

PROFIL KOMPETENSI INSTRUKTUR AEROBIK (STUDI DESKRIPTIF PADA GURU PENDIDIKAN JASMANI DI KOTA BANDUNG)

Oleh Mustika Fitri
Universitas Pendidikan Indonesia

Abstract

The target of this research was to know the profile of interest of instructor practice gymnastic aerobic in Town Bandung. Research method used in this research was descriptive method as a mean to depict an event at the time of now which look in a situation. In this research, data obtained to be collected, compiled, explained, and analyzed to specify conclusion, because this research wish to express problem that happened at a period to now that is instructor interest profile practice gymnastic aerobic. The population and sample of research of taken as source of information of teachers of physical education exercising gymnastic of aerobic center Fitness of Hotel Jayakarta, Majesty and Bikasoga Bandung. Research instrument in this research is questionnaire to measure instructor interest practice gymnastic aerobic. Enumeration and data processing use percentage technique. As for result of its enumeration shall be as follows: sub of cognate variable own score equal to 1605 or 71.33% from ideal score, affective own score equal to 1480 or 70.48% from ideal score, and psychomotor own score equal to 2658 or 70.88% from ideal score. Its conclusion is profile of interest of instructor practice gymnastic aerobic in Town Bandung earn indication through sub of cognate variable. While other aspect are psychomotor and affective. Matter this means to know interest of instructor practice gymnastic aerobic in Town of Bandung earn seemly its cognate ability later on ability of psychomotor and affective. Pursuant to result of processing and data analyses, hence conclusion from result of this research either through public and also special: "profile of Interest of instructor practice gymnastic aerobic in Town of Bandung is included in good criterion." This matter relied on acquirement of

score of actual equal to 5743 or 70.90% from ideal score

Kata kunci: instruktur, senam aerobic, guru penjas.

PENDAHULUAN

Sanggar senam merupakan salah satu tempat yang diperuntukkan bagi kegiatan olahraga senam yang bersifat umum (*general*) seperti senam aerobic, senam *body language*, dan senam kebugaran lainnya. Guru penjas sebagai salah satu kelompok pengunjung sanggar senam merasa perlu memenuhi kebutuhannya menambah pengetahuan dan pengalaman gerak, juga didasarkan atas kebutuhan rekreasi dalam hal penyediaan waktu luang untuk individu yang sehari-harinya sibuk.

Berbagai cara dilakukan oleh setiap individu khususnya guru pendidikan jasmani untuk memenuhi segala kebutuhan, salah satunya dengan menjadi anggota sanggar senam. Indikasi meningkatnya keinginan masyarakat akan derajat kesehatan yang tinggi, penampilan jasmani yang lebih baik dan aktualisasi diri yang lebih luas dalam lingkungannya mencerminkan bahwa kebutuhan masyarakat semakin beragam sehingga membutuhkan tempat atau wahana yang dapat menyalurkan serta memenuhi kebutuhan tersebut. Hamalik (1995:108) menyatakan bahwa "kebutuhan manusia sifatnya bertingkat-tingkat. Pemuasan terhadap tingkat kebutuhan tertentu dapat dilakukan jika tingkat kebutuhan sebelumnya telah mendapat pemuasan. Kebutuhan-kebutuhan itu ialah: 1) kebutuhan fisiologis, 2) kebutuhan keamanan, 3) kebutuhan sosial dan 4) kebutuhan berprestise."

Berkaitan dengan banyaknya sanggar senam di Kota Bandung, maka pelayanan yang sebaik-baiknya oleh seorang instruktur senam aerobik sebagai orang yang berhadapan langsung dengan konsumen menempati posisi penting. Hal ini didasarkan pada penilaian yang akan dilakukan oleh guru pendidikan jasmani dalam memilih sanggar senam sebagai tempat untuk memenuhi salah satu kebutuhan hidupnya. Kemampuan kerja yang baik, kemampuan berkomunikasi, interaksi, dan kemampuan menarik minat konsumen adalah hal utama yang harus dimiliki oleh instruktur senam aerobik. Sihite (2000:49) menjelaskan, "Service adalah pelayanan yang disajikan guna memberikan kepuasan kepada para pembeli." Dalam hal ini manajemen berupaya memenuhi segala kebutuhan konsumen dengan pelayanan yang sebaik-baiknya.

Jumlah instruktur senam aerobik kian hari kian bertambah, karena banyak sanggar senam, pusat kebugaran maupun hotel-hotel yang membutuhkan instruktur senam aerobik. Kualifikasi yang ditetapkan pun cenderung tidak sama karena belum ada standar baku atau kriteria bagi seorang instruktur senam aerobik. Oleh karena itu profil seorang instruktur senam aerobik sampai saat ini masih belum jelas dan belum mempunyai ukuran-ukuran penilaian tertentu.

Ditinjau dari pengetahuan, keterampilan dan sikap, maka kemampuan instruktur senam aerobik cenderung berbeda-beda. Secara umum, kemampuan tersebut sudah dimiliki oleh para instruktur senam aerobik yang ada pada saat ini. Namun demikian, kondisi yang sebenarnya di lapangan belum teramati secara jelas. Hal inilah yang melatarbelakangi perlunya diadakan penelitian tentang profil kompetensi instruktur senam aerobik sebagai acuan dalam menetapkan kriteria seorang instruktur senam aerobik (hasil survey kepada guru pendidikan jasmani di kota bandung).

Profil sering diartikan sebagai gambaran suatu obyek tertentu, sedangkan kompetensi diartikan sebagai kemampuan dasar. Yamin (2005:127) mendefinisikan kompetensi sebagai: "Kemampuan dasar yang dimiliki individu pada tahap pengetahuan, keterampilan dan sikap." Oleh karena itu profil kompetensi dapat didefinisikan sebagai gambaran

tentang kemampuan individu dalam pengetahuan, keterampilan dan sikap.

Permasalahan penelitian yang diajukan adalah apa profil kompetensi instruktur senam aerobik di Kota Bandung ditinjau dari kemampuan dasar pengetahuan, keterampilan, dan sikap? Penelitian ini diharapkan: (1) dapat dijadikan sumbangan keilmuan yang berarti bagi dunia pendidikan, khususnya bagi disiplin ilmu manajemen olahraga serta senam, (2) sebagai informasi dan masukan bagi lembaga pendidikan khususnya Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan dalam kaitannya dengan kurikulum dan proses belajar mengajar manajemen olahraga dan senam, (3) informasi bagi manajemen sanggar senam dalam mengatur strategi perusahaan terutama berkaitan dengan peran dan tugas instruktur senam aerobik. Selain itu juga penelitian ini diharapkan dapat: (1) digunakan sebagai acuan dalam pengelolaan sanggar senam, (2) digunakan sebagai acuan dalam pengelolaan kegiatan olahraga, baik di lingkungan masyarakat pendidikan maupun masyarakat umum, (3) digunakan sebagai acuan bagi peneliti atau mahasiswa dalam menyusun rencana penelitian yang berkaitan dengan manajemen olahraga dan senam.

KAJIAN TEORI

Senam Aerobik

Olahraga senam aerobik dapat digolongkan menjadi olahraga kesehatan, karena ciri-ciri umum dalam olahraga kesehatan terpenuhi oleh olahraga senam aerobik. Mengenai ciri umum olahraga kesehatan dijelaskan oleh Giriwijoyo (1992:5) sebagai berikut: (1) massal: olahraga kesehatan dapat diikuti sejumlah besar orang secara serentak, (2) mudah: gerakan olahraga kesehatan mudah diikuti dan dapat dilakukan dengan baik oleh anak-anak, dewasa maupun manula, (3) murah: tidak memerlukan peralatan maupun ruangan khusus untuk pelaksanaannya, (4) meriah: membangkitkan suasana santai dan gembira, bebas stress dan memungkinkan silaturahmi yang lebih baik, (5) manfaat dan aman: manfaatnya dapat dirasakan baik lahir maupun batin serta kecil kemungkinan terjadinya cedera.

Karakteristik olahraga senam aerobik diantaranya adalah mempunyai tujuan untuk meningkatkan kerja jantung dan paru-paru, pembentukan tubuh, dan menggunakan irama musik. Berkaitan dengan hal ini, Tangkudung (2004:5) menjelaskan sebagai berikut: (1) gerakan yang dipilih harus mampu menyebabkan denyut jantung meningkat sedemikian rupa ke target latihan atau zona latihan, (2) gerakan yang dipilih harus mengandung kalestenik yang memenuhi tuntutan teknik dan dan ketentuan anatomis tertentu, (3) irama musik mempunyai 2 sisi yang sama penting. Di satu sisi musik bertindak sebagai patokan kecepatan, di sisi lain musik bertindak sebagai panjaga motivasi serta semangat dari para pelakunya agar tetap *on*.

Kompetensi

Menurut Yamin (2005:127) “kompetensi adalah kemampuan dasar yang dapat dilakukan oleh seseorang pada tahap pengetahuan, keterampilan dan sikap.” Selanjutnya dalam UU RI No. 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen dijelaskan sebagai berikut: “kompetensi adalah seperangkat pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang harus dimiliki, dihayati, dan dikuasai oleh guru dan dosen dalam melaksanakan tugas keprofesionalan.”

Dalam konteks pendidikan, Bloom (1974) dalam Makmun (2005:26) mengemukakan bahwa “dalam rangka mengembangkan perangkat tujuan-tujuan pendidikan yang berorientasi pada perilaku (*behavioral objectives*) yang dapat diamati (*observable*) dan dapat diukur (*measurable*) secara ilmiah (*scientific*), taksonomi perilaku dibagi dalam tiga kategori yaitu: 1) the cognitive domain, the affective domain, dan 3) the psychomotor domain.” Penjelasan tersebut memberikan makna bahwa kompetensi seseorang dapat diindikasikan melalui perilakunya, baik dalam domain kognitif, psikomotorik maupun afektif.

METODE PENELITIAN

Salah satu metode yang dapat digunakan dalam penelitian adalah metode deskriptif. Tentang metode deskriptif dijelaskan oleh Sudjana dan Ibrahim (2001:64) bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa kejadian yang terjadi pada saat sekarang.

Dengan perkataan lain, penelitian deskriptif mengambil masalah atau memusatkan perhatian kepada masalah-masalah aktual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilaksanakan.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani yang berpartisipasi aktif senam aerobik di Pusat Kebugaran Hotel Jayakarta, Majesty, dan Bikasoga Bandung sebanyak 150 orang. Berdasarkan penjelasan di atas maka jumlah sampel penelitian ini dengan pertimbangan dan keterbatasan penelitian maka ditetapkan oleh penulis sebesar 20% dari populasi yaitu sebanyak 30 orang yang diperoleh dengan cara acak.

Instrumen

Table 1. Kisi-kisi Angket Penelitian

Variabel	Sub Variabel	Indikator	No. Soal
Profil Kompetensi	1. Kognitif	1. Pengetahuan	1 – 4
		2. Pemahaman	5 – 8
		3. Penerapan	9 – 12
		4. Analisis	13 – 16
		5. Sintesis	17 – 20
		6. Evaluasi	21 – 24
	2. Afektif	1. Penerimaan	25 – 28
		2. Respon	29 – 32
		3. Menilai	33 – 36
4. Organisasi		37 – 40	
5. Karakterisasi		41 – 44	
3. Psikomotorik	1. Persepsi	45 – 48	
	2. Kesiapan	49 – 52	
	3. Respon Terbimbing	53 – 56	
	4. Mekanisme	57 – 60	
	5. Respon yang Unik	61 – 64	
	6. Adaptasi	65 – 68	
	7. Originasi	69 – 72	

Tabel 2. Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Alternatif Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Langkah-langkah pelaksanaan uji coba angket ini adalah: (1) pembuatan kisi-kisi angket, (2) penyusunan butir-butir soal angket, (3) pengurusan perizinan untuk penelitian, (4) penyebaran angket, (5) pengumpulan angket, (6) penskoran untuk uji validitas dan reliabilitas angket.

HASIL PENELITIAN

Tabel 3. Penilaian Profil Kompetensi Instruktur Senam Aerobik

Skor	Rentang Skor	%	Kriteria
	6481 – 8100		Sangat Baik
5743	4861 – 6480	70.90	Baik
	3241 – 4860		Cukup Baik
	1621 – 3240		Kurang
	0 – 1620		Sangat Kurang

Tabel di atas menunjukkan bahwa skor profil kompetensi instruktur senam aerobik sebesar 5743 atau 70.90% dari skor ideal. Kesimpulannya adalah profil kompetensi instruktur senam aerobik di Kota Bandung termasuk dalam kriteria baik. Hal ini berarti kemampuan instruktur senam aerobik di pusat-pusat kebugaran jasmani di Kota Bandung mempunyai kemampuan yang baik dan telah memenuhi standar yang diharapkan baik secara kognitif, psikomotorik maupun afektif.

Tabel 4. Penilaian Profil Kompetensi Instruktur Senam Aerobik

Skor	Rentang Skor	%	Kriteria
	1801 – 2250		Sangat Baik
1605	1351 – 1800	71.33	Baik
	901 – 1350		Cukup Baik
	451 – 900		Kurang
	0 – 450		Sangat Kurang

Tabel di atas menunjukkan bahwa skor profil kompetensi instruktur senam aerobik berdasarkan ranah kognitif sebesar 1605 atau 71.33% dari skor ideal. Kesimpulannya adalah profil kompetensi instruktur senam aerobik ditinjau dari ranah kognitif di Kota Bandung termasuk dalam kriteria baik. Hal ini berarti kemampuan kognitif instruktur senam aerobik di pusat-pusat kebugaran jasmani di Kota Bandung pada umumnya baik.

Tabel 5. Penilaian Profil Kompetensi Instruktur Senam Aerobik

Skor	Rentang Skor	%	Kriteria
	1681 – 2100		Sangat Baik
1480	1261 – 1680	70.48	Baik
	841 – 1260		Cukup Baik
	421 – 840		Kurang
	0 – 420		Sangat Kurang

Tabel di atas menunjukkan bahwa skor profil kompetensi instruktur senam aerobik berdasarkan

ranah afektif sebesar 1480 atau 70.48% dari skor ideal. Kesimpulannya adalah profil kompetensi instruktur senam aerobik ditinjau dari ranah afektif di Kota Bandung termasuk dalam kriteria baik. Hal ini berarti kemampuan afektif instruktur senam aerobik di pusat-pusat kebugaran jasmani di Kota Bandung pada umumnya baik.

Tabel 6. Penilaian Profil Kompetensi Instruktur Senam Aerobik

Skor	Rentang Skor	%	Kriteria
	3001 – 3750		Sangat Baik
2658	2251 – 3000	70.88	Baik
	1501 – 2250		Cukup Baik
	751 – 1500		Kurang
	0 – 750		Sangat Kurang

Tabel di atas menunjukkan bahwa skor profil kompetensi instruktur senam aerobik berdasarkan ranah psikomotorik sebesar 2658 atau 70.88% dari skor ideal. Kesimpulannya adalah profil kompetensi instruktur senam aerobik ditinjau dari ranah psikomotorik di Kota Bandung termasuk dalam kriteria baik. Hal ini berarti kemampuan psikomotorik instruktur senam aerobik di pusat-pusat kebugaran jasmani di Kota

PEMBAHASAN

Ditinjau dari domain kognitif sebagai bagian dari kompetensi instruktur senam aerobik menunjukkan dominasi pada aspek pengetahuan. Hal ini berarti tingkat kemampuan kognitif instruktur senam aerobik terhadap bidang pekerjaannya masih sebatas pengetahuan yang mendasar, sehingga perlu ada proses pemberdayaan melalui kegiatan-kegiatan seperti pelatihan, seminar dan sebagainya. Ditinjau dari domain afektif sebagai bagian dari kompetensi instruktur senam aerobik menunjukkan dominasi pada aspek mengorganisasi. Hal ini berarti pada umumnya instruktur senam aerobik mempunyai kemampuan dalam mengorganisasi seluruh proses dan hasil kegiatan yang berkaitan dengan bidang pekerjaannya.

Ditinjau dari domain psikomotorik sebagai bagian dari kompetensi instruktur senam aerobik menunjukkan dominasi pada aspek adaptasi yaitu suatu kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam berbagai situasi yang dihadapi dalam ruang lingkup

pekerjaannya. Hal ini berarti pada umumnya instruktur senam aerobik secara psikomotorik mempunyai kemampuan yang baik dan dapat melaksanakan tugas dan pekerjaannya sesuai kebutuhan di lapangan.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa terdapat kesesuaian antara teori dengan data-data empiris, di mana secara teoretis dijelaskan bahwa kompetensi merupakan seperangkat pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang harus dimiliki, dihayati, dan dikuasai oleh seorang individu dalam melaksanakan tugas keprofesionalan. Dalam hal ini pengetahuan, keterampilan dan perilaku dari para instruktur senam aerobik di Kota Bandung telah memenuhi kriteria-kriteria yang diharapkan sebagai suatu profesi, yaitu tingkat pengetahuan yang baik, keterampilan yang baik dan perilaku yang baik. Oleh karena itu, sebaiknya setiap sanggar senam maupun lembaga olahraga lainnya mengedepankan standar kompetensi bagi suatu jabatan yang akan diberikan kepada seseorang dalam mengelola suatu kegiatan, khususnya kegiatan olahraga senam aerobik.

Implikasinya di lapangan dapat berupa penerapan hasil penelitian ini menjadi suatu acuan dalam membuat suatu keputusan dan kebijakan tentang penempatan seorang instruktur senam aerobik dalam mengelola kegiatan latihan senam aerobik di sanggar-sanggar senam atau di klub-klub olahraga lainnya. Artinya tidak semua orang yang hanya berbekal kemampuan melakukan senam aerobik ditempatkan sebagai seorang instruktur senam aerobik, karena sebagaimana kajian teoretis dalam penelitian ini bahwa standar kompetensi instruktur senam aerobik meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa kompetensi instruktur senam aerobik di Kota Bandung ditinjau dari kemampuan dasar pengetahuan, keterampilan, dan sikap termasuk dalam kategori baik. Berkaitan dengan hasil penelitian tersebut diharapkan agar: *pertama*, para instruktur olahraga senam aerobik agar lebih meningkatkan lagi kemampuan dalam pengetahuan, sikap dan keterampilan, dan bagi pengelola sanggar senam agar lebih meningkatkan lagi pelayanan

terhadap para instruktur dan member. *Kedua*, peneliti lain rekan yang akan mengadakan penelitian tentang kualifikasi instruktur olahraga sebaiknya melakukan pengkajian terhadap berbagai aspek diantaranya aspek pedagogis, psikologis dan sosiologis. *Ketiga*, berkaitan dengan penelitian yang penulis lakukan, sebaiknya diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kajian yang lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Prosedur Penelitian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Ilmiah Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chu, Donald. (1989). *Jumping Into Plyometrics*. Champign: Kinetics.
- Depdikbud. (1984). *Kamus Istilah Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Dirjen PLS dan Olahraga. (1977). *Pendidikan Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Giriwijoyo, Santoso. (1992). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP.
- Hadi, Sutrisno. (1987). *Metode Research*. Yogyakarta: UGM.
- Hamalik, Oemar. (1995). *Motivasi dan Pembelajaran*. Bandung: Tarsito.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Lutan, Rusli. (1991). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Makmun, Abin S. (2005). *Psikologi dan Pembelajaran*. Bandung: FIP.
- Moeloek, Dangsina. (1984). *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: FKUI.
- Nasution. (1999). *Azas-azas Kurikulum*. Bandung: Tarsito.
- Safa'at. (2000). *Standar Kompetensi*. Bandung: FIP.
- Simanjuntak. (2006). *Standar Kompetensi*. Jakarta: Jaya Raya.
- Sudjana, Nana. (2001). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sudjana dan Ibrahim. (2001). *Penelitian dan Penilaian*

Pendidikan. Bandung: Sinar Baru Algesindo.

Sumosardjuno, Sadoso. (1989). *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.

Surakhmad, W. (1998). *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Tarsito.

Tangkudung. (2004). *Senam Aerobik*. Jakarta: Cerdas Jaya.

Yamin. (2005). *Standar Kompetensi*. Jakarta: Gramedia.