

## PEMBINAAN KLUB OLAHRAGA KARATE DI KOTA GORONTALO

**Hartono Hadjarati**

Jurusan Pendidikan kepelatihan Olahraga FIKK UNG

Email : ung\_180306@yahoo.co.id

Untuk membina atau melahirkan seorang karateka yang berprestasi diperlukan suatu proses pembinaan berjenjang yang memerlukan perencanaan dan penanganan secara sistematis, terarah dan konsisten serta dilaksanakan sejak usia dini, melalui klub.

Penelitian ini menggunakan ancangan kualitatif, metode pengumpulan data yang digunakan meliputi : observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian dipaparkan secara analitik naratif dan disajikan melalui uraian-uraian verbal, dengan teknik deskriptif informal, dilengkapi tabel, gambar, bagan dan foto-foto seperlunya.

**Kata Kunci :** Pembinaan Klub Olahraga, Karate

Kenyataan dalam rentang waktu 4 tahun olahraga karate mulai mendapat hati di masyarakat dan pemerintah kota Gorontalo karena pemassalan olahraga karate terutama ke sekolah-sekolah, seiring pesatnya perkembangan karate sampai terbentuk klub-klub di berbagai tempat di kota Gorontalo, yang menyebabkan perguruan yang ada kekurangan pelatih karate terutama pelatih yang berkualitas. Untuk dapat menyusun dan melaksanakan program latihan secara baik dan benar, pelatih sebagai ujung tombak pembinaan karate di klub harus memiliki bekal kemampuan yang memadai. Pelatih tidak hanya memiliki sifat-sifat yang baik dan memainkan banyak peran, tetapi mereka juga dituntut harus memiliki banyak keterampilan dan pengetahuan sebagai seorang pelatih, karate minimal memiliki sertifikat Sabuk Coklat. Menyadari hal ini maka para karateka senior banyak diarahkan untuk bisa meningkatkan sabuk dan mengikuti berbagai pelatihan baik diselenggarakan oleh perguruan atau klub masing-masing dan pengurus Forki daerah maupun nasional.

Perkembangan Atlet putri karate kota Gorontalo seperti Fenti Gude dimana atlet ini

bahkan sangat disegani diajang kejuaraan daerah maupun kejuaraan nasional yang dilaksanakan. Seperti Kejurnas Karmite Cup, Por Maesa, Kasad Cup, Mendagri Cup selalu mempersembahkan medali emas untuk kontingen Gorontalo, terakhir Fenti Gude di ke Jurnas Pra Pon Solo meraih medali perunggu dan sebagai tiket Ke Pon XVII Kalimantan Timur. Ada pula atlet muda berbakat yang sangat pesat perkembangannya yakni Bianca Rara Talamati, muda belia ini sudah mampu menunjukkan kelas setelah mampu meraih medali emas dalam kejuaraan dunia junior di Jepang.

Dari uraian-uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui fenomena-fenomena pembinaan olahraga karate di kota Gorontalo, atas dasar tersebut sehingga peneliti mengambil penelitian dengan judul "Pembinaan Klub Olahraga Karate di kota Gorontalo."

### **Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dimana telah menguraikan berbagai permasalahan tentang pembinaan olahraga pada umumnya serta pembinaan cabang olahraga karate pada khususnya, maka fokus masalah

dalam penelitian ini adalah pembinaan klub olahraga karate di kota Gorontalo, yang meliputi, klub INKANAS kota Gorontalo, klub Wadokai kota Gorontalo dan klub Lemkari kota Gorontalo.

### Rumusan Masalah

Masalah yang berkaitan dengan proses pembinaan cabang olahraga karate di kota Gorontalo dapat di rumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana program pembinaan klub olahraga karate di kota Gorontalo?
2. Bagaimana pelaksanaan program latihan klub olahraga karate di kota Gorontalo?
3. Bagaimana peran pelatih dalam meningkatkan prestasi atlet klub olahraga karate di kota Gorontalo?

### Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh tentang proses pelaksanaan pembinaan olahraga karate di kota Gorontalo dalam jenjang peningkatan olahraga karate yang dilaksanakan oleh pelatih serta pengurus pada klub karate kota Gorontalo.

1. Untuk mendeskripsikan program pembinaan di klub olahraga karate di kota Gorontalo
2. Untuk mendeskripsikan pelaksanaan program latihan karate pada klub olahraga karate di kota Gorontalo
3. Untuk mendeskripsikan peran pelatih dalam meningkatkan prestasi pada klub olahraga karate di kota Gorontalo

### Pengertian Olahraga

Olahraga tidak dapat dipisahkan dari sejarah bangsa Yunani yang mengagungkan Dewa Olympus, keindahan fisik, serta melahirkan pesta olahraga dunia yakni olympiade (Gardner 1980 dalam Singgih Gunarsa dkk 1996:118). Kata olahraga sepadan dengan kata "sport" dalam bahasa Inggris yang dapat berarti aktivitas yang dikerjakan untuk mendapatkan kesenangan atau berarti rekreasi. (Abdullah dan Manadji 1994:9). Menurut Bennet dkk dalam Harsuki (2002:30), olahraga (sport) adalah aktivitas

jasmani yang dilembagakan dan peraturannya ditetapkan bukan oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktivitas.

Istilah sport menurut Zakrsjek dalam Rusli Lutan (1991:5) berasal dari kata disport (kadang kala dieja dysporte) dan pertama kali muncul dalam pustakaan, pada tahun 1303 yang berarti "Sport, past time recreation and pleasure", makna istilah olahraga (sport) itu berubah sepanjang waktu, namun esensi pengertian kebanyakan berkaitan dengan tiga unsur pokok yaitu bermain, latihan fisik dan kompetisi. Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Keolahragaan dalam UU SKN No 3 pasal 1 ayat 1-4 (2005:10) adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan.

Rijsdorp dalam R. Lutan dkk (2004:8) dalam pembukaan kongres ICHPER (International Coucil For Health, Physical Education, and Recreation) 1975 di Bali, mengulas secara singkat makna olahraga sebagai sebuah istilah generik yang terdiri dari kata olah dan raga. Kata olah yang digunakan misalnya "mengelolah tanah" dalam pertanian, sedemikian mengenal penggunaannya, yang dalam bahasa inggris disebut "Cultivation" yang maknanya begitu dekat dengan "Culture" dan "Civilization". Olah dalam hal ini, yang diolah adalah raga dalam pengertian luas yakni mencakup dimensi manusia seutuhnya, lebih lanjut Rijsdorp menjelaskan bahwa olahraga sesuai dengan isi dan tujuannya di bagi menjadi olahraga pendidikan, olahraga kompetitif (prestasi), olahraga masyarakat (rekreasi) olahraga rehabilitas dan olahraga cacat.

### Olahraga Beladiri

Seni beladiri adalah perpaduan unsur seni, teknik membeladiri, olahraga, serta olahbatin (spiritual) yang didalamnya terdapat muatan seni budaya masyarakat dimana seni beladiri itu lahir dan berkembang.

Perkembangan seni beladiri, terus berlanjut seiring dengan perkembangan seni budaya di masyarakat, seni beladiri mempunyai peranan dalam memberikan kontribusi perkembangan seni budaya masyarakat di suatu daerah (Ben Haryo 2005: V).

Menurut Bambang Utomo (2002:8) menyusun jurus beladiri tak ubahnya merangkai gerak tari. Bagaimanapun, penyusunan olah gerak beladiri menggunakan potensi rasa, cipta dan karsa. Setiap manusia mempunyai potensi, inisiatif, cipta, rasa, karsa dan inovasi tersendiri. Masing-masing orang mempunyai interpretasi dan pendapat sendiri-sendiri tentang bagaimana cara menghadapi serangan dan mengembangkan sistematika beladiri

Ben Haryo (2005:1-2) mengatakan bahwa "Ilmu beladiri" merupakan suatu metode yang terstruktur, yang digunakan oleh seorang manusia untuk melindungi dirinya dari serangan manusia lainnya. Memang, naluri untuk melindungi diri sudah ada pada diri manusia sejak manusia dilahirkan. Karena bagaimana manusia berkonfrontasi secara fisik dengan manusia lainnya, maka pilihannya adalah 1) melarikan diri, 2) menyerah pada kehendak lawan atau, 3) melawan. Pilihan melawan akan menghasilkan sebuah perkelahian, dimana pihak-pihak yang berkelahi akan berusaha untuk melukai atau menyakiti lawannya. Dari perkelahian-perkelahian ini, terciptalah "teknik beladiri" untuk menghindari serangan dan untuk menyerang, melukai atau menyakiti lawan.

### **Hakekat Olahraga Karate Sejarah karate**

Olahraga karate diduga berasal dari India yang kemudian menjalar ke Cina. Pada waktu itu Budi Dharma mulai mengajarkan gerakan badan kepada pendeta-pendeta agama Buhda di Cina, agama Buhda masuk ke Okinawa-Jepang, berbarengan dengan gerakan badan para pendeta itu.

Pada tahun 1960 adalah masa mulai berkembangnya olahraga karate di Indonesia, yang dimulai dengan kembalinya para

mahasiswa Indonesia, yang telah menamatkan pelajarannya di Jepang. Nama Baud Adhikusumo dari aliran Shotokan (Murid M. Nakayama) tercatat dalam catatan sejarah karate di Indonesia sebagai pelopor karate di bumi pertiwi, tak lama kemudian rekan-rekan dari Baud A. Antara lain Sabeth Muukhsin dan Anto Lesiangi ikut juga mempopulerkan karate pada waktu itu, sejak itulah karate mulai bermunculan dengan berbagai aliran, yang diluar karate shotokan. Seperti Wado-ryu (juga Yoshin-ryu jujutsu) di pelopori oleh C.A. Taman sedangkan John Angkawijaya dan Bambang Dewantoro yang mendirikan perguruan Keishinkan.

Disamping alumni mahasiswa-mahasiswa Indonesia tersebut diatas, ada yang datang khusus dari Jepang untuk mempopulerkan olahraga karate seperti antara lain M. Oyama (Kyokushinkai), H. Matsuzaki (Kushin-ryu), T. Hayashi (Shito-ryu), Ishikawa (PORBIKAWA) dan lain-lain. Perkembangan olahraga karate di Indonesia tidak terlepas dari perkembangan karate di Jepang sendiri (Abdul Wahid, 2007 :37).

Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia yang disingkat FORKI dideklarasikan di Jakarta pada tanggal 30 November 1972 oleh 24 pimpinan perguruan karate di Indonesia yang sebelumnya bersatu dalam wadah organisasi bernama Persatuan Olahraga Karate Indonesia disingkat PORKI, yang didirikan pada tanggal 10 Maret tahun 1964. Pendeklarasian berdirinya FORKI dilakukan pada saat Kongres PORKI IV di Jakarta yang secara musyawarah mufakat menyetujui pergantian nama dari PORKI menjadi FORKI. FORKI didirikan sebagai wadah berhimpun dari perguruan-perguruan karate yang ada di Indonesia saat itu dengan latar belakang berbagai macam aliran, diantaranya Shotokan, Gojuryu, Wadoryu, Sitoryu, Kushinryu, Keishinkan, Kyokushinkai (www.pb forki.co.id, 2006).

### **Pengertian karate**

Karate dalam huruf Jepang terdiri dari dua suku kata yaitu “kara” yang berarti kosong dan “te” berarti tangan. Karate adalah suatu ilmu pengetahuan tentang beladiri dengan tangan kosong atau tanpa senjata, atau Karate adalah teknik bertarung dengan tangan kosong, tanpa senjata, namun demikian karate jangan dipandang hanya suatu keterampilan teknik pertarungan semata, karena pada hakekatnya karate memiliki makna jauh melebihi sekedar teknik membeladiri. Karate adalah suatu cara menjalankan kehidupan yang tujuannya adalah memberikan kemungkinan bagi seseorang agar mampu menyadari daya potensi dirinya, baik fisik maupun yang berhubungan dengan segi mental spiritual. Kalau karate mengabaikan sisi spiritual, maka sisi fisik menjadi kurang bermakna (J.B.Sujoto, 2006:xvii).

### **Pedoman Pembinaan Klub Olahraga Karate**

Dalam Undang-undang No 3 tahun 2005 sistem keolahragaan nasional pada bagian kedua pembinaan olahraga pasal 60-61 mengatakan pembinaan olahraga meliputi pembinaan perkumpulan, induk organisasi, atau lembaga olahraga pada tingkat pusat, dan tingkat daerah yang telah dipilih menjadi pengurus. Pembinaan olahraga melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan tugas dan fungsinya dalam organisasi. Pembinaan berhak memperoleh peningkatan pengetahuan, keterampilan, penghargaan, dan bantuan hukum.

Klub olahraga merupakan wadah atau organisasi paling utama dalam tugas pembinaan prestasi para atlet sebagai wadah untuk menghimpun para atlet serta sebagai sarana untuk menarik atlet, khususnya para atlet muda dan merupakan wadah yang tepat bagi para pelatih untuk mengembangkan dan mengimplementasikan ilmu kepelatihan yang di miliki.

Dalam proses pembinaan olahraga, klub atau ada yang menamakan perkumpulan

atau padepokan dan sasana sanggar, merupakan ujung tombak pembinaan. Klub tersebut ujung tombak pembinaan karena merupakan organisasi yang kedudukannya berada pada posisi paling depan, merupakan wadah pembinaan yang secara langsung berhadapan dengan atlet, tempat berkumpulnya para atlet yang berminat dan berbakat, tempat interaksi antara para pelatih atau pembina dengan para atlet (Soegijono 1999:16).

### **Pembinaan Atlet Karate**

Kehadiran seorang atlet untuk mengikuti program pelatihan mengandung dua makna penting yang perlu dihayati secara mendalam oleh para pembina atau pelatih. Pertama penyerahan diri dari pihak atlet atas dasar rasa percaya kepada para pelatih bahwa yang bersangkutan akan memperoleh kemajuan atau perubahan ke arah yang lebih baik (positif) setelah mengikuti program pembinaan, kedua, penyerahan diri itu menuntut tanggung jawab dan jaminan dari pihak pembina bahwa segala bentuk pengorbanan atlet itu tidak akan sia-sia, melainkan mendatangkan manfaat baik bagi perkembangan karier olahraganya maupun bagi kesejahteraan hidupnya. (KONI PUSAT, 1999:3).

### **Pembinaan Pelatih Karate**

Menurut Tahir Djide dalam Harsuki, (2002:353) bahwa menjadi pelatih adalah pekerjaan yang “unik”. Dalamnya terbentang luas aspek garapan yang sarat dengan tantangan persaingan, aspek peningkatan diri, peningkatan kemampuan, menjaga dan memelihara kewibawaan, terampil berkomunikasi, cermat mengambil keputusan, dan masih banyak lagi aspek-aspek pendukung yang kesemuanya bermuara pada upaya untuk sukses dalam tugas sebagai pelatih.

Pelatih harus memahami bahwa latihan yang sistematis merupakan konsep yang kompleks. Pelatihlah yang harus merencanakan ini semua secara cermat. Itulah sebabnya pelatih harus selalu tampil dengan mempertimbangkan

berbagai faktor seperti aspek psikologis, fisiologis dan sosial dalam sekedul pelatihannya. Lingkungan latihan dan melatih adalah suatu konsep dan pekerjaan yang sangat kompleks. Mulai dari bagaimana merancang latihan, mengorganisasikan latihan, melaksanakan latihan, yang semuanya harus dilaksanakan dalam tempo lama. Proses kerja ini harus dilakukan dan senantiasa ditingkatkan secara bertahap dan progresif. Sebagai pelatih harus mengembangkan cita-cita, keinginan dan harapan agar para atletnya dapat tampil prima, berprestasi tinggi dalam setiap kejuaraan yang diikuti.

### **Pembinaan Program Latihan Karate**

Program adalah rancangan mengenai asas-asas (dasar cita-cita) serta usaha-usaha yang akan dijalankan. Program latihan adalah seperangkat kegiatan dalam berlatih yang diatur sedemikian rupa sehingga dapat dilaksanakan oleh atlet, baik mengenai jumlah beban latihan maupun intensitas latihannya. (James Tangkudung, 2006 : 45). Latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya (Harsono, 1988:101).

Usaha untuk mencapai prestasi optimal di pengaruhi oleh kualitas latihan, sedangkan kualitas latihan ditentukan oleh berbagai faktor pendukung antara lain : kemampuan dan kepribadian pelatih, fasilitas dan peralatan, hasil-hasil penelitian, kompetisi dan kemampuan atlet yang meliputi bakat dan motivasi, serta pemenuhan gizi dan gaya hidup atlet (Koni DIY, 2005:17).

## **METODE**

### **Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif artinya permasalahan yang dibahas bertujuan, untuk dapat menggambarkan atau menguraikan tentang keadaan atau fenomena yang ada atau proses penelitian untuk memahami masalah

manusia atau sosial, berdasarkan pada tatanan yang kompleks, gambaran yang holistik, disusun dengan kata-kata, melaporkan pandangan detail para informan dan dilaksanakan pada latar alamiah atau natural.

## **Subyek dan Daerah Penelitian**

### **Subjek Penelitian**

Subyek penelitian ini adalah klub karate kota Gorontalo yang meliputi : pengurus, pelatih, atlet dan masyarakat di sekitar pelatihan di klub karate kota Gorontalo. Responden adalah sekumpulan subyek yang memberikan respon kepada pertanyaan-pertanyaan penelitian Arifin (1994:118).

### **Daerah Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kota Gorontalo adalah ibu kota provinsi Gorontalo yang di apit oleh dua wilayah kabupaten yakni kabupaten Gorontalo dan kabupaten Bone Bolango. Kota Gorontalo di jadikan daerah penelitian atas dasar : 1) kota Gorontalo telah banyak melahirkan atlet terutama cabang olahraga karate yang memperoleh medali perunggu satu-satunya di persembahkan dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) di Palembang, 2) sarana dan prasarana olahraga karate terpusat di kota Gorontalo sebagai ibu kota provinsi, 3) Kota Gorontalo merupakan pusat pelatihan karate.

### **Sumber Data**

Kota Gorontalo memiliki organisasi yang membina perkembangan olahraga karate, yakni klub Lemkari kota Gorontalo, klub Inkanas kota Gorontalo, klub Wadokai kota Gorontalo.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan 1) observasi 2) wawancara 3) dokumentasi 4) gabungan/triangulasi (Sugiyono 2006:309).

### **Analisis Data**

Analisa data dilakukan berdasarkan model analisis interaktif sebagaimana di kembangkan oleh Miles dan Huberman (1984:23). Analisis pada model ini terdiri dari 4 komponen yang saling berinteraksi yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan dan verifikasi, keempat komponen itu merupakan siklus yang berlangsung secara terus menerus antara pengumpulan data reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan dan verifikasi data. Proses siklus itu dapat dilihat pada gambar berikut :

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Pengurus Forki kota Gorontalo memiliki 3 klub karate yang sampai saat ini masih aktif mengadakan pembinaan, yang berada pada 6 kecamatan yang tiap kecamatan bisa ditempu 15 menit lewat transportasi darat. Penelitian ini dilaksanakan selama 2 bulan, waktu kunjungan diatur secara bergantian pada tiap-tiap klub yang ada di kota Gorontalo.

### **Pembahasan**

Pembahasan penelitian ini di kaji berdasarkan hasil penelitian pada klub-klub karate yang ada di kota Gorontalo, sehingga dapat di gambarkan sebagai berikut :

### **Program pembinaan klub karate di kota Gorontalo.**

Program pembinaan cabang olahraga karate di kota Gorontalo, sesuai program kerja PB. Forki, yang telah di jabarkan kepada Pengurus Provinsi dan Pengurus kota dan kabupaten se Gorontalo yang di intergrasikan dengan program klub masing-masing, mulai dari tahap pemassalan, pembibitan dan pemanduan bakat. Program pembinaan klub karate kota Gorontalo di fokuskan kepada usia dini, melalui sekolah-sekolah.

### **Klub Inkanas RRI kota Gorontalo**

Program pembinaan Klub Inkanas RRI kota Gorontalo adalah menciptakan karateka-karateka yang handal melalui pembinaan pada usia dini, yang berdasarkan pada Anggaran dasar dan anggaran rumah tangga perguruan yang sesuai dengan program Forki Kota Gorontalo, selain itu Inkanas berpegang pada "*The Ultimate aim of the art of karate-do lies not in victory or defeat but in the perfection of the character of its participants*" falsafah inilah yang di utamakan oleh para pelatih klub Inkanas RRI Kota Gorontalo dalam program pembinaan atletnya.

### **Klub Wadokai kota Gorontalo**

Program pembinaan karate di klub Wadokai kota Gorontalo adalah dengan merangkul semua lapisan masyarakat terutama anak-anak sekolah mulai dari tingkat SD sampai perguruan tinggi. Kemudian latihan bersama di dojo dan menggelar latihan bersama di tempat-tempat umum, kegiatan ini dilakukan tiap hari minggu pagi, ini sebagai strategis pembinaan klub Wadokai kota Gorontalo supaya tercipta hubungan yang baik dengan pengurus, pelatih, atlet, dan orang tua atau masyarakat. Upaya ini sesuai observasi dari peneliti sangat berhasil ini bisa dilihat dari disaat klub Wadokai kota Gorontalo menggelar latihan baik tempat latihan maupun di tempat umum banyak masyarakat menyaksikan latihan tersebut. Ini terbukti ada 2 orang tua langsung menghubungi pelatih agar anaknya bisa diterima latihan di tempat itu.

### **Klub Lemkari LibuO kota Gorontalo.**

Sejak pertama konsep pembinaan klub Lemkari LibuO kota Gorontalo, berdasarkan pada program yang ada di Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga (AD/ART), saat ini pembinaan di klub Lemkari LibuO kota Gorontalo mengalami pasang surut prestasi dimana waktu pertama berdiri Ratusan bahkan bisa ribuan masyarakat Gorontalo mengikuti

latihan karate bersama klub Lemkari LibuO kota Gorontalo. Tapi saat ini Program pembinaan yang dilakukan oleh klub Lemkari LibuO kota Gorontalo kurang diminati oleh karateka, hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti menemukan kurang karateka yang latihan di tempat ini. Itupun karateka hanya orang-orang yang ada di kompleks di tempat itu saja. Hal ini menunjukan pemassalan di klub Lemkari LibuO kota Gorontalo, hanya mampu menarik minta masyarakat setempat, sedangkan untuk masyarakat yang lainnya mereka lebih memilih klub yang lain untuk latihan karate.

#### **Program latihan yang dilaksanakan klub karate kota Gorontalo.**

Program latihan disusun dan merupakan suatu usaha strategis untuk mencapai tujuan masa depan prestasi atlet seoptimal mungkin. Dalam program latihan karate diseluruh dojo karate dari berbagai klub karate memiliki program yang sudah permanen.

#### **Klub Inkanas RRI kota Gorontalo**

Program latihan di klub Inkanas RRI kota Gorontalo, menekankan pada penguasaan teknik Kihon dan kata. Hal ini disebabkan karena ada hampir semua yang latihan di tempat ini adalah karateka muda. Sedangkan latihan di klub Inkanas RRI kota Gorontalo ini, tahap pertama latihan bersama yakni sabuk putih dan biru. Kemudian setelah itu sabuk coklat dan sabuk hitam melakukan latihan lanjutan yakni latihan kumite bagi karateka yang menekuni kumite dan latihan kata bagi karateka yang memang spesial kata.

#### **Klub Wadokai kota Gorontalo.**

Program latihan di klub Wadokai kota Gorontalo adalah lebih memfokuskan pada latihan kumite, karena tujuan dari klub ini untuk menghasilkan karateka-karateka muda yang siap tanding. Menurut dokumentasi klub ini tidak memiliki program latihan tertulis, dalam

melakukan latihan kumite, walaupun tujuan untuk melahirkan karateka-karateka yang handal, tapi klub juga tetap menjalankan latihan tradisi dalam karate, tapi di klub Wadokai kota Gorontalo porsi latihan kumite lebih banyak dari pada latihan kata, tapi prestasi kata di dojo ini sering mendapat juara.

#### **Klub Lemkari LibuO kota Gorontalo**

Program latihan di dojo milik klub Lemkari LibuO kota Gorontalo, tak jauh beda dengan program yang ada di dojo-dojokarate lain. karena secara historis yang menjadi pelatih di dojo-dojokarate lain adalah yang dulunya karateka dari klub Lemkari LibuO kota Gorontalo.

#### **Peran pelatih dalam meningkatkan prestasi karate di kota Gorontalo.**

Karate adalah olahraga keras dan dituntut keberanian bagi anggotanya. Hal ini harus disadari benar oleh para pelatih. Artinya bahwa hanya orang-orang yang suka dengan olahraga keras yang bisa mendapatkan hasil latihan yang diharapkan. Mustahil orang yang penakut, yang tidak suka dengan olahraga ini akan berhasil, termasuk karateka spesialis Kata sekalipun.

#### **Klub Inkanas RRI kota Gorontalo**

Keberhasilan seorang karateka sangat ditentukan oleh kemampuan serta pengalaman pelatih. Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih, ternyata latar belakang pelatih yang ada di klub Inkanas RRI kota Gorontalo dari segi teknik dan pendidikan tidak ada masalah, karena pelatih yang ada di klub Inkanas RRI kota Gorontalo, ini berlatar belakang pendidikan SMA serta mantan karateka handal.

#### **Klub Wadokai kota Gorontalo.**

Klub Wadokai kota Gorontalo memiliki pelatih yang cukup memadai, dari segi kemampuan teknik apalagi dengan dukungan dari sarana dan prasarana dojo yang cukup membuat para pelatih di klub ini sangat bebas

berkreasi untuk memadukan pengalaman dan teknik-teknik baku dari karate. Selain latihan teknik karate, karateka ini juga di bekali dengan pengetahuan tentang perwasitan dan hakim, ini karena pelatih di klub ini ada yang sudah menjadi wasit nasional.

### **Klub Lemkari LibuO kota Gorontalo**

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa para pelatih di klub Lemkari LibuO kota Gorontalo, perannya sangat kuat dalam meningkatkan prestasi karateka, dan bahkan hasil wawancara dengan karateka bahwa pelatih sangat membantu mereka dalam menguasai semua teknik-teknik karate yang di ajarkan, walau mereka harus berlatih ditempat yang sederhana dan berpindah-pindah tempat. Pelatih di dojo ini lulusan SMA serta sejak kelas III SMP sudah jadi asisten pelatih selain itu juga mantan karateka di kelas *Kata* dan *Kumite*.

### **KESEMPULAN DAN SARAN**

#### **Simpulan**

Berdasarkan masalah dan tujuan penelitian serta hasil analisis data dan uraian deskriptif, sebagaimana sudah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut :

1. Program pembinaan cabang klub olahraga karate di kota Gorontalo tetap mengaju pada program nasional yang sudah di jabarkan oleh daerah sesuai potensi daerah. Pemassalan, pembibitan dan pemanduan bakat, serta pengadaan sarana dan prasarana, dari hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa program pembinaan klub karate di kota Gorontalo sudah sesuai dengan yang diharapkan, tapi perlu ditingkatkan lagi.
2. Klub karate di kota Gorontalo tidak memiliki program latihan yang terdokumentasi atau tertulis dan tidak di informasikan pada karateka. Latihan ditentukan oleh pelatih

sesuai situasi dan kondisi pada saat itu. Karateka tidak tahu program latihan yang harus di laksanakan.

3. Pelatih, sangat berperan dalam meningkatkan prestasi karate di klub, tetapi sayangnya para pelatih tidak memiliki sertifikat pelatihan baik tingkat daerah maupun nasional, mereka hanya sebagai anggota Sabuk hitam dan mengandalkan mantan karateka.

#### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan simpulan di atas, maka saran yang dapat dikemukakan kepada Pengkot Forki Gorontalo, pengurus, serta pelatih karate sebagai berikut :

1. Perlu di buat rancangan program kerja yang mengacu pada PB Forki dan Pengrov Forki untuk masing-masing perguruan atau klub.
2. Perlu dibuat program latihan yang tertulis untuk menghindari pemberiaan materi latihan yang berulang-ulang secara berturut-turut sehingga membuat bosan.
3. Perlunya di tingkatkan kemampuan pelatih dan wasit atau hakim dengan melalui penataran pelatih dan wasit baik tingkat daerah maupun tingkat nasional.
4. Perlu dukugan masyarakat, pemerintah dan pengkot dalam hal dana serta sarana dan prasarana tempat latihan (dojo) yang di miliki oleh klub-klub di kota Gorontalo.
5. Perlu pendekatan pada pengusaha atau kontraktor untuk ikut membantu dalam pembinaan karate di Kota Gorontalo.
6. Intansi seperti Dinas Pemuda dan Olahraga perlu memperhatikan olahraga karate di masukkan dalam program prioritas binaan. PPLP daerah segerak memasukkan karate sebagai salah satu cabang olahraga yang dibinaanya.
7. Perlu segerak diadakan sertifikasi untuk pelatih dan pengurus ini untuk peningkatan prestasi dan karir melatih.

## DAFTAR PUSTAKA

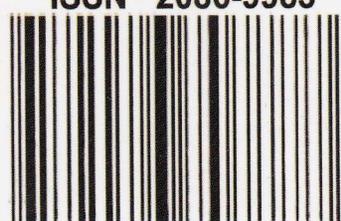
- Abdul Wahid. 2007. *Shotokan; Sebuah Tinjauan Alternatif Terhadap Aliran Karate-do Terbesar di Dunia*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Bambang Utomo. 2002. *Aikido.Seni Bela Diri dan Filosofi*. Jakarta : PT Gramedia Utama.
- Ben Haryo. 2005. *Seniman Beladiri*, Jakarta: Fukaseba Publication.
- Bidang Pembinaan PB Forki. 1992. *Pedoman Kursus Pelatih Karate*, Jakarta : PB FORKI
- Depdiknas. Ditjend Dikdasmen. 2001. Buku II Materi pelatihan. *Guru Pendidikan jasmani dan Kesehatan SD/ Pembina dan Pelatih Klub Olahraga Usia Dini SD*. Perkembangan dan belajar Gerak, Biomekanika, Kondisi Fisik Anak-anak Sekolah Dasar. Jakarta
- Gunarsah Singgih, Monty. P.S, Myrna H.R.S. 1996. *Psikologi Olahraga : Teori dan Praktek*, Jakarta : BKM-Gunung Mulia.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini; kajian para pakar*, Jakarta: PT Raja Grafindo
- Horyu Matsuzaki. 2006. *Perjuangan Hidup: Hakikat Kushin-ryu Karate-do*, Jakarta: Gramedia Pustaka
- J.B. Sujoto. 2006. *Teknik Oyama karate; Kihon, Kata, Kumite*, Jakarta : Kelompok Gramedia.
- Koni Daerah Istimewa Yogyakarta. 2005. *Panduan Pembinaan Olahraga Prestasi Koni DIY*. Yogyakarta : KONI DIY.
- Marta Dinata. 2005. *Rahasia Latihan Sang Juara Menuju Prestasi Dunia : Untuk Semua Cabang Olahraga*, Jakarta : Cerdas Jaya
- Menpora. 1992. *Panduan teknis tes dan latihan Kesegaran Jasmani*. Jakarta : Hotel Sahid Jaya.
- Menpora. 1999. *Pedoman Pembibitan dan Prestasi Olahraga*, Jakarta : Kantor Menpora.
- Miles dan Huberman. Terjemahan Tjetjep Rohendi Rohidi. 1992. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta : UI Press Buku Asli Terbit. 1984.
- Nameik.S. 1990. *Belajar Karate Secara Praktis*, Semarang : CV Aneka Ilmu.
- Nirwanto T Nardi, SA. 2001. *Oshi Shinabu*. Malang : PP. Kyokushinkai.
- PB. FORKI. 2007. *Sejarah Karate*. Internet : 2007 [http://www.pbforki.org/sejarah\\_isi.php?news\\_id=39](http://www.pbforki.org/sejarah_isi.php?news_id=39). diakses 29/06/2007
- Rusli Lutan, R. Ibrahim. A. Suherman. Y. M. Saputra. 2004. *Supervisi Pendidikan Jasmani*. Ditjen Dikdasmen Depdiknas.
- Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, Jakarta : Depdikbut Proyek P2LPTK.
- Siswoyo. Tanpa Tahun. *Karate kata*, Surabaya: Karya Anda.
- Subadyo. 1998. *Karate Latihan Teknik-Teknik*, Jakarta : Rosda Jaya Putra.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Pendidikan; Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta Bandung.
- Undang-Undang No 3, 2005. 2006. *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*, Yogyakarta : Pustaka Yustisia.

## PETUNJUK BAGI PENULIS

1. Naskah belum dimuat dalam jurnal lain, diketik pada kertas kuarto dengan font *Times New Roman*-font 12 spasi ganda sepanjang 15-20 halaman, dikirim melalui *e-mail* atau dalam bentuk Compact disk (CD) program Microsoft Word beserta dua eksemplar *print out* via pos paling lambat tiga bulan sebelum penerbitan.
2. Naskah merupakan ringkasan hasil penelitian, gagasan konseptual, kajian teori atau aplikasi IPTEK kesehatan dan olahraga.
3. Naskah ditulis dalam bentuk esai, disertai judul sub bab (heading). Peringkat judul subbab dinyatakan dengan jenis huruf yang berbeda sebagai berikut :  
Peringkat 1 : huruf besar semua rata dengan tepi kiri.  
Peringkat 2 : huruf besar-kecil dan dicetak besar.  
Peringkat 3 : huruf besar pada awal subbab, dicetak tebal dan miring.
4. Sistematika Penulisan
  - a. **Hasil Penelitian :**  
Judul  
Nama Penulis  
Abstrak (memuat tujuan, metode, dan hasil penelitian: maksimal 200 kata)  
Kata Kunci  
Pendahuluan (tanpa sub judul, memuat: Latar belakang masalah, perumusan masalah, dan rangkuman kajian teori).  
Metode  
Hasil  
Pembahasan  
Kesimpulan dan saran  
Daftar Pustaka
  - b. **Gagasan Konseptual, kajian teori, dan Aplikasi IPTEK Kesehatan dan Olahraga**  
Judul  
Nama Penulis  
Abstrak (maksimal 200 kata)  
Kata Kunci  
Pendahuluan (tanpa subjudul, memuat pengantar topik utama diakhiri dengan rumusan tentang hal-hal pokok yang akan dibahas).  
Subjudul  
Subjudul  
Subjudul  
Penutup  
Daftar Pustaka
5. Daftar Pustaka hanya mencantumkan sumber yang dirujuk dalam naskah, diurutkan alfabetis dan disajikan seperti contoh berikut :  
Lutan, Rusli, Siregar, M.F., dan Djide, Tahir, 2004. *Akar Sejarah dan Dimensi Keolahragaan Nasional*. Jakarta : Ditjora Depdiknas.  
Wilmore, J, dan Costill, 1994. *Physiology of Sport and Exercise*, New York: Human Kinetics.
6. Untuk keperluan komunikasi penulis harus mencantumkan identitas lengkap meliputi nama, institusi, alamat surat, email, dan nomor telepon/HP.



ISSN 2086-9983



9 772086 998021