

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**RAKORNIS IPTEK OLAHRAGA 2011**



**Oleh:  
Ali Satia Graha, M.Kes.**

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

## A. Analisis Situasi

Olahraga di Indonesia sangat menjanjikan baik bagi atlet ataupun pelatih yang bisa memberikan hasil prestasi yang tinggi baik di even tingkat nasional maupun internasional. Tetapi kendala yang di hadapi dari keberhasilan tersebut menjadi hilang ketika atlet mengalami cedera sehingga prestasi yang akan diraih hilang. Cedera sangat ditakuti bagi setiap atlet karena saat atlet mengalami cedera diakan selalu dihadapkan dengan kondisi stres yang sangat tinggi. Ketika mengalami cedera maka akan terjadi rusaknya jaringan lunak atau keras disebabkan adanya kesalahan teknis, benturan atau aktifitas fisik yang melebihi batas beban latihan yang dapat menimbulkan rasa sakit akibat dari kelebihan latihan melalui pembebanan latihan yang terlalu berat sehingga otot dan tulang tidak lagi dalam keadaan anatomis. Cedera dapat terjadi pada aktifitas apapun dengan waktu yang relatif singkat baik secara sadar maupun tidak disadari.

Macam-macam cedera yang dalam berolahraga dibagi menjadi 2: yaitu cedera ringan dan cedera berat yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Cedera ringan yaitu cedera yang terjadi karena tidak ada kerusakan yang berarti pada jaringan tubuh, misalnya kekakuan otot dan kelelahan. Cedera ringan tidak memerlukan penanganan khusus, biasanya dapat sembuh sendiri setelah istirahat.
2. Cedera berat yaitu cedera serius pada jaringan tubuh dan memerlukan penanganan khusus dari medis, misalnya robeknya otot, tendon, ligamen atau patah tulang.

Jika dilihat dari penjelasan di atas, maka cedera olahraga berdampak pada otot, tendon, ligamen dan tulang.

Cedera olahraga perlu perhatian khusus bagi pemerintah dan khalayak orang yang berperan serta dalam meningkatkan prestasi di Indonesia, sehingga dibawah Kementerian Pemuda Olahraga bidang Deputi Peningkatan Prestasi Olahraga

Kemenpora mengadakan RAKORNIS IPTEK OLAHRAGA untuk menyatukan visi misi dalam pencapaian prestasi yang tinggi bagi Indonesia di ajang kejuaraan baik nasional maupun internasional.

RAKORNIS IPTEK OLAHRAGA ini membahas perkembangan prestasi olahraga di Indonesia yang melibatkan dari bidang deputy peningkatan prestasi olahraga, perguruan tinggi dan tenaga pendukung prestasi, untuk mengevaluasi dan mengkaji secara mendalam untuk pencapaian prestasi yang tinggi untuk olahraga Indonesia di ajang even internasional. Permasalahan penurunan prestasi olahraga ini terjadi akibat beberapa hal, antara lain seperti sarana prasarana yang belum lengkap di beberapa daerah, program latihan yang tidak terarah, pola gizi yang tidak terkontrol, dan cedera yang selalu terjadi baik saat latihan maupun bertanding.

## **B. Tujuan Pengabdian**

Rakornis Iptek olahraga yang di adakan oleh kemenpora, deputy bidang peningkatan prestasi olahraga memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Bagi pengabdian yaitu memberikan masukan di bidang tenaga pendukung prestasi khususnya, bidang terapi masase untuk berperan serta dalam usaha memulihkan kondisi atlet setelah pasca cedera olahraga.
2. Bagi lembaga yaitu khusus lembaga kemenpora selalu mengevaluasi kemajuan prestasi olahraga di Indonesia setiap tahunnya
3. Bagi para ilmuwan olahraga di perguruan tinggi, pelatih, medis dan tenaga pendukung prestasi lainnya selalu dapat mengupayakan meningkatnya prestasi olahraga di Indonesia ini.

### **C. Khalayak Sasaran**

Khalayak sasaran dalam rakornis peningkatan prestasi olahraga ini adalah bisa mengevaluasi prestasi olahraga di Indonesia mulai dari perguruan tinggi yang membidangi olahraga, medis, pelatih, tenaga pendukung prestasi, dan atlet harus bekerjasama untuk pencapaian prestasi olahraga tersebut. Pembahasan dalam rakornis ini dirapatkan secara kelompok sesuai bidang yang akan menghasilkan keputusan untuk meningkatkan prestasi olahraga semakin meningkat untuk menghadapi even di tingkat nasional.

### **D. Peserta**

Peserta yang mengikuti sebanyak 300 orang dari seluruh Indonesia meliputi perguruan tinggi dibidang olahraga, pelatih, medis, tenaga pendamping prestasi dan KONI

### **E. Jadwal pelaksanaan**

Pelaksanaan pada hari Rabu s/d Jumat, tanggal 16 s/d 18 Maret 2011 di Hotel Saphir Yogyakarta.

### **F. Hasil**

Hasil yang di capai pada rakornis peningkatan olahraga prestasi sebagai berikut:

1. Merumuskan program-program peningkatan prestasi olahraga di Indonesia
2. Program yang telah di setuju di forum akan di tindak lanjuti oleh Kemenpora untuk menjadi program tahunan.
3. Kemenpora bersama KONI mendukung program yang di hasilkan dari rakornis dan selalu mengawasi terselenggaranya program tersebut.

4. Perguruan tinggi di bidang keahlian olahraga selalu meneliti untuk kemajuan atlet supaya meningkat prestasinya.
5. Pelatih menjalankan program dengan terarah yang selalu di dampingi medis dan tenaga pendukung prestasi lainnya.

## **G. Kesimpulan**

Penyelenggaraan Rakornis dalam peningkatan prestasi olahraga dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pemerintah di bawah kementerian pemuda dan olahraga dan KONI selalu mengevaluasi dan menerapkan program yang bisa meningkatkan prestasi olahraga.
2. Perguruan tinggi, pelatih, dan tenaga pendukung prestasi selalu bekerjasama dan mendukung prestasi olahraga semakin maju.
3. Hasil rakornis selalu dilaksanakan dan di awasi pelaksanaannya untuk meningkatkan prestasi olahraga.