

## PELATIHAN TES PENGUKURAN DAN EVALUASI PEMBINAAN OLAHRAGA BAGI PELATIH DAN ATLET KONI GIANYAR

I Putu Darmayasa<sup>1</sup>, Suratmin<sup>2</sup>, Luh Dea Pratiwi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi FOK UNDIKSHA, <sup>2</sup>Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga FOK UNDIKSHA, <sup>3</sup>Prodi Keperawatan dan Profesi Ners FK UNDIKSHA  
Email: putu.darmayasa@undiksha.ac.id, suratmin@undiksha.ac.id, luh.dea.pratiwi@undiksha.ac.id

### ABSTRACT

*KONI Gianyar needs to build sports achievements through coaching management, especially a sports science and technology approach. The objectives of Community Service (PkM) for implementing science and technology at KONI Gianyar are: (1) providing sports measurement test training for coaches and athletes, and (2) providing assistance with sports coaching measurement and evaluation tests for coaches and athletes. The number of coaches and athletes is 31 people. The PkM method is: (1) measurement test training method for coaches and athletes, (2) guidance evaluation assistance for coaches and athletes, (3) discussions and questions and answers to solve various measurement test and sports coaching evaluation problems, and (4) assignments work regarding measurement tests and evaluation of sports coaching. The results of PkM are (1) coaches and athletes master and skilled at carrying out sports tests and measurements, and (2) coaches and athletes master and are skilled at evaluating sports coaching at KONI Gianyar.*

**Keywords:** training, measurement tests, coaching, athletes

### ABSTRAK

KONI Gianyar perlu membangun prestasi olahraga melalui manajemen pembinaan khususnya pendekatan Iptek olahraga. Tujuan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) penerapan Iptek di KONI Gianyar adalah: (1) memberikan pelatihan tes pengukuran olahraga bagi pelatih dan atlet, dan (2) memberikan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet. Jumlah pelatih dan atlet sebanyak 31 orang. Metode PkM adalah: (1) metode pelatihan tes pengukuran bagi pelatih dan atlet, (2) pendampingan evaluasi pembinaan bagi pelatih dan atlet, (3) diskusi dan tanya jawab untuk memecahkan berbagai permasalahan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga, dan (4) tugas kerja mengenai tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga. Hasil PkM adalah (1) pelatih dan atlet menguasai dan terampil melakukan tes dan pengukuran olahraga, dan (2) pelatih dan atlet menguasai dan terampil mengevaluasi pembinaan olahraga di KONI Gianyar.

**Kata kunci:** pelatihan, tes pengukuran, pembinaan, atlet

### PENDAHULUAN

Pembinaan olahraga dilakukan dengan cara meningkatkan kualitas pengelolaan dalam pembinaan, sistem rekrutmen atlet, penyusunan program pelatihan, tes pengukuran olahraga, dan evaluasi pembinaan yang dilakukan secara berkelanjutan, terukur, dan komprehensif dengan mengoptimalkan peran serta seluruh *stakeholder* keolahragaan. Suatu komitmen yang penuh kesungguhan untuk meningkatkan kualitas pembinaan olahraga jangka panjang tentunya membutuhkan pengelolaan yang baik. Olahraga merupakan segala kegiatan yang

sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial melalui kompetisi yang bertujuan mencapai dan meningkatkan prestasi untuk dapat mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa dalam pergaulan antar bangsa. Sistem keolahragaan nasional telah menggariskan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga untuk mencapai prestasi yang diharapkan mulai dari usia dini dengan memanfaatkan dan berdasarkan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) keolahragaan. Iptek keolahragaan menjadi acuan dalam pencapaian prestasi, oleh karena

itu program pelatihan dan kualitas pelatih dalam upaya melaksanakan fungsinya untuk meningkatkan prestasi atlet perlu memahami secara mendalam iptek keolahragaan. Kendala yang dapat menyebabkan tersendatnya pembinaan olahraga adalah kurangnya pelatih menerapkan ilmu keolahragaan yang semakin kompleks. Pelatihan pada tidak sekedar berolahraga, namun merupakan porses yang kompleks. Memahami permasalahan tersebut, pelatih penting membekali dirinya dengan ilmu yang cukup. Pembinaan olahraga tidak hanya dipengaruhi oleh pelatih dan atlet saja, tetapi juga perkembangan dan kemajuan ilmu keolahragaan.

Prestasi atlet merupakan akumulasi dari kualitas fisik, teknik, taktik, dan kematangan psikologis. Mencapai prestasi yang tinggi diperlukan perencanaan sasaran yang tepat meliputi persiapan fisik, teknik, taktik, dan

mental (Johansyah Lubis dan Evalina Heryanty 2007: 5). Persiapan fisik dan teknik merupakan dasar dalam membangun prestasi. Prestasi tinggi terdiri dari kondisi fisik, teknik, taktik, syarat lingkungan bakat, dan kepribadian (Grosser, et.al , 2012: 2). Hasil evaluasi dan analisis mengenai juara dunia menunjukkan bahwa atlet yang mampu menghasilkan prestasi yang intensif adalah; (1) memiliki fisik yang prima, (2) menguasai teknik yang sempurna, (3) memiliki karakteristik psikologis dan moral yang diperlukan oleh cabang olahraga yang ditekuni, (4) cocok untuk cabang olahraga yang dilakukannya, dan (5) sudah berpengalaman berlatih dan bertanding bertahun-tahun (Husdarta J,S, 2010:.75). Evaluasi pembinaan yang penting untuk ditelaah oleh KONI Gianyar adalah hasil Provprov 2022. Berikut hasil Porprov Bali tahun 2022 pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Perolehan Medali Pada Porprov Bali tahun 2022

NO	DAERAH	MEDALI			RANGKING
		EMAS	PERAK	PERUNGGU	
1	BADUNG	177	124	132	1
2	DENPASAR	146	150	154	2
3	BULELENG	75	71	102	3
4	GIANYAR	53	73	119	4
5	KLUNGKUNG	25	42	64	5
6	TABANAN	23	22	43	6
7	JEMBRANA	17	28	57	7
8	BANGLI	15	16	48	8
9	KARANGASEM	10	15	43	9
<b>JUMLAH</b>		<b>541</b>	<b>541</b>	<b>762</b>	

*Laporan: Hasil Porprov 2022*

Berdasarkan hasil perolehan medali pada Porprov Bali tahun 2022 tersebut di atas KONI Gianyar berada pada peringkat ke 4. Hal tersebut mendorong KONI Gianyar mengubah strategi dan sistem pembinaan olahraga guna mencapai prestasi olahraga yang lebih tinggi, perlunya peningkatan kompetensi dan kualitas iptek olahraga bagi pelatih untuk menangani

dan melatih atletnya. KONI Gianyar berusaha memadukan antara teori dan praktek di lapangan yang dilakukan bersama stakeholder olahraga, pengkab, pengurus KONI, dan pelatih olahraga untuk menerapkan sistem pembinaan, kepelatihan, dan perekrutan atlet unggul olahraga. Pelatih adalah seorang profesional yang tugasnya membantu atlet dalam

memperbaiki penampilan olahraga. Profesi sebagai pelatih semakin diakui secara meluas, karena pelatih yang baik akan menghasilkan program yang baik (Didjend Depdikbud, 2003). Melatih adalah suatu profesi, maka pelatih diharapkan dapat memberikan pelayanannya sesuai dengan standar atau ukuran profesional yang ada. Salah satu standar profesi menentukan bahwa pelayanannya harus diberikan sesuai dengan perkembangan mutakhir pengetahuan ilmiah bidang tersebut (Pate Rotella McClenaghan, 1993). Banyak pelatih yang secara teratur menghasilkan tim dan olahragawan menjadi juara. Sesungguhnya melatih dapat menjadi pekerjaan yang sangat menyenangkan. Olahragawan akan selalu mengharapkan pelatih yang menghayatidan menguasai profesi atau keahliannya yaitu melatih secara profesional.

Pada dasarnya kualifikasi yang harus dipenuhi pelatih dalam memperoleh keberhasilan dibutuhkan 3 kemampuan utama, yaitu: (1) pengetahuan/ilmu yang diperlukan untuk melakukan pengkajian teoritis mengenai masalah yang berkaitan dengan pelatihan, (2) pelatih harus mempunyai keterampilan yang memadai, diantaranya adalah keterampilan teknis, konseptual, manejerial, dan keterampilan hubungan antar personal, (3) sikap hidup atau filsafat, pelatih harus sadar dimana berada, sehingga sikap serta perilakunya tidak berbeda dengan sistem yang dianut atlet dan masyarakat di sekitarnya. Pelatih dan atlet perlu dan penting untuk menguasai dan terampil dalam melaksanakan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan. Jumlah pelatih dan atlet yang banyak perlu dilaksanakan tes pengukuran dan evaluasi kemampuan atlet baik, unsur fisik, teknik, kesehatan dan pemeriksaan psikologis atlet. Berdasarkan kesepakatan pengurus KONI Gianyar dengan tim pengabdian Undiksha untuk menyelenggarakan pelatihan dan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar tahun 2024.

KONI Gianyar masih jarang melakukan kegiatan ilmiah diantaranya; penataran, workshop, seminar, pelatihan, pemanduan bakat, tes pengukuran ataupun pendampingan bagi pelatih olahraga untuk penerapan dan pengembangan iptek olahraga dalam kepelatihan. Sosok pelatih dilukiskan banyak orang dalam berbagai tipe. Ada yang digambarkan sebagai individu yang keras, tanpa kompromi, suka memaksakan kehendak, ada juga yang digambarkan sebagai orang yang sportif, pembimbing atlet, motivator, namun ada juga yang tampak santai seolah-olah tidak mempedulikan atletnya. Fungsi pelatih melakukan pembinaan dan pelatihan atlet atau olahragawan, sehingga mampu meraih prestasi setinggi-tingginya. Bersama dengan atlet, pelatih merupakan kesatuan yang memiliki peranan sentral, dengan pengertian, bahwa seluruh aktivitas pembinaan sesungguhnya terarah pada mewujudkan prestasi melalui kedua unsur tersebut. Adapun kata kunci tentang pelatih yaitu orang yang membantu atlet dalam meningkatkan prestasi olahraganya. Keberhasilan pelatih dalam membina atlet menuju pencapaian prestasi adalah berusaha membantu meningkatkan prestasi atletnya semaksimal mungkin. Untuk itu, pelatih perlu senantiasa meningkatkan pengetahuannya di dalam metodologi melatih dengan cara lebih terbuka dalam mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi.

Melihat peran dan tugas pelatih olahraga KONI Gianyar mempunyai banyak peran dan tanggung jawab dalam perkembangan atlet yang dibina dan peningkatan prestasi, namun hasil pelatihan dan pembinaan yang dilakukan belum maksimal, terutama menuju juara Porpov Bali tahun 2024. Pelatih dan atlet dalam mempersiapkan berkompetisi atau bertanding dengan waktu yang relatif singkat, tanpa program jangka panjang secara berkesinambungan dan sistematis. Padahal pelatih kontingen Karangasem dituntut untuk meningkatkan prestasi optimal, tanpa dibarengi pelatih yang memiliki kompetensi dan ilmu keolahragaan yang mumpuni, agar dapat

digunakan untuk melatih dengan pendekatan iptek olahraga. Berdasarkan hasil diskusi antara tim pengabdian Undiksha dengan Sekretaris Umum dan Pengurus KONI Gianyar. Hasil diskusi adalah (1) KONI Gianyar terdorong untuk meraih prestasi lebih tinggi sebagai juara atau runner up, (2) hasil Porprov Bali tahun 2022 yang diperoleh KONI masih peringkat keempat, (3) pelatih dan atlet KONI untuk menerapkan iptek olahraga, (4) jumlah atlet yang dibina oleh KONI Gianyar cukup banyak, untuk fokus pada nomor individu, (5) pelatih Gianyar termotivasi untuk meningkatkan kompetensi dan ilmu kepelatihan, (6) rekrutmen atlet unggul untuk dibina dan dilatih dengan pemanduan bakat dan kajian ilmiah, (7) pendekatan, model, dan metode pelatihan olahraga perlu dengan iptek olahraga, (8) menyelenggarakan tes pengukuran dan evaluasi secara berkala atau periodik, dan (9) tambahan pendanaan dalam pembinaan dan kepelatihan. Hasil diskusi tersebut menyatakan bahwa KONI Gianyar sangat mengharapkan dorongan, masukan dan pelatihan keolahragaan, terutama dari FOK Undiksha untuk membantu meningkatkan kompetensi, pengetahuan, dan keterampilan kepelatihan olahraga bagi pelatih dan atlet. Kegiatan pelatihan yang dapat dilakukan dalam bentuk kesepakatan kerjasama melalui PkM penerapan iptek olahraga di KONI Gianyar. Berdasarkan hasil diskusi tersebut, maka pengabdian rencana melakukan Pelatihan dan Pendampingan Tes Pengukuran dan Evaluasi Pembinaan Olahraga bagi Pelatih dan Atlet KONI Gianyar tahun 2024.

Tim pengabdian Undiksha merancang pelatihan dan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan bagi pelatih dan atlet olahraga KONI Gianyar dalam kompetensi pelatih dan meningkatkan prestasi pada Proprov 2024, diidentifikasi masalah: (1) pembinaan olahraga penting untuk dilakukan secara komprehensif, berkelanjutan, dan sistematis di KONI Gianyar guna meraih perolehan medali lebih banyak pada event Porprov Bali tahun 2024, sampai menjadi juara, (2) perlunya pelatihan tes pengukuran olahraga

bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar, sebagai parameter atlet yang akan dikirim pada Proprov 2024, (3) penting dilakukan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar, dan (4) penerapan iptek olahraga melalui pelatihan dan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar. Dalam PkM dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: (1) memberikan pelatihan tes pengukuran bagi pelatih dan atlet olahraga KONI Gianyar, dan (2) Memberikan pendampingan evaluasi pembinaan bagi pelatih dan atlet olahraga KONI Gianyar. Tujuan kegiatan PkM adalah sebagai berikut: (1) untuk memberikan pelatihan tes pengukuran olahraga bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar, dan (2) Untuk memberikan pendampingan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar.

## **METODE**

Metode yang dipergunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut: (1) metode ceramah konsep dan pemahaman pada strategi pembinaan, kepelatihan, tes pengukuran bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar, (2) tanya jawab dan demonstrasi tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga KONI Gianyar, dan (3) penugasan bagi pelatih bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar untuk menyusun tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga. Berdasarkan bagan kerangka pemecahan masalah tersebut di atas, maka dapat disampaikan bahwa pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan untuk meningkatkan kompetensi pelatih dan atlet serta mengembangkan ilmu pengetahuan kepelatihan, strategi pembinaan, teknologi kepelatihan olahraga, dan keterampilan menerapkan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan pengurus KONI Gianyar. Keterampilan melatih dan membina olahraga serta melaksanakan tes pengukuran dan evaluasi kepelatihan untuk

dikembangkan dan ditingkatkan capaian prestasi olahraga.

Khalayak sasaran antara yang strategis untuk dilibatkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pelatih dan atlet KONI Gianyar sebanyak 31 orang, untuk menerapkan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga. Dalam pelatihan dan pendampingan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet KONI diberikan dengan berbagai teori dan materi strategi pembinaan olahraga, kepelatihan dan tes pengukuran. Keterkaitan antara pelatih dan pengurus KONI Gianyar dengan ketua pengabdian kepada masyarakat adalah sebagai mitra dalam penerapan iptek olahraga, terutama pada penerapan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan olahraga. Ketua pengabdian I Putu Darmayasa, S.Pd.,M.For. adalah Dosen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan (FOK) Undiksha, pengajar mata kuliah pembinaan prestasi olahraga, bertugas sebagai pelaksanaan tes dan pengukuran atlet KONI Kabupaten/Kota Provinsi Bali. Melihat kompetensi pengabdian sangat erat dengan pembinaan olahraga KONI Gianyar untuk mengatasi kesulitan untuk meraih juara pada Porprov Bali tahun 2024. Target luaran PkM yaitu peserta mampu mengerjakan evaluasi yang diberikan tim pengabdian, peserta memahami, menguasai, dan memiliki kompetensi melaksanakan tes pengukuran dan evaluasi pembinaan dengan kajian iptek olahraga.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Produk Tempat dan Waktu Pelaksanaan PkM PkM dilaksanakan pada jum'at, 26 Juli 2024 bertempat di Kantor KONI Kabupaten Gianyar. Jumlah peserta pelatihan dan pendampingan di KONI Gianyar 31 orang. Ketua pelaksana PkM KONI Gianyar, I Putu Darmayasa, S.Pd.,M.For melaporkan program PkM Penerapan Iptek yang menjadi program penerapan iptek LPPM Undiksha untuk memberikan ilmu pengetahuan

dan teknologi (iptek) keolahragaan bagi pelatih dan atlet KONI Gianyar. I Putu Darmayasa, S.Pd.,M.For mengatakan pentingnya pelatihan tes pengukuran serta evaluasi pembinaan olahraga bagi pelatih dan atlet.

### **2. Narasumber Pelaksanaan PkM**

PkM yang dilaksanakan di KONI Gianyar dihadiri Sekretaris Umum Bapak Wayan Lastra, SH.,MH., yang membuka kegiatan dan memberikan sambutan program PkM penerapan iptek. Sebagai dasar pembinaan di daerah, KONI Gianyar berusaha memperbaiki pola pembinaan olahraga dengan pelatihan tes pengukuran olahraga bagi pelatih dan atlet. Beliau juga menekankan evaluasi pembinaan olahraga di KONI Gianyar. KONI Gianyar menyambut baik program PkM Undiksha untuk diteruskan dan KONI mengharapkan kerjasama lebih lanjut, agar Undiksha dapat membantu pengembangan iptek di KONI Gianyar.

Sebagai narasumber program PkM penerapan iptek di KONI Gianyar adalah Dr. Syarif Hidayat, S.Pd.,M.Pd yang menyampaikan tema tentang tes dan pengukuran olahraga dan Dr. Suratmin, S. Pd.,M.Or, yang menyampaikan materi evaluasi pembinaan olahraga di KONI Gianyar.

### **3. Hasil Program PkM**

Berdasarkan program PkM yang telah dilakukan maka dihasilkanlah:

- a. Pelatih dan atlet menguasai dan terampil melakukan tes dan pengukuran olahraga di KONI Gianyar
- b. Pelatih dan atlet menguasai dan terampil mengevaluasi pembinaan olahraga di KONI Gianyar

Pelatih merupakan salah satu profesi yang sering dianggap paling menarik dari semua profesi. Hal ini terbukti dari banyaknya pelatih yang dikagumi oleh masyarakat dan dihormati oleh para olahragawan dengan kemampuannya dan keahlian dalam menganalisa gerakan manusia. Banyak pelatih yang secara teratur menghasilkan tim dan olahragawan menjadi juara. Sesungguhnya melatih dapat menjadi pekerjaan yang sangat menyenangkan. Olahragawan akan selalu mengharapkan pelatih

benar menghayati profesinya. Olahragawan akan menghargai pelatih apabila menguasai ahliannya dalam berbagai aspek, bukan hanya teknis dan taktis saja, tetapi ilmu yang berhubungan dengan gerakan, perkembangan dan pertumbuhan, biomekanika, fisiologi, gizi, ilmu sosial, psikologi, dan ilmu kesehatan. Tanpa penguasaan ilmu pengetahuan tersebut, kecil sekali kemungkinan pelatih akan berhasil dengan baik dalam profesinya (Harsono, 1975). Pelatih merupakan pekerjaan profesional yang tugasnya membantu olahragawan dalam memperbaiki penampilan olahraga. Melatih adalah suatu profesi, maka pelatih diharapkan dapat memberikan pelayanannya sesuai dengan standar/ukuran profesional yang ada. Salah satu standar profesi menentukan bahwa pelayanannya harus diberikan sesuai dengan perkembangan mutakhir pengetahuan ilmiah bidang tersebut. Pengetahuan ilmiah yang dimiliki oleh pelatih dalam menunjang keberhasilan atlet di samping pengalaman serta kematangan pribadinya perlu dukungan berbagai disiplin ilmu yang terkait seperti fisiologi, biomekanika, psikologi dan ilmu yang lainnya.

Suatu kenyataan bahwasannya di negara yang berkembang olahraganya sangat maju, dan prestasi olahragawannya menonjol kebanyakan sangat ditunjang oleh pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dengan baik dan pembinaan berkelanjutan pada klub olahraga, sentra olahraga, dan pengkab/pengkot olahraga. Sebagai contoh China yang menetapkan bahwa cabang olahraga tenis meja dan senam serta renang merupakan mata pelajaran wajib bagi seluruh siswa. Demikian juga Rusia yang menetapkan cabang olahraga senam dan catur menjadi mata pelajaran wajib, tentunya semua hal tersebut juga ditunjang adanya sarana dan prasarana, serta tenaga pengajar atau pelatih yang memadai. Berbagai organisasi keolahragaan di Indonesia mengakui bahwa pembinaan olahraga di tingkat dasar sebagai fondasi bangunan olahraga prestasi mengalami

kondisi yang lemah, sehingga belum mampu menghadapi tantangan ke depan.

Perwujudan dan keberadaan atlet kabupaten/kota olahraga termasuk KONI Gianyar pada dasarnya adalah untuk peningkatan prestasi olahraga secara efisien dan efektif melalui proses pembinaan olahraga yang ditata secara formal dan terpusat pelatihan olahraga. Pencapaian prestasi merupakan perpaduan usaha atlet dan kerja keras pelatih, sehingga keduanya yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan program pelatihan untuk menghasilkan prestasi tinggi (Djoko Pekik Irianto, 2009). Pembinaan olahraga kabupaten/kota dipengaruhi oleh sistem pembinaan secara berjenjang, ditunjang dengan berbagai fasilitas, dan target prestasi olahraga tingkat daerah, nasional, dan internasional. Pembinaan olahraga kabupaten/kota dan provinsi Bali, khususnya beladiri mengacu pada pembinaan olahraga berskala daerah dan nasional, termasuk keterlibatan pengurus besar cabang olahraga yang dibina. Evaluasi pembinaan olahraga kabupaten/kota yang berjenjang dan berkelanjutan perlu didukung oleh stakeholder keolahragaan yang profesional dan pemanfaatan iptek olahraga.

Tabel 2. Matrik Luaran PkM

No	Luaran	Tingkat
1	Artikel (Prosiding)	Nasional
2	Panduan tes dan Pengukuran	HKI

## Pelaksanaan PkM Penerapan Iptek



Gambar 1. Pembukaan PkM: Tes dan Pengukuran dan Evaluasi Pembinaan Olahraga)



Gambar 2. Penyampaian Materi 1 (Tes dan Pengukuran dan Evaluasi Pembinaan Olahraga) Dr. Syarif Hidayat, S.Pd.,M. Pd dan Dr. Suratmin, S.Pd.,M.Or



Gambar 3. Penyampaian Piagam Penghargaan dan Foto Bersama

## SIMPULAN

Simpulan program PkM adalah sebagai berikut:

- (1) pelatih dan atlet menguasai dan terampil melakukan tes dan pengukuran olahraga di KONI Gianyar, dan (2) pelatih dan atlet menguasai dan terampil mengevaluasi pembinaan olahraga di KONI Gianyar.

## DAFTAR RUJUKAN

Bompa, Tudor O. And Gregory. G. Haff. 2009, *Periodization Theory and Methodology of Training*, New York: Kendall/Hunt Publishing Company

\_\_\_\_\_. 1999, *Perization: Theory and Methodology of Training*, Dubuque,

Lowa: Kendall/ Hunt Publishing Company.

\_\_\_\_\_. 1994. *Theory and Metodology of Training*, Dubuque, Lowa: Kendall/ Hunt Publishing Company.

\_\_\_\_\_. 2000 *Total TrainingFor Young Champion*. United States: Human Kinetics Champaign

Darmayasa Putu I, dkk., 2020, Evaluasi Program Pembinaan Olahraga KONI Kabupaten Karangasem Provinsi Bali Dengan Metode Contex, Input, Process, Product (CIPP) dapat digunakan sebagai dasar dan pembinaan olahraga di KONI Karangasem. Singaraja : Laporan Penelitian Undiksha.

\_\_\_\_\_,dkk., 2022. Evaluasi Penyelenggaraan Pekan Olahraga Provinsi (Porprov), Pola Pembinaan Olahraga dan Olahraga Unggulan KONI Bali. Singaraja : Laporan Penelitian Undiksha.

- Grosser, et.al. 2012. Latihan Fisik Olahraga (*Conditionstraining*). Diterjemahkan oleh Paulus L.P. Satuan Pelaksana Prima Pratama. Jakarta: Prima Pratama
- Hadi Rubianto. *Ilmu Kepeleatihan Dasar* (Diktat). Semarang: Jurusan Pendidikan Kepeleatihan FIK UNNES, 2006.
- Harsono. 1988. Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta : Departemen pendidikan dan kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan
- Irianto Djoko Pekik., et.al, 2009.*Materi Pelatihan Kondisi Fisik Dasar*. Jakarta: Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan Iptek Olahraga Kemenpora
- Johansyah Lubis, Evalina Heryanty. 2007. Latihan Dalam Olahraga Profesional. Editi I Jakarta : Badan Pengembangan dan Pengawasan Olahraga Profesional Indonesia.
- Sadoso Sumosardjono 1992. *Pengetahuan Praktis Dalam Olahraga*. Gramedia ,Jakarta
- Sri Sudono Sumarto, 2000. *Klub Sebagai Ujung Tombak Pembinaan Olahraga di Indonesia*. Malang: Seminar Ilmiah Keolahragaan PON XV
- Suratmin, dkk, 2020. Studi Survey Dan Pemetaan Berdasarkan Evaluasi Program Pembinaan Olahraga KONI Kabupaten/Kota Provinsi Bali Dengan Metode Contex, Input, Process, Product. Singaraja : Laporan Penelitian LPPM Undiksha