



Pembinaan Prestasi Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Suradadi Kabupaten Tegal Tahun 2021

Satrio Nanda Nugroho,^{1✉} Ipang Setiawan²

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

Article History

Received : January 2023
Accepted : November 2023
Published : November 2023

Keywords

Coaching, Pencak Silat, Persaudaraan Setia Hati Terate

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan mengetahui pembinaan prestasi pencak silat di Kecamatan Suradadi Kabupaten Tegal. Metode penelitian ini yaitu deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan analisis reduksi, penyajian data dan penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; Pemassalan, Pembibitan dan Prestasi telah berjalan dengan baik. Program pembinaan dirancang bertujuan untuk mengenalkan kepada masyarakat, mengembangkan bakat atlet dan melahirkan atlet yang berprestasi dan berakhlak. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian tersebut yaitu indikator dalam pembinaan prestasi pencak silat PSHT Ranting Suradadi Kabupaten Tegal sudah berjalan dengan baik, hanya beberapa kekurangan yang harus diperbaiki. Saran yang dapat peneliti berikan adalah (1) harus ada upaya peningkatan pemassalan; (2) lebih memperhatikan kesejahteraan pelatih; (3) peningkatan kualitas pelatih yang belum bersertifikat.

Abstract

The purpose of this study was to describe and determine the development of pencak silat achievements in Suradadi District, Tegal Regency. This research method is descriptive qualitative. Data collection techniques used interview, observation and documentation techniques. Data analysis techniques in this study used reduction analysis, data presentation and drawing conclusions. The results showed that; Mass, Breeding and Achievement has been going well. The coaching program is designed with the aim of introducing to the public, developing athletes' talents and giving birth to athletes who excel and have character. The conclusions that can be drawn from this research are indicators in the development of pencak silat achievement in the Suradadi Branch of PSHT, Tegal Regency, have been going well, there are only a few shortcomings that must be corrected. Suggestions that researchers can give are (1) there must be an effort to increase mass production; (2) pay more attention to the welfare of the trainers; (3) improving the quality of uncertified trainers

How To Cite:

Nugroho, S. N., & Setiawan, I. (2023). Pembinaan Prestasi Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Suradadi Kabupaten Tegal Tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4 (Edisi Khusus 1), 245-252.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas atau kegiatan yang diperlukan untuk kesehatan jasmani maupun rohani. Manfaat olahraga juga bisa dirasakan sendiri oleh tubuh manusia antara lain tubuh dan badan menjadi sehat, segar serta dapat bersemangat untuk melakukan kegiatan lainnya. Olahraga memiliki tujuan dan fungsi yang berbeda ialah untuk memperoleh tubuh yang sehat, status sosial, semangat dalam kegiatan dan juga untuk berprestasi sebagai olahragawan profesional.

Olahraga sekarang telah menjadi satu bagian dari aktivitas manusia, dan perkembangannya tidak lepas tujuan yang akan dicapai dari olahraga itu sendiri. Olahraga mempunyai tujuan yang berbeda beda. Giriwijoyo dan Sidik (2012:18) menjelaskan bahwa tujuan dari olahraga dapat dibedakan menjadi prestasi, rekreasi, pendidikan dan meningkatkan kualitas kesehatan. Salah satu strategi yang paling mendasar dalam upaya mewujudkan sumber daya manusia khususnya di bidang olahraga adalah dengan memusatkan perhatian dan orientasi pembangunan olahraga sedini mungkin yakni dengan melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga bagi generasi muda sejak dini.

Olahraga khususnya olahraga prestasi, Saat ini berkembang pesat Semakin modern. Tidak bisa lepas dari pengaruhnya Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Kemajuan Perkembangan ini juga dipengaruhi oleh hasil penelitian yang dilakukan melalui penelitian di berbagai sub bidang yang mendukung ilmu pengetahuan yang erat kaitannya dengan kegiatan olahraga. Pada prinsipnya olahraga prestasi lebih menitikberatkan pada pencapaian

prestasi terbaik berdasarkan cabang olahraga yang digelutinya. Oleh karena itu, untuk mencapai hasil yang terbaik pada cabang olahraga performa, penerapan model pembinaan dan penyusunan rencana latihan harus berpedoman pada prinsip dan teori latihan yang benar, terencana, berlapis dan berkelanjutan. Prestasi yang selama ini didapatkan merupakan konsekuensi nyata dari sub-sistem yang kurang optimal yaitu input dan process. (Kamal, 2011).

Cabang olahraga pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia yang telah

berkembang untuk waktu yang lama. Pencak silat, lahir dan tumbuh dalam kalangan masyarakat yang memiliki empat aspek yaitu: aspek mental spiritual, aspek seni budaya, aspek beladiri dan aspek olahraga yang dulunya digunakan untuk penjagaan diri dalam berperang. Pencak Silat merupakan hasil pembelaan, pemeliharaan, eksistensi (kemandirian) dan keutuhan (persatuan) budaya manusia Indonesia dan lingkungan/ lingkungan alam untuk mencapai keharmonisan dalam hidup untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan (Gristyutawati et al., 2012).

Pakar pencak silat percaya bahwa masyarakat Melayu menciptakan dan menggunakan ilmu bela diri ini sejak zaman prasejarah. Karena pada masa itu manusia harus menghadapi alam yang keras untuk bertahan hidup dan melawan binatang buas, pada akhirnya manusia mengembangkan gerakan seni bela diri (Paradiso, 2017: 71).

Sucipto (2004: 26) menjelaskan bahwa pencak merupakan gerakan serang bela, berupa tari dan berirama dengan peraturan adat kesopanan tertentu, yang bisa dipertunjukkan di depan umum dan silat adalah inti sari dari pencak, yakni kemahiran untuk berkelahi atau membela diri mati-matian yang tidak dapat dipertunjukkan di depan umum. Pencak silat dalam perkembangannya tidak hanya menjadi alat mempertahankan diri untuk kelangsungan hidup, namun saat ini sudah menjadi salah satu cabang olahraga yang banyak digemari dan dipertandingkan mulai dari usia dini hingga dewasa, dan dipertandingkan dari tingkat daerah sampai pada level internasional. Terbukti dengan banyaknya keanekaragaman aliran pencak silat salah satunya yaitu Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) yang diwadahi Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI). Perguruan pencak silat PSHT sudah menjadi wadah pembinaan pencak silat prestasi. Pencak silat yang mulai dipertandingkan dari usia dini hingga dewasa, dari dipertandingkan dari tingkat daerah sampai pada level internasional perlu mendapatkan perhatian yang serius dari pemerintah, terlebih lagi dari penggiat cabang olahraga tersebut untuk pencapaian prestasi puncak

Pencapaian prestasi puncak yang diraih memerlukan beberapa tahapan pembinaan. Pembinaan dalam olahraga prestasi harus dilakukan secara kontinyu dan berkelanjutan

(Utami, 2015). Pembinaan atlet-atlet berbakat dari tingkat usia dini, pra remaja, remaja maupun dewasa harus tertata dengan baik dari segi pengelolaan organisasinya, terutama dalam manajemen, karena manajemen merupakan kombinasi dari keterampilan yang berkaitan dengan perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, pengendalian, penganggaran, terkemuka dan mengevaluasi dalam konteks sebuah organisasi atau departemen yang utama produk atau jasa terkait dengan olahraga (Bucker, 2006).

Proses pembinaan menuju prestasi yang setinggi-tingginya perlu dilakukan oleh perkumpulan olahraga berada pada tempat yang strategis, karena berada di posisi terdepan dan menjadi ujung tombak pembinaan prestasi (Tafaqur, 2012:18). Pentingnya perkumpulan olahraga dalam mewujudkan atlet pencak silat yang berprestasi terlihat dalam strategi pembinaan pencak silat. Strategi yang disimpulkan dalam pola pembinaan nasional terdiri dari 3 (tiga langkah) sebagai berikut; (1) Pemasalan dan Pembibitan, (2) Menetapkan peran perkumpulan olahraga sebagai ujung tombak, (3) Memantapkan peranan dan memperbanyak perkumpulan olahraga atau pemusatan latihan (Tafaqur, 2012:18).

PSHT di Kabupaten Tegal saat ini berkembang cukup pesat ke pelosok-pelosok daerah, banyak remaja yang mengikuti kegiatan ini. Salah satunya yaitu di Kecamatan Suradadi, berkembangnya PSHT di Kecamatan Suradadi Kabupaten Tegal yang beralamatkan di Jalan Raya Pantura Suradadi- Pemalang sejak Tahun 2009, mempunyai Lima Rayon atau tempat berlatih di setiap desa yang memiliki masing-masing belasan siswa yang ikut berlatih. Tetapi, dalam pembinaannya PSHT di Ranting Suradadi Kabupaten Tegal masih dalam kondisi yang kurang baik, dibuktikan dengan hasil obsevasi awal yang dilakukan 11 April 2021, adalah sebagai berikut:

- 1) Tidak ada atlet PSHT Ranting Suradadi yang masuk dalam tim pencak silat Kabupaten Tegal.
- 2) Tidak ada medali yang diraih oleh tim pencak silat Kabupaten Tegal pada kejuaraan Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Jawa Tengah 2018 yang diselenggarakan di Kota Surakarta
- 3) Prestasi Atlet hanya sebatas wilayah Kabupaten.

Pengurus cabang Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kabupaten Tegal dalam mengembangkan dan meningkatkan prestasi olahraga pencak silat didukung oleh perguruan pencak silat dan Pemerintah Daerah Kabupaten Tegal. Dengan sering mengadakan berbagai kejuaraan untuk mengembangkan prestasi para atletnya. ada kejuaraan baik tingkat kabupaten, multi cabang, Antar SD, ataupun tingkat provinsi dan nasional, seperti: Porprov, Popda, O2SN, klub-klub tersebut dapat mengirimkan atletnya untuk mengikuti kejuaraan tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut perlu kiranya dilakukan penelitian tentang “Pembinaan Prestasi Pencak Silat PSHT Ranting Suradadi Kabupaten Tegal Tahun 2021”

METODE

Metode penelitian yang digunakan, ditetapkan berdasarkan tujuan penelitian yang diharapkan. Metode adalah cara atau prosedur yang digunakan untuk memecahkan masalah penelitian, sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian. Pendekatan penelitian ini yaitu mendeskripsikan pembinaan prestasi pencak silat di kecamatan suradadi kabupaten tegal yang mana kita akan menelaah apa saja yang ada didalam perguruan pencak silat tersebut.

Desain Penelitian ini yaitu penelitian kualitatif deskriptif, yang artinya prosedur atau cara memecahkan masalah dengan memaparkan objek yang diteliti (orang, lembaga, masyarakat, dan lain-lain) berdasarkan fakta-fakta aktual yang dibutuhkan berlaku pada saat sekarang. Dimana peneliti ingin mengetahui pembinaan prestasi pencak silat PSHT di kecamatan suradadi kabupaten tegal.

Fokus Penelitian ini yaitu bagaimana pembinaan prestasi pencak silat PSHT di Ranting Suradadi Kabupaten Tegal yang meliputi pemassalan, pembibitan, prestasi; kepengurusan organisasi; sarana dan prasarana; pendanaan; dan penghargaan. Tempat Penelitian ini yaitu di Persaudaraan Setia Hati Terate Ranting Suradadi Kabupaten Tegal

Memahami respon dan perilaku yang berkaitan dengan pembinaan perguruan pencak silat perlu pengamatan mendalam terhadap gejala yang menjadi focus penelitian. Oleh karena itu,

keterlibatan peneliti dalam proses pembinaan perguruan pencak silat merupakan tuntutan agar dapat memahami secara menyeluruh pembinaannya. Dalam penelitian ini wawancara dilakukan secara terorganisir dan bertahap. Dokumentasi dilakukan ketika observasi data dan saat penelitian disertai dengan dokumen dokumen yang diminta dari responden untuk kelengkapan penelitian

Untuk menguji keabsahan data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi. Teknik triangulasi yang digunakan yakni triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber bertujuan untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber (Sugiyono, 2015). Triangulasi pengurus, pelatih dan atlet. Sedangkan untuk analisis data, peneliti menggunakan model analisis data dari Miles dan Huberman yaitu dengan cara reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang pembinaan prestasi pencak silat persaudaraan setia hati terate di Kecamatan Suradadi Kabupaten Tegal bertujuan untuk mendeskripsikan pemassalan, pembibitan, dan prestasi; kepengurusan organisasi; sarana dan prasarana; pendanaan; dan penghargaan. Triangulasi sumber data digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian karena dalam penelitian ini menggunakan sumber informasi data berbeda yaitu responden, fasilitas, aktivitas, dan dokumen serta menggunakan tiga metode pengambilan data berbeda yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi.

Pencak silat adalah olahraga seni beda diri asli Indonesia yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai sebuah kebudayaan bangsa yang perlu dilestarikan, dibina dan dikembangkan oleh generasi penerus bangsa. Pencak silat diartikan sebagai permainan keahlian dalam mempertahankan diri mencakup keterampilan menangkis, menyerang dan membela diri dengan senjata atau tanpa senjata. Pencak silat memiliki unsur seni dan dapat dijadikan sebagai sarana hiburan sedangkan silat merupakan unsur teknik bela diri mencakup teknik menangkis, teknik menyerang dan teknik mengunci yang tidak

diperbolehkan untuk diperagakan di depan umum (Juli Candra, 2021).

Pembinaan pencak silat PSHT ranting Suradadi bertujuan untuk melestarikan budaya pencak silat sebagai warisan budaya asli Indonesia, mendidik manusia berakhlak dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa serta berprestasi dalam olahraga bela diri pencak silat. Tujuan pembinaan tersebut dapat dikatakan sebagai salah satu tindakan penguatan dan pelestarian olahraga pencak silat sebagai warisan budaya Indonesia. Muhammad Muhyi & Purbojati (2014) menyatakan bahwa penguatan pencak silat dapat dilakukan dengan melakukan pembinaan di perguruan atau padepokan, pembinaan ekstrakurikuler pencak silat di sekolah-sekolah, pembinaan unit kegiatan mahasiswa pencak silat di perguruan tinggi, kerjasama antara jajaran pengurus IPSI dengan seluruh perguruan pencak silat di Indonesia, museum untuk mengabadikan kekayaan pencak silat, karya tulis dan kegiatan eksplorasi untuk memperdalam pencak silat.

Pembinaan pencak silat di PSHT ranting Suradadi telah berjalan dengan baik. Program pembinaan direncanakan dan disusun terlebih dahulu agar pelaksanaan proses pembinaan lebih terorganisir, mempunyai target dan tujuan yang jelas, dan penggunaan metode yang sesuai untuk mencapai tujuan. Pembinaan bertujuan untuk mengenalkan pencak silat dan perguruan PSHT kepada masyarakat dan anak-anak agar mau mempelajari pencak silat, mengembangkan bakat dan kemampuan atlet pecak silat untuk berprestasi serta memberikan pengetahuan nilai-nilai dan norma ketuhanan atau kehidupan yang baik agar atlet menjadi pribadi yang berakhlak.

Pamuji (2013: 6) menjelaskan bahwa sistem pembinaan prestasi olahraga di Indonesia menggunakan sistem piramida yang memiliki 3 tahapan, yaitu 1) tahap pemassalan, 2) tahap pembibitan, 3) tahap peningkatan prestasi. Berdasarkan pendapat tersebut maka pembinaan pencak silat PSHT Ranting Suradadi sudah sesuai dengan sistem pembinaan olahraga di Indonesia. Pembinaan diawali dengan proses pemassalan untuk mengenalkan pencak silat dan PSHT Ranting Suradadi kepada masyarakat. Proses tersebut bertujuan untuk menarik perhatian masyarakat, khususnya anak-anak agar tertarik belajar pencak silat dan masuk ke perguruan PSHT.

Pemassalan berpengaruh pada kesuksesan rencana pembibitan atlet. Semakin banyak yang belajar pencak silat maka semakin banyak juga bibit-bibit atlet yang berkualitas. Pembinaan prestasi dengan menyusun program-program yang berkualitas, pemilihan strategi pembinaan, metode pembinaan yang bervariasi, dukungan sumber daya dan fasilitas yang memadai maka dapat meningkatkan prestasi atlet. Penyusunan program pembinaan pencak silat mengacu pada kurikulum atau materi dari PSHT pusat. Pembinaan melibatkan tenaga keolahragaan untuk melatih. Pendekatan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) digunakan dalam proses pembinaan. Sukadiyanto (2011:43) menyatakan bahwa penyusunan program latihan merupakan proses merancang dan menyusun materi, beban, sasaran, metode latihan dan fasilitas penunjang yang dibutuhkan oleh atlet. Pelatih berperan penting dalam menyusun program latihan yang sesuai untuk meningkatkan kemampuan atlet.

Pengelolaan pembinaan idealnya mempunyai struktur organisasi agar berjalan dengan baik dan pembagian tugas anggota pengurus jelas sesuai bidangnya. Deputi Binpres & Iptek Olahraga Kemenegpora (2006) menyatakan bahwa struktur organisasi meliputi: 1) pembina, 2) penanggung jawab, 3) ketua pelaksana, 4) ketatausahaan, 5) pelaksana harian, 6) pelajar/atlet. PSHT ranting Suradadi memiliki struktur organisasi yang sesuai dengan ketentuan struktur organisasi dari Binpres & Iptek Olahraga Kemenegpora. Pengurus dan pelatih sebaiknya memahami pengetahuan manajemen yang baik dalam mengelola pembinaan atlet.

Sistem penerimaan pelatih PSHT ranting Suradadi menggunakan sistem persaudaran dan telah dilaksanakan dengan baik. Pelatih yang diterima telah memenuhi kriteria dan standar kualifikasi pelatih pencak silat yang berkompeten dan profesional. Semua pelatih telah memiliki sertifikat PSHT dan beberapa bersertifikat IPSI. Harsono (1988) sebagai mana dikutip oleh Noor Akhmad & Ali Muhaimin (2016) menyatakan bahwa kesuksesan seorang pelatih ditentukan oleh 3 faktor, yaitu: 1) latar belakang pendidikannya dalam ilmu yang erat dengan bidangnya, 2) pengalamannya sebagai atlet berprestasi atau pelatih, 3) Motivasi untuk senantiasa belajar ilmu kepelatihan yang bagus. Berdasarkan pendapat tersebut maka pelatih PSHT diharapkan menjadi

pelatih yang sukses dan dapat meningkatkan prestasi atlet. Latar belakang pendidikan pelatih lulusan D3, S1 dan tenaga keolahragaan diharapkan dapat menerapkan prinsip dan nilai olahraga.

Pelatih menjadi faktor penting dalam pembinaan, pelatih berkualitas akan menciptakan program latihan yang berkualitas. Program latihan yang bagus disusun dengan realistis, variatif, metodis, tematis, berkesinambungan dan sesuai dengan fundamental kepelatihan (fisik, teknik, taktik, mental, karakter). Program tersebut dapat berpengaruh terhadap prestasi atlet (Abdul Rosyid Eddy Hartoyo, 2015). tugas pelatih adalah memandu bakat atlet, menjalankan program secara efektif dan efisien, menyusun dan menentukan taktik pertandingan, membuat laporan, melakukan evaluasi, dan melakukan inovasi untuk pengembangan. Peran pelatih sebagai pemimpin, instruktur, fasilitator, motivator, manager, pelajar, administrator, ilmuwan, orang tua, teman, dan agen publikasi (Hadi, 2007:8). Pelatih yang memiliki pengetahuan dan materi dalam melatih yang kurang beresiko meningkatkan resiko cedera dan *over training* karena metode dan porsi latihan yang tidak sesuai. Pelatih yang hanya memiliki sertifikat perguruan diharapkan mengikuti penataran pelatih IPSI untuk meningkatkan kemampuannya.

Penerimaan atlet PSHT ranting Suradadi merupakan program pembibitan atlet. Sistem penerimaan secara terbuka dan dipromosikan melalui brosur, pamflet, media sosial, keluarga dan teman. Perekrutan atlet melalui proses seleksi atau tes dan program pembibitan atlet berbakat melalui seleksi kejuaraan antar rayon. Standar kualifikasi yang dinilai mencakup teknik, fisik, mental, semangat dan motivasi belajar dalam pencak silat. Noor Akhmad & Ali Muhaimin (2016) menyatakan bahwa faktor utama dalam penjarangan atlet pecak silat adalah kondisi fisik. Kondisi fisik dapat diukur dengan tes kemampuan fisik, meliputi 1) kelentukan, 2) kelincahan, 3) daya tahan umum, 4) kekuatan, 5) daya tahan otot, dan 6) Kecepatan. Faktor mental bertanding dapat diuji dengan cara: 1) uji *sparing* satu lawan satu, (2) uji *sparing* dua lawan satu, (3) uji *sparing* tiga lawan satu, dan 4) diterjunkan pada prakompetisi dan kompetisi. Berdasarkan pendapat tersebut, proses penerimaan atlet PSHT ranting Suradadi sudah

sesuai hal-hal yang perlu dilakukan dalam merekrut atlet.

Faktor dominan dalam pembinaan pencak silat adalah faktor atlet. Atlet yang akan dibina dan dilatih harus memenuhi kriteria dan standar kualifikasi atlet yang telah ditentukan (Kamarudin, 2017). Penerimaan atlet diharapkan dapat menemukan atlet yang berbakat dalam pencak silat. Bakat atlet dikembangkan melalui program pelatihan latihan dan program pembinaan peningkatan prestasi. Peran media sosial di era digital tahun 2022 juga sangat penting. Media sosial dijadikan sebagai media pemassalan dan media untuk menyeleksi atlet. Beberapa pemandu bakat banyak yang menerima atlet melalui unggahan video atau kiriman video gerakan pencak silat. Pencarian atlet berbakat juga lebih mudah dengan memantau dari seleksi kejuaraan di rayon.

Sarana dan prasarana, berpengaruh terhadap program pendidikan dan program latihan yang akan dilaksanakan (Kamarudin, 2017). Kebutuhan sarana dan prasarana harus memperhatikan kualitas, kuantitas dan sumber dana yang dibutuhkan untuk pengadaan (Pamuji, 2013: 25). Sarana dan prasarana PSHT ranting Suradadi cukup lengkap meskipun beberapa belum memenuhi standar. Pemeliharaan dan perawatan dilakukan dengan baik sehingga kondisi sarana dan prasarana masih bagus dan terawat. Sarana yang tersedia seperti pecing, *body protector*, bendera, toya, belati dan pakaian seragam. Prasarana yang tersedia seperti padepokan sebagai tempat latihan dan kesekretariatan. Penilaian terhadap ketersediaan sarana dan prasarana cukup baik mengingat dana yang digunakan untuk pengadaan menggunakan sumber dana dari iuran kas anggota dan subsidi dari tingkat kabupaten yang cukup sulit. Pengurus seharusnya memperhatikan kesejahteraan pelatih. Anggaran dana untuk uang saku atau gaji pelatih tidak ada meskipun mereka sukarela melatih anak-anak untuk belajar pencak silat namun jika terus menerus dan berlangsung lama maka sangat memprihatinkan. Waktu, tenaga dan ilmu yang dihabiskan untuk melatih seharusnya memperoleh timbal balik setidaknya dalam bentuk uang jasa pembinaan. Gaji bagi pelatih dapat memotivasi mereka dalam melatih.

Pelaksanaan program latihan diidentifikasi berdasarkan keterlaksanaan rencana program latihan yang telah dibuat. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa pelaksanaan program latihan sesuai dengan rencana program yang telah disusun. Program latihan dilaksanakan sesuai jadwal yang telah ditentukan dan bersifat kondisional pada keadaan tertentu. Program latihan rutin dilaksanakan 3x dalam satu minggu. Jadwal pelaksanaan dapat berganti hari dikarenakan cuaca hujan.

Program latihan yang telah dilaksanakan atlet seperti latihan fisik, stamina, mental, cara bertanding, teknik dan materi pencak silat. Program *training camp*, *sparing* dan latihan khusus dilakukan saat mendekati kejuaraan. Atlet diberikan jadwal latihan tambahan saat mendekati kejuaraan agar dapat menyiapkan diri sebaik mungkin. Pelaksanaan program latihan bergantung pada pelatih dan proses evaluasi dengan seluruh pengurus dapat menjadi penilaian program yang dijalankan berhasil atau tidak Zandra Dwinita Widodo et al. 2020 menyatakan bahwa pelaksanaan pembinaan program latihan dapat beradaptasi sesuai dengan situasi dan kondisi yang sedang berlangsung. Adaptasi pembinaan pencak silat pada masa pandemi Covid-19 dapat menggunakan skema latihan virtual dengan menggunakan aplikasi *Zoom/Google Meet*. Pelatih memberikan program dengan instruksi dan koreksi secara langsung.

Hukuman bagi atlet yang tidak menjalankan program latihan dengan baik sebagai bentuk usaha untuk mendidik atlet menjadi disiplin dan bertanggung jawab. Pelatih juga sangat pintar karena memberikan hukuman yang bermanfaat bagi fisik atlet, seperti *push up* dan *sit up*.

Pencapaian prestasi atlet PSHT ranting Suradadi belum sesuai dengan target yang ditetapkan. Pencapaian prestasi atlet PSHT ranting Suradadi yaitu juara 1 SH Cup tahun 2020 tingkat Kabupaten Tegal. Belum ada atlet yang lolos untuk bergabung dengan tim pencak silat Kabupaten/Kota. Depdiknas (2010: 24) menyatakan bahwa prestasi terbaik atlet mencakup aspek-aspek pelatihan, seperti kepribadian atlet, kondisi fisik, keterampilan teknik, keterampilan taktis, dan kemampuan mental. Hasil evaluasi pengurus dan pelatih diketahui bahwa program latihan harus ditingkatkan, menentukan strategi dan pola latihan yang sesuai bagi atlet.

Prestasi yang diperoleh atlet memberikan dampak positif dan dampak negatif. Dampak

positif, seperti menambah motivasi sesama atlet untuk giat berlatih dan berprestasi, menumbuhkan rasa bangga bagi diri sendiri dan orang tua, pencapaian yang diperoleh sangat berguna jenjang karier atau menambah poin untuk daftar sekolah. Dampak negatif, seperti atlet yang tidak memperoleh juara tentu merasa sedikit kecewa, sedih dan perasaan khawatir akan sifat sombong setelah juara. Atlet memperoleh penghargaan dalam bentuk uang pembinaan, trofi, medali dan piagam sebagai bentuk apresiasi kepada atlet karena telah mencapai prestasi yang baik. Pandu Praditia Kirana Putra & Wijiono (2021) menyatakan bahwa tingkat motivasi berprestasi atlet pencak silat dipengaruhi oleh beberapa indikator, seperti tertarik terhadap kegiatan yang dilakukan 90%, harapan cita-cita 89%, keinginan dan hasrat untuk meraih keberhasilan 87%, lingkungan yang kondusif 86%, penghargaan 85% dan dorongan karena kebutuhan 78%.

Pendanaan berperan penting dalam kelancaran program latihan, kelancaran kegiatan yang akan dilaksanakan, kebutuhan operasional dan pengadaan fasilitas penunjang atlet. PSHT ranting Suradadi berasal dari kas anggota, subsidi siswa dan subsidi ranting. Atlet tidak dipungut biaya SPP namun pengurus dan atlet bersepakat untuk mengadakan iuran kas setiap bulan untuk kepentingan atlet. Sumber pendanaan untuk memenuhi kebutuhan PSHT masih perlu ditambah. Belum ada bantuan dari pihak luar yang memberikan bantuan dana. Hal tersebut dapat mengganggu dalam pengadaan fasilitas bagi atlet. Terbukti dengan pengadaan matras yang masih belum bisa dilakukan karena dana terbatas.

Penghargaan sangat berperan dalam pencapaian prestasi seorang atlet, dengan ditingkatkannya penghargaan maka atlet akan memiliki motivasi tersendiri dalam meraih prestasi. Penghargaan di PSHT Ranting Suradadi hanya sebatas tasyukuran bersama dan juga uang pembinaan berasal dari kejuaraan yang diikuti. Hal ini dapat berimbas pada atlet yang sudah mengeluarkan biaya pribadi dalam mendaftar kejuaraan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian pembinaan prestasi pencak silat Persaudaraan Setia Hati

Terate Ranting Suradadi Kabupaten Tegal adalah sebagai berikut: Pembinaannya telah berjalan dengan baik. Program dirancang bertujuan untuk mengenalkan kepada masyarakat, mengembangkan bakat atlet dan melahirkan atlet yang berprestasi dan berakhlak. Pencapaian prestasi atlet belum sesuai dengan target yang telah ditetapkan. Prestasi yang diraih yaitu juara 1 SH Cup tahun 2020 tingkat Kabupaten Tegal. Belum ada atlet yang bergabung dengan tim pencak silat Kabupaten/Kota. Sarana dan prasarana penunjang cukup lengkap meskipun beberapa belum memenuhi standar. Pemeliharaan dan perawatan dilakukan dengan baik. Kepengurusan organisasi PSHT Ranting Suradadi sudah baik dengan adanya struktur kepengurusan, penerimaan pelatih PSHT ranting Suradadi menggunakan sistem persaudaran dan telah dilaksanakan dengan baik. Pelatih yang diterima telah memenuhi standar kualifikasi pelatih, berkompeten dan profesional, sistem penerimaan atlet dilakukan dengan proses seleksi secara terbuka dan melalui seleksi kejuaraan antar rayon, pelaksanaan program latihan telah dilaksanakan sesuai dengan rencana program pembinaan yang telah disusun dan jadwal latihan yang telah di buat. Pendanaan berasal dari kas anggota, subsidi atlet dan subsidi ranting. Tidak ada pendanaan dari pihak luar. Penghargaan diberikan kepada atlet yang telah berprestasi.

Berdasarkan kesimpulan penelitian diatas maka dari penulis dapat memberikan saran sebagai berikut : Pengurus dan pelatih harus meningkatkan upaya pemassalan PSHT kepada masyarakat agar lebih banyak atlet yang mendaftar karena jumlah atlet masih terlalu sedikit jika dibandingkan dengan jumlah pelatih. Pengurus harus memperhatikan kesejahteraan pelatih dengan memberikan anggaran uang saku bagi pelatih. Sumber pendanaan harus ditambah karena pemasukan masih belum cukup untuk memenuhi kebutuhan operasional dan pengadaan sarana latihan. Pelatih yang belum bersertifikat IPSI sebaiknya mengikuti penataran pelatih pencak silat dari IPSI untuk meningkatkan kompetensi dan profesional. Program pembinaan dan latihan sebaiknya ditingkatkan lagi agar dapat mencapai target prestasi yang ditetapkan.

REFERENSI

- Abdul Rosyid Eddy Hartoyo. (2015). Survei Pembinaan Pencak Silat di Perguruan Pencak Silat Se-Kabupaten Wonogiri Tahun 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4 (12): 2246-2250
- Bucker. Charles. 2006. *Foundations of Physical Education, Exercise Science and Sport*. Mc Graw-Hill Company : Singapore.
- Depdiknas. (2010). Pendidikan Jasmani. Jakarta: Balai Pustaka
- Deputi Binpres & Iptek Olahraga Kemenegpora. (2006). Petunjuk pelaksanaan dan teknis penyelenggaraan PPLP. Jakarta: Kemenegpora
- Giriwijoyo S, Sidik DZ (2012). Ilmu Kesehatan Olahraga. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Gristyutawati, Anting Dien. (2012). Persepsi Pelajar Terhadap Pencak Silat Sebagai Warisan Budaya Bangsa Sekota Semarang Tahun 2012. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 1 (3) (2012)
- Hartoyo, A. (2015). Survei pembinaan pencak silat di perguruan pencak silat se-kabupaten wonogiri tahun 2013/2014. (*Jurnal, UNNES*, 2015).
- Irawan, & Setiawan, I. (2020). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Hoki di Kabupaten Kudus. *Journal. Unnes*, 1(1), 188–196.
- Juli Candra. (2021). Pencak Silat. Yogyakarta: Deepublish
- Kamal. 2011. Evaluasi Program Pembinaan Olahraga Tenis Lapangan Di Kota Padang. *Journal media keolahragaan Indonesia*. Vol 1 Edisi 2 Universitas Negeri Semarang
- Kamarudin. (2017). Pembinaan Atlet PPLP Cabang Pencak Silat Provinsi Riau Periode 2006-2008. *Journal Sport Area*, 2 (2): 28-35
- Moh. Nazir. (2009). *Metode Penelitian*. Bandung: Ghalia Indonesia
- Muhammad Muhyi dan Purbojati. 2014. Penguatan Olahraga Pencak Silat Sebagai Warisan Budaya Nusantara. *Jurnal Budaya Nusantara*, 1 (2): 141-147
- Muhammad Ridwan Ramadhan & Hastria Effendi. 2020. Tinjauan Pembinaan Pencak Silat Perguruan Gajah Dorong Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Stamina*, 3 (3): 154-161
- Noor Akhmad & Ali Muhaimin. 2016. Rekrutmen Pembinaan Pusat Pendidikan dan Latihan Mahasiswa Atletik dan Pencak Silat FIK UNM. *JUPE*, 1 (1): 218-227
- Pamuji. (2013). Pengaruh Gaya Mengajar Komando dan Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Dalam Permainan Bola Basket. unismabekasi.ac.id
- Pandu Praditia Kirana Putra & Wijiono .2021. Tingkat Motivasi Prestasi Atlet Pencak Silat Pedepokan Pringgoloyo di Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4 (5): 62-69
- Paradiso, Achmad Purgatorio. (2021). Pembinaan Prestasi Pencak Silat Psht Ranting Singgahan Kabupaten Tuban. *Jurnal Prestasi Olahraga*. Vol 4 No 5 (2021): Evaluation Athlete Performance
- Pratama, Toni Yudha. (2017). Pembelajaran Seni Pencak Silat Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anak Tunagrahita Sedang. *Jurnal Pendidikan dan Kajian Seni* Vol.2, No.2, Oktober 2017
- S Hanifaf, I. S. (2015). Pembinaan Atlet Tarung Derajat di Satuan Latihan Se-Kota Semarang. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(11), 2189–2193. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/pe-shrSURVEI>
- Sanusi, Hasibuan dkk. (2009). Evaluasi Program Pembinaan Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar di Kalimantan Timur, Riau dan Sumatra Barat Tahun 2009. Jakarta : Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Deputi Peningkatan dan IPTEK Olahraga, Kemenpora R.I. Jakarta
- Shoffa, Ummaya. (2011). Pembinaan Prestasi Pencak Silat Se-Kabupaten Grobogan. (Skripsi, UNNES, 2011).
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT. Alfabet.
- Seifried, Chad. Katherine Meyer. (2010). *International Journal of sport management Recreation & Touris*, Vol. 5, pp. 51-76. Lousiana State University Unitec New Zealand