

Laporan Kegiatan PPM



**PELATIHAN PELATIH TAEKWONDO DAERAH
DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Oleh:

Devi Tirtawirya, M.Or.
Agus Susworo DM., M.Pd.
Awan Hariono, M.Or.

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2011**

Pengabdian Pada Masyarakat Dibiayai dengan Anggaran DIPA UNY Tahun 2011
SK Dekan Nomor: 193a Tahun 2011, Tanggal 18 Mei 2011
Nomor Perjanjian: 878j/UN34.16/PPM/2011, Tanggal 18 Mei 2011

Lembar Pengesahan
Hasil Evaluasi Laporan Akhir Pengabdian kepada Masyarakat
Tahun Anggaran 2011


- A. Judul Kegiatan : Pelatihan Pelatih Taekwondo Daerah Di Daerah Istimewa Yogyakarta
- B. Ketua Tim Pelaksana : Devi Tirtawirya, M.Or.
- C. Anggota Pelaksana : 1. Agus Susworo DM., M.Pd.
2. Awan Hariono, M.Or.
- D. Hasil Evaluasi :
- (1) Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ~~telah/~~belum*) sesuai dengan rancangan yang tercantum dalam proposal LPM.
 - (2) Sistematika laporan ~~telah/~~belum*) sesuai dengan ketentuan yang tercantum dalam Buku Pedoman PPM Universitas Negeri Yogyakarta.
 - (3) Hal-hal lain ~~telah/~~belum*) memenuhi persyaratan. Jika belum memenuhi persyaratan dalam hal
- E. Kesimpulan
Laporan dapat / ~~belum~~ dapat *) diterima

Yogyakarta, 14 Oktober 2011



Rumpis Agus Sudarko, MS.
NIP. 19600824 198601 1 1001

Pemeriksa:
BP. PPM FIK - UNY


Sb. Pranatahadi, M.Kes.
NIP. 19591103 198502 1 001

*) Coret yang tidak perlu

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayahnya yang telah memberikan kekuatan dan kemudahan untuk melaksanakan tugas program Pengabdian kepada Masyarakat ini, sehingga dapat terlaksana dan terselesaikan dengan baik dan lancar.

Pengembangan teknologi yang tepat guna bagi peningkatan Sumber Daya Manusia merupakan suatu tantangan bagi Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan IPTEK dalam memecahkan permasalahan lingkungan atau permasalahan insan olahraga. Pada kegiatan ini, kasus yang diambil adalah Pelatihan Pelatih Taekwondo Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Program ini terlaksana berkat kerjasama Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY dengan Pengurus Provinsi Pengurus Provinsi T.I. Daerah Istimewa Yogyakarta. Untuk itu, perkenankan Tim Pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada :

1. Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada Tim Pelaksana serta memberikan fasilitas, petunjuk, dan pengarahan dalam persiapan dan pelaksanaan program pengabdian ini.
2. Pengurus Provinsi T.I. Daerah Istimewa Yogyakarta dan semua pihak terkait yang telah membantu ikut menyukseskan program Pengabdian kepada Masyarakat ini sehingga dapat terselenggara dengan sukses.
3. Semua dojang taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta atas partisipasinya pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini.

Namun demikian, Tim pelaksana juga tak lupa memohon maaf bila ada kekurangan dalam pelaksanaan program sosialisasi laboratorium olahraga terpadu di Daerah Istimewa Yogyakarta. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan. Akhirnya semoga program pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat.

Yogyakarta, 14 Oktober 2011

Tim Pengabdian

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
RINGKASAN KEGIATAN PPM	vi
I. PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi	1
B. Tinjauan Pustaka	2
C. Identifikasi dan Perumusan Masalah	11
D. Tujuan Kegiatan PPM	12
E. Manfaat kegiatan PPM	12
II. METODE KEGIATAN PPM	13
A. Khalayak Sasaran	13
B. Metode Kegiatan PPM	13
C. Langkah-Langkah Kegiatan PPM	13
D. Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat	14
III. PELAKSANAAN KEGIATAN PPM	15
A. Hasil Kegiatan PPM	15
B. Pembahasan Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM	15
IV. KESIMPULAN DAN SARAN	17
A. Kesimpulan	17
B. Saran	17
DAFTAR PUSTAKA	18
LAMPIRAN – LAMPIRAN	19

RINGKASAN KEGIATAN PPM

PELATIHAN PELATIH TAEKWONDO DAERAH DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Oleh:

Devi Tirtawirya, dkk

Tujuan pelatihan pelatih taekwondo daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta, secara umum adalah: (1) meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan pelatih taekwondo di Provinsi DIY, (2) mencetak pelatih yang berkualitas untuk kepentingan prestasi taekwondo di Provinsi DIY, dan (3) membekali pelatih taekwondo di Provinsi DIY dengan pengetahuan kepelatihan berdasarkan IPTEK.

Kegiatan pelatihan dilaksanakan pada tanggal 15-17 Mei 2011 di Aula UKDW Daerah Istimewa Yogyakarta. Jumlah peserta kegiatan pelatihan sebanyak 66 orang. Metode yang ditempuh adalah demonstrasi, tanya jawab, *problem solving*, dan praktik melatih.

Hasil kegiatan adalah sebagai berikut: (1) Sebanyak 32 peserta kegiatan dapat memahami materi yang diberikan dengan sangat baik oleh karena memiliki dasar pengetahuan ilmu keolahragaan, (2) Sebanyak 27 peserta dapat memahami materi dengan baik, dan (3) Sebanyak 7 peserta belum dapat optimal dalam memahami yang diberikan. Sebagai saran selama kegiatan pelatihan, di antaranya: (1) Kegiatan pelatihan perlu ditindak lanjuti dengan pelatihan pada tingkatan yang lebih tinggi dan (2) Untuk mempermudah dalam meningkatkan kualitas prestasi olahraga taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta perlu adanya pelatihan tentang penggunaan sarana prasarana serta fasilitas olahraga sesuai dengan standar IPTEK.

Kata kunci : *pelatihan, pelatih taekwondo, tingkat dasar*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu provinsi yang berpotensi untuk mengembangkan olahraga prestasi baik di tingkat nasional maupun internasional. Kondisi lingkungan yang beragam serta kesempatan beraktivitas terutama pada anak-anak, merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi kebugaran jasmani. Artinya meskipun kegiatan yang dilakukan tidak berorientasi pada gerak olahraga, tetapi secara alamiah kegiatan yang dilakukan telah membentuk kebugaran jasmani.

Dewasa ini perkembangan olahraga di Daerah Istimewa Yogyakarta semakin meningkat seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan teknologi. Artinya, bahwa kalangan praktisi (pelatih) semakin menyadari pentingnya kemajuan teknologi bagi proses pembinaan atlet berprestasi. Sebagai indikasi adalah adanya keterpaduan kinerja antara praktisi dengan akademisi. Namun demikian perkembangan olahraga di Daerah Istimewa Yogyakarta masih belum didukung perkembangan teknologi yang semakin maju dan berkembang. Artinya, pelaksanaan kegiatan berlatih melatih belum terjalin kersama antara praktisi dan akademisi dengan baik.

Keberhasilan pola pembinaan atlet selain dikarenakan hasil dari latihan, juga tergantung pada pengetahuan tentang proses melatih yang benar. Melatih merupakan proses yang berkelanjutan dalam membantu mengoptimalkan potensi yang dimiliki oleh atlet. Proses menjalankan sebuah program latihan tidaklah mudah, perlu adanya pengetahuan untuk menjalankannya. Selama ini latihan yang dilakukan hanya mengandalkan drill terus menerus tanpa memperhatikan tentang kapan mulai diberikan latihan dan berapa beban yang harus diberikan, berapa istirahatnya, intensitasnya, kapan harus ditingkatkan dan lain sebagainya. Pengetahuan yang demikian mutlak harus diketahui oleh pelatih baik di tingkat dojang sekalipun, sebab jika itu tidak dimengerti oleh para pelatih maka yang terjadi bukan proses latihan tetapi hanya menerapkan materi latihan

tanpa tahu bagaimana hasil akhir yang diinginkan. Lebih jauh lagi latihan yang tanpa pengetahuan justru dapat menghambat bahkan merusak potensi yang ada pada atlet taekwondo.

Pelatihan terhadap pelatih ini semoga juga bisa memberikan gambaran tentang kepelatihan. Adanya sosialisasi ini juga berharap dari para atlet maupun pelatih untuk memiliki ketertarikan untuk kepelatihan dengan benar. Hal ini perlu diberikan mengingat semakin banyaknya tempat latihan yang bermunculan namun minimnya pengetahuan tentang ilmu kepelatihan. Pembinaan dengan cara bimbingan teknik, selain untuk meningkatkan kualitas juga untuk memberi pengetahuan dan pengalaman tentang metode melatih yang benar. Hasil bimbingan teknik diharapkan dapat sebagai patokan pengiriman pelatih dalam pertandingan, seperti halnya PORDA. Dengan menambah pengetahuan pelatih dan atlet, secara otomatis juga dapat meningkatkan kualitas taekwondoin. Karena dengan pemahaman yang baik maka diharapkan dapat bertanding dengan baik pula.

Pelatihan diselenggarakan dalam bentuk teori maupun praktik dan masing-masing diberikan ujian. Untuk kegiatan teori, materi yang diberikan adalah teori latihan, pemrograman latihan, psikologi kepelatihan, tes dan pengukuran, penanganan cedera, sejarah dan perkembangan taekwondo, serta perwasitan dan pertandingan. Sedangkan praktik adalah praktik kyorugi dan Poomsae. Hal-hal yang demikian sangat penting untuk diketahui baik pelatih maupun atlet.

B. Tinjauan Pustaka

1. Kompetisi Taekwondo

Taekwondo adalah olahraga beladiri modern yang berakar pada beladiri tradisional Korea. Sebutan taekwondo sendiri baru dikenal sejak tahun 1954 yang merupakan modifikasi dan penyempurnaan berbagai seni bela diri tradisional Korea (Yoyok, 2002). Berbagai event kejuaraan, baik itu dengan skala daerah, nasional maupun internasional sering dipertandingkan. Olahraga beladiri taekwondo juga telah dipertandingkan sebagai cabang olahraga resmi di arena Pekan Olahraga Nasional (PON).

D. Tujuan Kegiatan PPM

1. Meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan pelatih taekwondo di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Mencetak pelatih yang berkualitas dan mumpuni untuk kepentingan prestasi taekwondo di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta..
3. Membekali pelatih taekwondo di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan pengetahuan kepelatihan berdasarkan IPTEK.

E. Manfaat Kegiatan

Kegiatan Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta, diharapkan dapat bermanfaat baik bagi peserta, LPM UNY, dan tim pengabdi.

1. Bagi Peserta

- a. Peserta mendapatkan pengetahuan tentang keterampilan dan kemampuan melatih taekwondo.
- b. Peserta memiliki pengetahuan tes dan pengukuran yang digunakan dalam cabang olahraga taekwondo.
- c. Peserta dapat membuat perencanaan program latihan pada cabang olahraga taekwondo

2. Bagi LPM FIK-UNY

Kebanggaan bagi LPM FIK-UNY bila dapat ikut andil mengabdi dalam bidang olahraga, khususnya upaya meningkatkan prestasi atlet taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta.

3. Bagi Pengabdi

Merupakan tantangan bagi tim pengabdi untuk ikut mengembangkan prestasi olahraga taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta.

BAB II

METODE KEGIATAN PPM

A. Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah pelatih taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta yang menyanggud Geup 1 ke atas. Adapun jumlah peserta Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta ditargetkan dapat diikuti sebanyak 40 peserta.

B. Metode yang Digunakan

Metode yang digunakan Tim Pengabdian dalam pemberian (penyampaian) materi Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta, adalah: ceramah, tanya jawab, demonstrasi, dan praktik.

C. Langkah-langkah Kegiatan PPM

Langkah-langkah yang dilakukan Tim Pengabdian untuk memperlancar kegiatan Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta adalah sebagai berikut:

1. Pada awal kegiatan diadakan sosialisasi dan diskusi tentang pemahaman peserta mengenai fungsi dan manfaat diadakannya Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta oleh tim pengabdian dengan Pengprov. T.I.
2. Materi teori dan praktik disampaikan oleh para pengabdian dari dosen FIK dan pakar yang memiliki kompetensi dalam bidang olahraga taekwondo, yang meliputi: (1) Penjelasan teori latihan secara umum dan khusus serta praktik latihan fisik taekwondo, (2) Penjelasan serta praktik tentang tes dan pengukuran pada saat latihan, (3) Teori dan praktik sederhana tentang penanganan cedera dalam pertandingan, (4) Penjelasan dan praktik pembuatan program latihan, (5) Penjelasan tentang sejarah dan perkembangan taekwondo dunia sampai Yogyakarta, (6) Penjelasan tentang perwasitan dan pertandingan, (7) Penjelasan dan praktik taekwondo Kyorugi, dan (8) Penjelasan serta praktik taekwondo dasar dan poomsae.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan jadwal yang direncanakan berkat kerjasama antara Pusat Pengabdian Masyarakat UNY, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Pengprov. TI Daerah Istimewa Yogyakarta, dan Tim Pengabdian. Pelaksanaan Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta berhasil dengan sukses. Target peserta sejumlah 40 orang dapat terpenuhi bahkan lebih 26 peserta. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebanyak 32 peserta lulus dengan predikat sangat baik, 27 peserta lulus dengan predikat baik, dan 7 peserta lulus dengan predikat cukup.

B. Saran

Pelatihan Pelatih Taekwondo Tingkat Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta perlu ditindak lanjuti dengan pelatihan pada tingkatan yang lebih tinggi. Selain itu, untuk mempermudah dalam meningkatkan kualitas prestasi olahraga taekwondo di Daerah Istimewa Yogyakarta perlu adanya pelatihan tentang penggunaan sarana prasarana serta fasilitas olahraga sesuai dengan standar IPTEK.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN
Alamat: Kampus FIK UNY Jl. Colombo 1, Telp. 513092

PERJANJIAN PELAKSANAAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT
ANTARA
PEMBANTU DEKAN II DENGAN DOSEN PENGABDI
NOMOR: 878j/UN34.16/PPM/2011

Pada hari ini, Rabu tanggal Delapan belas bulan Mei tahun dua ribu sebelas, yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Bambang Priyonoadi, M. Kes. : Pembantu Dekan II FIK Universitas Negeri Yogyakarta
Selaku Pejabat Pembuat Komitmen
Selanjutnya disebut PIHAK PERTAMA
2. Devi Tirtawirya, M.Or. : Dosen FIK Universitas Negeri Yogyakarta
Selanjutnya disebut PIHAK KEDUA

Kedua belah pihak secara bersama-sama telah sepakat mengadakan Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian pada Masyarakat Dosen FIK UNY Tahun 2011 sebagaimana dalam Surat Keputusan Dekan No.193a Tahun 2011, dengan ketentuan sebagai berikut:

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA, dan PIHAK KEDUA menerima tugas untuk mengkoordinir/penanggungjawab pelaksanaan kegiatan Pengabdian pada Masyarakat dengan judul:

“Pelatihan Pelatih Taekwondo Daerah di Daerah Istimewa Yogyakarta“

Dengan personil pengabdian sebagai berikut:

- | | | |
|---------------------------|---------------------------|------------|
| 1. Devi Tirtawirya, M.Or. | NIP 19740829 200312 1 002 | Gol. III/c |
| 2. Awan Hariono, M.Or. | NIP 19720713 200212 1 001 | Gol. III/c |
| 3. Agus Susworo DM, M.Pd. | NIP 19710808 200112 1 001 | Gol. III/d |

Pasal 1
TUJUAN

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Tahun 2011 bertujuan setiap dosen dapat melaksanakan pengembangan pendidikan dan pengabdian yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat demi menunjang Tri Dharma Perguruan Tinggi

Pasal 2

Lingkup Kegiatan

- (1) PIHAK PERTAMA menyerahkan kepada PIHAK KEDUA, dan PIHAK KEDUA menerima dari PIHAK PERTAMA, untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian pada Masyarakat Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Tahun 2011
- (2) PIHAK KEDUA berkewajiban melaksanakan seluruh kegiatan Pengabdian pada Masyarakat dan menyerahkan laporan kepada Pihak Pertama.

Pasal 3
Pembiayaan

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Tahun 2011 dibiayai dari Dana DIPA Universitas Negeri Yogyakarta, Nomor: 0610/023-04.01/14/2011, tanggal 20 Desember 2010 dan Revisi DIPA UNY Nomor: 0610/023-04.16/14/2011, tanggal 31 Maret 2011

- (1) Biaya pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat sebesar Rp 4.000.000,00 (Empat juta rupiah). Jumlah biaya tersebut akan dibayarkan PIHAK PERTAMA kepada PIHAK KEDUA dengan ketentuan sebagai berikut:
 - (a) Tahap Pertama sebesar 70% x Rp. 4.000.000,00 = Rp 2.800.000,00 dibayarkan setelah penandatanganan kontrak oleh kedua belah pihak.
 - (b) Tahap Kedua sebesar 30% x Rp 4.000.000,00 = Rp 1.200.000,00 dibayarkan setelah Pihak Kedua menyerahkan laporan kepada Pihak Pertama
 - (c) Pembayaran biaya tahap pertama dan kedua potong PPh Psl 21 dari jumlah biaya manajemen.

Rincian penggunaan dana sebagai berikut:

(a) Biaya Operasional	: 60%
(b) Biaya Pelaporan	: 15%
(c) Biaya Manajemen	: 25%
Jumlah	: 100%

Pasal 4

Jangka Waktu Pelaksanaan

Jangka waktu Pelaksanaan Pengabdian pada Masyarakat Dosen FIK UNY Tahun 2011 selama 5 (lima) bulan, sejak tanggal 18 Mei 2011 sampai dengan tanggal 18 Oktober 2011.

Pasal 5

Penyerahan Laporan

PIHAK Kedua harus menyerahkan laporan kegiatan sebanyak 4 ekp selambat-lambatnya tanggal 18 Oktober 2011. dengan format cover sebagai berikut:

PENGABDIAN PADA MASYARAKAT DI BIAYAI DENGAN ANGGARAN
DIPA UNY TAHUN 2011

SK. DEKAN NOMOR: 193a TAHUN 2011, TANGGAL 18 MEI 2011

NOMOR PERJANJIAN: 878 j/UN34.16/PPM/2011, TANGGAL 18 MEI 2011

Pasal 6

Bea Materai

Bea materai yang diperlukan untuk surat perjanjian ini menjadi tanggung jawab PIHAK KEDUA

Pasal 7

Sanksi

PIHAK KEDUA bertanggung jawab atas selesainya pelaksanaan kegiatan Pengabdian pada Masyarakat Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Tahun 2011 dalam jangka waktu 5 (lima) bulan dan apabila melampaui batas tersebut dikenakan denda keterlambatan sebesar Rp. 100 (satu persil) setiap hari keterlambatan dengan denda maksimal sebesar 5% (satu persen) dari nilai kontrak.

Pasal 8

Lain-lain

Segala sesuatu yang belum diatur dalam Surat Perjanjian atau perubahan-perubahan yang dipandang perlu oleh kedua belah pihak, akan diatur lebih lanjut dalam Surat Perjanjian Tambahan (Addendum) dan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari Surat Perjanjian.

Pasal 9

Penutup

- Surat perjanjian ini disusun dalam rangkap 6 (enam) bermeterai cukup dan masing-masing rangkap mempunyai kekuatan hukum yang sama
- Hal-hal yang belum diatur dalam Surat Perjanjian ini ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah

PIHAK KEDUA
Dosen Pengabdian



Devi Tirtawirya, M.Or.
NIP 19740829 200312 1 002

PIHAK PERTAMA

Pembantu Dekan II,

Sejaku Pejabat Pembuat Komitmen



Bambang Priyonoadi, M.Kes
NIP 19590528 198502 1 001