

PENDAMPINGAN PEMBENTUKAN KARAKTER PARA ATLET PORPROV DALAM UPAYA MENINGKATKAN PRESTASI PADA CABANG OLAHRAGA KARATE DI KABUPATEN BULELENG

Kadek Yogi Parta Lesmana¹, I Gusti Lanang Agung Parwata², I Wayan Sukra Warpala,³

¹Jurusan Pendidikan Olahraga FOK UNDIKSHA;² Jurusan Pendidikan Olahraga FOK UNDIKSHA; ³
Jurusan Pendidikan Biologi FMIPA UNDIKSHA

Email: yogi.parta@undiksha.ac.id, agung.lanang@undiksha.ac.id , wayan.sukra@undiksha.ac.id

ABSTRACT

Character education is based on the values that exist in life. Character is a person's behavior pattern, which is supported by knowledge and love for virtue, and the ability to realize that virtue in daily behavior. Character is an integrated result of the work of the brain, heart, and all other members. The purpose of this activity is to find out changes in the athlete's physical and mental condition during COVID-19 for the achievement of karate athletes in Porprov 2022. The result of this activity is to increase the quality of the implementation of character education, especially in Karate athletes in Buleleng Regency and provide considerable benefits as a change in attitude and mental and social to maintain and improve the quality of achievement.

Keywords: Character, Karate, Athlete Achievements.

ABSTRAK

Pendidikan karakter didasarkan pada nilai-nilai yang ada dalam kehidupan. Karakter merupakan pola perilaku seseorang, yang ditopang oleh pengetahuan dan rasa cinta terhadap kebajikan, dan kemampuan untuk merealisasikan kebajikan itu dalam perilaku sehari-hari. Karakter merupakan hasil terpadu dari kerja otak, hati, dan seluruh anggota pada lainnya. Tujuan kegiatan ini mengetahui perubahan kondisi atlet dan fisik serta mental atlet disaat COVID untuk prestasi atlet karate di Porprov 2022. Hasil dari kegiatan ini meningkatnya kualitas proses pelaksanaan pendidikan karakter khususnya pada atlet karate Kabupaten Buleleng serta memberikan manfaat yang cukup besar sebagai suatu perubahan sikap dan mental serta sosial untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas prestasi.

Kata kunci: Karakter, Karate, Prestasi atlet.

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia tidak hanya meletakkan pendidikan sebagai sesuatu yang penting, tetapi bangsa Indonesia berusaha merealisasikan konsep pendidikan dengan cara pembinaan, pelatihan dan pemberdayaan sumber daya manusia (SDM) Indonesia secara berkelanjutan dan merata. Pendidikan adalah suatu proses dalam mengembangkan diri tiap individu untuk dapat hidup dan melangsungkan kehidupan.

Ketersediaan sumber daya manusia yang berkarakter merupakan kebutuhan yang amat mendesak bagi negara- negara

berkembang dan begitu juga bagi bangsa Indonesia. Ini dilakukan untuk mempersiapkan tantangan global dan daya saing bangsa. Pendidikan karakter dipengaruhi oleh faktor yang sangat kompleks mulai dari pendidikan dalam keluarga, lingkungan tempat tinggal, dan Pendidikan terutama pendidikan formal. Untuk mencapai hasil yang maksimal,

pendidikan karakter di pendidikan formal penting untuk dikembangkan secara terus-menerus. Karena sekolah sebagai lembaga pendidikan formal merupakan pencetak generasi bangsa yang ideal.

Pendidikan adalah investasi masa depan. Melalui pendidikan maka mental dan karakter dapat terbangun. Hal tersebut seiring dengan pepatah dalam dunia olahraga, *“Men Sana in Corpora Sanno”* yaitu didalam tubuh yang kuat akan terdapat jiwa yang sehat pula. Falsafah tersebut menggambarkan bahwa dalam rangka peningkatan kualitas hidup baik secara batiniah dan kualitas kerja jasmaniah, pencapaian sehat bugar sangat dibutuhkan. Dalam situasi tersebut, olahraga merupakan media pendidikan yang seharusnya dan selayaknya menjadi pilar keselarasan serta keseimbangan hidup sehat dan harmonis. Olahraga merupakan pilar penting karena jiwa *fairplay, sportivitas, team work*, dan nasionalisme dapat dibangun melalui olahraga. Melalui aktivitas olahraga kita banyak mendapatkan hal-hal yang positif. Olahraga bukan sekedar kegiatan yang berorientasi kepada faktor fisik belaka, olahraga juga dapat melatih sikap dan mental kita. Pembentukan karakter bangsa dapat dilakukan salah satunya melalui olahraga. Dengan olahraga kita bisa kembangkan karakter bangsa, sportivitas sekaligus merekatkan persatuan bangsa. Atas dasar tersebut, semua komponen bangsa harus memberikan andil dalam memajukan olahraga nasional.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Partisipasi dalam olahraga merupakan bagian gaya hidup sehat yang perlu dikembangkan. Partisipan olahraga sangat luas, dari usia sangat muda sampai sangat tua, dari tingkat permainan untuk tujuan rekreasi sampai tingkat profesional. Alasan keikutsertaan seseorang dalam olahraga bervariasi, diantaranya untuk alasan kesehatan, kebugaran,

maupun dengan alasan lain seperti membentuk karakter positif dan sosialisasi. Keterlibatan seseorang dalam olahraga adalah bentuk ekspresi manusia yang menyenangkan. Banyak orang menemukan olahraga sebagai sumber kegembiraan dan kepuasan diri. Tidak diragukan lagi bahwa banyak orang muda mengalami kematangan kepribadian melalui pengalaman dalam olahraga. Namun demikian, efek pasti olahraga pada pembentukan karakter positif sangat ditentukan kondisi-kondisi yang terjadi saat pengalaman olahraga dialami.

Olahraga Cabang Karate tentunya dianggap dan ditafsir olahraga yang memiliki jiwa yang sangat keras, berani berkelahi, dianggap preman bahkan dianggap oleh masyarakat olahraga yang selalu mengadu kontak fisik bahkan adu pukul. Dengan penafisan yang dianggap selalu keras di cabang karate tentunya itu ada aturan dan dilandasi oleh Sumpah Karate yang sudah sejak lama keberadaan Sumpah Karate ini dan selalu menekankan Hirarki di dalam Karate. Sumpah Karate inilah yang menjadi pedoman Utama menjadi seorang Karate-Ka yang nantinya bisa menjadi karate-Ka berprestasi. Sumpah Karate ini ada 5 yaitu; 1. Sanggup Memelihara Kepribadian; 2. Sanggup Patuh Kepada Kejujuran; 3. Sanggup Mempertinggi Prestasi; 4. Sanggup Menjaga Sopan Santun; 5. Sanggup Menguasai Diri;. Dengan adanya sumpah karate ini, maka setiap orang yang mengikuti olahraga karate ini harus selalu mengucapkan sumpah ini secara teratur di setiap awal latihan dan akhir latihan. Sumpah Karate inilah sebagai Hirarki bagi orang-orang yang mendalami olahraga karate dengan Jiwa sumpah karate barang tentunya harus pula selalu dan wajib hormat dan patuh kepada Pelatih, Senior dan Sesama Karateka.

Permasalahan selama prestasi menurun sudah diketahui dengan jelas, apa dan bagaimana yang terjadi didalam kondisi karate Buleleng sudah terjawab. Maka dengan hal ini, saya selaku Dosen akademik memiliki inisiatif untuk memberikan Pengabdian Pada Masyarakat

(P2M) yang diselenggarakan oleh Lembaga Undiksha dengan menjalankan tanggung jawab Tri Dharma Perguruan Tinggi, salah satunya yaitu P2M. P2M yang saya akan dilakukan adalah dengan membentuk dan merubah karakter para atlet dan pelatih yang akan menjadi bagian team karate PORPROV di Kabupaten Tabanan pada tahun 2019. P2M yang dilakukan tidak luput juga berkomunikasi kepada KONI Kabupaten Buleleng, sekolah SECATA A SINGARAJA dan nara sumber dari FOK Undiksha Singaraja untuk bekerjasama dalam mendukung kegiatan P2M yang dilakukan dalam bentuk sebagai nara sumber didalam kegiatan. Hasil yang diperoleh dalam melakukan P2M ini memberikan hasil yang sangat maksimal untuk team karate Kabupaten Buleleng pada saat PORPROV di Kabupaten Tabanan pada tahun 2019.

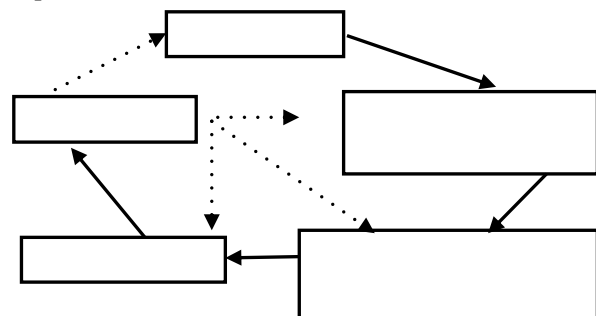
Melihat bagaimana kondisi dunia dengan pasca pandemi *Virus Corona* (COVID-19) yang berdampak kesemua sektor baik itu perekonomian, pendidikan, serta semua kegiatan dunia olahraga dirasa bisa dikatakan lumpuh/tidak berjalan dengan sempurna dalam pelaksanaan. Sudah kurang lebih 2 tahun lamanya Covid-19 dialami oleh dunia dan Indonesia tentu ini membuat para pengurus karate Kabupaten buleleng dengan pelatih sangat membuat kekhawatiran kepada atlet yang sudah memiliki prestasi di tahun 2019 yang diketahui kurang maksimalnya program latihan yang dilakukan oleh masing-masing atlet dan berpengaruh terhadap karakter dan mental atlet yang berubah dengan kondisi pasca Covid-19.

wawancara bersama ketua umum Forki Kabupaten Buleleng bapak Dokter Putra Sedana, SPog yang menyampaikan bahwasanya dengan kondisi seperti saat ini yang melanda Dunia pada umumnya dan Indonesia pada khususnya, jika tidak mencari alternative yang baik dan bagus untuk memantau perkembangan atlet karate takutnya program karate tidak akan berjalan baik dan lancar dan ini akan berdampak pada prestasi atlet yang sudah memiliki

peningkatan, akan tetapi jika melaksanakan kegiatan dalam pelatihan maka dianjurkan untuk selalu mengikuti aturan dan himbauan dari WHO untuk selalu mengikuti aturan pemerintah dalam menangani COVID-19 dengan menerapkan 3M (menjaga jarak, mencuci tangan dan memakai masker).

METODE

Model pelatihan yang digunakan adalah Model Siklus Pelatihan dari Pont (1991), yang terdiri dari lima fase, yaitu: (1) melakukan analisis kebutuhan, (2) merencanakan dan merancang strategi pelatihan, (3) mengembangkan materi pelatihan, (4) melaksanakan pelatihan, dan (5) mengevaluasi pelatihan.



Dalam pelaksanaan pembinaan karakter yang akan dilaksanakan nanti akan dilaksanakan teori dan praktek di lapangan secara langsung dan untuk mengetahui bagaimana perkembangan karakter atlet yang dibutuhkan dalam persiapan PORPROV akan menggunakan Instrumen Karakter yang sesuai dengan kebutuhan di lapangan. Tim pelaksana akan mempersiapkan instrumen dengan bekerjasama kepada pihak terkait yaitu tim pengabdian dengan tim SECATA yang dipercayakan dalam pembinaan tersebut. Dari hasil pengembangan instrumen tersebut akan terlihat bagaimana perkembangan karakter

atlet dalam mempersiapkan diri dalam Porprov 2022 di Kabupaten Klungkung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini dilaksanakan selama 3 Hari penuh yang dilaksanakan pada hari Jumat sampai Minggu, pada tanggal 15 sampai dengan 17 Juli 2022 dengan kegiatan bertempat di kampus Fakultas Olahraga dan Kesehatan desa Jineng Dalem Kabupaten Buleleng dan SECATA A Singaraja. Peserta yang ikut dalam kegiatan pengabdian ini berjumlah 30 orang yang merupakan Atlet Karate yang akan mengikuti Pekan Olahraga Provinsi Bali di Kabupaten Klungkung dan Para Pelatih yang mendampingi para atlet pada persiapan Porprov 2022.

Nara Sumber dalam kegiatan ini ada tiga, yaitu: (1). Dosen dari Fakultas Ilmu Pendidikan yang sudah memiliki kualifikasi profesional dalam psikologi Atlet dan memahami bagaimana meningkatkan pola karakter yang baik di dalam lapangan (2). KONI Kabupaten Buleleng dalam hal ini diwakili bidang pembinaan dan prestasi, dan (3). Tim TNI SECATA A Singaraja. Pelatihan ini juga melibatkan enam orang mahasiswa Jurusan Penjaskesrek yang bertugas sebagai pembawa acara, pembaca doa dan sebagai dokumentasi dalam kegiatan.

Kegiatan di hari pertama pada tanggal 15 Juli 2022 diberikan materi oleh KONI Kabupaten Buleleng yang diwakili oleh di bidang pembinaan prestasi yang memberikan materi tentang pentingnya kebutuhan gizi untuk atlet baik pada saat melaksanakan pusat pelatihan dan pada saat pertandingan. Gizi dalam tubuh atlet harus bagus untuk penunjang fisik atlet agar maksimal dalam melaksanakan proses Latihan dan pertandingan. Selain hal itu atlet juga diberikan program Latihan dengan sempurna untuk menentukan energi yang dipakai dalam proses pelatihan. Setelah narasumber pertama selesai dalam materi, dilanjutkan kembali dengan narasumber kedua dengan tema

psikologi atlet karate dengan menguatkan karakter atlet dalam proses persiapan dalam mengikuti Porprov 2022. Dalam kegiatan yang dilakukan para narasumber memberikan penekanan terhadap bagaimana menguatkan kebiasaan yang positif dalam persiapan pertandingan yang dapat disebut sebagai *“ANCHOR”*. Anchor yang setiap digunakan dalam pertandingan oleh atlet akan bisa membuat lebih percaya diri dalam pertandingan, karena atlet sudah membangun kepercayaan dirinya untuk bisa memberikan yang terbaik. Kegiatan hari kedua ini diakhiri dalam materi pemberian hypnotherapy yang merupakan bagian dari refleksi diri seorang atlet untuk mengingat dan lebih meyakini jika atlet yang akan bertanding siap dan lebih percaya diri. Setelah kegiatan hal itu, narasumber memberikan angket/instrument tentang karakter atlet yang dipersiapkan untuk pertandingan.

Kegiatan di hari kedua pada tanggal 16 Juli 2022 atlet yang mengikuti kegiatan melaksanakan kegiatannya menuju ke Secata Singaraja, dimana pada kegiatan tersebut Pemateri kali ini dengan TEMA **“KEBERSAMAAN TIM MERUPAKAN KEKUATAN MENCAPAI SUATU KESUKSESAN”** dengan tema ini sudah menjadikan arti jika tim dari TNI Secata A Singaraja akan membentuk sebuah perubahan yang menjadikan sebuah tim yang kuat dengan metode pengalaman dalam membentuk sebuah kesatuan dalam Militer. Pengalaman keseharian tugas TNI membentuk kesatuan dalam Pendidikan Tamtama merupakan pengalaman yang sudah mahir bagi para TNI, dengan menjadikan beberapa suku, daerah, ras dan agama bisa menjadikan satu untuk menghormati NKRI. Nah dengan pengalaman ini para TNI sangat mudah untuk membentuk karakter para atlet Karate untuk bisa menjadi satu dengan membawa nama FORKI

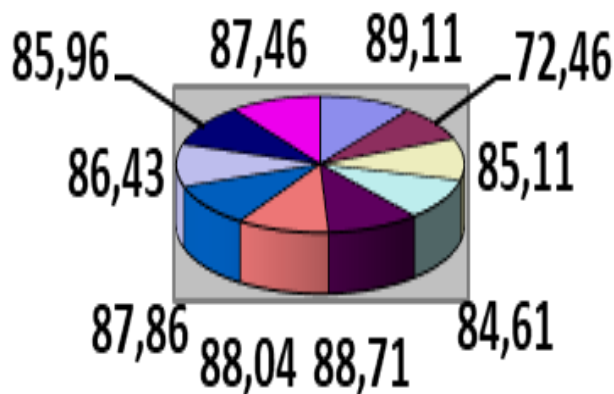
BULELENG, tidak lagi ada membawa sebuah nama perguruan yang diikuti masing-masing Karateka yang tergabung dalam tim PORPROV Karate.

Dalam kesempatan yang digunakan tim TNI memberikan pengetahuan awalnya dengan cara memutar video atau film bagaimana perjuangan dan persatuan dalam berperang membela Negara. Tidak hanya itu saja yang ada didalam film tersebut, difilm tersebut juga ada bagaimana peran seorang pemimpin dalam menjalankan satu komando atau satu bahasa untuk bisa menjalankan tugas dengan sebaik-baiknya, dengan arti kata jika terjadi banyak komando maka tim itu akan mengalami kekalahan dalam bertugas. Dengan pemahaman dimulai dari pemutaran video yang sangat antusias dalam pengembangan sebuah pembentukan tim, dengan itu para atlet sedikit tidaknya sudah memahami apa yang harus mereka lakukan nantinya jika sudah akan menjalani sebuah *training centre* (TC) dalam PORPROV nantinya. Selanjutnya, kegiatan praktik untuk membentuk suatu jiwa korsa, kekompakan tim serta kebersamaan dalam menjalankan perintah dalam satu komando. Dalam kegiatan ini tim dari TNI Secata A Singaraja memberikan materi tentang bagaimana Baris berbaris yang sering dikenal dalam kegiatan Karakter adalah PBB. Kegiatan ini merupakan kegiatan dasar yang sangat baik untuk meningkatkan Karakter para atlet, dimana PBB ini adalah melatih jiwa kebersamaan gerak dalam mendengarkan perintah satu komando. Baris berbaris adalah suatu wujud latihan fisik guna menanamkan disiplin, patriotisme, tanggung jawab serta membentuk sikap lahir dan bathin yang diarahkan pada terbentuknya suatu mental yang kuat. Selain PBB yang diberikan tim dari TNI juga memberikan sebuah nyanyian dan yel yel untuk meningkatkan jiwa kekompakan, kesemangatan dan kebersamaan tim yang luar biasa nantinya. Yel yel merupakan teriakan, pekikan atau sorakan yang dilakukan oleh para pelajar (siswa sekolah, anggota perkumpulan, mahasiswa dan lain sebagainya) untuk

memberikan motivasi, semangat atau dorongan kepada regu/kelompoknya yang sedang bertanding, bermain atau berlomba. Yel yel pun seolah menjadi hal yang wajib untuk dilakukan agar menambah kekompakan di dalam kelompok atau tim. Setiap kelompok atau tim dalam suatu acara, biasanya akan mempunyai yel yel yang berbeda satu sama lain. Dalam pembuatan yel yel biasanya menggunakan kata-kata yang **kreatif**, lucu, aneh dan dengan nada yang membuat semangat.

Dihari terakhir pelaksanaan Pembentukan Karakter pada Hari Minggu tanggal 17 Juli 2022 pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di SECATA A Singaraja, dimana dalam kegiatan ini diberikan kegiatan dalam membina dan meningkatkan mental dan kegiatan mengambil keputusan dengan tepat untuk menyelesaikan tugas sebaik-baiknya. Kegiatan yang dilaksanakan pada hari tersebut dinamakan kegiatan Halang Rintang yang diberikan oleh Tim Jasmani dari SECATA A Singaraja. Latihan Halang Rintang ini dilaksanakan setelah apel pagi yang diawali dengan peregangan dan pemanasan dilanjutkan dengan pengenalan dari berbagai macam rintangan rintangan oleh Tim Secata A dalam hal ini Tim Jasmani yang selalu bertugas membina fisik para TNI yang baru menjalankan pendidikannya dan dibantu oleh beberapa pelatih yang merupakan Instruktur di SECATA A. Tujuan dilaksanakannya latihan Halang Rintang ini untuk melatih kemampuan, kekompakan, ketelitian, sportivitas dan jiwa korsa sesama para Atlet. Berakhirnya kegiatan latihan mental melalui kegiatan Jasmani Halang Rintang tepat pada pukul 10.30 Wita, dilanjutkan kembali kegiatan yang diberikan adalah kegiatan evaluasi para atlet yang digunakan sebagai penilaian karakter Nasional dan karakter khusus untuk atlet porprov.

Dari hasil instrument yang disebar maka hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:



Gambar diatas merupakan hasil dari instrument 10 karakter Nasional yang disesuaikan dengan proses kesiapan atlet dalam kepribadian dan tim pada atlet itu sendiri. Sepuluh karakter yang diuji pada atlet meliputi; Religius, Jujur, Toleransi, Disiplin, Kerjakeras, Semangat, Menghargai Prestasi, Bersahabat, Cinta Damai dan Bertanggungjawab. Selain dari karakter yang dievaluasi melalui angket/instrument Nasional, atlet karate juga dievaluasi karaktern secara khusus yang lebih menekankan pada diri

SIMPULAN

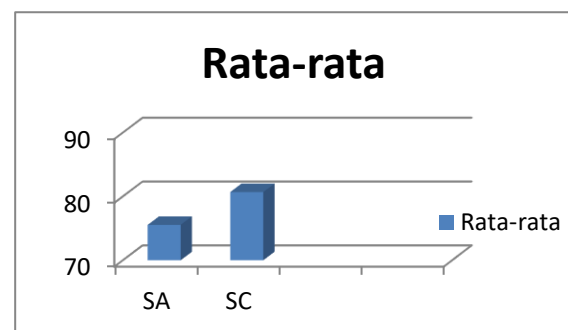
Pelatihan dan Pembentukan Karakter ini telah mampu menghasilkan hasil yang sangat luar biasa dalam pencapaian prestasi pada cabang olahraga Karate. Dengan pembentukan Karakter para Atlet dan Pelatih sangat berdampak dengan jiwa korsa yang sangat kuat, kebersamaan yang sangat bagus, kekompakan dalam tim sangat kuat tidak terlepas lagi dengan keiklasan dalam perjuangan didalam pertandingan. Karakter sangat berperan penting didalam perkembangan hidup masing-masing individu.

DAFTAR RUJUKAN

Alnedral, A. (2016). Pembentukan Karakter-Cerdas Atlet Tarung Derajat. *Jurnal Performa Olahraga*, 1 (1), 44-55.

atlet saat proses pertandingan, diantaranya yaitu; *Self Awareness* dan *Self Control*.

Dari Gambar diagram batang diatas menyatakan bahwa karakter evaluasi pada atlet terhadap dua komponen tersebut diketahui hasilnya berbeda, *self awarannes* berada pada 75% dari keseluruhan atlet yang mengikuti kegiatan dan *Self control* 83% pada atlet tersebut.



Candra, A. T. (2021). Analisis Perbedaan Karakteristik Psikologis Atlet Berbasis Kearifan Lokal di Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 370-379.

Guntoro, T. S., Kurdi, K., & Putra, M. F. P. (2020). Karakter Kepribadian Atlet Papua: kajian menuju POPNAS ke-XV. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 40-58.

Jurnal Pendidikan Karakter Tahun IV, Nomor 1, Februari 2014. (Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan LPPM Universitas Negeri Yogyakarta)

Lickona, T. (2014). *Pendidikan Karakter. Panduan Lengkap Mendidik Siswa Menjadi Pintar dan Baik (Educating For Character)*. (Bandung: Nusa Media Cetakan II)

Musfiroh, T. 2001. *Karakter Sebagai Saripati Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*. (Yogyakarta; Pusat Studi Pendidikan Anak Usia Dini).

Ngakan, P.P. (2016). *Membangun Karakter Dengan Keutamaan Bhagawad Gita*. (Media Hindu; Tri Lestari) Cetakan 1.

Purbaningrum, A., & Wulandari, F. Y. (2021). PERAN PELATIH DALAM MEMBENTUK KARAKTER ATLET ATLETIK TPC-t KOTA KEDIRI UNTUK MENUNJANG PRESTASI. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(9), 151-157.

Rossi.,N. (2008). *Psikologi Melatih Karate Usia Dini*. (Surabaya; Sertifikasi Pelatihan Pelatih Karate)

Sosiawan, E. A. (2022). Model Komunikasi Kepelatihan untuk Peningkatan Prestasi Atlet. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 19(3), 352-364.