

**Dr. Adi Sucipto, M.Kes., AIFO-P.**  
**Prof. T. Cholik Mutohir, Ph.D.**  
**Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.**



# KOMPETENSI

Pelatih Olahraga di Era Digital

**Editor:**

**Dr. Ahmad Lani, M.Kes., AIFO.**

**Dr. Adi Wijayanto, S.Or., S.Kom., M.Pd, AIFO.**

**Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd.**

**Moh. Hanafi, M.Pd.**

**KOMPETENSI PELATIH OLAHRAGA**  
**DI ERA DIGITAL**

**Dr. Adi Sucipto, M.Kes., AIFO-P**  
**Prof. T. Cholik Mutohir, Ph.D.**  
**Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd.**

Editor:

**Dr. Ahmad Lani, M.Kes., AIFO.**  
**Dr. Adi Wijayanto, S.Or., S.Kom., M.Pd, AIFO.**  
**Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd.**  
**Moh. Hanafi, M.Pd.**



## **KOMPETENSI PELATIH OLAHRAGA DI ERA DIGITAL**

Copyright © Adi Sucipto, dkk., 2022  
Hak cipta dilindungi undang-undang  
*All right reserved*

Editor: Adi Wijayanto, dkk.  
Layouter: Muhamad Safi'i  
Desain cover: Dicky M. Fauzi  
Penyelaras akhir: Saiful Mustofa  
x + 93 hlm: 14 x 21 cm  
Cetakan: Pertama, Juni 2022  
ISBN: 978-623-5419-08-4

### **Anggota IKAPI**

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memplagiasi atau memperbanyak seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Diterbitkan oleh:

#### **Akademia Pustaka**

Perum. BMW Madani Kavling 16, Tulungagung

Telp: 081216178398

Email: [redaksi.akademia.pustaka@gmail.com](mailto:redaksi.akademia.pustaka@gmail.com)

Website: [www.akademiapustaka.com](http://www.akademiapustaka.com)

**KAMI DEDIKASIKAN BUKU INI  
UNTUK PARA INSAN OLAHRAGA DEMI  
KEMAJUAN PRESTASI OLAHRAGA  
INDONESIA YANG LEBIH BAIK**



## Kata Pengantar

Puji syukur kehadiran Allah SWT, buku dengan judul “Pelatih Olahraga di Era Digital” dapat dirampungkan dalam lembar demi lembar yang merupakan kajian dan pemikiran serta hasil penelitian Tim Penulis. Tentu buku ini merupakan bagian dari pemikiran dan kajian tim penulis yang berusaha melihatnya secara komprehensif.

Upaya menyajikan secara terbaik dalam buku ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan yang mudah dipahami, menjadi bahan sumber inspirasi untuk bisa mendorong setiap insan olahraga dalam hal ini adalah Pelatih olahraga menjadi lebih kompeten sesuai dengan cabang olahraga yang digelutinya.

Sedikit tulisan dalam buku ini tidak lain merupakan upaya tim Penulis untuk memberikan pemikiran-pemikirannya dalam rangka menambahkan pengetahuan, pengalaman dan hasil pemikiran serta penelitian yang telah dilakukan dan diharapkan menjadi bahan penguatan para Pelatih olahraga agar makin kompeten.

Sumber daya manusia dalam dunia olahraga dalam hal ini adalah Pelatih olahraga merupakan tangan terdepan untuk membantu dan mengantarkan para atlet untuk meraih prestasi tertinggi dengan mengibarkan sang saka merah putih di berbagai negara penyelenggara suatu kejuaraan olahraga, lebih dari itu maka Pelatih olahraga memiliki posisi strategis dalam menciptakan atlet yang hebat, atas dasar itulah kompetensi Pelatih olahraga harus terus ditingkatkan dalam segala dimensi. Buku ini sedikit memberikan coretan untuk menggugah para pelatih agar menjadi pelatih olahraga yang kompeten.

Berbagai masukan yang konstruktif untuk penguatan kompetensi Pelatih olahraga yang makin menyempurnakan penulisan buku ini sangatlah diharapkan sehingga mampu mendorong penulis untuk melakukan penyempurnaan, dan

sebagai Pelatih olahraga untuk terus memajukan diri, meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya sehingga menjadi Pelatih olahraga yang kompeten dalam menjawab berbagai tantangan pembangunan prestasi olahraga di kancah nasional dan internasional.

Tim penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu terselesaikannya buku ini, semoga prestasi olahraga di Indonesia makin lebih baik lagi di masa-masa yang akan datang.

Malang, Juli 2022

Tim Penulis

## Daftar Isi

<b>Kata Pengantar</b> .....	v
<b>Daftar Isi</b> .....	vii
<b>Daftar Tabel</b> .....	ix
<b>Daftar Gambar</b> .....	x
<b>BAB I SEPUTAR ERA DIGITAL</b> .....	<b>3</b>
A. Apa itu Era Digital, dan Ciri-cirinya.....	3
B. Tantangan Era Digital dalam Keolahragaan .....	6
C. Peluang Keolahragaan di Era Digital.....	10
D. Rangkuman.....	12
<b>BAB II KOMPETENSI DAN ERA DIGITAL</b> .....	<b>15</b>
A. Pentingnya Kompetensi.....	15
B. Pengertian Kompetensi .....	18
C. Komponen Kompetensi .....	20
D. Kompetensi Pelatih Olahraga .....	26
E. Rangkuman.....	34
<b>BAB III DIMENSI KOMPETENSI</b> .....	<b>39</b>
A. Dimensi Kompetensi pada SKKNI .....	39
B. Kemampuan melakukan tugas individu secara efisien ( <i>Task Skill</i> ).....	41
C. Kemampuan untuk mengelola beberapa tugas yang berbeda dalam satu pekerjaan ( <i>Task Management Skills</i> ).....	43
D. Kemampuan yang terkait dengan tanggung jawab terhadap lingkungan kerja termasuk berkerja dengan orang lain atau bekerja dalam tim ( <i>Job/Role Enviroment Skills</i> ) .....	45
E. Kemampuan untuk merespon penyimpangan dan kerusakan dalam suatu rutinitas pekerjaan secara efektif ( <i>Contingency Management Skills</i> ).....	48
F. Rangkuman.....	49
<b>BAB IV STANDAR KOMPETENSI PELATIH</b> .....	<b>53</b>
A. Standar Kompetensi.....	53
B. Tugas dan Tanggung Jawab Pelatih .....	69
C. Rangkuman.....	70



<b>BAB VI KOMPETENSI PELATIH DI ERA DIGITAL</b> .....	75
A. Tantangan Kompetensi Pelatih di Era Digital .....	75
B. Kompetensi Pelatih di Era Digital.....	76
C. Rangkuman .....	81
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>85</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	87
<b>TIM PENULIS</b> .....	91

## Daftar Tabel

Tabel 1 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 1 Falsafah dan Etika.....	54
Tabel 2 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 2 Keselamatan dan Pencegahan Cedera .....	56
Tabel 3 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 3 Kompetensi Pelatih .....	59
Tabel 4 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 4 Pertumbuhan dan Perkembangan .....	60
Tabel 5 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 5 Pengajaran dan Komunikasi.....	62
Tabel 6 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 6 Keterampilan dan Taktik Olahraga .....	64
Tabel 7 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 7 Organisasi dan Manajemen .....	66
Tabel 8 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih	
Domain 8 Evaluasi.....	68

## Daftar Gambar

Gambar 1 Era Revolusi Industri 4.0 hadapi Era <i>Society</i> 5.0 .....	5
Gambar 2 Aplikasi Visual Coaching Pro di Kepelatihan Olahraga.....	8
Gambar 3 Aplikasi Visual Coaching Pro, Pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO), Universitas PGRI Adi Buana Surabaya .....	9
Gambar 4 Komponen Kompetensi.....	23
Gambar 5 Pelatihan Pelatih Secara <i>Hybrid</i> .....	29
Gambar 6 Pelatihan Pelatih Cabang Wushu.....	31
Gambar 7 Dimensi Kompetensi.....	40
Gambar 8 Peran Pelatih Dalam Pemanfaatan Teknologi Digital.....	67
Gambar 9 Pelatih Kompeten dan Berkarakter .....	80

**Satu Hal yang Anda Pelajari dalam  
Olahraga: Anda Tidak Menyerah dan  
Anda Berjuang Hingga Akhir**

Sumber: [www.bola.net](http://www.bola.net)



# BAB I

## SEPUTAR ERA DIGITAL

### A. Apa itu Era Digital, dan Ciri-cirinya

Saat ini kita memasuki era digital atau dalam istilah lain era revolusi industri 4.0 atau era disrupsi, pada era ini mulai bermunculan satu persatu peran teknologi yang mengisi berbagai macam peran manusia dalam kehidupan sehari-hari kita, sehingga menimbulkan suatu peluang baru dan tantangan baru bagaimana memanfaatkan semaksimal mungkin teknologi yang ada, namun di sisi lain juga menimbulkan permasalahan baru seperti pekerjaan yang selama menjadi lahan penghasilan tergantikan oleh teknologi. Maka pertanyaan mendasar adalah siapa saja yang dapat mengisi peluang dan mampu menjawab tantangan di era digital, sehingga dapat mengantarkan setiap orang pada kesuksesan di masa sekarang dan masa yang akan datang.

Perubahan yang terjadi pada saat ini sangat nampak adalah gaya hidup masyarakat, contoh sederhana adalah gaya hidup yang sudah berdampingan dengan teknologi seperti *handphone* (HP), *gadget*, laptop dengan berbagai macam fasilitas teknologi digital di dalamnya, mulai dari kita dapat berkomunikasi dengan siapa saja, kapan saja dan dimana saja, memperoleh informasi terkini, dan jutaan informasi yang dapat dibaca kapan saja dimana saja artinya ada koneksitas yang sudah terbantukan dengan teknologi.

Dalam kehidupan sehari-hari, sebagai contoh lain adalah kita dapat belajar dengan sekali klik aplikasi di HP, belajar apa saja yang diinginkan, membaca jutaan informasi yang ada dan menyeleksi sesuai kebutuhan dimana saja dan kapan saja, bahkan dapat memesan transportasi serta makanan kapan

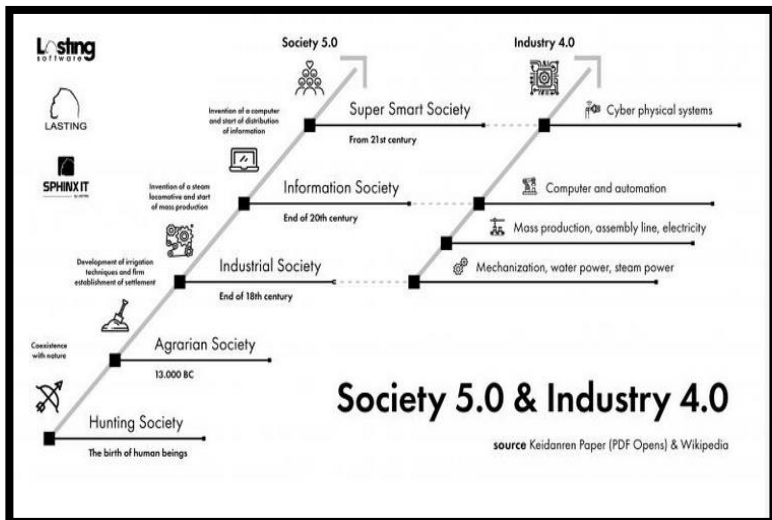
saja dengan sekali pesan, pesanan tinggal datang sesuai dengan keinginan. Gaya hidup seperti ini sudah menjadi pemandangan biasa saat ini dan di masa mendatang dan aktivitas apa saja yang mulai bersentuhan dengan teknologi sudah menjadi kebiasaan kita sehari-hari.

Setiap harinya bermunculan kreativitas dan inovasi dalam bidang apa saja yang berbasis teknologi tanpa dapat dihindari yang makin mewarnai sikap dan gaya hidup kita saat ini. Dengan teknologi yang berkembang sangat cepat maka inovasi tetap harus berjalan karena inovasi adalah kendaraan tujuan, sehingga harus gigih dalam meraih tujuan seperti yang diungkapkan oleh Jeff Bezos pemilik amazon “kita harus keras dalam visi, fleksibel dalam menjalankan detailnya” (Dewi, I.R. 2022).

Pada saat ini informasi menjadi sesuatu yang paling mahal harganya, data-data menjadi bagian dari sebuah penentu dalam penguasaan informasi yang sangat penting perannya, sehingga siapa saja yang menguasai informasi dan data yang berbasis teknologi tentu akan menjadi orang yang terdepan di saat ini, contohnya seperti media sosial yang merupakan bagian dari produk teknologi digital seperti *Facebook*, *Whats App*, *Twitter*, *Youtube*, *Instagram* dan media sosial lainnya termasuk aplikasi *gofood*, *gojek* dan *go car* serta ada penghantar makanan menggunakan drone, hal ini sudah menjadi bagian dari gaya hidup yang menghiasi aktivitas orang setiap detik dalam kehidupan saat ini dan ke depan, inilah era teknologi digital. Dalam kehidupan sehari-hari sudah berapa waktu yang telah kita habiskan untuk menyelesaikan pekerjaan kita dengan teknologi digital, termasuk menggunakan media sosial seperti *facebook* mulai dari membacanya, merespons, membuka email menjawab email, membuka *Whats App* membaca dan menjawabnya, mendownload video kemudian menyimaknya, membuat video dan menguploadnya, hampir setiap detik bergelut dengan hal-hal tersebut. Berbagai macam gambaran yang sudah diungkapkan tersebut dapat berdampak pada cara

pandang, cara bekerja, cara berkegiatan yang harus di dukung dengan kreativitas untuk mampu menjawab tantangan mengisi peluang di era digital ini. Hal tersebut bukanlah pekerjaan yang mudah dan dibutuhkan usaha yang luar biasa untuk mampu mengisinya tentu butuh kreativitas yang didukung dengan kompetensi yang memadai dibidangnya.

Jadi di era digital, atau era revolusi industri 4.0 atau era disrupsi makin tidak asing di telinga kita sudah masuk dalam berbagai bidang kehidupan dan pekerjaan dengan cepat, bahkan mungkin kita sudah menggunakan atau memakai produk apa saja yang terkait dengan hasil dari era digital tersebut. Untuk itu butuh perubahan cara pandang dalam mensikapi era ini sehingga tahu memposisikan diri harus melakukan apa dan melahirkan apa, maka saat ini ada upaya ke arah sana dengan adanya *Making* Indonesia 4.0, adalah keniscayaan untuk kita semua menuju kehidupan yang lebih cerdas dan berkualitas yang berbasis kompetensi.



Gambar 1.

Era Revolusi Industri 4.0 hadapi Era *Society* 5.0



Ciri dari era digital tidak lepas dari peran teknologi dimana memang teknologi yang digunakan untuk mendukung kehidupan manusia menjadi lebih efektif, lebih praktis dan lebih mudah untuk mencapai tujuan tertentu. Ciri yang ada ditandai dengan istilah Revolusi Industri 4.0 yang menyiapkan masyarakat menuju era *Society 5.0.*, terlihat pada gambar 1.

Era revolusi industri 4.0 merambah semua kehidupan tidak terkecuali dalam bidang keolahragaan, tentu ada berbagai macam tantangan di dalamnya, ada harapan juga ke depan yang memerlukan kesungguhan dalam menghadapi tantangan tersebut, seperti apa tantangan dalam dunia keolahragaan maka diuraikan dalam kajian berikut ini.

## **B. Tantangan Era Digital dalam Keolahragaan**

Seperti uraian sebelumnya dimana era digital sudah mewarnai dan masuk dalam aktivitas kehidupan sehari-hari kita di hampir di seluruh aspek tanpa terkecuali, hal tersebut juga mewarnai dan memasuki dalam bidang olahraga, sehingga tampak dalam aktivitas sehari-hari yang terkait olahraga tidak lepas dari dampak era digital. Lahirnya berbagai macam teknologi digital saat ini seperti *internet of things* (IoT), robot, kecerdasan buatan, dan teknologi 3D sudah menjadi tantangan yang harus kita jawab dan kita gunakan sesuai dengan bidang yang kita geluti saat ini khususnya di dunia olahraga.

Peran teknologi yang begitu tinggi saat ini dan masa mendatang banyak yang perlu dikaji termasuk ada potensi yang mengarah pada hal positif ada juga yang mengarah pada hal negatif, seperti ancaman gangguan emosi dan fisik (Sugangga, R. 2021), gangguan ini lebih karena dominan ketergantungan pada teknologi sehingga aktivitas jasmani atau tingkat kebugaran jasmani dapat menurun, namun disisi lain pemanfaatan teknologi yang tepat juga menjadi sebuah peluang untuk mengembangkan berbagai macam potensi untuk memajukan berbagai aspek kehidupan termasuk olahraga dalam konteks secara umum baik untuk kebugaran

jasmani itu sendiri maupun untuk penelitian keolahragaan dan untuk kepelatihan olahraga guna mendukung kemajuan prestasi olahraga.

Pada saat ini berbagai praktik keolahragaan baik olahraga rekreasi, olahraga pendidikan terlebih lagi olahraga prestasi saat ini sudah syarat dengan sentuhan teknologi digital seperti mengecek denyut nadi, jumlah kalori yang terbakar, kadar lemak dalam tubuh, tingkat konsentrasi, teknik gerak, kecepatan gerak, merancang program kegiatan aktivitas jasmani dan program pelatihan yang terstruktur beserta laporannya, semua dapat dirancang, dibuat dan diamati serta dilaporkan dengan adanya peran teknologi digital saat ini.

Sebagai contoh dalam dunia olahraga yang mengarah pada tingkat kebugaran jasmani sudah ada aplikasi seperti *30 Day Fitness Challenge* melalui aplikasi tersebut seseorang dapat memasukkan data based dirinya kemudian melakukan berbagai praktik yang disesuaikan dengan instruksi dalam aplikasi, dan pada akhirnya akan diperoleh berapa derajat kebugaran jasmani yang dimilikinya sebagai laporan serta dilengkapi dengan berbagai macam video aktivitas jasmani yang dapat digunakan sebagai rujukan untuk dipraktikkan. Melalui aplikasi itu masyarakat sudah menikmati salah satu produk dari era teknologi digital.

Seseorang yang sudah memiliki penguasaan teknologi android pada handphone yang dimiliki, dan mampu menguasai mulai dari cara mendownload aplikasi, kemudian mengoperasikan aplikasi dan mampu membaca hasil dari analisis di aplikasi tersebut adalah bagian tantangan sederhana yang ada pada saat ini, sehingga kondisi yang ditemui adalah muncul banyak aplikasi sebagai produk digital.



Gambar 2

### Aplikasi Visual Coaching Pro di Kelepatihan Olahraga

(Sumber gambar: [https://josstoday.com/read/2018/12/07/51303/KONI\\_Jatim\\_Mantapkan\\_Pelatih\\_Dengan\\_Visual\\_Coaching\\_Pro](https://josstoday.com/read/2018/12/07/51303/KONI_Jatim_Mantapkan_Pelatih_Dengan_Visual_Coaching_Pro))

Salah satu contoh adalah aplikasi yang ada pada olahraga prestasi yakni fokus pada aplikasi kelepatihan olahraga. Adanya aplikasi *Visual Coaching Pro* yang dikembangkan oleh Howie Luke (*Co-Founder & Company Director-Visual Coaching Ptf Ltd*) dari Melbourne Australia sangat menarik, para pengguna olahraga prestasi yakni para pelatih cabang olahraga dapat memanfaatkan teknologi digital tersebut. Melalui aplikasi dari *Visual Coaching Pro* mengajak siapapun yang berkecimpung dalam dunia olahraga dapat menggunakan beragam pengetahuan di dalamnya seperti merancang program latihan, dan jenis latihan yang sudah berbasis riset, melalui teknologi yang berkembang saat ini dalam bidang olahraga menjadi suatu keniscayaan adanya sinergitas dunia olahraga dengan dunia digital. Seperti pada gambar 2, dimana Direktur Badan *Sports Sciences* KONI Jawa Timur bersama Founder *Visual Coaching Pro* Howie Luke menjelaskan penerapan aplikasi visual coaching kepada para pelatih olahraga di KONI Jawa Timur. Hal tersebut

menunjukkan teknologi digital sudah menjadi bagian tidak terpisahkan (*indispensable part of coaching program*) dari kepelatihan olahraga dalam rangka mendukung raihan prestasi yang terbaik berbasis pendekatan teknologi digital.



Gambar 3

Aplikasi Visual Coaching Pro, Pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO), Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Pengembangan Visual Coaching Pro ini tidak hanya di lingkungan pelatih termasuk calon pelatih dan akademisi yang terkait dengan olahraga yang ada di perguruan tinggi seperti di prodi pendidikan kepelatihan olahraga Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, program aplikasi digital ini diajarkan kepada mahasiswa seperti terlihat pada gambar 3. Contoh lain lagi adalah *Daily Workouts* yang merupakan aplikasi untuk membantu dalam melakukan aktivitas olahraga setiap hari dan dilengkapi dengan tutorial berbagai macam olahraga yang pas sesuai atau cocok untuk penggunaannya, dimana aplikasi ini fokus pada kebugaran jasmani.

Melihat perkembangan dunia olahraga pada saat ini peran besar ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek) dalam olahraga sudah menunjukkan kontribusi yang luar biasa dan

berkembang pesat tidak hanya digunakan dalam kegiatan kehidupan sehari-hari oleh masyarakat namun juga sangat dominan digunakan dalam kepelatihan olahraga khususnya memotret program latihan yang dirancang kemudian dijalankan dan di evaluasi, seperti penggunaan aplikasi *Visual Coaching Pro* yang dapat membantu dalam kegiatan pelatihan olahraga secara komprehensif mulai dari mendesain program latihan, menerapkan dan mengevaluasi yang disertai dengan adanya umpan balik yang sangat bermanfaat untuk pelaksana pelatihan olahraga. Dengan demikian maka pengembangan ilmu pengetahuan teknologi (iptek) saat ini dilaksanakan beriringan atau bersama-sama dengan pengembangan kegiatan keolahragan itu sendiri (Sugiyanto, 2018).

Kondisi demikian menjadi sebuah tantangan yang luar biasa saat ini dan ke depan terutama untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani, mengukur seberapa banyak aktivitas jasmani yang telah dilakukan, dan juga untuk menciptakan prestasi olahraga yang terbaik berbasis pendekatan kepelatihan olahraga yang bernuansa teknologi digital. Perkembangan lahirnya bermacam-macam produk teknologi digital dalam bidang keolahragaan apalagi terkait dengan kepelatihan olahraga juga sangat cepat, pertanyaan yang muncul adalah apakah sudah siap sumber daya manusia (Pelatih Olahraga) yang ada pada saat ini untuk mampu memanfaatkan teknologi digital yang dan mampu untuk menggunakan teknologi tersebut atau lebih ekstrim lagi mampu menciptakan teknologi untuk peningkatan prestasi olahraga saat ini dan masa mendatang.

### **C. Peluang Keolahragaan di Era Digital**

Banyak sekali berbagai macam aplikasi di internet yang merupakan hasil dari teknologi digital yang berkembang pada saat ini, maka bagaimana memanfaatkan berbagai macam teknologi yang ada untuk kemajuan dunia olahraga termasuk di dalamnya untuk masyarakat olahraga lebih khusus lagi untuk peningkatan prestasi olahraga. Sebagai contoh adanya aplikasi *Coach's Eye*, aplikasi lain yang membantu analisis

performa atlet seperti *Kinovea*, *Dartfish* (Mutohir, Subagio, Muhyi, Sucipto, Arif dkk, 2019), untuk dapat mengoreksi teknik gerak melalui rekaman video yang kemudian dapat mengoreksi teknik gerak sehingga dapat memperbaiki teknik gerak yang dimiliki oleh seorang yang berlatih olahraga. Dengan menggunakan aplikasi ini tentu sangat membantu untuk meningkatkan performa, inilah peluang yang dapat digunakan oleh siapa saja khususnya pelatih dalam memajukan dan meningkatkan prestasi olahraga berbasis era digital. Contoh lain seperti aplikasi *SworKit* yang merupakan aplikasi dalam latihan olahraga yang dilengkapi dengan adanya trainer sehingga memungkinkan seperti memiliki trainer, ada juga *JEFIT* yang berisi 1500 videos latihan yang dapat diikuti dan juga adanya training program di aplikasi tersebut.

Itulah berbagai macam peluang ke depan yang dapat digunakan dalam menggunakan berbagai macam hasil dari teknologi digital yang dapat memajukan dunia olahraga untuk kebugaran masyarakat secara umum dan khususnya untuk peningkatan prestasi olahraga. Dalam praktik untuk memajukan olahraga berbasis teknologi yang ada tetap harus bijak dalam memilih bagaimana dampak dari penggunaan alat tersebut terhadap performa (Philips Osamende Omoregie, 2016).

Mencari peluang dalam konteks pengembangan keolahragaan apalagi dalam konteks prestasi olahraga bukanlah pekerjaan mudah, harus bijak dalam melakukan suatu pengembangan karena setiap orang siapa saja termasuk para pelatih olahraga dan cabang olahraga apapun pasti akan berlomba untuk menggunakan setiap peluang dengan bantuan teknologi mutakhir yang ada untuk menjadi yang tercepat, terkuat sehingga pada akhirnya meraih prestasi tertinggi.

Berbagai macam cara dapat dilakukan dan ditempuh untuk mampu merebut peluang yang ada oleh siapapun, intinya adalah berupaya terus untuk menjadi yang terbaik dalam

meraih prestasi di olahraga, maka salah satu pintu yang dapat dijadikan jalan pembuka salah satunya adalah melalui peningkatan kompetensi yang dimiliki oleh siapa saja setiap orang yang bergelut dengan dunia olahraga termasuk dalam hal ini pelatih olahraga, dengan kompetensi pelatih olahraga yang berkualitas tinggi menjadi pintu awal untuk mampu merebut peluang pemanfaatan teknologi digital yang berkembang saat ini untuk kemajuan prestasi olahraga saat ini dan untuk masa depan.

#### **D. Rangkuman**

Era digital membawa banyak perubahan dalam aktivitas kehidupan masyarakat tidak terkecuali dalam aktivitas kehidupan berolahraga. Berbagai produk teknologi digital telah mewarnai penggunaannya untuk membantu mensukseskan pelaksanaan suatu kegiatan keolahragaan, untuk pengukuran dalam praktik hasil latihan dari fisik seperti kecepatan, kelentukan, koordinasi dan keseimbangan serta pengukurannya lainnya. Penggunaan aplikasi juga digunakan sebagai aplikasi untuk mengelola sebuah program latihan, atau menyelenggarakan even besar seperti pertandingan, atau statistik pertandingan dari salah satu cabang olahraga.

Berbagai macam produk teknologi digital di era digital yang terkait dengan olahraga dapat dimaksimalkan untuk mendukung pencapaian prestasi, peran pelatih untuk menggunakan teknologi mempunyai kegunaan yang sifatnya positif untuk kemajuan dunia olahraga, Pelatih bersama tim dapat mengupayakan secara terus menerus dan berkarya tiada henti untuk menghasilkan prestasi terbaik dalam olahraga sangatlah penting untuk dunia olahraga di masa yang akan datang.

**Keinginan untuk menang itu penting.  
Tapi, kemauan untuk mempersiapkan,  
sangat penting. - Joe Paterno**

Sumber: [www.bola.com](http://www.bola.com)





## **BAB II**

### **KOMPETENSI DAN ERA DIGITAL**

#### **A. Pentingnya Kompetensi**

**E**ra disrupsi, atau era digital yang telah dan sedang kita masuki saat ini, telah mengantar berbagai macam profesi pekerjaan yang menuntut kompetensi khusus, dalam hal ini terkait dengan kemampuan menguasai teknologi digital yang berbasis kompetensi pengetahuan dasar yang dimiliki.

Berbagai macam aplikasi digital sangat banyak digunakan di bidang keolahragaan, sehingga menuntut para praktisi atau ahli termasuk pelatih olahraga untuk setidaknya menguasai dan mampu memanfaatkan teknologi tersebut ke dalam pencapaian suatu tujuan bidang olahraga seperti prestasi olahraga, maupun kebugaran jasmani atau untuk keperluan lainnya, atas dasar itulah maka untuk melengkapi kompetensi yang dibutuhkan ke era digital menuntut penguasaan teknologi digital.

Berbagai profesi khususnya yang ada di bidang olahraga di tengah-tengah masyarakat pada saat ini mulai mengedepankan tentang kompetensi yang dibuktikan dengan suatu bentuk legal formal yang dikeluarkan oleh lembaga tertentu, melalui lembaga tersebut ada tanda bukti dimana orang akan percaya dengan kemampuan yang dimiliki dengan adanya contoh seperti sertifikat kompetensi. Dalam semua bidang sertifikat kompetensi mulai digalakkan, perlu dimiliki seseorang pada profesi tertentu termasuk dibidang keolahragaan. Pada saat ini sertifikat kompetensi di keluarkan oleh Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) melalui Lembaga Sertifikasi Profesi (LSP) atau lembaga lainnya.

Pada saat ini sudah menuntut secara otomatis kemampuan dibidang tertentu yang bersandingan dengan bidang teknologi yang sifatnya umum digunakan oleh masyarakat apalagi terkait pencapaian suatu hasil kerja atau prestasi, termasuk prestasi olahraga pada saat ini yang tidak lepas dari penggunaan teknologi mulai dari administrasi sampai pada analisis teknik gerak sampai analisis hasil prestasi yang dicapai.

Kemampuan di bidang teknologi informasi makin kuat dan menggeliat dalam kehidupan sehari-hari khususnya dalam bidang olahraga, ketika seseorang melakukan aktivitas dan telah mengantarkan cara berpikir dan cara bekerja dalam kehidupan dunia olahraga yang sangat berbeda dengan sebelumnya seperti penggunaan media teknologi informasi smartphone yang telah memberikan banyak aplikasi yang dapat digunakan dan tinggal dipilih sehingga dapat menentukan derajat kebugaran atau lainnya. Bahkan beberapa lembaga ternama dunia sudah mengutamakan pentingnya sertifikat kompetensi sehingga dalam rekrutmen staff tidak melihat latar belakang pendidikan namun mengutamakan sertifikat kompetensi yang dimilikinya, hal tersebut sudah makin mengarah pada latar belakang pendidikan yang dikuati dengan sertifikat kompetensi, misalkan lulusan sarjana olahraga yang dikuati dengan sertifikat kompetensi pelatih cabang olahraga tertentu.

Sering kita dengar secara lisan ada ungkapan dari seseorang yang mengatakan “ oh orang itu kompeten di bidangnya”, pada umumnya ungkapan tersebut didasarkan atas perilaku yang berulang-ulang terkait dengan pekerjaan atau keahlian, dimana perilaku yang ditunjukkan di tengah-tengah lingkungan kerjanya orang itu bekerja dengan didukung legalitas formal, seperti sertifikat yang menunjukkan kemampuan di bidangnya. Namun pada era digital ini melakukan yang lebih dan lebih dari biasanya, karena merupakan bagian yang tidak kalah penting dimana kita menunjukkan kompetensi yang sangat luar biasa seperti

yang diungkapkan oleh Larry Page pemilik Google yakni kompetensi dalam langkah nyata yakni melakukan hal-hal yang sangat luar biasa.

Sertifikat kompetensi dalam arti apakah seseorang yang bekerja memiliki kemampuan yang cukup memadai atau tidak, dalam istilah lain apakah orang itu kompeten atau orang itu tidak kompeten. Dengan adanya sertifikat yang dimiliki seseorang menunjukkan kemampuan atau kompetensinya dalam bidang yang digelutinya karena untuk mendapatkannya tidak mudah, sekaligus dibuktikan dengan keterampilan yang melekat pada kompetensi yang dimilikinya.

Sertifikat yang dimaksud tentu di dalamnya berisikan rangkaian pelatihan dimana salah satu poin adalah memasukkan penguasaan berbagai macam keahlian termasuk di dalamnya keterampilan penguasaan dalam hal teknologi informasi berupa berbagai aplikasi digital yang menyertai kompetensi, dalam rentang waktu tertentu yang pada umumnya berlaku selama tiga tahun, jika sudah habis masa berlakunya harus memperbaharunya.

Sudah mulai berkembang saat ini beberapa program sertifikasi yang ada dalam dunia olahraga baik di tingkat nasional maupun internasional, untuk mendukung kemampuan ke arah tersebut maka pengenalan tentang program yang mengarah pada sertifikasi akan banyak diminati atau dikejar dalam rangka untuk mendukung kompetensi atau menguatkan kompetensi, dan hal tersebut menjadi bagian dari penguatan kompetensi atau pemutakhiran pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh pemegang sertifikat kompetensi.

Sudah menjadi keharusan di era saat ini kompetensi yang di dukung dengan sertifikat kompetensi yang menunjukkan pengakuan dan pembuktian legal formal bahwa seseorang kompetensi, dan hal tersebut dibuktikan dengan keterampilan yang dimiliki, termasuk dalam bidang olahraga.

## B. Pengertian Kompetensi

Dalam berbagai tulisan atau diskusi atau kajian mempertanyakan apakah orang itu kompeten (*competent*)? Apakah orang itu memiliki kompetensi (*competence*) yang sesuai di bidangnya? Pertanyaan tersebut menjadi sebuah pembahasan mendasar di dalam buku ini yakni tentang pengertian atau definisi dari kompeten atau kompetensi.

Apa sebenarnya pengertian kompeten dan kompetensi. Dalam pengertian bahasa dapat diartikan “kompeten adalah berwenang, berkuasa dalam memutuskan atau menentukan sesuatu”. Sedangkan kompetensi dapat diartikan “mempunyai kemampuan dalam menguasai tata bahasa suatu bahasa secara abstrak atau batiniah” atau pengertian lain “kewenangan (kekuasaan) untuk menentukan (memutuskan sesuatu)” (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2010). Dari penjelasan tersebut dapat ditunjukkan bahwa kompeten dan kompetensi dua hal berbeda dalam penempatan maupun penggunaannya.

Beberapa ahli memberikan kajian bahwa kompetensi adalah berkaitan dengan perilaku yang orang tunjukkan di tempat dimana dia beraktivitas atau bekerja. Kompetensi adalah berkaitan erat dengan keterampilan, pengetahuan dan sikap yang ditunjukkan dalam kebiasaan sehari-hari di tempat dimana seseorang bekerja yang terus berulang dan dapat diukur sehingga pada akhirnya orang tersebut dikatakan kompeten.

Pengukuran dilakukan dengan instrumen tertentu termasuk versi digital sebagai contoh instrumen dengan menggunakan angket dalam pengambilan data, dimana pengambilannya dilakukan dengan menggunakan teknologi digital seperti *google form*. Pengukuran tentu didasarkan oleh instrumen yang valid dan andal yang dapat dibuktikan bahwa seseorang kompeten dan memiliki kompetensi yang memadai, sekaligus dibuktikan dengan keterampilan yang telah

dikuasainya dan dapat bekerja dengan profesional di bidang pekerjaan yangigeluti.

Dari uraian tentang definisi kompetensi secara umum, kalau ditarik ke bidang olahraga, maka fokus pada pembahasan pelatih dalam uraian buku ini adalah kompetensi pelatih. Kompetensi pelatih berarti seseorang yang mempunyai kemampuan dalam menguasai kepelatihan olahraga. Dengan demikian maka seseorang yang menguasai kepelatihan olahraga secara mendalam dibuktikan dengan sertifikat sebagai seorang pelatih pada cabang olahraga tertentu, misalkan sertifikat sebagai pelatih sepak takraw level S3, maka pelatih tersebut dianggap telah memiliki kompetensi yang memadai sebagai seorang pelatih sepak takraw. Beberapa ketentuan di dunia kepelatihan olahraga sertifikat pelatih sifatnya berjenjang ada level dasar, level menengah dan level tinggi, atau ada sertifikat yang menyatakan level nasional dan ada sertifikat level internasional.

Sertifikat kompetensi pelatih pada umumnya diikuti dengan tingkatan tertentu, misalkan sertifikat kompetensi di tingkat provinsi maka akan melatih dan membina atlet di tingkat provinsi dan membina atlet untuk ikut kejuaraan sampai di tingkat provinsi, atau perwakilan provinsi untuk ikut di ajang nasional. Tanpa sertifikat kompetensi tentu pelatih tidak boleh melatih atlet, karena tidak memiliki ilmu kepelatihan yang cukup kompleks di dalamnya.

Kompetensi pelatih sangat mempengaruhi perkembangan atlet dimasa depan, hal ini sesuai hasil penelitian Horn (2002) dalam Kavussanu (2008) bahwa pelatih berpengaruh dalam kehidupan atlet. Pelatih yang positif dapat mempengaruhi kinerja atlet, perilaku, keseimbangan emosional dan kejiwaan. Pelatih yang kompeten tentu melakukan berbagai macam pola pelatihan dan pembinaan yang profesional tidak akan asal-asalan, dimana pelatih dengan keilmuan yang dimilikinya bertanggung jawab terhadap kondisi atlet yakni memiliki performa yang tinggi, siap tanding, minim terjadinya

risiko cedera yang pada akhirnya mengantarkan atlet menjadi juara memiliki prestasi yang gemilang.

Di era sekarang yang sudah masuk dalam era digital maka kompetensi pelatih sudah barang tentu memasukkan unsur ilmu kepelatihan yang mengarah pada penerapan teknologi digital dalam pelatihan atau program tertentu yang dirancang oleh pelatih, sehingga kompetensi pelatih olahraga saat ini sudah barang tentu harus berupaya tidak hanya menguasai ilmu kepelatihan tetapi juga penguasaan teknologi digital yang dimasukkan dalam program latihan atau menjadi bagian dari program latihan itu sendiri, sehingga hasil yang diperoleh memiliki presisi yang tinggi atau tingkat akurasi yang lebih baik dari sebelumnya dalam menentukan capaian suatu prestasi.

### **C. Komponen Kompetensi**

Seseorang dikatakan kompeten berarti dimaknai seseorang yang memiliki kewenangan terkait dengan bidang kompetensi yang didalamnya yang kemudian dibuktikan dengan sertifikat, demikian juga pelatih olahraga yang kompeten berarti pelatih yang memiliki kewenangan terkait dengan bidang kepelatihan olahraga. Pelatih olahraga yang mampu melatih atletnya sehingga meraih prestasi yang diimpikan oleh tim dan klub.

Untuk memberikan penjelasan yang lebih mendalam tentang kompetensi maka dapat dijelaskan disini bahwa ada beberapa komponen penting yang ada di dalam kompetensi. Ada tiga komponen kompetensi yakni (1) komponen pengetahuan (*knowledge*), (2) komponen keterampilan (*skill*), (3) komponen perilaku (*attitude*) seperti terlihat pada gambar 4.

#### **1. Komponen Pengetahuan (*Knowledge*)**

Dalam dunia kepelatihan modern saat ini tentu perkembangan ilmu kepelatihan sudah berkembang sangat maju, berbagai pengetahuan terkait di bidangnya seperti (a). Manajemen kepelatihan, seorang pelatih memiliki

pengetahuan yang cukup baik dalam hal mengelola kepelatihan dengan baik, kapan latihan, berapa lama latihan, siapa yang mengikuti pelatihan, model program latihan seperti apa yang dikembangkan oleh pelatih, teknologi digital seperti apa yang mendukung dalam penerapan manajemen kepelatihan, tentu dimaksimalkan. (b). Psikologi olahraga, seorang pelatih memiliki wawasan yang cukup dan memadai serta penguasaan berbagai macam kondisi psikologis yang dialami atlet sebelum, selama dan sesudah di lapangan. Kondisi psikologis seorang atlet berada dalam tekanan yang cukup berat dalam pertandingan sehingga perlu mendapatkan masukan dari pelatih, dengan pelatih menguasai psikologi olahraga sangat memungkinkan untuk mendukung pemain dari sisi kesiapan mental, termasuk penggunaan teknologi digital yang mendukung ke arah tersebut. (c). Performa fisik, penguasaan kondisi fisik pemain dalam hal performa dan kinerja fisik yang berbasis kemampuan biomotorik sangat dibutuhkan oleh pemain yang dinilai dan dianalisis pelatih. Kesiapan pemain untuk tanding dalam suatu pertandingan sangat ditentukan oleh penguasaan konsep Pelatih, pada umumnya performa fisik banyak didukung penggunaan teknologi digital seperti mengukur kecepatan, keonicianan dan komponen lainnya. (d). Biomekanika, pelatih perlu menguasai kunci teknik dasar gerak yang benar, teknik gerak yang efektif sangat penting dikuasai oleh pemain agar menghasilkan kualitas yang baik. Saat ini ilmu Biomekanika berkembang cukup pesat dengan adanya berbagai aplikasi yang sudah mengarah pada analisis gerak seperti Kinovea atau jenis aplikasi lainnya yakni Dartfish. Penguasaan biomekanika sebenarnya sangat menarik dan sangat membantu untuk pelatih dalam mengembangkan kualitas teknik gerak yang dimainkan oleh pemain. (e). Fisiologi olahraga, seorang pelatih dapat memiliki pengetahuan yang cukup dalam hal fisiologi olahraga karena hal ini sangat membantu dalam rangka menerapkan jenis dan model pelatihan serta bentuk program latihan yang akan dilakukan oleh atlet. (f).



Kecabangan Olahraga. Pelatih memahami kepelatihan yang terkait dengan cabang olahraga yang dilatih, karena pada umumnya banyak dijumpai pelatih berangkat dari seorang pemain pada cabang olahraga tertentu kemudian setelah selesai menjadi pemain mengembangkan kariernya menjadi seorang pelatih. Pada umumnya banyak pelatih yang berangkat dari mantan pemain, ada pelatih yang berangkat dari seorang yang memang mendalami ilmu kepelatihan dari melatih klub yang kecil sampai ke klub yang ternama dengan manajemen klub yang sangat luar biasa.

Pengetahuan yang diuraikan sebelumnya tentu tidak cukup hanya bidang kepelatihan saja, namun tantangan pengetahuan saat ini adalah berbagai macam produk teknologi digital yang sudah terintegrasi dalam dunia olahraga atau dalam dunia kepelatihan olahraga, tentu hal tersebut menjadi bagian yang sangat penting di era saat ini, dimana pelatih saat ini tidak hanya mengetahui soal konsep atau pengetahuan dalam kepelatihan namun aplikasi teknologi digital dalam berbagai macam bentuk kepelatihan atau pelaksanaan pelatihan yang sangat dibutuhkan oleh atlet di lapangan untuk persiapan pertandingan atau perlombaan. Jadi dapat dimaknai bahwa pengetahuan kepelatihan saat ini harus disandingkan atau menjadi bagian dari berbagai macam teknologi digital, pengetahuan berbagai macam produk digital yang mendukung ke arah pencapaian prestasi olahraga sudah penting dilakukan oleh para pelaku atau kegiatan olahraga saat ini dan masa yang akan datang.

## **2. Komponen Keterampilan (*Skill*)**

Pada saat ini selain pengetahuan secara umum yang terkait dengan pengetahuan bidang kepelatihan namun tidak kalah penting adalah keterampilan (*skill*) yang dimiliki oleh seorang pelatih agar mampu melaksanakan cara-cara melatih yang baik, memberikan contoh latihan yang tepat, prosedur latihan-latihan fisik yang benar, cara melakukan

tes-tes terkait dengan peningkatan daya tahan atau kinerja seorang pemain atau atlet.



Gambar 4. Komponen Kompetensi

Sumber gambar : <https://telko.id/trend-technology/2515/>  
(diakses pada 22 Juni 2022).

Seperti uraian sebelumnya dijelaskan bahwa pelatih kebanyakan berasal dari mantan pemain sehingga kemampuan secara skill dalam berbagai hal terkait dengan teknik cabang olahraga tentu dapat menjadi sebuah nilai plus dalam mengembangkan berbagai keterampilan terkait dengan kecaboran. Dalam rangka untuk mampu mengembangkan keterampilan diri seorang pelatih perlu dan harus melengkapi dengan keterampilan yang lain yang dimilikinya yakni seorang pelatih dapat melatih sesuai prinsip-prinsip pelatihan dengan menggunakan berbagai macam perangkat teknologi digital untuk membantu atlet memiliki performa yang baik dengan dukungan data yang dapat dipertanggungjawabkan, atau dukungan data yang cepat di dapat dan akurat.

Dukungan keterampilan yang tidak kalah penting adalah kemampuan komunikasi yang baik antara pelatih dengan atlet, baik komunikasi secara langsung maupun komunikasi menggunakan berbagai platform seperti *google meet*, *zoom* atau menggunakan *handphone* baik dalam bentuk *chat* (teks) maupun dalam bentuk *video call*. Melalui keterampilan komunikasi dapat mengantarkan tim bisa terbawa dalam suasana pelatihan dan latihan yang nyaman menyenangkan dan menentramkan bahkan memberikan semangat yang luar biasa dari pelatih ke atlet atau tim. Kemampuan dalam rangka membimbing dan memimpin atlet dalam hal ini adalah kepemimpinan seorang pelatih (*leadership*) dengan cara membangun tim yang baik, kondisi demikian dilaksanakan di lapangan dengan sebaik-baiknya sehingga mampu memimpin tim dengan kualitas yang baik dalam rangka membawa tim mengikuti kejuaraan dan meraih kejuaraan.

Banyak teknologi atau aplikasi digital yang dapat digunakan, sebagai contoh *visual coaching* yang dapat digunakan oleh pelatih untuk mendesain program latihan, mengecek program latihan, memilih berbagai jenis latihan fisik, dan memonitor efek latihan dan kemajuan prestasi atlet yang sesuai dengan cabang olahraga. Kondisi ini keterampilan dalam penguasaan teknologi digital mewarnai keterampilan pelatih di era saat ini dan masih banyak jenis aplikasi lainnya, hal tersebut sekaligus menjadi tantangan tersendiri yang dihadapi oleh pelatih pada saat ini di era digital. Dukungan tim pelatih dalam menerapkan teknologi digital menjadi sebuah keniscayaan untuk mengantarkan tim menjadi juara yang terbaik di berbagai ajang yang diharapkan baik di tingkat regional, nasional dan internasional. Dukungan teknologi digital dapat membantu pelatih saat ini untuk memberikan informasi yang akurat dan konsisten dari hasil analisis yang dapat mendukung perencanaan, selama dan sesudah pelatihan yang pada akhirnya mencapai hasil yang maksimal yakni meraih juara.

### **3. Komponen Perilaku (*Attitude*)**

Pengetahuan yang memadai, keterampilan yang sangat bagus dari seorang pelatih tidaklah cukup, maka yang tidak kalah penting adalah perilaku seorang pelatih yang baik. Perilaku yang baik termasuk etika sopan dan santun sangat mendorong iklim pelaksanaan latihan yang baik dan menyenangkan. Sebagai contoh ketika Pelatih Sepak Bola nasional dari Korea Selatan Shine Tae Yong menjadi pembahasan publik di luar negeri ketika pemain tim nasional dari sepakbola setelah bertanding atau selama bertanding dipanggil ke luar lapangan dilanjutkan dengan cium tangan pelatih yang sangat jarang ditemui sebelumnya pemandangan tersebut.

Pengetahuan dan keterampilan yang baik harus dibalut dengan perilaku yang baik, tanpa itu akan memberikan dampak yang kurang baik dengan hubungan pelatih dan atlet, termasuk tim, di sinilah pentingnya perilaku yang baik tersebut dan pada akhirnya terjadi suasana pelatihan yang menarik dan menyenangkan. Selama latihan terjadi saling menghormati dan saling menghargai baik latihan di lapangan maupun di luar lapangan.

Seorang pelatih harus mampu menjadi role model yang baik dalam pelaksanaan pelatihan di lapangan, baik ditempat latihan maupun di luar latihan termasuk di dunia maya dengan melihat beragam macam tayangan yang mendukung kepelatihan dengan sebaik-baiknya. Hubungan yang baik antara pelatih dengan atlet, atlet dengan atlet, pelatih dengan orang tua atlet, pelatih dengan atlet dan masyarakat sangat penting dijaga tingkat kerhomonisannya salah satunya dengan perilaku yang baik.

Dalam konteks pelatihan, seorang pelatih memberikan contoh perilaku yang baik dan terus berupaya memberikan contoh perilaku yang terbaik dari waktu ke waktu akan menjadi motivasi tersendiri untuk para atletnya, karena bagaimanapun juga seorang pelatih memiliki peran strategis dan sentral terhadap perkembangan kemajuan atletnya

tahap demi tahap, sehingga contoh tersebut menjadi sumber inspirasi dan motivasi.

#### **D. Kompetensi Pelatih Olahraga**

Untuk memahami secara lebih mendalam kompetensi pelatih olahraga maka merujuk kepada beberapa pandangan ahli seperti Moen dan Fikse (2011). Menurut mereka kompetensi pelatih di dalamnya ada enam aspek penting dalam kompetensi yaitu: Komunikasi (*communication*), kepemimpinan (*leadership*), pendidikan (*paedagogy*), kekhususan olahraga (*sport specific*), membangun tim (*team building*), faktor X (*X-factor*). Faktor X ini menurut Moen, lebih banyak kepada kualitas pribadi pelatih, atau karakter misalnya: Jujur dan amanah dalam setiap kesempatan; selalu menjadi energi positif dalam tim, bertindak sebagai motivator, inspirator bagi atletnya.

Kajian terhadap aspek kompetensi Pelatih pertama adalah Komunikasi (*Communication*), Kompetensi pertama ini yakni komunikasi dalam konteks yang luas sangat dibutuhkan dalam kepelatihan baik komunikasi sebelum berlatih, selama berlatih dan sesudah berlatih, termasuk selama mengikuti pertandingan atau even dalam berbagai ajang kompetisi yang fokus pada instruksi strategi menyerang maupun bertahan dalam satu tim, dimana komunikasi akan sangat membantu suasana hati atau suasana psikologis setiap pemain yang berdampak pada tim, apalagi komunikasi berupa pesan yang sangat mengena ke hati sanubari setiap pemain. Sebagai contoh yang pernah saya alami. Saya sebagai penulis pernah menjadi pemain bolavoli dan mengikuti kejuaraan bolavoli antar perguruan tinggi se Indonesia pada 1995 di Makasar, saat itu saya terkesan sebagai pemain dengan ucapan pelatih “saya tidak butuh menang, yang saya butuhkan adalah permainan terbaik Anda, Tunjukkan itu”, pada even itu saya bersama-sama dengan tim meraih juara 1. Luar biasa efek dari sebuah komunikasi yang baik apalagi pesan yang disampaikan sangat luar biasa maknanya, mudah dicerna dan mudah dipahami dan jelas maksudnya. Crookes (1991) menyatakan bahwa

sebelum berkomunikasi dengan seorang atlet, pelatih harus mempertimbangkan: (1) Mengapa pelatih ingin berkomunikasi, (2) Dengan siapa pelatih ingin berkomunikasi, (3) Dimana dan kapan pesan yang terbaik dapat disampaikan, (4) Apakah atlet ingin berkomunikasi. Sedangkan komunikasi yang efektif berisi enam elemen yaitu (1) Jelas: pastikan bahwa informasi yang disajikan jelas. (2) Ringkas: Singkat, tidak kehilangan pesan dengan menjadi panjang lebar. (3) Benar: akurat, menghindari memberikan informasi yang menyesatkan. (4) Lengkap: memberikan semua informasi dan bukan hanya bagian saja. (5) Sopan: sopan dan tidak mengancam, menghindari konflik. (6) Konstruktif: bersikap positif, jauh dari sikap kritis dan negatif.

Komunikasi dalam bentuk pesan bahasa dalam konteks digital, seperti tulisan yang disampaikan oleh Pelatih di *Whats App, Twitter, Facebook* atau media sosial lainnya yang digunakan oleh Pelatih kepada atlet binaannya termasuk via telegram atau dalam bentuk video. Berbagai macam bentuk komunikasi visual di era digital saat ini begitu penting, pesan utama pelatih melalui komunikasi visual melalui video dapat ditayangkan berulang-ulang oleh atlet sehingga dapat memahami pesan dengan baik dan dapat ditindaklanjuti dalam bentuk kesungguhan dalam berlatih, ataupun pesan motivasi yang mendalam. Pelatih dapat memberikan komunikasi visual seperti melalui video bisa kapan saja dibuat, namun momen atau waktu yang tepat diberikan kepada atlet juga perlu diperhatikan sehingga makna dari komunikasi itu melekat dalam diri atlet. Selain itu merespon setiap pembicara via aplikasi di smartphone sangat penting, namun tidak dalam bahasan yang luas karena bisa menimbulkan makna setiap atlet, jadi singkat padat dan jelas apa yang dikehendaki dari pesan tersebut.

Kajian terhadap aspek kompetensi Pelatih kedua adalah kepemimpinan (*Leadership*). Pada kompetensi yang kedua pelatih dalam memimpin pemain dan timnya sebelum, selama, dan sesudah latihan maupun dalam pertandingan memiliki

peran yang sangat strategis. Kepemimpinan pelatih dalam menghadapi berbagai tantangan tim, menyelesaikan permasalahan tim, meraih juara tim dalam berbagai kejuaraan tidak lepas dari kepemimpinan seorang pelatih. Dalam kepemimpinan seorang pelatih pada tataran tertentu butuh ketegasan, kedisiplinan, tanggung jawab, komitmen dan konsisten serta pengorbanan waktu dan tenaga serta pemikiran yang tidaklah sedikit, bahkan seorang pelatih dalam kepemimpinannya totalitas untuk membawa tim menjadi yang terbaik, terhebat sehingga menjadi juara.

Prestasi yang diraih oleh atlet ketika mendapatkan medali emas, ataukah medali perak atau medali perunggu pada intinya bukan semata-mata medali yang diraih, namun di dalam medali tersebut berisikan aspek kepemimpinan pelatih dan atlet, seperti kedisiplin pelatih dan atlet, kesungguhan pelatih dan atlet, serta komitmen pelatih dan atlet berbaaur menjadi satu menghasilkan medali, itulah sejatinya isi dari medali. Kepemimpinan seorang pelatih memiliki peran strategis dalam mengantarkan atletnya meraih juara, maka kepemimpinan merupakan aspek yang tidak kalah penting dalam menguatkan kompetensi seorang pelatih olahraga.

Kepemimpinan seorang pelatih banyak macamnya tentu berdasarkan pengalaman dan kompetensi pelatih itu sendiri, atau orang melihat gaya kepemimpinan pelatih mulai dari melayani, membimbing, membina dan sebagainya.

Aspek kompetensi pelatih pada kepemimpinan di era digital saat ini dapat dikembangkan melalui teknologi digital, dengan memberikan pola pembinaan, pelatihan, strategi yang menggunakan teknologi digital, seperti pada saat latihan pelatih dapat memanfaatkan teknoologi dengan mendesain pola-pola penyerangan yang terukur. Kepemimpinan seorang pelatih akan terlihat tidak hanya melalui sikap dan perilakunya sehari-hari namun pesan-pesan secara umum via digital dapat disampaikan dalam bentuk video dan pesan yang bisa disampaikan oleh pelatih kepada para atletnya.

Kajian terhadap aspek kompetensi ketiga adalah pendidikan (*Paedagogy*). Aspek kompetensi ketiga tersebut sangatlah penting di saat ini, adanya pelatihan pelatih baik lisensi, sertifikasi maupun peningkatan pengetahuan, dan pendidikan formal akademik dapat diperoleh saat ini dengan dukungan teknologi digital dimana pendidikan dapat dijangkau melalui pembelajaran *online*, pelatihan *online* menggunakan salah satunya *Massive Open Online Course* (MOOC) yang dapat diakses dimana saja dan kapan saja.

Peningkatan dalam hal pendidikan formal S1, S2 dan S3 dapat saja dilakukan oleh pelatih dengan demikian dapat mendukung tingkat kemajuan pelatih disamping pendidikan dalam hal peningkatan kompetensi kepelatihan berupa lisensi pelatih atau bidang ilmu tertentu yang dapat mendukung pengetahuan keilmuan pelatih.

**BASIC KETTLEBELL  
INSTRUCTOR COURSE**

PELATIHAN INI DIRANCANG UNTUK PELATIH KEBUGARAN  
YANG INGIN MENDALAMI / MENJADI INSTRUKTUR KETTLEBELL

**NEW & UPDATED MATERIALS**  
Mempelajari berbagai gerakan menggunakan alat Kettlebell.  
Memahami gerakan yang aman dan teknik instruksi yang tepat.  
Mengetahui gerakan Classic Lift, Kettlebell Sport dan General Fitness.

**IMPROVED LEARNING EXPERIENCE**  
Kombinasi pelatihan secara langsung dan virtual untuk memastikan Anda benar-benar mampu melatih klien dengan menggunakan kettlebell!

**RUNDOWN:**  
- 2 sesi hybrid workshop (online & offline)  
- Submit video beberapa gerakan  
- Ujian 1-on-1 (online atau offline)

EDUKATOR:  
**COACH REDHO**  
KETTLEBELL ATHLETE  
& MASTER TRAINER

APKI

Gambar 5 Pelatihan Pelatih Secara *Hybrid*

Sumber gambar: <https://apki.or.id/product/basic-kettlebell-course/>



Dalam praktik saat ini peningkatan pendidikan bisa diakses dengan pendidikan jarak jauh (PJJ) dimana hal tersebut dibantu dengan adanya platform pembelajaran yang bisa digunakan pelatih untuk mengikuti berbagai pelatihan atau pun pendidikan yang memadai dengan bantuan teknologi digital seperti *zoom*. Latihan tetap jalan dengan maksimal dan pendidikan tetap dapat ditingkatkan di waktu yang bersamaan, bahkan memberikan efek saling menguntungkan dimana ilmu yang dipelajarinya langsung dapat diterapkan pada atlet yang dilatihnya. Kemauan dan kesungguhan serta niat yang tulus untuk peningkatan kompetensi pelatih pada aspek pendidikan juga tidak kalah penting, sehingga berangkat dari motivasi yang besar untuk hasil yang maksimal. Meningkatkan penguasaan ilmu pengetahuan adalah penting disesuaikan dengan kondisi saat ini sehingga pelatih dapat terus memutakhirkan pengetahuannya seperti pada gambar 5, pelatihan dapat diikuti terus oleh pelatih bisa secara offline dan bisa juga diikuti secara online artinya tidak ada kata berhenti untuk terus meningkatkan pengetahuan diri pelatih terkait ilmu kepelatihannya.

Kajian terhadap aspek kompetensi yang keempat adalah aspek cabang-olahraga (*sport specific*), seorang pelatih olahraga memiliki kemampuan yang memadai dan andal pada cabang olahraga yang dilatihnya misalkan cabang olahraga bolavoli, pelatih betul-betul menguasai dari cara melatih fisik terkait karakteristik cabang olahraga, penguasaan teknik, penguasaan keterampilan bermain, penguasaan strategi menyerang dan bertahan, Pelatih sangat detil memahami cabang olahraga yang dilatihnya. Hal tersebut berlaku untuk semua cabang olahraga apakah itu sepak bola, bola basket, renang atau jenis cabang olahraga lainnya mulai dari hal yang bersifat umum pada cabang tersebut maupun khusus, termasuk aturan baru yang berkembang saat ini, tidak ada celah yang tidak dikuasai atau belum diketahui oleh pelatih, bahkan perkembangan terakhir (*up dating*) terkait dengan cabang olahraga yang dilatihnya sangat terkini didapat informasinya.

Pada saat era digital berkembang seperti saat ini, informasi datang dengan cepat silih berganti tentu menjadi sebuah tantangan tersendiri dalam memutakhirkan informasi yang berkembang terkait dengan cabang olahraga yang dilatih. Atas dasar itulah maka pelatih dapat ikut pro aktif dalam berbagai forum group yang berbasis digital saat ini seperti *Whats App group*, *telegram group*, maupun dalam bentuk *instragram* dan *facebook* serta mencari berbagai informasi terkini dalam bentuk video serta buku dalam versi *e-book*, maupun jurnal hasil penelitian (*online journal*).

Informasi yang di dapat saat ini tidak hanya berbasis hasil observasi dari lapangan saat melatih, namun juga hasil observasi dari berbagai data digital dalam bentuk video permainan dari tim lawan dari berbagai daerah atau negara yang dapat di akses di *Youtube* tentu menjadi salah satu cara saat ini yang makin membuat pelatih harus kritis melihatnya.



Gambar 6 Pelatihan Pelatih Cabor Wushu

(Sumber gambar: <https://www.liputan6.com/bola/read/4305553/kemenpora-gelar-sertifikasi-pelatihan-airlangga-bekal-pelatih-tingkatkan-prestasi-atlet>)

Oleh karena itu tentu seorang pelatih cabor yang sama di daerah lain atau kota lain bahkan negara lain akan melakukan berbagai cara tidak hanya memanfaatkan pola yang ada bahkan sudah integrasi dengan teknologi digital yang berkembang saat ini. Upaya melakukan perubahan untuk perbaikan dan peningkatan kualitas dalam rangka untuk menghasilkan prestasi terbaik atlet yang dibina pada cabor tersebut harus terus dilakukan ke arah yang terbaik dan tekuni dengan didukung kemampuan pelatih itu sendiri seperti terlihat pada gambar 6, agar raihan prestasi atlet dapat dicapai sesuai harapan bersama, baik sebagai tim, pelatih, atlet, maupun official serta lembaga atau daerah pengirimnya.

Kajian terhadap aspek kompetensi yang kelima adalah membangun tim (*team building*). Seorang pelatih pada cabang olahraga yang dimainkan secara perorangan maupun cabang olahraga yang dimainkan secara tim membutuhkan sebuah tim yang solid dan kuat. Pelatih dan atlet adalah tim yang harus dijaga dengan baik sehingga terjadi jalinan kerjasama, koordinasi dan implementasi yang baik dalam berbagai program latihan maupun dalam kejuaraan. Walaupun ada seorang pelatih dan seorang atlet maka itu adalah tim yang harus dikelola dengan baik sehingga menghasilkan kerjasama tim yang luar biasa, hal tersebut terjadi pada cabang olahraga dengan karakteristik pemain perorangan (*single*).

Untuk cabang olahraga yang berkarakteristik tim atau kelompok merupakan olahraga yang dimainkan oleh beberapa pemain atau atlet kemudian dilatih oleh seorang pelatih dalam membangun sebuah tim membutuhkan kekompakan antar pemain dan kekompakan antara pemain dengan pelatih termasuk tim dengan pelatih.

Dalam membangun tim tidaklah mudah memerlukan banyak cara dan strategi yang harus dilakukan oleh pelatih. Melalui komunikasi yang baik, koordinasi yang tepat dan efektif serta pola latihan dengan tujuan yang jelas dapat mendukung terciptanya tim yang baik. Tim tidak mudah terbentuk dalam hitungan waktu yang singkat, namun bisa

terbentuk dalam proses rentang waktu yang relatif tidak sebentar apalagi pemain yang dimainkan dalam tim masih baru berkumpul pertama kali, berangkat dari berbagai pengalaman pemain di klub-klub yang berbeda sebelumnya.

Membangun tim dapat dilakukan dengan memberikan motivasi yang terus menerus dalam bentuk kata atau kalimat yang positif dan memberikan energi yang positif antara pemain dan tim sehingga memperoleh kesamaan dalam cara berpikir, kesamaan dalam bertindak untuk menuju visi tim yang diharapkan atau visi klub yang sudah ditentukan sebelumnya. Dalam praktiknya tidaklah mudah memerlukan banyak macam strategi yang berbasis pada karakteristik masing-masing anggota tim yang kemudian disatupadukan. Pengalaman seorang pelatih dan kecerdasan seorang pelatih ikut memberikan andil dalam membangun tim yang solid.

Tantangan yang muncul dalam membentuk tim adalah ketidaksamaan dalam pemahaman tentang visi ke depan dari tim, atau ada ketidakjelasan dalam penyampaian informasi yang diberikan sehingga terjadi perbedaan yang menyebabkan tim sulit untuk jadi kompak atau solid, kecermatan melihat setiap potensi untuk bisa meminimalkan perbedaan tersebut menjadi sebuah solusi awal kemudian meningkat pada tahap selanjutnya adalah adanya pemahaman setiap anggota tim.

Kajian terhadap aspek kompetensi yang keenam adalah faktor X (*X-factor*), penjelasan dari ahli Moen dan Fikse (2011) faktor X yang dimaksud adalah mengarah pada personal seorang pelatih atau lebih tepatnya pada kualitas pribadi pelatih, atau karakter pelatih. Seorang pelatih dengan kepribadian yang kuat, kokoh dan memiliki kharisma yang didalamnya berisikan sosok atau figur yang mudah diterima, mudah dipahami dan disukai serta pribadi yang menyenangkan menjadi bagian dari faktor khusus atau X yang tidak dimiliki oleh orang lain. Figur pelatih demikian tentu memberikan dampak yang positif dalam tim yang membuat para atlet atau pemain merasa klub adalah rumah kedua

dalam berlatih untuk meraih prestasi olahraga yang tertinggi dalam skala nasional maupun internasional.

Seseorang yang memiliki kepribadian tersebut pada umumnya memiliki pengalaman yang sangat luar biasa, memiliki catatan prestasi tim yang membanggakan sehingga tercermin dalam perilaku sehari-hari yang dibuktikan dengan hasilnya membanggakan. Sebagai contoh dalam kehidupan sehari-hari dalam tim seorang pelatih dengan kepribadian khusus tentu memiliki nilai karakter yang baik seperti jujur, amanah, penuh tanggung jawab, menjadi sumber inspirasi bagi para pemain dalam timnya, dan lebih banyak hadir di tengah-tengah tim sebagai pemecah masalah (*problem solver*).

### **E. Rangkuman**

Dari hasil kajian dan paparan pada bab 2 dapat diambil suatu ringkasan bahwa kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang pelatih olahraga bukanlah pekerjaan yang memerlukan banyak aspek penting yang harus dimiliki di dalamnya. Aspek penting tidak dapat melalui proses yang instant, namun harus mengikuti berbagai macam program atau pelatihan seperti sertifikat lisensi pelatih pada cabang olahraga tertentu, selain itu memiliki pengetahuan yang memadai termasuk pendidikan yang memadai. Undang-Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional (2005) yang sudah diubah menjadi Undang-Undang tentang Keolahragaan (2022) membuat batasan Kompetensi adalah kemampuan minimal yang dimiliki tenaga keolahragaan yang meliputi: Sikap, pengetahuan, dan keterampilan dalam bidang keolahragaan.

Untuk memiliki kompetensi yang baik harus didukung dengan beberapa aspek penting dari kompetensi yang meliputi (1). Komunikasi, (2). Kepemimpinan, (3). Pendidikan, (4). Kecabaran, (5). Membangun tim, (6). Faktor khusus.

Kompetensi seorang pelatih dapat ditingkatkan melalui pengalaman melatih yang didukung dengan sertifikat kompetensi pelatih yang sesuai dengan levelnya. Pelatih perlu didukung tidak hanya pengetahuan, keterampilan dan lisensi

saja, namun juga seorang pelatih harus di dukung dengan kepribadian yang baik sehingga menjadi sosok figur yang sangat penting di tim yang dilatihnya.



**Kegigihan Bisa Mengubah Kegagalan  
Menjadi Prestasi Luar Biasa  
(Matt Biondi)**

Sumber: [www.bola.com](http://www.bola.com)





## **BAB III**

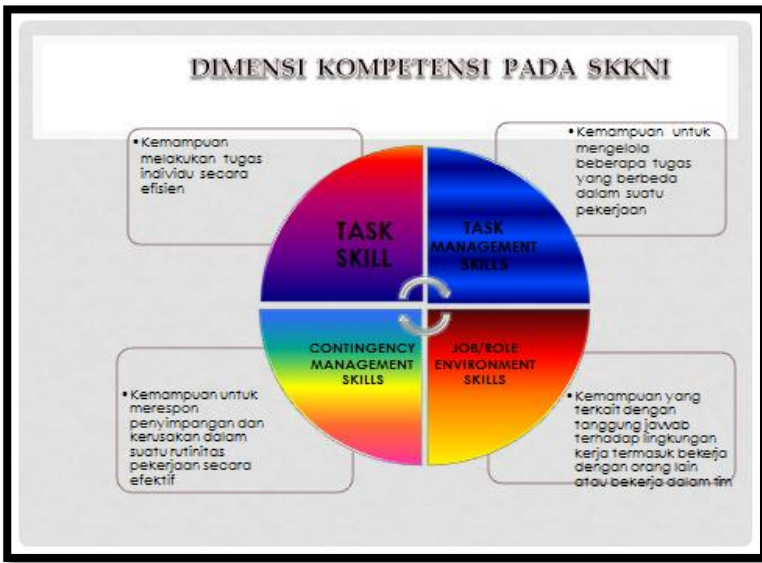
### **DIMENSI KOMPETENSI**

**P**ada bab sebelumnya telah dibahas apa itu kompetensi dan aspek yang terkait di dalamnya, pada bab berikut ini akan dibahas beberapa aspek dimensi kompetensi yang lebih banyak fokus pada keterampilan, dimensi kompetensi banyak menekankan pada keterampilan apa saja yang dimiliki oleh pelatih yang berkompeten.

#### **A. Dimensi Kompetensi pada SKKNI**

Dalam beberapa penjelasan tentang kompetensi maka dapat dijabarkan dimensi kompetensi berdasarkan Standar Kerangka Kerja Nasional Indonesia (SKKNI) yakni adalah empat dimensi kompetensi yang meliputi (1). Kemampuan melakukan tugas individu secara efisien (*Task Skill*), (2). Kemampuan untuk mengelola beberapa tugas yang berbeda dalam satu pekerjaan (*Task Management Skills*), (3). Kemampuan yang terkait dengan tanggung jawab terhadap lingkungan kerja termasuk berkerja dengan orang lain atau bekerja dalam tim (*Job/Role Environment Skills*), (4). Kemampuan untuk merespon penyimpangan dan kerusakan dalam suatu rutinitas pekerjaan secara efektif (*Contingency*

*Management Skills*). Untuk memahami dimensi kompetensi dapat dilihat pada gambar 7.



Gambar 7

### Dimensi Kompetensi

Berdasarkan pada gambar 7 yang merupakan dimensi kompetensi pada SKKNI dimana ada empat aspek dimensi kompetensi. Dalam konteks keolahragaan tentu dimensi kompetensi ini penting dikaji dan diarahkan dalam pelaksanaan kepelatihan olahraga yang dipraktikkan oleh Pelatih olahraga. Atas dasar empat dimensi kompetensi pelatih maka dapat dimaknai begitu penting kompetensi seorang pelatih. Dijelaskan bahwa kompetensi pelatih merupakan sumber keunggulan kompetitif dalam mengembangkan atlet dan sumber utama tersebut berada pada, sehingga posisi pelatih sangat menentukan keberhasilan dari tim cabang olahraga. Pelatih olahraga yang kompeten pada dasarnya menjalankan sebuah tugas kompleks yang membutuhkan strategi khusus dan perilaku tertentu untuk memenuhi harapan yang diinginkan oleh tim melalui

intervensi pelatih. Hal tersebut sangat masuk akal karena dikatakan bahwa faktor utama suksesnya tim olahraga terletak pada peran pelatih (Shafiei M., Goodarzi, M., 2009). Pemahaman dan penerapan dalam kepelatihan olahraga berawal dari peran utama pelatih, tentu dalam hal ini adalah pelatih yang memiliki kompetensi yang memadai dan sangat baik. Untuk menjadi seorang pelatih yang sukses dan berhasil tentu tidak mudah.

Dalam memberikan pemahaman yang memadai dan terarah dalam rangka menguatkan kompetensi pelatih maka penulis mengarahkan pada lima karakteristik dimensi kompetensi pelatih. Spencer and Spencer (1993) membagi lima karakteristik dimensi kompetensi yang sangat mendasar dan penting dalam kepelatihan olahraga khususnya terkait dengan seorang pelatih. Atas dasar itulah maka dapat diuraikan sebagai berikut. (1). Motif (*Motives*), Hal yang secara konsisten dipikirkan atau diinginkan seseorang yang menyebabkan tindakan. Motif “menggerakkan, mengarahkan, dan memilih” perilaku menuju tindakan atau tujuan tertentu dan menjauh dari yang lain, (2). Sifat/Perlakuan (*Traits*), Karakteristik fisik dan tanggapan yang konsisten terhadap situasi informasi, (3). Konsep diri (*Self-concept*), Sikap, nilai, atau citra diri seseorang, (4). Pengetahuan (*Knowledge*), Informasi yang dimiliki seseorang di area konten tertentu (5). Keterampilan (*Skill*). Kemampuan untuk melakukan tugas yang mengandung fisik atau mental. Dalam memahami tentang dimensi kompetensi dalam kajian lebih banyak menjelaskan dimensi kompetensi yang mengarah pada SKKNI yang memberikan ciri khas standar nasional yang ada di Indonesia, secara lebih detil dapat diuraikan sebagai berikut.

## **B. Kemampuan melakukan tugas individu secara efisien (*Task Skill*)**

Seorang Pelatih olahraga yang kompetensi, dinilai memiliki kompetensi yang memadai tidak lepas dari dimensi kompetensi yakni kemampuan melakukan tugasnya sebagai seorang pelatih yang berkaitan langsung dengan kepelatihan

itu sendiri, seperti merancang program latihan yang tepat dengan tujuan yang jelas untuk peningkatan kapasitas fisik pemain yang dilatihnya, selain fisik dukungan mental yang tangguh dari setiap pemain juga dirancang oleh pelatih yang didukung dengan kesehatan masing-masing pemain, serta tidak lepas dari pantauan pelatih adalah tingkat gizi para atlet. Desain program latihan yang baik dan tepat adalah pekerjaan penting yang dilakukan oleh pelatih sendiri, apa yang telah dirancang dapat dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditentukan, dukungan sarana yang memadai sehingga dalam praktik tidak ada kendala dan berhasil sesuai harapan pelatih yakni prestasi atlet dengan hasil terbaik.

Rancangan program latihan selama ini banyak dilakukan secara manual, dalam mendesain ke depan seorang pelatih sudah dapat menggunakan beragam aplikasi yang didukung dengan teknologi digital yang membuat pelatih mampu menghasilkan program latihan yang akurat. Seorang pelatih dapat memanfaatkan berbagai macam teknologi digital dalam praktik latihan fisik sehingga mendapatkan dukungan data yang sangat cepat dan akurat, tentu hal tersebut menjadi tugas penting pelatih dimana tidak hanya sebatas merancang suatu program latihan namun juga sekaligus memikirkan jenis alat latihan yang digunakan tentu dengan peralatan yang mutakhir karena pasti pelatih lain di kota lain atau negara lain menggunakan teknologi yang terkini demi memenangkan suatu pertandingan, makna dari penjelasan ini adalah wawasan atau pengetahuan yang dimiliki oleh seorang pelatih haruslah memadai sehingga mampu memberikan program latihan terkini dan alat terkini yang mendukung prestasi tercapai maksimal.

Tidak dapat dipungkiri masih ada juga ditemui keengganan pelatih dengan teknologi terbaru untuk digunakan dalam programnya, bisa saja karena faktor biaya pembelian alat yang mahal, atau bisa karena keterbatasan pengetahuan dan keterampilan pelatih dengan teknologi digital terkini, disinilah peran pelatih untuk memutakhirkan diri, melalui

pemutakhiran diri inilah beragam pengetahuan dan keterampilan terbaru diperoleh sehingga dapat menyelesaikan semua tugas melekat pada dirinya sebagai pelatih dengan tangan sendiri. Pelatih harus tangguh dan kuat baik fisik maupun mental dengan demikian dalam melaksanakan tugas secara mandiri

### **C. Kemampuan untuk mengelola beberapa tugas yang berbeda dalam satu pekerjaan (*Task Management Skills*)**

Menjadi seorang pelatih dalam praktik di lapangan tentu tidak hanya sebatas mampu mendesain suatu program latihan, melaksanakan program latihan, namun lebih teknis lagi banyak hal yang dilakukan oleh Pelatih. Sebagai contoh pelatih pada peran dan tugasnya bisa jadi seorang pelatih, namun bisa jadi orang tua, selain itu dapat menjadi seorang sahabat, kadangkala menjadi seorang kakak, dan pada tataran tertentu menjadi manajer sehingga beragam posisi tersebut menuntut beragam pekerjaan harus dilakukan oleh seorang pelatih. Ketika pelatih sedang melatih pada kondisi tertentu dihadapkan atlet yang tidak semangat berlatih, sehingga disaat yang bersamaan dimana pelatih menjadi sosok pelatih namun juga menjadi sahabat yang berusaha untuk mendorong atletnya agar bisa bersemangat untuk berlatih.

Pada saat bertanding ada pelatih yang memberikan dorongan motivasi yang luar biasa atletnya agar terus bertanding pantang menyerah disaat itulah pelatih ya menjadi pelatih sekaligus motivator untuk atlet, kondisi yang menegangkan menjadi bagian yang terpisahkan dalam situasi seperti itu, dan ketika kemenangan diraih bahkan bisa meneteskan air mata atas keberhasilan yang telah diraih, apalagi sampai menaikkan bendera merah putih di ajang internasional.

Pelatih pada kondisi tertentu harus bergerak cepat dimana ketika latihan atau bertanding dihadapkan pada kondisi atlet yang cedera atau mengalami kecelakaan ketika bertanding

sehingga membutuhkan perawatan dan penanganan khusus, pada situasi seperti ini pelatih mengambil tindakan cepat untuk penanganan awal mulai dari kontak tim medis dan sampai akhir ditangani oleh tim ahli kesehatan. Beragam situasi yang berbeda dan kondisi yang beragam menuntut seorang pelatih tidak hanya memosisikan diri sebagai seorang pelatih namun lebih dari itu sehingga beragam persoalan di level pengambilan keputusan yang diikuti aksi nyata harus terselesaikan dengan cepat dan tepat.

Mengelola waktu dan mengelola beragam keterampilan khusus yang terkait dengan kepelatihan olahraga dengan sebaik-baiknya bukanlah pekerjaan mudah, kadangkala dijumpai seorang pelatih harus memutuskan sendiri dalam menentukan suatu keputusan yang pelik ketika berada di lapangan yang tidak diduga kejadiannya seperti pertandingan yang tertunda karena suatu hal yang menuntut tinggal lebih lama di tempat atau daerah dimana pertandingan dilaksanakan, konsekuensi logis adalah anggaran yang dikeluarkan lebih banyak baik dari sisi logistik maupun izin tinggal. Salah dalam ambil keputusan dan pengelolaan tentu akan berdampak pada psikologi para pemain yang notabene bisa berdampak pada performa setiap atlet. Kecerdasan dalam mengelola beragam persoalan teknis dan non teknis di lapangan maupun di luar lapangan adalah pekerjaan yang multitasking dari seorang pelatih, dan hal tersebut harus diputuskan dan dilaksanakan, bahkan dapat juga diantisipasi sebelumnya dalam perencanaan sebelum keberangkatan tim atlet. Dukungan teknologi digital dapat menjadi salah satu solusi dengan beragam aplikasi pengelolaan/manajemen di lapangan dapat mendorong pelatih mengambil keputusan yang tepat dan cepat karena didukung data yang berbasis digital dapat dikoneksikan saat itu juga, inilah kelebihan di era digital dapat menyampaikan informasi dan memproleh informasi dengan cepat untuk mendukung suatu pengelolaan atau pengambilan keputusan.

Para ahli dalam bidang kepelatihan olahraga sudah mengungkapkan bahwa (Cote, 2006) pelatih dituntut memenuhi banyak peran yang berbeda termasuk sebagai pemimpin, psikolog, teman, guru, manajer personalia, administrator, pengumpulan dana dan panutan, Ahli dalam bidang kepelatihan olahraga menyatakan bahwa (Stavropoulos, 2012) pelatih yang sukses harus memiliki kompetensi utama seperti manajemen lapangan, ilmu olahraga, biologi, pencegahan cedera/ manajemen risiko dan bidang pelatihan, tiga hal lainnya untuk sukses pelatih adalah pengetahuan tentang olahraga, motivasi sukses, dan empati (Martens, 2021). Dari dukungan para ahli memberikan suatu gambaran yang makin jelas bahwa pelatih harus memiliki banyak kemampuan (cerdas komprehensif) dalam menangani berbagai tantangan yang dihadapi di lapangan, apalagi sering ditemui pelatih merangkap juga sebagai pengumpul dana ketika biaya yang diharapkan diperoleh tidak sesuai dengan rencana anggaran dari pelatih dan tim.

Di era digital seperti saat ini peran media dapat digunakan sebagai sarana promosi, sarana menggagalkan sponsor dan sarana membangun networking yang baik, melalui channel youtube cabor yang dimiliki pelatih dapat menjadi ajang dalam memperoleh dana pendukung, demikian juga melalui jaringan networking dapat dukungan untuk memperoleh bantuan dana, sehingga pemanfaat teknologi berperan disini. Instagram dapat menjadi bagian penting untuk membantu seorang pelatih merangkap sebagai manajer dimana informasi dapat dikirim dan diperoleh kembali dengan sentuhan jari pelatih.

#### **D. Kemampuan yang terkait dengan tanggung jawab terhadap lingkungan kerja termasuk bekerja dengan orang lain atau bekerja dalam tim (*Job/Role Enviroment Skills*)**

Pelatih dalam menunaikan tugasnya di lapangan dan diluar lapangan tidaklah bekerja sendirian, agar mampu mengawal atletnya memperoleh prestais maksimal perlu banyak orang



yang terlibat baik pihak ahli maupun pihak yang lain yang mendukung ketercapaian prestasi yang diharapkan oleh pelatih, tim dan atlet. Sebagai contoh seorang pelatih yang ingin mengetahui bagaimana penguasaan teknik gerak yang dipraktikkan oleh atletnya berada pada teknik yang sudah tepat dan efektif serta efisien. Agar pelatih mampu mendapatkan jawaban terhadap persoalan teknik gerak maka pelatih dapat bekerjasama dengan pihak ahli dari perguruan tinggi atau tim sports sciences yang ada di lembaga yang menaungi seperti KONI atau Pengprov cabor, dimana penggunaan teknologi digital yang berbasis inovasi bidang keilmuan seperti aplikasi kinovea yang merupakan hasil dari pengembangan ilmu biomekanika dapat membantu pelatih dan bekerjasama dengan ahli untuk mendapatkan rekomendasi teknik gerak para atletnya setelah dilakukan pengambilan gambar dan setelah dianalisis. Membangun jejaring yang baik, memelihara networking yang baik merupakan bagian penting dari seorang pelatih karena tidak mungkin mengantarkan atlet sukses oleh tangan sendiri.

Pelatih dalam meningkatkan kapasitas fisik pemain dimana pelatih memiliki kemampuan melatih fisik atlet, namun belum memiliki pengetahuan yang memadai soal gizi atlet, metabolisme dan sistem energi dalam tubuh atlet, maka kerjasama dengan para ahli gizi olahraga dapat mendukung jenis latihan dan menu makan yang harus dikonsumsi dan pola makan atau pengaturan makanan yang harus dikonsumsi pemain, jika pertandingan masih kurang 6 bulan lagi, jika pertandingan kurang 1 minggu lagi, bahkan ketika sedang bertanding menyebabkan pola dan konsumsi makanan untuk gizi atlet, tanpa kerjasama dan membangun hubungan yang baik serta tanggung jawab sebagai pelatih tentu sangat mendasar dan penting.

Pada saat atlet mengalami cedera yang bersifat non operasi apa yang harus dilakukan pelatih, melakukan terapi sendiri kepada atlet atau bekerjasama dengan terapis (tim massage) dalam menyelesaikan persoalan cedera atlet, inilah tanggung

jawab pelatih menyelamatkan atlet yang cedera tapi disatu sisi jangan sampai kehilangan peluang meraih medali, sehingga kerjasama dengan tim penanganan cedera harus dilakukan dengan efektif dan tepat, jangan sampai cedera atlet justru terbalik menjadi makin parah. Pada kondisi atlet mengalami cedera yang bersifat operasi tentu tidak dapat dilakukan sendiri oleh pelatih kerjasama dengan dokter ahli untuk menyelamatkan masa depan atlet yang sangat potensial dimana waktu untuk penyembuhan dan pemulihan serta latihan pasca operasi sampai ke pertandingan yang akan dijalani di masa akan datang masih memenuhi maka disinilah kerjasama, membangun lingkungan sekitar dengan orang lain dapat bekerja baik akan memberikan sebuah dukungan yang saling menguntungkan untuk membawa medali emas ke tangan atlet, tim dan pelatih, dimana usaha yang maksimal akan memberikan hasil yang maksimal juga.

Pada saat atlet dihadapkan pada persoalan psikologis atau mental atlet yang diakibatkan oleh kurangnya dukungan keluarga atau ada masalah finansial tentu peran pelatih harus hadir yang dalam penyelesaian yang terkait mental bekerjasama dengan psikolog atau tim psikologi yang ada dalam tim.

Pelatih berupaya semaksimal mungkin untuk membawa kondisi mental atlet dalam keadaan baik sehingga siap untuk bertanding, ada strategi tertentu yang tidak cukup diselesaikan oleh seorang pelatih sehingga dukungan psikolog sangatlah dibutuhkan apalagi dalam situasi yang mendesak menjelang pertandingan karena emosi pemain yang labil dan hal tersebut bisa saja terjadi karena lawan yang sangat tangguh. Masih banyak persoalan lain yang dapat menjadi penyebab atlet menghadapi permasalahan, namun peran teknologi digital sangat membantu ketika atlet mendapatkan masalah psikologi, sering dijumpai atlet sebelum bertanding menonton video lucu dan menarik yang dapat menghibur atlet atau mengurangi jenuh atau stres atlet, peran teknologi disini seperti hal tersebut tentu sangat membantu atlet, tim dan

pelatih. Peran teknologi digital saat ini yang penting juga untuk mengurangi jenuh atlet dapat mendengarkan musik yang disukai dengan menggunakan channel youtube atau jenis lain seperti MP3 dan MP4 yang mendukung seorang pemain dalam kondisi yang lebih rileks dan siap berlaga meraih prestasi.

#### **E. Kemampuan untuk merespon penyimpangan dan kerusakan dalam suatu rutinitas pekerjaan secara efektif (*Contingency Management Skills*)**

Atlet dan Pelatih selama latihan atau pada saat pertandingan tidak selalu berjalan dengan lancar dan aman, dalam praktiknya dapat dihadapkan pada pada kondisi atau kendala yang tidak terduga, sehingga antisipasi seperti dalam hal ini manajemen risiko harus dimiliki oleh seorang pelatih.

Ketika latihan dilaksanakan ada alat yang rusak tiba-tiba karena digunakan latihan oleh atlet yang kurang pas atau karena faktor usia dari alat tersebut, kerusakan alat yang diakibatkan oleh atlet karena frekuensi latihan yang tinggi maka pelatih harus segera melakukan tindakan untuk ambil solusi agar atlet tetap bisa fokus latihan, tidak dapat menggunakan alat yang sudah rusak karena hal tersebut dapat membahayakan atlet. Pelatih bisa segera memesan alat terbaru yang bisa membantu atlet semangat dalam berlatih.

Kondisi atlet yang pernah cedera kemudian kembali pulih dan latihan lagi namun selama latihan mengalami cedera lagi, namun kadangkala atlet tidak ingin memberitahu pelatih atau ditahan saja rasa sakit selama pelatih tidak tahu, oleh karena permasalahan cedera merupakan permasalahan yang serius, maka pelatih melihat perbedaan dalam berlatih segera merespon agar atlet tidak berlarut-larut dalam cedera, karena jika terlambat dalam penanganan bisa memberikan dampak risiko cedera yang lebih parah. Makin cepat terdeteksi penyimpangan pada cara gerak atlet akibat dari cedera maka akan makin baik untuk teratasi sehingga pemulihannya makin cepat, dan segera bisa latihan kembali dengan tim untuk

meraih prestasi yang ditargetkan dari kompetisi yang diikutinya, kepekaan pelatih melihat itu semua sangatlah penting dan pengalaman pelatih sangat mendukung dan membantu untuk mampu melihat hal tersebut. Menurut Ahli dijelaskan bahwa (Martens, 2012) Faktor sukses Pelatih adalah meningkatkan kemampuan atlet, dan penguasaan keterampilan dasar atlet, dan lebih khusus lagi fisik, teknik, taktik, dan psikologis untuk mempersiapkan atlet profesional. Saat ini banyak produk teknologi yang dapat digunakan dalam rangka membantu mengurangi beban cedera atlet seperti digital therapy machine for muscle, atau alat lainnya yang bisa mengurangi risiko cedera.

Penyimpangan dalam dunia kepelatihan olahraga dalam hal ini memang banyak difokuskan pada atlet dan pelatih serta sarana pendukungnya, namun disisi lain tentu ada saja penyimpangan yang terkait dengan anggaran atau dana untuk tim atau untuk atlet, ketika terjadi penyimpangan tersebut maka pelatih dapat mengambil sikap tegas bahwa penyimpangan tidak boleh terjadi, pelatih meluruskan dan menyampaikan secara tegas agar tidak mendorong para atlet malas berlatih sebagai akibat dari adanya penyimpangan tersebut, apalagi dalam jumlah yang tidak sedikit, apalagi berhubungan dengan dana pembinaan atlet dimana dana itu menjadi sarana pendukung untuk mewujudkan prestasi atlet. Perlu ditekankan ditulisan ini bahwa sejatinya Tugas pelatih bukan hanya membantu atlet untuk meraih prestasi dalam konteks keolahragaan saja, akan tetapi yang tidak kalah penting dari prestasi adalah seorang pelatih harus menanamkan nilai-nilai luhur dari olahraga, maknanya atlet tidak hanya harus juara, tapi memiliki perilaku yang baik.

## **F. Rangkuman**

Dimensi kepelatihan sangat mendasar dan penting untuk dipahami dan dikuasai yang dikait dengan kondisi era digital saat ini. Pelatih memiliki andil besar untuk terus melakukan pembaruan dalam berbagai macam konsep mulai dari manajemen diri sampai pada manajemen atlet, serta

manajemen team. Perubahan-perubahan yang sangat cepat harus diantisipasi dengan kemampuan pelatih untuk mau berubah, dengan perubahan tersebut pelatih memiliki bekal cukup memadai dalam melakukan pengelolaan (manajemen) yang terkait dengan program latihan, penggunaan alat-alat terkini, penanggungan stress pemain, dan beragam macam strategi pelatihan modern yang sudah memanfaatkan teknologi. Selain itu kepekaan pelatih melihat setiap perubahan yang menyebabkan atlet akan sulit menyaingi lawan yang berarti prestasi olahraga dapat direbut lawan harus dikejar dengan beragam banyak kelihaian pelatih dalam melihat perubahan disekelilingnya.

Siapapun yang menjadi pelatih pasti menginginkan hasil terbaik, dan hal itu dapat dicapai melalui kegigihan, kerja keras dan kerjasama dengan siapa saja yang terlibat dalam mendukung peningkatan prestasi atlet, dan pada saat ini penggunaan teknologi digital termasuk membangun jejaring dalam dan luar negeri menjadi trend yang dapat mendukung pelatih bisa meningkatkan pengetahuan, pengalaman, serta pada akhirnya dapat disampaikan pada atlet untuk bisa meningkatkan prestasinya.

**Jangan Biarkan Kepalamu Tertunduk,  
Jangan Pernah Menyerah, Duduk, dan  
Bersedih Hati, Temukan Cara Lain  
(Satchel Paige)**

Sumber: [www.bola.com](http://www.bola.com)



## **BAB IV**

### **STANDAR KOMPETENSI PELATIH**

Pada bab IV menjelaskan tentang standar kompetensi pelatih, sebelum masuk ke penjelasan lebih mendalam, Ahli menjelaskan (Jefrey L. Frost, 2009) bahwa ada lima karakteristik pelatih yang sukses yaitu: (a) Kualitas praktik (*the quality of practices*), (b) Berkomunikasi dengan atlet (*communicating with athletes*), (c) Memotivasi atlet (*motivating athletes*), (d) Mengembangkan keterampilan olahraga atlet (*developing athletes' sports skills*), (e) Memiliki pengetahuan olahraga yang luas (*possessing strong knowledge of the sport*). Dari beberapa karakteristik tersebut maka dalam hal praktik, komunikasi, motivasi dan pengembangan keterampilan serta pengetahuan olahraga penting untuk dipahami, dengan demikian pelatih dapat memiliki nilai tambah atau nilai keunggulan diri yang tidak dimiliki oleh pelatih lain, keunggulan tersebut harus terus dicari sampai mampu mengantarkan banyak atlet meraih prestasi tertinggi, dan itulah sejatinya pelatih yang sukses. Ada banyak macam cara untuk menjadi sukses namun ada standar umum yang harus dimiliki oleh seorang pelatih agar dapat mengukur diri sendiri sudahkah berada di start awal yang sama dengan pelatih lain, sedangkan keunggulan dapat diteruskan ketika sudah dalam proses melatih berjalan. Berikutnya diuraikan apa saja standar kompetensi pelatih secara umum yang dimiliki oleh seorang pelatih.

#### **A. Standar Kompetensi**

Terkait kompetensi pelatih olahraga, Persatuan Pendidikan Jasmani dan olahraga Nasional Amerika NASPE (*Nasional Association for Sport and Physical Education*) telah



membuat 8 domain standar kompetensi pelatih. Delapan domain standar kompetensi pelatih tersebut meliputi:

1. Falsafah dan etika (*Philosophy and Ethics*).
2. Pencegahan cedera dan keselamatan (*Safety and Injury*).
3. Kondisi fisik (*Prevention Physical Conditioning*).
4. Pertumbuhan dan perkembangan anak (*Growth and Development*).
5. Pengajaran dan komunikasi (*Teaching and Communication*).
6. Keterampilan dan teknik olahraga (*Sport Skills and Tactics*).
7. Administrasi dan Organisasi (*Organization and Administration*)
8. Evaluasi (*Evaluation*) (NASPE, 2005)

Delapan domain standar kompetensi pelatih yang disusun NASPE tersebut dijabarkan menjadi 40 standar kompetensi, seperti paparkan dalam tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 1 Falsafah dan Etika

Domain 1 Falsafah dan Etika	
Standar 1	Mengembangkan dan menerapkan falsafah kepelatihan yang berpusat pada atlet.
Standar 2	Mengidentifikasi model, dan mengajarkan nilai-nilai positif melalui partisipasi olahraga.
Standar 3	Mengajarkan dan memperkuat perilaku personal, sosial, etika, dan tanggung jawab pada semua orang yang terlibat dalam program olahraga

Domain 1 Falsafah dan Etika	
Standar 4	Menunjukkan perilaku etis dalam semua aspek kegiatan olahraga

Pada domain 1 yang di dalamnya berisikan 4 standar menunjukkan bahwa seorang pelatih memiliki suatu standar dasar dalam membina atlet tidak hanya membina fisik saja untuk meraih prestasi namun di standar pertama adalah meningkatkan sikap dan perilaku yang baik kepada para atlet binaannya. Atlet yang berprestasi namun memiliki perilaku yang jelek, misalkan menyakiti atlet lain dengan sengaja karena kebiasaannya dapat mengantarkan seorang atlet tidak bisa diikuti dalam berbagai kejuaraan. Banyak contoh yang telah mengantarkan seorang atlet yang diduga menunjukkan sikap yang melanggar etika atau perilaku yang baik dapat diberi sanksi yang tentu akan merugikan atlet dan klub itu sendiri. Sportivitas menjadi bagian penting dalam olahraga, sehingga jangan sampai mencederai sportivitas dengan membahayakan atlet lain, pasti akan menerima sanksi yang serius. Namun sebaliknya banyak pemain yang memiliki dan menjunjung sikap sportif seperti pada permainan sepak bola yang diambil dari ([www.bola.net](http://www.bola.net), diakses pada 27 Mei, 2022), dijelaskan Pemain sepak bola tim West Ham melawan Everton di Premier League, dimana Paolo Di Canio punya peluang memasukkan bola ke gawang dari tim Everton yakni Paul Gerrad penjaga gawang cedera, Di Canio justru menangkap bola dengan tangan sehingga skor 1-1, Di Canio mendapatkan penghargaan FIFA Fair Play Award. Contoh luar biasa tersebut telah mengantarkan seorang pemain tidak semata-mata kehebatan pemain dari sikap dan perilakunya namun dibalik tindakan itu adalah cara pelatih membina dalam hal penguatan nilai-nilai pada pemain sangatlah luar biasa strategi yang telah diterapkan.

Menjadi atlet yang berprestasi dan dibalut dengan sikap dan perilaku yang baik tidak lepas dari sentuhan tangan

seorang pelatih yang memahami betul standar seorang pelatih yang kompetensi dan mampu mengaplikasikan pada diri dan tim sehingga mampu menjadi contoh teladan yang baik untuk para atlet binaannya dan tim, tanpa ada kompetensi yang cukup baik kesuksesan setiap atlet dan tim sulit diraih.

Dalam proses pembentukan sikap dan perilaku yang baik pada atlet yang dikembangkan oleh pelatih hanya terwujud melalui disiplin, dan semangat serta tanggung jawab utama dari seorang pelatih. Pembentukan nilai-nilai pada diri seorang atlet tidak berubah secara instan, dalam praktiknya membutuhkan waktu yang relatif lama, sehingga performa tim tidak lepas dari penguatan nilai-nilai ini. Seorang atlet yang pernah meraih medali emas meyakinkan bahwa medali emas yang telah di raih bahan bakunya bukanlah emas dalam konteks emas sesungguhnya, bahan baku medali dalam konteks juara adalah disiplin, tanggung jawab, semangat, dan jujur. Dengan demikian maka medali emas yang sesungguhnya adalah nilai-nilai karakter. Untuk meraih prestasi butuh kesiapan bahan baku yang tidak sedikit dan diharapkan bahan baku yang dipersiapkan pada umumnya dapat diaplikasikan dan terukur bahkan bahan baku sudah mengarah pada penerapan teknologi digital dalam hal tes dan pengukuran serta berbasis pendekatan yang mengarah pada ilmu keolahragaan (*sports sciences*) yang sudah mulai banyak di terapkan di seluruh cabang olahraga.

Tabel 2 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 2 Keselamatan dan Pencegahan Cedera

Domain 2 Keselamatan dan Pencegahan Cedera	
Standar 5	Mencegah cedera dengan menyediakan fasilitas yang aman
Standar 6	Memastikan tersedianya semua peralatan pelindung, dipasang dengan benar dan tepat

Standar 7	Memantau kondisi lingkungan dan memodifikasi kegiatan untuk menjamin kesehatan dan keselamatan peserta
Standar 8	Mengidentifikasi cedera atlet yang dapat mempengaruhi kondisi fisik
Standar 9	Mengenali luka dan memberikan pertolongan pertama yang tepat
Standar 10	Mengkoordinasikan kesehatan, pencegahan, perawatan, dan pengelolaan cedera
Standar 11	Mengidentifikasi implikasi gangguan psikologis

Pada pembahasan domain 2 menunjukkan ada 7 standar yakni 5,6,7,8,9,10, yang harus dikuasai pelatih dalam melatih para atletnya, dengan demikian menggambarkan keselamatan atlet sangat diutamakan, dalam konteks apapun di dunia olahraga baik kejuaraan maupun pertandingan keselamatan pemain atau atlet adalah utama (safety first). Dalam dunia kepelatihan keselamatan (safety) untuk pemain, dan masa depan pemain itu sendiri adalah diutamakan sehingga pelatih harus jeli melihat setiap peluang risiko yang terjadi pada atlet yang dilatih ketika mengalami cedera di lapangan.

Pada saat pemain sedang mengalami cedera pada tubuh atau anggota gerak tubuh tentu tidak boleh dipaksakan untuk ikut bertanding walaupun pemain tersebut menjadi pemain kunci dalam tim yang sedang bertanding apabila tingkat cederanya menyangkut masa depan pemain, pemulihan dari cedera harus diutamakan pada saat pemain sudah baik dan sudah pulih kembali dapat diturunkan kembali di tim. Pelatih mengamati dengan seksama setiap pola gerak yang dipraktikkan oleh para atlet binaannya, dengan demikian dapat mendeteksi sejak dini jika ada potensi cedera maka atlet

dapat dikontrol dengan segera mengikuti perawatan agar tidak mengalami risiko cedera yang lebih besar.

Cedera yang serius dapat mengantarkan seorang pemain tidak melanjutkan permainan atau pertandingan bahkan dapat pula menjadi akhir dari karir seorang atlet, maka pelatih memiliki standar latihan minimal yang mengawal para atlet sangat minim mengalami ceder olahraga, terutama cedera yang paling rentan kena pada atlet, sebagai contoh pada permainan futsal dengan gerakan yang cepat dan lincah setiap pemain memungkinkan cedera pada lutut, cedera pada ligemen, cedera pada persendian, keretakan tulang, tentu semuanya itu akan memberikan dampak pada masa depan atlet, sehingga menjaga betul kualitas latihan dan pola latihan yang tepat agar minim terjadi cedera pada atlet.

Dalam penanganan cedera olahraga harus ditangani oleh orang-orang ahli, sehingga pemulihan dari cedera para atlet dapat tertangani dengan baik, pasca dari cedera atlet dapat mengikuti kejuaraan kondisi yang sangat siap untuk meraih prestasi terbaiknya.

Seorang atlet yang mengalami cedera perlu di perhatikan tingkat cederanya separah apa, operasi maupun non operasi. Jika non operasi harus benar-benar ditangani oleh orang yang kompeten dibidangnya dan memiliki kompetensi yang memadai di bidang tersebut, demikian juga untuk cedera atlet yang harus di operasi. Setiap cedera fisik yang dialami oleh atlet tentu menimbulkan efek pada psikologi atlet. Penanganan secara psikologi memerlukan perhatian yang penting agar meminimalisir efek trauma pada setiap atlet.

Dalam penanganan masalah cedera pengecekan harus detail dan mendalam sehingga dapat memperoleh hasil yang memadai dalam hal bagaimana cara menanganinya sehingga atlet memiliki masa depan yang tetap terjaga dengan baik. Penggunaan teknologi yang berkembang saat ini dapat mendukung untuk menangani pemulihan dari cedera dengan tingkat keberhasilan yang memadai dan lebih baik, karena

teknologi memang dirancang untuk membantu meringankan berbagai persoalan yang dihadapi oleh atlet.

Tabel 3 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 3 Kompetensi Pelatih

Domain 3 Kondisi Fisik	
Standar 12	Mendesain pogram pelatihan, kondisioning, dan pemulihan yang benar bedasarkan fisiologi dan biomekanik olahraga prinsip-prinsip
Standar 13	Mengajarkan dan menganjurkan nutrisi yang tepat untuk latihan fisik, mental dan kesehatan yang optimal.
Standar 14	Menganjurkan olahragawan bebas narkoba, obat-obatan, dan suplemen yang berbahaya.
Standar 15	5 - Merencanakan program pengkondisian untuk membantu atlet yang cedera.

Pada tabel 3 di domain 3 ada empat standar yakni 12,13,14, dan 15, dimana standar berikutnya ini fokus pada kajian yang menyangkut kondisi fisik atlet. Setiap atlet dalam menghadapi lawan tanding atau lawan kejuaraan sangat menentukan untuk meraih prestasi terbaik dengan dukungan kondisi fisik yang prima. Agar meraih dukungan kondisi fisik prima maka seorang pelatih harus mampu mendesain program latihan yang tepat sesuai dengan kondisi fisik pemain, usia atlet, level atlet, karakteristik cabang olahraga, dan kapan rencana kejuaraan akan diikuti, dimana kesemuanya itu harus didasari oleh konsep kepelatihan yang benar dan tepat. Agar desain program latihan yang dibuat makin memiliki akurasi yang baik dapat menggunakan berbagai macam aplikasi teknologi digital yang ada dalam mendesain program latihan kepada para atletnya, dengan didasari pemahaman yang memadai

salah satunya periodisasi latihan yang harus memperhatikan perubahan variabel latihan termasuk volume, beban, dan intensitas latihan (Mutohir, Subagio, Muhyi, Arif, 2019).

Dalam mendukung pelatihan fisik agar memperoleh kondisi fisik yang maksimal tidak cukup hanya sebatas latihan fisik namun perlu di dukung oleh konsumsi makanan yang bergizi tinggi sehingga dengan pasokan gizi yang baik mampu mengantarkan atlet siap berlaga dan mejadi yang terbaik. Pemenuhan gizi tentunya diatur sedemikian rupa mulai jenis makanan yang dimakan selama latihan, menjelang kejuaraan, dan saat bertanding. Memilih jenis makanan yang tepat adalah penting jadi tidaklah asal, dengan demikian diperlukan pengetahuan yang cukup dari pelatih, dan juga di dukung oleh tenaga ahli.

Selain menu makan pemberian nutrisi tambahan yang dapat mendukung performa atlet, banyak produk yang mendukung nutrisi tambahan pada umumnya sudah siap iuntuk di konsumsi oleh atlet, dan menjadi bagian dari menuh tambahan dalam pemenuhan gizi atlet. Tentu nutrisi tambahan yang tidak membahayakan kesehatan atlet itu sendiri.

Tabel 4 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 4  
Pertumbuhan dan Perkembangan

Domain IV Pertumbuhan dan Perkembangan	
Standar 16	Menerapkan pengetahuan bahwa perkembangan anak mempengaruhi belajar dan keterampilan olahraga
Standar 17	Memfasilitasi pertumbuhan sosial dan emosional atlet dengan mendukung pengalaman olahraga yang positif dan partisipasi dalam aktivitas fisik seumur hidup

Standar 18	Mempersiapkan atlet yang bertanggung jawab untuk menjadi pemimpin masa depan.
------------	---

Pada domain 4 terdiri atas 3 standar yakni standar 16,17 dan 18. Pelatih yang dapat mengantarkan atlet dengan prestasi tinggi membutuhkan pengetahuan yang cukup tentang tumbuh kembang atlet, jangan sampai memberikan beragam latihan yang tidak sesuai dengan tumbuh kembang atlet sehingga membahayakan atlet. Perhatian yang komprehensif dari seorang pelatih adalah penting yang didukung dengan pengetahuan yang komprehensif pula. Pemahaman tentang *Development Appropriate Practices* (DAP) sangat penting agar dalam penerapan aktivitas jasmani atau latihan jasmani sesuai dengan takaran usia tumbuh kembang atlet. Ketika takaran latihan fisik yang diberikan tidak tepat pada atlet bisa saja terlalu mudah sehingga tidak memberikan efek apa-apa dari latihan yang diberikan. Ada pula pemberian latihan atau aktivitas jasmani yang terlalu berat, belum sesuai porsi atau takaran aktivitas jasmani tertentu sehingga menimbulkan efek cedera, ketepatan pada pemberian aktivitas jasmani sesuai porsi dan usia mereka adalah keharusan.

Pelatih harus memimikirkan cedera yang dialami oleh atlet termasuk penyembuhan dan karir atlet pasca penyembuhan, dan memikirkan masa depan karir dari atlet dalam rentang waktu yang panjang ke depan. Mempersiapkan atlet yang hebat dan memiliki prestasi internasional adalah tugas mendasar seorang pelatih dalam mengantarkan atletnya dapat mewujudkannya, termasuk budaya hidup sehat, perilaku yang baik, dan mengantarkan atlet menjadi pemimpin yang dapat memberikan manfaat dalam kemajuan olahraga di klub yang dipimpin atau dalam kehidupan masyarakat dalam skala yang luas. Pelatih memiliki tugas dan tanggung jawab yang tidak mudah, sehingga dukungan berbagai pihak sangat diperlukan.



Tabel 5 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih  
Domain 5 Pengajaran dan Komunikasi

Domain 5 Pengajaran dan Komunikasi	
Standar 19	Menyediakan lingkungan belajar yang baik sesuai karakteristik atlet dan tujuan program
Standar 20	Memantau dan mengembangkan program latihan atlet
Standar 21	Mengatur praktek berdasarkan rencana musiman atau tahunan untuk mempertahankan motivasi, mengelola kelelahan, dan kinerja maksimal pada waktu yang tepat.
Domain 5 Pengajaran dan Komunikasi	
Standar 22	Merencanakan dan melaksanakan praktek sehari-hari dengan memaksimalkan waktu dan sumber daya yang tersedia.
Standar 23	Memanfaatkan strategi pembelajaran yang tepat untuk pengembangan kinerja atlet.
Standar 24	Mengajarkan mental tangguh untuk meningkatkan kinerja dan mengurangi kecemasan olahraga
Standar 25	Menggunakan komunikasi efektif untuk meningkatkan pembelajaran individual, keberhasilan kelompok, dan kenyamanan berolahraga
Standar 26	Melakukan teknik motivasi yang tepat dan efektif untuk meningkatkan kinerja dan kepuasan atlet

Pada domain 5 ada 8 standar yakni standar 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, dan 26 yang di dalamnya fokus pada pengajaran dan komunikasi. Sebagai seorang pelatih dalam melakukan pelatihan olahraga membutuhkan lingkungan latihan yang memadai, seperti tempat latihan yang sejuk, peralatan yang mendukung, lokasi latihan mudah diakses, dan tersedianya akses teknologi digital, jauh dari kebisingan yang mengganggu selama latihan.

Selain dukungan susasana latihan yang sangat baik, nyaman dan layak untuk atlet dimana kebersihan terjaga dengan baik, pelatih dapat dengan mudah memantau pelaksanaan latihan baik pantauan langsung maupun pantauan yang didukung dengan peralatan teknologi digital.

Selama pelatihan pelatih tiada henti untuk memberikan dukungan semangat dan motivasi untuk terus berlatih dengan program latihan yang sudah ditetapkan oleh pelatih sesuai dengan target yang diharapkan, dengan memperhatikan periodisasi latihan yang tepat pula. Jadwal latihan yang tepat, durasi waktu latihan yang telah dirancang dilaksanakan dengan sungguh-sungguh untuk meningkatkan performa fisik atlet, jangan sampai atlet mengalami kelelahan atau cedera dimana menjelang pertandingan justru tidak bisa maksimal. Ada sebuah ungkapan yang mengatakan bahwa “kekuatan, kecepatan, teknik, keterampilan dan semangat adalah komponen penting dalam latihan, tetapi yang paling penting dari semua komponen tersebut adalah semangat”. Dalam mendukung atlet memiliki semangat dan termotivasi baik ada teknik-teknik memberikan motivasi dengan tepat sehingga memberikan efek positif pada atlet.

Selama latihan penyampaian materi latihan dan praktik berbagai jenis latihan dilakukan dengan komunikasi yang baik dengan pilihan kata yang tepat, serta penyampaian yang humanis sehingga dapat diterima dengan baik oleh para atlet, jangan justru sebaliknya diksi yang digunakan justru membuat atlet resah dan khawatir sehingga tidak bisa fokus pada latihan.

Tabel 6 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 6 Keterampilan dan Taktik Olahraga

Domain Keterampilan dan Teknik Olahraga	
Standar 27	Mengenalkan berbagai macam keterampilan, dan teknik olahraga
Standar 28	Mengidentifikasi, mengembangkan, dan menerapkan strategi dan taktik olahraga kompetitif sesuai tingkat usia dan keterampilan para atlet
Standar 29	Menggunakan metode kepramukaan untuk merencanakan dan menganalisis persiapan pertandingan

Pada domen ke 6 ada 3 standar yakni standar 27,28, dan 29. Dalam pelaksanaan pelatihan yang diberikan oleh pelatih, fokus pada beragam macam teknik dalam bermain suatu cabang olahraga. Mengembangkan strategi dan taktik yang tepat dalam pertandingan olahraga seperti strategi menyerang offensive maupun strategi bertahan yakni defensive yang sangat penting dan dibutuhkan oleh klub dan setiap pemain. Beragam straregi diterapkan oleh pelatih untuk mencapai satu tujuan utama yakni meraih kemenangan. Setiap pelatih memiliki ciri khas dalam mengatur strategi atau pola penyerang dan bertahan pada setiap cabang olahraga. Ciri khas ini menjadi keunggulan seorang pelatih dalam mengantarkan tim meraih juara.

Pada era saat ini banyak pelatih memvisualisasikan pola serangan dan pola bertahan dengan menggunakan teknologi seperti papan digital yang dapat memsimulasikan pola serangan yang membantu memudahkan seorang pelatih menyampaikan strateginya ke para atlet binaannya serta mudah dipahami oleh para atletnya. Dengan demikian seorang pelatih mampu melihat peluang dimana pelatih membaca

kelemahan dan kelebihan lawan, sehingga mampu menerapkan jenis strategi apa yang harus diterapkan ketika melawan tim lawan.

Banyaknya berbagai variasi serangan yang dimiliki oleh pelatih memberikan peluang besar untuk memilah dan memilih strategi macam apa yang akan diterapkan, sehingga kaya akan pola serangan perlu dimiliki oleh seorang pelatih dengan ciri khas tertentu.

Hal mendasar yang tidak kalah penting adalah pola serangan dan bertahan atau strategi yang digunakan sesuai dengan takaran usia atlet, jenis even yang diikuti dan karakteristik cabang olahraga itu sendiri. Pada saat latihan ujicoba pola strategi penting agar dapat terjadi perpaduan yang tepat antar pemain. Apalagi menjelang pertandingan maka ujicoba dalam strategi dan taktik yang digunakan harus dipahami oleh para pemain binaannya dalam satu tim agar sinergisitas antar pemain terlihat berupa kekompakan tim yang mendukung tercapainya kemenangan tim.

Strategi mudah disampaikan namun pada tataran implementasi tidak mudah untuk diwujudkan sehingga harus dilakukan ujicoba berkali-kali pada tim, bahkan memungkinkan bongkar pasang pemain, agar apa yang menjadi harapan yakni berjalannya pola strategi dari pelatih dan tim bisa menjalankannya dengan baik, sehingga hasil maksimal bisa diraih. Pada tahap ujicoba akan ada penempatan posisi pemain dengan karakteristik keunggulan tertentu yang dimiliki oleh pemain, dengan harapan mampu menghasilkan pola serangan yang tepat untuk meraih nilai atau meraih skor. Untuk mampu menjalankan strategi dan taktik yang baik dengan cara latihan yang berulang-ulang dengan pemantauan pelatih secara intensif, tanpa itu akan sulit diraih hasil maksimal.

Tabel 7 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 7 Organisasi dan Manajemen

Domain 7 Organisasi dan Manajemen	
Standar 30	Menunjukkan efisiensi dalam pengelolaan kegiatan
Standar 31	Terlibat dalam kegiatan kehumasan dalam program olahraga
Standar 32	Mengelola sumber daya manusia yang sesuai program
Standar 33	Mengelola sumber daya fiskal untuk program latihan
Domain 7 Organisasi dan Manajemen	
Standar 34	Memfasilitasi perencanaan, pelaksanaan, dan dokumentasi dari rencana kegiatan yang darurat
Standar 35	Mengelola semua informasi, dokumen, dan catatan program latihan
Standar 36	Memenuhi semua tanggung jawab hukum dan prosedur manajemen risiko dalam pelatih

Pada domain 7 ada 7 Standar yang fokus pada organisasi dan manajemen yang meliputi standar 30, 31, 32, 33, 34, 35 dan 36. Manajemen kepelatihan yang baik akan mendukung motivasi pemain atau atlet untuk berprestasi, namun sebaliknya manajemen kepelatihan yang tidak baik justru akan menurunkan motivasi pemain atau atlet untuk berprestasi. Atas dasar itulah maka pelatih harus mampu mengelola pelatihan yang tepat, waktu latihan, jadwal latihan, pelaksanaan latihan, sarana pendukung berupa alat yang digunakan dalam latihan termasuk penggunaan teknologi digital seperti pada gambar 7, dan pemenuhan gizi atlet serta

daya dukung anggaran selama latihan termasuk sampai pada pengukuran dengan protokol yang sesuai serta di dokumentasikan dengan baik.



Gambar 8 Peran Pelatih Dalam Pemanfaatan Teknologi Digital

Dalam praktik manajemen seorang pelatih harus memperhatikan satu indikator penting dalam manajemen yakni koordinasi, kemampuan koordinasi yang baik antar pelatih dengan atlet, pelatih dengan orang tua, pelatih dengan pengurus klub harus mampu membangun koordinasi yang baik melalui pola komunikasi yang tepat. Melalui komunikasi yang baik dan adanya pemahaman yang baik, dapat mengelola sebuah tim dan setiap atletnya dengan baik. Contoh sederhana dalam koordinasi yakni perihal jadwal latihan apabila tidak terkoordinasi baik latihan tidak dapat berjalan dengan baik dan hasilnya tidak maksimal.

Tabel 8 Penjabaran 40 Standar Kompetensi Pelatih Domain 8 Evaluasi

Domain 8 Evaluasi	
Standar 37	Melaksanakan evaluasi kinerja tim yang efektif sesuai dengan tujuan yang ditetapkan
Standar 38	Menggunakan berbagai strategi untuk mengevaluasi motivasi dan kinerja atlet yang sesuai dengan tujuan musim latihan
Standar 39	Memanfaatkan evaluasi secara objektif dan efektif untuk menetapkan peran atau posisi atlet sesuai tujuan
Standar 40	Memanfaatkan evaluasi diri dan staf yang objektif dan efektif

Pada domain 8 ada 4 standar yang ada didalamnya meliputi standar 37, 38, 39, dan 40, yang fokus pada bahasan evaluasi pelatih. Melakukan evaluasi tidaklah sembarangan membutuhkan instrumen evaluasi yang mampu menilai secara menyeluruh setiap apa yang dievaluasi. Hasil evaluasi berupa rekomendasi mendasar yang dapat menjadi bahan masukan untuk kemajuan tim dan atau kinerja dari setiap pemain atau atlet.

Evaluasi dalam praktiknya jenis teknik evaluasi cukup banyak dan bervariasi, tinggal jenis evaluasi seperti apa yang dibutuhkan dalam kepelatihan olahraga untuk mendukung performa atlet atau performa tim. Seperti melakukan evaluasi diri (*self evaluation*) dari setiap pemain, atau melakukan evaluasi teknik dari pemain, evaluasi kondisi fisik dan psikologis pemain atau tim. Bagi pelatih setidaknya melakukan evaluasi model logika (*logic model*) sebagaimana diungkapkan oleh Sucipto (2016) bahwa pelatih harus dapat mengevaluasi hubungan antara masukan (*input*), kegiatan

(*activities*), keluaran (*output*), dan apa yang akan dihasilkan (*outcome*).

Dalam melakukan evaluasi perlu hati-hati dalam menelaah data, mengecek data, memahami hasil analisis data, sehingga pada akhirnya data yang diperoleh dari hasil evaluasi dapat dijadikan acuan agar mendapatkan rekomendasi yang tepat untuk tim dan pemain, sehingga kinerja pemain atau tim makin bagus setelah dilakukan evaluasi tersebut. Dengan demikian prediksi mencapai juara tertinggi akan sangat besar peluangnya digenggaman tangan.

## **B. Tugas dan Tanggung Jawab Pelatih**

Atas dasar kompetensi pelatih yang ada di era digital saat ini, maka tugas dan tanggung jawab pelatih tidaklah mudah dalam mengantarkan atlet untuk meraih juara atau meraih prestasi.

Tugas utama pelatih meningkatkan kapasitas fisik atlet yang dilatih, meningkatkan kemampuan teknik, meningkatkan kekompakan tim, menerapkan strategi bertahan dan menyerang yang pada akhirnya mengantarkan tim menjadi juara atau pemenang. Selain itu tugas pelatih juga mengantarkan atlet tidak hanya memiliki keterampilan fisik yang baik, namun juga perilaku yang baik sehingga di lapangan tidak menjadi pemain yang membahayakan diri dan tim karena sikap dan perilaku yang tidak tepat. Totalitas seorang pelatih dalam mengantarkan pembinaan atlet menjadi kunci mencapai tangga prestasi yang terus meningkat dari waktu ke waktu (Mutohir, Subagio, Muhyi, Arif, 2019). Seorang pelatih dalam dunia kepelatihan harus dengan sungguh-sungguh mengantarkan atlet binaannya beprestasi.

Selain tugas tidak luput pula tanggung jawab seorang pelatih bagaimana mengantarkan para atlet berprestasi, menjaga kondisi atlet jangan sampai mengalami cedera apalagi cedera yang serius, jadi masa depan atlet harus diperhatikan termasuk keselamatan atlet.



Latihan yang tepat dengan berbasis pendekatan ilmiah dan berbasis sports sciences akan mendukung pemain atau atlet untuk berlatih dengan baik, dimana latihan yang diberikan sudah terukur sesuai dengan kondisi dan karakteristik atlet sehingga terjadinya cedera pada atlet sangat minim terjadi, dan sebaliknya yang terjadi adalah prestasi yang terbaik. Dijelaskan bahwa latihan kondisi fisik yang dikenal dengan istilah physical conditioning atau strength and conditioning seharusnya dilaksanakan dengan prinsi-prinsip yang telah teruji secara ilmiah berdasarkan hasil penelitian empirik (Mutohir, Subagio, Muhyi, Arif, 2019). Seorang pelatih dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya tidaklah mudah, tidak hanya mendorong agar atlet berprestasi disisi lain juga memperhatikan bagaimana kondisi atlet dan masa depan atlet itu sendiri.

Dalam banyak kejadian empirik di lapangan banyak hal yang diurus oleh pelatih dalam rangka meraih prestasi yang ditargetkan, mulai dari melatih, mendampingi atlet bertanding, menanyakan menu gizi yang dimakan jika sampai kurang pemenuhan gizi pelatih harus berupaya jangan sampai hal tersebut terjadi, mengecek kecukupan istirahat agar bisa bertanding dengan kondisi fisik prima, bahkan mengecek perilaku jangan sampai menimbulkan masalah untuk masa depan atlet itu sendiri.

### **C. Rangkuman**

Pada saat pelatih sudah memiliki standar kompetensi pelatih yang baik dan profesional di cabang olahraga yang dilatihnya, maka tugas dan tanggung jawab menyertai pada diri pelatih. Banyak tantangan yang akan di hadapi dalam mewujudkan diri sebagai pelatih yang kompeten, syarat dengan dukungan pengalaman dan jam terbang yang tidak sedikit, di dukung dengan bukti prestasi nyata dari atlet binaannya.

Setiap orang memiliki peluang untuk menjadi pelatih yang kompeten dan mampu menerapkan seluruh standar yang ada,

namun hal tersebut butuh proses dan butuh ketekunan serta keuletan untuk sampai pada puncak prestasi pelatih atau puncak karir pelatih. Tidak ada kata menyerah terus selalu berusaha melakukan yang terbaik dalam mewujudkan diri sebagai pelatih yang kompeten, sesuai dengan ungkapan yang diuraikan bahwa kegigihan mampu mengubah kegagalan jadi keberhasilan, dimana dapat dimaknai tidak hanya untuk atlet namun juga untuk pelatih.



**Medali Emas Sebenarnya Tidak  
Terbuat Dari Emas, Ia terbuat dari  
keringat, tekad, dan paduan yang sulit  
ditemukan disebut Nyali**

**(Dan Gable)**

(Sumber: [www.bola.com](http://www.bola.com))



## BAB VI

### KOMPETENSI PELATIH DI ERA DIGITAL

#### A. Tantangan Kompetensi Pelatih Di Era Digital

**S**ebelum berkembangnya era digital saat ini dimana potret pelaksanaan pelatihan olahraga yang dilakukan oleh pelatih dominan dilakukan dengan berbagai sentuhan peralatan yang masih manual. Berbagai macam alat yang ada belum berbasis internet, sehingga masih sangat minim dalam hal kecepatan menyelesaikan pekerjaan seperti dalam menginput data hasil latihan, menganalisis data hasil latihan.

Pada saat ini dan ke depan peralatan dalam hal kepelatihan olahraga sudah memanfaatkan teknologi internet dengan ciri khas bergerak dengan cepat dan tersebar dengan cepat, pelaksanaan pelatihan sudah tidak dibatasi oleh jarak, seorang pelatih dapat memantau atlet latihan walaupun pelatih tidak berada di tempat, melalui aplikasi *android* dapat memonitor atlet yang latihan, melalui aplikasi *zoom* atau *google meet* pelatih yang berada jauh dari atlet karena ada tugas atau sesuatu hal dapat memantau atlet yang berlatih.

Pada umumnya pola pelatihan di era digital sudah memanfaatkan teknologi digital dalam segala hal, bagaimana kesiapan pelatih dalam menjawab tantangan seperti ini ke depan dimana pelatih di luar tim atau luar klub sudah memanfaatkan teknologi semacam itu. Tertinggal tidak boleh, ketinggalan tidak boleh, mengejar ketertinggalan dan terus belajar untuk meningkatkan kompetensi diri adalah jalan terbaik dalam menjawab tantangan tersebut.

Pelatihan pelatih untuk peningkatan kompetensi diikuti secara tatap muka pada beberapa tahun lalu, saat ini sudah banyak pelatihan yang sudah menggabungkan pola tatap

muka dan tatap maya, bahkan dapat dilakukan secara online dengan tidak mengurangi kualitas yang diperoleh oleh pelatih. Demikian berbagai tantangan ke depan yang menghiasi dunia kepelatihan olahraga, termasuk analisis gerak, analisis teknik maupun analisis lainnya.

## **B. Kompetensi Pelatih di Era Digital.**

Setelah mendapatkan pembahasan seputar di bab sebelumnya tentang era digital, kompeten dan kompetensi, komponen kompetensi, dimensi kompetensi dan standar pelatih olahraga, maka kompetensi pelatih olahraga di era digital pada prinsipnya tidak meninggalkan kompetensi dan standar yang sudah dikemukakan sebelumnya.

Kompetensi pelatih di era digital lebih menekankan pada peran pelatih dalam menjalankan segala kemampuan yang dimiliki yang dimungkinkan untuk menggunakan berbagai macam perangkat teknologi digital dalam menyempurnakan tugasnya sebagai pelatih. Dengan harapan hasil yang dicapai atau target yang ingin dicapai dapat diperoleh dengan hasil yang sesuai dengan harapan baik pelatih itu sendiri maupun harapan dari tim dan klub yang ditempatinya.

Untuk pelatih olahraga di era digital saat ini dan ke depan dituntut untuk banyak mengenal, banyak tahu bahkan mampu menggunakan berbagai macam teknologi digital dalam program latihan yang dirancang untuk para atlet yang dilatih, termasuk pada penerapan tes dan pengukuran fisik atlet, penanganan psikologi atlet, dan penanganan cedera atlet. Keberadaan teknologi digital tidak lain adalah untuk mendukung kerja pelatih menjadi lebih baik, lebih efektif dan pencapaian hasil dengan presisi yang tinggi.

Di bab sebelumnya juga disampaikan bahwa ada 8 domain dalam standar kompetensi pelatih yang meliputi (1). Domain Falsafah dan etika, (2). Domain Keselamatan dan cedera, (3). Domain Kompetensi Pelatih, (4). Pertumbuhan dan Perkembangan, (5). Domain 5 Pengajaran dan Komunikasi, (6). Domain 6 Keterampilan dan Taktik Olahraga, (7). Domain

Organisasi dan Manajemen, (8). Domain Evaluasi. Berdasarkan ke 8 domain tersebut maka pada era digital saat ini teknologi masuk ke dalam setiap domain yang ada, karena teknologi adalah alat yang membantu dalam efektifitas dan efisiensi dalam bekerja bagi seorang Pelatih. Setiap apa yang dikerjakan oleh pelatih dalam melakukan pelatihan dapat terintegrasi dengan beragam macam aplikasi teknologi digital yang mengantarkan setiap hasil kerja pelatih akurat, terpercaya, dan cepat dalam pengambilan keputusan untuk peningkatan kinerja atau performa masing-masing pemain dan tim. Sebagai contoh memonitor jam istirahat pemain, denyut nadi pemain yang semuanya dapat termonitor dalam aplikasi digital yang dapat dipantau oleh pelatih. Jadi dalam konteks ini tidak menambahkan unsur dimensi standar kompetensi pelatih di era digital namun mengarahkan pentingnya teknologi digital masuk dalam segala dimensi untuk mendukung kinerja pelatih.

Seorang ahli kepelatihan olahraga, Myers, et.al. (2006) mengemukakan bahwa kompetensi pelatih dikelompokkan menjadi empat dimensi. Keempat dimensi kompetensi pelatih tersebut dinamakan Skala Kompetensi Pelatih (*Coaching Competency Scale*) yang disingkat CCS, yaitu: Motivasi (*Motivation*), Strategi bermain (*game strategy*), Teknik (*techniques*), dan Membangun karakter (*Character building*). Skala kompetensi pelatih yang dikemukakan oleh Myers dapat dikaji pada saat ini, di era digital juga perlu mendapatkan perhatian dengan memasukkan kemampuan pelatih dalam menggunakan dan mengoperasikan beragam aplikasi digital yang tersedia yang dapat membantu pelatih dalam bekerja dengan lebih cepat dan hasil analisis lebih akurat sehingga cepat dapat data yang dibutuhkan dalam pengambilan keputusan. Jadi ide mendasar tidak memasukkan tambahan skala kompetensi pelatih dengan memasukkan peran teknologi digital, namun posisi teknologi digital adalah membantu pelatih dalam menerapkan skala kompetensi tersebut.



Menurut National Christian Collegiate Athletic Association (NCCAA) ada 4 kategori khusus dalam menilai kompetensi pelatih yaitu: (1) Character Building Competency (CBC), (2) Game Strategy Competency (GSC), (3) Motivation Competency (MC) (4) Technique Competency (TC) (Philips, Jubenville, 2009). Keempat kategori kompetensi pelatih tersebut dapat membantu pelatih dalam mengidentifikasi kompetensi yang telah dimiliki, dalam menilai kompetensi pelatih peran teknologi dapat dimunculkan atau dapat pula tidak dimunculkan. Di era digital seperti saat ini dimana berbagai aplikasi android menghiasi aktivitas sehari-hari termasuk pelatih, maka kemampuan menguasai berbagai aplikasi digital menjadi bagian dari kompetensi yang tidak terpisahkan dari pelatih, misalkan kompetensi teknik maka dalam menerapkan teknik gerak pada suatu cabang olahraga yang diajarkan oleh pelatih dapat dibantu dengan analisis gerak berbasis aplikasi seperti kinovea, atau melakukan rekaman gerak dengan video yang kualitas rekamannya bagus kemudian dianalisis gerakan sudah tepat atau tidak oleh pelatih. Jadi teknologi berperan untuk membantu pelatih dalam melaksanakan tugasnya bukan menjadi satu kompetensi yang berdiri sendiri, karena substansi kompetensi adalah melatih, dimana teknologi mendukung kinerja pelatih. Dijelaskan bahwa ilmu pengetahuan dan teknologi masih akan terus bergerak cepat dengan segala menawarkan segala perubahan (Ohoitumur, 2018), atas dasar itulah pelatih terus siap dengan membangun kompetensi dan berupaya untuk mengantisipasi segala perubahan yang akan terjadi dalam konteks kepelatihan.

Ada ketiga kajian yang sudah disampaikan tentang kompetensi pelatih semuanya aspek teknik, strategi, keterampilan dan tidak ada yang tidak memasukkan aspek pembentukan karakter. Pada saat ini di era digital tantangan sudah bukan hanya pada persoalan fisik dan gizi atlet namun tidak kalah penting dalam hal ini karakter karena dapat dikatakan belum bisa tergantikan oleh teknologi. Seorang Pelatih harus mampu hadir dan memberi contoh dengan baik,

menunjukkan sikap yang santun. Jadi walaupun sudah berjalan seperempat dari abad 21 dan memasuki era digital karakter belum bisa digantikan oleh teknologi digital. Menurut Lutan (2001) ada beberapa strategi untuk membangun karakter diantaranya: 1) Keteladanan, memiliki integritas tinggi serta memiliki kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional; 2) Pembiasaan; 3) Penanaman kedisiplinan; 4) Menciptakan suasana yang kondusif; 5) Integrasi dan internalisasi; 6) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani dan olahraga; 7) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama; 8) Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar/latih dalam pendidikan jasmani/olahraga; 9) Mengembangkan keterampilan untuk melakukan aktivitas jasmani dan olahraga, serta memahami alasan-alasan yang melandasi gerak dan kinerja; 10) Menumbuhkan kecerdasan emosi dan penghargaan terhadap hak-hak asasi orang lain melalui pengamalan *fair play* dan sportivitas; 11) Menumbuhkan *self esteem* sebagai landasan kepribadian melalui pengembangan kesadaran terhadap kemampuan dan pengendalian gerak tubuh; 12) Mengembangkan keterampilan dan kebiasaan untuk melindungi keselamatan diri sendiri dan keselamatan orang lain; 13) Menumbuhkan cara pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan pola hidup sehat; 14) Menumbuhkan kebiasaan dan kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara teratur dalam aktivitas fisik dan memahami manfaat dari keterlibatannya; 15) Menumbuhkan kebiasaan untuk memanfaatkan dan mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.



Gambar 9.

#### Pelatih Kompeten dan Berkarakter

Dari 15 macam cara atau strategi yang disampaikan di paragraph sebelumnya, maka seorang pelatih dapat menggunakan beragam cara dalam membentuk karakter yang baik dan positif pada atlet binaannya. Beragam cara yang digunakan dapat diambil sebagian yang ada dari 15 macam cara tersebut, dengan menyesuaikan kondisi atlet, usia atlet dan karakteristik atlet serta karakteristik dari cabang olahraga yang dibinanya. Pelatih harus mempunyai karakter yang baik agar dapat membentuk karakter atlet yang baik pula.

Guna memaksimalkan kompetensi pelatih di era digital maka pelatih tidak hanya menguasai dan memahami standar kompetensi pelatih, namun juga memiliki kemampuan berupa keterampilan menggunakan berbagai macam aplikasi digital untuk mendukung kinerjanya, disisi lain pelatih juga menjadi role model untuk atlet dengan memberikan role model atau contoh teladan yang baik dari pelatih kepada para atlet, pelatih tidak hanya mengantarkan atlet berprestasi namun

juga memiliki sikap dan perilaku yang baik. Pelatih harus mampu menjadi instruktur, guru, trainer, ilmuwan, motivator, Bapak dan Manajer (Kristen, D.D., Melissa, M. Rebecca Zakrajzek (2011), maka role model selaras dengan penyampaian seorang pelatih yang harus mampu memerankan banyak hal. Selain itu tidak kalah penting adalah pelatih dan atlet dapat mengambil nilai-nilai dari olahraga karena olahraga dapat dijadikan sekolah kehidupan (Mutohir, Muhyi, Finanlampir, 2011), artinya pelatih dapat membentuk sikap dan perilaku atlet yang dapat diambil dari olahraga itu sendiri, apalagi olahraga sudah membuktikan mampu membangun sumber daya manusia yang unggul (Yoda, 2020), sumber daya yang dimaksud tentu pelatih mampu mengantarkan atlet dapat berprestasi tinggi.

### **C. Rangkuman**

Sebelum masuk era digital berbagai tantangan pelatih di hadapkan pada berbagai macam pola latihan yang sifatnya tradisional dan bahkan beberapa peralatan masih manual, dan sarana pendukung ada yang masih banyak dilakukan dengan cara manual. Pada saat ini tantangan sudah tidak seperti itu untuk pelatih, sekarang berbagai macam peralatan canggih menghiasi beragam latihan cabang olahraga untuk mendukung kinerja pelatih secara maksimal. Berbagai peralatan teknologi digital saat ini di dunia kepelatihan olahraga yang berbasis sports sciences mengajak pelatih mau tidak mau, suka tidak suka sudah mulai menggunakan berbagai macam peran teknologi digital tersebut.

Kondisi saat ini pelatih dapat mengembangkan kompetensi yang dimilikinya dengan berbagai macam cara baik secara *online* maupun *offline* yang dapat diakses kapan saja dan dimana saja untuk kemajuan pelatih itu sendiri dalam rangka mengisi bekal yang cukup untuk mengantarkan atletnya berprestasi terbaik karena menggunakan metode yang tepat.



# **Kondisi Fisik adalah Faktor Esensial untuk Peningkatan Performa Dalam Olahraga**

**Toho Cholik Mutohir**

(Sumber: Pedoman Kepelatihan Or BSS)



## **BAB V**

### **PENUTUP**

**K**ompeten adalah kecakapan atau keterampilan yang dimiliki seseorang dalam bidangnya, sedangkan kompetensi adalah kemampuan yang ada pada diri seseorang untuk menunjukkan dan mengaplikasikan keterampilan dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Pelatih yang kompeten sangatlah dibutuhkan dalam mendorong tim menjadi juara dalam banyak even, tentu ini bukanlah pekerjaan yang mudah. Untuk menjadi seorang pelatih yang kompeten maka harus memahami apa itu kompetensi, komponen kompetensi, dimensi kompetensi dan standar kompetensi.

Selain itu seorang pelatih harus mampu menjadi guru, pendidik, bapak, dan teman sehati. Sebagai guru pelatih akan disegani dan dihormati, sebagai bapak dia akan dicintai oleh atletnya, dan sebagai teman hanya dia yang akan dipercaya untuk menyampaikan masalah yang bersifat pribadi. Begitu kompleks dan rumitnya peran dan tugas sebagai seorang pelatih. Hasil kepelatihan tidak bisa hanya dilihat dari menang atau kalah dalam pertandingan, namun harus dilihat secara komprehensif.

Sesuai dengan judul buku ini memfokus pada kompetensi pelatih olahraga di era digital. Penekanan deskripsi di letakkan pada penguasaan kompetensi secara komprehensif termasuk kompetensi yang diperlukan seorang pelatih dalam era digitalisasi. Agar lebih efektif dalam pelatihan, seorang pelatih harus meninggalkan cara-cara yang tradisional dan monoton, tetap harus dengan cara yang inovatif dan bervariasi dengan memanfaatkan teknologi digital yang terus



berkembang. Oleh karena itu, dalam buku ini telah disajikan secara berturut-turut tentang apa itu Era Digital dan ciri-cirinya, Tantangan dan Peluang Keolahragaan di Era Digital; Pengertian dan Pentingnya Kompetensi, dan Kompetensi Pelath Olahraga; Dimensi Kompetensi pada SKKNI; Standar Kompetensi Pelatih, Tugas dan Tanggung Jawab Pelatih; Kompetensi Pelatih di Era Digital dan Tantangan yang dihadapi.

Dengan hadirnya buku diharapkan dapat memberikan secercah cahaya dapat memberikan inspirasi dan motivasi para pelatih untuk selalu mengasah diri guna mengembangkan kompetensi kompetensi dalam melatih sesuai cabang olahraga yang digeluti termasuk pengetahuan, keterampilan dan sikap guna memenuhi tuntutan dan tantangan di era digitalisasi. Pelatih masa kini dan masa mendatang dituntut untuk selalu mengembangkan diri dengan banyak kegiatan belajar secara berkelanjutan sepanjang hayat termasuk membaca buku, jurnal, mengikuti seminar, workshop dan kegiatan akademik lain yang bermanfaat untuk pengembangan kompetensi dalam rangka mewujudkan cita-cita menjadi pelatih profesional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cote, Jean. 2006. The Development of Coaching Knowledge. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 1 (3) 2017-222.
- Crookes. 1991. *Communication Skills*. Available from: <http://www.brianmac.co.uk/commun.html>.
- Dewi, I.R. 2022. Jeff Bezos Bangun Amazon di Garasi, Sekarang Harta Rp 2.600 T. Tersedia di <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20220408121005-37-329985/jeff-bezos-bangun-amazon-di-garasi-sekarang-harta-rp-2600-t/2>.
- Dieffenbach K.D., Murray, M., Zakrajse, M. 2011. The Coach Education Internship Experience: And Exploatory Study. *International Journal Of Coaching Science*. Vol.5, No.1, pp. 3-25.
- Frost, Jeffrey L. 2009. Characteristics Contributing To The Success Of A Sports Coach. *The Sports Journal*, Published by the United States Sports Academy. Vol. 1, No.20, pp.33-44.
- Kavussanu, K., Boardley, I.D., & Jutkiewicz, N, Vincent, S. 2008. Coaching Efficacy and Coaching Effectiveness: Examining Their Predictors and Comparing Coaches' and Athletes' Reports". *The Sport Psychologist*, Vol. 2, No.22, pp.383-404.
- KBBI, 2016. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. (Online) Available at: <http://kbbi.web.id/pusat>, (Diakses 21 Juni 2022).
- Lutan, Rusli. 2001. *Olahraga dan Etika Fair Play*. Direktorat Pemberdayaan IPTEK Olahraga, Dirjen OR, Depdiknas, Jakarta: CV. Berdua Satu Tujuan.
- Martens, Rainer. 2012. *Successful Coaching*. Fourth Edition, Illinois, Human Kinetics.

- Moen, F., and Fikse, C. 2011. *Elite Coaches Perceptions of Needed Coach Competencies in Elite Sport*. [www.jdrottsforum.org/articles/moen\\_fikse/moen\\_fikse\\_110921.html](http://www.jdrottsforum.org/articles/moen_fikse/moen_fikse_110921.html).
- Myers, N.D., Feltz, D.L., Maier, K.S., Wolfe, E.W., & Reckase, M.D. 2006. Athletes' evaluations of their head coach's coaching competency. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 77,111-121.
- Mutohir, T.C., Muhyi M., Fenanlampir, A. 2011. *Berkarakter dengan Berolahraga, Berolahraga dengan Berkarakter*, Java Pustaka, Surabaya.
- Mutohir, T.C., Subagio, I., Muhyi, M., Al Ardha, A.M., Hakim L., Mulyono, Rangga B, Firmansyah, P.A. 2019. *Peran, Tugas, Fungsi dan Etika Pelatih Olahraga*, Badan Sports Sciences KONI Jawa Timur.
- Mutohir, T.C., Subagio, I., Muhyi, M., Al Ardha, A.M., Hakim L., Mulyono, Rangga B, Firmansyah, P.A. 2019. *Periodisasi Latihan Pedoman Pelatih KONI Jawa Timur*, Badan Sports Sciences KONI Jawa Timur.
- Mutohir, T.C., Subagio, I., Muhyi, M., Al Ardha, A.M., Hakim, L., Mulyono, Rangga, B, Firmansyah, P.A. 2019. *Biomekanik dan Perannya Dalam Aktivitas Olahraga*, Badan Sports Sciences KONI Jawa Timur.
- Mutohir, T.C., Subagio, I., Muhyi, M., Faruk, M., 2019. *Pedoman Kepelatihan Olahraga, Badan Sports Sciences*. KONI Jawa Timur.
- National Association for Sport and Physical Education (NASPE). 2005. *Quality Coaches, Quality Sports: National standards for sport coaches (2nd ed.)*. Reston,Va: Author. Available undergrad/ace/naspe-coach-stand.
- Ohoitmur, J. 2018. Disrupsi: Tantangan Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Peluang bagi Lembaga Pendidikan Tinggi, *Jurnal RESPONS*, 23 (20): 143-166.

- Omoregie, P.O. 2016. The Impact of Technology of Sport Performance, *Proceeding of INCEDI Conference 29-31 August*, Accra, Ghana.
- Philips, M.B., & Juberville, C.B. 2009. Student-Athletes' Perceptions of Men's Basketball Head Coaches' Competencies at 15 Selected NCCAA Division II Christian colleges, *Journal of Sport Administration and Supervision*. Vol. 1, No.1, pp.39-51.
- Rayyan S. 2021. Ancaman Gangguan Emosi dan Fisik Di Era Era Society 5.0. dan Era Industri 4.0, <https://www.kompasiana.com/sugangga/60f6ebae06310e1e572d0b72/society-5-0-industry-4-021> Juli 2021 (diakses pada Februari 2022).
- Republik Indonesia. 2005. *Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta. Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Shafiei, M., Goudarzi, M. 2009. Determining National Coaches Selection Criteria in Swimming, Diving, And Water Pol By Coaches Viepoint. *World Journal of Sport Science*. Vol. 2, No. 4, pp.241-247.
- Spencer, L.M, and Spencer, S.M. 1993. *Competence at Work, Models for Superior Performance*, John Wiley and Sons, New York.
- Stavropoulos, I. 2012. Competencies of Track and Field coaches. An Exploratory Study. *Sport Management International Journal*. SMIJ – Vol. 8, No.1, pp. 121-130.
- Sucipto, A. (2016). Pengembangan Instrumen Evaluasi Kompetensi Pelatih Sekolah Sepakbola. *Disertasi Doktor*. Prodi Ilmu Keolahragaan, Pascasarjana Universitas Negeri Surabaya.
- Sugiyanto. 2018. Pengembangan Olahraga dan Iptek Keolahragaan di Era Millenium, *Proceedings National Seminar of Sport Science*, Pengembangan Iptek Keolahragaan Untuk Memajukan Generasi Milenial yang

Bugar dan Berprestasi, Syariah Hotel Surakarta, November 17 Tahun 2018, UNS Press.

Yoda, I.K. 2020. Peran Olahraga Dalam Membangun SDM Unggul di Era Revolusi Industri 4.0, *Jurnal IKA*, 18 (1): 1-22.

<https://www.bola.com/ragam/read/4409306/35-kata-kata-motivasi-untuk-atlet-penuh-inspirasi-dan-bikin-semangat-meraih-prestasi> (diakses pada 9 Juni 2022).

[https://josstoday.com/read/2018/12/07/51303/KONI\\_Jatim\\_Mantapkan\\_Pelatih\\_Dengan\\_Visual\\_Coaching\\_Pro](https://josstoday.com/read/2018/12/07/51303/KONI_Jatim_Mantapkan_Pelatih_Dengan_Visual_Coaching_Pro) (diakses pada 10 Mei 2022).

<https://apki.or.id/product/basic-kettlebell-course/>

<https://www.liputan6.com/bola/read/4305553/kemenpora-gelar-sertifikasi-pelatihan-airlangga-bekal-pelatih-tingkatkan-prestasi-atlet>

<https://www.bola.net> diakses pada 27 Mei 2022,

<https://apki.or.id/product/basic-kettlebell-course/> diakses 28 Mei, 2022.

<https://trendingtopp.com/kata-kata-bijak/>

<https://www.liputan6.com/bola/read/4305553/kemenpora-gelar-sertifikasi-pelatihan-airlangga-bekal-pelatih-tingkatkan-prestasi-atlet> (diakses pada 8 Mei 2022).

## TIM PENULIS



**Dr. Adi Sucipto, M.Kes.**, adalah dosen olahraga dari IKIP Budi Utomo Malang, pendidikan terakhir adalah Doktor dalam bidang ilmu keolahragaan, lulusan dari Universitas Negeri Surabaya pada tahun 2016. Bapak Adi S., lahir di Banyuwangi pada 12 April 1966. Pekerjaan lima tahun terakhir pada tahun 2017 sampai sekarang sebagai Ketua Uji Kompetensi Pelatih Olahraga Wilayah Malang Raya, pada tahun 2017 sebagai ketua program studi magister pendidikan olahraga pascasarjana IKIP Budi Utomo Malang. Kegiatan ilmiah keolahragaan yang beliau ikuti adalah pelatihan pelatih asesor kompetensi pelatih olahraga di Solo pada Maret 2017, dan sebagai pemakalah pada International Conference Sports Sciences (2<sup>nd</sup> ICCS) di Universitas Negeri Surabaya pada Juli 2017. Aktif dalam berbagai kajian dan penelitian seperti “Evaluasi kompetensi pelatih sekolah sepak bola se Malang Raya pada 2016 dan 2017, dan mengembangkan instrumen untuk Evaluasi kompetensi pelatih sekolah sepak bola, sekaligus terus berkontribusi dalam bidang kepelatihan olahraga.



**Prof. Toho Cholik Mutohir Ph.D.**, Guru Besar Olahraga Universitas Negeri Surabaya, biasa dipanggil dengan sapaan akrab Prof Toho yang berperan peran sebagai founding father sports sciences di Indonesia, Beliau memberikan banyak andil dan kontribusi yang luar biasa dalam kemajuan olahraga di Indonesia dimana kiprah beliau pernah menjadi Sekretaris Menteri Negara Pemuda dan Olahraga, Dirjen Olahraga Masyarakat. Kegiatan terakhir sebagai direktur Badan Sports Sciences KONI Jawa Timur, kemudian beliau masih memberikan banyak sumbangan pemikiran sebagai nara sumber nasional keolahragaan dan seminar internasional keolahragaan di berbagai negara. Aktif memberikan pemikiran dalam pengembangan Desain Besar Olahraga Nasional (DBON), dan sampai saat ini masih aktif memberikan kuliah pada program Doktor Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Surabaya, dan aktif pada pengembangan Sport Development Index (SDI). Melalui pemikiran beliau dan kajian beliau sudah banyak melahirkan Doktor bidang keolahragaan termasuk tim penulis disini adalah mantan mahasiswa dari Prof Toho.



**Dr. Muhammad Muhyi., M.Pd.** adalah dosen di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya di sekolah Pascasarjana Prodi pendidikan jasmani, tugas lain saat ini sebagai kepala pusat perencanaan dan pengembangan pembelajaran Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Beberapa kegiatan telah dilakukan dalam pengembangan keolahragaan, kegiatan terakhir membantu Prof Toho dalam penerapan Sport Sciences di KONI Jawa Timur dan membantu Prof Toho dalam membimbing mahasiswa program Doktor Keolahragaan, aktif memberikan pemikiran dan kajian bentuk seminar dan workshop keolahragaan. Membantu Prof Agus Kris kegiatan pengembangan olahraga masyarakat di Desain Besar Olahraga Nasional (DBON). Sampai saat ini aktif sebagai Ketua Umum Asosiasi Prodi Olahraga Perguruan Tinggi PGRI (APOPI) seluruh Indonesia. Aktif Pergatsi Jatim, Aktif dalam pengembangan olahraga prestasi, diberi amanah sebagai Ketua Umum PSTI di Kabupaten Gresik. Masih tetap aktif pengembangan olahraga masyarakat di Komite Olahraga Masyarakat Indonesia (KORMI) di Jawa Timur.



# KOMPETENSI


Pelatih Olahraga di Era Digital

Buku ini tidak lain merupakan upaya penulis untuk memberikan sumbangsih pemikiran dan pengetahuan, khususnya bagi para pelatih olahraga agar semakin kompeten. Sebab sumber daya manusia, khususnya pelatih olahraga merupakan garda terdepan dalam membantu dan mengantarkan para atlet meraih prestasi tertinggi dengan mengibarkan Sang Saka Merah Putih di berbagai negara penyelenggara suatu kejuaraan. Maka hadirnya buku ini diharapkan bisa sedikit membantu memberikan bekal tambahan bagi para pelatih agar prestasi olahraga di Indonesia semakin harum namanya.



## Akademia Pustaka

Perum. BMW Madani Kavling 16, Tulungagung

 <https://akademiapustaka.com/>

 [redaksi.akademia.pustaka@gmail.com](mailto:redaksi.akademia.pustaka@gmail.com)

 [@redaksi.akademia.pustaka](#)

 [@akademiapustaka](#)

 081216178398

