

Management Pengelolaan Tempat Latihan Pada Atlet Pencak Silat Dengan Disabilitas Tunarungu

Erick Burhaein^{a,1,*}, Siti Nur Zaena Ulfa^{a,2}

^a Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Indonesia

¹ erick.burhaein@umnu.ac.id; ² zaenaulfa13465@gmail.com

* corresponding author

ARTICLE INFO

Article history

Received 2025-04-29

Revised 2025-06-09

Accepted 2025-06-17

Keywords

Facility Accessibility,
Communication Strategies,
Adaptive Exercise
Programmes,
Social Support,
Psychological Support

Kata kunci

Aksesibilitas Fasilitas,
Strategi Komunikasi,
Program Latihan Adaptif,
Dukungan Sosial,
Dukungan Psikologis

ABSTRACT

This study aims to examine the management of training facilities for deaf athletes in the sport of pencak silat at the Tamanwinangun Special Needs School (SLB) in Kebumen District. A qualitative approach was used, with data collected through observation, interviews, and documentation. The participants included the school principal, physical education teachers, and deaf student-athletes. Data analysis focused on four main dimensions: facility accessibility, communication strategies, adaptive training programs, and social and psychological support. The results showed that while the training facilities were generally adequate, there were some shortcomings, such as the use of non-standardized mats. Communication strategies involving sign language were effective, although coaches had not yet fully mastered sign language independently. The training program was well-structured and adaptive to the needs of deaf athletes, supported by the emotional involvement of the coaches. In addition, strong support from parents, school staff, and coaches played a significant role in enhancing the athletes' comfort and motivation. The study concludes that inclusive and adaptive management is essential for creating a supportive training environment that fosters athletic development for individuals with hearing disabilities.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengelolaan sarana latihan atlet tuna rungu cabang olahraga pencak silat di Sekolah Luar Biasa (SLB) Tamanwinangun Kabupaten Kebumen. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Partisipan penelitian meliputi kepala sekolah, guru penjas, dan atlet tuna rungu. Analisis data difokuskan pada empat dimensi utama, yaitu aksesibilitas sarana, strategi komunikasi, program latihan adaptif, serta dukungan sosial dan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sarana latihan secara umum sudah memadai, namun masih terdapat beberapa kekurangan, seperti penggunaan matras yang belum terstandar. Strategi komunikasi dengan menggunakan bahasa isyarat sudah efektif, meskipun pelatih belum sepenuhnya menguasai bahasa isyarat secara mandiri. Program latihan sudah terstruktur dengan baik dan adaptif terhadap kebutuhan atlet tuna rungu, didukung oleh keterlibatan emosional dari pelatih. Selain itu, dukungan yang kuat dari orang tua, staf sekolah, dan pelatih berperan penting dalam meningkatkan kenyamanan dan motivasi atlet. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengelolaan yang inklusif dan adaptif sangat penting untuk menciptakan lingkungan latihan yang mendukung perkembangan atletik bagi penyandang disabilitas pendengaran.

Artikel ini open akses sesuai dengan lisensi [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu aktivitas atau kegiatan fisik yang sudah tidak asing lagi bagi setiap orang untuk mencapai hidup dan tubuh yang sehat. Olahraga juga bisa meningkatkan kesehatan

jasmani dan mood seseorang. Banyak orang yang memiliki tubuh yang kurang bagus karena kurangnya berolahraga (Suha & Rosyada, 2022). Hal tersebut banyak orang yang menggunakan aktivitas olahraga sebagai alat untuk memperbaiki dan mengembangkan kondisi tubuh mereka. Dengan melakukan olahraga yang teratur dan terencana bisanya dapat menjadi suatu objek terbaik untuk proses pembentukan tubuh. Sehingga olahraga menjadi kebutuhan bagi semua manusia, karena melalui olahraga manusia dapat merasakan kesehatan dan kebahagiaan tersendiri.

Olahraga juga membuat banyak orang minat dengan profesi atlet dari usia anak-anak sampai dewasa karena banyaknya prestasi dari cabang olahraga Indonesia di kompetisi internasional. Menurut KBBI, atlet adalah olahragawan terlatih dalam ketangkasan, kekuatan, dan kecepatan untuk berpartisipasi dalam pertandingan olahraga. Salah satu olahraga yang kini banyak diminati para pelajar hingga dewasa yaitu olahraga pencak silat.

Pencak yang artinya seni bela diri yang bergerak dalam bentuk menari dan irama dengan aturan. Sedangkan silat adalah esensi dari pencak untuk bertarung secara defensif atau membela diri dari musuh (Edigia - Pelawi, 2022). Saat ini banyak kompetisi pencak silat yang diadakan dari tingkat kabupaten, provinsi, nasional, dan bahkan internasional persilat (Cici Ayu Atmanegara, 2021). Pada mulanya keberhasilan pencak silat Indonesia menjadi panutan bagi negara-negara Asia Tenggara. Namun saat ini, keberhasilan pencak silat Indonesia cenderung tidak stabil, terutama dalam kategori pertarung. Pencak silat di Indonesia belum stabil dalam mencapai keberhasilan pada saat pertandingan yang diikuti. Ini tentunya akan menjadi tantangan bagi bangsa Indonesia.

Pencak Silat, berasal dari kata pencak yang berarti seni bela diri yang bergerak dalam bergerak melalui menari dan irama yang didalamnya terdapat aturan. Sedangkan silat adalah esensi dari pencak silat yang bertujuan untuk bertanding (Edigia - Pelawi, 2022). Di dalam pertandingan terdapat persaingan dan persaingan itu bukan hanya di tempat latihan melainkan di pertandingan antar kabupaten, provinsi, nasional, dan internasional. Pembinaan pada atlet adalah faktor yang penting untuk mencapai prestasi olahraga di tingkat kabupaten, provinsi, nasional, dan internasional, selain pembinaan atlet juga membutuhkan latihan yang maksimal dan konsisten untuk persiapan bertanding.

Pengelolaan tempat latihan untuk atlet pencak silat dengan disabilitas tunarungu memerlukan perhatian khusus, mengingat tantangan yang dihadapi oleh atlet dalam berkomunikasi dan berinteraksi. Berikut adalah beberapa aspek penting dalam latar belakang manajemen pengelolaan tempat latihan. 1) Kebutuhan Khusus Atlet Tunarungu, atlet tunarungu mungkin memerlukan metode komunikasi alternatif, seperti isyarat tangan atau penggunaan alat bantu visual. Pelatih perlu memahami dan mengimplementasikan strategi komunikasi yang efektif. Tempat latihan harus dirancang agar mudah diakses, dengan fasilitas yang mendukung kebutuhan fisik dan komunikasi atlet. 2) Pentingnya Lingkungan Latihan yang Inklusif, lingkungan yang mendukung dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi atlet tunarungu untuk berlatih dan berkompetisi. Pelatihan kelompok dapat membantu atlet tunarungu bersosialisasi dengan atlet lain, menciptakan rasa kebersamaan dan dukungan. 3) Pelatihan untuk Pelatih, pelatih perlu dilatih untuk memahami

kebutuhan atlet tunarungu, termasuk cara berkomunikasi dan teknik pengajaran yang sesuai. Menghargai latar belakang budaya dan pengalaman atlet tunarungu adalah kunci dalam menciptakan hubungan pelatih-atlet yang positif. 4) Kegiatan dan Program Latihan, mengembangkan program latihan yang mempertimbangkan kemampuan dan batasan atlet tunarungu, dengan fokus pada peningkatan keterampilan teknik dan fisik. Melakukan evaluasi rutin untuk mengukur kemajuan atlet dan menyesuaikan program latihan sesuai kebutuhan. 5) Kemitraan dan Kolaborasi, bekerjasama dengan organisasi yang fokus pada penyandang disabilitas untuk mendapatkan dukungan, sumber daya, dan pengetahuan dalam pengelolaan tempat latihan.

Dari aspek latar belakang manajemen pengelolaan latihan di SLB Negeri Tamanwinangun Kebumen, dapat dilihat bahwa masih banyak kekurangan yang ada mulai dari kesulitan, kondisi fasilitas tempat latihan, instruksi pelatih, dan lain-lain. Keberagaman kesulitan yang ada pada kalangan usia atlet yaitu SMP (Sekolah Menengah Pertama) dengan keterbatasan jumlah atlet hanya 20 orang.

Berdasarkan data laporan hasil pelatih dan staf dalam melatih atlet pencak silat yaitu ekstrakurikuler pencak silat ada sejak tahun 2022, terdapat beberapa hambatan yaitu masalah menghadapi proses latihan, kondisi fasilitas tempat latihan yang kurang memadai dan peralatan yang terbatas, instruksi pelatih kepada atlet tunarungu, pengelolaan tempat latihan, dan adaptasi latihan. Sehingga dorongan untuk menyelenggarakan ekstrakurikuler pencak silat olahraga disabilitas atlet tunarungu baik secara internal maupun eksternal memiliki dampak yang signifikan bagi individu dengan kebutuhan khusus ini, baik secara fisik maupun mental. Secara internal, dorongan untuk menyelenggarakan ekstrakurikuler pencak silat olahraga disabilitas atlet tunarungu dapat memberikan manfaat yang besar bagi individu yang terlibat. Melalui partisipasi dalam kegiatan olahraga, masyarakat penyandang disabilitas dapat meningkatkan keterampilan motorik, kekuatan otot, koordinasi, dan fleksibilitas. Selain itu, ekstrakurikuler pencak silat olahraga disabilitas atlet tunarungu juga dapat membantu dalam pengembangan keterampilan sosial, seperti kerjasama tim, komunikasi, dan rasa percaya diri. Dengan mendorong partisipasi dalam ekstrakurikuler pencak silat olahraga disabilitas atlet tunarungu dapat memberikan kesempatan yang adil bagi individu dengan disabilitas intelektual untuk meraih potensi maksimal mereka.

Secara eksternal, ekstrakurikuler pencak silat olahraga disabilitas atlet tunarungu juga memiliki dampak yang positif terhadap masyarakat secara umum. Dengan mengadakan acara dan kompetisi olahraga khusus pencak silat disabilitas atlet tunarungu dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya inklusi dan kesetaraan bagi semua individu (Izzah et al., 2020). Dengan pendekatan yang tepat, pengelolaan tempat latihan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi atlet pencak silat tunarungu, mendorong mereka untuk meraih prestasi dan mengatasi batasan yang ada. Berdasarkan latar belakang di atas maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengkaji pengelolaan sarana latihan atlet tuna rungu cabang olahraga pencak silat di Sekolah

Luar Biasa (SLB) Tamanwinangun Kabupaten Kebumen.

METODE

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mendapat pemahaman mendalam tentang *management* pengelolaan tempat latihan pada atlet pencak silat dengan disabilitas tunarungu. Dalam subjek ini peneliti mengambil partisipan yaitu kepala sekolah, 2 guru olahraga dan atlet penyandang disabilitas pendengaran (tunarungu) sejumlah 20 orang (Jermaina, 2016).

Tabel 1. Subjek Penelitian

No	Subjek	Jumlah
1	Kepala Sekolah	1 Orang
2	Guru Olahraga	2 Orang
3	Atlet tunarungu	20 Orang

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar rubrik, dokumentasi wawancara, observasi yang telah validasi.

Tabel 2. Rubrik Dokumentasi, Wawancara, dan Observasi

No	Dimensi	Indikator	Butir
1	Aksesibilitas Fasilitas	Fasilitas latihan	1. Akses fasilitas 2. Pengelolaan fasilitas disabilitas
2	Strategi Komunikasi	Pelatih dalam merencanakan komunikasi	1. Pelatih merencanakan komunikasi untuk atlet 2. Merencanakan Teknik komunikasi
3	Program Latihan Adaptif	Pelatih dalam merencanakan pelatihan	1. Pelatihan merencanakan pelatihan adaptif. 2. Pelatih mengukur peningkatan pada atlet.
4	Dukungan Sosial dan Psikologis	Atlet dalam dukungan sosial dan psikologis	1. Atlet disabilitas terhadap dukungan sosial dan psikologis 2. Dukungan sosial terhadap atlet

Penelitian ini menggunakan prosedur serta analisis metode penelitian kualitatif, penelitian mampu menganalisis dan menggambarkan hasil penelitian secara kritis dan objektif. Penelitian ini dilaksanakan dengan survey ke Sekolah Luar Biasa Tamanwinangun yang berada di Kecamatan Kebumen, Kabupaten Kebumen. Dalam penelitian ini, ada beberapa langkah untuk pengambilan data yaitu observasi, wawancara. Langkah pertama yaitu observasi, observasi dilakukan dengan survey langsung ke Sekolah Luar Biasa Tamanwinangun dengan bertanya langsung ke kepala sekolah, guru olahraga, dan atlet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan 4 dimensi, yaitu aksesibilitas fasilitas, strategi komunikasi, program latihan adaptif, dukungan sosial dan psikologis. Penyajian hasil penelitian dilakukan dengan mengacu pada analisis yang dikembangkan oleh. Setelah penelitian yaitu

wawancara dan observasi, berikut 4 dimensi data yang diperoleh dari hasil wawancara sebagai berikut.

Aksesibilitas Fasilitas

Narasumber 1

“Untuk fasilitas ekstrakurikuler pencak silat sudah lengkap, hanya saja matras belum sesuai dengan standar prosedur operasional”.

Narasumber 2

“Fasilitas yang disediakan dari sekolah sudah cukup lengkap hal ini menjadikan pelatih mudah memberikan materi”.

Narasumber 3

“Ekstrakurikuler pencak silat yang dilaksanakan secara rutin memiliki fasilitas yang cukup lengkap, karena itu membuat atlet menjadi nyaman untuk berlatih”.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat secara umum didukung oleh fasilitas yang memadai, yang berkontribusi positif terhadap proses latihan. Sebagian besar responden menyatakan bahwa ketersediaan fasilitas membantu pelatih dalam menyampaikan materi secara efektif dan membuat atlet merasa nyaman saat berlatih. Namun, ada satu hal yang menjadi perhatian terkait matras yang belum memenuhi standar operasional prosedur. Hal ini mengindikasikan perlunya perbaikan pada peralatan tertentu untuk lebih meningkatkan lingkungan latihan.

Strategi Komunikasi

Narasumber 1

“Komunikasi pada saat latihan ekstrakurikuler pencak silat yaitu menggunakan bahasa isyarat yang sudah terbiasa dilakukan oleh atlet”.

Narasumber 2

“Komunikasi yang disampaikan pada saat melatih yaitu menggunakan bahasa isyarat dengan bantuan guru setempat karena dalam komunikasi tersebut pelatih belum menguasai bahasa isyarat”.

Narasumber 3

“Komunikasi yang diberikan oleh pelatih sudah baik dibuktikan dengan atlet itu mampu mengikuti apa yang diarahkan oleh pelatih”.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa komunikasi selama pelatihan ekstrakurikuler pencak silat terutama mengandalkan bahasa isyarat, yang sudah dikenal oleh para atlet. Meskipun pelatih belum sepenuhnya menguasai bahasa isyarat, dukungan dari guru-guru lokal membantu menjembatani kesenjangan komunikasi. Terlepas dari keterbatasan tersebut, proses komunikasi yang dinilai efektif, karena para atlet mampu memahami dan mengikuti instruksi pelatih dengan baik.

Program Latihan Adaptif

Narasumber 1

“Rencana pembelajaran sudah terstruktur dengan baik maka dari itu ekstrakurikuler berjalan dengan lancar”.

Narasumber 2

“Ekstrakurikuler pencak silat memiliki rencana yang sudah dibuat sebelum mengajar, untuk mencapai target yang dibuat”.

Narasumber 3

“Dengan pelatihan yang sudah direncanakan atlet mampu mengikuti kegiatan silat dengan nyaman”.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler pencak silat didukung oleh strategi pembelajaran yang terstruktur dan terencana dengan baik. Perencanaan yang terstruktur ini memastikan bahwa sesi latihan berjalan dengan lancar dan efektif. Hasilnya, para atlet dapat berpartisipasi dengan nyaman dan mencapai target yang telah ditetapkan oleh para instruktur.

Dukungan Sosial dan Psikologis

Narasumber 1

“Dengan diadakannya ekstrakurikuler respon dari wali murid sangat bagus dan mendukung program tersebut.”

Narasumber 2

“Pelatih melakukan pendekatan kepada seluruh atlet dengan cara memberikan motivasi agar atlet semangat dalam mengikuti ekstrakurikuler”.

Narasumber 3

“Ketika mengikuti ekstra atlet merasa senang karena banyak dukungan terutama dari orang tua dan selalu mendapatkan motivasi dari pelatih. Hasil observasi terdapat sarana dan prasarana diantaranya yaitu satu lapangan, satu aula, matras, body protector, cone”.

Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa program ekstrakurikuler pencak silat mendapatkan dukungan yang kuat dari orang tua dan pelatih. Orang tua menunjukkan respon positif dan secara aktif mendukung program, sementara pelatih memotivasi para atlet untuk tetap semangat selama latihan. Dorongan ini berkontribusi pada kesenangan dan keterlibatan para atlet dalam kegiatan. Selain itu, ketersediaan fasilitas seperti lapangan, aula, matras, body protector, dan cone semakin mendukung keberhasilan program.

PEMBAHASAN

Aksesibilitas Fasilitas

Fasilitas latihan yang inklusif merupakan kebutuhan utama bagi atlet pencak silat dengan disabilitas tunarungu. Aspek ini mencakup pengaturan ruang yang bebas hambatan dan penggunaan alat bantu visual seperti papan pengumuman digital, layar video, atau sinyal lampu untuk memberikan instruksi. Penelitian menunjukkan bahwa desain fasilitas yang ramah disabilitas secara langsung

memengaruhi motivasi dan kenyamanan atlet selama berlatih (Foster et al., 2019). Fasilitas latihan juga harus menciptakan lingkungan yang mendukung psikologis atlet. Akses terhadap ruang pribadi untuk istirahat dan relaksasi membantu atlet mengurangi tekanan emosional. Lingkungan yang mendukung psikologis terbukti mendorong semangat atlet untuk terus berkembang dalam kompetisi olahraga (Holfelder, 2020). Terakhir, pengelolaan fasilitas memerlukan evaluasi berkelanjutan untuk memastikan fasilitas tersebut tetap relevan dengan kebutuhan atlet. Pelatih dan pengelola tempat latihan perlu berkolaborasi dengan ahli aksesibilitas untuk mengidentifikasi area yang memerlukan peningkatan (Sinikka Elliott and Megan Reid, 2018).

Strategi Komunikasi

Komunikasi yang efektif adalah inti dari keberhasilan pelatihan untuk atlet tunarungu. Pelatih harus menggunakan pendekatan visual, seperti bahasa isyarat atau demonstrasi langsung, untuk menyampaikan instruksi teknis. Strategi ini memastikan bahwa atlet memahami instruksi dengan lebih jelas tanpa bergantung pada komunikasi verbal. Selain itu, pelatih perlu memiliki pelatihan khusus dalam berkomunikasi dengan atlet tunarungu. Pelatihan ini melibatkan pemahaman terhadap kebutuhan komunikasi atlet, seperti membaca gerakan bibir atau menggunakan alat bantu teknologi. Penelitian menunjukkan bahwa pelatih yang terlatih mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif (Muhtar & Lengkana, 2019). Teknik komunikasi non-verbal, seperti penggunaan sinyal tangan atau simbol visual, juga terbukti efektif dalam membangun interaksi yang harmonis antara pelatih dan atlet. Komunikasi visual ini tidak hanya membantu menyampaikan instruksi, tetapi juga memperkuat hubungan interpersonal dalam tim (Rebecca Foster and Hayley Fitzgerald, 2018). Komunikasi yang inklusif tidak hanya berguna untuk pelatih tetapi juga untuk rekan atlet dalam tim. Melatih semua anggota tim untuk menggunakan strategi komunikasi yang sama menciptakan lingkungan yang mendukung kerja sama dan rasa saling pengertian di antara para atlet.

Program Latihan Adaptif

Program latihan yang adaptif dirancang untuk mengakomodasi kemampuan unik atlet tunarungu. Penyesuaian dalam metode pelatihan seperti latihan berbasis pengulangan, simulasi situasi pertandingan, dan modifikasi intensitas latihan dapat membantu atlet mencapai performa terbaiknya (Sherrill & Salvo, 2022). Program adaptif juga harus mempertimbangkan kecepatan belajar atlet. Pelatih disarankan untuk memberikan jeda lebih lama antara instruksi agar atlet dapat memproses informasi dengan baik. Penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian ini meningkatkan efektivitas pembelajaran teknik olahraga (Syamsudin, 2024). Latihan berbasis kelompok adalah elemen penting dalam program adaptif. Kelompok kecil memungkinkan pelatih memberikan perhatian lebih kepada masing-masing atlet, sementara atlet juga mendapat dukungan sosial dari rekan tim mereka. Latihan kelompok ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri atlet (Muhtar & Lengkana, 2019). Evaluasi berkala adalah komponen krusial dalam program adaptif. Pelatih harus

secara rutin mengukur kemajuan atlet dan menyesuaikan program latihan berdasarkan kebutuhan individu. Evaluasi ini tidak hanya membantu meningkatkan performa atlet tetapi juga mengidentifikasi area yang memerlukan pengembangan (Komarudin et al., 2024).

Dukungan Sosial dan Psikologis

Lingkungan sosial yang mendukung merupakan pilar penting dalam membangun semangat atlet tunarungu. Dukungan dari pelatih, rekan tim, dan keluarga menciptakan rasa kebersamaan yang memotivasi atlet untuk terus berlatih dan berkembang (Schmid et al., 2021). Dukungan psikologis memainkan peran penting dalam membantu atlet mengatasi tekanan kompetisi. Pelatih perlu menyediakan sesi konsultasi psikologi atau kegiatan relaksasi untuk membantu atlet menghadapi stres. Studi menunjukkan bahwa *management* stres yang efektif meningkatkan performa atlet selama latihan dan pertandingan (MacEachern et al., 2022). Pelibatan keluarga dalam proses pelatihan juga penting. Keluarga yang aktif memberikan dorongan emosional dapat meningkatkan rasa percaya diri atlet tunarungu. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga memperkuat hubungan atlet dengan komunitas olahraga mereka (Holfelder, 2020). Selain itu dukungan dari rekan tim juga membantu menciptakan lingkungan yang inklusif dan kolaboratif. Melalui kerja sama tim yang baik, atlet tunarungu merasa dihargai sebagai bagian dari kelompok, yang pada akhirnya meningkatkan partisipasi aktif mereka dalam latihan (Maceachern et al., 2022).

KESIMPULAN

Pengelolaan tempat latihan bagi atlet pencak silat disabilitas tunarungu memerlukan beberapa pendekatan yang sangat dibutuhkan yaitu dengan cara empat dimensi, yang pertama ada dimensi aksesibilitas fasilitas. Fasilitas latihan di Sekolah Luar Biasa Tamanwinangun secara umum sudah cukup untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler pencak silat, meskipun masih ada kekurangan seperti matras yang belum sesuai standar operasional prosedur. Dengan adanya fasilitas yang cukup lengkap akan menjadikan faktor penting dalam kenyamanan dan motivasi berlatih bagi atlet tunarungu. Untuk komunikasi yang digunakan pelatih sudah cukup efektif melalui bahasa isyarat dan bantuan guru setempat. Namun, kemampuan pada pelatih masih perlu ditingkatkan agar proses pelatihan lebih optimal. Pelatih juga sudah merancang program latihan yang terstruktur dan adaptif sesuai dengan kebutuhan atlet. Latihan yang konsisten akan berpengaruh terhadap hasil yang dicapai. Dukungan dari orang tua, pelatih dan lingkungan sangat berperan besar dalam meningkatkan motivasi atlet dan rasa kenyamanan terhadap psikologis atlet tunarungu. Selanjutnya pendekatan emosional dari pelatih, serta partisipasi dari keluarga akan menciptakan hal yang positif bagi atlet (dengan adanya kegiatan yang positif serta pemberian penghargaan kepada atlet yang berbakat, bersosialisasi baik dengan teman).

Penggunaan terminologi yang tepat, seperti menggunakan "tunarungu" sebagai istilah yang lebih akurat dan menghormati, membawa dampak positif bagi individu dengan disabilitas

pendengaran. Tuna rungu lebih disukai daripada istilah lain karena mengakui kondisi yang dihadapi dan memberikan rasa hormat. Dan Konsistensi dalam penggunaan bahan ajar, termasuk file, juga penting untuk memastikan akses yang sama bagi semua pelajar, termasuk mereka yang memiliki disabilitas (Lintangsari et al., 2023). Sehingga dengan menggunakan konsistensi terminologi yang tepat dan memastikan aksesibilitas bahan ajar, kita dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih inklusif dan menghormati untuk semua pelajar, termasuk mereka yang memiliki disabilitas pendengaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmanegara, C. A. (2020). *Survei Pembinaan Prestasi Atlet Pencak Silat Di Universitas Muhammadiyah Palopo*. Universitas Muhammadiyah Palopo. <http://repository.umpalopo.ac.id/id/eprint/1218>
- Elliott, S., & Reid, M. (2018). *Low-Income Black Mothers Parenting Adolescents in the Mass Incarceration Era: The Long Reach of Criminalization*. <https://doi.org/10.1177/000312241983338>
- Foster, R., Fitzgerald, H., & Stride, A. (2019). The socialization and participation of Deaflympians in sport. *Sport in Society*. <https://doi.org/10.1080/17430437.2018.1530219>
- Izzah, N., & Rahmat, Z. (2020). Evaluasi Hambatan Pembinaan Olahraga Pencak Silat Pada Koni Kabupaten Aceh Barat Daya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 1(1). <https://jim.bbg.ac.id/pendidikan/article/view/671>
- Jermaina, N. (2024). *Analisis Rencana Pengembangan Olahraga Disabilitas Intelektual Melalui Strategi Promosi Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Jones, D., Innerd, A., Giles, E. L., & Azevedo, L. B. (2020). Association between fundamental motor skills and physical activity in the early years: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 9(6), 542–552. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.03.001>
- Holfelder, B., Klotzbier, T. J., Eisele, M., & Schott, N. (2020). Hot and Cool Executive Function in Elite- and Amateur- Adolescent Athletes From Open and Closed Skills Sports. *Frontiers in psychology*, 11, 694. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00694>
- Komarudin, M. P., Saputra, M. Y., Awwaludin, P. N., Febrianty, M. F., & Novian, G. (2024). *Model Latihan Kognisi dalam Olahraga*. Indonesia Emas Group.
- Lintangsari, A. P., Kusumawardani, I. N., Emaliana, I., Koeswoyo, R. A., Sujannah, W. D., & Ekatina, M. (2023). *Inclusive Instructions: Teori dan Praktik di Pendidikan Tinggi*. Universitas Brawijaya Press.
- Maceachern, S., Forkert, N. D., Lemay, J.-F., & Dewey, D. (2022). Physical activity participation and barriers for children and adolescents with disabilities. *International Journal of Disability, Development and Education*, 69(1), 204–216. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2021.1952939>
- Pelawi, E. (2022). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Tendangan T Menggunakan Metode Drill Pada Siswa Kelas X Pokok Bahasan Bela Diri Pencak Silat SMA Negeri 1 Barus Jahe*. Skripsi thesis, Universitas Quality Berastagi. <http://portaluqb.ac.id:808/id/eprint/613>
- Schmid, M. J., Charbonnet, B., Conzelmann, A., & Zuber, C. (2021). More success with the optimal motivational pattern? A prospective longitudinal study of young athletes in individual sports. *Frontiers in Psychology*, 11, 606272. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.606272>