

MAKALAH

KEGIATAN PENINGKATAN PROFESIONAL MANAJEMEN
OLAHRAGA DAN KAPASITAS ORGANISASI OLAHRAGA
FUNGSIONAL, PROFESIONAL DAN PRESTASI

Materi

MANAJEMEN PUSAT LATIHAN NASIONAL DAN ATLET
ELIT

Oleh:

Tjung Hauw Sin

PERPUSTAKAAN UNIV. NEGERI PADANG
TELAH TERDAFTAR

JUDUL : KEGIATAN PENINGKATAN PROFE-
SIONAL MANAJEMEN ...
PENYUSUN : TJUNG HAUW SIN
JENIS : MAKALAH
NOMOR : 36/UN. 35.15/PK/KL/2018
TANGGAL : 19 SEPTEMBER 2018



LENGGARAKAN ASISTEN DEPUTI PENINGKATAN TENAGA DAN ORGANISASI
KEOLAHRAGAAN, DEPUTI PENINGKATAN PRESTASI OLAHRAGA
KEMENTERIAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
KABUPATEN MINAHASA SULAWESI UTARA
2017

MAKALAH

**KEGIATAN PENINGKATAN PROFESIONAL MANAJEMEN
OLAHRAGA DAN KAPASITAS ORGANISASI OLAHRAGA
FUNGSIONAL, PROFESIONAL DAN PRESTASI**

Materi

**MANAJEMEN PUSAT LATIHAN NASIONAL DAN ATLET
ELIT**

Oleh:

Tjung Hauw Sin

**Lenggarakan Asisten Deputi Peningkatan Tenaga dan Organisasi
Keolahragaan, Deputi Peningkatan Prestasi Olahraga
Kementrian Pemuda dan Olahraga
Kabupaten Minahasa Sulawesi Utara
2017**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat dan kasih karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan makalah tentang “Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit ” ini dengan baik meskipun banyak kekurangan didalamnya.

Penulisan makalah ini untuk memberikan pengetahuan mengenai “Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit”. Penulis juga menyadari sepenuhnya bahwa di dalam makalah ini terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis berharap adanya kritik, saran dan usulan demi perbaikan makalah yang akan penulis buat di masa yang akan datang, mengingat tidak ada sesuatu yang sempurna tanpa saran yang membangun.

Padang, Mei 2017

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	ii
I. PENDAHULUAN	1
II. PEMBAHASAN.....	2
A. Manajemen seleksi atlet.....	2
B. Manajemen dukungan saran dan prasarana	2
C. Manajemen dukungan <i>sport science</i>	4
D. Manajemen program latihan	6
E. Manajemen karakter building/revolusi mental	10
III. KESIMPILAN	14
DAFTAR PUSTAKA.....	15

Manajemen Pusat Latihan Nasional Dan Atlet Elit

Oleh:

Tjung Hauw Sin

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manajemen olahraga telah ada kira-kira semejak zaman Yunani Kuno, yaitu kurang lebih pada abat ke-12 sebelum masehi. Hal ini menunjukkan betapa pentingnya olahraga bagi kehidupan manusia. Manajemen olahraga modern dewasa ini kiranya belum dapat dikatakan berkembang secepat perkembangan manajemen dibidang industri. Hal tersebut barang kali disebabkan oleh pendapat umum yang mengaitkan olahraga dengan “bermain” dan manajemen dengan “bekerja”.

Berdasarkan dari unkanan di atas maka dalam kegiatan Peningkatan Profesional Manajemen Olahraga dan Kapasitas Organisasi Olahraga Fungsional, Profesional dan Prestasi tentang Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet elit yang diselenggarakan oleh Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga, Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia, yang membahas tentang:

- A. Manajemen sleksi atlet
- B. Manajemen dukungan saran dan prasarana
- C. Manajemen dukungan *sport science*
- D. Manajemen program latihan
- E. Manajemen karakter building/revolusi mental

II. PEMBAHASAN

A. Manajemen Sleksi Atlet

Seorang atlet adalah individu yang memiliki keunikan sendiri. Dimana atlet memiliki bakat, pola perilaku dan kepribadian tersendiri serta latrabelakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya. Dalam beberapa

cabang olahraga atlet harus melakukannya berkelompok atau beregu, pertimbangan bahwa seorang atlet sebagai individu yang unik sehingga perlu dijadikan sebagai landasan pemikiran, misalnya; didalam olahraga beregu, kemampuan adaptif individu untuk melakukan kerjasama kelompok sangat menentukan perannya kelak didalam kelompok.

Seorang yang dijadikan atlet adalah sesuatu hal yang mustahil untuk menyeteratakan kemampuannya dengan atlet lainnya, karena setiap individu memiliki bakat yang berbeda-beda. Sesungguhnya bakat yang dimiliki atlet yang secara individual inilah yang layak untuk memperoleh perhatian secara khusus ia dapat memanfaatkan potensi-potensinya yang ada secara maksimum (Satiadarma, 2000 : 29 – 30).

B. Manajemen Dukungan Sarana dan Prasarana

Pengertian sarana dan prasarana memang sangatlah luas, tergantung dari persepsi mana dan dilihat dari sudut pandang mana kita mendefinisikannya berdasarkan disiplin ilmu tertentu. Sarana olahraga menurut Soepartono (2000:6), sarana olahraga dapat digolongkan menjadi dua kelompok yaitu:

- 1) Peralatan (*apparatus*), yaitu sesuatu yang digunakan, seperti: peti loncat, palang tunggal, palang sejajar, kuda-kuda dan lain-lain.
- 2) Perlengkapan (*device*), yaitu:
 - Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya: net, bendera, untuk tanda, garis batas dan lain-lain.
 - Sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya: bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Sedangkan prasarana *olahraga* Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia (1994: 1086) adalah sarana yang dapat menunjang bagi suatu usaha, pekerjaan, dan kegiatan. Prasarana bukan hanya sebatas pada hal-hal yang terkait pada arena kegiatan olahraga saja. Tetapi segala sesuatu di luar arena yang ikut memperlancar jalannya aktifitas olahraga, ini yang disebut prasarana olahraga.

Jadi prasarana merupakan lapangan sepakbola, lapangan bolabasket, atletik dan lain-lain. Gedung serbaguna juga merupakan prasarana olahraga, di mana pada bangunan tersebut bisa dipergunakan untuk berbagai macam kegiatan olahraga seperti: bulutangkis, bolavoli, bolabasket, senam dan lain-lain.

Dukungan sarana dan prasaran dalam latihan sangat membutuhkan manajemen yang baik karena, kelengkapan sarana dan prasarana dalam olahraga akan memberikan dampak positif terhadap prestasi olahraga yang ingin dicapai. Selain itu pengadaan sarana dan prasaran olahraga tidak cukup dengan manajemen saja tetapi penyediaannya juga jelas sehingga manajemen untuk mengelolah sarana tersebut baru dibutuhkan. Didalam Sitem Keolahragaan Nasional No 3 Tahun 2005 tentang prasaran dan sarana olahraga Pasal 67 Ayat: 1 dan 2 berbunyi;

(1)Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat bertanggung jawab atas perencanaan, pengadaan, pemanfaatan, pemeliharaan, dan pengawasan prasarana olahraga 2) Pemerintah dan pemerintah daerah menjamin ketersediaan prasarana olahraga sesuai dengan standar dan kebutuhan Pemerintah dan pemerintah daerah.

Berdasarkan kutipan tersebut bahwa sarana dan prasaran olahraga, pemerintah dan pemerintah daerah dalam hal ini telah menjamin ketersediaannya secara standar dan kebutuhan. Jadi dukungan sarana dan prasarana dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan prestasi yang ingin dicapai. Sarana prasarana perlu didaya gunakan dan dikelolah untuk kepentingan proses berlatih melatih dan pertandingan. artinya adanya dukungan sarana dan prasarana, olahraga dapat berjalan dengan efek dan efisien. Pengolaan sarana dan prasaran merupakan suatu proses sebagaimana terdapat dalam manajemen yang ada pada umumnya, yaitu;

- 1) Perencanaan
- 2) Peorganisasian
- 3) Pergerakan
- 4) Pemeliharaan
- 5) Pengawasan

Tujuan manajemen pengelolaan sarana dan prasarana adalah untuk memberikan layanan secara profesional berkaitan dengan sarana dan prasarana olahraga agar proses dalam berlatih ataupun bertanding bisa berlangsung secara efektif dan efisien (Tomoliyus, 2010).

C. Manajemen Dukungan (*Sport Science*)

Ilmu olahraga (*Sport Science*) merupakan sebuah ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan olahraga. Sebelum membahas ilmu keolahragaan, terlebih dahulu dijelaskan pengetahuan dan ilmu. Pengetahuan pada hakikatnya merupakan sesuatu yang diketahui tentang suatu objek tertentu, termasuk didalamnya adalah ilmu. Jadi ilmu adalah bagian dari pengetahuan yang diketahui oleh manusia. Ilmu dapat dikatakan sebagai kumpulan pengetahuan yang disusun secara logis, sistematis, dan konsisten serta kebenarannya teruji secara empiris. Dalam hal ini sifat ilmu adalah spekulatif, artinya kebenaran ilmu terkait oleh lingkup, ruang, dan waktu apabila dikemudian hari ditemukan ilmu lain yang lebih fungsional, maka ilmu terdahulu akan terkalahkan dan dianggap kurang/tidak valid lagi. Jadi, setiap jenis pengetahuan atau ilmu mempunyai ciri-ciri yang spesifik mengenai: (1) apa/antologi, (2) bagaimana/epistemologi, (3) untuk apa/aksiologi (Milsidayu. Et al (2015:1).

Zaman sekarang, metode dan teknik melatih sudah menjadi semakin *scientific* dan semakin canggih. Prestasi-prestasi dahulu diperkirakan orang tidak mungkin akan dapat dicapai manusia, kini sering kali bukan impian lagi. Hal ini disebabkan karena pelatih pada zaman sekarang sudah tidak terlalu sukar lagi memperoleh dan memanfaatkan data-data ilmiah untuk aplikasi praktis dalam tugas kepelatihannya (*coaching*). Mereka membaca mempelajari buku-buku mengenai kedokteran olahraga, faal, psikologi, biomekanika, gizi, dsb, dan mengadakan riset tentang berbagai kemungkinan prestasi dalam bidang olahraga.

Oleh karena itu untuk menjadi pelatih yang berhasil, pelatih harus memiliki pengertian dan pengetahuan tentang beberapa prinsip ilmu yang erat hubungannya dengan masalah pelatihan dan yang menentukan prestasi dalam bidang olahraga. Kalau dilihat banyak pelatih dalam usaha meningkatkan prestasi

tinggi bagi para atletnya, hanya mengandalkan pada intensitas latihannya. Namun ada ungkapan yang paling terpenting dalam latihan tidak selalu intensitas latihannya, "*the most important thing is not necessarily the intensity of training, but many times more so the quality of training*", atau seringkali kualitas latihannya yang justru lebih penting. Tetapi selalu ketika kita bicara sebuah kualitas yang ingin dicapai dalam latihan, seharusnya kita musti bicara juga mengenai IPTEK olahraga. Arti latihan juga harus bisa kita hubungkan dengan bidang-bidang ilmu yang erat hubungannya dengan olahraga, misalnya kinesiology, terutama faal olahraga yang bisa menjadi faktor dominan dan merupakan bagian yang penting dalam *coaching science* (Harsono, 2015:5).

Jadi manajemen dukungan Ilmu olahraga (*Sport Science*) adalah ilmu pengetahuan yang dimiliki seorang pelatih yang berkaitan dengan olahraga sehingga dapat menunjang kegiatannya dalam melatih untuk meningkatkan prestasi atlet secara maksimal. Dukungan ilmu olahraga terhadap perkembangan prestasi olahraga dapat memberikan dampak positif terhadap hasil latihan yang diberikan pada atlet. Dengan demikian manajemen pelatih harus dirubah dalam rangka membina olahraga sebagai ajang perestasi ditingkat nasional maupun internasional, dengan kata lain pelatih dapat melahirkan atlet-atlet elit dengan berbagai kemampuan fisik yang berkaitan dengan cabor yang digelutinya. Artinya pelatih harus bisa meninggalkan cara-cara melatih statis tradisional yang sudah usang, meskipun cara atau metode tersebut dahulu dirasakan berhasil. Pelatih yang masih saja menggunakan cara demikian dan menolak konsep-konsep melatih yang modern tidak akan pernah sukses dalam karir melatihnya. Pelatih dalam hal ini harus "*adapt to change*" harus peka terhadap perubahan dan pembaharuan.

D. Manajemen Program Latihan

Proses perencanaan suatu program latihan haruslah mengacu pada prosedur yang terorganisasi dengan baik (*well organized*) yang metodis, dan yang ilmiah, agar dengan demikian program tersebut bisa membantu atlet untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya. Jadi perencanaan program merupakan alat yang penting bagi pelatih untuk bisa melaksanakan program secara *well*

organized. Dalam hal ini tanpa kemahiran seorang pelatih dalam menyusun suatu program latihan yang baik, maka tidak mungkin pula dia bisa melaksanakan training secara terorganisasi dengan baik. Kalau perencanaan tidak baik, hasilnya pun tidak mungkin baik dan sebaliknya.

Agar bisa efektif dalam membuat rencana program latihan pelatih harus memiliki tingkat kepakaran yang tinggi dalam masalah-masalah kepelatihan serta pengalaman yang luas dalam bidangnya. Berdasarkan ungkapan tersebut bahwa dalam sebuah program latihan perlu memiliki manajemen yang baik seperti adanya rancangan program yang bisa dirancang untuk empat tahun, seperti untuk PON, Asian Games, Olympic, atau lain-lain kejuaraan yang tradisinya empat tahun, atau bisa juga untuk jangka waktu setahun, seperti untuk kejunas, kejuaraan atau klub dll.

Dalam menyusun sebuah program latihan empat tahun, misalnya dalam rangka menghadapi PON, sebaiknya program dibagi lagi dalam program latihan satu tahun, dengan demikian dalam program empat tahun itu ada empat program latihan satu tahun. Dalam jangka empat tahun tersebut program latihan harus dirancang sedemikian rupa sehingga kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental menunjukkan perkembangan yang positif.

Untuk membuat program latihan ada beberapa pemikiran sebagai manajemen program yang akan dirancang yaitu:

1. Dasar Perencanaan Program

Program latihan seperti tahunan merupakan alat atau pegangan yang penting bagi pelatih untuk dijadikan pedoman dalam merencanakan latihan selama satu tahun (atau untuk suatu program dalam jangka waktu yang lama) agar program tersebut menjadi fungsional dan bermanfaat bagi pembinaan atlet, maka perencanaan program latihan satu tahun haruslah didasarkan pada konsep periodisasi dan prinsip-prinsip latihan.

2. Prinsip dan Asas Latihan

Secara ringkas beberapa prinsip dan asas latihan yang harus dipahami oleh pelatih yaitu:

1) Prinsip beban latihan (*overload*)

Prinsip ini mengatakan bahwa latihan yang diberikan kepada atlet harus secara periodik dan progresif ditingkatkan. Artinya kalau beban latihan tidak ditambah maka berapa lamapun dan berapa seringpun atlet melakukan latihan maka prestasi tidak akan meningkat.

2) Prinsip individualisasi

Tidak ada dua orang atlet yang memiliki persamaan secara karakteristik baik secara fisiologi maupun psikologisnya pasti memiliki perbedaan secara kemampuan, potensi, adaptasi, dan karakteristik lainnya. Oleh karena itu agar latihan bisa menghasilkan hasil yang terbaik bagi setiap individu, prinsip individualisasi harus senantiasa diterapkan dalam latihan.

3) Densitas latihan

Densitas atau kekerapan latihan mengacu kepada hubungan yang dinyatakan antara kerja dan istirahat dalam latihan. Atau dapat pula diartikan sebagai kepadatan atau frekuensi atlet dalam melakukan terhadap suatu rangkaian (*serie*) rangsangan per satuan waktu.

4) Prinsip kembali asal (*reversibility*)

Prinsip ini mengatakan bahwa, kalau kita berhenti berlatih, tubuh kita akan kembali keadaan semula atau kondisinya tidak akan meningkat. Contoh; menurut astrad, tiga minggu istirahat akan menurunkan VO₂max sebesar antara 17 – 20% lalu diperlukan 4 – 6 minggu untuk *merecover* 25% dari VO₂max yang hilang.

5) Prinsip spesifik

Prinsip ini mengatakan bahwa manfaat maksimal yang bisa diperoleh dari rangsangan latihan hanya akan terjadi manakala rangsangan tersebut mirip atau merupakan replikasi dari gerakan-gerakan yang dilakukan dalam olahraga tersebut. Namun perlu diperhatikan bahwa prinsip spesifik ini baru mulai kita terapkan di Tahap Pra-Pertandingan (TPP), atau paling cepat di pertengahan Tahap Persipan Khusus (TPK).

6) Perkembangan multilateral

Prinsip ini menganjurkan agar anak usia dini jangan terlalu cepat dispesialisasikan pada suatu cabang tertentu. Pada permulaan dia berlatih olahraga, (olahraga apapun yang digelutinya) bebaskan dia untuk menjelajahi beragam aktivitas agar dia bisa mengembangkan dirinya secara multilateral (menyeluruh), baik dalam aspek fisik, mental, maupun sosialnya.

7) Prinsip pulih asal (*recovery*)

Perkembangan atlet bergantung pada pemberian istirahat yang cukup sesuai latihan agar regenerasi tubuh dan dampak latihan (*training effect*) bisa dimaksimalkan. Lamanya masa pemulihan tergantung dari kelelahan yang dirasakan atlet akibat stimulus/latihan sebelumnya.

8) Variasi latihan

Untuk mencegah kebosanan berlatih, pelatih harus bisa dan kreatif dalam memberikan variasi-variasi dalam latihan, misalnya bentuk permainan menggunakan bola, berenang, berenang, berlatih di pergunungan, lari lintas alam dsb.

9) Volume latihan

Penilaian volume latihan yang akurat tergantung pada aktifitasnya atau olahraganya. Dalam olahraga daya tahan (lari, sepeda, kano, ski cross country, dan dayung), unit yang sesuai untuk menentukan volume latihan adalah mencakup jarak. (Bompa 2009:80).

10) Intesitas latihan

Intesitas latihan merupakan suatu komponen yang penting dikaitkan dengan komponen kualitatif kerja yang dilakukan dalam kurun waktu yang diberikan. Syafruddin (2011:33) menyatakan bahwa "intesitas adalah tinggi rendahnya beban atau berat ringannya beban dan cepat lambatnya tempo gerakan dalam melakukan suatu aktivitas olahraga".

11) Asas overkompensasi

Asas ini menganjurkan agar atlet pada waktu pertandingan berada pada tahap over kompensasi karena pada tahap inilah atlet memiliki energy/kinerja yang paling tinggi. Setelah diberi rangsangan latihan dengan intesitas yang

cukup tinggi (lebih dari 60% kemampuan maksimal), organisem tubuh kita akan mengalami kelelahan karena itu perlu istirahat. Artinya selama istirahat inilah terjadi regenerasi dari sumber-sumber tenaga biokemikal dalam tubuh kita. Jadi pelatih harus menyusun rencana latihan sedemikian rupa sehingga kinerja aatu PP prestasi puncak atlet tiba di tahap overkompensasi ini (Harsono, 2015:3 – 12).

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa seorang pelatih harus memiliki manajemen program latihan yang berkaitan dengan rancangan program, perencanaan program, serta prinsip dan asas lthian yang berlaku. Hal ini akan menunjang produktifitas kerja fisik, teknik, dan mental atlet dalam mencapan sebuah hasil latihan. Tercapaiya hasil latihan yang dilakukan intinya berkaitan dengan manajemen program latihan yang diberikan dan direncaakan pelatih itu sendiri.

E. Manajemen Karakter Building/revolusi Mental

1. Karater Building

Kata “karakter” diartikan sebagai (1) watak atau temperamen yang menjadikan seseorang pribadi berbeda dari orang lai atau orang pada umumnya (2) sifat mental dan perilaku (etika) yang menjadi ciri khas seorang pribadi, sekelompok atau sebuah bangsa *mariam Webster'squaliti dictionary* (dalam Mutohir. Et al 2011:39 – 40). Jadi karakter building itu sendiri merupakan sebagai sifat batin yang memengaruhi segenap pikiran, perilaku, budi pekerti, dan tabiat yang dimiliki manusia atau makhluk hidup lainnya.

Karakter yang melekat dalam diri seseorang tidak “statis” artinya bisa saja seseorang yang semula adalah baik, tetapi dalam perkembangannya berubah menjadi buruk atau kurang baik. Dalam rangka membangun atau mengembangkan karakter ini kemudian dikenal istilah pendidikan karakter, yang sebetulnya perlu didekati dengan cara pembiasaan-pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari apakah itu diruma atau dilembaga pendidikan dan tempat bekerja.

2. Sifat Karakter

Berdasarkan sudut pandang sifat karakter dibagi menjadi dua bagian yakni karakter kerja dan karakter moror. Karakter kerja berorientasi pada keunggulan yang dimiliki seseorang, dimana setiap orang berusaha mencapai keunggulan itu sehingga tercapai dan sukses dengan keunggulan tersebut. Dalam hal ini karakter kinerja sangat dibutuhkan didalam upaya mencapai sukses apakah itu dalam bidang akademik dan non akademik, seperti berusaha untuk menjadi pemain sepakbola terbaik di Indonesia; itu merupakan karakter kinerja. Beberapa nilai penting dalam karakter kinerja adalah kekuatan, kegigihan, etika, kerja yang kuat, kepintaran serta disiplin diri.

Sedangkan untuk karakter moral berkaitan dengan hubungan kemasyarakatan atau interpersonal hubungan dengan orang per orang, yang berkaitan dengan etika yang menunjukkan pada hasil yang baik. Sebagai contoh untuk menjadi seorang pemain terbaik sepakbola Indonesia tentu membutuhkan disiplin diri dan kegigihan namun tu akan sia-sia ketika tidak dibalut dengan nilai menghormati orang lain, peduli kepada teman dan lawan, jujur pada diri sendi dan mau meneriama keputusan. Beberapa nilai karakter moral adala adil, peduli, hormat, dan jujur (Mutohir. Et al 2011:43 – 45).

Berdasarkan ukapan di atas dapat diartikan bahwa karakter kinerja harus dibalut dengan karakter moral maksudnya adalah sehebat apapun pemain bulu tangkis atau pemain sepakbola serta pemain dicabang olahraga lainnya maka hasilnya justru akan menjadi bomerang yang membahayakan dirinya. Hal ini pernah kita lihat bahwa permainanya sangat bagus dan professional tetapi tidak mau mengakui sebuah kesalahan yang dilakukan atas keputusan yang diberikan wasit berikan padanya, sering menjegal lawan pada saat lawan berusaha mencetak gol ke gawang lawan. Demikian juga sebaliknya karakter moral yang kuat tanpa dibalut dengan karakter kinerja juga tidak akan memperoleh hasil maksimal.

Tabel Sifat Karakter

SIFAT KARAKTER	
Karakter Kinerja	Karakter Moral
Gigih dalam mencapai apa yang ingin diraih	Adil dalam mengambil keputusan tersebut sehingga semua bisa menerima keputusannya
Tekun dalam belajar dan bekerja sehingga hasilnya maksimal	Jujur dalam perkataan dan perbuatan sehingga ia disegani
Disiplin diri yang kuat menyebabkan ia sukses meraih apa yang dicita-citakan	Peduli terhadap diri sendiri dan teman-teman
sikap positif menyebabkan ia dihargai oleh teman-temannya	Hormat pada aturan dan diri sendiri serta orang lain

Jadi dapat diambil suatu ringkasan karakter moral dan karakter kinerja keduanya sama-sama penting dan menyatu dalam praktik kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini sulit untuk mencapai sukses jika hanya mengandalkan karakter moral tanpa karakter kerja, begitu juga sebaliknya.

3. Revolusi Mental

Revolusi mental terdiri dari dua suku kata yaitu "revolusi" dan "mentalis". Revolusi adalah sebuah perubahan dalam waktu yang singkat. Menurut Aristoteles, revolusi dibagi menjadi dua macam. Pertama, perubahan total dari suatu sistem ke sistem yang berbeda, dan yang kedua, modifikasi sistem yang sudah ada. Artinya Revolusi tersebut menghasilkan perubahan-perubahan dalam budaya, ekonomi, dan social politik.

Sedangkan kata mental atau istilah panjangnya mentalitas adalah sebuah cara berpikir atau konsep pemikiran manusia untuk dapat belajar dan merespons suatu hal. Mental merupakan kata lain dari pikiran. Sehingga, mentalitas dapat dikatakan sebagai cara berpikir tentang suatu hal. Cara seseorang berpikir ini dipengaruhi oleh pengalaman, hasil belajar, dan atau lingkungan juga dapat mempengaruhi pola pikir tersebut. Jadi dapat diartikan revolusi mental adalah perubahan cara pandang, cara berpikir, dan cara bekerja dalam waktu singkat

untuk merespon, bertindak dan bekerja. Dalam dunia olahraga ada beberapa langkah yang perlu dimiliki atlet untuk melakukan revolusi mental yaitu:

1) Keyakinan diri (*self efficacy*)

Keyakinan diri merupakan suatu proses kognitif dimana seseorang melakukan penilaian yang subjektif terhadap kemampuannya dalam mengelola dan menjalankan serangkaian kegiatan yang dibutuhkan untuk mengatasi tuntutan situasi tertentu.

2) Motivasi berprestasi

Motivasi merupakan tenaga pendorong atau sumber kekuatan dari suatu perbuatan, perilaku atau penampilan.

3) Punya tujuan jelas (*Clear Vision*)

Setiap individu dalam melakukan aktivitas pasti mempunyai tujuan, yang dimaksud dengan tujuan yang jelas adalah tujuan utama yang tidak tergantikan dengan tujuan-tujuan yang lain. Artinya harus memiliki pemokusannya diri terhadap tujuan utama yang sudah dibuat.

4) Berpikir positif

Merupakan cara pandang dalam menentukan sebuah tantangan sehingga baik buruknya atau berat ringannya sesuatu yang akan datang, maka cara pandang, pikiran, dan kerja diarahkan kearah yang lebih positif. Dengan membiasakan diri untuk berpikir positif, maka akan berpengaruh terhadap kepercayaan diri, motivasi berprestasi, dan kerja sama dengan orang lain.

5) Berpikir terbuka (*Open Minded*)

Berpikir terbuka merupakan pandangan atau wawasan yang luas dan reseptif dalam menerima informasi dan perkembangan pengetahuan yang baru.

6) Punya control diri (*Self Control*)

Control diri artinya usaha untuk mengatur perasaan dan emosi individu untuk tetap berpikir rasional dalam situasi apapun sehingga tetap pada kondisi emosi yang stabil dan terkontrol.

7) Disiplin

Kedisiplinan pada atlet perlu ditanamkan sejak dini, karena dengan demikian atlet akan mempunyai control diri dan tanggung jawab yang kuat dalam menjalankan suatu tugas.

8) Gigih

Kegigihan merupakan kepercayaan yang terus menerus akan suatu keyakinan teguh terhadap pendirian, dan berusaha untuk mewujudkannya

9) Konsisten

Pola pikir dan perilaku yang konsisten menunjukkan kematangan atau kedewasaan seseorang. Konsistensi atlet harus ditumbuhkan, dibentuk, dan diajarkan karena konsisten merupakan salah satu faktor yang penting dalam sebuah penampilan seorang atlet.

10) Tekun

Untuk mencapai sebuah prestasi tertinggi diperlukan sebuah ketekunan, baik dalam rutinitas latihan maupun dalam pertandingan. Ketekunan merupakan salah satu modal atlet untuk meningkatkan kemauan dalam mempelajari hal-hal yang sulit yang memerlukan kejelian dan kesabaran.

11) Inovatif

Inovatif artinya melakukan sesuatu yang baru dan lebih baik. Atlet dengan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi biasanya sering melakukan inovasi dalam bermain dengan melakukan sesuatu yang berbeda atau dengan cara yang berbeda dengan sebelumnya.

12) Sportif

Jiwa sportivitas dalam olahraga sangatlah penting, karena dengan sportivitas yang tinggi seorang atlet mampu menerima kekalahan dengan besar hati, menghargai pendapat orang lain, dan mampu menerima dan menanggapi kritik dengan positif (Adisasmito, 2007:107 – 114).

Karakter building dan revolusi mental merupakan dua bentuk psikologis (jiwa) yang terdapat pada seseorang. Karakter yang baik akan merubah sikap dan mental kearah yang positif. Lakah-lakah di atas merupakan proses revolusi mental kearah mental juara dengan memiliki karakter yang baik. Diman mental juara

merupakan faktor penting agar seorang atlet bisa konsisten dalam penampilannya. Artinya jika atlet sudah sering menang, biasa akan ada perasaan takut kalah, apalagi dari lawan yang berada dibawahnya. Jadi tidak semua atlet dapat didorong dengan strategi yang sama, oleh karena itu pelatih harus mengenal dan menanggapi secara layak dan profesional kebutuhan atlet. Setiap atlet harus diberikan pengertian dan pemahaman bahwa 60 – 90% keberhasilan dalam olahraga prestasi dipengaruhi oleh faktor mental dan penguasaan mental. Dengan demikian manajemen karakter building/revolusi mental merupakan sesuatu yang dimiliki atlet. Dimana seorang atlet yang memiliki karakter atau watak dan pikiran yang baik maka akan dapat merubah mentalnya kearah mental juara, sehingga terciptalah peluang untuk memperoleh prestasi yang tinggi.

III. KESIMPULAN

Manajemen dalam pengelolaan pusat latihan secara nasional untuk melahirkan atlet elit yang memiliki prestasi tinggi (maksimal) tidak terlepas dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan diri atlet tersebut baik secara fisik, teknik, taktik dan mental, dimana sebelum seseorang dijadikan atlet untuk cabang olahraga ditetapkan perlu melakukan seleksi untuk kesiapan komponen-komponen fisik ataupun fisiologis tubuhnya yang berkaitan dengan cabang olahraga yang ditetapkan. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan manajemen dukungan sarana dan prasarana yang memadai baik dalam latihan maupun pertandingan.

Pendekatan ilmu olahraga (*sport science*) merupakan sebuah dukungan dalam mengembangkan kemampuan atlet. Dimana dalam menguna IPTEK di bidang olahraga maka akan memberi perubahan terhadap prestasi yang dimiliki atlet tersebut, perubahan itu terlihat dari kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental atlet. IPTEK kuat dugaan bahwa kendala yang paling besar dari banyak pelatih adalah pemahaman dan penguasaan akan ilmu dan teknologi (IPTEK) yang erat hubungannya dengan olahraga tanding, terutama dalam peningkatan prestasi.

Pencapaian prestasi maksimal juga didukung oleh pembinaan karakter building sehingga memberikan perubahan terhadap mental atlet, dan siap menerima situasi dan lingkungan dimanapun, hal ini akan melahirkan atlet elit memiliki prestasi yang tinggi (maksimal). Terbentuknya atlet elit ini tidak terlepas dari manajemen yang dilakukan oleh pengurus pelatih, dan atlet dalam mencapai suatu tujuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmito Lilik. S, (2007). *Mental Juara Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Pesada.
- Bompa, Tudor. (2009). *Theory and Methodology of Training*. Toronto: Kendal Hunt Publishing Company.
- Harsono, (2015). *Kepelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- _____, (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mutohir Toho. C. et al, (2011) *Berkarakter dengan Berolahraga Berolahraga dengan Berkarakter Olahraga membangun Karakter bangsa*. Surabaya: Sport Media.
- Soepartono, (2000). *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Jakarta: Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Santiadarma Monty, P (2000). *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT Primacon Jaya Dinamika.
- Tomoliyus, (2010). *Manajemen Pengelola Prasarana Olahraga*. Ujung Padang: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia : (4).
- Undang-undang Negara RI No.3 (2005). *Himpunan peraturan perundang-undang tentang keolahragaan*. Bandung: Nuasa Aulia.



KEMENTERIAN PEMUDA DAN OLAHRAGA

JALAN GERBANG PEMUDA NO. 3 SENAYAN JAKARTA 10270
TELEPON/FAKSIMILE (62-21) 5738155, 5738318, 5738312, 5703966, 5703987,
5738152, 5704004, 57385292, 5738153, 5731106
Website : <http://www.kemenpora.go.id>

Nomor : B. 254 /D.V-2/V/2017
Lamp. : -
Perihal : Permohonan Narasumber

18 Mei 2017

Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
di
Padang

Dalam rangka mengembangkan pengetahuan dan meningkatkan kualitas pembina bagi pengelola organisasi olahraga daerah, dengan hormat kami sampaikan bahwa, Asdep Peningkatan Tenaga dan Organisasi Keolahragaan, Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga, Kementerian Pemuda dan Olahraga, akan menyelenggarakan kegiatan "Peningkatan Profesional Manajemen Olahraga dan Kapasitas Organisasi Olahraga Fungsional, Profesional dan Prestasi" yang akan dilaksanakan pada :

H a r i : Senin s.d. Rabu
Tanggal : 22 s.d 24 Mei 2017
Tempat : Mercure Hotel
Jl. Raya Tanawangko, Tateli Kec Mandolng Kab Minahasa – Sulawesi Utara

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon kesediaan Saudara untuk menugaskan Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons, sebagai narasumber dalam kegiatan dimaksud sesuai dengan jadwal terlampir, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Agar Membawa surat tugas (asli) dari instansi yang bersangkutan;
2. Membawa kembali SPPD yang telah ditanda tangani oleh pejabat yang berwenang;
3. Panitia akan memberikan honor narasumber, menanggung akomodasi serta konsumsi selama kegiatan berlangsung.

Demikian, atas perhatian, bantuan serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.



Tembusan Yth.
1. Sekretaris Kementerian Pemuda dan Olahraga sebagai laporan;
2. Plt. Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga;
3. Dr. Tjung Hauw Sin. M.Pd.Kons

JADWAL ACARA
PENINGKATAN PROFESIONAL MANAJEMEN OLAHRAGA DAN KAPASITAS ORGANISASI
OLAHRAGA FUNGSIONAL, PROFESIONAL DAN PRESTASI

Hari & Tanggal	Waktu	MATA ACARA	KETERANGAN
Senin, 22-5-2017	13.00 – 17.00	Registrasi peserta	Panitia
	19.00 – 20.00	Pembukaan <ul style="list-style-type: none"> • Menyanyikan Lagu Indonesia Raya • Laporan Ketua Panitia Pelaksana • Sekapur sirih ucapan selamat datang • Arahan Staf Ahli Sekaligus membuka secara resmi Kegiatan Pelatihan Pembacaan doa	MC Dirigen Ketua Panitia Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Ibu Adiati Noerdin Panitia
	20.00 – 22.15	<i>Manajemen Pusat Pelatihan Daerah (Puslatda)</i>	<i>Narasumber Daerah</i>
Selasa, 23-5-2017	06.00 – 07.00	<i>Olahraga Mandiri</i>	<i>Panitia</i>
	07.00 – 08.00	<i>Makan Pagi</i>	<i>Hotel</i>
	08.00 – 08.45	<i>Manajemen Pembinaan Atlet Usia Dini</i>	<i>Narasumber Daerah</i>
	08.45 – 09.30	<i>Manajemen Pembinaan Atlet Usia Dini</i>	<i>Narasumber Daerah</i>
	09.30 – 10.15	<i>Manajemen Pembinaan Atlet Usia Dini</i>	<i>Narasumber Daerah</i>
	10.15 – 10.30	Coffee Break	<i>Hotel</i>
	10.30 – 11.15	<i>Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit</i>	<i>Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons(UNP)</i>
	11.15 – 12.00	<i>Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit</i>	<i>Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons(UNP)</i>
	12.00 – 13.00	ISHOMA	<i>Hotel</i>
	13.00 – 13.45	<i>Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit</i>	<i>Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons(UNP)</i>
	13.45 – 14.30	<i>Manajemen Organisasi Keolahragaan</i>	<i>Prof.Dr.dr.James Tangkudung,SportMed</i>
	14.30 – 15.15	<i>Manajemen Organisasi Keolahragaan</i>	<i>Prof.Dr.dr.James Tangkudung,SportMed</i>
	15.15 – 15.30	Coffee Break	<i>Hotel</i>
	15.30 – 16.15	<i>Manajemen Organisasi Keolahragaan</i>	<i>Prof.Dr.dr.James Tangkudung,SportMed</i>
	16.15 – 17.00	<i>Diskusi</i>	<i>Narasumber dan Panitia</i>
17.00 – 20.00	ISHOMA	<i>Hotel</i>	
20.00 – 21.30	<i>Lanjutan Diskusi</i>	<i>Narasumber dan Panitia</i>	
Rabu, 24-5-2017	06.00 – 07.00	<i>Olahraga Mandiri</i>	<i>Panitia</i>
	07.00 – 08.00	<i>Makan Pagi</i>	<i>Hotel</i>
	08.00 – 09.00	<i>Presentasi Hasil Diskusi</i>	<i>Narasumber dan Panitia</i>
	09.00 – 10.00	Penutupan	<i>Panitia</i>
	10.00 – 11.00	<i>Penyelesaian Administrasi</i>	<i>Panitia</i>
	11.00 – 13.00	Check-Out	<i>Hotel</i>

KEMENTERIAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
REPUBLIK INDONESIA

SERTIFIKAT

Nomor : S.213.A/D.IV-2/V/2017

DIBERIKAN KEPADA:

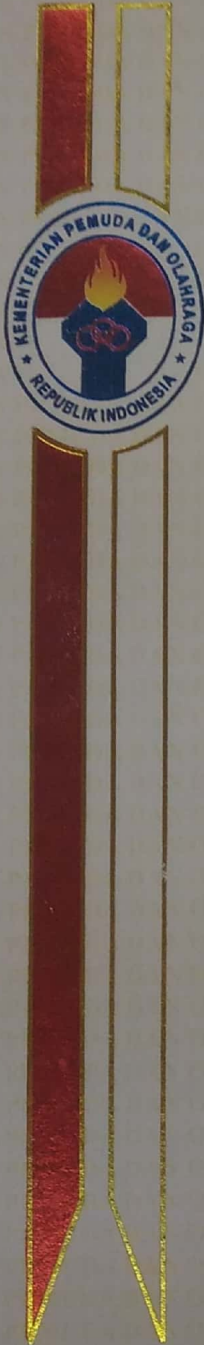
Nama : *Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd.Kons*
Instansi : *FK Universitas Negeri Padang*

Sebagai Narasumber Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit pada "**Pelatihan Peningkatan Profesional Manajemen Olahraga dan Kapasitas Organisasi Olahraga Fungsional, Profesional dan Prestasi**" yang diselenggarakan Asisten Deputi Peningkatan Tenaga dan Organisasi Keolahragaan, Deputi Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga, Kementerian Pemuda dan Olahraga, pada tanggal 22 s.d. 24 Mei 2017 di Kabupaten Minahasa Sulawesi Utara

Jakarta, 25 Mei 2017
Asisten Deputi
Peningkatan Tenaga dan Organisasi Keolahragaan



Marheni Dyah Kusumawati



MATERI

No.	Mata Pelajaran	Jampel
1	<p><i>Manajemen Pusat Pelatihan Daerah</i></p> <p>1.1. Manajemen seleksi personil dan tenaga keolahragaan 1.2. Manajemen seleksi atlet 1.3. Manajemen dukungan sarana dan prasarana 1.4. Manajemen program latihan 1.5. Manajemen karakter building / revolusi mental</p>	4
2	<p><i>Manajemen Sekretariat Organisasi Olahraga</i></p> <p>2.1. Manajemen administrasi umum 2.2. Manajemen pengelola/personil dan tenaga keolahragaan 2.3. Manajemen keuangan APBN/APBD dan swasta 2.4. Manajemen hubungan masyarakat 2.5. Manajemen event dan industri olahraga 2.6. Manajemen penghargaan dan karir atlet</p>	5
3	<p><i>Manajemen Pusat Latihan Nasional dan Atlet Elit</i></p> <p>3.1. Manajemen seleksi personil dan tenaga keolahragaan 3.2. Manajemen seleksi atlet 3.3. Manajemen dukungan sarana dan prasarana 3.4. Manajemen dukungan <i>sport science</i> 3.5. Manajemen program latihan 3.6. Manajemen karakter building / revolusi mental</p>	5
4	<p><i>Manajemen Pembinaan Atlet Usia Dini</i></p> <p>4.1. Manajemen pencarian bakat 4.2. Manajemen pengelolaan klub atau pusat latihan atlet pemula dan usia dini 4.3. Manajemen kompetisi usia muda</p>	4
Jumlah Jam Pelajaran		18