PERANCANGAN PROGRAM LATIHAN BELADIRI SAMBO DI WILAYAH PESISIR KALIMANTAN SELATAN

Syamsul Arifin[a], Norma Anggara[b]

[a]Universitas Lambung Mangkurat, [b]Uiversitas Lambung Mangkurat

Email korespondensi: syamsul_arifin@ulm.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan salah satu bentuk implementasi yang akan dilaksanakan kepada mitra dimana mereka sangat memerlukan tenaga ahli dari berbagai bidang, baik pengelolaan, teknik, serta pengembangan tempat latihan. Narasumber pada kegiatan pengabdian adalah Bapak Syamsul Arifin dan bapak Norma Anggara, beliau adalah akademisi dari FKIP JPOK Universitas Lambung Mangkurat. Kegiatan Pengabdian dilaksanakan pada bulan Februari – Juli 2023 sebanyak 28 peserta yang mengikuti kegiatan. Sasaran yang akan digunakan tempat pengembangan latihan ini nantinya merupakan wilayah pesisir yang bebas tidak mengganggu tanaman, ataupun aktifitas lainnya di sekitar pemukiman warga. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini hasil tindak lanjut dari penelitian mahasiswa sebelumnya terkait dengan pendukung prestasi atlet. Dimana tidak hanya atlet yang diberikan motivasi hingga strategi berlatih, tetapi juga pelatih pun perlu membangun koordinasi terhadap pencapaian prestasi baik dari kondisi fisik, hingga program latihan yang juga harus dijalankan sesuai dengan teori yang dibangun sebelumnya..

Kata kunci: Beladiri; sambo; Kalimantan Selatan.

PENDAHULUAN

Kalimantan Selatan merupakan salah satu kawasan memiliki permukaan dataran yang cukup luas baik daratan, perairan hingga lahan basah seperti rawa. Penduduknya pun cukup banyak rata-rata 6.000 jiwa per kilometer yang menandakan jumlah masyarakat yang cukup banyak serta merata. Kalimantan Selatan memiliki 13 Kabupaten/Kota yang tersebar dengan jarak antar kabupaten/kota hingga 200 kilometer lebih. Cabang olahraga beladiri baru Sambo sudah di exsibition pada PON XX Papua lalu, Selain itu tim mendapatkan informasi jika disetiap daerah Kabupaten/Kota masih banyak yang belum mengetahui tentang olahraga beldiri Sambo yang akan dimainkan didaerah yang komposisi tanahnya berpasir. Oleh karena itu beberapa Kabupaten/Kota pengurus PERSAMBI (Perkumpulan Sambo Seluruh Indonesia) masih belum tertib melaksanakan kegiatan latihan, disebabkan fasilitas serta alat yang kurang memadai hingga tempat latihan juga jauh dari tempat tinggal. (Damanik, 2016)

Olahraga Beladiri Sambo merupakan jenis seni bela diri dari Rusia yang relatif baru aktif berkembang dengan variasi Teknik yang tinggi. Olahraga Sambo adalah seni bela diri tanpa senjata yang berasal dari Rusia yang merupakan olahraga berdasarkan kategori usia dan berat tertentu. (Lakicevic, 2020). Permasalahan yang ditemukan pada kegiatan pengabdian masyarakat adalah belum pernah ada pemberian program latihan beladiri sambo di wilayah pesisir. Pentingnya kegiatan program Latihan diterapkan dan dilakukan evaluasi setelah penerapan porogram Latihan pada seluruh cabang olahraga. (Widoyoko, 2017). Kemudian Jauhnya jarak / jangkauan tempat latihan, minimnya sarana latihan. Kemudian solusi yang akan ditawarkan untuk berkolaboratif dengan mitra untuk membuat tempat latihan serta menyusun program latihan sederhana dengan memanfaatkan sumber daya alam sekitar serta sekaligus menjaring bibit atlet yang ada di Kabupaten/Kota di Kalimantan Selatan.

Permasalahan yang ditemukan adalah belum pernah ada pemberian program latihan beladiri sambo di wilayah pesisir. Kemudian Jauhnya jarak / jangkauan tempat latihan, minimnya sarana latihan.

Kemudian solusi yang akan ditawarkan untuk berkolaboratif dengan mitra untuk membuat tempat latihan serta menyusun program latihan sederhana dengan memanfaatkan sumber daya alam sekitar serta sekaligus menjaring bibit atlet yang ada di Kabupaten/Kota di Kalimantan Selatan. Dalam kegiatan ini metode yang digunakan adalah survey dengan pendekatan kuantitatif dengan populasi kegiatan di Kabupaten Tanah Laut yang langsung berfokus pada mitra PGSI dan PERSAMBI Kab Tanah Laut.

METODE PENELITIAN

Dalam kegiatan ini metode yang digunakan adalah survey dengan pendekatan kuantitatif. (Sugiyono, 2014). Kemudian mendata Kabupaten/Kota di Kalimantan Selatan untuk dikunjungi khususnya di wilayah pesisir. Selanjutnya mengunjungi kedaerah-daerah dengan mengimplementasikan kepada pelatih terkait Perancangan Program Latihan Kabupaten/Kota bagaimana jika olahraga beladiri Sambo Kalimantan Selatan membuat program latihan di wilayah pesisir yang tujuannya pemanfaatan sumber daya alam serta memfasilitasi pelatih dan atlet untuk latihan. Kegiatan pengabdian terlaksana dengan lancar dan diikuti sebanyak 29 peserta terdiri dari atlet sambo, pelatih dan asisten pelatih sambo.

Alat dan Bahan

Tuliskan alat-alat yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya :

1. Peluit
2. StopWach
3. Pilpen
4. Kuseioner
5. Bahan sekitar yang dapat digunakan untuk latihan

Metode Penelitian 1

Mengumpulkan data atlet yang ikut latihan. Dan yang mengikuti pertandingan tingkat provinsi

Metode Penelitian 2

Melakukan survey dengan teknik wawancara kepada pelatih terkait proses imlementasi program latihan yang dirancang sesuai dengan kondisi alam setempat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini Kmerupakan salah satu bentuk implementasi yang akan dilaksanakan kepada mitra dimana mereka sangat memerlukan tenaga ahli dari berbagai bidang, baik pengelolaan, teknik, serta pengembangan tempat latihan. Sasaran yang akan digunakan tempat pengembangan latihan ini nantinya merupakan wilayah pesisir yang bebas tidak mengganggu tanaman, ataupun aktifitas lainnya di sekitar pemukiman warga. Kegiatan pengabdian didampingi oleh para Narasumber yang berasal dari Kampus FKIP JPOK ULM yaitu Bapak Syamsul Arifin dan Norma Anggara. Materi yang disampaikan terkait pembuatan perancangan program Latihan olahraga sambo dan khusus di wilayah pesisir. Adapun minat para peserta mengikuti kegiatan dari awal acara sampai berakhir acara, sesi tanya jawab sebanyak 16 responden yang sudah tergabung dalam latihan sambo.

Hasil Penelitian

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dapat digambarkan dalam bentuk tabel hasil dari

pemanfaatan bagian dari materi program latihan yang dibuat untuk triwulan.

Tabel 1 responden

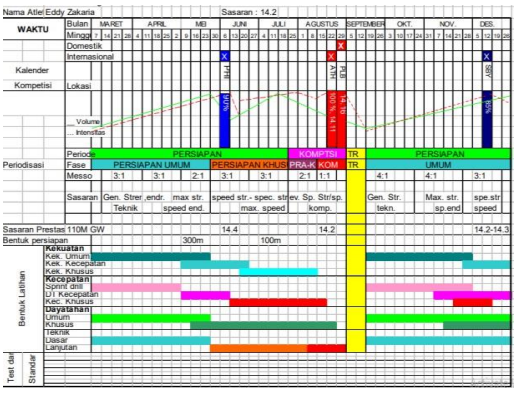
	Bulan 1	Bulan 2	Bulan 3
Intensitas	12	18	22
Volume Latihan	Materi, Fisik	Materi, Fisik,Teknik	Teknik dan Mental

Pembahasan

Dari hasil kegiatan tersebut tim kegiatan mendapat data atlet yang ikut latihan rutin berasal dari basic gulat tetapi dengan status tetap menjadi atlet sambo dengan kategori sport. Jauh hari sebelumnya tim kegiatan sudah mengantongi data atlet tersebut sehingga dirancangnya bentuk program latihan yang dapat dijalankan berdasarkan latar belakang atlet. Berdasarkan wawancara dengan pelatih program yang digunakan tidak lepas dari kekurangan dimana penyesuaian tempat latihan yang masih sulit di sesuaikan karena minimnya sarana yang ada. Hasil dari kejuaraan daerah pada bulan Juni lalu tidak lepas dari hasil jerih payah tim dan pelatih sehingga Kab Tala memperoleh mendali emas terbanyak

Gambar 1 Proses Wawancara Bersama Pelatih dan Asisten Pelatih

Gambar 2 Kegiatan Foto Bersama Atlet PERSAMBI Kab TALA



Gambar 3 Bentuk Program Latihan yang dibuat

KESIMPULAN

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini hasil tindak lanjut dari penelitian mahasiswa sebelumnya terkait dengan pendukung prestasi atlet. Dimana tidak hanya atlet yang diberikan motivasi hingga strategi berlatih, tetapi juga pelatih pun perlu membangun koordinasi terhadap pencapaian prestasi baik dari kondisi fisik, hingga program latihan yang juga harus dijalankan sesuai dengan teori yang dibangun sebelumnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan melalui tulisan artikel ini terutama kepada Lembaga Penelitian Pengabdian Masyarakat ULM yang telah membantu tim pengadian dalam hal membiayai kegiatan pengabdian ini. Kemudian kepada pihak Jurusan POK, serta Organisasi/ Mitra PGSI dan PERSAMBI Kab Tanah Laut. Dimana saling membangun sinergi mitra kerjasama untuk sama- sama saling berkontribusi meningkatkan prestasi khususnya atlet Sambo kab Tanah Laut.

DAFTAR PUSTAKA

akicevic, N. R. (2020). Efcts of rapid weight loss on judo athletes: A systematic review. *Nutrient*, 12(5), 1220.

S., D. (2016). Keterkaitan Ketahanan Pangan dengan Kemiskinan Berdasarkan Implementasi Kebijakan Penanggulangan Kemiskinan di Indonesia. *Economics Development Analysis Journal*, 5(1) 38-47.

Sugiyono, E. I. (2014). Pengembangan bahan ajar menyimak berbasis multimedia interaktif dalam model belajar mandiri untuk sekolah menengah pertama. *Seloka: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3 (2).

Widodo, A. (2022). Analisis Kondisi Fisik Atlit Sambo Kabupaten Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(02), 209-216.

Widoyoko, E. P. (2017). *Evaluasi program pelatihan.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.