



Available online at:

<https://journal.upgris.ac.id/index.php/jpom/article/view/17570>

<https://doi.org/10.26877/jpom.v4i2.17570>

Sosialisasi Peraturan Taekwondo Kepada Komunitas Masyarakat Tridharma

Setiyawan^{1*}, Bertika Kusuma Prastiwi¹, Dhea Maharani B²

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

²Magister Manajemen, Universitas Gadjah Mada

Article Info

Article History :

Received 2023-11-13

Revised 2023-11-25

Accepted 2023-11-29

Available 2023-11-30

Keywords :

Peraturan, taekwondo, tridharma

Abstract

There has been no socialization of the new taekwondo regulations within the Tridharma Community, so it is necessary to carry out this service for this community group. It is hoped that the results of this community service will be an effective way and strategy to improve the understanding of the Tridharma community regarding changes to new regulations in taekwondo. This service is carried out in 3 stages, namely the preparation, implementation and evaluation stages. From the results of the differences between the pretest and posttest, the level of understanding of the Tridharma community increased. At the evaluation stage, the service team carried out an evaluation after conducting a post test, the service team saw an increase in data based on the results of the pretest and post test, and in reflection a user satisfaction questionnaire was distributed with a satisfaction level of 81%..

Belum adanya sosialisasi peraturan baru taekwondo di lingkungan Komunitas Masyarakat Tridharma, maka perlu dilakukan pengabdian ini bagi kelompok masyarakat tersebut. Diharapkan hasil pengabdian masyarakat ini sebagai cara yang efektif dan strategi agar pemahaman Komunitas masyarakat Tridharma terhadap perubahan peraturan baru dalam taekwondo menjadi lebih baik. Pengabdian ini dilakukan dengan 3 tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dari hasil perbedaan pretest dan post test tingkat pemahaman komunitas masyarakat tridharma terjadi peningkatan. Pada tahapan evaluasi, tim pengabdian melakukan evaluasi setelah melakukan post test, tim pengabdian melihat peningkatan data berdasarkan hasil pretest dan post test, serta dalam refleksi dibagikan angket kepuasan pengguna dengan tingkat kepuasan 81%.

A. PENDAHULUAN

Taekwondo adalah seni bela diri yang berakar pada tradisi Korea kuno, olahraga yang lebih dari sekadar pertarungan fisik, olahraga taekwondo menekankan disiplin, rasa hormat, dan pengembangan diri. Taekwondo berasal dari seni bela diri *taekkyeon* dan *subak* Korea kuno, Taekwondo telah berkembang menjadi olahraga dan seni bela diri yang diakui secara global dan dipraktikkan oleh jutaan orang di seluruh dunia. Asal usul Taekwondo sudah ada sejak berabad-abad yang lalu, dipengaruhi oleh sejarah Korea yang penuh gejolak. Taekwondo dikembangkan sebagai sarana pertahanan diri selama masa perang dan sejak itu berubah menjadi bentuk seni yang menekankan ketabahan mental dan kecakapan fisik. Seiring waktu, teknik dan filosofi Taekwondo telah disempurnakan dan terstruktur, yang mengarah pada formalisasi dan pengakuan dunia. (Suryadi, 2002)

Latihan Taekwondo menawarkan banyak manfaat bagi tubuh dan pikiran. Secara fisik, ini meningkatkan fleksibilitas, kekuatan, ketangkasan, dan kebugaran secara keseluruhan (Pinandita, 2017) Melalui pelatihan yang ketat dan pengulangan teknik, praktisi mengembangkan memori otot dan meningkatkan kemampuan fisik mereka. Selain itu, Taekwondo adalah alat yang ampuh untuk ketahanan mental. Ini menanamkan rasa fokus, konsentrasi, dan tekad. Tantangan yang dihadapi selama sesi pelatihan mengajarkan para atlet untuk melampaui batas kemampuan, menumbuhkan ketahanan dan pola pikir yang kuat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Adanya faktor pendukung dari komunitas-komunitas yang peduli dan punya semangat untuk menumbuhkan dan menyebarluaskan kegiatan, tradisi, dan budaya literasi di lingkungan masyarakat dan lingkungan pendidikan (Fahmi et al., 2018)

Peraturan kompetisi olahraga Taekwondo dirancang untuk menjadi standar peraturan Taekwondo di seluruh dunia. Tujuan penerapan peraturan kompetisi yang dikembangkan oleh WTF juga untuk memastikan standarisasi semua kompetisi Taekwondo di seluruh dunia. Kompetisi yang tidak mematuhi prinsip dasar peraturan ini tidak akan diakui sebagai kompetisi Taekwondo (Peraturan dan Interpretasi Kompetisi, 2022, hal.1). Berdasarkan pernyataan tersebut, pengabdian juga dapat menyimpulkan bahwa pertandingan apa pun yang tidak mengikuti prinsip dasar peraturan ini tidak akan diakui sebagai pertandingan Taekwondo. Oleh karena itu jelas bahwa atlet Taekwondo harus mengikuti dan menjalankan dengan baik peraturan kompetisi yang ditetapkan oleh WTF.

Belum adanya sosialisasi peraturan baru taekwondo di lingkungan Komunitas Masyarakat Tridarma, maka perlu dilakukan pengabdian ini bagi kelompok masyarakat tersebut. Diharapkan hasil pengabdian masyarakat ini sebagai cara yang efektif dan strategi agar pemahaman Komunitas masyarakat Tridarma terhadap perubahan peraturan baru dalam taekwondo menjadi lebih baik.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi peraturan taekwondo bagi komunitas masyarakat tridarma ini melibatkan peran mahasiswa, dosen dan masyarakat. Tahapan pemberian edukasi dilakukan pada bulan Oktober 2023 yang terdiri pada tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Tahapan dalam pengabdian ini berupa:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan inisiasi berdasarkan permasalahan yang terjadi di komunitas masyarakat

tridarma. Permasalahan diobeservasi dengan menggunakan wawancara secara langsung tentang kebutuhan komunitas masyarakat tridarma. Dalam tahap ini maka pengabdian dan komunitas masyarakat tridarma merencanakan adanya sosialisasi peraturan taekwondo terbaru.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini pengabdian dibantu oleh tim pengabdian yang juga beranggotakan mahasiswa memberikan sosialisasi berupa sejarah, tujuan, manfaat taekwondo dan Penyuluhan tentang perubahan competition rules taekwondo terbaru. Dalam tahap pelaksanaan pengabdian memberikan tes awal sebagai data tentang gambaran kemampuan pengetahuan awal dari komunitas masyarakat tridarma yang berjumlah dari 30 orang. Pengabdian ini dilakukan di Gedung Pascasarjana lantai 5 Universitas PGRI Semarang, juga selain memberikan sosialisasi secara teori tim pengabdian juga memberikan materi praktek secara singkat tentang hand signal pada peraturan taekwondo.



Gambar 1. Pelaksanaan

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini tim pengabdian melakukan hasil refleksi dan evaluasi yang berkaitan dengan kegiatan yang telah dilakukan. (Sugiyono, 2017). Pada tahap ini data pretest dibandingkan dengan data post test, juga dilakukan pengisian angket yang berhubungan dengan kepuasan pengguna terhadap tim pengabdian.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim pengabdian melakukan observasi dengan Teknik wawancara. Pada wawancara yang dilakukan pada komunitas masyarakat tridarma ini ditemukan masalah bahwa komunitas masyarakat tridarma masih belum memahami peraturan taekwondo terbaru, komunitas masyarakat tridarma juga kurang memahami hand signal pada peraturan taekwondo terbaru. Berdasarkan permasalahan ini tim pengabdian Menyusun rencana kegiatan pengabdian. Pada tahap ini tim pengabdian berkoordinasi dengan Universitas PGRI Semarang berkaitan dengan persewaan tempat dan fasilitas yang akan digunakan untuk sosialisasi peraturan taekwondo. Dalam tahap persiapan ini narasumber disepakati dari anggota tim pengabdian yang memberikan materi teori dan praktek tentang peraturan taekwondo. Dalam tahap ini pelaksanaan jadwal pengabdian diagendakan pada bulan Oktober 2023.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini tim pengabdian melakukan sosialisasi pada 30 orang anggota komunitas masyarakat tridarma. Sosialisasi terdiri dari sejarah, tujuan, manfaat dan peraturan taekwondo. Sosialisasi dimulai dengan adanya pretest terlebih dahulu untuk mengetahui kemampuan awal anggota komunitas masyarakat tridarma. Pretest dilakukan dengan mengerjakan soal berhubungan dengan peraturan taekwondo. Setelah kegiatan pretest, tim pengabdian memberikan teori dan dasar dari peraturan taekwondo. Peserta sejumlah 30 komunitas masyarakat tridarma diberikan materi tentang ukuran lapangan, pengkategorian kelas, jenis-jenis pelanggaran dan diskusi. Setelah diberikan teori komunitas masyarakat tridarma diberikan materi hand signal dalam peraturan taekwondo.

Table 1. Distribusi Pretest dan Post Test

Tes	Nilai Minimal	Nilai Maksimal	Mean	SD
Pre Test	45,00	70,00	6.40	1, 205
Post Test	65,00	85,00	77,50	1, 817

Tabel 2. Hasil Uji Beda Nilai Pretest dan Post Test

Tes	Nilai Minimal	Selisih	IK%	p
Pre Test	45,00	20,00	1,672-2,656	0,003
Post Test	65,00			

Berdasarkan table diatas, peningkatan nilai rata-rata dari pretest dan posttest adalah sebesar 20,00 dengan nilai validitas yang diukur 95% berkisar antara 1,672 – 2,656. Dari hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai p bernilai normal ($p < 0,05$). Dari data tersebut bisa dilihat ada peningkatan hasil pemahaman peraturan pertandingan taekwondo pada masyarakat tridarma.

Hasil pengabdian ini membawa hasil positif dalam meningkatkan pemahaman komunitas masyarakat tridarma terhadap peraturan taekwondo, disamping hasil positif dari sisi kognitif pada pengabdian ini juga komunitas masyarakat tridarma.

3. Tahap Evaluasi

Pada tahapan evaluasi, tim pengabdian melakukan evaluasi setelah melakukan post test, tim pengabdian melihat peningkatan data berdasarkan hasil pretest dan post test, serta dalam refleksi dibagikan angket kepuasan pengguna.

Tabel 3. Kepuasan Pengguna

Sampel	Rata-rata Tingkat Kepuasan
30	81%

Dari table diatas terlihat tingkat kepuasan pengguna dalam mengikuti kegiatan ini adalah 81%. Data ini adalah nilai kepuasan dari 30 orang yang mengikuti kegiatan pengabdian ini.

4. PENUTUP

Kegiatan sosialisasi pemahaman masyarakat komunitas tridarma ini meningkatkan aspek pengetahuan baik secara teori maupun praktek. Anggota komunitas masyarakat madani juga mendapatkan trik dalam proses Latihan yang tidak menyalahi aturan dalam competition rules taekwondo dan juga mengaplikasikan secara teori dan praktik. Tingkat pemahaman juga meningkat, serta tingkat kepuasan pada pengabdian ini mencapai 81%.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Fahmi, D. A., Wibisana, M. I. N., Ginting, R., Pratama, D. S., & Hidayat, R. (2018). Program Kemitraan Masyarakat (PKM) Pengembangan Desa Wisata di Desa Sitiluhur Kecamatan Gembong Kabupaten Pati. *Journal of Dedicators Community*, 2(1), 39–43. <https://doi.org/10.34001/jdc.v2i1.683>
- Pinandita, W. W. (2017). PEMBINAAN TAEKWONDO DI KABUPATEN SLEMAN PERIODE 2012-2015. *Pend. Kepeleatihan Olahraga-S1*, 1(1).
- Putra, M. F. P. et al. (2022) ‘Memasyarakatkan Olahraga Petanque di Tingkat Pelajar Papua’, *Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat (JPOM)*, 3(1), pp. 1–5. doi: 10.26877/jpom.v3i1.11891.
- Setiyawan, Azis Rohmansyah, N., Wibisana, M. I. N., Pratama, D. S., Wiyanto, A., Kusuma Prastiwi, B., Ratimiasih, Y., & Hinda Zhannisa, U. (2022). PKM Pencegahan Omicron dengan Pelatihan Pembuatan Hand Sanitizer dan 5M. *Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat*, 3(2), 69–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.26877/jpom.v3i2.13997>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet. In Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suryadi, V. Y. (2002). *Tae Kwon Do Poomse Tae Geuk*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.