

DASAR-DASAR TEORI KEPELATIHAN (Tenis Lapangan)

Oleh: Abdul Alim

abdulalim@uny.ac.id

Pengertian Pelatih

- Pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk mengungkap potensi atlet menjadi kemampuan nyata yang seoptimal mungkin dalam waktu relatif singkat.

SYARAT PROFESIONAL

- Ahli Dibidangnya,
- Bertanggungjawab,
- Memiliki Kesejawatan, dan
- Memiliki Etika.

Kriteria Pelatih Tenis

- Kriteria pelatih tenis yang baik diantaranya adalah:
- 1) Sehat jasmani dan rohani,
- 2) memiliki pengetahuan dan keterampilan tenis lapangan,
- 3) memiliki pengetahuan pendukung tentang pendidikan dan kepelatihan tenis lapangan, dan
- 4) memiliki moral, kepribadian, dan sikap sosial.

Filosofi Pelatih Tenis

- Pelatih tenis yang baik harus memahami pentingnya memiliki filosofi dalam melatih, sehingga dapat mengembangkan kesadaran akan posisi dirinya, mengetahui yang terbaik untuk dirinya, dapat menentukan tujuan dalam melatih, dapat memahami peranannya sebagai pelatih, dan konsekuensi dari perilakunya sebagai pelatih.

Tugas dan Tujuan Pelatih

- Tugas pelatih tenis; 1) Merencanakan, menyusun, menetapkan, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih melati, 2) mencari dan memilih calon-calon atlet berbakat, 3) mengorganisir dan mengelola proses berlatih melatih, 4) menjalankan peranannya yang multifungsi, 5) memimpin dan mendampingi atlet dalam pertandingan, dan 6) meningkatkan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki.

Tujuan pelatih petenis yunior

- 1) membantu atlet mengembangkan potensinya, baik secara fisik, teknik, fisik, psikologis, dan sikap sosialnya,
- 2) membantu atlet memperoleh kesenangan dan kepuasan melalui permainan tenis,
- 3) membantu atlet untuk meraih prestasi melalui olahraga tenis.

TUJUAN PELATIH ATLET SENIOR

1. Untuk membantu meraih prestasi melalui tenis dan membantu mengembangkan seluruh potensi yang ada dalam diri petenis. Kedua tujuan tersebut merupakan landasan filosofi sebagai pelatih.
2. Untuk itu, ada pelatih yang berpandangan pada “Atlet dahulu baru kemenangan” maksudnya tenis sebagai sarana pengembangan potensi atlet dalam berbagai aspek kehidupan dan sebagai pribadi yang utuh.
3. Dan pandangan “kemenangan dahulu baru atlet” maksudnya bahwa atlet sebagai saran untuk mencapai prestasi sehingga berbagai usaha ditujukan untuk meraih prestasi tanpa memperhatikan perkembangan atlet.

SIAPA PELATIH ITU

- **SEORANG GURU – MEMBERI ILMU YANG BARU**
- **SEORANG PELATIF FISIK – MENINGKATKAN KEMAMPUAN FISIK**
- **SEORANG MOTIVATOR – CIPTAKAN PENDEKATAN-**
- **PENDEKATAN POSITIF**
- **SEORANG YANG BERPEGANG TEGUH PADA DISIPLIN –**
- **MENENTUKAN SISTEM REWARD AND PUNISHMENT**
- **SEORANG SISWA – SELALU INGIN MENDENGAR DAN BELAJAR**

SIAPA ITU PELATIH ?

- **SEORANG ADMINISTRATOR – ORGANISASI YANG BAIK**
- **SEORANG WAKIL MASYARAKAT- MENGENDALIKAN PUJIAN MASYARAKAT**
- **SEORANG KONSULTAN SOSIAL – MENGADAKAN KONSULTASI – KONSULTASI DAN MEMBERIKAN SARAN-SARAN YG POSITIF**
- **SEORANG TEMAN – SIAP BERI BANTUAN DAN MEMELIHARA PERSAHABATAN**
- **SEORANG ILMUWAN – MENGANALISA, MENGEVALUASI DAN PROSES SINTESA**

TERIMAKASIH