

SOSIALISASI DAN PENGEMBANGAN OLAHRAGA TRIATHLON PADA MAHASISWA FKIP UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN SURAKARTA

Sunjoyo¹, Satrio Sakti Rumpoko², Joko Sulistyono³, Widha Srianoto⁴, Illfat Anum Alhasqur⁵,

^{1,2,3,4,5}Pendidikan Jasmani, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta
sunjoyo57@gmail.com

Abstract

The purpose of this activity of socialization and development of triathlon sports is in an effort to provide knowledge and insight to the public about the sport of triathlon to be more widely known and as a search for young athletes in Surakarta. The method used in this activity is the discussion group method. The material provided includes an introduction to the sport of triathlon, swimming techniques, cycling techniques and running techniques. This socialization was carried out at the FKIP UTP Surakarta campus followed by community service implementers and FKIP UTP Surakarta students.

Keywords: triathlon, Socialization, UTP.

Abstrak

Tujuan dalam kegiatan dari sosialisasi dan pengembangan olahraga triathlon ini adalah dalam upaya memberikan pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat tentang olahraga triathlon untuk lebih dikenal luas dan sebagai pencarian bibit atlet muda yang ada di Surakarta. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah dengan metode grup diskusi. Materi yang diberikan mencakup pengenalan olahraga triathlon, teknik berenang, teknik bersepeda dan teknik lari. Sosialisasi ini dilaksanakan di kampus FKIP UTP Surakarta diikuti oleh pelaksana pengabdian masyarakat dan mahasiswa FKIP UTP Surakarta.

Kata Kunci: triathlon, sosialisasi, UTP.

Submitted: 2022-07-07

Revised: 2022-07-11

Accepted: 2022-07-27

Pendahuluan

Olahraga triathlon bukanlah olahraga yang baru, namun masyarakat kurang begitu mengenal olah raga ini. Pada event Pekan Olahraga Nasional (PON) tahun 2021, olahraga triathlon baru masuk sebagai cabang olahraga eksibisi dan dimana lawan yang terberat berada pada provinsi Jateng, Jabar, Jatim, DKI Jakarta dan Sumatera Selatan. Olahraga triathlon merupakan sebuah olahraga yang melibatkan tiga olahraga yang berbeda yang harus diselesaikan secara berurutan. Meski cukup beragam, tiga cabang olahraga dalam triathlon biasanya dimulai dari renang, bersepeda, dan lari. Jarak dari triathlon sendiri cukup bervariasi. Secara internasional, dari perspektif jarak, triathlon dapat diklasifikasikan sebagai Sprint (berenang 750 meter, bersepeda 20 km, lari 5 km), jarakmenengah (ataustandar), jugadikenalsebagaijarakOlimpiade (berenang 1,5 km, bersepeda 40 km, Lari 10 km), jarak jauh disebut juga dengan Half Ironman (renang 1,9 km, bersepeda 90 km, lari 21,1 km) dan jarak Ultra alias Iron Man (renang 3,8 km, bersepeda 180 km, Lari 42,2 km).

Di provinsi Jawa Tengah olahraga triathlon belum cukup dikenal masyarakat. Hal ini dapat dilihat dengan minimnya event olahraga untuk triathlon. Terlebih lagi bagi mahasiswa FKIP UTP Surakarta belum mengenal sama sekali tentang olahraga triathlon ini. Dari hasil kajian ini, pengusulakan memberikan sosialisasi dan pengembangan olahraga triathlon pada mahasiswa FKIP UTP Surakarta.

Metode

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode Grup diskusi. Pelaksanaan dimulai dengan melakukan survey kepada mahasiswa FKIP UTP Surakarta tentang olahraga triathlon. Kemudian melakukan grup diskusi dengan memberikan pemaparan materi tentang olahraga triathlon. Setelah selesai grup diskusi dilanjutkan dengan evaluasi dari hasil kegiatan dan memberi saran dan masukan kepada panitia. Setelah pelaksanaan ini selesai, diharapkan mahasiswa dapat mengimplementasikan pengetahuan dan keterampilan ini kepada masyarakat luas.

Hasil dan Pembahasan

Secara umum pelaksanaan pelatihan ini berjalan lancar dan sesuai dengan program yang sudah direncanakan. Dari jumlah peserta yang hadir sebanyak 30 peserta mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani ternyata mendapat respon positif dari masyarakat. Pemateri yang menyampaikan pelatihan yaitu:

1. Sunjoyo, S.Pd, M.Pd (dosen Prodi Pendidikan Jasmani UTP) Topik: *peraturan dasar olahraga triathlon*
2. Satrio Sakti Rumpoko, S.Pd., M.Or. (dosen renang Prodi Pendidikan Jasmani UTP) Topik: *teknik renang dalam perlombaan olahraga triathlon*
3. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd (dosen Prodi Pasca Sarjana Pendidikan Jasmani UTP) Topik: *teknik lari dalam perlombaan olahraga triathlon*
4. Widha Srianto, S.Pd, M.Or (dosen Prodi Pendidikan Jasmani UTP) Topik: *teknik sepeda dalam perlombaan olahraga triathlon*
5. Illfat Anum Alhasqur (mahasiswa Pendidikan Jasmani) tugas :membantu terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

Berdasarkan hasil diskusi dalam materi yang disampaikan dapat ditarik beberapa catatan penting antara lain sebagai berikut.

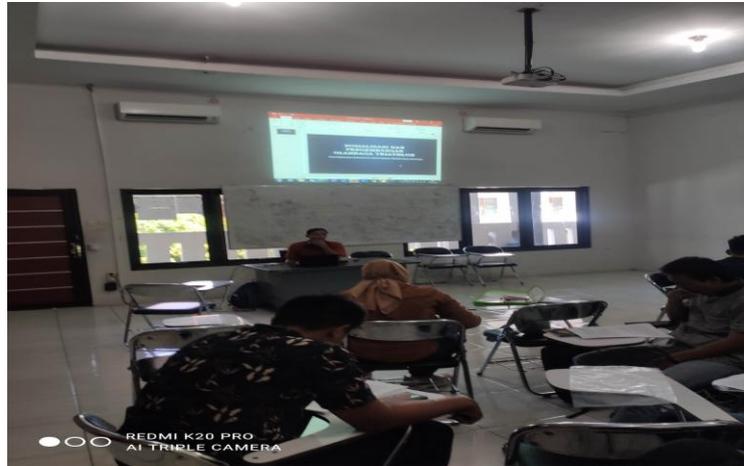
1. Belum mengetahui tentang olahraga triathlon.
2. Banyak peserta yang mempunyai kemampuan kurang dalam berenang.
3. Antusiasme peserta ditunjukkan dengan harapan agar terdapat lembaga yang dapat memberikan pelatihan yang serupa dengan lingkup peserta yang lebih luas.

Setelah kegiatan sesi diskusi selesai dilakukan kemudian dilakukan evaluasi untuk mengetahui pengetahuan setelah diberikan dan mencari peserta yang berkeinginan untuk menjadi calon atlet triathlon.

Pelaksanaan sosialisasi dan pengembangan olahraga triathlon memiliki arti yang strategis bagi banyak pihak seperti pihak peserta, pihak tim pengabdian masyarakat, perguruan tinggi. Dikatakan demikian karena olahraga triathlon merupakan olahraga yang cukup bergengsi karena menggabungkan tiga olahraga yang berbeda menjadi satu perlombaan. Peserta renang sebagai pemberi pertolongan pertama bagi korban di kolam renang yang menjamin keselamatan pemakai kolam renang.

Evaluasi kegiatan pelatihan ini dilakukan dengan sebuah pertanyaan berupa studi kasus perlombaan triathlon. Dari 30 peserta seluruhnya bisa menjawab dengan benar dengan demikian kami asumsikan bahwa seluruh peserta mengikuti proses pelatihan secara sungguh-sungguh. Indikator lainnya ialah dengan terjadinya diskusi yang dinamis dan keberadaan peserta yang utuh dari awal acara sampai akhir acara.

Diharapkan penyampaian materi tersebut dapat menyamakan persepsi tentang kecelakaan di air. Selanjutnya kami selaku panitia berharap ada kesempatan lain untuk menyelenggarakan pelatihan tingkat lanjut dengan pemberian materi praktek yang lebih banyak dan menyeluruh.



Gambar 1
PemberianMateri



Gambar 2
Pemberian materi



Gambar 3
Materi peraturan



Gambar 4
Diskusi peserta

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi dan pengembangan olahraga triathlon pada mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani ini secara nyata mendapatkan apresiasi yang tinggi dari masyarakat. Baik dari segi jumlah peserta yang melebihi kuota maupun dari antusiasme dalam mengikuti tahapan kegiatan. Model sosialisasi seperti ini akan membawa dampak langsung maupun tidak langsung untuk memberikan pengetahuan tentang olahraga triathlon dan mencari bibit atlet. Sosialisasi sejenis yang berkelanjutan diharapkan banyak pihak terutama menyangkut aspek penguasaan keterampilan olahraga triathlon dapat dikembangkan pada masyarakat yang lebih luas.

Daftar Pustaka

- Kleanthous, M. (2016). *The complete book of triathlon*. Meyer & Meyer Verlag.
- Marinho, D. A., Barbosa, T. M., & Neiva, H. P. (2013). Swimming, running, cycling and triathlon. In *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis* (pp. 454-481). Routledge.
- Migliorini, S. (Ed.). (2020). *Triathlon Medicine*. Cham, Switzerland: Springer.
- Sleivert, G. G., & Rowlands, D. S. (1996). Physical and physiological factors associated with success in the triathlon. *Sports Medicine*, 22(1), 8-18.