
PENGENALAN BELA DIRI PADA SISWA SPN POLDA JABAR UNTUK MENAMBAH AKTIVITAS POSITIF PADA MASYARAKAT

Budi Siswinarto¹, Ansori²

^{1,2} Pendidikan Masyarakat, IKIP Siliwangi, Cimahi, Jawa Barat, Indonesia

²ansoryalb@ikipsiliwangi.ac.id

Received: Agustus, 2022; Accepted: Mei, 2023

Abstract

The purpose of writing this thesis is to describe the planning of the Introduction of Self-Defense to West Java Polda SPN Students to Add Positive Activity to the Community and the results of the Introduction of Self-Defense to West Java Police SPN Students to Add Positive Activity to the Community. The method used in this study is a descriptive qualitative approach. The results showed that self-defense training at the West Java Polda SPN was carried out three times with different material from the basic material and the results of the training showed that all participants had good grades.

Keywords: SPN, Self Defense, Training, Coaching

Abstrak

Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk mendeskripsikan perencanaan Pengenalan Bela Diri Pada Siswa SPN Polda Jabar Untuk Menambah Aktivitas Positif Pada Masyarakat serta hasil Pengenalan Bela Diri Pada Siswa SPN Polda Jabar Untuk Menambah Aktivitas Positif Pada Masyarakat metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan beladiri di SPN Polda Jabar dilakukan sebanyak tiga kali dengan materi yang berbeda dari yaitu materi dasar serta hasil pelatihan menunjukkan bahwa seluruh peserta memiliki nilai yang baik.

Kata Kunci: SPN, Bela Diri, Pelatihan, Pembinaan

How to Cite: Siswinarto & Ansori. (2023). Pengenalan Bela Diri pada Siswa SPN Polda Jabar untuk Menambah Aktivitas Positif pada Masyarakat. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 6 (2), 115-123

PENDAHULUAN

Bela diri merupakan satu kesenian yang timbul sebagai satu cara seseorang mempertahankan/ membela diri. Seni bela diri telah lama ada dan berkembang dari masa ke masa. Pada dasarnya, manusia mempunyai insting untuk selalu melindungi diri dan hidupnya. Dalam tumbuh atau berkembang, manusia tidak dapat lepas dari kegiatan fisiknya, kapan pun dan di manapun. Hal inilah yang akan memacu aktivitas fisiknya sepanjang waktu. Pada zaman kuno, tepatnya sebelum adanya persenjataan modern, manusia tidak memikirkan cara lain untuk mempertahankan dirinya selain dengan tangan kosong. Pada saat itu, kemampuan bertarung dengan tangan kosong dikembangkan sebagai cara untuk menyerang dan bertahan, kemudian digunakan untuk meningkatkan kemampuan fisik/ badan seseorang. Meskipun begitu, pada zaman-zaman selanjutnya, persenjataan pun mulai dikenal dan dijadikan sebagai alat untuk mempertahankan diri.

Beladiri terkadang dikaitkan dengan kekerasan. Namun tanpa kita sadari anak-anak kita setiap hari melihat kekerasan itu sendiri. Lihatlah tayangan televisi dewasa ini Apa isinya? Hampir

semuanya berisi kekerasan tayangan yang katanya diperuntukkan kepada anak-anak tetap saja ada persaingan yang kadang menjurus pada kekerasan. Tidak salah memang, tetapi anak-anak adalah kertas putih yang akan menulis dibenak mereka apa itu kehidupan. Berkaitan dengan dengan aktifitas fisik seni beladiri dapat menjadi suatu kegiatan yang menyenangkan tanpa harus melakukan kekerasan, dan dengan bimbingan orang tua dan sensei diharapkan akan mengurangi masalah kesehatan, mengarahkan terhadap perilaku mereka serta mengurangi kekerasan itu sendiri dikalangan usia muda. Untuk itulah pengenalan bela diri yang dilaksanakan di SPN Polda Jabar diharapkan dapat memberikan aktivitas positif masyarakat pada umumnya dan siswa pada khususnya.

Pentingnya bela diri bagi anak adalah dewasa ini banyak sekali anak-anak kita yang mengalami obesitas /kelebihan berat badan dimana obesitas ini merupakan salah satu factor penyebab masalah lain dalam tubuh anak. Saat ini mungkin tidak dirasa tetapi dalam jangka panjang akan timbul permasalahan baik itu masalah kesehatan maupun masalah penampilan. Aktifitas fisik baik itu saat bermain, maupun saat berolahraga bagi anak-anak adalah \pm 420 menit perminggunya, atau dapat dikatakan dalam sehari anak-anak seharusnya melakukan aktifitas fisik selama 60 menit. bagi anak-anak di desa mungkin dengan mudah terpenuhi, bagaimana dengan anak-anak kota yang notabene segala fasilitas ada. Suatu permainan olahraga tentu lebih baik daripada anak-anak kita terus berada didepan layar melihat ataupun ber main game. Demikian permainan olahraga mampu membakar lemak tubuh dengan baik.

Seorang pelatih taekwondo mengatakan dalam hal total pengeluaran kalori menyampaikan bahwa berlatih seni beladiri yang dilakukan mampu membakar 10-20% kalori lebih banyak dari pada bermain sepakbola. Selain memperkuat tubuh ternyata seni beladiri lebih aman dari pada olahraga lain. walaupun sepintas ketrampilan yang diperagakan terlihat berbahaya ,namun dalam pelatihan yang terkontrol, terprogram dan sesuai dengan instruksi pelatih beladiri lebih aman dari pada permainan sepak bola maupun basket.

Berlatih beladiri dengan teratur, terprogram juga mampu mengasah pikiran anak-anak kita, serta sangat bermanfaat bagi anak-anak yang memiliki masalah kedisiplinan atau bagi anak-anak yang mengalami ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*). Sebuah studi pada tahun 2012 mengevaluasi selama 20 minggu berupa program seni bela diri khusus dan meditasi dalam terapi perilaku kognitif menemukan bahwa pemuda berusia 12 sampai 19 tahun yang didiagnosa dengan ketidakmampuan belajar (beberapa diantaranya dengan ADHD atau kecemasan masalah) menunjukkan peningkatan dalam keterampilan sosial, perhatian, dan penurunan tingkat kecemasan. Namun, Penulis penelitian tersebut juga menyampaikan bahwa diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengkonfirmasi penggunaan seni bela diri sebagai pengobatan untuk ADHD.

Selain meningkatkan aktifitas fisik anak, menenangkan pikiran, dan membatasi agresifitas, seni bela dapat memainkan peran dalam mengurangi bullying, dimana beladiri mengajar anak untuk menahan diri, menahan emosi dan mengajarkan anak bagaimana untuk melawan kembali bila bullying tersebut melampaui batas serta mengajarkan anak untuk membela kawan yang lemah. Seni bela diri dapat menjadi sangat penting dimasa mendatang dalam membentuk pemimpin masa depan. Program Seni bela diri sangat baik dalam mengajarkan kecakapan hidup bukan hanya keterampilan olahragaa" kata Ash " Tujuan utama dari sekolah seni bela diri tidak menghasilkan juara dunia, tetapi untuk menghasilkan orang-orang terbaik yang bisa bermanfaat bagi dunia.

Penggunaan istilah pelatihan (training) menurut pendapat Andrew F. Sikula adalah bahwa pelatihan (training) merupakan suatu proses pendidikan jangka pendek yang menggunakan prosedur sistematis dan terorganisir dimana para peserta mempelajari pengetahuan dan keterampilan teknis dalam tujuan terbatas (Mangkunegara, 2001:44) Menurut Hamalik (2005), jika dilihat dari segi operasional pelatihan diartikan sebagai suatu proses yang meliputi serangkaian tindakan (upaya) yang dilaksanakan secara sengaja dalam bentuk kepribadian kepada tenaga kerja yang dilakukan oleh tenaga profesional kepelatihannya dalam satuan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kerja peserta dalam bidang pekerjaan tertentu guna meningkatkan efektifitas dan produktifitas dalam suatu organisasi (Hamalik, 2005:10). Begitu juga menurut Rivai, bahwa pelatihan adalah sebagai bagian dari pendidikan yang menyangkut proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan diluar sistem yang berlaku dalam waktu yang relatif singkat dengan metode yang lebih mengutamakan praktik daripada teori (Rivai, 2004:226). Menurutnya pelatihan secara singkat didefinisikan sebagai suatu kegiatan untuk meningkatkan kinerja saat ini dan masa yang akan datang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan deskriptif kualitatif dengan metode analitis. Bogdan dan Taylor dalam Moleong (2010, hlm. 4) mengemukakan bahwa penelitian kualitatif adalah “Prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati”. Penelitian kualitatif bertumpu pada latar belakang alamiah secara holistik, memposisikan manusia sebagai alat penelitian, melakukan analisis data secara induktif, lebih mementingkan proses daripada hasil penelitian yang dilakukan disepakati oleh peneliti dan subjek penelitian.

Metode deskriptif dipilih karena penelitian yang dilakukan adalah berkaitan dengan peristiwa-peristiwa yang sedang berlangsung dan berkenaan dengan kondisi masa sekarang. Nazir (2011, hlm. 52) menjelaskan metode deskriptif adalah sebagai berikut: Metode deskriptif adalah satu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu subjek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran atau pun kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis serta hubungan antar fenomena yang diselidiki. Sugiyono (2015, hlm. 15) menjelaskan tentang pengertian penelitian kualitatif sebagai berikut: Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive* dan *snowball*, teknik penggabungan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada *generalisasi*. Metode ini cocok dalam penelitian ini karena penelitian ini berusaha mencari gambaran satu kelompok manusia untuk mencapai tujuan kelompok tersebut, sehingga fenomena kelompok tersebut dapat terungkap secara jelas dan akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan bela diri bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu anggota Polri sebagai pendukung dalam pelaksanaan tugas karena kemampuan bela diri sangat penting untuk dimiliki para anggota Polri. Dengan bekal bela diri yang dimiliki ada unsur kepercayaan diri yang dibangun kepada setiap anggota polisi ketika harus berhadapan dengan para pelaku kejahatan maupun pengganggu keamanan dan ketertiban masyarakat.

Hubungan dengan pendidikan masyarakat dipengaruhi oleh pendidikan Luar Sekolah (PLS) secara ringkas dapat diartikan sebagai segala kegiatan pendidikan yang berlangsung di luar sistem persekolahan. Pendidikan tidak hanya berlangsung disekolah, melainkan juga di dalam keluarga dan di tengah kehidupan masyarakat luas seperti di lembaga pendidikan, di tempat kerja, di tengah pergaulan, dan di tempat-tempat lain yang tidak disengaja untuk pendidikan. Pendidikan di sekolah cenderung disebut sebagai pendidikan formal, pendidikan di keluarga sering disebut pendidikan informal, dan pendidikan di tengah masyarakat sering disebut sebagai pendidikan nonformal. Dalam hal ini adalah siswa SPN sebagai anggota Polri adalah bagian daripada masyarakat yang mengabdikan dan menjaga kesatuan Indonesia. Hasil pelatihan ditemukan data mengenai perolehan nilai masing-masing peserta didik dalam setiap pertemuan pelatihan, data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

a. Pertemuan pertama

Tabel 4. Hasil pelatihan pertemuan 1

NO	NAMA	NRP	RATA- RATA	KRITERIA
1	AAG	94080650	78,00	B A I K
2	AS	82021140	77,00	B A I K
3	AST	90010070	78,00	B A I K
4	AKA	79080115	77,00	B A I K
5	AP	91020062	77,00	B A I K
6	AI	86121034	77,00	B A I K
7	AR	96110109	76,00	B A I K
8	CPA	92080651	77,00	B A I K
9	DI	87051394	77,00	B A I K
10	DR	97070668	77,00	B A I K
11	DH	78090483	79,00	B A I K
12	DMR	97020408	78,00	B A I K
13	DAA	92020319	76,00	B A I K
14	EK	86120977	77,00	B A I K
15	EBR	95050153	76,00	B A I K
16	FS	83091054	78,00	B A I K
17	HA	87041583	79,00	B A I K

18	LC	87111038	77,00	B A I K
19	RA	88110805	78,00	B A I K
20	SSY	86051376	78,00	B A I K
21	WA	94121111	76,00	B A I K
22	WI	73100131	80,00	B A I K
23	YS	88010770	79,00	B A I K
24	YI	95090029	78,00	B A I K
25	YGP	90060120	77,00	B A I K

b. Pertemuan kedua

Tabel 4. Hasil Pelatihan pertemuan kedua

NO	NAMA	NRP	RATA-RATA	KRITERIA
1	AAG	94080650	80,00	B A I K
2	AS	82021140	80,00	B A I K
3	AST	90010070	85,00	BAIK SEKALI
4	AKA	79080115	85,00	BAIK SEKALI
5	AP	91020062	84,00	B A I K
6	AI	86121034	82,00	B A I K
7	AR	96110109	79,00	B A I K
8	CPA	92080651	78,00	B A I K
9	DI	87051394	85,00	BAIK SEKALI
10	DR	97070668	86,00	BAIK SEKALI
11	DH	78090483	86,00	BAIK SEKALI
12	DMR	97020408	80,00	B A I K
13	DAA	92020319	78,00	B A I K
14	EK	86120977	76,00	B A I K

NO	NAMA	NRP	RATA-RATA	KRITERIA
15	EBR	95050153	77,00	B A I K
16	FS	83091054	85,00	BAIK SEKALI
17	HA	87041583	86,00	BAIK SEKALI
18	LC	87111038	88,00	BAIK SEKALI
19	RA	88110805	78,00	B A I K
20	SSY	86051376	79,00	B A I K
21	WA	94121111	80,00	B A I K
22	WI	73100131	80,00	B A I K
23	YS	88010770	85,00	BAIK SEKALI
24	YI	95090029	85,00	BAIK SEKALI
25	YGP	90060120	85,00	BAIK SEKALI

c. Hasil Pertemuan ketiga

Tabel 4. Hasil Pertemuan Ketiga

NO	NAMA	NRP	RATA-RATA	KRITERIA
1	AAG	94080650	85,00	BAIK SEKALI
2	AS	82021140	84,00	B A I K
3	AST	90010070	83,00	B A I K
4	AKA	79080115	82,00	B A I K
5	AP	91020062	85,00	BAIK SEKALI
6	AI	86121034	85,00	BAIK SEKALI
7	AR	96110109	86,00	B A I K
8	CPA	92080651	86,00	BAIK SEKALI
9	DI	87051394	88,00	BAIK SEKALI
10	DR	97070668	88,00	BAIK SEKALI

NO	NAMA	NRP	RATA-RATA	KRITERIA
11	DH	78090483	86,00	BAIK SEKALI
12	DMR	97020408	85,00	BAIK SEKALI
13	DAA	92020319	80,00	B A I K
14	EK	86120977	82,00	B A I K
15	EBR	95050153	82,00	B A I K
16	FS	83091054	82,00	B A I K
17	HA	87041583	85,00	BAIK SEKALI
18	LC	87111038	84,00	B A I K
19	RA	88110805	85,00	BAIK SEKALI
20	SSY	86051376	86,00	BAIK SEKALI
21	WA	94121111	87,00	BAIK SEKALI
22	WI	73100131	90,00	BAIK SEKALI
23	YS	88010770	88,00	BAIK SEKALI
24	YI	95090029	85,00	BAIK SEKALI
25	YGP	90060120	79,00	B A I K

Beladiri Polri sendiri merupakan perpaduan berbagai bela diri seperti silat, Judo, Taekwondo, Jiu Jitsu dan aliran bela diri lainnya sesuai dengan kebutuhan anggota Polri. Selain tangan kosong, mereka juga dibekali dengan tongkat, dan borgol. Penguasaan jurus beladiri tersebut menjadi hal yang diwajibkan bagi anggota polisi dimanapun posisinya ditugaskan Latihan bela diri tersebut dilakukan secara rutin seminggu sekali oleh pelatih khusus yang telah ditunjuk dan memiliki Keterampilan di Bidang Beladiri Polri. Dengan bekal bela diri yang dimiliki, ada unsur kepercayaan diri yang dibangun kepada setiap anggota polisi ketika harus berhadapan dengan para pelaku tindak kejahatan maupun pengganggu keamanan dan ketertiban masyarakat (Kamtibmas). Pada dasarnya, setiap personil polri telah dibekali teknik kemampuan Beladiri saat mereka ditempa atau di bentuk dalam proses pendidikan pertama Kepolisian maupun lanjutan di lembaga pendidikan Polri, baik lulusan Akademi Kepolisian, ekolah Inspektur Polisi Sumber Sarjana (SIPSS) maupun SPN, Sepolwan dan SETA bahkan ketika sedang pendidikan lainnya serta pendidikan kejuruan. Bela diri bukan untuk gagah-gagahan namun bekal awal dalam melindungi diri sendiri maupun masyarakat.



Gambar 4. Kondisi Peserta Pelatihan 1

Personil Polri harus mempunyai keterampilan di lapangan oleh karena itu harus dibekali dengan kemampuan beladiri Polri, maka bela diri sangat penting bagi anggota polri dengan menggunakan tangan kosong, penggunaan senjata api merupakan pilihan paling akhir anggota Polri untuk melumpuhkan pelaku kejahatan. Manfaat dan kegunaan bela diri sangat banyak salah satunya adalah untuk melatih jiwa disiplin, menjaga kesehatan dan metabolisme bagi tubuh karena bela diri sama dengan olahraga pada umumnya namun berlatih bela diri digunakan untuk benteng pertahanan diri dari pelaku kejahatan maupun tindak kriminal. Mengingat kedepan tantangan tugas semakin berat dibutuhkan adanya ketrampilan dan kemampuan personil secara individu. Kegiatan rutin bela diri dilaksanakan Polres Bontang akan terus dilaksanakan guna meningkatkan keterampilan dan kesiap-siagaan anggota karena selaku anggota Polri sebagai pelindung, pengayom dan pelayan masyarakat. Dengan adanya kegiatan rutin bela diri baik fisik maupun teknik diharapkan anggota harus profesional dalam bertindak dilapangan guna masyarakat terjamin merasa aman dan nyaman dengan kehadiran Polisi, pungkasnya.



Gambar 4. Kondisi peserta pelatihan 2

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak tiga kali pelatihan bela diri dirasa bahwa anggota Polri sebagai salah satu aparat penegak hukum memiliki kewenangan untuk menangkap dan menahan seseorang yang diduga melakukan pelanggaran atau tindak pidana. Dalam penegakan hukum tersebut tentunya dilakukan upaya-upaya sesuai perundangan yang berlaku, salah satu diantaranya adalah upaya penangkapan.

Penangkapan terhadap seseorang sangat diperlukan manakala cara-cara lain yang sudah dilakukan tidak cukup untuk tujuan hukum. Dalam penangkapan, tersangka atau orang yang akan ditangkap cenderung untuk menolak dengan cara melarikan diri atau bahkan melakukan perlawanan dengan menggunakan kekuatan fisik, bahkan kekuatan fisik tersebut dapat

mengancam keamanan bagi anggota polisi yang akan menangkap. Untuk memberikan keterampilan pendukung dalam pelaksanaan tugas sebagaimana tersebut di atas, maka institusi Polri telah mengembangkan suatu keterampilan beladiri yang dikenal dengan "Beladiri Polri". Untuk memberikan pengetahuan dan kemampuan keterampilan Beladiri pada setiap anggota Polri khususnya Bintara Polri, maka dalam bahan ajar ini akan diuraikan mengenai dasar-dasar beladiri Polri, sikap dasar beladiri Polri, teknik dasar pukulan, teknik dasar tangkisan, teknik dasar tendangan, teknik dasar pegangan, teknik beladiri tanpa alat, teknik beladiri Polri tanpa alat menghadapi lawan menggunakan alat, teknik beladiri Polri dengan alat menghadapi lawan menggunakan alat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin. (2002). *Atletik*. Jakarta : Depdikbud.
- Anwar Prabu Mangkunegara. (2001). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dediknas. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka. No Name. Seni Beladiri untuk Anak.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (2009). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Edi Suharto. (2005). *Membangun Masyarakat Memberdayakan Rakyat, kajian strategis pembangunan kesejahteraan sosial dan pekerjaan social*. Bandung: PT Refika Aditama.
- H. Roesmidi, dan Riza Risyanti. (2006). *Pemberdayaan Masyarakat*. Sumedang: ALQAPRINT Bandung:Gtf.
- Harry Hikmat. (2004). *Strategi Pemberdayaan Masyarakat*. Bandung: Humaniora Utama Press.
- Isbandi Rukminto Ad. (2002). *Pemikiran-Pemikiran dalam Pembangunan Kesejahteraan Sosial*. Jakarta: Lembaga Penerbit FE UI.
- Isbandi Rukminto Adi. (2008). *Intervensi Komunitas Pengembangan Masyarakat Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat*. Jakarta: Rajawali Press.
- M, Sardiman A. (2006). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Op. Cit, h. 29.
- Mulyana. (2012). *Pembentukan Karakter Melalui Pembinaan Pencak Silat (Studi Eksperimen Pada Siswa SMP Di Bandung)*. (disertasi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Oemar Hamalik. (2005). *Pengembangan Sumber Daya Manusia Manajemen Pelatihan Ketenagakerjaan Pendekatan Terpadu*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Soerjono Soekanto. (2006). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Veithzal Rivai. (2004). *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan dari Teori ke Praktek*. Jakarta: PT Grafindo Persada.