

**LAPORAN  
PELAKSANAAN PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

**MELAKSANAKAN TES KETERAMPILAN SISWA KELAS OLAHRAGA  
SMA NEGERI I TANJUNGSARI**



Oleh:  
**Drs. Subagyo Irianto, M. Pd.**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

## **MELAKSANAKAN TES KETERAMPILAN SISWA KELAS OLAHRAGA SMA NEGERI I TANJUNGSARI**

### **A. Nama Kegiatan**

Melaksanakan Tes Keterampilan Siswa Kelas Olahraga SMA Negeri I Tanjungsari

### **B. Latar Belakang Kegiatan**

Untuk memperoleh bibit atlet yang berprestasi diperlukan adanya sistem pemanduan bakat. Sistem pembibitan yang digunakan dalam konsep pembinaan olahraga adalah sistem pembibitan yang mampu menjadi pondasi pembinaan prestasi. Sistem pembibitan yang dilakukan secara terprogram menjamin pencapaian prestasi yang berkelanjutan dan stabil.

Tahap pertama pada Sistem Pembibitan Olahraga adalah Pemanduan dan Pengembangan Bakat. Pemanduan dan pengembangan bakat merupakan awal penting untuk mendapatkan bibit atlet berbakat yang potensial dan memberikan peluang yang besar untuk dikembangkan menjadi atlet berprestasi dikemudian hari. Pada bab ini diuraikan bagaimana sistem pemanduan dan pengembangan bakat atlet yang digunakan dalam rangka pembibitan olahraga nasional.

Pemanduan bakat tidak semudah yang dibayangkan. Bahkan di beberapa negara yang memiliki kemajuan di bidang olahraga, sistem pemanduan bakat masih belum baku. Sebuah sistem pemanduan bakat masih sangat sulit dibuktikan hasilnya dikemudian hari, walaupun ada beberapa negara yang telah berhasil mengembangkan sistem pemanduan bakat dan menorehkan hasil prestasi olahraga yang baik setelah sekian tahun menggunakan sistem tersebut.

Bakat adalah suatu potensi yang ditentukan berdasarkan faktor genetik yang dipengaruhi oleh keadaan lingkungan yang labil. Dengan demikian atlet berbakat adalah atlet yang dilahirkan secara alami memiliki potensi pada keterampilan gerak dan biomotor yang potensial dan siap dikembangkan dengan berbagai situasi latihan untuk berprestasi tinggi dimasa depan. Adapun faktor penting yang perlu dipertimbangkan dalam sistem pemanduan bakat, di antaranya adalah: (1)

antropometri, (2) kesehatan dan kebugaran, (3) lingkungan, (4) keterampilan, (5) kemampuan dalam kompetisi, dan (6) penilaian ahli (pelatih).

Faktor antropometri, kesehatan, dan kebugaran jasmani adalah faktor utama dari potensi anak. Antropometrik sangat dipengaruhi oleh keturunan yang memiliki tingkat prediksi yang besar terhadap bakat anak yang diwarisi dari orangtuanya. Faktor ini juga erat hubungannya dengan kesehatan dan kebugaran. Manusia memiliki kebugaran dinamis yang dibentuk melalui perlakuan latihan dan gizi, dan kebugaran mekanis yang merupakan bawaan dari lahir dengan ciri tertentu, misalnya: memiliki jenis otot cepat yang dominan, memiliki tipe kardiorespiratori yang baik, dan sebagainya.

Faktor keterampilan merupakan faktor yang sering tidak dilihat pada saat pemanduan bakat. Faktor ini akan diketahui setelah atlet yang diidentifikasi berbakat dibina dalam proses pengembangan bakat. Atlet yang dipandang memiliki potensi yang baik tetapi tidak dapat dikembangkan melalui latihan-latihan yang tepat belum bisa dikatakan atlet berbakat. Jadi atlet berbakat adalah atlet yang potensial dan memiliki keterampilan yang baik (*trainable*).

Faktor lain yang mempengaruhi potensi anak adalah lingkungan, seperti kondisi keluarga, teman, pendidikan, kondisi ekonomi keluarga, dan kultur budaya di masyarakat dimana ia tinggal. Faktor ini akan sangat mempengaruhi minat anak terhadap cabang olahraga yang diidentifikasi sebagai potensinya. Anak dapat teridentifikasi berbakat pada cabang olahraga tertentu, namun tidak didukung oleh lingkungan yang baik dan tidak berminat pada cabang olahraga tersebut, maka potensi tersebut akan sia-sia.

Atlet dapat dikatakan memiliki kemampuan fisik dan minat yang baik terhadap olahraga, tetapi belum dapat dikatakan berbakat bila tidak memiliki kemampuan berkompetisi yang baik. Kemampuan ini menjadi penentu apakah potensi atlet dapat berfungsi secara optimal untuk mencapai prestasi yang diharapkan. Prestasi dapat dilihat pada saat atlet berkompetisi, jadi kemampuan kompetisi bisa jadi merupakan salah satu faktor yang sangat penting.

Pencapaian prestasi yang berkelanjutan adalah terciptanya sistem peralihan yang baik antara satu generasi atlet berprestasi ke generasi selanjutnya. Dengan

demikian tidak terjadi kesenjangan antara satu generasi atlet berprestasi ke generasi penggantinya (pelapisnya) sehingga prestasi tinggi dapat dicapai secara berantai dari satu generasi ke generasi selanjutnya. Untuk itu, pembinaan harus dilakukan sejak usia dini yang dilakukan secara kontinyu, progresif, dan berkelanjutan. Terkait dengan hal tersebut, SMA Negeri I Tanjungsari merasa tertantang untuk melakukan pembinaan prestasi olahraga dengan cara membuat Kelas Khusus Olahraga yang ditangani secara profesional.

Keberhasilan meraih prestasi puncak dalam sebuah pertandingan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik, melainkan sangat dipengaruhi kondisi psikologis dari atlet. Untuk itu, kondisi psikologis atlet harus selalu dipantau selama proses latihan berlangsung. Dengan demikian selain tingkat kesehatan dan kemampuan kondisi fisik, maka kondisi psikologis atlet perlu untuk diberikan stimulan dalam bentuk tes yang dilakukan dengan menggunakan angket maupun wawancara. Dengan demikian calon siswa yang akan dibina di SMA Negeri I Tanjungsari merupakan atlet yang memiliki potensi untuk dapat meraih prestasi ditingkat nasional.

Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY merupakan salah satu wadah untuk mengembangkan dan meningkatkan prestasi atlet di Daerah Istimewa Yogyakarta. Untuk itu, peran serta Fakultas Ilmu Keolahragaan secara langsung diperlukan untuk membantu meningkatkan motivasi dan kepercayaan masyarakat olahraga terhadap pentingnya kemampuan kondisi fisik dan psikologis untuk meraih prestasi olahraga. Salah satu bentuk nyata kepedulian Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta terhadap masyarakat olahraga prestasi adalah dengan cara ikut aktif membantu instansi terkait dalam melakukan tes dan pengukuran terhadap kesehatan, kemampuan fisik, dan psikologis atlet yang dipersiapkan untuk dibina dan mengikuti kejuaraan.

### **C. Dasar Kegiatan**

Mengacu Surat Penugasan/Ijin Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Nomor: 1311/ H.34.16/TU/2010 tentang 11 Dosen FIK yang ditugaskan untuk melaksanakan tes keterampilan Siswa Kelas Olahraga SMA Negeri I Tanjungsari. Adapun dosen yang ditugaskan sebagai testor pada

kegiatan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Nama : Drs. Sumaryanto M.Kes  
NIP : 19650301 199001 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Multi Stage
  
2. Nama : Rumpis Agus Sudarko, MS  
NIP : 19600824 198601 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Multi Stage
  
3. Nama : Endang Rini Sukamti, MS  
NIP : 19600407 198601 2 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Multi Stage
  
4. Nama : Fauzi, M.Si  
NIP : 19631228 199002 1 002  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Multi Stage
  
5. Nama : Dr. Siswantoyo, M.Kes  
NIP : 19720310 199903 1 002  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Kelincahan
  
6. Nama : SB. Pranatahadi, M.Kes  
NIP : 19591103 198502 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Bolavoli

7. Nama : **Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.**  
NIP : 19621010 198812 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Sepakbola
8. Nama : Cukup Pahalawidi, S.Pd.  
NIP : 19770728 200604 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Atletik
9. Nama : Tri Hadi Karyono, S.Pd.  
NIP : 19740709 200501 1 002  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Bulutangkis
10. Nama : R. Sunardianta, M.Kes.  
NIP : 19581101 198603 1002  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Tenis Meja
11. Nama : Awan Hariono, M.Or.  
NIP : 19720713 200212 1 001  
Unit Kerja : FIK-UNY  
Sebagai Testor : Kelentukan

#### **D. Tujuan Kegiatan**

Tujuan dari kegiatan adalah untuk mengetahui tingkat kesehatan dan kemampuan kondisi fisik calon siswa Kelas Olahraga SMA Negeri I Tanjungsari, serta menambah wawasan dan tukar pengalaman tata cara melakukan tes dan pengukuran untuk olahraga prestasi. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk mensosialisasikan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Universitas Negeri Yogyakarta

pada umumnya mengenai peran serta dan manfaat Perguruan Tinggi bagi masyarakat.

#### **E. Bentuk Kegiatan**

Bentuk kegiatan ini adalah melaksanakan tes dan pengukuran tingkat kesehatan dan fisik calon siswa Kelas Olahraga SMA Negeri I Tangjungsari. Untuk tes kesehatan di tangani dokter yang memiliki kompetensi dibidang olahraga, adapun untuk tes fisik ditangani oleh tenaga profesional dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.

#### **F. Waktu dan Tempat Pelaksanaan**

Kegiatan tes kesehatan dan fisik calon siswa Kelas Olahraga SMA N I Tangjungsari dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 15 Juli 2010 di SMA N I Tangjungsari, Gunungkidul. Pemilihan tempat pelaksanaan tes telah dipertimbangkan sebelumnya setelah diadakan observasi dan dinyatakan memenuhi kriteria untuk pelaksanaan tes dan pengukuran.

#### **G. Pelaksanaan Kegiatan**

Pelaksanaan kegiatan tes dan pengukuran mengacu pada kriteria yang telah ditentukan oleh Dinas Pendidikan. Oleh karena Dinas Pendidikan memiliki standar komitmen yang telah disampaikan kepada calon siswa Kelas Olahraga tentang target dari setiap penerapan program latihan dan kurikulum. Adapun penerapan tes dan pengukuran dilakukan dengan menggunakan sistem battery test, yaitu diawali dengan tes kesehatan, psikologi, kelincahan, power, kelentukan, tes kecabangan, dan diakhiri dengan tes multi stage.

## **H. Hasil Kegiatan**

Hasil tes dan pengukuran tingkat kesehatan dan kemampuan fisik diperoleh calon siswa Kelas Olahraga SMA Negeri I Tanjungsari yang memiliki kualitas yang dapat dikembangkan untuk menjadi atlet yang berpotensi untuk meraih prestasi di tingkat daerah maupun nasional.