



Perjalanan Atlet Wushu Sanda Menuju Juara Sea Games 2019

Laksmna Pandu Pratama^{1✉}, Heny Setyawati²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia¹²

Info Artikel

Received : 18 July 2021
Accepted : September 2021
published: September 2021

Keywords:

Government Support;
Achievement Development;
Wushu Athletes

Abstrak

Pembinaan prestasi menjadi tolak ukur keberhasilan seorang atlet menjadi juara. Maka, peran pemerintah sangat penting dalam mendukung seorang atlet untuk berprestasi secara maksimal. Dalam dukungan pemerintah seperti dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan sarana prasarana dan dukungan suplemen sangatlah mempengaruhi prestasi seorang atlet dalam dunia olahraga. Fokus masalah pada penelitian ini adalah sejauh mana pembinaan prestasi yang dilakukan pemerintah mulai dari tingkat kota sampai nasional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menyimpulkan pembinaan prestasi atlet wushu sanda Jawa Tengah menuju Juara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komponen pembinaan di tingkat daerah dalam hal ini di Jawa Tengah, maupun tingkat nasional cenderung sudah baik, karena di tingkat daerah sudah melakukan pembinaan jangka panjang dari junior sampai senior. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi dan dokumentasi. Analisis data melalui pengalaman hidup. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet wushu sanda Jawa Tengah. Simpulan penelitian yaitu pembinaan di tingkat daerah dalam hal ini di Jawa Tengah, maupun tingkat nasional cenderung sudah baik walaupun masih ada beberapa kekurangan.

Abstract

Achievement coaching is a measure of the success of an athlete to become a champion. Thus, the role of government is very important in supporting an athlete to perform optimally. In government support such as emotional support, reward support, infrastructure support and supplementary support greatly affects the performance of an athlete in the world of sports. The focus of the problem in this research is the extent to which the development of achievements carried out by the government from the city to the national level. The purpose of this study was to describe and conclude the development of the achievements of the wushu sanda athletes in Central Java to become champions. The results of this study indicate that the development component at the regional level in this case in Central Java, as well as at the national level, tends to be good, because at the regional level it has carried out long-term coaching from junior to senior. This research is a descriptive study with data collection techniques through observation and documentation. Analyze data through life experiences. The sample in this study were the athletes of the Central Java sanda wushu. The conclusion of the research is that the guidance at the regional level in this case in Central Java, as well as at the national level, tends to be good although there are still some shortcomings.

How To Cite:

Pratama, L. P & Setyawati, H. (2021). Perjalanan Atlet Wushu Sanda Menuju Juara Sea Games 2019. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2 (Edisi Khusus 1), 8-12

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Rohman Hidayat, 2020). Pada zaman sekarang perkembangan olahraga terjadi sangat cepat. Hal ini dibuktikan banyaknya minat seseorang dari usia muda sampai usia tua. Olahraga pada hakikatnya merupakan bagian dari upaya meningkatkan potensi kualitas manusia Indonesia. Olahraga merupakan salah satu faktor terbentuknya kebugaran jasmani yang perlu disebarluaskan dan dimasyarakatkan, seorang yang melakukan kegiatan latihan olahraga dapat memetik manfaat dalam beberapa hal (Candra, 2016).

Olahraga prestasi merupakan dasar dari setiap pelaku olahraga untuk senantiasa meningkatkan prestasinya (Utama, 2015). Seperti di Indonesia, sesuai fungsi dan tujuannya dikenal beberapa untuk kegiatan olahraga seperti (1) olahraga pendidikan yang mempunyai tujuan yang bersifat mendidik, (2) olahraga rekreasi yang memiliki tujuan yang bersifat rekreatif, (3) olahraga kesehatan bertujuan untuk pembinaan kesehatan, (4) olahraga rehabilitasi bertujuan untuk rehabilitasi, (5) olahraga kompetitif (prestasi) bertujuan untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya (RusliLutan, 2000:7).

Untuk mencapai prestasi yang tinggi perlu adanya pembinaan olahraga yang baik. Pembinaan dan pembibitan olahraga merupakan permasalahan penting yang harus mendapat perhatian (Rakhman, 2017). Upaya peningkatan prestasi olahraga perlu terus dilaksanakan 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 (Panjaitan, 2018).

Wushu adalah salah satu olahraga tradisional seni beladiri dari Tiongkok. Secara resmi, olahraga wushu yang bernaung dalam *Federasi Wushu Internasional (IWUF)* mempertandingkan tiga nomor, yaitu :*Taolu*(Peragaan bentuk jurus), *Tuida*(Peragaan pertarungan), *Sanshou/Sanda* (Pertarungan bebas) (Gulo, 2019). Wushu juga merupakan seni bela diri asal Jepang yang mana didalam kegiatannya selalu dibutuhkan sebuah gerakan pukulan, tendangan, tangkisan, bantingan, kelincahan, dengan bertenaga dan baik dalam Kata (jurus) atau Kumite (*fight*) (Pratama, 2016).

Pada pertandingan wushu selain mempertandingkan teknik memainkan senjata juga ada kategori pertarungan Sanshou. Sanshou/sanda sekilas mirip *kickboxing atauthaiboxing*, apalagi sama-sama mengenakan celana pendek bersarung

tinju. Perbedaannya petarung Sanshou memakai kaos dan kepala dilindungi pengaman (Ambara & Arya, 2017).

Wushu Sanda adalah nomor pertarungan dalam Asian Games, Atlet wushu menggunakan pengaman pada bagian kepala, sarung tinju, body protector, gumshield, dan pelindung kemaluan, dimainkan selama 2 ronde dengan sistem 2 ronde menang. Wushu mulai berkembang pesat di Indonesia terutama di Sumatera Utara, dan Jawa Tengah, sudah banyak kejuaraan wushu yang digelar seperti KejurProv, Open Tournament, KejurNas, Porprov, dan lain lain (Najib, 2020).

Selain itu sanshou juga sama seperti tinju, perbedaan ditinju hanya boleh memukul sedangkan di wushu boleh memukul, menendang, dan membanting. Dalam olahraga wushu atlet memerlukan kondisi fisik diantaranya kecepatan, kekuatan, daya ledak, kelentukan, kelincahan, daya tahan, dan keseimbangan. Prestasi wushu sanda Indonesia adalah mampu meraih 3 medali perak dan 2 perunggu di Sea Games Filipina 2019 (Sidabutar, 2013). Sanshou boleh dibilang kungfu yang dimodernisasikan dan di-simplified sehingga kalau dilihat sekilas mirip kickboxing (Brigita Sanjaya, 2021).

Peluang prestasi pada olahraga wushu lebih besar daripada olahraga beladiri lainnya, dikarenakan olahraga wushu peminatnya yang kurang terlalu banyak sehingga peluang prestasinya akan semakin besar (Sustiyo Wandu, 2013).

METODE

Menurut Sutrisno Hadi metodologi penelitian adalah "sebagai suatu usaha untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji kebenaran pengetahuan, usaha mana dilakukan dengan metode-metode ilmiah". Maksudnya adalah untuk menjaga agar pengetahuan yang dicapai dari suatu research dapat mempunyai harga ilmiah yang setinggi-tingginya. Oleh karena itu dibutuhkan langkah-langkah yang jelas, agar hasil penelitian yang sangat ditentukan oleh ketepatan peneliti dalam menentukan metode penelitiannya (Hadi, 2014).

Menurut Sugiyono (2017:2) menyatakan bahwa metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Hapsari, 2019)

Dari pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa metodologi penelitian merupakan cara yang digunakan oleh peneliti dalam rangka mengumpulkan data untuk melaksanakan kegiatan penelitian dari mulai menentukan perumusan masalah sampai dengan menarik kesimpulan dari penelitian tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan penelitian naratif

(Sustiyo Wandu, 2013). Menurut Tafonao, 2019 bahwa penelitian naratif merupakan studi tentang kehidupan individu seperti yang diceritakan melalui kisah-kisah pengalaman mereka, termasuk diskusi tentang makna pengalaman-pengalaman bagi individu. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet wushu sanda Jawa Tengah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelebihan Dan Kelemahan Sistem Pembinaan Wushu Sanda Tingkat Daerah

Membicarakan kelemahan dan kelebihan pasti selalu ada, dikarenakan masih ada perbaikan agar pemerintah memperkecil kelemahan yang ada. Wushu di tingkat daerah, dalam hal ini Jawa Tengah yaitu sistem, peralatan dan sarana prasarana sudah cukup memadai, tetapi untuk trek lari sendiri di daerah belum mempunyai karena masih diaspal. Dan juga ketika hujan deras tempat latihannya sering terkena air hujan sehingga tidak bisa digunakan. Untuk suplemen dan vitamin juga masih kurang sedangkan untuk peralatan sudah ada tetapi penggantian peralatan baru cukup lama. Untuk try out keluar sangat jarang semoga kedepannya bisa diadakan agar lebih baik.

Pembinaan wushu di tingkat Jawa Tengah sudah bagus, karena pembinaannya dari junior. Dan untuk wushu sanda sendiri sudah ada lokasi tempat latihan beban dan teknik di Jawa Tengah. Selama ini, untuk latihan dilakukan di Wisma Wushu Jawa Tengah tepatnya di Semarang ketika dilakukan *Training Camp*. Kelebihan sistem wushu sanda di tingkat Jawa Tengah sudah sangat bagus karena terjadwal kegiatan latihan untuk persiapan event jangka panjang. Dan ada kejurda setiap tahunnya untuk sistem degradasi atlet jawa tengah.

Kelebihan dan Kelemahan Sistem Pembinaan Wushu Sanda Tingkat Nasional

Pembinaan wushu sanda di tingkat Nasional juga terdapat kelemahan dan kelebihan. Kelemahan di tingkat nasional yaitu dari *try out* yang kurang intensif dibanding dengan negara-negara lain, untuk mendapatkan pengalaman serta ilmu yang banyak sebagai wadah untuk menguji mental dan juga fisik kita ketika mengikuti event di tingkat Internasional. Supaya kita tahu kelemahan dan kelebihan kita di tingkat Asia. Proses latihan ketika akan mengikuti event. Kegiatan *Try out* sudah terjadwal, tetapi waktunya yang kurang lama. *Try out* di luar negeri juga tidak sesering negara lain, hal ini dimungkinkan dana tidak mencukupi.

Kelebihan di tingkat nasional yaitu peralatan yang memadai dan juga pembinaan di tingkat nasional yang sangat baik karena di tingkat nasional kita hanya menambah ilmu yang kita dapatkan di daerah masing-masing dan membuat atlet tersebut lebih hebat lagi, dengan peralatan yang modern dan juga tenaga pelatih yang

profesional. Salah satu keuntungan yang diperoleh atlet ketika pelatihan di tingkat nasional, kita lebih mengetahui berbagai macam alat yang belum tentu ada di daerah. Sehingga akan memaksimalkan proses latihan, dan diharapkan akan memperoleh hasil yang terbaik dalam event yang diikuti. Untuk suplemen dan vitamin juga sangat terpenuhi.

SIMPULAN

Pembinaan di tingkat daerah dalam hal ini di Jawa Tengah, maupun tingkat nasional cenderung sudah baik, karena di tingkat daerah sudah melakukan pembinaan jangka panjang dari junior sampai senior. Untuk sarana prasarana juga sudah cukup mungkin hanya lebih untuk meningkatkan saat pembaruan lebih cepat, karena peralatan yang dipakai hanya bertahan beberapa bulan saja. Dan untuk vitamin, suplemen dan try out masih kurang. Sedangkan di nasional pembinaan sudah bagus karena semua sarana prasarana, suplemen dan vitamin juga sudah terpenuhi.

REFERENSI

- Ambara, A. P. (2017). Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda di Sasana Tiauw Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 41.
- Brigita Sanjaya, W. W. (2021). Pengaruh Metode Elementer Terhadap Peningkatan Keterampilan Jurus Qubidding Chang Quan Atlet Wushu. *Jurnal Stamina*, 20.
- Candra, A. R. (2016). Pembinaan Prestasi di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4-5.
- Gulo, W. S. (2019). Perancangan Gedung Pusat Wushu di Kota Medan Dengan Pendekatan Feng Shui Dalam Arsitektur. *Jurnal Pancabudi*.
- Hadi, F. (2014). Hubungan Antara Ketahanan Otot Perut Dengan Kemampuan Menyundul Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas XI SMAN 1 Daar Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Olahraga*, 65.
- Hapsari, F. A. (2019). Pengaruh Kualitas Sumber Daya Manusia Terhadap Kualias Laporan Keuangan Pemerintah Daerah. 40.
- Najib, A. N. (2020). Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecemasan Pada Atlet Bela Diri Wushu Sanda Terhadap Prestasi Pelatda Pra-PON Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 18.
- Panjaitan, S. (2018). Upaya Meningkatkan VO2MAX Melalui Latihan Interval Training Pada Atlet Wushu Sanda Tobasa Kategori Junior. 4.
- Pratama, A. (2016). Analisis Kemampuan VO2MAX Pada Atlet Karate Ranting Permata Sidoaro. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3.
- Rakhman, P. A. (2017). Pengaruh Penerapan Cold Water Immersion (Cryotherapy) Pasca Latihan Terhadap Recovery Wushu Sanshou Putra Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 34.

- Rohman Hidayat, D. R. (2020). Faktor Fisik Dominan Penentu Keterampilan Bermain Sepak Takraw. *Jurnal MensSana*, 33.
- Sidabutar, L. P. (2013). Aspek Psikologi Konsentrasi Pada Atlet Wusu Sanda Sumatera Utara Tahun 2013 Di Riau. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 22.
- Sustiyo Wandu, T. N. (2013). Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Karangturi Kota Semarang. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Reactions* , 526.
- Tafonao, T. (2019). Dampak Seks Bebas Terhadap Perilaku Generasi Millennial. 51-52.
- Utama, R. H. (2015). Kebijakan Pemerintah Tentang Pembinaan dan Penyediaan Sarana Prasarana Olahraga Presasi Di Pacitan (Studi Deskriptif Tentang Pemasalan, Pembibitan, Peminaan Prestasi dan Perencanaa, Pengelolaan Sarana Prasarana).