sejak kapan anda menjadi pelatih taekwondo di Pelatda Taewondo Jawa Tengah?
Tahun 2011
- 3) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi pelatih taekwondo?
Dalam hati kecil saya, saya ingin menjadi pelatih yang besar, bisa membawa nama Indonesia ke Internasional, tapi itu butuh proses panjang.
- 4) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Seninya.
- 5) Berapa jumlah atlet putra dan putri?
- 6) Berapa jumlah atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
- 7) Bagaimana strategi pemasaran yang ada di Jawa Tengah?
Yang pertama dengan membuka pelatihan di sekolah-sekolah dengan program ekstrakurikuler, jadi pembibitan nanti bisa dimulai sejak usia sekolah, tugas atlet puntidak hanya belajar tetapi juga latihan. Kemudian mengadakan event-event untuk pemula, sehingga tidak hanya yang sudah berprestasi yang diberi kesempatan tetapi anak-anak baru juga diberi kesempatan untuk mengembangkan bakatnya.
- 8) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya kita lakukan secara terbuka, siapa saja berhak menjadi atlet di pelatda, hanya saja layak atau tidak. Untuk dapat kita katakan layak atau tidak tentunya kita seleksi terlebih dahulu.
- 9) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?
Kejurnas Jakarata, Kejurnas Bandung kemudian kejuaraan Internasional di Bali
- 10) Apakah hasil prestasi selalu dilaporkan ke Pengprov, KONI dan Dinpora?
Ya, pasti selalu ada pelaporan.
- 11) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Ya pasti terpenuhi, namun yang namanya sebuah oganisasi kadang ada kekurangannya juga.
- 12) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Yang pertama adalah postur, karena untuk mengikuti event Internasional kita butuh atlet yang tinggi, ya ideal lah minimal, karena lawan pasti lebih tinggi. Postur tubuh orang Indonesia cennderung kurang. Yang kedua adalah bakat yang bisa kita lihat dari setiap event kejuaraan. Ada tim talent scoutingnya untuk mengetahui bakat atlet. Kemudian pastinya dia harus juara di tingkat daerah, minimal mendapat 3 kali medali emas.
- 13) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Hubungan bagus. Bisa dibilang seperti kakak adik, seperti bapak dan anak, bisa seperti ibu karena disini kita sudah seperti keluarga.
- 14) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet?
Pasti

- 15) Apakah anda tahu betul karakter/ kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Ya, karena masing-masing atlet kita punya catatannya sendiri-sendiri.
- 16) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Melatih tentunya, kemudian bisa jadi dokternya para atlet, psikolognya, baby sittersnya bahkan.
- 17) Apa saja program latihan yang diberikan?
Program secara umum sama, ada fisik, ada teknik, ada taktik. Untuk fisik secara umum itu VO2maxnya, latihan daya tahan diperbanyak, untuk pra kompetisi nanti sudah masuk ke kecepatan lari sprint seperti itu di perbanyak. Dan tergantung dari programnya jangka panjang, jangka pendek atau jangka menengah.
- 18) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
18 kali
- 19) Berapa lama waktu latihan?
1,5-2 jam latihan
- 20) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya, biasanya kita adakan evaluasi
- 21) Apakah para atlet merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Tergantung dari kondisi dan mental atlet itu sendiri, seberat apapun latihan yang diberikan kalau atlet tersebut memiliki mental juara pasti latihan apapun akan dilakukan.
- 22) Apa yang atlet-atlet lakukan jika dalam latihan tumbuh rasa jenuh?
Ya kita sering ajak mereka keluar untuk refreshing, makan bersama atau sekedar ngumpul bareng.
- 23) Apakah anda sebagai atlet tahu kepengurusan TI Jateng?
Ya, tau
- 24) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya sejauh ini cukup baik dan kepengurusannya begitu solid.
- 25) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo latihan tidak tentu ya, tetapi berusaha menyempatkan waktu untuk datang dan melihat atlet latihan. Kalo pertandingan ya pasti diusahakan datang.
- 26) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari pengprov pastinya kemudahan ada dari KONI
- 27) Bagaimana pengalokasian dana?
Ya kita gunakan untuk mencukupi kebutuhan atlet, makan sehari-hari, obat-obatan, kemudian untuk kejuaraan dan lain sebagainya.
- 28) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Dari sponsor, kemudian dari orang tua asuh, dari DWM juga. Jadi PT DWM itu merupakan usaha milik ketua umum kita bapak Candra Wijaya, jadi sering memberikan dana untuk mendukung prestasi atlet taekwondo Jawa Tengah
- 29) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam satu minggu latihan?
Relatif, menyesuaikan kebutuhan.
- 30) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam mengikuti suatu kejuaraan
Menyesuaikan kebutuhan juga, tinggal dimana event itu diselenggarakan dan berapa lama.

- 31) Apakah pelatih selalu melaporkan penggunaan dana tersebut ke Pengprov, KONI dan Dinpora?
Ya pasti, ada dana masuk pasti kita laporkan.
- 32) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov sendiri dan dari KONI
- 33) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Cukup baik dan masih layak digunakan untuk latihan maupun kejuaraan.
- 34) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Perlu tentunya.
- 35) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Ya, saya rasa sudah.

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PENGURUS PENGPROV TI JAWA TENGAH

Responden : Pengurus (Ketua Bidang Pembinaan Prestasi)

Nama : Singgih Hendarto, S.Pd, M.Pd.

- 1) Apa jabatan anda dalam pengurus provinsi TI Jawa Tengah?
Saya sebagai wakil ketua yang membidangi pembinaan dan prestasi
- 2) Sejak kapan anda terlibat dalam kepengurusan TI Jawa Tengah?
Saya sejak tahun 1998
- 3) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi pengurus provinsi TI Jawa Tengah?
Yang pasti saya ingin memajukan taekwondo
- 4) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Disiplin dan etikanya.
- 5) Berapa jumlah atlet putra dan putri di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Pelatda sekitar antara 25-30an.
- 6) Bagaimana strategi pemasaran taekwondo yang ada di Jawa Tengah?
Pertama dengan mengadakan kejuaraan, khususnya di tingkat lokal dulu. Berapapun jumlah pesertanya, kejuaraan tetap dilaksanakan. Kemudian dengan cara anak ini atau orang tua mempromosikan piagam dari kejuaraan-kejuaraan tersebut. Jadi itu untuk cari sekolah atau apa, seperti itu. Berikutnya lagi kalo saya dengan road show di sekolah-sekolah. Yang kita lakukan dalam road show saat ini dengan menampilkan demonstrasi, dengan menggunakan sosiodrama. Ya kita sisipkan disitu drama bagaimana taekwondo, bagaimana kita disiplin, yang dibentuk dalam sebuah drama taekwondo.
- 7) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari itu tadi, kita adakan kejuaraan-kejuaraan terutama home kejuaraan atau kejuaraan lokal. Kalo kejuaraan lokal itu tadi kita laksanakan, secara otomatis dojang-dojang akan melakukan trining centre, terus kemudian dari situ kejuaraan akan meningkat dari level dojang dulu kemudian meningkat ke kabupaten, terus karisidenan, kemudian provinsi. Nah kejuaraan provinsi itu sudah diselenggarakan 6 kali dalam setahun, itu minimal.
- 8) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Ya tidak tentu, kalo misal dalam sebuah kejuaraan kita temukan atlet yang bagus, yang potensi bisa saja kita rekrut.
- 9) Bagaimana cara menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Itu tadi salah satunya dengan kejuaraan itu tadi, kita ambil yang bagus. Otomatis yang kita ambil adalah yang juara, tetapi tidak menutup kemungkinan yang tidak juara itu juga berpotensi. Kita ada tim talent scoting yang memantau atlet-atlet tersebut yang akan kita rekrut dengan metode sport search
- 10) Sudahkah menggunakan teknologi dalam menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Kalo teknologi kita bekerja sama dengan UNS dan UNNES untuk sport searchnya, contoh VO2 maxnya, kecepatannya dan lain sebagainya. Nah untuk kecabangannya baru dari kita. Kalo IPTEKnya memang kita serahkan ke yang expert.
- 11) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?

Kejurnas jakarta, kejurnas bandung kemudian kejuaraan internasional di Bali kemaren.

- 12) Apakah selalu ada laporan hasil prestasi setiap mengikuti kejuaraan?
Ya, saya selalu mendapatkan laporan dari pelatih setiap ada event kejuaraan, baru nanti saya laporkan ke pihak KONI maupun Dinpora.
- 13) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Kalo masalah kesejahteraan kita mungkin bisa dikatakan lebih daripada cabang olahraga yang lain. Karena seperti contoh kita baru mendapatkan kuota 6 atau 8. Padahal yang kita butuhkan 16 plus 5 itu jadi 21. Jadi dari kita untuk uang saku kita sudah memberikannya menurut standart UMR, ada yang 1 juta kurang untuk atlet-atlet yang baru, ada yang 1 juta ada yang 2 juta juga. Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
- 14) Apa ada penghargaan khusus jika atlet tersebut memiliki prestasi lebih dari yang lain?
Ya misal yang sekarang ada di pelatnas itu dari kita mencapai 3 juta. Jadi kalo dia sudah di pelatnas kita tetap memberikan uang saku, dia bisa dapat uang saku 10 juta per bulannya sekarang.
- 15) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Yang pasti kan antropometriya sesuai dengan kebutuhan, kemudian yang jelas berprestasi, sudah mengikuti beberapa kejuaraan dan berprestasi, kemudian mampu disentralisasikan.
- 16) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Hubungannya baik. Kemudian untuk mempererat hubungan atlet dan pelatih itu sendiri setiap weekend ataupun satu bulan sekali kita main atau sekedar nonton, itu memang sudah diagendakan.
- 17) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya pasti karena setiap personal ada catatannya. Jadi pelatih punya catatan sendiri kekurangannya apa kelebihanannya apa.
- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Jadi kalo peranannya bisa berperan sebagai pelatih, sebagai orang tua, sebagai kawan, sebagai motivator, bisa berperan sebagai pemimpin. Untuk kualifikasinya berpengalaman, memiliki skill, mempunyai jiwa kepemimpinan.
- 19) Apa saja program latihan yang diberikan?
Jadi kalo kita ada program jangka pendek, jangka menengah, jangka panjang. Jangka pendek itu yang tidak terdeteksi, jadi menyesuaikan kelas saja. Kemudian ada jangka panjang. Jangka panjang itu yang ada di PPLP yang kita lakukan pendampingan. Dan ada jangka menengah. Jangka menengah itu yang ada di Pelatda itu.
- 20) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
Ya kalo sehari 3 kali berarti latihan seminggunya 18 kali. Karena weekend kita gunakan untuk refreshing.
- 21) Berapa lama waktu latihan?
Menyesuaikan kebutuhan
- 22) Apakah sebelum dan sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya, pastinya pelatih selama mendampingi atlet dalam latihan mengamati dan mencatat kekurangan dan kelebihan itu atlet. Jadi setelah latihan dilakukan evaluasi.

- 23) Apakah para atlet merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Ya tergantung kondisi atlet sendiri sebenarnya, tetapi latihan di sini sudah terprogram dan pelatih selalu memotivasi atlet-atletnya.
- 24) Apa yang atlet-atlet lakukan jika dalam latihan tumbuh rasa jenuh?
Ya setiap weekend itu tadi kita ajak keluar.
- 25) Bagaimana kepengerusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Kalo manajemen latihan kita fungsikan semuanya ya, contohnya saya di bagian bimpres saya harus turun ke lapangan sendiri secara langsung, melihat apa yang dibutuhkan oleh atlet dan pelatih. Kebutuhan kan bervariasi, mulai dari makan, kesehatan sarpras dan di luar itu. Kemudian hasil di lapangan kita kaji, saya sampaikan ke pengurus untuk ditindak lanjuti. Kita adakan rapat kadang 2 bulan sekali kadang 3 bulan sekali, atau bahkan 1 minggu sekali tergantung kebutuhan. Kemudian untuk manajemen keuangan pastinya ada pemasukan entah itu dari UKT atau apa itu untuk mencukupi kebutuhan walaupun semua tidak bisa tercukupi tetapi bagaimana kita mengusahakan untuk bisa menutup semua kebutuhan itu.
- 26) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Kalo untuk latihan tidak bisa setiap hari kita datang, tapi untuk pertandingan pasti kita usahakan datang.
- 27) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari pengprov sendiri, entah itu dari UKT itu tadi, dari pemasukan-pemasukan yang lain, dari pengurus itu sendiri, sponsor dll.
- 28) Bagaimana pengalokasian dana?
Ya kita menyesuaikan kebutuhan untuk latihan setiap hari dan untuk kejuaraan. Untuk makan, kesehatan, sarpras itu tadi, uang saku atlet. Jadi Pengprov sendiri setiap bulannya mengeluarkan dana sampai ratusan juta.
- 29) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari pengprov sendiri dibantu oleh KONI juga itu paling 5%.
- 30) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya cukup lengkap, bisa dilihat di dojang sana.
- 31) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Sejauh ini cukup layak, masih dalam kondisi bagus.
- 32) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Untuk alat fitnes memang kita belum menyediakan. Hanya ada beberapa. Tetapi kita juga sedang berusaha untuk mengupayakan pengadaan alat-alat fitnes.
- 33) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Ya, saya rasa sudah dengan mengacu menurut standart yang ditentukan oleh WTF
- 34) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan KONI Jawa Tengah?
Kalo hubungan baik. Hubungan kemitraan baik. Akan tetapi dari hubungan yang baik itu belum tentu bisa mencukupi kebutuhan. Peran KONI sendiri

saat ini hanya sebagai wadah, sebagai organisasi yang menaungi suatu cabang olahraga. Karena KONI belum cukup memenuhi kebutuhan di Pelatda karena memang keterbatasan anggaran dari pemerintah daerah. Hanya sekitar 5% untuk kebutuhan pembinaan olahraga. Dibandingkan dengan Jatim, Jabar dan DKI Jakarta, Jawa Tengah termasuk paling rendah untuk pembiayaan olahraga.

- 35) Sejauh mana tugas dan peran KONI Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya sejauh ini hanya sebagai wadah induk olahraga saja itu tadi. Karena di sini Pengprov harus mandiri. Karena kalo hanya menggantungkan dana dari KONI saja tidak bisa.
- 36) Apa saja bentuk perhatian yang diberikan KONI terhadap Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya memang KONI membantu dalam pengadaan sarpras. Tetapi KONI sendiri belum bisa memenuhi kebutuhan atlet-atlet di Pelatda. Padahal atlet yang kita bina sekitar 25-30 atlet. Tetapi kita hanya mendapatkan kuota hanya 6 kuota itu tadi kalo tidak salah.
- 37) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah?
Hubungan dengan Dinpora baik.
- 38) Sejauh mana tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Kalo Dinpora cukup berperan di sini dalam pembinaan. Kita malah lebih bekerja sama dengan Dinpora dan Dispora karena di sini kita ada PPLP. Untuk pemasalan sendiri sudah ada POPDA. Di mana kalo sudah ada POPDA pasti sekolah-sekolah juga ada ekstra taekwondo dan ikut dalam POPDA taekwondo tergantung kemitraan sekolah itu masing-masing.
- 39) Apa saja bentuk perhatian yang diberikan Dinas Pemuda dan Olahraga terhadap Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Bantuannya banyak. Jadi kalo berbicara mengenai bantuan kita lebih banyak mendapatkan bantuan dari Dispora. Tergantung programnya dari Dispora apa kecuali PON karena PON memang program dari KONI, nanti kita buat jadwal, kita buat maping baru nanti kita buat program.

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PENGURUS PENGPROV TI JAWA TENGAH

Responden : Pengurus (Ketua Bidang Penelitian dan Pengembangan)

Nama : Bambang Widjanarko

- 1) Apa jabatan anda dalam pengurus provinsi TI Jawa Tengah?
Ketua Bidang IV Penelitian dan Pengembangan
- 2) Sejak kapan anda terlibat dalam kepengurusan TI Jawa Tengah?
1980an
- 3) Apa yang menjadi motivasi anda menjadi pengurus provinsi TI Jawa Tengah?
Ya karena saya ingin memajukan dan membesarkan TI Jawa Tengah
- 4) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Filosofinya saya rasa.
- 5) Berapa jumlah atlet putra dan putri di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Yang kita bina sekitar 25-30 atlet
- 6) Bagaimana strategi pemasaran taekwondo yang ada di Jawa Tengah?
Pemasaran seperti yang saya sampaikan kemarin kita lakukan dengan membuka kelas taekwondo di sekolah-sekolah baik yang berifat ekstrakurikuler maupun non ekstrakurikuler. Termasuk juga membuka dojang-dojang atau klub-klub di seluruh daerah di Jawa Tengah. Dan pemasaran itu sendiri dari 34 kabupaten yang aktif sekitar 20.000-30.000 praktisi, itu bisa kita lihat dari UKT. Kemudian lewat kejuaraan-kejuaraan yang diikuti oleh atlet-atlet di berbagai daerah itu.
- 7) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya kita ada tim talent scouting yang memantau atlet pada event-event kejuaraan. Nah dari event kejuaraan itu kita akan dapatkan atlet-atlet yang memiliki potensi, kemudian akan kita seleksi. Saat ini juga ada PPLP sebagai program kerja Dinpora untuk pembinaan dan pembibitan atlet.
- 8) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Ya setiap tahun kita adakan
- 9) Bagaimana cara menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Menggunakan metode sport search yang didalamnya kita mempertimbangkan antropometri, VO2max dan lain sebagainya.
- 10) Sudahkah menggunakan teknologi dalam menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Ya metode sport search itu saya kira termasuk dalam penerapan IPTEK.
- 11) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?
Kejurnas antar mahasiswa di Jakarta, kejurnas Bandung dan Internasional di Bali kemarin.
- 12) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Ya cukup baik. Kita selalu mendapat juara umum.
- 13) Apakah selalu ada laporan hasil prestasi setiap mengikuti kejuaraan?
Ya, pelatih selalu melaporkan hasil prestasi atlet ke Pengprov, nanti Pengprov melaporkan ke pihak KONI dan Dinpora
- 14) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Ya bisa dikatakan lebih dari cukup ya. Setiap bulan atlet selalu mendapat insentif dari Pengprv TI Jawa Tengah.
- 15) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?

Ya nanti atlet tersebut bisa saja naik grade kemudian kita tambahkan insentif untuk mereka.

- 16) Darimana saja sumber penghargaan tersebut diperoleh?
Dari Pengprov yang direkomendasikan oleh ketua.
- 17) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Untuk kriteria dia harus punya mental juara dulu saya kira, dia harus punya apa itu yang dinamakan dengan locus of control seperti yang kemarin saya sampaikan. Dia sadar dan tahu akan kebutuhannya, serta tanggung jawab dengan apa yang selanjutnya harus dia lakukan. Kalo setiap atlet memiliki itu saya kira peluang untuk menjadi juara cukup besar, apapun bentuk latihan yang diberikan pasti akan mereka terima, akan mereka lakukan.
- 18) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Saya rasa cukup baik, harmonis.
- 19) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, sangat tahu.
- 20) Apakah anda tahu betul karakter/kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Sangat tahu, karena kita juga punya catatan khusus dari masing-masing atlet.
- 21) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya tugas pelatih itu bagaimana mereka bisa menghasilkan output yang baik. Ibarat dalam suatu pabrik itu bagaimana kita menghasilkan produk yang baik. Produk yang baik itu dihasilkan dari material dan bagaimana cara mereka memproduksinya. Sama halnya seperti bagaimana pelatih ini memproses atletnya hingga bisa melahirkan atlet yang benar-benar berkualitas.
- 22) Apa saja program latihan yang diberikan?
Program latihan ada latihan fisik, teknik, kita juga melihat dari segi apakah atlet ini akan dipersiapkan untuk jangka panjang, jangka pendek ataupun jangka menengah.
- 23) Berapa kali latihan dalam satu minggu?
Kalo sehari latihan 3 kali berarti seminggu ya 18 kali
- 24) Berapa lama waktu latihan?
2 jam latihan atau menyesuaikan kebutuhan.
- 25) Apakah sesudah latihan diadakan evaluasi?
Ya
- 26) Apakah program latihan diberikan secara berkesinambungan?
Ya
- 27) Apakah para atlet merasa berat dengan program yang ditetapkan?
Ya seperti yang sampaikan tadi, tidak semua atlet memiliki kondisi yang sama, baik itu fisik ataupun psikologis atlet. Hanya atlet yang memiliki apa itu yang dinamakan locus of control yang memiliki kesadaran dan tanggung jawab akan kebutuhannya, sehingga apapun bentuk latihan yang diberikan dia bisa menyelesaikannya dengan baik.
- 28) Apa yang atlet-atlet lakukan jika dalam latihan tumbuh rasa jenuh?

Kita selalu mengagendakan untuk setiap seminggu sekali atau sebulan berapa kali kita ajak atlet- atlet keluar untuk refreshing. Meninggalkan segala rutinitas latihan.

- 29) Bagaimana kepengurusan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, sejauh ini cukup baik.
- 30) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Ya, kalo untuk latihan saya atau master singgih atau siapa menyempatkan datang untuk melihat anak-anak latihan. Karena memang tidak setiap hari kita bisa mendampingi anak-anak latihan. Tapi kalo pertandingan ya pasti semua pengurus mengusahakan untuk datang.
- 31) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov, dari APBD Jawa Tengah yang dihibahkan ke KONI Jawa Tengah
- 32) Bagaimana pengalokasian dana?
Pengeluaran untuk pembinaan di Pelatda ini memang cukup besar ya, karena kita continue. Jadi latihan terus berlangsung. Pengeluaran itu sendiri entah untuk makan, obat-obatan, peralatan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya.
- 33) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Dari sponsor, dari UKT, dari donatur yang ikut andil dalam rangka memajukan taekwondo Jawa Tengah khususnya.
- 34) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam satu minggu latihan?
Relatif, menyesuaikan kebutuhan
- 35) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam mengikuti suatu kejuaraan?
Relatif juga, tergantung di mana kejuaraan itu diselenggarakan dan berapa lama.
- 36) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Dari Pengprov dan KONI Jawa Tengah
- 37) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Masih dalam kondisi baik dan layak.
- 38) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Ya saya kira perlu, karena ini gedung baru, jadi masih perlu penambahan sarpras.
- 39) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Ya, sudah
- 40) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan KONI Jawa Tengah?
Hubungan baik.
- 41) Sejauh mana tugas dan peran KONI Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Tugas KONI Jawa Tengah sendiri sejauh ini ya sebagai wadah induk organisasi olahraga, KONI juga memberikan intensif untuk atlet walaupun belum bisa seluruhnya, karena atlet yang kita bina di sini cukup banyak.

- 42) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah?
Ya, baik.
- 43) Sejauh mana tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Tugas dan peran Dinpora baik. Ada atlet-atlet PPLP juga di sini yang merupakan program kerja dari Dinpora, sehingga Dinpora banyak membantu dan memperhatikan perkembangan prestasi Pelatda Taekwondo Indonesia Jawa Tengah.
- 44) Apa saja bentuk perhatian yang diberikan Dinas Pemuda dan Olahraga terhadap Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Memberikan uang saku atlet untuk atlet-atlet PPLP ya, karena kalau Pelatda sendiri di bawah kepengurusan dan program KONI Jawa Tengah. Ikut ambil bagian dalam pengadaan sarana dan prasarana. Mendukung baik moril maupun materiil dalam penyelenggaraan event kejuaraan.

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PENGURUS KONI JAWA TENGAH

Responden : Pengurus (Ketua Bidang Pembinaan dan Prestasi KONI Jawa Tengah)

Nama : Drs. Taufik Hidayah, M.Pd

- 1) Apa jabatan anda dalam Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI)?
Kabid II yang membidangi pembinaan dan prestasi.
- 2) Sejak kapan anda menjabat dalam kepengurusan KONI Jawa Tengah?
Kepengurusan sejak tahun 2012
- 3) Berapa jumlah atlet putra dan putri di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Sekitar 20 atlet
- 4) Bagaimana strategi pemasaran taekwondo yang ada di Jawa Tengah?
Ya cukup baik dengan adanya pembinaan prestasi.
- 5) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya dengan cara seleksi.
- 6) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Setiap tahun.
- 7) Bagaimana pencarian bibit atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Melalui sekolah-sekolah, kemudian klub-klub taekwondo yang ada di Jawa Tengah.
- 8) Bagaimana cara menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Tentunya mereka harus menjuarai event-event kejuaraan ya, baru nanti diseleksi lagi.
- 9) Sudahkah melibatkan teknologi dalam menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Belum terlalu.
- 10) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?
Ya mereka menjuarai beberapa event kejuaraan nasional.
- 11) Bagaimana karir prestasi taekwondo anda di Tahun 2014/2015 ini?
Cukup baik. Taekwondo merupakan cabang olahraga unggulan provinsi Jawa Tengah.
- 12) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Ya mereka mendapat insentif, uang saku kemudian fasilitas seperti mes dan kebutuhan makan setiap hari.
- 13) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?
Nantinya atlet akan mendapat insentif lebih baik dari KONI maupun dari Pengprov sendiri.
- 14) Darimana saja sumber penghargaan tersebut diperoleh?
Dari pihak KONI dan Pengprov.
- 15) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Ya itu tadi paling tidak mereka harus menjuarai beberapa event kejuaraan di tingkat provinsi.
- 16) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Ya cukup baik.
- 17) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya, mengetahui. Kita mengetahui atlet-atlet yang memang memiliki potensi.

- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya tentunya melatih
- 19) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Dari APBD Jawa Tengah
- 20) Bagaimana pengalokasian dana?
Itu semua kita serahkan ke pihak Pengprov tinggal nanti kita mendapat laporan penggunaan dana.
- 21) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Setahu saya dari swasta ada.
- 22) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya dari APBD itu tadi.
- 23) Apa saja dan berapa jumlah sarana dan prasarana yang ada di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya ada gedung latihan, matras, samsak, dan perlengkapan yang dipakai untuk pertandingan.
- 24) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?
Baik dan layak.
- 25) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?
Perlu. Nanti akan kita tambahkan sesuai kebutuhan.
- 26) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?
Sudah
- 27) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan KONI Jawa Tengah?
Sejauh ini baik
- 28) Sejauh mana tugas dan peran KONI Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah? Apa saja bentuk perhatian yang diberikan KONI terhadap Pelatda Taekwondo Jawa Tengah
Memberikan insentif latihan, memberi peralatan.

INSTRUMEN WAWANCARA DENGAN PENGURUS DINAS PEMUDA DAN OLAHRAGA JAWA TENGAH

Responden : Pengurus (Bidang Pembinaan dan Prestasi Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah)

Nama : Bambang Widjanarko, SE

- 1) Apa jabatan anda dalam Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah?
Saya membidangi pembibitan pembinaan olahraga prestasi
- 2) Sejak kapan anda terlibat dalam kepengurusan Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Jawa Tengah?
Sejak 2009
- 3) Menurut anda bagian apa yang paling menarik dari beladiri taekwondo?
Filosofinya
- 4) Berapa jumlah atlet putra dan putri di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Yang kita bina sekitar 25-30an
- 5) Bagaimana strategi pemasaran taekwondo yang ada di Jawa Tengah?
Pemasalannya melalui sekolah-sekolah
- 6) Bagaimana prosedur perekrutan atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Sistematikanya dengan mendata kita melalui talent scouting, kemudian melalui sport search itu. Kemudian pada moment yang tepat kita ada tes fisik seperti MFT, lari 12 menit, VO2max, kemudian tes cabang olahraga, kemudian teknik, dan ada simulasi sparing untuk mengetahui kemampuan gerak atlet.
- 7) Berapa tahun sekali perekrutan atlet dilaksanakan?
Jadi begini, dalam program 1 tahun itu kita nanti ada program promosi degradasi. Jadi yang biasa kita lakukan di pengprov itu 3 bulan pertama, baru 3 bulan kedua kita bisa melihat.
- 8) Bagaimana pencarian bibit atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Ya melalui talent scouting itu tadi
- 9) Bagaimana cara menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Kita seleksi melalui berbagai tes yang sudah saya sebutkan itu tadi.
- 10) Sudahkah melibatkan teknologi dalam menyeleksi atlet-atlet tersebut?
Membuat program latihan itu sudah salah satu penerapan IPTEK, kemudian MFT itu tadi, itu juga merupakan salah satu IPTEK. Kemudian sekarang penilaian untuk pertandingan kita sudah menggunakan PSS (Protector Score System)
- 11) Prestasi apa saja yang pernah di raih atlet Taekwondo Jawa Tengah tahun 2014/2015 ini?
Kejuaraan Mahasiswa yang diadakan Kemenpora di Jakarta kemaren kita juara umum, kemudian yang Bali Internasional kemarin kita juga juara umum.
- 12) Bagaimana kesejahteraan atlet taekwondo?
Saya kira kalo untuk masalah kesejahteraan relatif ya, tentunya kalo itu diterapkan di anak-anak lebih dari cukup karena kita mengikuti tingkatan. Jadi sistemnya dari KONI dibuat grade seperti itu. Kemudian ada tambahan insentif dari pengprov sebagai bentuk kebijakan dari ketua.
- 13) Apakah ada penghargaan khusus jika seorang atlet berprestasi?

Ya insentif itu tadi dan ada penambahan dari luar baik materi atau yang lainnya.

- 14) Apa saja kriteria yang dituntut untuk bisa menjadi atlet Taekwondo Jawa Tengah?
Yang paling utama itu harus punya pertahanan diri atau yang disebut locus of control. Ketika seorang atlet sudah memiliki locus of control dia akan melakukan tanpa perintah, jadi punya kesadaran diri, sudah merupakan tugas tanggung jawabnya. Kalo dalam ilmu manajemen disebut sebagai member exchange, dia tahu akan kebutuhannya sendiri.
- 15) Bagaimana hubungan atlet dan pelatih?
Yang saya lihat sinkron, harmonis. Di sini yang perlu di garis bawahi adalah sebagus apapun pelatih itu melatih tetapi kalo tidak melihat kondisi psikologis atlet itu akan menjadi suatu hambatan atau destorsi, bagaimana untuk memberikan program latihan itu sendiri. Tetapi ini ada sedikit kendala, untuk saat ini kan kita mendatangkan pelatih asing, dari Korea. Nah ini harus ada adaptasi dengan atlet, menyesuaikan budaya kita, bahasa dan lain sebagainya. Bukan atlet yang menyesuaikan pelatih. Karena 1 orang melawan sebuah komunitas.
- 16) Apakah anda mengetahui kualitas para atlet di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Sangat mengetahui
- 17) Apakah anda tahu betul karakter/ kemampuan latihan dari masing-masing atlet?
Sangat mengetahui
- 18) Apa saja tugas dan peran pelatih dalam pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
- 19) Bagaimana kepemimpinan di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?
Saya pikir organisasi taekwondo ini adalah organisasi sosial, dan sejauh ini cukup bagus saya katakan, karena apa? karena orang-orang yang duduk di situ adalah orang-orang yang memiliki kompeten, orang-orang yang baik juga secara ekonomi, sehingga dalam mengelolanya pun juga bagus.
- 20) Apakah pengurus hadir pada saat latihan atau pertandingan?
Ya, ada
- 21) Darimana sumber dana dalam pembinaan prestasi taekwondo Jawa Tengah?
Ada 2 sumber dana, yang pertama kita ada dana dari KONI itu untuk TC ya, ada juga dana yang disiapkan dari Pengprov khususnya ketua kita.
- 22) Bagaimana pengalokasian dana?
Tergantung kebutuhan ya, kalo saya lihat kebutuhan kita itu unlimited ya.
- 23) Apakah ada dukungan dari luar dan berupa apa?
Saya kira kemarin kita sudah mengadakan kerjasama dengan komunitas pengusaha Korea yang ada di Jawa Tengah ya, kita harapkan mereka juga ikut memperhatikan dan peduli dengan taekwondo Jawa Tengah.
- 24) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam satu minggu latihan?
Tidak tentu
- 25) Kurang lebih berapa banyak pengeluaran dalam mengikuti suatu kejuaraan?
Tidak tentu juga, tetapi selama ini kita mengikuti event kejuaraan di manapun selalu bisa tercukupi tidak pernah kekurangan.
- 26) Darimana sumber pengadaan sarana prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah?

Kembali lagi ke sarpras, yang kita ketahui tanah di sana itu adalah milik provinsi ya, yang diperuntukkan untuk cabang-cabang olahraga termasuk taekwondo, sehingga sarana dan prasarana yang diisi oleh KONI dan Pengprov sendiri sudah cukup ya, luar biasa itu kalau menurut saya.

- 27) Bagaimana keadaan sarana dan prasarana di Pelatda Taekwondo Jawa Tengah saat ini?apakah layak untuk digunakan dalam latihan dan kejuaraan?

Saya kira sangat layak.

- 28) Apakah perlu penambahan sarana dan prasarana guna menunjang program latihan?

Ya, memang ada beberapa alat itu yang belum terpasang, nanti kita akan lengkapi alat-alat fitnes, itu ada tapi hanya beberapa karena memang kemarin mendesak untuk segera dipasang.

- 29) Apakah sarana dan prasarana sudah memenuhi standar keamanan taekwondo?

Sudah

- 30) Bagaimana hubungan pengprov TI Jawa Tengah dengan Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah?

Saya rasa sejauh ini cukup bagus baik secara vertikal dengan pemerintah maupun secara linier dengan pengurus besar ya.

- 31) Sejauh mana tugas dan peran Dinas Pemuda dan Olahraga Jawa Tengah terhadap pembinaan prestasi di Pelatda Taekwondo JawaTengah?

Kembali lagi bahwa Dinpora itu kemarin seperti yang sempat saya sampaikan bahwa kita menangani PPLP, kalo untuk Pelatda sudah dihibahkan sepenuhnya ke KONI.

Lampiran 15

DOKUMENTASI



TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



DOJANG BARU PELATDA TAEKWONDO JAWA TENGAH



DOJANG LAMA PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



SAMSAK



TARGET



HEAD GUARD DAN MATRAS



LATIHAN FISIK OUTDOOR



LATIHAN FISIK INDOOR



LATIHAN TEKNIK



FITNESS



TRY OUT DENGAN PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TIMUR



PENGPROV TI JAWA TENGAH MEETING MEMBAHAS EVENT PRA PON DAN PON



WAWANCARA DENGAN ATLET PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN ATLET PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN ATLET PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN ATLET PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PELATIH PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PELATIH PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PENGURUS PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PENGURUS PELATDA TAEKWONDO INDONESIA JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PENGURUS KONI JAWA TENGAH



WAWANCARA DENGAN PENGURUS DINPORA JAWA TENGAH