



RESEARCH ARTICLE

Pelatihan Fisioterapi Tingkat Dasar untuk Meningkatkan Kompetensi Melatih Mahasiswa dan Praktisi Olahraga Di Aceh

Rizkei Kurniawan¹, Yoki Afriandy Rangkuti², Muhajir Syahputra³, Fitria⁴, Julio Roberto⁵

¹ Pendidikan Jasmani, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

² Pendidikan Jasmani, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

³ Pendidikan Jasmani, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

⁴ Pendidikan Jasmani, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

⁵ Pendidikan Jasmani, Universitas Samudra, Aceh, Indonesia

*Email: rizkei@unsam.ac.id

Abstrak

Fisioterapi merupakan pendukung ilmu yang harus dimiliki dalam dunia kepelatihan, ini menjadi peluang yang besar bagi Mahasiswa Pendidikan Jasmani FKIP UNSAM dalam mengembangkan bakat dan potensi. Peluang ini tentunya harus didukung dengan kualifikasi yang sesuai melalui pelatihan berlisensi sehingga mempunyai legalitas. Mendukung program ini Mahasiswa melakukan Pelatihan fisioterapi yang dilaksanakan selama tiga hari dimulai dari tanggal 16 sampai 17 November. Peserta pelatihan adalah mahasiswa Pendidikan Jasmani yang berjumlah 30 orang mahasiswa dan praktisi olahraga di Aceh berjumlah 6 orang. Tujuan pelatihan sebagai upaya Peningkatan kompetensi mahasiswa dan praktisi olahraga dari berbagai cabang dengan memberikan pengalaman, pengetahuan dan pelatihan untuk capaian IKU Perguruan Tinggi dan profesionalisme pelaku olahraga di Aceh. Peningkatan IKU perguruan tinggi sangat mendukung kompetensi lulusan, khususnya pada Prodi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Samudra dengan pelatihan profesional fisioterapi. Waktu pelaksanaan kegiatan ini mencakup lima tahapan dimulai dari pretes teori dan praktik, pemaparan materi secara kolaboratif dengan metode teori, praktik, diskusi dan tanya jawab. Penyampaian materi yaitu melakukan implementasi dengan praktik menyusun program latihan dan tahapan terakhir melakukan evaluasi pelatihan. Hasil evaluasi menunjukkan pelatihan ini mempunyai manfaat yang besar dalam menunjang kompetensi SDM mahasiswa. Dengan adanya pelatihan pelatih fisik tingkat dasar dapat memberikan daya saing mahasiswa setelah lulus sehingga mahasiswa Pendidikan Jasmani FKP Universitas Samudra memiliki skill dengan dibekali sertifikat kompetensi.

Kata Kunci

Mahasiswa; Praktisi Olahraga; Fisioterapi; Peningkatan Kompetensi

PENDAHULUAN

Pembangunan olahraga nasional sesuai dengan Desain Besar Olahraga Nasional (DBON) mencakup pada aspek pemasaran dan pembudayaan olahraga di masyarakat (Nova et al., 2022). Seperti yang dijelaskan dalam Sports legislation (2022) bahwa fokus pengembangan olahraga nasional terbagi menjadi olahraga pendidikan, olahraga prestasi dan olahraga masyarakat. Peningkatan kualitas olahraga nasional menuju prestasi olahraga internasional harus dibarengi dengan kompetensi SDM olahraga yang baik. Kompetensi ini mencakup SDM pelatih, SDM atlet dan keterlibatan masyarakat dalam memasarkan serta membudayakan olahraga (Hariadi et al., 2019).

Merujuk pada DBON dan UU Keolahragaan Nasional memasarkan dan membudayakan olahraga melibatkan peran generasi muda sangat besar. Besarnya peran generasi muda harus diberi ruang sehingga kreativitas dapat di eksplorasi (Edmizal & Maifitri, 2021). Hal ini bisa tercipta apabila generasi muda memiliki kebugaran jasmani yang baik juga, ini didukung hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kebugaran jasmani memberikan pengaruh langsung bahkan secara signifikan (Agung Cahyadi, 2020). Peningkatan kapasitas SDM olahraga yang perlu dikembangkan adalah pelatih, pelatih yang banyak

dibutuhkan khususnya selama Covid-19 di kalangan muda adalah seorang fisioterapi karena berkaitan dengan peningkatan kebugaran fisik dan pemulihan pasca cedera dalam berolahraga.

Peningkatan pemahaman masyarakat akan pentingnya budaya olahraga membuat kebutuhan akan fisioterapi yang baik harus didukung dengan kompetensi yang standar. Standar harus mempunyai lisensi tingkat dasar sebagai persyaratan utama. Saat ini fisioterapi tidak hanya menjadi kebutuhan di klub olahraga saja tapi masyarakat pada umumnya untuk melatih kapasitas fisik. Terkadang hal-hal tak terduga terjadi pada saat seseorang melakukan aktivitas olahraga, banyak faktor yang mempengaruhi sehingga perasaan cemas tersebut akan timbul jika setiap seseorang tidak mampu mengendalikannya dengan baik, sehingga kinerja seseorang akan kurang optimal bahkan sampai mengakibatkan cedera (Kurniawan et al., 2021). Kompetensi fisioterapi juga digunakan untuk membantu fisik non atlet seperti masyarakat umum, siswa yang masuk sekolah kedinasan dan siswa yang mengikuti seleksi TNI-POLRI.

Seorang fisioterapi menjadi tren kebutuhan masa kini dengan berkembangnya beberapa organisasi nasional seperti Perkumpulan Fisiotrapis Indonesia (PFI). Organisasi ini bergerak dibidang peningkatan SDM fisioterapi nasional. Dengan adanya organisasi fisioterapi ini tumbuh di setiap daerah klub yang juga berkaitan dengan kebutuhan fisioterapi dengan awal mula sebagai komunitas untuk berolahraga. Komunitas ini membuka peluang bagi pemula untuk meningkatkan kapasitas fisik melalui program latihan.

Komunitas yang terbentuk dan mempunyai banyak sayap saat ini diantaranya Indo Runner dan Sparko Indonesia. Pada saat Covid 19 kedua komunitas ini mempunyai peran yang besar dalam mempromosikan kebugaran jasmani di Indonesia melalui media sosial dan event. Komunitas juga menjadi ajang program latihan untuk para remaja sekolah dalam membentuk karakter, fisik dan mental untuk seleksi sekolah kedinasan dan masuk TNI-POLRI.

Keberadaan fisioterapi yang mempunyai cakupan yang luas menjadi peluang besar mahasiswa dan praktisi olahrag dalam mengembangkan karier menjadi fisioterapi dan traniner yang kompeten. Pelaksanaan pelatihan fisioterapi selain mendukung kompetensi mahasiswa, juga sebagai mendukung Indikator Kinerja Utama (IKU) Perguruan Tinggi yaitu lulusan mendapat pekerjaan dan mahasiswa mendapat pengalaman di luar kampus (Sianturi et al., 2023). Kedua IKU ini dapat dicapai dengan kompetensi mahasiswa sebagai fisioterapi dapat di implementasikan sebagai profesi pelatih dan mendapatkan pengalaman di luar kampus ketika melatih.

Antara kompetensi lulusan dan peningkatan IKU mempunyai tujuan yang sama sehingga fisioterapi tingkat dasar perlu dilakukan. Peluang lulusan yang kompetensi utamanya sebagai pendidik dapat mempunyai kompetensi lain yang sebagai fisioterapi. Program ini tentunya mempercepat lulusan mendapatkan pekerjaan yang relevan.

Program peningkatan pelatih fisioterapi tingkat dasar bekerja sama dengan Perkumpulan Fisioterapi Indonesia (PFI) pusat. Dengan adanya kolaborasi dengan praktisi di luar kampus diharapkan dapat meningkatkan kualitas SDM mahasiswa Pendidikan Jasmani sesuai dengan IKU Perguruan Tinggi. Sasaran yang menjadi objek pelatihan adalah mahasiswa Pendidikan Jasmani minimal pada semester VI yang sudah mengikuti mata kuliah fisiologi dan masasse.

Relevansi antara materi tujuan pelatihan dengan mata kuliah Prodi adalah menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman mahasiswa. Semua indikator capaian pelatihan mahasiswa akan diberikan sertifikat fisioterapi tingkat dasar. Setiap mahasiswa yang lolos tes teori dan praktik mendapatkan sertifikat. Sertifikat menjadi legalitas mahasiswa menjadi fisioterapi dan dapat tenaga ahli baik di klub olahraga maupun sebuah komunitas olahraga.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan Pelatihan dilakukan selama 2 hari di gedung multiguna Universitas Samudra. Pelatihan dimulai dari tanggal 16 s.d 17 November. Peserta kegiatan adalah mahasiswa Pendidikan Jasmani dan praktisi olahraga Aceh yang berjumlah 36 orang. Metode pelaksanaan kegiatan pelatihan menggunakan 4 tahapan seperti Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

Pertama, pelaksanaan pretes tingkat pemahaman peserta sebelum diberikan materi dan review hasil pretes. Tahap ini bertujuan peserta memahami batas kemampuan dan hal yang baru dalam perkembangan ke pelatihan. Pretest dilakukan tertulis dan praktik dasar kepelatihan. Kedua, pemaparan materi. Materi disampaikan oleh ketua PFI pusat dan tim pakar dengan metode teori, praktik, diskusi dan tanya jawab. Ketiga, praktik program yaitu implementasi dari hasil teori. Teori yang diperoleh peserta di ruangan secara langsung di implementasikan dengan praktik berupa penyusunan program penyembuhan, pelaksanaan pemulihan yang sesuai prosedur dan model-model latihan yang update sehingga memberikan pengalaman yang baru. Keempat, tes akhir berupa teori dan praktik. Tahap ini dilakukan tes individu dan kelompok. Tes teori dilakukan individu sedangkan tes praktik dilakukan secara kelompok. Tes praktik merancang program pemulihan sesuai kecabangan. Kelima, evaluasi hasil pelatihan. Evaluasi dilakukan sebagai upaya mendapatkan informasi apakah materi yang disampaikan dapat diserap dengan baik atau tidak. Evaluasi dilakukan dengan memberikan kuesioner tingkat pemahaman serta kekurangan dari penyelenggaraan kegiatan. Selain itu, peserta diberikan diskusi terkait pelaksanaan kegiatan mulai dari pemaparan materi dan pelaksanaan tes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pelaksanaan kegiatan pelatihan fisioterapi dibuka langsung oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Samudra dan sambutan dari ketua PFI pusat. Berikut ini adalah pembukaan kegiatan pada Gambar 2.



Gambar 2. Pembukaan Pelatihan

Sebelum dilaksanakan pelatihan dilakukan pretest pemahaman awal. Selain untuk mengukur kemampuan awal juga untuk upgrade kemampuan peserta. Pretes dilakukan sebanyak dua kali yaitu pretes tertulis dan pretes praktik. Berikut adalah pelaksanaan pelatihan yang dilaksanakan. Prestes tertulis dibagi menjadi 5 kelompok, setiap kelompok untuk menyelesaikan pretes dengan diskusi yang kemudian nanti

berkaitan dengan pretes praktik di lapangan. Tujuannya adalah untuk dapat mengasah kemampuan awal secara teori dan praktik. Pelaksanaan pretes tertulis yang dilakukan seperti Gambar 3.



Gambar 3. Pretest tertulis

Setelah pretes tertulis semua peserta mengikuti pretes secara praktik di halaman gedung multiguna Universitas samudra. Pelaksanaan pretes praktik dengan kelompok yang sama yang sudah dibagi menjadi 6 kelompok sesuai kecabangan olahraga masing-masing. Berikut pelaksanaannya pada Gambar 4.



Gambar 4. Pretest Praktik

Hasil rata-rata pretest 30 peserta menunjukkan pemahaman awal peserta masih secara umum memahami perbedaan antara Fisioterapi untuk penanganan cedera dan relaksasi. Hasil pretest dapat disimpulkan bahwa pemahaman peserta belum keseluruhan memahami tindakan awal penanganan cedera dan pasca cedera. Sebanyak 5 peserta dengan kemampuan baik, 25 dengan kemampuan sedang dan 6 orang masih pemula.

Setelah rangkaian pretest selesai dilanjutkan dengan penyampaian materi utama mulai dari dasar-dasar fisioterapi, komponen Latihan pasca cedera, kondisi fisik biomotor, komponen alat fisioterapi, dan periodisasi penyembuhan. Pemaparan materi dilakukan oleh dosen dan bekerja sama dengan Perkumpulan Fisioterapi Indonesia (PFI) secara kolaboratif. Penyampaian materi dilakukan dengan metode teori, praktik, diskusi dan tanya jawab untuk menimbulkan suasana yang interaktif. Penyampaian materi penuh dilakukan selama 2 hari. Rangkaian penyampaian materi pelatihan seperti Gambar 5.



Gambar 5. Penyampaian Materi

Setelah seluruh peserta mengikuti materi pelatihan, maka peserta akan mengimplementasikan pemahamannya bersama kelompok di lapangan dengan merancang program pemulihan. Metode ini bertujuan agar peserta dengan cepat dapat mengaplikasikan teori ke dalam praktik secara langsung. Praktik yang dilakukan mencakup teknik menyusun program pemulihan, tes pengukuran dan penggunaan alat yang berkaitan dengan materi pelatihan. Berikut ini adalah rangkaian kegiatan praktik yang dilakukan pada gambar 6.



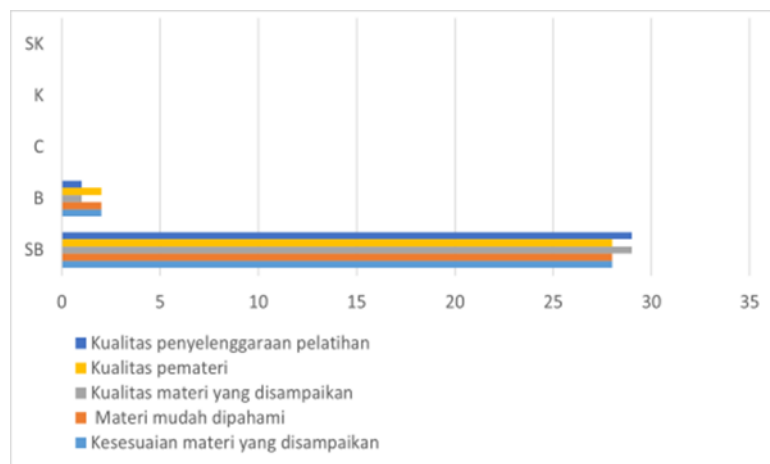
Gambar 6. Implementasi Materi

Kegiatan selanjutnya setelah diberikan materi melakukan postes akhir bertujuan mengukur pemahaman peserta dari materi yang sudah disampaikan. Postes dilakukan sebanyak dua kali secara teori individu dan praktik secara kelompok. Hasil Postes akhir menjadi penentu kelulusan peserta untuk bisa mendapatkan sertifikat. Tahapan terakhir pelatihan adalah melakukan evaluasi kegiatan berupa kuesioner kepada peserta kegiatan. Evaluasi dapat memberikan informasi kepada penyelenggara terkait proses pelaksanaan kegiatan. Tindak lanjut dari evaluasi menjadi masukan sehingga ke depan apakah pelatihan ini mempunyai manfaat sehingga perlu kegiatan lanjutan. Berikut ini adalah pelaksanaan postes yang dilakukan pada Gambar 7.



Gambar 7. Posttest Akhir

Masukan dari peserta terkait kualitas kegiatan juga sebagai evaluasi panitia untuk kegiatan selanjutnya. Hasil kuesioner dari peserta dapat dilihat pada Gambar 8.



Gambar 8. Kuesioner Evaluasi Kegiatan

Hasil evaluasi yang diberikan kepada peserta menunjukkan rata-rata menunjukkan pelaksanaan kegiatan pelatihan fisioterapi tingkat dasar mempunyai kesesuaian dan kualitas baik dari penyelenggaraan serta materi yang berikan. Hasil evaluasi dan masukan dari peserta tentunya menjadi bahan masukan untuk pelaksanaan kegiatan berikutnya.

Peningkatan kompetensi mahasiswa perlu ditingkatkan dengan berbagai kegiatan. Peningkatan kompetensi sebagai bagian dari program merdeka belajar yang diterapkan dalam pembelajaran di kurikulum perguruan tinggi (Jauhariyah et al., 2023). Pelatihan yang diberikan kepada mahasiswa tentunya berkaitan dengan kesiapan dengan dunia kerja dan peningkatan daya saing lulusan (Widodo, 2021).

Perguruan tinggi mempunyai peran terdepan dalam menyiapkan lulusan yang siap bersaing sesuai dengan rumpun keilmuan masing-masing Prodi (Sulaeman et al., 2023). Program studi Pendidikan Jasmani khususnya mempunyai sisi yang strategis sebagai pencetak lulusan yang berkompeten. Salah satu yang dapat dilakukan adalah dengan pelatihan yang berkaitan dengan kemampuan pendukung sehingga pola pikir mahasiswa luas. Peningkatan skill ini dapat berupa pelatihan profesional (I. Hermawan et al., 2020). Pelatihan profesional yang mempunyai lisensi yang legal seperti pelatih cabang olahraga, pelatih fisik dan wasit cabang olahraga (Okilanda et al., 2020).

Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Samudra dalam mendukung kemampuan mahasiswa memfasilitasi peningkatan kompetensi mahasiswa dengan melakukan pelatihan fisioterapi tingkat dasar. Tujuan ini merupakan bagian dari IKU perguruan tinggi di mana lulusan yang mempunyai output terserap cepat oleh lapangan kerja (Hermawan et al., 2023). Saat ini menjadi seorang fisioterapi merupakan salah satu profesi yang banyak ditekuni karena kebutuhan yang meningkat (Arjuna, 2019).

Peningkatan kompetensi lulusan dengan sertifikat berlisensi menjadi nilai tambah lulusan sebagai penunjang (Jariono et al., 2020). Seiring dengan peningkatan kompetensi lulusan yang mempunyai dampak besar, membekali mahasiswa menjadi penting dengan berbagai kompetensi. Merdeka belajar memberikan keleluasaan mahasiswa mengeksplorasi diri sehingga kualitas SDM menjadi meningkat. Meningkatnya kualitas SDM lulusan berdampak pada capaian Program studi tidak hanya capaian IKU Prodi tetapi meningkatnya serapan lulusan. Dari hasil tracer study banyak lulusan Prodi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Samudra yang menjadi pelatih tetapi tidak terkendala legalitas tidak memiliki sertifikat.

Pelaksanaan pelatihan ini tentunya menjadi dasar dan modal mahasiswa dapat melatih secara legal sesuai dengan bidangnya di klub kebugaran dan klub olahraga. Sedangkan dari total 36 peserta kegiatan 17 diantaranya sudah aktif melatih di klub olahraga dan komunitas kebugaran di Aceh. Harapannya semua peserta pelatihan setelah lulus dan kembali ke daerah masing-masing dapat terserap dan mengimplementasikan hasil pelatihan.

KESIMPULAN

Pelatihan fisioterapi tingkat dasar dilakukan sebagai upaya peningkatan kompetensi mahasiswa. Peningkatan kompetensi dengan melakukan pelatihan yang bertujuan untuk mendukung IKU Program studi Pendidikan Jasmani yaitu lulusan dapat terserap di lapangan. Kebutuhan fisioterapi saat ini yang menjadi trend di kalangan muda menjadi peluang, khususnya mahasiswa Pendidikan Jasmani FKIP Universitas Samudra yang memiliki skill dengan dibekali sertifikat kompetensi. Sehingga kualitas kompetensi lulusan mempunyai kompetensi daya saing tidak hanya sebagai pendidik tetapi fisioterapi sebagai pendukung kompetensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arjuna, F. (2019). Gambaran komponen fisik dominan (komponen fisik dasar) pelatih sso real madrid fik uny tahun 2016. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(1), 47–56.
- Agung Cahyadi, R. kurniawan. (2020). PENGARUH KADAR HEMOGLOBIN DAN KEBUGARAN JASMANI TERHADAP HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PENJASORKES). *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 18–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo235019>
- Edmizal, E., & Maifitri, F. (2021). Pelatihan tentang kondisi fisik cabang olahraga bulutangkis bagi pelatih bulutangkis se kota padang. *Jurnal Berkarya, Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 32–37.
- Hariadi, I., Fadhli, N. R., & Taufik. (2019). Pelatihan penyusunan instrumen tes dan pengukuran kondisi fisik bagi pelatih koni kabupaten malang. *Jurnal Karinov*, 2(2), 103–106.
- Hermawan, H., Anwari, H., Setyo Nugroho, D., Monica Putri Hendrajaya, A., Eka Chandrawati, N., & Theresia br Girsang, P. (2023). Pengembangan produk dan pemasaran desa wisata digital: Program insentif pengabdian masyarakat terintegrasi dengan merdeka belajar kampus merdeka berbasis kinerja indikator kinerja utama bagi perguruan tinggi swasta tahun 2022. *Abdimas Pariwisata*, 4(1), 46–61.
- Hermawan, I., Indrawira, H., Maslikah, U., Jariono, G., & Nugroho, H. (2021). Penyusunan latihan fisik pada anggota komando strategis angkatan darat (kostrad). *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 27–34.
- Hermawan, I., Maslikah, U., Masyhur, M., & Jariono, G. (2020). Pelatihan kondisi fisik pelatih cabang olahraga kota depok jawa barat dalam menghadapi persiapan porprov 2022. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2020 (SNPPM-2020)*, 1(1), 371–380.
- Jariono, G., Subekti, N., Indarto, P., Hendarto, S., Nugroho, H., & Fachrezzy, F. (2020). Analisis kondisi fisik menggunakan software Kinovea pada atlet taekwondo Dojang Mahameru Surakarta. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 16(2), 133–144.
- Jauhariyah, M. N. R., Madlazim, M., Hariyono, E., Lestari, N. A., Wardi, L. Z., Pradigdo, L. H., Santoso, I. Y., Aulia' Alifteria, F., & Mahmud, M. (2023). Pelatihan pembuatan modul proyek pembelajaran steam (science, technology, engineering, art, and mathematics) terintegrasi mitigasi bencana alam dalam kurikulum merdeka belajar. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 710–727.
- Kurniawan, R., Cahyadi, A., Bunaiya, M., Jasmani, J. P., Keguruan, F., Ilmu, D., Keguruan, F., Ilmu, D., Islam, U., & Indonesia, K. (2021). *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan TINGKAT KECEMASAN ATLET TAEKWONDO PENGACAB LANGSA DALAM MENGHADAPI PEKAN OLAHRAGA ACEH (PORA) ANXIETY LEVEL OF LANGSA BRANCH TAEKWONDO ATHLETES IN FACING (PORA)* *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*. 11, 261–269.
- Nova, A., Soegiyanto, Budi, B., & Budiono, I. (2020). Peran orang tua dalam menjaga kebugaran anak pasca pandemic covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*, 3(1), 576–581.
- Nova, A., Soegiyanto, Budiono, I., & Budi Raharjo, B. (2022). The concept of regional sports development policy to support national sports achievements. *ALBA Media Indonesia*.
- Okilanda, A., Iswana, B., & Wanto, S. (2020). Pelatihan pelatih fisik level i nasional koni ogan komering ulu. *Wahana Dedikasi : Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(2), 13–19. <https://doi.org/10.31851/dedikasi.v3i2.5330>
- Sianturi, L., Hutaurukko, S., Sigiro, M., Siallagan, H., & Simanjuntak, J. (2023). Program kemahasiswaan dalam pemenuhan indikator kinerja utama (iku) perguruan tinggi – best practice. *JIPMAS : Jurnal Visi Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(01), 32–42.
- Sports legislation. (2022). Law of the Republic of Indonesia Number 11 of 2022 concerning National Sports.
- Sulaeman, N. F., Nuryadin, A., Riyadi, A., Mispi, G., & Sari, A. (2023). Pelatihan pembelajaran stem untuk mendukung implementasi kurikulum merdeka pada proyek merancang filter air. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 1220–1228.
- Widodo, B. (2021). Implementasi education 4.0 dan merdeka belajar dalam matematika di perguruan tinggi. *PRISMA, Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 7, 910–916.