

MANAJEMEN LATIHAN PANCA MUTIARA SWIMMING CLUB BATANG PADA MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021

Muhammad Nur Qholis¹, Dani Slamet Pratama²
kholiskholis00@gmail.com, danislametpratama2@gmail.com
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,
Universitas PGRI Semarang

Abstract

This type of research is descriptive qualitative research, data analysis is inductive/qualitative. Data was collected by using observation, interview, and documentation methods. The results of this study 1) The exercise program has been made well and differentiated according to class and to maintain athlete fitness. 2) The exercise implementation process is going well, health protocols are well implemented, but the schedule and quotas must be better regulated. 3) The training facilities and infrastructure are quite complete, but for now the tools are limited in their use and are sprayed with disinfectant. 4) Constraints experienced in terms of training scheduling and attendance of athletes have decreased. For advice, the administrator makes changes to the schedule and coordinates with parents. 5) Exercise evaluation is carried out after every training with athletes while the management can be done once a week or once a month with the aim of monitoring the development of athletes and coaches. 6) Achievements achieved by both athletes have won various competitions that are participated in at the district and regional levels. Achievements are obtained before the pandemic period comes, because at this time the championship cannot be held. The conclusion of this study is that the management of the Panca Mutiara Swimming Club Batang exercise during the Covid-19 pandemic in 2021 is quite good. From the management aspect, the exercises that the author has formulated have been running and running smoothly.

Keywords: *Training Management, Coaching, Swimming,*

Abstrak

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, analisis data bersifat induktif/kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi, wawancara, serta dokumentasi. Hasil penelitian ini 1) Program latihan sudah dibuat dengan baik dan dibedakan sesuai kelasnya serta untuk menjaga kebugaran atlet. 2) Proses pelaksanaan latihan berjalan dengan baik, protokol kesehatan diterapkan dengan baik, tetapi jadwal dan kuota harus diatur lebih baik. 3) Sarana dan prasarana latihan sudah cukup lengkap tetapi unuk sekarang alat dibatasi penggunaannya dan di disemprot disinfektan. 4) Kendala yang dialami dalam segi penjadwalan latihan dan kehadiran atlet mengalami penurunan. Untuk saran pengurus melakukan perubahan jadwal serta koordinasi dengan orang tua. 5) Evaluasi Latihan dilakukan setiap setelah selesai latihan dengan atlet sedangkan pengurus bisa dilakukan seminggu atau sebulan sekali dengan tujuan memantau perkembangan atlet serta pelatih. 6) Prestasi yang di raih oleh atlet baik pernah menjuarai berbagai kompetisi yang di ikuti baik tingkat kabupaten maupun daerah. Prestasi didapatkan sebelum masa pandemi datang, karena di masa sekarang kejuaraan tidak bisa di selenggarakan. Simpulan dari penelitian ini adalah manajemen latihan Panca Mutiara Swimming Club Batang pada masa pandemi Covid-19 Tahun 2021 sudah cukup baik. Dari aspek manajemen latihan yang penulis rumuskan sudah berjalan dan lancar.

Kata kunci : **Manajemen Latihan, Pembinaan, Renang.**

PENDAHULUAN

Olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Olahraga yang dilakukan secara rutin berdampak baik terhadap kesehatan yang membuat tubuh sehat dan bugar. Menurut Utomo (2015) olahraga merupakan bagian dari kehidupan manusia sepanjang masa. Sepanjang masa mengandung pengertian berawal dari kapan manusia itu ada dan akan berakhir bila manusia itu selalu ada. Banyak jenis olahraga yang dapat dilakukan di darat, di air maupun di udara. Olahraga yang dapat dilakukan oleh semua orang contohnya seperti bola basket, bola voli, lari, tenis, bulutangkis, sepak bola, renang, arung jeram dan sebagainya.

Renang termasuk cabang olahraga untuk tujuan prestasi. Hal ini terbukti dengan adanya pengiriman atlet-atlet renang pada even-even perlombaan atau pertandingan renang di tingkat daerah, nasional, dan internasional. Olahraga prestasi khususnya renang pada saat ini telah berkembang menjadi suatu kegiatan yang terlembaga dengan struktur organisasi formal, sehingga perkembangan ini mendorong para pembina dan pelatih olahraga bekerja lebih efektif dalam mencari serta membina calon-calon atlet yang berbakat.

Pembinaan dan pembangunan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional dan internasional. Pembinaan dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga baik pada tingkat daerah maupun pada tingkat pusat. Pembinaan juga dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Di era pandemi seperti saat ini, pelaksanaan olahraga terhambat dan mengalami sedikit gangguan. Untuk semua cabang olahraga, termasuk renang mengalami dampak dari pandemi ini. *Novel coronavirus* atau sering disebut virus corona merupakan penyebab pandemi yang sedang terjadi. Menurut Kemenkes (2020) *coronavirus* adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis *coronavirus* yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)*. *Coronavirus Disease 2019 (Covid 19)* adalah penyakit jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus penyebab covid 19 ini dinamakan *sars-cov-2*. Virus corona adalah *zoonosis* (ditularkan antara hewan dan

manusia). Tanda dan gejala umum infeksi covid 19 antara lain gejala gangguan pernafasan akut seperti demam, batuk dan sesak nafas. Masa inkubasi rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Pada kasus covid 19 yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernafasan akut, gagal ginjal dan bahkan kematian.

Pandemi yang sedang terjadi di Indonesia berdampak ke beberapa sektor seperti kesehatan, pendidikan, ekonomi dan bisnis, serta politik. Pandemi juga berdampak pada kegiatan olahraga, beberapa event daerah maupun nasional tertunda. Kegiatan olahraga lainnya seperti olahraga rekreasi dan olahraga prestasi terbatas pelaksanaannya. Untuk olahraga rekreasi beberapa tempat olahraga umum ditutup dan juga beberapa kegiatan seperti jalan santai, *car free day*, senam bugar massal dan banyak lagi kegiatan yang ditiadakan guna mencegah kerumunan agar penyebaran virus covid 19 terputus. Sementara untuk olahraga prestasi berdampak kepada klub atau sekolah olahraga, kegiatan latihannya terbatas, mulai dari tempat latihan yang ditutup sementara, peserta latihan yang dibatasi dan banyak lagi keterbatasan pelaksanaan olahraga prestasi di masa pandemi seperti ini.

Panca Mutiara *Swimming Club* merupakan salah satu klub yang merasakan dampak dari era pandemi covid-19 ini. Panca Mutiara *Swimming Club* merupakan klub renang asal Batang yang sudah terkenal dengan menciptakan atlet renang yang berprestasi di tingkat daerah bahkan nasional. Program latihan dan perencaan lainnya sudah dipersiapkan untuk meraih prestasi yang terbaik. Namun era pandemi covid-19 datang dan merubah segalanya. Panca Mutiara *Swimming Club* harus memutar otak agar semuanya tetap berjalan, yang akhirnya merubah manajemen latihan saat masa pandemi seperti sekarang.

Manajemen latihan merupakan kegiatan perencanaan, mengorganisasikan, menggerakkan serta mengendalikan segala upaya untuk mencapai tujuan tertentu dengan menjalankan program latihan yang telah disusun dengan memanfaatkan sarana dan prasarana serta aspek pendukung lainnya. Manajemen latihan di Panca Mutiara *Swimming Club* harus tetap disusun dan segera dijalankan guna mempersiapkan atlet agar terjaga kondisinya selama pandemi ini. Manajemen latihan yang tepat dan sesuai di era pandemi covid-19 seperti ini akan memberikan dampak yang baik bagi klub dan atlet itu sendiri. Nantinya setelah pandemi sudah berakhir para atlet sudah dalam keadaan siap untuk bertanding dan meraih prestasi. Prestasi atlet renang di Batang tetap menjadi prioritas meski di masa pandemi. Di Jawa Tengah persaingan atlet sangat ketat, banyak daerah yang mulai melahirkan atlet berprestasi.

Berakar dari permasalahan diatas maka peneliti untuk mengkaji lebih luas dan melakukan penelitian dengan judul “Manajemen Latihan Panca Mutiara *Swimming Club* Batang pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021“.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive dan snowbaal*, analisis data bersifat induktif/kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi, wawancara, serta dokumentasi. Instrumen penelitian menggunakan wawancara, observasi serta dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Observasi

a. Profil Klub Renang Panca Mutiara *Swimming Club* Batang

Panca Mutiara *Swimming Club* Batang merupakan klub renang yang berasal dari kabupaten Batang dan tergabung dengan PRSI Kabupaten Batang. Panca Mutiara *Swimming Club* dilatih oleh pelatih terbaik yang ada di Kabupaten Batang dengan memiliki program dan perencanaan yang baik guna menghasilkan atlet yang berprestasi kedepannya. Panca Mutiara *Swimming Club* memilik jadwal latihan seminggu 4 kali latihan yaitu pada hari Senin, Rabu, Jumat dan Minggu bertempat di THR Keramat. Klub Renang Panca Mutiara *Swimming Club* juga sudah memiliki struktur kepengurusan yang jelas berikut struktur organisasi Panca Mutiara *Swimming Club* :

Tabel. 1 Struktur Oganisasi

JABATAN	NAMA
Owner	Andang Tri Kusnaldi
Ketua	Arya Doni Agi Primantoko
Sekretaris	Sri Widadi
Bendahara	Siti Asliyah
Pelatih Kepala	Wijayanto Prakoso
Pelatih	Fajar Kresna Pahlawan
Pelatih	M Syukron Ni'am
Ketua Paguyuban Orang Tua	Ning Martikawati

Sumber: Hasil Observasi Peneliti (2021)

b. Prestasi

Dalam beberapa kejuaraan renang yang diadakan, Panca Mutiara *Swimming Club* ikut berpartisipasi dan mengirimkan atlet-atletnya, baik kejuaraan tingkat kabupaten/kota bahkan sampai even nasional. Terdapat atlet dari Panca Mutiara *Swimming Club* yang menorehkan prestasi dalam berbagai kejuaraan renang yang pernah diikuti. Berikut adalah tabel perolehan beberapa prestasi yang diperoleh atlet Panca Mutiara *Swimming Club*:

Tabel.2 Prestasi Atlet

No	Juara	Gaya	Tingkat	Tahun
1	Juara 3	50 M Gaya Dada SD A Putra	Kejuaraan renang antar sekolah Bupati Cup III Tahun 2019 Tingkat Kabupaten Batang	2019
2	Juara 3	100 M Gaya Punggung Putra	Kejuaraan renang antar perkumpulan Prov. Jawa Tengah Piala Kapolresta Surakarta 2019	2019

Sumber : Hasil Observasi (2021)

c. Pendanaan

Dana merupakan hal yang sangat penting dalam menjalankan sebuah klub. Dana yang diperoleh sangat bermanfaat dan berpengaruh dalam perjalanan sebuah tim untuk kedepannya, termasuk bagi Panca Mutiara *Swimming Club*. Berdasarkan observasi, bahwa dana yang diperoleh Panca Mutiara *Swimming Club* bersumber dari: 1) Iuran rutin atlet Panca Mutiara *Swimming Club* dan 2) Dana sumbangan yang sifatnya tidak mengikat

Pembayaran iuran atlet dilakukan paling lambat tanggal 10 setiap bulannya. Iuran setiap atlet per bulannya sebesar Rp.200.000,. Kontrol keuangan atau pendanaan berada di bendahara, tanpa ada campur tangan pengurus yang lain. Proses pengeluaran dan pengajuan dana ke bendahara untuk seluruh kegiatan di Panca Mutiara *Swimming Club* dilakukan secara lisan tanpa adanya persyaratan administratif tertulis dengan berdasarkan asas kepercayaan antara pengurus. Laporan

keuangan antara bendahara ke ketua Panca Mutiara *Swimming Club* dilakukan setiap satu sekali.

Dana yang sudah didapatkan akan menjadi biaya operasional klub. Pengeluaran-pengeluaran yang diperuntukkan untuk berlangsungnya operasional klub seperti latihan rutin akan dikeluarkan oleh bendahara dengan sepengetahuan oleh ketua Panca Mutiara *Swimming Club*. Pengeluaran dari operasional Panca Mutiara *Swimming Club*, sebagai berikut : 1)Pembayaran kolam renang, 2)Pengadaan sarana dan prasarana penunjang latihan, 3)Biaya-biaya Umum (Perbaikan dan pemeliharaan) dan 4). Gaji pelatih.

2. Hasil Wawancara

a. Prgram Latihan

Untuk membuat program latihan sama saja seperti program latihan pada kondisi normal, tetapi dalam masa pandemi seperti sekarang kita menerapkan protokol kesehatan baik sebelum latihan, saat latihan maupun setelah latihan. Dalam menyusun program latihan pada masa pandemi sama saja yang membedakan adalah kelasnya, tim Panca Mutiara *Swimming Club* menyusun program sesuai kelas. Untuk kelas pemula program yang diberikan lebih ke teknik dasar renang, untuk kelas prestasi programnya lebih komplek agar. Selain itu pengurus dan pelatih sebelum membuat program latihan saling berkoordinasi dan saling berdiskusi terlebih dahulu serta saling memberi masukan satu sama lain supaya latihan terlaksana dengan baik dan lebih efektif.

Dalam pelaksanaanya program latihan di masa pandemi tetap dilakukan dengan tujuan menjaga kebugaran atlet serta menjaga kondisi atlet tetap prima dan feeling atlet tetap terjaga. Di masa pandemi seperti sekarang belum ada agenda kejuaraan renang jadi dengan latihan rutin di masa pandemi kondisi fisik atlet tetap prima.

b. Proses latihan

Dalam pelaksanaan latihan Panca Mutiara *Swimming Club* melaksanakan program latihan dengan baik. Pelaksanaan latihan selama pandemi ini berjalan dengan baik, protokol kesehatan diterapkan dengan baik, tetapi masih butuh penyesuaian jadwal karena mengurangi jadwal latihan yang semula 5 kali seminggu menjadi 3 kali sampai 4 kali dalam seminggu.

Tak hanya itu, proses pelaksanaan latihan Panca Mutiara *Swimming Club* di masa pandemi ini sudah menerapkan protokol kesehatan dan saat latihan kuota atletnya dibatasi supaya tidak terlalu banyak dan menimbulkan kerumunan. Jadi poin plusnya bisa mengawasi dan memantau secara lebih, karena tidak terlalu banyak atletnya.

Meskipun dimasa pandemi seperti sekarang ini, tim pengurus juga memperhatikan peningkatan setiap atletnya. Setiap latihan selalu mengontrol dan mengawasi progres atlet serta kendala atlet. Selain itu para atlet dalam menjalani latihan tidak mengalami kesulitan dan program yang diberikan pelatih berjalan dengan baik dan lancar.

c. Sarana dan Prasarana Latihan

Untuk sarana dan prasarana latihan Panca Mutiara *Swimming Club* sudah cukup lengkap. Pihak klub menyediakan sarana dan prasarana untuk proses latihan. Tetapi di masa pandemi seperti sekarang ini pihak pengurus membatasi penggunaan alat yang digunakan atlet saat latihan. Alat yang dikeluarkan sesuai dengan kebutuhan saat latihan saja.

Untuk perawatan sarana dan prasarana latihan Panca Mutiara *Swimming Club* menjadi tanggung jawab bersama baik pengurus, pelatih serta seluruh atletnya. Setelah digunakan dikembalikan seperti semula dan nantinya pihak pengurus akan mengecek dan menyemprotkan disinfektan agar steril kembali.

d. Kendala Latihan

Panca Mutiara *Swimming Club* mengalami kendala dalam segi penjadwalan latihan karena pada masa pandemi pihak kolam renang mengurangi jam operasionalnya. Untuk mengatasi jam operasional yang pendek pihak klub harus memutar otak supaya latihan tetap berjalan, akhirnya melakukan pergeseran jadwal latihan.

Selain itu kehadiran atlet di masa pandemi juga mengalami penurunan. Terkadang atlet yang datang latihan sedikit. Persoalan pandemi dan terbenturnya jadwal sekolah daring menjadi alasan atlet tidak dapat hadir ketika latihan. Pihak klub tidak mempermasalahkan jumlah atlet yang hadir saat latihan, atlet yang datang sedikit pun akan tetap diberikan materi latihan.

e. Evaluasi Latihan

Panca Mutiara *Swimming Club* sudah melakukan kegiatan evaluasi latihan. Evaluasi bisa dilakukan setiap saat dan terkesan fleksibel. Pihak pengurus maupun pelatih saling memberikan evaluasi kepada atlet ataupun pengurus kepada pelatih dan kebalikannya. Semua saling berkoordinasi untuk masalah evaluasi karena dengan diadakannya evaluasi dapat memberikan perbaikan kedepannya menjadi lebih baik lagi.

Pihak pengurus memberikan evaluasi kepada pelatih dan atletnya dengan waktu yang fleksibel, bisa sehabis latihan, seminggu sekali ataupun sebulan sekali. Pengurus tetap memiliki catatan-catatan evaluasi untuk pelatih dan atlet dan akan disampaikan untuk kemajuan yang lebih baik.

Sementara pelatih tetap bisa memberikan saran dan evaluasi terhadap pengurus mengenai hal apapun. Pelatih dan pengurus mengedepankan komunikasi dan saling berkoordinasi. Untuk evaluasi pelatih kepada atlet, biasa dilakukan setelah latihan agar atlet tersebut mengetahui apa yang kurang dan salah sehingga pertemuan selanjutnya bisa diperbaiki.

f. Prestasi

Pencapaian prestasi dari Panca Mutiara *Swimming Club* didapatkan sebelum masa pandemi datang. Di masa pandemi seperti sekarang ini, kejuaraan renang tidak dapat diselenggarakan. Penyebaran virus covid menjadi alasan utama kejuaraan renang tidak dapat diselenggarakan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Program latihan sudah dibuat dengan baik dalam menyusun program latihan pada masa pandemi sama saja yang membedakan adalah kelasnya yaitu kelas pemula dan prestasi, serta memiliki tujuan menjaga kebugaran atlet serta menjaga kondisi atlet tetap prima dan feeling atlet tetap terjaga.
2. Proses pelaksanaan latihan selama pandemi ini berjalan dengan baik, protokol kesehatan diterapkan dengan baik, tetapi masih butuh penyesuaian jadwal dan saat latihan kuota atletnya dibatasi supaya tidak terlalu banyak dan menimbulkan

kerumunan. Jadi pelatih dan pengurus bisa memantau secara lebih maksimal, karena tidak terlalu banyak atletnya.

3. Untuk Sarana dan prasarana latihan sudah cukup lengkap tetapi pada masa pandemi seperti sekarang ini pihak pengurus membatasi penggunaan alat yang digunakan atlet saat latihan. Untuk perawatan menjadi tanggung jawab bersama ketika latihan sudah selesai pihak pengurus tetap mengecek serta dilakukan penyemprotan disinfektan.
4. Kendala yang dialami dalam segi penjadwalan latihan karena masa pandemi pihak kolam renang mengurangi jam operasionalnya serta kehadiran atlet mengalami penurunan. Untuk saran pengurus melakukan perubahan jadwal serta koordinasi dengan orang tua.
5. Evaluasi Latihan tetap dilakukan untuk pelatih dilakukan setiap setelah selesai latihan dengan atlet sedangkan pengurus bisa dilakukan seminggu atau sebulan sekali dengan tujuan memantau perkembangan atlet serta pelatih.
6. Prestasi dari Panca Mutiara *Swimming Club* diperoleh sebelum masa pandemi datang, karena di masa pandemi seperti ini tidak dapat menyelenggarakan kejuaraan.

Saran dari penelitian adalah para pengurus dan pelatih diharapkan dapat mempertahankan segala aspek yang menyangkut hal positif dan memperbaiki kekurangan yang ada di dalam pembinaan serta untuk lebih meningkatkan prestasi yang diraih dan bukan hanya mempertahankannya saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes. 2020. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/382/2020 Tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat.
- Kemenkes. 2020. "Pertanyaan Dan Jawaban Terkait Covid-19." [Www.Kemkes.Go.Id/](http://www.kemkes.go.id/). Retrieved August 20, 2020 (<https://www.kemkes.go.id/pdf.php?id=20031600011>).
- Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D). Bandung: Alfabeta.