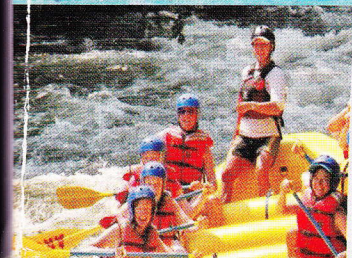
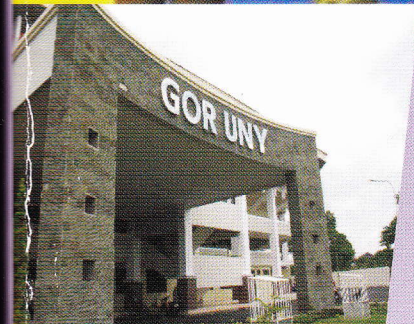


ISBN : 978-602-8249-14-6



PROCEEDING

Seminar Olahraga Nasional Ke II

"PERAN OLAHRAGA DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER"

Yogyakarta, 8 November 2008



DEPUTI PENINGKATAN PRESTASI DAN IPTEK OLAHRAGA
KEMENTERIAN NEGARA PEMUDA DAN OLAHRAGA
REPUBLIK INDONESIA



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

40.	Ekstrakurikuler Olahraga Salah Satu Basis dalam Upaya Membentuk Karakter Generasi Muda Imam Santosa, Universitas Negeri Semarang	262
41.	Pengaruh Senam Aerobik Intensitas 70% Dan 80% Terhadap Profil LDL Dan HDL Serum Darah Siti Baitul Mukarromah, Universitas Negeri Semarang	267
42.	Pembentukan Karakteristik Anak Sejak Dini Melalui Pembelajaran Akuatik Sismadiyanto, Universitas Negeri Yogyakarta	277
43.	Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Multikultural Dalam Pendidikan Jasmani Di Sekolah Komarudin, Universitas Negeri Yogyakarta.....	280
44.	Pembentukan Karakter Anak Melalui Pendekatan Bermain Dalam Pendidikan Jasmani Sri Santoso Sabarini, Universitas Sebelas Maret.....	288
45.	Pendidikan Jasmani Di Taman Kanak-Kanak Merupakan Langkah Awal Untuk Meletakkan Dasar Kemampuan Tubuh Dan Karakter Anak Secara Formal F. Suharjana, Universitas Negeri Yogyakarta	293
46.	Upaya Mengatasi Krisis Karakter Bangsa Melalui Olahraga Erwin Setyo Kriswanto, Universitas Negeri Yogyakarta.....	299
47.	Analisis Strategis Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Dalam Masyarakat Modern Mugiyo Hartono, Universitas Negeri Semarang	304
48.	Kemampuan <i>Multistage Fitness Test</i> Para Pemain Bulutangkis PB. Pendowo Semarang Tahun 2008 Suratman, Universitas Negeri Semarang	311
49.	Developing Tennis Sport Enthusiasm Child Through Game Of Tonnis Sri Haryono, Universitas Negeri Semarang	320
50.	Pengaruh Pendidikan Dan Latihan Senam Aerobik Dalam Meningkatkan Kesegaran Jasmani Klien Panti Sosial Karya Wanita (Pskw) A. Erlina Listyorini, Universitas Negeri Yogyakarta	326
51.	<i>Play At As Early Forming Of Character Child</i> Taufiq Hidayah, Universitas Negeri Semarang	332
52.	Pendidikan Luar Kelas Sebagai Pilar Pembentukan Karakter Hari Yulianto, Universitas Negeri Yogyakarta	336
53.	Senam Aerobik Sebagai Wahana Pengembangan Kreativitas Instruktur Farida Mulyaningsih, Universitas Negeri Yogyakarta	340
54.	Pendidikan Jasmani Untuk Mereduksi Perilaku Kekerasan Generasi Muda Amat Komari, Universitas Negeri Yogyakarta.....	346
55.	Taekwondo Dan Pengembangan Kepribadian Devi Tirtawirya, Universitas Negeri Yogyakarta.....	351
56.	Pendekatan Pembinaan Watak Usia Dini Melalui Bermain-Bernyanyi-Beraktivitas Tri Ani Hastuti, Universitas Negeri Yogyakarta.....	356
57.	<i>Female Athlete Triad</i> Pada Atlet Wanita (Diagnosis, Pencegahan dan Penatalaksanaan) Novita Intan Arovah, Universitas Negeri Yogyakarta	360
58.	Efek Olahraga Lingkungan Hidup Penjelajahan Pramuka Terhadap Pembentukan dan Pengembangan Karakter Soekardi, Universitas Negeri Semarang.....	367
59.	Motivasi Siswa Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Renang Di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Semarang Hadi Setyo Subiyono, Universitas Negeri Semarang	372
60.	Pembelajaran Renang Gaya Bebas Dengan Pendekatan Gaya Mengajar Resiprokal Ermawan Susanto, Universitas Negeri Yogyakarta	380
61.	Peran Olahraga Dalam Mengembangkan Motorik Anak Usia Dini Hedi Ardiyanto Hermawan, Universitas Negeri Yogyakarta	387
62.	Modifikasi Pembelajaran Permainan Sepakbola Di Sekolah Dasar Untuk Mengembangkan Ranah Afektif Siswa Yudanto, Universitas Negeri Yogyakarta	393

TAEKWONDO DAN PENGEMBANGAN KEPERIBADIAN

Oleh:
Devi Tirtawirya
Universitas Negeri Yogyakarta

ABSTRACT

Nowdays, societies condition in Indonesia are full of violence, even from politics, ethnic, social-society and sport. That condition needs a special attention, if not, this condition will be lost of control. Taekwondo is a martial art sport from Korea where ethics and norm become the main things in every exercise. Taekwondo arranges many things that support human daily life. In the Taekwondo exercise, respect is the main thing and have to do by the student. Respect will always do from when entering the exercise room to the end of exercise and leave dojang. To face the condition of Indonesia society at this time, Taekwondo martial art is one of the choice that can be a priority of the society. The parents can also enroll their children to follow Taekwondo martial art, not only for self-immolation but also as a moral education and personal building.

Keywords: Taekwondo, Personality

PENDAHULUAN

Kondisi masyarakat dewasa ini memang sangat memprihatinkan. Terjadi pengusuran di mana-mana, banyak terjadi tawuran, baik antar pelajar, parpol serta banyaknya perkelahian di dunia olahraga. Keadaan yang semacam ini sungguh sangat mengganggu kenyamanan lingkungan sekitar. Artinya bahwa banyak yang terganggu dengan banyaknya aksi anarkis selama ini. Sebenarnya apa yang menjadi penyebab ini semua, bisakah hal-hal yang anarkis ini sedikit demi sedikit kita kikis? Pertanyaan ini memang perlu dilontarkan pada masyarakat.

Olahraga yang misi pertamanya dulu merupakan alat pemersatu bangsa, justru sekarang justru sering menjadi ajang unjuk nasionalisme kedaerahan maupun unjuk loyalitas terhadap klub. Sebenarnya tidak ada masalah dengan adanya fanatisme seperti itu, tapi jangan terlalu berlebihan. Fanatisme yang berlebihan dapat menjadikan sesuatu yang kurang baik, misalnya jika timnya kalah lalu membuat tindakan yang kurang sportif. Kalau sudah demikian maka perkelahian akan mungkin sekali terjadi.

Indonesia merupakan negara berkembang yang dalam taraf membangun. Pembangunan memerlukan banyak faktor yang harus dipenuhi, salah satunya adalah tenaga pembangun yang berkualitas atau sumber daya manusia yang handal. Anak-anak, pelajar dan mahasiswa merupakan generasi penerus bangsa yang yang diharapkan menjadi orang-orang yang bisa diandalkan dikemudian hari. Menjadikan para generasi muda sebagai sumberdaya manusia yang berkualitas di masa datang, ada hal-hal yang perlu diperhatikan, salah satunya psikis. Psikis ini menyangkut masalah kepribadian dan tingkah laku yang baik.

Mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas tidaklah mudah. Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa kepribadian sebagian anak sekarang masih memprihatinkan. Anak-anak sekarang suka melanggar aturan, tidak disiplin, kurang mempunyai tata krama, dan kurang sportif. Pertandingan antar sekolah sering terjadi perkelahian, lebih jauh lagi sering terdengar kata-kata kotor yang tertuju pada wasit. Kelakuan yang seperti ini sering menjadi suatu kebanggaan bagi mereka yang bisa membuat keributan. Hal-hal demikian itu perlu segera mendapatkan perhatian dan penanganan serius.

Banyak sekali kegiatan olahraga yang disukai para generasi muda dan di dalamnya terdapat unsur-unsur yang mendidik. Salah satu olahraga yang berkembang sekarang ini adalah taekwondo. Taekwondo merupakan olahraga beladiri yang di dalamnya terdapat banyak sekali ajaran tentang kepribadian. Belajar taekwondo berarti orang belajar bagaimana menjadi rendah hati, hal ini dikarenakan konsep yang harus diresapi dan dimiliki oleh orang yang mempelajari. Belajar taekwondo berarti juga harus mau belajar etika, kebersahaan, ketekunan, kontrol diri, spirit dan semangat juang yang tinggi. Menurut Kim Jeong Rok (1986) Taekwondo membangun sikap peduli sosial, kemanusiaan, kekuatan dalam diri kebersamaan dan keorganisasian, serta latihan dalam taekwondo membuat rasa percaya diri kebaikan pada sesama dan toleransi. Taekwondo hanyalah sebagian kecil dari olahraga yang dapat membantu dalam pengembangan karakter.

SEJARAH TAEKWONDO

Taekwondo dapat diterjemahkan dengan bebas sebagai "seni tangan dan kaki" atau "jalan" atau "cara kaki dan kepala". Popularitas taekwondo telah menyebabkan seni ini berkembang dalam berbagai bentuk. Seperti banyak seni bela diri lainnya, taekwondo adalah gabungan dari teknik perkelahian, bela diri, olah raga, olah tubuh, hiburan, dan filsafat. Taekwondo yang berkembang sekarang ini sebenarnya mempunyai perjalanan panjang. Perjalanan panjang yang penuh dengan banyak liku-liku sehingga akhirnya menjadi seni bela diri yang disebut "Taekwondo". Taekwondo merupakan penyempurnaan dari berbagai bela diri tradisional dari Korea. Latar belakang sejarah taekwondo ini terbagi menjadi 4 fase, yaitu masa kuno, pertengahan, moderen dan sekarang.

Masa Kuno

Secara harviah manusia mempunyai sifat membela diri dari segala ancaman, kejadian ini juga terjadi pada masa kuno, dimana untuk membela diri tidak lain adalah dengan tangan kosong. Pada saat kemampuan bertarung secara tangan kosong dikembangkan sebagai suatu cara untuk menyerang dan bertahan, digunakan pula untuk membangun kekuatan fisik seseorang, bahkan dijadikan pertunjukan dalam acara ritual. Manusia mempelajari teknik - teknik bertarung didapat dari pengalamannya melawan musuh - musuhnya. Inilah yang diyakini menjadi dasar seni beladiri Taekwondo yang kita kenal sekarang, dimana pada masa lampau dikenal sebagai "Subak" , "Taekkyon", "Takkyon" , maupun beberapa nama lainnya.

Menurut catatan , kelompok ksatria muda yang terorganisir seperti " Hwarangdo" di Silla dan "Chouisonin " di Koguryo, semuanya menjadikan latihan seni beladiri sebagai salah satu subyek penting yang harus dipelajari. Sebuah buku tentang seni beladiri yang disebut " Muye Dobo Tongji " menyebutkan: " (Taekwondo) Seni pertarungan tangan kosong adalah dasar dari seni beladiri , yang membangun kekuatan dengan melatih tangan dan kaki hingga menyatu dengan tubuh agar dapat bergerak bebas leluasa, sehingga dapat digunakan saat menghadapi situasi yang kritis, berarti (Taekwondo) dapat digunakan setiap saat ". (<http://www.taekwondo-indonesia.com/profil-taekwondo.php>)

Masa Pertengahan

Kurun waktu 918 sampai 1392 masehi, pada masa pemerintahan Dinasti Koryo yang mana penyatuan Semenanjung Korea setelah Shilla, Taekkyon berkembang dan merupakan mata ujian penting untuk seleksi ketentaraan. Teknik Taekkyon tumbuh menjadi senjata yang efektif untuk membunuh. Pada permulaan Dinasti Koryo, kemampuan beladiri menjadi kualifikasi untuk merekrut personel ketentaraan sebab kerajaan membutuhkan kemampuan pertahanan yang kuat setelah penaklukan seluruh semenanjung Korea. Kemampuan dalam beladiri Taekkyon sangat menentukan pangkat seseorang dalam ketentaraan. Raja - raja pada dinasti Koryo sangat tertarik pada kontes Taekkyon yang disebut "Subakhui", yang populer juga dimasyarakat dan dijadikan ajang perekrutan tentara. Namun pada akhir pemerintahan Dinasti Koryo ketika penggunaan senjata api mulai dikenal , membuat dukungan terhadap kemajuan beladiri berkurang jauh. (<http://www.taekwondo-indonesia.com/profil-taekwondo.php>)

Masa Modern

Pada masa modern Korea, saat Dinasti Chosun (Yi) pada tahun 1392 sampai 1910, Kerajaan Korea dan Jaman penjajahan Jepang sampai tahun 1945, Subakhui dan Taekkyon, sebutan Taekwondo pada saat itu mengalami kemunduran dan tidak mendapat dukungan dari pemerintah yang memodernisasi tentaranya dengan senjata api. Dinasti Yi yang didirikan dalam ideologi Konfusius , lebih mementingkan kegiatan kebudayaan daripada seni beladiri. Kemudian, saat raja Jungjo setelah invasi oleh Jepang pada tahun 1952, pemerintah kerajaan membangun kembali pertahanan yang kuat dengan memperkuat latihan ketentaraan dan praktek seni beladiri. Seputar periode ini, terbit sebuah buku tentang ilustrasi seni bela diri yang diber judul Muye Dobo - Tongji, yang memuat gambar - gambar dan ilustrasi yang mirip / menyerupai bentuk / sikap (Poomse) dan Gerakan Dasar (Basic Movement) Taekwondo sekarang, namun tentunya hal ini tak dapat diperbandingkan begitu saja dengan Taekwondo saat ini yang telah dimodernisasi dengan penelitian yang berdasarkan ilmu pengetahuan modern (Scientific Studies). Akan tetapi, saat penjajahan Jepang semua kesenian rakyat dilarang termasuk Taekkyon, untuk menekan rakyat Korea. Seni beladiri Taekkyon hanya diajarkan secara sembunyi oleh para master beladiri sampai masa kemerdekaan pada tahun 1945. (<http://www.taekwondo-indonesia.com/profil-taekwondo.php>)

Masa Sekarang

Seiring dengan kemerdekaan Korea dari penjajahan Jepang, konsep baru tentang kebudayaan dan tradisi mulai bangkit. Banyak para ahli seni beladiri mendirikan sekolah / perguruan beladiri . Dengan meningkatnya populasi dan hubungan kerjasama yang baik antar perguruan beladiri, akhirnya diputuskan menyatukan berbagai nama seni beladiri mereka dengan sebutan : Tae Kwon Do, pada tahun 1954. Pada 16 September 1961 sempat berubah menjadi Taesoodo namun kembali menjadi Taekwondo dengan organisasi nasionalnya bernama Korea Taekwondo Association (KTA) pada tanggal 5 Agustus 1965, dan menjadi anggota Korean Sport Council. Pada era tahun 1965 sampai 1970 an , KTA banyak menyelenggarakan berbagai acara pertandingan dan demonstrasi untuk berbagai kalangan pada skala nasional. Taekwondo berkembang dan menyebar dipelbagai kalangan, hingga diakui sebagai disiplin / program resmi oleh Pertahanan Nasional Korea , menjadi olahraga wajib bagi tentara dan polisi. Tentara Korea yang berpartisipasi dalam perang Vietnam dibekali keahlian Taekwondo, pada saat itulah Taekwondo mendapatkan perhatian besar dari dunia. Nilai lebih ini menjadikan Taekwondo dinyatakan sebagai olahraga nasional Korea. Pada tahun 1972, Kukkiwon didirikan, sebagai markas besar Taekwondo, hal ini menjadi penting bagi pengembangan Taekwondo keseluruh dunia. Kejuaraan dunia Taekwondo yang pertama diadakan pada tahun 1973 di Kuk Ki Won, Seoul ,Korea Selatan, sampai saat ini kejuaraan dunia rutin dilaksanakan setiap 2 tahun sekali. Disamping itu , untuk meningkatkan kualitas Instruktur Taekwondo diseluruh dunia, Kukkiwon membuka Taekwondo Academy, yang mulai tahun 1998 telah membuka Program pelatihannya bagi Instruktur Taekwondo dari seluruh dunia. Kuk Ki Won, sebagai markas besar Taekwondo Dunia, disinilah pusat penelitian dan pengembangan Taekwondo, Pelatihan para Instruktur , sekretariat promosi ujian tingkat internasional. Pada 28 Mei 1973, The World Taekwondo Federation (WTF) didirikan, dan sekarang telah mempunyai 156 negara anggota dan Taekwondo telah dipraktekan oleh lebih dari 50 juta orang diseluruh penjuru dunia, dan angka ini masih terus bertambah seiring perkembangan Taekwondo yang makin maju dan populer. Taekwondo telah dipertandingkan diberbagai pertandingan multi even diseluruh dunia , dan Taekwondo telah dipertandingkan sebagai ekshibisi pada Olympic Games 1988 Seoul dan telah dipertandingkan sebagai cabang olahraga resmi di Olympic Games 2000, Sydney. (<http://www.taekwondo-indonesia.com/profil-taekwondo.php>)

Taekwondo dan Aturan

Unsur-unsur yang berperan dalam membentuk kepribadian dari para taekwondoin tercermin dalam kegiatan setiap latihan. Taekwondo mengatur anggotanya dengan peraturan yang jelas dan mendidik. Peraturan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Di dojang / tempat latihan

Do'jang adalah tempat untuk mengikuti pelatihan seni Tae Kwon Do, dan untuk itu dojang harus dihormati; di dalam dojang ada etiket yang berfungsi membantu anda untuk menciptakan lingkungan yang kondusif ketika belajar Tae Kwon Do, diantaranya adalah:

a. Saat memasuki atau meninggalkan do'jang.

Setiap taekwondoin saat mau masuk dan meninggalkan dojang ketika sedang latihan berlangsung harus melakukan penghormatan. Penghormatan dilakukan di depan pintu. Bentuk kegiatan ini bukan menghormati bendanya tetapi rasa memiliki yang begitu besar yang harus tetap dijaga, sehingga dengan begitu kita akan selalu merawat tempat tersebut.

b. Lepas sepatu dan topi saat di do'jang.

Segala bentuk aksesoris yang tidak ada hubungannya dengan latihan harus ditanggalkan saat di dojang, tidak terkecuali sepatu dan topi.

c. Tidak boleh ada yang makan atau minum saat latihan.

Saat latihan tidak diperbolehkan makan dan minum. Makan dan minum akan diberikan waktu tersendiri oleh pelatih.

d. Jangan mengunyah permen karet saat berada di do'jang.

Mengunyah permen karet juga merupakan hal yang dilarang saat latihan, sebab di dalam taekwondo dianggap tidak sopan.

e. Tidak boleh mengumpat atau menggunakan bahasa yang menyinggung di do'jang.

Mengumpat atau mengeluarkan kata-kata yang tidak sopan merupakan hal yang sangat dilarang di taekwondo, jika hal itu terjadi dan ketahuan maka seorang pelatih akan langsung memberikan hukuman.

e. Sikap tubuh di dojang harus sopan (misalnya tidak boleh duduk dengan kaki jegang, atau berdiri dengan berkacak pinggang).

- Sikap tubuh saat latihan juga menjadi perhatian saat latihan taekwondo, sehingga para taekwondoin selalu dilatih untuk duduk dan berdiri dengan sikap yang baik.
- g. Tidak boleh membantah dan kehilangan control diri saat di do'jang.
 Karena di taekwondo ini adalah olahraga beladiri, maka ada tingkatan sabuk/senioritas. Oleh karena itu junior tidak boleh membantah pada senior saat latihan berlangsung. Hal ini dilakukan agar para taekwondoin dapat belajar bagaimana menempatkan diri dan belajar untuk tahu diri.
 - h. Dilarang membicarakan masalah-masalah yang bisa menimbulkan perpecahan (yaitu politik, sara dll)
 Selama latihan berlangsung hanya pembicaraan tentang latihan taekwondo yang diperbolehkan, supaya fokus latihan jadi lebih baik. Hal ini merupakan pelajaran juga, walaupun anggota latihan berbeda suku, ras, agama, parpol, dan lain-lain, tetapi kita bisa saling menghargai, untuk itu pembicaraan yang diluar taekwondo dilarang.
 - i. Jangan melemparkan sesuatu seperti target di dojang, tetapi harus diberikan langsung.
 Dilarang melemparkan alat latihan, seperti target di dojang. Alat harus diserahkan langsung jika mau diberikan pada temannya. Hal ini mendidik anak untuk bisa menghormati orang lain.
 - j. Saat baris dalam memulai atau mengakhiri latihan, harus disesuaikan warna sabuk
 Saat memulai dan mengakhiri latihan barisan disesuaikan warna sabuk, paling senior di barisan paling kanan. Artinya bahwa menghormati tidak hanya pada pelatih tetapi juga pada senior dan junior.
 - k. Tanggung jawab setiap siswa untuk membantu menjaga kebersihan do'jang.

2. Uniform Seragam

Seragam Tae Kwon Do tidak hanya praktis, tetapi simbolis dari kemurnian dan kesiapan yang akan diajarkan; konsistensi penampilan yang mengingatkan kita bahwa kita semua siswa yang sama seni beladiri.

- a. Semua siswa harus memakai pakaian seragam sebuah klub untuk kelas, yang harus terawat dengan baik, bersih dan wangi.
- b. Wanita diperbolehkan saat memakai seragam menggunakan baju dalam, tetapi harus putih
- c. Tidak boleh ada perhiasan yang dikenakan selama latihan.
- d. Rambut panjang harus diikat rapi.
- e. Kuku harus dipangkas dan dipelihara kebersihannya
- f. Jika Anda harus menyesuaikan seragam, membalikan badan ke belakang dan membelakangi instruktur.

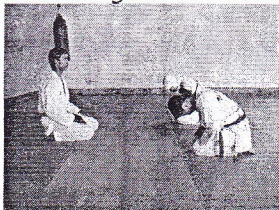
3. Penghormatan/Membungkuk (Bowing)

Penghormatan adalah cara untuk menunjukkan rasa hormat; menghormati merupakan hal pertama yang harus dilakukan dalam latihan taekwondo, berikut ini penghormatan wajib dalam taekwondo;

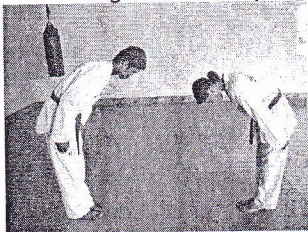
- a. Membungkuk saat memasuki atau meninggalkan do'jang



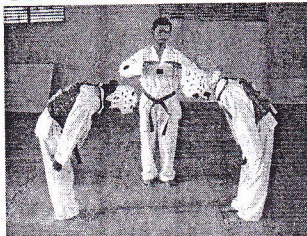
- b. Membungkuk di awal dan akhir dari kelas.
- c. Membungkuk ketika anda melihat dan berpapasan dengan insatruktur sabuk hitam



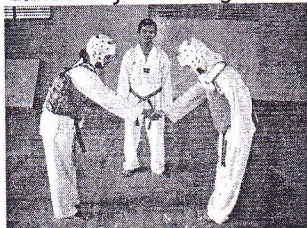
- d. Membungkuk senior yang sabuknya lebih tinggi, yang membantu dalam proses latihan



- e. Sebelum dan sesudah melakukan kyorugy (fight)



- f. Lakukan jabat tangan saling menghormat sesama taekwondoin



- g. Mau meninggalkan barisan dan mau masuk barisan.
h. Mau berbicara dengan pelatih maupun dengan senior
i. Datang terlambat dan mau masuk barisan, harus hormat pada yang mimpin di depan.

Aturan-aturan yang ada dalam taekwondo tersebut diharapkan dapat memberikan bekal para anggota taekwondoin untuk dapat bertindak dan bersikap dimasyarakat. Artinya bahwa dengan peraturan ketat yang diterapkan saat latihan taekwondo diharapkan para siswa menjadi manusia yang mempunyai budi pekerti yang luhur.

KESIMPULAN

Kondisi masyarakat yang sedang dalam krisis kepercayaan dan sering membuat ulah dengan kegiatan yang menimbulkan keributan. Kejadia-demi kejadian ini sering terjadi baik di masyarakat, parpol, sara bahkan olahraga. Untuk itu perlu penanganan generasi penerus yang santun dan bermoral. Taekwondo merupakan olahraga bela diri yang di dalamnya berisi tentang etika dan aturan yang sangat ketat. Aturan tersebut mengutamakan bagaimana menghormati orang, seperti pelatih, orang tua, teman, saudara, tempat latihan, bahkan lawan yang akan kita hadapi. Untuk itulah alasan mengapa taekwondo merupakan cabang olahraga beladiri yang bisa menjadi pilihan masyarakat dan orang tua untuk mendidik anak-anaknya. Dengan olahraga beladiri taekwondo kepribadian, moral dan karakter akan terbentuk dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- <http://www.taekwondo-indonesia.com/profil-taekwondo.php>
<http://www.unh.edu/tkd-club/REFERENCE/etiquette.htm>
<http://library.thinkquest.org/16082/philosophy/index.html>
<http://www.southhamstkd.co.uk/whatistkd/behaviour.html>