



PERATURAN MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA
REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 3 TAHUN 2025
TENTANG
STANDAR KOMPETENSI TENAGA KEOLAHRAGAAN
PELATIH OLAHRAGA DAN ASISTEN PELATIH OLAHRAGA

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA REPUBLIK INDONESIA,

- Menimbang : a. bahwa untuk menjamin ketersediaan tenaga keolahragaan khususnya pelatih olahraga dan asisten pelatih olahraga yang memiliki kompetensi sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh Pemerintah Pusat, perlu mengatur standar kompetensi tenaga keolahragaan pelatih olahraga dan asisten pelatih olahraga;
- b. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a, perlu menetapkan Peraturan Menteri Pemuda dan Olahraga tentang Standar Kompetensi Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;
- Mengingat : 1. Pasal 17 ayat (3) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945;
2. Undang-Undang Nomor 39 Tahun 2008 tentang Kementerian Negara (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2008 Nomor 166, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4916) sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 61 Tahun 2024 tentang Perubahan atas Undang-Undang Nomor 39 Tahun 2008 tentang Kementerian Negara (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2024 Nomor 225, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6994);
3. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2022 Nomor 71, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6782);
4. Peraturan Presiden Nomor 187 Tahun 2024 tentang Kementerian Pemuda dan Olahraga (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2024 Nomor 383);

5. Peraturan Menteri Pemuda dan Olahraga Nomor 1 Tahun 2025 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Pemuda dan Olahraga (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2025 Nomor 7);

MEMUTUSKAN:

Menetapkan : PERATURAN MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA TENTANG STANDAR KOMPETENSI TENAGA KEOLAHRAGAAN PELATIH OLAHRAGA DAN ASISTEN PELATIH OLAHRAGA.

BAB I
KETENTUAN UMUM

Pasal 1

Dalam Peraturan Menteri ini yang dimaksud dengan:

1. Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.
2. Keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan Olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pelatihan, pembinaan, pengembangan, peningkatan, pengawasan, dan evaluasi.
3. Standar Kompetensi Tenaga Keolahragaan yang selanjutnya disingkat SKTK adalah standar nasional yang berkaitan dengan kemampuan minimal yang mencakup pengetahuan, sikap, dan keterampilan dan dimensi kompetensi yang harus dimiliki oleh Tenaga Keolahragaan untuk dapat dinyatakan lulus dalam uji kompetensi.
4. Unit Kompetensi adalah bagian terkecil dari standar kompetensi yang menjelaskan kemampuan spesifik yang harus dimiliki seseorang dalam menjalankan tugas atau pekerjaan tertentu.
5. Menteri adalah menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang Olahraga.
6. Tenaga Keolahragaan adalah orang perseorangan yang memiliki kualifikasi dan sertifikat kompetensi dalam bidang Olahraga.
7. Pelatih Olahraga adalah seseorang yang berkompeten dalam Olahraga tertentu dan diberikan tugas, tanggung jawab, dan wewenang untuk menyiapkan fisik, teknik, taktik, dan mental olahragawan.
8. Asisten Pelatih Olahraga adalah seseorang yang berkompeten dalam Olahraga tertentu yang bertugas membantu Pelatih Olahraga dalam menyiapkan fisik, teknik, taktik, dan mental olahragawan.

BAB II
STANDAR KOMPETENSI

Pasal 2

- (1) Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagai Tenaga Keolahragaan harus memiliki kompetensi sesuai SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga.

- (2) SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud pada ayat (1) terdiri atas:
 - a. daftar okupasi;
 - b. deskripsi okupasi;
 - c. daftar Unit Kompetensi; dan
 - d. uraian Unit Kompetensi.
- (3) SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud pada ayat (2) tercantum dalam Lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Peraturan Menteri ini.

Pasal 3

Daftar okupasi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (2) huruf a merupakan jenis jabatan kerja di bidang kepelatihan Olahraga yang ditetapkan secara nasional.

Pasal 4

- (1) Deskripsi okupasi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (2) huruf b merupakan penjelasan lengkap mengenai jabatan kerja di bidang kepelatihan Olahraga.
- (2) Deskripsi okupasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) memuat:
 - a. nama jabatan;
 - b. deskripsi;
 - c. ruang lingkup okupasi;
 - d. profil atau *employability skills*;
 - e. persyaratan awal; dan
 - f. tugas atau kompetensi.

Pasal 5

- (1) Daftar Unit Kompetensi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (2) huruf c merupakan kumpulan uraian tugas atau keterampilan spesifik yang diperlukan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga untuk melakukan pekerjaan secara profesional dan efektif yang digunakan dalam pengembangan kurikulum, sertifikasi profesi, dan program pelatihan serta untuk menilai kesesuaian keterampilan dan pengetahuan individu dengan kebutuhan industri atau standar nasional dan internasional.
- (2) Daftar Unit Kompetensi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) memuat:
 - a. kode unit; dan
 - b. judul Unit Kompetensi.

Pasal 6

- (1) Uraian Unit Kompetensi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (2) huruf d merupakan rincian dari Unit Kompetensi yang mencakup elemen penting dari kemampuan atau keterampilan yang harus dimiliki oleh Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga.

- (2) Uraian Unit Kompetensi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) memuat:
- a. kode unit;
 - b. judul unit;
 - c. deskripsi unit;
 - d. elemen kompetensi; dan
 - e. kriteria unjuk kerja.

BAB III PENERAPAN

Pasal 7

SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga harus diterapkan oleh:

- a. pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;
- b. lembaga pendidikan;
- c. lembaga pelatihan; dan
- d. institusi penyelenggara pengujian dan sertifikasi.

Pasal 8

- (1) Pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 huruf a meliputi:
 - a. kementerian/lembaga;
 - b. pemerintah daerah;
 - c. induk organisasi cabang Olahraga;
 - d. organisasi profesi;
 - e. dunia usaha atau industri; dan
 - f. pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga lainnya.
- (2) Pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud pada ayat (1) menerapkan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga melalui:
 - a. pelaksanaan rekrutmen;
 - b. penilaian kinerja;
 - c. penyusunan uraian jabatan; dan
 - d. pengembangan program pelatihan yang spesifik sesuai kebutuhan.

Pasal 9

Lembaga pendidikan dan lembaga pelatihan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 huruf b dan huruf c menerapkan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga melalui:

- a. pengembangan program pelatihan dan kurikulum pelatihan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga yang meliputi pengembangan kurikulum silabus dan modul serta evaluasi hasil pelatihan; dan
- b. penyelenggaraan pendidikan dan pelatihan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga.

Pasal 10

Institusi penyelenggara pengujian dan sertifikasi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 7 huruf d menerapkan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga melalui:

- a. pengembangan skema sertifikasi kompetensi Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sesuai dengan kualifikasi dan levelnya; dan
- b. pelaksanaan penilaian dan sertifikasi.

BAB IV PENGEMBANGAN

Pasal 11

- (1) Pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga diarahkan pada tersedianya SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga yang memenuhi prinsip:
 - a. relevan dengan kebutuhan pemangku kepentingan;
 - b. valid terhadap acuan dan/atau pembanding yang sah;
 - c. dapat diterima oleh pemangku kepentingan;
 - d. fleksibel untuk diterapkan oleh pemangku kepentingan; dan
 - e. mampu telusur (*traceability*) dan dapat dibandingkan dan/atau disetarakan dengan standar kompetensi lain, baik secara nasional maupun internasional.
- (2) Pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga harus:
 - a. mengacu pada standar internasional untuk perumusan standar (*regional model competency standards*);
 - b. mengutamakan kemampuan penerapan di dalam negeri; dan
 - c. memperhatikan perbandingan dan kesetaraan dengan standar kompetensi internasional.

Pasal 12

- (1) Pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud dalam Pasal 11 dilaksanakan oleh deputi yang melaksanakan tugas dan fungsi di bidang peningkatan prestasi olahraga.
- (2) Pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga dapat diusulkan oleh pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga, lembaga pendidikan, lembaga pelatihan, dan/atau institusi penyelenggara pengujian dan sertifikasi.
- (3) Dalam pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga sebagaimana dimaksud pada ayat (1), deputi yang melaksanakan tugas dan fungsi di bidang peningkatan prestasi olahraga dapat membentuk tim.
- (4) Pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga dilakukan melalui:
 - a. penelaahan terhadap usul pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;

- b. penyusunan konsep pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;
- c. verifikasi konsep pengembangan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;
- d. penilaian hasil verifikasi;
- e. pembahasan konsep SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga bersama pemangku kepentingan melalui forum konsensus untuk memperoleh tanggapan dan/atau masukan;
- f. penyampaian hasil pembahasan konsep SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga yang telah disepakati kepada Menteri; dan
- g. penetapan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga oleh Menteri.

BAB V PEMBINAAN DAN PENGAWASAN

Pasal 13

- (1) Menteri melalui deputi yang melaksanakan tugas dan fungsi di bidang peningkatan prestasi olahraga melaksanakan pembinaan dan pengawasan terhadap penerapan SKTK Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga pada:
 - a. pengguna Tenaga Keolahragaan Pelatih Olahraga dan Asisten Pelatih Olahraga;
 - b. lembaga pendidikan;
 - c. lembaga pelatihan; dan
 - d. institusi penyelenggara pengujian dan sertifikasi.
- (2) Dalam melakukan pembinaan dan pengawasan sebagaimana dimaksud pada ayat (1), deputi yang melaksanakan tugas dan fungsi di bidang peningkatan prestasi olahraga dapat melakukan:
 - a. bimbingan teknis;
 - b. tinjau lapangan; dan
 - c. evaluasi.

BAB VI KETENTUAN PENUTUP

Pasal 14

Peraturan Menteri ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan.

Agar setiap orang mengetahuinya, memerintahkan pengundangan Peraturan Menteri ini dengan penempatannya dalam Berita Negara Republik Indonesia.



Ditetapkan di Jakarta
pada tanggal 14 Januari 2025

MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA
REPUBLIK INDONESIA,

☐

ARIO BIMO NANDITO ARIOTEDJO

Diundangkan di Jakarta
pada tanggal

☐

DIREKTUR JENDERAL
PERATURAN PERUNDANG-UNDANGAN
KEMENTERIAN HUKUM REPUBLIK INDONESIA,

☐

DHAHANA PUTRA

BERITA NEGARA REPUBLIK INDONESIA TAHUN 2025 NOMOR

⌘

LAMPIRAN
PERATURAN MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA
REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 3 TAHUN 2025
TENTANG
STANDAR KOMPETENSI TENAGA
KEOLAHRAGAAN PELATIH OLAHRAGA DAN
ASISTEN PELATIH OLAHRAGA

STANDAR KOMPETENSI TENAGA KEOLAHRAGAAN PELATIH OLAHRAGA DAN
ASISTEN PELATIH OLAHRAGA

A. Daftar Okupasi

No.	Judul Okupasi
1.	Pelatih Olahraga Tingkat Internasional
2.	Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Internasional
3.	Pelatih Olahraga Tingkat Nasional
4.	Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Nasional
5.	Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi
6.	Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi
7.	Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota
8.	Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota
9.	Pelatih Olahraga Tingkat Klub

B. Deskripsi Okupasi

1. Pelatih Olahraga Tingkat Internasional

Nama Jabatan: Pelatih Olahraga Tingkat Internasional	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level internasional. Personil ini bertanggung jawab untuk membimbing, menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim nasional.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">- Melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan- Merancang strategi pertandingan- Asesmen olahragawan dan umpan balik- <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">- Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">o Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih, sesama pelatih dan asisten pelatih, tenaga pendukung, manajer tim, perangkat pertandingan, induk organisasi dan stakeholder lain, dengan media
	<ul style="list-style-type: none">- Kerja sama<ul style="list-style-type: none">o Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih, Asisten Pelatih Olahraga dan sesama Pelatih Olahraga, tenaga pendukung, manajer tim, dan dengan induk organisasi
	<ul style="list-style-type: none">- Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">o Pemecahan Masalah dalam teknik olahragawan, fisik olahragawan, mental

	olahragawan, taktik dan strategi pertandingan
	<ul style="list-style-type: none">- Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">o Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan, pengaturan waktu latihan, mengatur emosi dan bersikap adil dan tidak memihak
	<ul style="list-style-type: none">- Inisiatif<ul style="list-style-type: none">o Inisiatif dalam menentukan lawan dalam pertandingan uji coba, tempat Latihan dan latihan tambahan sesuai dengan kebutuhan olahragawan
	<ul style="list-style-type: none">- Perencanaan dan pengorganisasian<ul style="list-style-type: none">o Perencanaan dan pengorganisasian proses latihan bagi olahragawan untuk mengikuti pertandingan dan/atau uji coba pertandingan
	<ul style="list-style-type: none">- Belajar dalam hal: ilmu kepelatihan, teknologi Keolahragaan , mengorganisasikan tim untuk Olahraga beregu, psikologi olahragawan, tes dan pengukuran olahraga, nutrisi olahragawan, sistem pemulihan (<i>recovery system</i>) dan analisa kinerja olahragawan (<i>performance analysis</i>)
	<ul style="list-style-type: none">- Teknologi<ul style="list-style-type: none">o Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawano Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahragao Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan
	<ul style="list-style-type: none">- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">o Sebagai pelatih di tingkat internasional, profil sportmanship mencerminkan kepemimpinan yang menjunjung tinggi rasa hormat terhadap budaya global, kejujuran dalam persaingan, serta keadilan dalam pembinaan atlet.o Pelatih ini membangun semangat kompetisi yang sehat, menanamkan nilai-nilai kebangsaan, dan mendorong penguatan karakter atlet untuk menjadi representasi unggul bangsa di kancah dunia.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat nasional- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level internasional dari induk organisasi cabang Olahraga internasional (federasi Olahraga internasional)- Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga internasional atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang Olahraga- Mantan olahragawan nasional

		<ul style="list-style-type: none"> - Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat nasional - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level internasional dari induk organisasi cabang Olahraga (federasi internasional) - Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga atau <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional - Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut sebagai pelatih nasional - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level internasional dari induk organisasi cabang Olahraga internasional (federasi internasional) - Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga atau <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional berprestasi di tingkat Internasional - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level internasional dari induk organisasi cabang Olahraga (federasi internasional) - Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga 	
Tugas Kompetensi	atau	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
		- Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
		- Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
		- Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
		- Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
		- Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK-R.93ORP10.011.1
		- Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
		- Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK-R.93ORP10.006.1
		- Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
		- Melakukan Seleksi Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.012.1
		- Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cedera	SKTK-R.93ORP10.014.1
		Kompetensi Pilihan	Standar kompetensi
		-	-
		-	-

2. Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Internasional

Nama Jabatan: Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Internasional	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk membantu pelatih dalam menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level internasional. Personil ini bertanggung jawab untuk membantu pelatih dalam menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim nasional.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Membantu pelatih dalam melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Membantu pelatih dalam merancang strategi pertandingan– Membantu pelatih dalam asesmen olahragawan dan umpan balik– Membantu pelatih dalam <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan pelatih○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan pelatih○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah teknik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah fisik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah mental olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak– Belajar<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal ilmu kepelatihan○ Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga

	<ul style="list-style-type: none"> - Teknologi <ul style="list-style-type: none"> o Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawan o Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahraga o Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan - <i>Sportsmanship</i> <ul style="list-style-type: none"> o Sebagai pendamping pelatih utama, Asisten Pelatih Olahraga menunjukkan integritas tinggi dengan mendukung proses pelatihan yang adil, menghormati keputusan pelatih utama, dan memastikan komunikasi terbuka dengan para atlet. o Asisten Pelatih Olahraga ini berperan dalam menciptakan lingkungan pelatihan yang mendukung kebersamaan serta mendorong semangat juang di tingkat internasional.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none"> - Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga - Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga - Mantan olahragawan nasional - Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional - Memiliki pengalaman minimal 4 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, - Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional berprestasi - Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga,

	<ul style="list-style-type: none"> Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga 	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahragawan 	SKTK-R.93ORP10.019.1
	<ul style="list-style-type: none"> Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan 	SKTK-R.93ORP10.020.1
	<ul style="list-style-type: none"> Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan 	SKTK-R.93ORP10.002.1
	<ul style="list-style-type: none"> Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga 	SKTK-R.93ORP10.004.1
	<ul style="list-style-type: none"> Memimpin dan Mengelola Tim 	SKTK-R.93ORP10.006.1
	<ul style="list-style-type: none"> Memandu Olahragawan untuk Menggunakan Peralatan Latihan dan Pertandingan 	SKTK-R.93ORP10.007.1
	<ul style="list-style-type: none"> Menganalisis Olahragawan 	SKTK-R.93ORP10.010.1
	<ul style="list-style-type: none"> Menyusun Laporan Hasil Latihan 	SKTK-R.93ORP10.011.1
	<ul style="list-style-type: none"> Mengembangkan Pengetahuan dan Keterampilan Melatih Secara Terus Menerus 	SKTK-R.93ORP10.016.1
	<ul style="list-style-type: none"> Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cedera 	SKTK-R.93ORP10.014.1

3. Pelatih Olahraga Tingkat Nasional

Nama Jabatan: Pelatih Olahraga Tingkat Nasional	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level nasional. Personil ini bertanggung jawab untuk membimbing, menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim nasional.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Merancang strategi pertandingan– Asesmen olahragawan dan umpan balik– <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih○ Komunikasi dengan asisten pelatih○ Komunikasi dengan tenaga pendukung○ Komunikasi dengan manajer tim○ Komunikasi dengan induk organisasi○ Komunikasi dengan sesama pelatih– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih○ Kerja sama dengan asisten pelatih○ Kerja sama dengan tenaga pendukung○ Kerja sama dengan manajer tim○ Kerja sama dengan induk organisasi– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Pemecahan Masalah dalam teknik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam fisik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam mental olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak– Inisiatif<ul style="list-style-type: none">○ Inisiatif dalam menentukan lawan dalam pertandingan uji coba○ Inisiatif dalam menentukan tempat latihan– Belajar<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal ilmu kepelatihan

	<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga- Perencanaan dan pengorganisasian<ul style="list-style-type: none">○ Perencanaan dan pengorganisasian program latihan○ Perencanaan dan pengorganisasian pertandingan dan/atau uji coba pertandingan- Teknologi<ul style="list-style-type: none">○ Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawan○ Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahraga○ Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">○ Pelatih nasional memiliki tanggung jawab untuk menanamkan nilai sportmanship dengan menegakkan kejujuran, rasa hormat antar anggota tim, serta menjunjung keadilan dalam proses seleksi dan pelatihan.○ Pelatih nasional menginspirasi atlet untuk berkompetisi secara sehat demi kemajuan Olahraga nasional dan penguatan karakter bangsa.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut sebagai Asisten Pelatih Olahraga tingkat nasional- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga,- Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga- Mantan olahragawan nasional- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut sebagai Asisten Pelatih Olahraga tingkat nasional

	<ul style="list-style-type: none">– Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga,– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga atau– Mantan olahragawan nasional– Memiliki pengalaman minimal 4 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi– Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut sebagai Asisten Pelatih Olahraga tingkat nasional– Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga,– Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga atau– Mantan olahragawan nasional berprestasi di tingkat Internasional– Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga,– Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang Olahraga	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	– Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
	– Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
	– Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
	– Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
	– Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK-R.93ORP10.006.1
	– Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
	– Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
	– Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.018.1
	– Merespon Konflik Interpersonal	SKTK-R.93ORP10.005.1

	<ul style="list-style-type: none"> - Mengembangkan Pengetahuan dan Keterampilan Melatih secara Terus Menerus 	SKTK- R.93ORP10.016.1
--	---	--------------------------

4. Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Nasional

Nama Jabatan: Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Nasional		
Deskripsi:	<p>Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk membantu pelatih dalam menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level nasional. Personil ini bertanggung jawab untuk membantu pelatih dalam menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim nasional.</p>	
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none"> - Membantu pelatih dalam melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan - Membantu pelatih dalam merancang strategi pertandingan - Membantu pelatih dalam asesmen olahragawan dan umpan balik - Membantu pelatih dalam <i>Motivation and leadership</i> 	
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Komunikasi: <ul style="list-style-type: none"> o Komunikasi dengan pelatih o Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih - Kerja sama <ul style="list-style-type: none"> o Kerja sama dengan pelatih o Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih - Pemecahan Masalah <ul style="list-style-type: none"> o Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah teknik olahragawan o Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah fisik olahragawan o Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah mental olahragawan o Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah taktik dan strategi pertandingan - Manajemen diri <ul style="list-style-type: none"> o Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan o Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan o Manajemen diri dalam mengatur emosi o Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak - Belajar <ul style="list-style-type: none"> o Belajar dalam hal ilmu kepelatihan o Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan 	

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim ○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan ○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga - Teknologi <ul style="list-style-type: none"> ○ Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawan ○ Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahraga ○ Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan - <i>Sportsmanship</i> <ul style="list-style-type: none"> ○ Sebagai pendukung pelatih utama, asisten pelatih tingkat nasional menunjukkan rasa hormat terhadap proses pelatihan yang terstruktur, mendukung pengembangan atlet secara adil, serta memastikan suasana kompetisi yang sehat. ○ Asisten pelatih tingkat nasional berkontribusi dalam membangun semangat nasionalisme melalui olahraga.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none"> - Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga - Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga - Mantan olahragawan nasional - Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional - Memiliki pengalaman minimal 4 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi - Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, - Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mantan olahragawan nasional berprestasi

	<ul style="list-style-type: none"> – Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat provinsi – Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level nasional dari induk organisasi cabang olahraga, – Memiliki sertifikat pelatih setara level dasar/tingkat I dari federasi internasional cabang olahraga 	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	– Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.019.1
	– Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
	– Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
	– Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
	– Mengembangkan Pengetahuan dan Keterampilan Melatih Secara Terus Menerus	SKTK-R.93ORP10.016.1
	– Memandu Olahragawan untuk Menggunakan Peralatan Latihan dan Pertandingan	SKTK-R.93ORP10.007.1
	– Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
	– Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK-R.93ORP10.011.1
	– Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cedera	SKTK-R.93ORP10.014.1
	– Merespon Konflik Interpersonal	SKTK-R.93ORP10.005.1

5. Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi

Nama Jabatan: Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga provinsi untuk menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level provinsi. Personil ini bertanggung jawab untuk membimbing, menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim provinsi.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Merancang strategi pertandingan– Asesmen olahragawan dan umpan balik– <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih○ Komunikasi dengan asisten pelatih○ Komunikasi dengan tenaga pendukung○ Komunikasi dengan manajer tim○ Komunikasi dengan induk organisasi○ Komunikasi dengan sesama pelatih– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih○ Kerja sama dengan asisten pelatih○ Kerja sama dengan tenaga pendukung○ Kerja sama dengan manajer tim○ Kerja sama dengan induk organisasi– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Pemecahan Masalah dalam teknik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam fisik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam mental olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak– Inisiatif<ul style="list-style-type: none">○ Inisiatif dalam menentukan lawan dalam pertandingan uji coba○ Inisiatif dalam menentukan tempat latihan– Belajar<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal ilmu kepelatihan

	<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga- Perencanaan dan pengorganisasian<ul style="list-style-type: none">○ Perencanaan dan pengorganisasian program latihan○ Perencanaan dan pengorganisasian pertandingan dan/atau uji coba pertandingan- Teknologi<ul style="list-style-type: none">○ Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawan○ Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahraga○ Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">○ Pelatih provinsi mendorong sportmanship dengan memprioritaskan keadilan dalam memberikan pelatihan, menghargai potensi atlet di tingkat daerah, dan membangun semangat kebersamaan dalam tim.○ Pelatih ini juga menjadi panutan dalam menanamkan nilai kejujuran dan rasa cinta terhadap Olahraga sebagai alat pemersatu bangsa.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut sebagai asisten pelatih provinsi- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level madya/II/B dari induk organisasi cabang olahraga,- Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga- Mantan olahragawan nasional- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut sebagai asisten pelatih provinsi

	<ul style="list-style-type: none"> – Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level madya/II/B dari induk organisasi cabang olahraga, – Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga <p>atau</p> <ul style="list-style-type: none"> – Mantan olahragawan nasional – Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota – Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut sebagai asisten pelatih provinsi – Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level dasar nasional dari induk organisasi cabang olahraga – Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga 	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	– Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
	– Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
	– Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
	– Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
	– Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK-R.93ORP10.006.1
	– Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
	– Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
	– Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.018.1
	– Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK-R.93ORP10.011.1
	– Melakukan Seleksi Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.012.1

6. Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi

Nama Jabatan: Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Provinsi	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk membantu pelatih dalam menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level provinsi. Personil ini bertanggung jawab untuk membantu pelatih dalam menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim provinsi.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Membantu pelatih dalam melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Membantu pelatih dalam merancang strategi pertandingan– Membantu pelatih dalam asesmen olahragawan dan umpan balik– Membantu pelatih dalam <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan pelatih○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan pelatih○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah teknik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah fisik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah mental olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak– Belajar<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal ilmu kepelatihan○ Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga

	<ul style="list-style-type: none">- Teknologi<ul style="list-style-type: none">o Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawano Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahragao Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">o Sebagai pelengkap pelatih utama, asisten pelatih di tingkat provinsi mendukung terciptanya lingkungan pelatihan yang adil dan harmonis. Mereka mempraktikkan sportmanship dengan memastikan seluruh anggota tim diperlakukan dengan setara dan membantu membangun mental atlet untuk menghadapi tantangan kompetitif.	
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga, atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga- Mantan olahragawan nasional- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga, atau- Mantan olahragawan nasional- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level Madya/II/B dari induk organisasi cabang olahraga,	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	- Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
	- Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
	- Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1

	- Menganalisis Olahragawan	SKTK- R.93ORP10.010.1
	- Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK- R.93ORP10.006.1
	- Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK- R.93ORP10.020.1
	- Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK- R.93ORP10.002.1
	- Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan	SKTK- R.93ORP10.018.1
	- Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK- R.93ORP10.011.1
	- Melakukan Seleksi Olahragawan	SKTK- R.93ORP10.012.1

7. Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota

Nama Jabatan: Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga kabupaten/kota untuk menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level Kabupaten/kota. Personil ini bertanggung jawab untuk membimbing, menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim kabupaten/kota.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Merancang strategi pertandingan– Asesmen olahragawan dan umpan balik– <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih○ Komunikasi dengan sesama pelatih dan asisten pelatih○ Komunikasi dengan tenaga pendukung○ Komunikasi dengan manajer tim○ Komunikasi dengan perangkat pertandingan○ Komunikasi dengan induk organisasi dan stakeholder lain○ Komunikasi dengan media– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih○ Kerja sama dengan asisten pelatih dan sesama pelatih○ Kerja sama dengan tenaga pendukung○ Kerja sama dengan manajer tim○ Kerja sama dengan induk organisasi– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Pemecahan Masalah dalam teknik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam fisik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam mental olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak

	<ul style="list-style-type: none">- Inisiatif<ul style="list-style-type: none">o Inisiatif dalam menentukan lawan dalam pertandingan uji cobao Inisiatif dalam menentukan tempat latihano Inisiatif dalam menentukan latihan tambahan sesuai dengan kebutuhan olahragawan- Belajar dalam hal:<ul style="list-style-type: none">o Ilmu kepelatihano Teknologi Keolahragaano Mengorganisasikan tim untuk Olahraga bereguo Psikologi olahragawano Tes dan pengukuran olahragao Nutrisi olahragawano Sistem pemulihan (<i>Recovery system</i>)o Analisa kinerja olahragawan (<i>performance analysis</i>)- Perencanaan dan pengorganisasian<ul style="list-style-type: none">o Perencanaan dan pengorganisasian proses latihano Perencanaan dan pengorganisasian olahragawan untuk mengikuti pertandingan dan/atau uji coba pertandingan- Teknologi<ul style="list-style-type: none">o Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawano Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahragao Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">o Pelatih kabupaten/kota menjadi garda depan dalam menanamkan nilai-nilai sportmanship kepada atlet muda. Mereka menanamkan rasa hormat, kejujuran, dan keadilan dalam setiap pelatihan serta mendorong para atlet untuk berkompetisi dengan semangat membangun karakter dan potensi lokal.
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat klub- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level Dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga,- Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga

	<ul style="list-style-type: none">– Mantan olahragawan provinsi– Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat klub– Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level Dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga,– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga atau <ul style="list-style-type: none">– Mantan olahragawan provinsi– Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat klub– Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level madya/II/B/Provinsi dari induk organisasi cabang olahraga– Mendapatkan penunjukan sebagai pelatih dari induk organisasi cabang olahraga	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	– Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
	– Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
	– Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
	– Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
	– Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK-R.93ORP10.006.1
	– Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
	– Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
	– Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.018.1
	– Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK-R.93ORP10.011.1
	– Melakukan Seleksi Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.012.1

8. Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota

Nama Jabatan: Asisten Pelatih Olahraga Tingkat Kabupaten/Kota	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh induk organisasi cabang Olahraga untuk membantu pelatih dalam menyiapkan teknik, taktik, fisik, dan mental olahragawan di level kabupaten/kota. Personil ini bertanggung jawab untuk membantu pelatih dalam menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim Kabupaten/kota.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">– Membantu pelatih dalam melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan– Membantu pelatih dalam merancang strategi pertandingan– Membantu pelatih dalam asesmen olahragawan dan umpan balik– Membantu pelatih dalam <i>Motivation and leadership</i>
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">– Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">○ Komunikasi dengan pelatih○ Komunikasi dengan olahragawan yang dilatih– Kerja sama<ul style="list-style-type: none">○ Kerja sama dengan pelatih○ Kerja sama dengan olahragawan yang dilatih– Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah teknik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah fisik olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah mental olahragawan○ Membantu pelatih dalam Pemecahan Masalah taktik dan strategi pertandingan– Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak– Belajar<ul style="list-style-type: none">○ Belajar dalam hal ilmu kepelatihan○ Belajar dalam hal teknologi Keolahragaan○ Belajar dalam hal mengorganisasikan tim○ Belajar dalam hal psikologi olahragawan○ Belajar dalam hal tes dan pengukuran olahraga

	<ul style="list-style-type: none">- Teknologi<ul style="list-style-type: none">o Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawano Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahragao Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">o Pelatih klub menunjukkan sportmanship dengan membangun fondasi rasa hormat, keadilan, dan semangat kerja keras di level komunitas. Mereka mendorong atlet untuk menjunjung tinggi nilai-nilai kejujuran dalam kompetisi dan menjadi duta positif bagi Olahraga dalam lingkup lokal.	
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none">- Minimal Diploma Olahraga atau Sarjana Olahraga- Memiliki pengalaman minimal 1 tahun berturut-turut melatih di tingkat klub- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga, atau- Minimal Diploma III atau Sarjana selain bidang olahraga- Mantan olahragawan provinsi- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat klub- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level dasar/I/A/Kabupaten/Kota dari induk organisasi cabang olahraga, atau- Mantan olahragawan provinsi- Memiliki pengalaman minimal 2 tahun berturut-turut melatih di tingkat kabupaten/kota- Memiliki sertifikat pelatih setara dengan level Madya/II/B dari induk organisasi cabang Olahraga	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	<ul style="list-style-type: none">- Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahragawan	-
	<ul style="list-style-type: none">- Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	-
	<ul style="list-style-type: none">- Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	-

	- Menyiapkan Olahragawan untuk Kompetisi	-
	- Memandu Olahragawan untuk Menggunakan Peralatan Latihan dan Pertandingan	-
	- Memberikan Latihan kepada Olahragawan	-
	- Menganalisis Olahragawan	-
	- Menyusun Laporan Hasil Latihan	-
	- Melakukan Pengembangan Diri untuk Olahragawan	-
	- Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cedera	-

9. Pelatih Olahraga Tingkat Klub

Nama Jabatan: Pelatih Olahraga Tingkat Klub	
Deskripsi:	Personil yang mempunyai kualifikasi pelatih, kompeten dalam cabang Olahraga tertentu, dan diberi tugas oleh klub untuk menyiapkan teknik, fisik, taktik, dan mental olahragawan di level klub. Personil ini bertanggung jawab untuk membimbing, menginstruksikan dan melatih olahragawan atau tim klub.
Ruang lingkup okupasi:	<ul style="list-style-type: none">- Melatih dan mengembangkan keterampilan olahragawan- Memantau perkembangan olahragawan
Profil atau <i>employability skills</i>	<ul style="list-style-type: none">- Komunikasi:<ul style="list-style-type: none">o Komunikasi dengan olahragawan yang dilatiho Komunikasi dengan sesama pelatih dan asisten pelatiho Komunikasi dengan tenaga pendukungo Komunikasi dengan manajer timo Komunikasi dengan perangkat pertandingano Komunikasi dengan induk organisasi dan stakeholder laino Komunikasi dengan media- Kerja sama<ul style="list-style-type: none">o Kerja sama dengan olahragawan yang dilatiho Kerja sama dengan Asisten Pelatih Olahraga dan sesama Pelatih Olahragao Kerja sama dengan tenaga pendukungo Kerja sama dengan manajer timo Kerja sama dengan induk organisasi- Pemecahan Masalah<ul style="list-style-type: none">o Pemecahan Masalah dalam teknik olahragawan

	<ul style="list-style-type: none">○ Pemecahan Masalah dalam fisik olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam mental olahragawan○ Pemecahan Masalah dalam taktik dan strategi pertandingan- Manajemen diri<ul style="list-style-type: none">○ Manajemen diri dalam disiplin melakukan program pelatihan○ Manajemen diri dalam pengaturan waktu latihan○ Manajemen diri dalam mengatur emosi○ Manajemen diri dalam bersikap adil dan tidak memihak- Inisiatif<ul style="list-style-type: none">○ Inisiatif dalam menentukan lawan dalam pertandingan uji coba○ Inisiatif dalam menentukan tempat latihan○ Inisiatif dalam menentukan latihan tambahan sesuai dengan kebutuhan olahragawan- Belajar dalam hal:<ul style="list-style-type: none">○ Ilmu kepelatihan○ Teknologi Keolahragaan○ Mengorganisasikan tim untuk Olahraga beregu○ Psikologi olahragawan○ Tes dan pengukuran olahraga○ Nutrisi olahragawan○ Sistem pemulihan (<i>Recovery system</i>)○ Analisa kinerja olahragawan (<i>performance analysis</i>)- Perencanaan dan pengorganisasian<ul style="list-style-type: none">○ Perencanaan dan pengorganisasian proses latihan○ Perencanaan dan pengorganisasian olahragawan untuk mengikuti pertandingan dan/atau uji coba pertandingan- Teknologi<ul style="list-style-type: none">○ Teknologi untuk membuat laporan perkembangan dan evaluasi olahragawan○ Teknologi yang berhubungan dengan cabang olahraga○ Teknologi untuk menganalisis perkembangan olahragawan- <i>Sportsmanship</i><ul style="list-style-type: none">○ Pelatih klub menunjukkan <i>sportsmanship</i> dengan membangun fondasi rasa hormat, keadilan, dan semangat kerja keras di level komunitas. Mereka mendorong atlet untuk menjunjung tinggi nilai-nilai
--	--

	kejujuran dalam kompetisi dan menjadi duta positif bagi Olahraga dalam lingkup lokal.	
Persyaratan awal	<ul style="list-style-type: none"> – Minimal lulusan SMA/K sederajat – Pelaku cabang Olahraga tersebut – Mendapat penunjukan dari klub sebagai pelatih 	
Tugas atau Kompetensi	Kompetensi Inti	Standar kompetensi
	– Menyusun Program Latihan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.008.1
	– Memberikan Latihan kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.001.1
	– Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga	SKTK-R.93ORP10.004.1
	– Menganalisis Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.010.1
	– Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.020.1
	– Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahraga	SKTK-R.93ORP10.019.1
	– Memimpin dan Mengelola Tim	SKTK-R.93ORP10.006.1
	– Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.018.1
	– Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan	SKTK-R.93ORP10.002.1
	– Menyusun Laporan Hasil Latihan	SKTK-R.93ORP10.011.1

C. Daftar Unit Kompetensi

NO	Kode Unit	Judul Unit Kompetensi
1.	SKTK-R.93ORP10.001.1	Memberikan Latihan kepada Olahragawan
2.	SKTK-R.93ORP10.002.1	Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan
3.	SKTK-R.93ORP10.003.1	Mengorganisir Kamp Pelatihan atau Acara Pengembangan Olahraga
4.	SKTK-R.93ORP10.004.1	Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga
5.	SKTK-R.93ORP10.005.1	Merespon Konflik Interpersonal
6.	SKTK-R.93ORP10.006.1	Memimpin dan Mengelola Tim
7.	SKTK-R.93ORP10.007.1	Memandu Olahragawan untuk Menggunakan Peralatan Latihan dan Pertandingan
8.	SKTK-R.93ORP10.008.1	Menyusun Program Latihan Olahraga
9.	SKTK-R.93ORP10.009.1	Memberikan Pelatihan tentang Metode Latihan untuk Olahragawan
10.	SKTK-R.93ORP10.010.1	Menganalisis Olahragawan
11.	SKTK-R.93ORP10.011.1	Menyusun Laporan Hasil Latihan
12.	SKTK-R.93ORP10.012.1	Melakukan Seleksi Olahragawan
13.	SKTK-R.93ORP10.013.1	Melakukan Pengembangan Diri untuk Olahragawan
14.	SKTK-R.93ORP10.014.1	Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cidera
15.	SKTK-R.93ORP10.015.1	Mengelola Risiko Bisnis
16.	SKTK-R.93ORP10.016.1	Mengembangkan Pengetahuan dan Keterampilan Melatih secara Terus Menerus
17.	SKTK-R.93ORP10.017.1	Menyiapkan Alternatif Alat Bantu Latihan Olahraga
18.	SKTK-R.93ORP10.018.1	Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan
19.	SKTK-R.93ORP10.019.1	Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahraga
20.	SKTK-R.93ORP10.020.1	Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan

D. Uraian Unit Kompetensi

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.001.1
JUDUL UNIT : Memberikan Latihan kepada Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan bahwa pelatih mampu memberikan latihan yang tepat dan efektif kepada olahragawan sesuai dengan kebutuhan fisik, teknik, dan mental. Fokus pada pelaksanaan latihan yang memenuhi standar prestasi optimal.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan latihan olahragawan	1.1 Kebutuhan fisik olahragawan diidentifikasi berdasarkan analisis kondisi fisik terkini. 1.2 Kebutuhan teknis olahragawan diidentifikasi sesuai dengan jenis cabang olahraga. 1.3 Kebutuhan mental olahragawan diidentifikasi melalui evaluasi psikologis dan wawancara.
2. Menyusun rencana latihan	2.1 Rencana latihan disusun berdasarkan kebutuhan fisik, teknis, dan mental olahragawan. 2.2 Rencana latihan disesuaikan dengan jadwal kompetisi dan tingkat kebugaran olahragawan. 2.3 Penyesuaian rencana latihan dilakukan berdasarkan evaluasi kondisi terkini olahragawan.
3. Melakukan latihan fisik	3.1 Latihan fisik dilakukan sesuai dengan program yang telah disusun. 3.2 Metode latihan fisik disesuaikan dengan tingkat kebugaran olahragawan. 3.3 Latihan fisik dimonitor secara berkala untuk mengukur perkembangan kebugaran.
4. Melakukan latihan teknik	4.1 Latihan teknik dilakukan sesuai dengan cabang Olahraga yang ditekuni. 4.2 Metode latihan teknik disesuaikan dengan target prestasi yang diinginkan. 4.3 Latihan teknik dievaluasi secara berkala untuk memastikan perbaikan keterampilan.
5. Menyediakan Umpan Balik dan Motivasi	5.1 Umpan balik diberikan kepada olahragawan berdasarkan hasil latihan. 5.2 Motivasi diberikan untuk menjaga semangat dan fokus olahragawan selama proses latihan. 5.3 Perubahan strategi latihan diterapkan berdasarkan umpan balik yang diterima dari olahragawan.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

1.1 Kebutuhan fisik olahragawan harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.1.1 Pengembangan daya tahan kardiovaskular
- 1.1.2 Peningkatan kekuatan otot
- 1.1.3 Peningkatan fleksibilitas
- 1.1.4 Pemulihan optimal
- 1.1.5 Kemampuan motorik yang disesuaikan dengan cabang Olahraga yang ditekuni.

1.2 Analisis kondisi fisik seharusnya meliputi, namun tidak terbatas pada pemeriksaan kebugaran fisik seperti:

- 1.2.1 Kekuatan otot
- 1.2.2 Daya tahan kardiovaskular
- 1.2.3 Fleksibilitas
- 1.2.4 Komposisi tubuh
- 1.2.5 Riwayat cedera yang relevan

Analisis ini juga dapat mencakup tes khusus yang disesuaikan dengan cabang Olahraga terkait untuk mengetahui kemampuan fisik yang dibutuhkan dalam latihan.

1.3 Kebutuhan teknis olahragawan harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.3.1 Pengembangan keterampilan teknik dasar hingga lanjutan,
- 1.3.2 Penyesuaian strategi permainan atau lomba
- 1.3.3 Peningkatan presisi gerakan
- 1.3.4 Penguasaan alat-alat yang digunakan dalam cabang Olahraga terkait.

Evaluasi berkala diperlukan untuk memastikan peningkatan keterampilan sesuai dengan target prestasi yang telah ditetapkan.

1.4 Jenis cabang Olahraga seharusnya meliputi namun tidak terbatas pada berbagai disiplin Olahraga yang memiliki karakteristik, teknik, dan kebutuhan fisik yang berbeda, seperti sepak bola, bulu tangkis, basket, renang, atau Olahraga atletik lainnya, yang memerlukan metode latihan dan pendekatan khusus yang sesuai dengan tuntutan setiap cabang tersebut.

1.5 Kebutuhan mental olahragawan dapat meliputi namun tidak terbatas pada:

- 1.5.1 Pengelolaan stres
- 1.5.2 Peningkatan kepercayaan diri
- 1.5.3 Pengembangan motivasi internal
- 1.5.4 Peningkatan fokus saat latihan dan pertandingan
- 1.5.5 Membangun ketahanan mental untuk menghadapi tantangan kompetitif.

Pelatih dapat menggunakan evaluasi psikologis dan wawancara untuk memahami lebih dalam kebutuhan mental ini.

1.6 Evaluasi psikologis harus meliputi namun tidak terbatas pada:

- 1.6.1 Penilaian kondisi mental olahragawan melalui wawancara
- 1.6.2 Observasi
- 1.6.3 Instrumen psikologis yang valid.

Evaluasi ini harus mencakup aspek motivasi, tingkat kepercayaan diri, pengelolaan stres, fokus, serta kesiapan mental untuk menghadapi tantangan latihan maupun kompetisi.

- 1.7 Rencana latihan harus meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Identifikasi kebutuhan fisik, teknis, dan mental olahragawan
 - 1.7.2 Penyesuaian jadwal latihan dengan kompetisi
 - 1.7.3 Evaluasi kondisi kebugaran
 - 1.7.4 Revisi berkala berdasarkan hasil evaluasi performa dan kondisi fisik olahragawan.
- 1.8 Pelatih seharusnya mengidentifikasi kebutuhan fisik, teknis, dan mental olahragawan yang meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Analisis kondisi kebugaran fisik olahragawan
 - 1.8.2 Evaluasi keterampilan teknis berdasarkan cabang Olahraga yang diikuti
 - 1.8.3 Pemeriksaan kesehatan mental untuk memastikan kesiapan psikologis menghadapi latihan dan kompetisi. Ketahanan mental (*mental toughness*) untuk menghadapi tekanan kompetisi dan menjaga konsistensi performa selama pertandingan juga perlu untuk dikembangkan. Ini meliputi kemampuan untuk tetap tenang, fokus, dan positif dalam situasi-situasi sulit dan penuh tekanan.
- 1.9 Rencana latihan adalah suatu perencanaan terstruktur yang disusun oleh pelatih berdasarkan kebutuhan fisik, teknis, dan mental olahragawan. Rencana ini harus meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Tujuan latihan
 - 1.9.2 Struktur sesi latihan
 - 1.9.3 Metode latihan
 - 1.9.4 Instruksi dan demonstrasi
 - 1.9.5 Penyesuaian rencana.
- 1.10 Jadwal kompetisi seharusnya meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Tanggal pertandingan resmi
 - 1.10.2 Waktu persiapan sebelum kompetisi
 - 1.10.3 Periode pemulihan setelah kompetisi
 - 1.10.4 Interval waktu antara sesi latihan dan pertandingan.Penyesuaian terhadap jadwal kompetisi ini penting untuk memaksimalkan performa olahragawan pada saat bertanding.
- 1.11 Tingkat kebugaran olahragawan harus meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Kemampuan daya tahan kardiovaskular
 - 1.11.2 Kekuatan otot
 - 1.11.3 Fleksibilitas
 - 1.11.4 Keseimbangan
 - 1.11.5 Kelincahan
 - 1.11.6 Pemulihan fisik yang mendukung performa optimal dalam latihan dan pertandingan.

Evaluasi tingkat kebugaran ini dilakukan secara berkala untuk menyesuaikan intensitas dan jenis latihan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan fisik individu olahragawan.

1.12 Penyesuaian rencana latihan seharusnya meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.12.1 Pengubahan intensitas
- 1.12.2 Durasi
- 1.12.3 Jenis latihan berdasarkan hasil evaluasi fisik, mental, dan teknis terkini olahragawan
- 1.12.4 Disesuaikan dengan jadwal kompetisi dan tingkat kebugaran yang terus dipantau.

1.13 Latihan fisik sebaiknya meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.13.1 Peningkatan kekuatan
- 1.13.2 Daya tahan
- 1.13.3 Kecepatan
- 1.13.4 Kelincahan
- 1.13.5 Fleksibilitas olahragawan.

Program latihan ini perlu disesuaikan dengan kondisi fisik terkini dan tujuan jangka panjang yang ingin dicapai oleh olahragawan.

1.14 Metode latihan fisik harus meliputi namun tidak terbatas pada:

- 1.14.1 Latihan kekuatan
- 1.14.2 Latihan ketahanan
- 1.14.3 Latihan fleksibilitas
- 1.14.4 Latihan keseimbangan.

Metode tersebut juga harus disesuaikan dengan kondisi fisik, tujuan latihan, dan kebutuhan spesifik olahragawan untuk memastikan perkembangan kebugaran yang optimal.

1.15 Penilaian kebugaran harus dilakukan secara berkala untuk memastikan bahwa program latihan terus memberikan hasil yang optimal. Frekuensi evaluasi sebaiknya meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.15.1 Periode mingguan atau bulanan
- 1.15.2 Intensitas latihan
- 1.15.3 Tujuan spesifik yang ingin dicapai oleh olahragawan.

1.16 Latihan teknik harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.16.1 Pengajaran gerakan yang benar
- 1.16.2 Postur tubuh yang sesuai
- 1.16.3 Penggunaan peralatan yang tepat, disesuaikan dengan cabang Olahraga yang ditekuni oleh olahragawan.

Latihan teknik ini juga seharusnya dievaluasi secara berkala untuk memastikan perbaikan keterampilan yang signifikan, dan penyesuaian metode latihan dilakukan berdasarkan target prestasi yang diinginkan.

1.17 Metode latihan fisik sebaiknya meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.17.1 Latihan kekuatan
- 1.17.2 Latihan daya tahan
- 1.17.3 Latihan fleksibilitas
- 1.17.4 Latihan kecepatan
- 1.17.5 Latihan kelincahan, yang disesuaikan dengan

kemampuan fisik serta tujuan spesifik prestasi olahragawan.

1.18 Target prestasi harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.18.1 Pencapaian tingkat kebugaran yang optimal
- 1.18.2 Peningkatan keterampilan teknis dalam cabang Olahraga yang ditekuni
- 1.18.3 Pencapaian hasil kompetitif yang telah ditetapkan
- 1.18.4 Pengembangan kemampuan mental yang diperlukan untuk menghadapi tekanan dalam kompetisi.

1.19 Latihan teknik harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.19.1 Pengajaran gerakan yang benar
- 1.19.2 Koreksi postur tubuh
- 1.19.3 Penggunaan peralatan Olahraga yang tepat
- 1.19.4 Penerapan prosedur standar untuk memastikan pelaksanaan teknik secara efektif dan aman.

1.20 Umpan balik harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.20.1 Evaluasi performa olahragawan selama latihan
- 1.20.2 Identifikasi kekuatan dan kelemahan teknik
- 1.20.3 Saran untuk perbaikan yang lebih spesifik.

Umpan balik juga dapat digunakan untuk menetapkan tujuan latihan selanjutnya dan memberikan motivasi agar olahragawan tetap fokus pada target prestasi.

1.21 Motivasi harus diberikan untuk menjaga semangat, fokus, dan komitmen olahragawan selama proses latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.21.1 Memberikan dorongan positif secara verbal
- 1.21.2 Menunjukkan apresiasi atas kemajuan yang dicapai
- 1.21.3 Mengatasi hambatan psikologis yang mungkin dihadapi olahragawan.

2. Peralatan dan perlengkapan

2.1 Peralatan

- 2.1.1 Peralatan Olahraga spesifik (misalnya bola, alat lari, matras)

2.2 Perlengkapan

- 2.2.1 Alat pengukur kebugaran (misalnya stopwatch, heart rate monitor)

3. Peraturan yang diperlukan

3.1 Regulasi dari federasi Olahraga terkait

3.2 Pedoman keselamatan dan kesehatan dalam pelatihan

4. Norma dan standar

4.1 Norma

- 4.1.1 Norma kepelatihan yang mencakup aspek etika, keselamatan, dan pengembangan olahragawan

4.2 Standar

- 4.2.1 Standar pelatihan Olahraga prestasi nasional dan internasional

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di fasilitas pelatihan atau tempat kompetisi menggunakan metode observasi langsung dan rekaman video.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang metode latihan fisik dan teknik olahraga
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Kemampuan memberikan instruksi yang efektif dan memotivasi olahragawan
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Disiplin, teliti, dan memiliki jiwa kepemimpinan
 - 4.2 Fleksibel dalam menyesuaikan latihan berdasarkan kondisi olahragawan
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan dalam menyesuaikan latihan dengan kondisi fisik dan mental olahragawan
 - 5.2 Pemberian umpan balik yang efektif untuk mendorong peningkatan prestasi

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.002.1
JUDUL UNIT : Memenuhi Kebutuhan Latihan Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan pelatih dapat memahami dan memenuhi kebutuhan latihan spesifik setiap olahragawan. Proses ini mencakup identifikasi kebutuhan fisik, mental, taktik teknis, dan taktik serta pengembangan rencana latihan yang tepat guna meningkatkan performa olahragawan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan latihan olahragawan	<div>1.1 Kebutuhan fisik olahragawan diidentifikasi berdasarkan hasil evaluasi kondisi fisik awal.</div> <div>1.2 Kebutuhan taktik Olahraga diidentifikasi sesuai dengan jenis cabang Olahraga dan analisis performa sebelumnya.</div> <div>1.3 Kebutuhan teknis Olahraga diidentifikasi berdasarkan analisis performa sebelumnya.</div> <div>1.4 Kebutuhan mental olahragawan diidentifikasi sesuai dengan kondisi psikologis dan tekanan kompetitif.</div> <div>1.5</div> <div>1.6 Kebutuhan pemulihan diidentifikasi sesuai dengan intensitas latihan dan kebutuhan tubuh untuk beristirahat.</div>
2. Menyusun rencana latihan berdasarkan kebutuhan	<div>2.1 Rencana latihan fisik disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan fisik.</div> <div>2.2 Rencana latihan taktik disusun sesuai dengan kebutuhan pengembangan strategi permainan atau perlombaan.</div> <div>2.3 Rencana latihan teknis disusun berdasarkan evaluasi performa teknis.</div> <div>2.4 Rencana latihan mental disusun sesuai dengan kebutuhan penguatan mental dan kemampuan menghadapi tekanan.</div> <div>2.5 Rencana pemulihan disusun sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk meminimalkan risiko cedera dan kelelahan.</div>
3. Memfasilitasi pelaksanaan latihan sesuai rencana	<div>3.1 Latihan fisik dilaksanakan sesuai dengan rencana latihan yang telah disusun.</div> <div>3.2 Latihan taktik dilaksanakan berdasarkan strategi yang sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga</div> <div>3.3 Latihan teknis dilaksanakan berdasarkan program latihan yang sesuai dengan kebutuhan teknik olahragawan.</div>

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
	3.4 Latihan mental dilaksanakan sesuai dengan program yang dirancang untuk meningkatkan kesiapan psikologis. 3.5 Pemulihan dilaksanakan sesuai dengan rencana untuk memastikan olahragawan mencapai kondisi optimal.
4. Memantau dan menyesuaikan latihan berdasarkan respons olahragawan	4.1 Respons fisik olahragawan dipantau dan dicatat selama sesi latihan berlangsung. 4.2 Respons taktik olahragawan dipantau untuk mengidentifikasi apakah strategi yang diterapkan efektif atau perlu disesuaikan. 4.3 Respons teknis olahragawan terhadap latihan dipantau sesuai dengan peningkatan atau penurunan performa. 4.4 Respons mental olahragawan dipantau dan dinilai untuk memastikan kesiapan mental terus meningkat. 4.5 Program latihan diadaptasi berdasarkan hasil pemantauan terhadap perkembangan olahragawan.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

1.1 Kebutuhan fisik olahragawan seharusnya diidentifikasi melalui evaluasi yang meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.1.1 Aspek kekuatan otot
- 1.1.2 Daya tahan kardiovaskular
- 1.1.3 Fleksibilitas
- 1.1.4 Kecepatan
- 1.1.5 Komposisi tubuh.

Evaluasi ini penting untuk menyusun program latihan yang sesuai dengan kondisi dan tujuan prestasi olahragawan.

1.2 Hasil evaluasi kondisi fisik awal harus meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.2.1 Penilaian kekuatan
- 1.2.2 Daya tahan
- 1.2.3 Kecepatan
- 1.2.4 Fleksibilitas
- 1.2.5 Komposisi tubuh
- 1.2.6 Kesehatan kardiovaskular olahragawan.

Evaluasi ini dilakukan melalui tes fisik dan wawancara untuk mendapatkan gambaran komprehensif tentang kondisi fisik awal olahragawan sebelum program latihan dimulai.

1.3 Kebutuhan taktik seharusnya meliputi namun tidak terbatas pada analisis strategi yang dibutuhkan olahragawan dalam pertandingan atau kompetisi untuk menghadapi lawan atau situasi tertentu. Hal ini mencakup:

- 1.3.1 Identifikasi taktik bertahan,

- 1.3.2 Identifikasi menyerang,
 - 1.3.3 atau cara menyesuaikan diri dengan kondisi pertandingan.
- Pelatih seharusnya mempertimbangkan keunggulan dan kelemahan lawan serta situasi pertandingan untuk mengembangkan strategi terbaik bagi olahragawan.
- 1.4 Kebutuhan teknis Olahraga harus diidentifikasi berdasarkan analisis performa sebelumnya. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Penguasaan teknik dasar
 - 1.4.2 Peningkatan keterampilan taktis
 - 1.4.3 Evaluasi penggunaan peralatan yang tepat
 - 1.4.4 Pengembangan strategi yang sesuai dengan cabang Olahraga yang ditekuni.
 - 1.5 Analisis performa harus dilakukan untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan teknis olahragawan. Proses ini meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Meninjau rekaman video sesi latihan atau pertandingan
 - 1.5.2 Mengumpulkan data statistik kinerja
 - 1.5.3 Melakukan diskusi evaluasi dengan olahragawan untuk memahami area yang perlu diperbaiki serta potensi yang bisa dikembangkan.
 - 1.6 Kebutuhan mental olahragawan seharusnya meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Penguatan motivasi
 - 1.6.2 Peningkatan ketahanan mental
 - 1.6.3 Kemampuan mengelola stres
 - 1.6.4 Pengembangan konsentrasi
 - 1.6.5 Kesiapan menghadapi tekanan dalam kompetisi.
 - 1.7 Kondisi psikologis harus dinilai untuk memastikan kesiapan mental olahragawan selama proses latihan dan kompetisi. Ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Evaluasi tingkat motivasi
 - 1.7.2 Kemampuan mengatasi tekanan
 - 1.7.3 Kestabilan emosional
 - 1.7.4 Konsentrasi selama pelatihan.
 - 1.8 Tekanan kompetitif seharusnya dipertimbangkan dalam menyusun program latihan mental. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Identifikasi sumber tekanan seperti persaingan antar olahragawan
 - 1.8.2 Ekspektasi dari pelatih atau tim
 - 1.8.3 Tuntutan personal untuk mencapai prestasi tertentu.Program latihan mental harus mencakup strategi untuk mengelola stres, meningkatkan ketahanan mental, serta memperkuat fokus dan motivasi olahragawan selama kompetisi.
 - 1.9 Kebutuhan pemulihan harus dipenuhi untuk memastikan bahwa tubuh olahragawan memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat dan memulihkan diri setelah latihan intensif. Pemulihan ini meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.9.1 Istirahat yang cukup
 - 1.9.2 Teknik pemulihan aktif seperti peregangan atau *foam rolling*
 - 1.9.3 Penerapan metode perawatan seperti kompres es untuk mengurangi peradangan dan rasa sakit.
- 1.10 Intensitas latihan harus disesuaikan dengan kondisi fisik dan mental olahragawan, meliputi namun tidak terbatas pada:
- 1.10.1 Beban latihan
 - 1.10.2 Durasi
 - 1.10.3 Kecepatan
 - 1.10.4 Jumlah pengulangan.
- Penyesuaian intensitas dilakukan untuk memastikan kemajuan yang optimal tanpa meningkatkan risiko cedera atau kelelahan berlebihan.
- 1.11 Kebutuhan tubuh untuk beristirahat harus diperhatikan untuk memastikan pemulihan yang optimal setelah aktivitas fisik. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.11.1 Waktu tidur yang cukup
 - 1.11.2 Interval istirahat yang sesuai antara sesi latihan
 - 1.11.3 Penggunaan teknik pemulihan seperti pendinginan aktif
 - 1.11.4 Strategi pemulihan lainnya seperti terapi fisik atau nutrisi yang mendukung pemulihan otot.
- 1.12 Rencana latihan fisik harus disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan fisik olahragawan. Rencana ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.12.1 Latihan kekuatan
 - 1.12.2 Daya tahan
 - 1.12.3 Kecepatan
 - 1.12.4 Fleksibilitas
 - 1.12.5 Kebugaran secara umum, serta disesuaikan dengan tahap perkembangan fisik dan tujuan prestasi yang ingin dicapai.
- 1.13 Hasil analisis kebutuhan fisik sebaiknya meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.13.1 Pengukuran aspek kekuatan
 - 1.13.2 Daya tahan
 - 1.13.3 Kecepatan
 - 1.13.4 Fleksibilitas
 - 1.13.5 Komposisi tubuh.
- Evaluasi ini harus didasarkan pada tes fisik dan data kebugaran yang relevan untuk memastikan rencana latihan yang sesuai dengan kondisi fisik olahragawan.
- 1.14 Rencana latihan teknis harus disusun untuk memastikan bahwa setiap aspek teknis yang dibutuhkan olahragawan dikembangkan secara efektif. Rencana ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.14.1 Analisis performa sebelumnya
 - 1.14.2 Pemilihan metode latihan yang sesuai dengan target teknik
 - 1.14.3 Penyesuaian latihan berdasarkan perkembangan olahragawan.

- 1.15 Rencana latihan mental harus disusun sesuai dengan kebutuhan penguatan mental olahragawan. Rencana ini meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.15.1 Kegiatan seperti latihan visualisasi
 - 1.15.2 Teknik relaksasi
 - 1.15.3 Pengelolaan stres
 - 1.15.4 Strategi pengembangan fokus dan konsentrasi selama latihan maupun pertandingan.
- 1.16 Rencana pemulihan harus disusun sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk meminimalkan risiko cedera dan kelelahan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.16.1 Penggunaan metode seperti stretching
 - 1.16.2 Penggunaan alat pemulihan seperti kompres es atau foam roller
 - 1.16.3 Pemantauan beban latihan
 - 1.16.4 Pemberian waktu istirahat yang cukup antara sesi latihan intensif.
- 1.17 Risiko cedera harus diminimalkan melalui perencanaan latihan yang tepat, yang meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.17.1 Penyesuaian intensitas latihan sesuai dengan kondisi fisik olahragawan
 - 1.17.2 Penerapan teknik yang benar selama latihan
 - 1.17.3 Memastikan waktu pemulihan yang cukup antara sesi latihan untuk mencegah kelelahan dan overtraining.
- 1.18 Kondisi optimal seharusnya dicapai dengan memastikan bahwa olahragawan berada pada tingkat kebugaran fisik dan mental yang paling baik, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.18.1 Kesiapan fisik yang prima
 - 1.18.2 Pemulihan yang memadai
 - 1.18.3 Kesiapan mental yang kuat untuk menghadapi tantangan latihan dan kompetisi.
- 1.19 Respons fisik olahragawan sebaiknya dipantau untuk memastikan bahwa latihan berjalan sesuai rencana dan tidak menimbulkan efek negatif. Respons fisik ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.19.1 Perubahan dalam tingkat kebugaran
 - 1.19.2 Kekuatan
 - 1.19.3 Kecepatan pemulihan
 - 1.19.4 Kemampuan tubuh untuk mengatasi intensitas latihan yang meningkat.
- 1.20 Rencana latihan taktik seharusnya meliputi namun tidak terbatas pada penyusunan program latihan yang dirancang untuk mengembangkan keterampilan strategis dan taktis olahragawan. Rencana ini seharusnya mencakup latihan khusus yang difokuskan pada
 - 1.20.1 Formasi,
 - 1.20.2 Strategi permainan, dan
 - 1.20.3 Pola taktis yang sesuai dengan jenis cabang olahraga, seperti pola serangan atau strategi bertahan dalam sepak bola atau bola basket.

- 1.21 Respons teknis olahragawan seharusnya dipantau secara berkala untuk mengukur adaptasi dan peningkatan keterampilan teknis. Pemantauan ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.21.1 Pengamatan terhadap konsistensi penerapan teknik
 - 1.21.2 Kemampuan olahragawan dalam menyesuaikan diri dengan variasi teknik
 - 1.21.3 Peningkatan efektivitas eksekusi gerakan dalam situasi latihan dan kompetisi.
- 1.22 Respons teknis olahragawan seharusnya dipantau secara berkala untuk mengukur adaptasi dan peningkatan keterampilan teknis. Pemantauan ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.22.1 Pengamatan terhadap konsistensi penerapan teknik
 - 1.22.2 Kemampuan olahragawan dalam menyesuaikan diri dengan variasi teknik
 - 1.22.3 Peningkatan efektivitas eksekusi gerakan dalam situasi latihan dan kompetisi.
- 1.23 Respons mental olahragawan harus dipantau untuk memastikan kesiapan psikologis dan pengelolaan stres olahragawan tetap optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.23.1 Pengamatan terhadap tingkat konsentrasi
 - 1.23.2 Motivasi
 - 1.23.3 Ketahanan mental terhadap tekanan
 - 1.23.4 Kemampuan mereka dalam mengatasi frustrasi atau kelelahan mental selama latihan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Fasilitas latihan
 - 2.1.2 Peralatan Olahraga sesuai cabang olahraga
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Alat pemantau kebugaran
 - 2.2.2 Alat pemulihan seperti kompres es
 - 2.2.3 Foam roller, dan alat pengukur performa
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada)
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar pelatihan Olahraga prestasi yang diakui di tingkat nasional maupun internasional

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan selama sesi latihan berlangsung, melalui observasi langsung oleh asesor terhadap implementasi rencana latihan dan respons olahragawan.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)

3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Biomekanika olahraga
 - 3.1.2 Psikologi olahraga
 - 3.1.3 Gizi olahraga
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Pemulihan dan pencegahan cedera
 - 3.2.2 Teknik latihan cabang Olahraga tertentu
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Disiplin
 - 4.2 Konsistensi
 - 4.3 Fleksibilitas
 - 4.4 Empati
 - 4.5 Komunikasi yang baik dengan olahragawan
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan pelatih dalam mengidentifikasi kebutuhan spesifik olahragawan dan menyesuaikan program latihan secara efektif untuk memastikan hasil yang optimal

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.003.1
JUDUL UNIT : Mengorganisir Kamp Pelatihan atau Acara Pengembangan Olahraga
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memberikan kemampuan dalam mengorganisir kamp pelatihan atau acara pengembangan Olahraga secara efektif, melibatkan perencanaan, koordinasi, dan pelaksanaan kegiatan untuk memastikan tujuan pengembangan Olahraga tercapai.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Menyusun konsep dan tujuan acara	1.1 Kebutuhan peserta diidentifikasi berdasarkan data dan informasi yang relevan. 1.2 Tujuan acara ditetapkan sesuai dengan kebutuhan pengembangan olahraga. 1.3 Konsep acara disusun dengan memperhatikan metode pelatihan yang relevan.
2. Menyusun jadwal dan program kegiatan	2.1 Jadwal kegiatan disusun dengan mempertimbangkan ketersediaan waktu dan fasilitas. 2.2 Sumber daya dialokasikan sesuai dengan kebutuhan setiap sesi kegiatan. 2.3 Tenaga pelatih dan peralatan diidentifikasi berdasarkan jenis kegiatan.
3. Mengatur logistik dan fasilitas	3.1 Kebutuhan logistik diidentifikasi berdasarkan jumlah peserta dan durasi acara. 3.2 Fasilitas Olahraga disiapkan sesuai dengan kebutuhan kegiatan. 3.3 Sarana pendukung diatur sesuai dengan standar penyelenggaraan acara.
4. Melaksanakan kamp atau acara pengembangan	4.1 Pelaksanaan kegiatan diawasi untuk memastikan kesesuaian dengan rencana. 4.2 Tim pelatih dan staf pendukung dikoordinasikan sesuai peran masing-masing. 4.3 Dukungan teknis dan logistik disediakan sesuai kebutuhan selama acara.
5. Memastikan evaluasi dan tindak lanjut	5.1 Umpan balik dari peserta dikumpulkan berdasarkan kuesioner atau wawancara. 5.2 Hasil evaluasi dianalisis untuk menilai keberhasilan pencapaian tujuan acara. 5.3 Laporan akhir disusun sesuai dengan standar pelaporan kegiatan.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kebutuhan peserta harus diidentifikasi secara menyeluruh untuk memastikan acara dapat berjalan sesuai dengan tujuan pengembangan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Kebutuhan fisik seperti tingkat kebugaran
 - 1.1.2 Kebutuhan mental seperti kesiapan psikologis

- 1.1.3 Kebutuhan logistik seperti akomodasi dan fasilitas yang mendukung pelaksanaan acara.
- 1.2 Data dan informasi yang relevan harus dikumpulkan dan dianalisis untuk memahami kebutuhan peserta secara mendalam. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Latar belakang keterampilan peserta
 - 1.2.2 Tujuan pelatihan
 - 1.2.3 Preferensi metode pembelajaran
 - 1.2.4 Informasi terkait kondisi fisik dan mental peserta.
- 1.3 Tujuan acara sebaiknya ditetapkan berdasarkan kebutuhan peserta dan sasaran pengembangan olahraga. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Peningkatan keterampilan teknis
 - 1.3.2 Pengembangan strategi tim
 - 1.3.3 Penguatan kondisi fisik
 - 1.3.4 Pengelolaan mental dalam situasi kompetitif.
- 1.4 Kebutuhan pengembangan Olahraga seharusnya diidentifikasi untuk memastikan bahwa program atau acara yang diselenggarakan dapat mendukung peningkatan keterampilan, pengetahuan, dan kesiapan mental peserta. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Identifikasi keterampilan teknis yang perlu ditingkatkan
 - 1.4.2 Kebutuhan taktik dan strategi
 - 1.4.3 Pengembangan kebugaran fisik
 - 1.4.4 Kesiapan mental dalam menghadapi kompetisi.
- 1.5 Konsep acara harus disusun untuk memberikan arah dan struktur yang jelas pada kegiatan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Pemilihan tema
 - 1.5.2 Metode pelatihan yang sesuai
 - 1.5.3 Susunan aktivitas yang mendukung pencapaian tujuan
 - 1.5.4 Penyesuaian dengan kebutuhan peserta dan sumber daya yang tersedia.
- 1.6 Metode pelatihan yang relevan harus dipilih berdasarkan kebutuhan spesifik peserta dan tujuan acara pengembangan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Penggunaan metode pelatihan fisik
 - 1.6.2 Teknik
 - 1.6.3 Taktik
 - 1.6.4 Mental yang disesuaikan dengan level keterampilan peserta, jenis olahraga, serta sasaran pengembangan yang ingin dicapai.
- 1.7 Jadwal kegiatan harus disusun dengan memperhatikan ketersediaan waktu, kebutuhan fasilitas, dan kapasitas peserta. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Alokasi waktu yang tepat untuk setiap sesi pelatihan
 - 1.7.2 Penyesuaian dengan kebutuhan pemulihan fisik peserta
 - 1.7.3 Sinkronisasi dengan kegiatan pendukung lainnya seperti istirahat dan evaluasi.
- 1.8 Sumber daya harus dialokasikan untuk memastikan setiap sesi kegiatan berjalan sesuai rencana. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.8.1 Tenaga pelatih yang berkualitas
 - 1.8.2 Peralatan Olahraga yang memadai
 - 1.8.3 Fasilitas latihan
 - 1.8.4 Logistik penunjang seperti transportasi dan akomodasi.
- 1.9 Kebutuhan logistik harus diidentifikasi dan dipenuhi untuk mendukung kelancaran pelaksanaan kamp pelatihan atau acara pengembangan olahraga. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.9.1 Penyediaan transportasi
 - 1.9.2 Akomodasi
 - 1.9.3 Konsumsi
 - 1.9.4 Peralatan Olahraga yang diperlukan
 - 1.9.5 Fasilitas latihan yang sesuai dengan jenis kegiatan yang direncanakan.
- 1.10 Fasilitas Olahraga harus disiapkan sesuai dengan kebutuhan kegiatan dan standar pelatihan yang berlaku. Hal ini meliputi namun tidak terbatas pada:
- 1.10.1 Lapangan olahraga
 - 1.10.2 Ruang kebugaran
 - 1.10.3 Peralatan latihan
 - 1.10.4 Ruang ganti
 - 1.10.5 Area istirahat yang memadai untuk mendukung pelaksanaan program pengembangan olahraga.
- 1.11 Sarana pendukung harus diatur untuk memastikan kelancaran dan efisiensi pelaksanaan acara. Sarana pendukung meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.11.1 Fasilitas pelatihan yang memadai
 - 1.11.2 Transportasi untuk peserta
 - 1.11.3 Akomodasi selama acara
 - 1.11.4 Konsumsi
 - 1.11.5 Peralatan Olahraga yang sesuai dengan jenis kegiatan.
- 1.12 Dukungan teknis dan logistik harus disediakan untuk memastikan pelaksanaan acara berjalan lancar dan sesuai dengan rencana. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.12.1 Penyediaan peralatan olahraga
 - 1.12.2 Pengelolaan transportasi dan akomodasi peserta
 - 1.12.3 Penyiapan konsumsi
 - 1.12.4 Pengaturan fasilitas pelatihan yang mendukung kebutuhan acara.
- 1.13 Hasil evaluasi seharusnya dianalisis untuk menilai tingkat keberhasilan pencapaian tujuan acara. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
- 1.13.1 Analisis umpan balik peserta
 - 1.13.2 Evaluasi kinerja kegiatan
 - 1.13.3 Pencapaian target yang telah ditetapkan.
- 1.14 Laporan akhir harus disusun untuk memberikan ringkasan lengkap mengenai pelaksanaan acara, meliputi namun tidak terbatas pada:
- 1.14.1 Evaluasi keberhasilan acara
 - 1.14.2 Pencapaian tujuan
 - 1.14.3 Analisis umpan balik dari peserta
 - 1.14.4 Rekomendasi perbaikan untuk acara berikutnya.

2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Peralatan Olahraga sesuai dengan jenis kegiatan
 - 2.1.1.1 Bola
 - 2.1.1.2 Alat fitness
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Fasilitas pelatihan
 - 2.2.2 Transportasi
 - 2.2.3 Akomodasi
 - 2.2.4 Konsumsi
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada)
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 Norma etika dalam pelatihan
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar pelatihan olahraga
 - 4.2.2 Pedoman keselamatan

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan dalam lingkungan nyata atau simulasi kamp pelatihan, dengan metode observasi langsung dan penilaian portofolio (laporan kegiatan)
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Manajemen acara olahraga, koordinasi tim, logistik, dan keselamatan pelatihan
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 (Tidak ada)
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Disiplin
 - 4.2 Kepemimpinan
 - 4.3 Kemampuan komunikasi
 - 4.4 Kerja sama tim
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk menyusun program yang sesuai
 - 5.2 Memastikan ketersediaan sumber daya
 - 5.3 Mengevaluasi pelaksanaan secara menyeluruh

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.004.1
JUDUL UNIT : Mempersiapkan Peserta untuk Kompetisi Olahraga
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini berfokus pada kemampuan seorang pelatih untuk memastikan kesiapan olahragawan dalam menghadapi kompetisi, mencakup aspek fisik, mental, dan teknis, guna mencapai performa terbaik pada saat pertandingan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan spesifik kompetisi	1.1 Kebutuhan fisik olahragawan diidentifikasi berdasarkan jenis dan tingkat kompetisi. 1.2 Kebutuhan mental olahragawan diidentifikasi berdasarkan kondisi psikologis. 1.3 Kebutuhan teknis dan taktik kompetisi diidentifikasi sesuai dengan peraturan kompetisi.
2. Melaksanakan program latihan kompetisi	2.1 Program latihan disusun berdasarkan analisis kebutuhan olahragawan. 2.2 Program latihan dilaksanakan sesuai dengan jadwal dan intensitas yang ditentukan. 2.3 Latihan teknis dan taktis disesuaikan dengan kondisi pertandingan yang diperkirakan.
3. Melakukan simulasi kompetisi	3.1 Simulasi pertandingan dilakukan berdasarkan format kompetisi. 3.2 Kondisi simulasi diatur sesuai dengan lingkungan dan tekanan kompetisi sebenarnya. 3.3 Evaluasi hasil simulasi dilakukan berdasarkan performa olahragawan selama simulasi.
4. Memantau dan mengevaluasi kesiapan olahragawan	4.1 Kesiapan fisik olahragawan dipantau dan dievaluasi berdasarkan data latihan. 4.2 Kesiapan mental olahragawan dipantau berdasarkan observasi dan komunikasi. 4.3 Kesiapan teknis olahragawan dievaluasi melalui hasil latihan dan simulasi.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kebutuhan fisik olahragawan harus diidentifikasi dan dipenuhi berdasarkan analisis kondisi fisik, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Peningkatan kekuatan otot
 - 1.1.2 Daya tahan kardiovaskular
 - 1.1.3 Fleksibilitas
 - 1.1.4 Pemulihan yang optimal untuk mendukung performa selama kompetisi.
 - 1.2 Jenis dan tingkat kompetisi harus dipertimbangkan dalam persiapan olahragawan, meliputi namun tidak terbatas pada klasifikasi level kompetisi (lokal, nasional, atau internasional) serta level kesulitan yang

dihadapi (pemula, menengah, atau profesional) guna menyesuaikan strategi dan intensitas latihan.

- 1.3 Kebutuhan mental olahragawan seharusnya diidentifikasi untuk memastikan kesiapan psikologis dalam menghadapi tekanan kompetisi. Hal ini meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Manajemen stres
 - 1.3.2 Motivasi
 - 1.3.3 Fokus
 - 1.3.4 Penguatan kepercayaan diri selama persiapan hingga pelaksanaan kompetisi.
- 1.4 Kondisi psikologis seharusnya dipantau untuk memastikan kesiapan mental olahragawan dalam menghadapi kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Pengelolaan stres
 - 1.4.2 Peningkatan motivasi
 - 1.4.3 Menjaga fokus
 - 1.4.4 Penguatan kepercayaan diri olahragawan.
- 1.5 Kebutuhan teknis dan taktik kompetisi harus diidentifikasi untuk memastikan olahragawan memiliki keterampilan dan strategi yang tepat. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Penguasaan teknik dasar dan lanjutan
 - 1.5.2 Penerapan strategi permainan yang sesuai dengan lawan
 - 1.5.3 Penyesuaian taktik berdasarkan kondisi pertandingan.
- 1.6 Program latihan harus disusun untuk memastikan bahwa olahragawan menerima latihan yang sesuai dengan kebutuhan fisik, mental, dan teknis mereka. Program ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Penentuan jenis latihan fisik
 - 1.6.2 Latihan teknis
 - 1.6.3 Latihan taktik
 - 1.6.4 Penyesuaian intensitas dan jadwal latihan agar sesuai dengan fase persiapan menuju kompetisi.
- 1.7 Analisis kebutuhan olahragawan harus dilakukan untuk memastikan kesiapan fisik, mental, dan teknis olahragawan menjelang kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Penilaian kondisi fisik
 - 1.7.2 Keterampilan teknik
 - 1.7.3 Strategi pertandingan
 - 1.7.4 Kebutuhan nutrisi serta pemulihan.
- 1.8 Kondisi pertandingan harus diperhitungkan dalam persiapan latihan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Kondisi fisik lapangan
 - 1.8.2 Peraturan kompetisi
 - 1.8.3 Cuaca
 - 1.8.4 Tekanan mental
 - 1.8.5 Karakteristik permainan lawan yang dihadapi.
- 1.9 Simulasi pertandingan harus dilakukan untuk meniru kondisi kompetisi sesungguhnya, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Penyesuaian format pertandingan,
 - 1.9.2 Pengaturan lingkungan yang sesuai dengan situasi kompetisi

- 1.9.3 Memberikan tekanan yang serupa untuk mengukur kesiapan olahragawan secara menyeluruh.
- 1.10 Format kompetisi harus dipahami dan diterapkan dalam persiapan olahragawan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Sistem pertandingan yang digunakan (seperti sistem gugur atau *round-robin*)
 - 1.10.2 Jumlah babak
 - 1.10.3 Aturan penilaian
 - 1.10.4 Durasi setiap pertandingan.
- 1.11 Kondisi simulasi harus diatur sedemikian rupa agar menyerupai lingkungan dan tekanan kompetisi sesungguhnya, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Pengaturan waktu pertandingan
 - 1.11.2 Peraturan yang berlaku
 - 1.11.3 Kondisi lapangan
 - 1.11.4 Tekanan mental yang mungkin dihadapi olahragawan selama kompetisi.
- 1.12 Evaluasi hasil simulasi harus dilakukan untuk menilai performa olahragawan dalam kondisi yang menyerupai kompetisi sebenarnya. Evaluasi ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.12.1 Penilaian terhadap aspek teknis
 - 1.12.2 Fisik
 - 1.12.3 Mental
 - 1.12.4 Penerapan taktik yang diobservasi selama simulasi.
- 1.13 Kesiapan fisik olahragawan harus dipantau dan dievaluasi untuk memastikan olahragawan berada dalam kondisi optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.13.1 Kekuatan
 - 1.13.2 Daya tahan
 - 1.13.3 Kelincahan
 - 1.13.4 Kebugaran umum, yang semuanya harus disesuaikan dengan tuntutan kompetisi yang akan dihadapi.
- 1.14 Kesiapan mental olahragawan seharusnya dipantau untuk memastikan olahragawan mampu menghadapi tekanan kompetisi secara efektif. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.14.1 Evaluasi terhadap tingkat fokus
 - 1.14.2 Motivasi
 - 1.14.3 Pengelolaan stres
 - 1.14.4 Kemampuan mengatasi kegagalan atau tantangan dalam kompetisi.
- 1.15 Kesiapan teknis olahragawan harus dievaluasi untuk memastikan kemampuan teknis yang dibutuhkan sesuai dengan standar kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.15.1 Penguasaan teknik dasar dan lanjutan
 - 1.15.2 Penerapan strategi teknis yang relevan
 - 1.15.3 Kemampuan beradaptasi dengan kondisi pertandingan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Peralatan Olahraga spesifik

- 2.1.2 Alat pemantau fisik dan performa
 - 2.1.3 Perangkat simulasi
- 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada)
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Peraturan kompetisi resmi sesuai dengan cabang olahraga
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar latihan internasional
 - 4.2.2 Pedoman kesehatan dan keselamatan olahraga
 - 4.2.3 Panduan pemulihan cedera

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di tempat latihan dan saat simulasi pertandingan, dengan metode observasi langsung dan penilaian data performa
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang prinsip latihan fisik, psikologi olahraga, teknik Olahraga spesifik, strategi dan taktik pertandingan
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 (Tidak ada.)
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Disiplin
 - 4.2 Fokus pada detail
 - 4.3 Kemampuan bekerja di bawah tekanan
 - 4.4 Komunikasi efektif dengan olahragawan
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Pemahaman mendalam tentang kondisi fisik dan mental olahragawan serta kemampuan untuk mengintegrasikan semua elemen latihan ke dalam persiapan kompetisi

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.005.1
JUDUL UNIT : Merespon Konflik Interpersonal
DESKRIPSI UNIT : Unit ini menggambarkan kemampuan pelatih Olahraga prestasi dalam merespon dan menangani konflik interpersonal di antara anggota tim atau antara pelatih dan atlet dengan cara yang efektif, untuk menjaga dinamika tim dan performa optimal.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi konflik interpersonal	1.1 Konflik interpersonal diidentifikasi berdasarkan pengamatan terhadap komunikasi verbal dan non-verbal anggota tim. 1.2 Sumber konflik dianalisis sesuai dengan faktor-faktor situasional dan hubungan interpersonal yang relevan. 1.3 Tingkat intensitas konflik ditentukan berdasarkan dampak terhadap dinamika tim dan performa olahraga.
2. Menyusun strategi penanganan konflik	2.1 Strategi penanganan konflik interpersonal disusun berdasarkan analisis faktor-faktor penyebab konflik. 2.2 Pilihan solusi alternatif dikembangkan sesuai dengan prinsip mediasi dan resolusi konflik yang relevan dalam konteks olahraga. 2.3 Solusi yang disepakati diterapkan berdasarkan kesepakatan bersama dengan pihak-pihak terkait.
3. Melakukan Intervensi dan Mediasi	3.1 Pihak-pihak yang terlibat dalam konflik dilibatkan dalam proses mediasi berdasarkan prinsip netralitas. 3.2 Dialog terbuka difasilitasi sesuai dengan aturan komunikasi yang sehat dan saling menghormati. 3.3 Resolusi konflik dicapai dengan memastikan setiap pihak memahami solusi dan langkah lanjutan yang disepakati.
4. Mengevaluasi dampak penyelesaian konflik	4.1 Dampak penyelesaian konflik terhadap hubungan interpersonal dievaluasi berdasarkan observasi terhadap interaksi pasca-penyelesaian. 4.2 Perubahan dinamika tim diukur sesuai dengan tingkat kolaborasi dan kerja sama tim setelah intervensi. 4.3 Perbaikan tindakan lanjutan disesuaikan berdasarkan hasil evaluasi dampak penyelesaian konflik.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Konflik interpersonal harus diidentifikasi sebagai perbedaan pendapat atau ketegangan antara anggota tim, yang meliputi namun tidak terbatas pada:

- 1.1.1 Perbedaan kepribadian
 - 1.1.2 Ketidaksepakatan mengenai tugas atau tanggung jawab
 - 1.1.3 Masalah komunikasi yang dapat mengganggu kerja sama tim dan performa keseluruhan.
- 1.2 Komunikasi verbal dan non-verbal harus diperhatikan dalam proses identifikasi konflik interpersonal, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Kata-kata yang diucapkan secara langsung
 - 1.2.2 Nada bicara
 - 1.2.3 Isyarat tubuh seperti ekspresi wajah dan postur yang dapat menunjukkan ketegangan atau ketidaknyamanan.
- 1.3 Sumber konflik seharusnya dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi penyebab utama konflik. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Perbedaan kepribadian di antara anggota tim
 - 1.3.2 Ketidaksepahaman dalam komunikasi
 - 1.3.3 Persaingan yang tidak sehat
 - 1.3.4 Perbedaan pandangan atau tujuan dalam tim.
- 1.4 Faktor-faktor situasional harus dianalisis untuk memahami konteks yang mempengaruhi terjadinya konflik. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Kondisi lingkungan
 - 1.4.2 Tekanan waktu
 - 1.4.3 Pembagian tugas yang tidak merata
 - 1.4.4 Situasi kompetisi yang memicu ketegangan dalam tim.
- 1.5 Hubungan interpersonal seharusnya dikelola dengan baik untuk menciptakan komunikasi yang efektif dan kerja sama antar individu dalam tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Membangun kepercayaan
 - 1.5.2 Menciptakan dialog yang terbuka
 - 1.5.3 Menjaga sikap saling menghormati
 - 1.5.4 Memastikan bahwa setiap anggota tim merasa dihargai dalam interaksi sehari-hari.
- 1.6 Tingkat intensitas konflik harus dinilai untuk menentukan dampak konflik terhadap hubungan interpersonal dan performa tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Pengamatan terhadap frekuensi konflik
 - 1.6.2 Sejauh mana konflik memengaruhi komunikasi dan kerja sama tim
 - 1.6.3 Kemungkinan eskalasi jika tidak segera ditangani.
- 1.7 Dampak terhadap dinamika tim dan performa Olahraga harus dianalisis untuk memahami bagaimana konflik interpersonal mempengaruhi kolaborasi dan hasil kinerja tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Perubahan dalam kohesi tim
 - 1.7.2 Komunikasi yang buruk
 - 1.7.3 Motivasi yang menurun
 - 1.7.4 Dampak pada performa dalam kompetisi atau latihan.

- 1.8 Strategi penanganan konflik interpersonal harus disusun berdasarkan analisis mendalam terhadap penyebab konflik dan kondisi tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Pendekatan mediasi
 - 1.8.2 Negosiasi yang terbuka
 - 1.8.3 Pengambilan keputusan bersama untuk menciptakan solusi yang disepakati oleh semua pihak terkait.
- 1.9 Analisis faktor-faktor penyebab konflik harus dilakukan untuk mengidentifikasi akar penyebab permasalahan yang memicu konflik. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Mengevaluasi komunikasi yang buruk
 - 1.9.2 Perbedaan kepribadian
 - 1.9.3 Persaingan internal
 - 1.9.4 Ketidaksepakatan terkait pembagian tugas.
- 1.10 Pilihan solusi alternatif sebaiknya disusun dengan mempertimbangkan kepentingan semua pihak yang terlibat, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Pendekatan mediasi
 - 1.10.2 Negosiasi
 - 1.10.3 Kolaborasi
 - 1.10.4 Solusi yang dapat diterima dan dipahami oleh semua pihak.
- 1.11 Prinsip mediasi dan resolusi konflik seharusnya diterapkan untuk memastikan penyelesaian konflik yang efektif. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Menjaga netralitas
 - 1.11.2 Mendorong dialog terbuka
 - 1.11.3 Membantu pihak-pihak yang terlibat memahami perspektif satu sama lain
 - 1.11.4 Mencapai kesepakatan yang dapat diterima oleh semua pihak.
- 1.12 Pihak-pihak terkait harus mencakup individu-individu yang memiliki kepentingan langsung dalam konflik, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.12.1 Anggota tim
 - 1.12.2 Pelatih
 - 1.12.3 Staf pendukung
 - 1.12.4 Pihak eksternal yang relevan.Mereka berperan dalam mediasi dan implementasi solusi yang disepakati bersama.
- 1.13 Perubahan dinamika tim harus dievaluasi untuk memastikan apakah ada peningkatan dalam kolaborasi, komunikasi, dan kerja sama setelah intervensi penyelesaian konflik. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.13.1 Pemantauan interaksi antar anggota tim
 - 1.13.2 Tingkat kepercayaan
 - 1.13.3 Efisiensi kerja tim.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat komunikasi (ruang pertemuan, catatan mediasi)

- 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Alat observasi (catatan perilaku, video rekaman interaksi tim)
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada.)
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 Norma interaksi yang sehat di dalam tim olahraga
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar perilaku dalam menyelesaikan konflik interpersonal

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan latihan atau dalam simulasi penyelesaian konflik.
 - 1.2 Metode asesmen: observasi langsung, wawancara dengan pihak yang terlibat, dan review hasil mediasi.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 Kemampuan memahami dinamika interpersonal
 - 2.2 Kemampuan berkomunikasi secara efektif dan netral
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Teknik mediasi dan resolusi konflik
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Komunikasi interpersonal dan fasilitasi
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Netralitas
 - 4.2 Empati terhadap semua pihak yang terlibat
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan mempertahankan netralitas selama proses mediasi
 - 5.2 Mampu menciptakan lingkungan yang kondusif untuk dialog terbuka
 - 5.3 Resolusi yang diterima oleh semua pihak dan implementasi yang berkelanjutan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.006.1
JUDUL UNIT : Memimpin dan Mengelola Tim
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini menggambarkan kemampuan seorang pelatih dalam memimpin dan mengelola tim Olahraga prestasi. Fokus pada pengembangan koordinasi, pengelolaan peran individu dalam tim, serta penerapan strategi dan teknik kepemimpinan yang efektif untuk mencapai tujuan tim dalam kompetisi.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi dan mengklarifikasi peran anggota tim	1.1 Kekuatan dan kelemahan individu diidentifikasi berdasarkan pengamatan kinerja. 1.2 Tanggung jawab anggota diklarifikasi sesuai peran dalam tim. 1.3 Peran individu dikoordinasikan dengan tujuan dan strategi tim.
2. Membangun komunikasi efektif dalam tim	2.1 Komunikasi terbuka dijalankan sesuai prinsip keterbukaan informasi. 2.2 Diskusi difasilitasi untuk menyelesaikan konflik berdasarkan situasi dan kebutuhan tim. 2.3 Umpan balik diberikan secara berkala sesuai evaluasi kinerja anggota.
3. Mengembangkan strategi motivasi tim	3.1 Strategi motivasi disusun berdasarkan tujuan tim dan evaluasi individu. 3.2 Teknik motivasi diterapkan sesuai karakteristik masing-masing anggota. 3.3 Pendekatan motivasi dievaluasi dan diubah berdasarkan hasil kinerja tim.
4. Mengelola dinamika tim dan penyelesaian konflik	4.1 Dinamika interpersonal diidentifikasi sesuai kondisi tim. 4.2 Konflik diselesaikan berdasarkan analisis situasi dan karakter anggota. 4.3 Kolaborasi antar anggota diatur berdasarkan kebutuhan keseimbangan tim.
5. Memimpin tim dalam situasi kompetisi	5.1 Rencana permainan diimplementasikan berdasarkan strategi tim. 5.2 Keputusan dibuat sesuai perkembangan situasi dalam kompetisi. 5.3 Stres tim diatur dan dimitigasi berdasarkan kebutuhan psikologis tim.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kekuatan dan kelemahan individu harus diidentifikasi untuk memastikan penugasan peran yang sesuai dalam tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Penilaian keterampilan teknis
 - 1.1.2 Kemampuan fisik
 - 1.1.3 Kapasitas mental
 - 1.1.4 Potensi individu untuk berkontribusi dalam mencapai tujuan tim.

- 1.2 Tanggung jawab anggota harus diklarifikasi sesuai dengan peran mereka dalam tim, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Pengelolaan tugas individu
 - 1.2.2 Kolaborasi dengan anggota lain
 - 1.2.3 Kontribusi terhadap pencapaian tujuan tim.
- 1.3 Peran dalam tim harus diklarifikasi untuk memastikan bahwa setiap anggota memahami tanggung jawab dan kontribusi mereka terhadap tujuan tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Pembagian tugas yang sesuai dengan kemampuan individu
 - 1.3.2 Koordinasi antar anggota
 - 1.3.3 Pemantauan pelaksanaan peran tersebut dalam konteks kerja sama tim.
- 1.4 Peran individu harus dikoordinasikan dengan tujuan dan strategi tim agar setiap anggota dapat berkontribusi secara optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Penentuan tanggung jawab teknis
 - 1.4.2 Distribusi tugas berdasarkan kekuatan individu
 - 1.4.3 Penyelarasan dengan taktik serta strategi tim.
- 1.5 Tujuan dan strategi tim harus dijelaskan untuk memastikan semua anggota tim memahami sasaran yang ingin dicapai dan langkah-langkah yang akan diambil untuk mencapainya. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Penentuan target kompetisi
 - 1.5.2 Pembagian peran anggota tim
 - 1.5.3 Penerapan taktik yang sesuai dengan kekuatan serta kelemahan tim.
- 1.6 Situasi dan kebutuhan tim harus diidentifikasi untuk memastikan solusi yang tepat dapat diterapkan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Evaluasi dinamika interpersonal
 - 1.6.2 Pemahaman terhadap konflik yang ada
 - 1.6.3 Penyesuaian strategi latihan dan komunikasi sesuai kondisi tim saat ini.
- 1.7 Umpan balik harus diberikan secara berkala untuk memastikan peningkatan kinerja anggota tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Evaluasi berkala berdasarkan hasil latihan
 - 1.7.2 Pertandingan
 - 1.7.3 Observasi rutin mengenai keterampilan dan kontribusi setiap anggota tim.
- 1.8 Dinamika interpersonal harus dipantau dan dikelola untuk memastikan bahwa hubungan antar anggota tim tetap positif dan mendukung tujuan tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Pengelolaan komunikasi
 - 1.8.2 Kerja sama
 - 1.8.3 Pengambilan keputusan bersama
 - 1.8.4 Penyelesaian konflik yang muncul.

- 1.9 Analisis situasi dan karakter anggota harus dilakukan untuk memahami kondisi tim dan kepribadian masing-masing anggota, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Evaluasi kondisi mental dan fisik tim
 - 1.9.2 Dinamika interpersonal
 - 1.9.3 Gaya komunikasi
 - 1.9.4 Motivasi individu yang mempengaruhi kerja sama tim.
- 1.10 Stres tim harus diatur dan dimitigasi untuk memastikan bahwa tekanan psikologis yang dihadapi tim tidak mengganggu kinerja dan kolaborasi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Pengelolaan ekspektasi
 - 1.10.2 Memberikan dukungan emosional
 - 1.10.3 Menciptakan lingkungan kompetitif yang kondusif.
- 1.11 Kebutuhan psikologis tim harus diidentifikasi dan dikelola untuk menjaga stabilitas emosional, motivasi, serta semangat tim. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Pengelolaan stres
 - 1.11.2 Pemberian dukungan emosional
 - 1.11.3 Membangun kepercayaan diri
 - 1.11.4 Menciptakan suasana kerja sama yang positif di antara anggota tim.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Peralatan pelatihan
 - 2.1.2 Perangkat komunikasi tim
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Perangkat penilaian kinerja (video analisis)
 - 2.2.2 Papan strategi
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada.)
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar internasional untuk kepemimpinan tim
 - 4.2.2 Panduan federasi Olahraga terkait

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan selama sesi latihan tim, kompetisi, serta melalui observasi manajemen tim di luar lapangan. Metode asesmen termasuk simulasi kompetisi dan studi kasus situasi tim nyata.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Psikologi tim dan dinamika kelompok

- 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan komunikasi efektif dan teknik motivasi
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Kepemimpinan yang tegas
 - 4.2 Responsif terhadap perubahan situasi
 - 4.3 Empati terhadap anggota tim.
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan menangani dinamika interpersonal dan konflik secara cepat
 - 5.2 Pengambilan keputusan taktis yang tepat dalam situasi kompetitif
 - 5.3 Pengelolaan stres dan tekanan dalam tim selama kompetisi

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.007.1
JUDUL UNIT : Memandu Olahragawan untuk Menggunakan Peralatan Latihan dan Pertandingan
DESKRIPSI UNIT : Unit ini mencakup kemampuan untuk memandu olahragawan dalam penggunaan peralatan latihan dan pertandingan dengan tepat dan aman. Pelatih harus mampu mengajarkan fungsi, prosedur penggunaan, serta memastikan olahragawan memahami teknik dan aturan yang berlaku dalam menggunakan peralatan yang spesifik untuk Olahraga yang dilatih.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi Peralatan yang Diperlukan untuk Latihan dan Pertandingan	1.1 Jenis peralatan latihan dan pertandingan ditentukan berdasarkan kebutuhan sesi olahraga. 1.2 Kelengkapan peralatan diverifikasi sesuai dengan standar dan kondisi sebelum latihan dimulai. 1.3 Karakteristik peralatan dijelaskan berdasarkan spesifikasi teknis dan relevansi untuk kegiatan olahraga.
2. Mengarahkan Penggunaan Peralatan dengan Tepat	2.1 Cara penggunaan peralatan ditunjukkan sesuai dengan prosedur dan teknik yang aman. 2.2 Olahragawan diarahkan menggunakan peralatan berdasarkan instruksi yang sesuai dengan kebutuhannya. 2.3 Penggunaan peralatan dipastikan memenuhi standar keselamatan dan aturan kompetisi yang berlaku.
3. Memastikan Keamanan dan Pemeliharaan Peralatan	3.1 Penggunaan peralatan diawasi untuk memastikan tidak terjadi penyalahgunaan atau kesalahan teknis. 3.2 Risiko terkait penggunaan peralatan diidentifikasi dan langkah pencegahan diambil sesuai protokol. 3.3 Prosedur pemeliharaan dasar peralatan dijelaskan sesuai dengan panduan yang diberikan produsen.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Jenis peralatan latihan dan pertandingan harus ditentukan berdasarkan kebutuhan spesifik olahraga, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Peralatan dasar seperti bola, raket
 - 1.1.2 Alat bantu latihan seperti beban, matras
 - 1.1.3 Perlengkapan keselamatan seperti helm atau pelindung tubuh.
- 1.2 Kelengkapan peralatan harus diverifikasi sebelum sesi latihan atau pertandingan dimulai. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Pengecekan kondisi fisik peralatan
 - 1.2.2 Memastikan semua komponen tersedia
 - 1.2.3 Memastikan peralatan berfungsi dengan baik sesuai standar keselamatan yang berlaku.

- 1.3 Karakteristik peralatan harus dijelaskan kepada olahragawan untuk memastikan penggunaan yang tepat. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Ukuran
 - 1.3.2 Berat
 - 1.3.3 Bahan
 - 1.3.4 Fungsi
 - 1.3.5 Prosedur keamanan dalam penggunaan peralatan selama latihan dan pertandingan.
- 1.4 Standar keselamatan harus diterapkan untuk memastikan penggunaan peralatan yang aman bagi olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Pemeriksaan kondisi peralatan sebelum digunakan
 - 1.4.2 Instruksi penggunaan yang benar
 - 1.4.3 Pemantauan saat peralatan digunakan untuk mencegah cedera atau kesalahan teknis.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Jenis peralatan sesuai dengan jenis Olahraga yang dipertandingkan, seperti bola basket, raket, alat angkat beban, alat pelindung, dan alat pengukur
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Aturan terkait dengan federasi Olahraga nasional dan internasional, panduan keselamatan olahraga, serta pedoman penggunaan peralatan dari produsen
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar keselamatan dalam penggunaan peralatan, pemeliharaan peralatan sesuai manual
 - 4.2.2 Standar kebersihan dan penyimpanan

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan selama sesi latihan atau simulasi pertandingan di lingkungan yang menyerupai situasi nyata. Metode asesmen dapat mencakup observasi langsung, tes praktis, dan uji keterampilan.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang spesifikasi peralatan
 - 3.1.2 Kemampuan mengidentifikasi risiko keselamatan.

- 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 keterampilan teknis dalam mengoperasikan dan mengawasi penggunaan peralatan
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Ketelitian dalam mengawasi penggunaan peralatan
 - 4.2 Kesabaran dalam memandu olahragawan
 - 4.3 Proaktif dalam mencegah risiko cedera
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk memastikan penggunaan peralatan sesuai dengan standar keselamatan, serta pemahaman mendalam tentang risiko yang mungkin timbul dari penggunaan peralatan yang salah

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.008.1
JUDUL UNIT : Menyusun Program Latihan Olahraga
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini berfokus pada kemampuan untuk menyusun program latihan Olahraga yang efektif, sesuai dengan kebutuhan olahragawan, tujuan kompetitif, dan prinsip-prinsip latihan yang tepat. Program ini disusun berdasarkan analisis kemampuan fisik, teknik, dan psikologis, serta memperhitungkan fase persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi hasil latihan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan latihan olahragawan	1.1 Kebutuhan latihan diidentifikasi berdasarkan evaluasi fisik dan teknis olahragawan. 1.2 Tujuan latihan ditentukan berdasarkan target kompetisi dan performa. 1.3 Faktor lingkungan yang mempengaruhi latihan dianalisis sesuai dengan kondisi tempat latihan.
2. Menyusun struktur program latihan	2.1 Program latihan disusun sesuai dengan prinsip periodisasi yang tepat. 2.2 Intensitas, volume, dan frekuensi latihan ditentukan berdasarkan kemampuan fisik olahragawan. 2.3 Kombinasi latihan fisik, teknik, dan mental disusun sesuai dengan fase latihan yang direncanakan.
3. Menyesuaikan program latihan berdasarkan evaluasi berkala	3.1 Hasil evaluasi dari setiap sesi latihan diidentifikasi berdasarkan perkembangan performa olahragawan. 3.2 Program latihan direvisi sesuai dengan hasil evaluasi performa dan kondisi fisik olahragawan. 3.3 Penyesuaian program dilakukan untuk mengoptimalkan kesiapan menuju fase kompetisi.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kebutuhan latihan harus diidentifikasi untuk memastikan bahwa program latihan yang disusun sesuai dengan kondisi fisik, mental, keterampilan teknis, dan taktis olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Evaluasi kekuatan fisik
 - 1.1.2 Daya tahan
 - 1.1.3 Kondisi mental
 - 1.1.4 Aspek-aspek taktis dan teknis yang relevan dengan tujuan latihan.
 - 1.2 Tujuan latihan harus ditentukan berdasarkan kebutuhan spesifik olahragawan dan target kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Peningkatan kebugaran fisik
 - 1.2.2 Pengembangan keterampilan teknik
 - 1.2.3 Peningkatan mental

- 1.2.4 Pencapaian target prestasi yang telah ditetapkan.
- 1.3 Target kompetisi harus ditentukan untuk memandu penyusunan program latihan yang efektif. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Penetapan sasaran prestasi yang ingin dicapai, seperti peringkat, performa fisik, atau keterampilan teknis dalam kompetisi
 - 1.3.2 Memastikan program latihan disesuaikan untuk mendukung pencapaian target tersebut.
- 1.4 Faktor lingkungan yang mempengaruhi latihan harus dianalisis dan dipertimbangkan dalam menyusun program latihan untuk memastikan keselamatan dan efektivitas latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Kondisi cuaca
 - 1.4.2 Suhu
 - 1.4.3 Kelembapan
 - 1.4.4 Kualitas udara
 - 1.4.5 Kondisi lapangan atau fasilitas tempat latihan.
- 1.5 Kondisi tempat latihan harus diperiksa dan disesuaikan untuk mendukung kelancaran dan keamanan program latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Ketersediaan fasilitas yang memadai
 - 1.5.2 Kebersihan area
 - 1.5.3 Keamanan lingkungan
 - 1.5.4 Penyesuaian lapangan atau ruangan latihan sesuai dengan jenis Olahraga yang dilatih.
- 1.6 Program latihan harus disusun untuk memenuhi kebutuhan spesifik olahragawan, meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Penentuan intensitas
 - 1.6.2 Volume, dan frekuensi latihan
 - 1.6.3 Penyesuaian teknik dan strategi berdasarkan evaluasi berkala.
- 1.7 Prinsip periodisasi harus diterapkan dalam penyusunan program latihan untuk memastikan olahragawan mencapai puncak performa pada waktu yang tepat. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Pembagian latihan menjadi beberapa fase seperti persiapan, kompetisi, dan pemulihan
 - 1.7.2 Pengaturan intensitas, volume, dan frekuensi latihan.
- 1.8 Intensitas, volume, dan frekuensi latihan harus disesuaikan untuk memenuhi kebutuhan fisik dan tujuan kompetitif olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Pengaturan beban kerja dalam setiap sesi latihan (intensitas)
 - 1.8.2 Jumlah repetisi atau durasi latihan (volume)
 - 1.8.3 Seberapa sering latihan dilakukan dalam seminggu (frekuensi) untuk memastikan kemajuan yang optimal tanpa risiko overtraining.
- 1.9 Kemampuan fisik olahragawan harus dievaluasi dan dipertimbangkan dalam menyusun program latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Kekuatan otot
 - 1.9.2 Daya tahan kardiovaskular

- 1.9.3 Kecepatan
- 1.9.4 Fleksibilitas
- 1.9.5 Kemampuan koordinasi dan keseimbangan.
- 1.10 Fase latihan harus direncanakan secara sistematis untuk memastikan olahragawan melalui tahapan yang tepat dalam persiapan fisik, teknik, dan mental. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Fase persiapan dasar
 - 1.10.2 Fase intensifikasi
 - 1.10.3 Fase kompetisi
 - 1.10.4 Fase pemulihan, yang disesuaikan dengan kebutuhan spesifik olahragawan dan tujuan kompetisi.
- 1.11 Perkembangan performa olahragawan harus dipantau secara berkala untuk memastikan adanya peningkatan dalam kemampuan fisik, teknis, dan mental. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.11.2 Kecepatan
 - 1.11.3 Daya tahan
 - 1.11.4 Keterampilan teknik
 - 1.11.5 Kesiapan mental untuk menghadapi kompetisi.
- 2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat ukur kebugaran (e.g., heart rate monitor, alat pengukur VO2 max)
 - 2.1.2 Alat latihan spesifik untuk cabang Olahraga (e.g., beban, bola, raket)
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Peraturan terkait batasan beban latihan untuk mencegah overtraining
 - 3.2 Standar keselamatan dan kesehatan selama Latihan
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar fisiologis dan biomekanis untuk mendukung performa optimal olahragawan.
 - 4.2.2 Pedoman periodisasi latihan yang sesuai dengan cabang olahraga.

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan dalam lingkungan latihan, meliputi observasi langsung terhadap pelaksanaan program latihan.
 - 1.2 Metode asesmen dapat meliputi wawancara, observasi, serta evaluasi program tertulis.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)

3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Anatomi dan fisiologi olahraga
 - 3.1.2 Menerapkan prinsip-prinsip latihan fisik dan teknik
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan dalam menyusun dan menyesuaikan program latihan berdasarkan periodisasi
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Ketelitian dalam menyusun program latihan
 - 4.2 Fleksibilitas dalam menyesuaikan program latihan berdasarkan evaluasi berkala
5. Aspek kritis
 - 5.1 Ketepatan dalam mengidentifikasi kebutuhan dan tujuan latihan
 - 5.2 Kemampuan untuk menyusun program latihan yang terukur dan realistis
 - 5.3 Kecepatan dalam menyesuaikan program latihan berdasarkan hasil evaluasi performa

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.009.1
JUDUL UNIT : Memberikan Pelatihan tentang Metode Latihan untuk Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan bahwa pelatih mampu memberikan pelatihan mengenai metode latihan yang sesuai untuk olahragawan, dengan memperhatikan kebutuhan fisik, mental, dan keterampilan Olahraga untuk mencapai kinerja optimal. Pelatih diharapkan mampu mengimplementasikan metode latihan berdasarkan karakteristik individu dan tujuan Olahraga yang hendak dicapai.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Menyusun program latihan berdasarkan metode latihan	<p>1.4 Program latihan disusun sesuai dengan analisis kebutuhan olahragawan berdasarkan hasil pengukuran awal.</p> <p>1.5 Metode latihan dipilih sesuai dengan jenis olahraga, tingkat kebugaran, dan tujuan spesifik latihan.</p> <p>1.6 Durasi, intensitas, dan frekuensi latihan ditentukan berdasarkan prinsip periodisasi latihan.</p> <p>1.7 Variasi latihan disusun untuk menjaga motivasi dan perkembangan keterampilan.</p>
2. Memberikan instruksi latihan secara efektif	<p>2.4 Instruksi latihan disampaikan dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami olahragawan.</p> <p>2.5 Pelatih memberikan demonstrasi metode latihan secara langsung atau melalui media visual yang relevan.</p> <p>2.6 Umpan balik diberikan secara langsung dan berkelanjutan selama sesi latihan berlangsung.</p>
3. Mengawasi pelaksanaan latihan	<p>3.1 Pelaksanaan latihan diawasi untuk memastikan teknik yang benar diterapkan oleh olahragawan.</p> <p>3.2 Pelatih memantau respon fisik dan mental olahragawan terhadap program latihan.</p> <p>3.3 Penyesuaian program latihan dilakukan sesuai dengan kemajuan olahragawan dan hasil evaluasi lapangan.</p>
4. Mengevaluasi hasil latihan	<p>4.1 Evaluasi dilakukan berdasarkan kriteria performa yang telah ditetapkan sebelum program latihan dimulai.</p> <p>4.2 Pelatih menyusun laporan perkembangan olahragawan berdasarkan data yang dikumpulkan selama pelatihan.</p> <p>4.3 Program latihan dievaluasi dan direvisi untuk mengatasi kekurangan dan meningkatkan kinerja olahragawan.</p>

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Program latihan harus disusun berdasarkan analisis kebutuhan olahragawan untuk mencapai perkembangan fisik, teknis, dan mental yang optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Penentuan durasi
 - 1.1.2 Intensitas
 - 1.1.3 Frekuensi
 - 1.1.4 Variasi latihan yang sesuai dengan tujuan jangka pendek dan jangka panjang olahragawan.
- 1.2 Analisis kebutuhan olahragawan harus dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan fisik, teknis, dan mental yang spesifik bagi setiap olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Evaluasi kondisi fisik
 - 1.2.2 Tingkat keterampilan
 - 1.2.3 Tujuan jangka pendek dan panjang
 - 1.2.4 Aspek psikologis yang mempengaruhi kinerja dalam latihan.
- 1.3 Hasil pengukuran awal harus digunakan untuk menentukan kondisi fisik, mental, dan teknis olahragawan sebelum memulai program latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Tes kebugaran
 - 1.3.2 Pengukuran kekuatan dan daya tahan
 - 1.3.3 Evaluasi keterampilan teknis dan kondisi psikologis.
- 1.4 Metode latihan harus disesuaikan dengan kebutuhan spesifik olahragawan untuk mencapai hasil yang optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Pemilihan teknik latihan yang tepat
 - 1.4.2 Penentuan durasi dan intensitas latihan
 - 1.4.3 Penerapan latihan fisik, mental, dan teknis yang sesuai dengan tujuan olahraga.
- 1.5 Tingkat kebugaran harus dievaluasi untuk menyesuaikan program latihan dengan kondisi fisik olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.5.2 Daya tahan
 - 1.5.3 Kecepatan
 - 1.5.4 Fleksibilitas
 - 1.5.5 Kebugaran kardiovaskular untuk memastikan program latihan yang efektif dan aman.
- 1.6 Tujuan spesifik latihan harus ditentukan untuk mengarahkan latihan pada hasil yang jelas dan terukur, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Peningkatan kekuatan
 - 1.6.2 Daya tahan
 - 1.6.3 Keterampilan teknis
 - 1.6.4 Aspek mental yang mendukung performa kompetisi.
- 1.7 Durasi, intensitas, dan frekuensi latihan harus ditentukan berdasarkan prinsip periodisasi dan kebutuhan olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Penyesuaian lamanya setiap sesi latihan
 - 1.7.2 Tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuan fisik
 - 1.7.3 Jumlah sesi latihan yang dijadwalkan dalam seminggu.

- 1.8 Prinsip periodisasi latihan harus diterapkan untuk mengatur intensitas, volume, dan variasi latihan secara bertahap, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Fase persiapan
 - 1.8.2 Fase pra-kompetisi
 - 1.8.3 Fase kompetisi
 - 1.8.4 Fase pemulihan.Guna memastikan olahragawan mencapai puncak performa pada waktu yang tepat.
- 1.9 Variasi latihan seharusnya diterapkan untuk menjaga motivasi olahragawan serta mencegah kebosanan dan kelelahan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Penggunaan berbagai metode latihan fisik
 - 1.9.2 Teknik
 - 1.9.3 Mental
 - 1.9.4 Rotasi intensitas dan durasi latihan sesuai kebutuhan.
- 1.10 Media visual yang relevan sebaiknya digunakan untuk mendemonstrasikan metode latihan kepada olahragawan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Penggunaan video latihan
 - 1.10.2 Diagram teknik
 - 1.10.3 Presentasi digital yang memperjelas instruksi dan membantu olahragawan memahami latihan dengan lebih baik.
- 1.11 Respon fisik dan mental olahragawan harus dipantau untuk memastikan bahwa program latihan memberikan hasil yang diharapkan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Pemantauan kekuatan fisik
 - 1.11.2 Daya tahan
 - 1.11.3 Tingkat kelelahan
 - 1.11.4 Motivasi
 - 1.11.5 Fokus
 - 1.11.6 Kemampuan olahragawan dalam mengatasi stres selama latihan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Peralatan Olahraga sesuai jenis Olahraga
 - 2.1.1.1 Bola
 - 2.1.1.2 Raket
 - 2.1.1.3 Matras
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Alat ukur kebugaran
 - 2.2.1.1 Stopwatch
 - 2.2.1.2 Heart rate monitor
 - 2.2.2 fasilitas latihan
 - 2.2.2.1 Lapangan
 - 2.2.2.2 Gym
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada.)

- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar metode latihan berbasis ilmiah
 - 4.2.2 Panduan federasi Olahraga terkait

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan dalam lingkungan pelatihan langsung atau simulasi, dengan metode observasi langsung dan penilaian laporan tertulis yang disusun oleh pelatih.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pemahaman tentang metode latihan fisik dan mental
 - 3.1.2 Periodiasi
 - 3.1.3 Biomekanika olahraga
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Komunikasi yang efektif
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Profesionalisme
 - 4.2 Kepemimpinan
 - 4.3 Motivasi
 - 4.4 Kesabaran
 - 4.5 Keterbukaan terhadap umpan balik dari olahragawan
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Penguasaan metode latihan yang sesuai dengan kebutuhan individu olahragawan
 - 5.2 kemampuan untuk memberikan instruksi yang efektif
 - 5.3 evaluasi berkelanjutan terhadap kinerja olahragawan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.010.1
JUDUL UNIT : Menganalisis Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit ini mencakup kemampuan pelatih dalam menganalisis kemampuan fisik, teknis, mental, dan taktis seorang olahragawan untuk memahami kekuatan dan kelemahan mereka serta menyusun rekomendasi yang sesuai dengan tujuan pengembangan kinerja.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengumpulkan data kinerja olahragawan	1.1 Data kinerja olahragawan dikumpulkan berdasarkan hasil pengamatan pertandingan, latihan, dan tes fisik. 1.2 Data kesehatan dan kondisi fisik olahragawan diperoleh melalui catatan medis dan konsultasi dengan tenaga kesehatan. 1.3 Aspek teknis dan taktis dianalisis menggunakan video rekaman pertandingan atau simulasi latihan. 1.4 Aspek mental dievaluasi berdasarkan observasi perilaku dan wawancara dengan olahragawan.
2. Mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan olahragawan	2.1 Kekuatan fisik dan teknis olahragawan diidentifikasi berdasarkan hasil tes dan evaluasi kinerja. 2.2 Kelemahan fisik dan teknis olahragawan dianalisis dari hasil latihan dan data pertandingan. 2.3 Kekuatan dan kelemahan mental dianalisis berdasarkan hasil wawancara dan observasi lapangan.
3. Menyusun rekomendasi pengembangan kinerja	3.1 Rekomendasi pengembangan fisik dirumuskan berdasarkan hasil analisis kekuatan dan kelemahan. 3.2 Rekomendasi pengembangan teknis dan taktis disusun sesuai kebutuhan individu olahragawan. 3.3 Rekomendasi pengembangan mental diberikan berdasarkan hasil observasi dan wawancara.
4. Melaporkan hasil analisis kepada pihak terkait	4.1 Laporan hasil analisis disusun sesuai dengan format yang ditentukan dan kebutuhan tim. 4.2 Laporan disampaikan kepada pelatih kepala atau staf kepelatihan lainnya secara tepat waktu dan lengkap. 4.3 Rekomendasi pengembangan disajikan dalam bentuk yang mudah dipahami dan implementatif.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Data kinerja olahragawan harus dikumpulkan untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan dalam aspek fisik, teknis, taktis, dan mental. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:

- 1.1.1 Hasil pengamatan pertandingan
- 1.1.2 Tes fisik
- 1.1.3 Rekaman video
- 1.1.4 Wawancara dan observasi perilaku olahragawan selama sesi latihan.
- 1.2 Hasil pengamatan pertandingan harus dianalisis untuk mengevaluasi performa olahragawan selama kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Pengamatan terhadap keterampilan teknis
 - 1.2.2 Penerapan taktik
 - 1.2.3 Reaksi mental
 - 1.2.4 Identifikasi kekuatan dan kelemahan olahragawan selama pertandingan.
- 1.3 Data kesehatan olahragawan harus dikumpulkan untuk memastikan bahwa olahragawan berada dalam kondisi fisik yang optimal dan aman untuk menjalani latihan dan kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Riwayat cedera
 - 1.3.2 Hasil tes kesehatan
 - 1.3.3 Tingkat kebugaran jantung dan paru-paru
 - 1.3.4 Informasi medis lainnya yang relevan.
- 1.4 Kondisi fisik olahragawan harus dievaluasi secara berkala untuk memastikan bahwa kesehatan dan kebugaran mereka berada dalam kondisi optimal. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.4.2 Daya tahan
 - 1.4.3 Kecepatan
 - 1.4.4 Kelincahan
 - 1.4.5 Pemeriksaan kesehatan untuk mendukung performa maksimal dalam latihan dan kompetisi.
- 1.5 Aspek teknis dan taktis harus dianalisis untuk memahami keterampilan dan strategi yang digunakan oleh olahragawan selama latihan atau pertandingan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada, evaluasi gerakan teknik Olahraga yang benar serta penerapan strategi permainan yang efektif dalam berbagai situasi kompetisi.
- 1.6 Aspek mental olahragawan harus dievaluasi untuk memastikan kesiapan psikologis dan kemampuan mereka dalam mengatasi tekanan kompetisi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Pemantauan motivasi
 - 1.6.2 Kepercayaan diri
 - 1.6.3 Pengelolaan stres
 - 1.6.4 Konsentrasi
 - 1.6.5 Ketahanan mental selama latihan dan pertandingan.
- 1.7 Kekuatan fisik dan teknis olahragawan harus diidentifikasi melalui evaluasi menyeluruh, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Pengukuran kekuatan otot
 - 1.7.2 Daya tahan
 - 1.7.3 Kelincahan
 - 1.7.4 Kemampuan dalam menerapkan teknik-teknik yang relevan dengan cabang Olahraga yang bersangkutan.

- 1.8 Kelemahan fisik dan teknis olahragawan harus diidentifikasi untuk memastikan program pengembangan dapat difokuskan pada area yang memerlukan perbaikan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Penilaian terhadap kekuatan
 - 1.8.2 Daya tahan
 - 1.8.3 Kecepatan
 - 1.8.4 Teknik dasar dan lanjutan yang digunakan selama latihan dan pertandingan.
- 1.9 Kekuatan dan kelemahan mental olahragawan harus diidentifikasi untuk memahami kemampuan mereka dalam mengelola tekanan, mempertahankan fokus, serta menjaga motivasi. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Analisis terhadap tingkat kepercayaan diri
 - 1.9.2 Kemampuan mengatasi stres
 - 1.9.3 Kesiapan mental dalam menghadapi tantangan.
- 1.10 Rekomendasi pengembangan fisik harus disusun berdasarkan hasil analisis kondisi fisik olahragawan untuk meningkatkan kemampuan fisik mereka. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.10.1 Peningkatan kekuatan
 - 1.10.2 Daya tahan
 - 1.10.3 Kecepatan
 - 1.10.4 Fleksibilitas
 - 1.10.5 Pemulihan fisik yang sesuai dengan kebutuhan dan tujuan latihan.
- 1.11 Rekomendasi pengembangan teknis dan taktis harus disusun berdasarkan hasil analisis performa olahragawan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.11.1 Peningkatan keterampilan teknik dalam Olahraga tertentu
 - 1.11.2 Strategi taktis yang disesuaikan dengan kebutuhan kompetisi dan lawan yang dihadapi.
- 1.12 Rekomendasi pengembangan mental harus disusun berdasarkan hasil evaluasi kondisi psikologis olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.12.1 Saran untuk meningkatkan motivasi
 - 1.12.2 Pengelolaan stres
 - 1.12.3 Fokus
 - 1.12.4 Kepercayaan diri
 - 1.12.5 Ketahanan mental dalam menghadapi tekanan latihan dan kompetisi.
- 1.13 Laporan hasil analisis harus disusun untuk merangkum temuan terkait kekuatan, kelemahan, dan rekomendasi pengembangan kinerja olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.13.1 Evaluasi fisik
 - 1.13.2 Teknis
 - 1.13.3 Taktis
 - 1.13.4 Mental serta saran peningkatan yang relevan untuk pengembangan kinerja selanjutnya.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat pengukur kebugaran

- 2.1.2 Perangkat lunak analisis video
- 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Alat evaluasi mental
 - 2.2.2 Rekaman pertandingan
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Standar Olahraga nasional dan internasional terkait evaluasi kinerja olahragawan
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Panduan kepelatihan yang diakui
 - 4.2.2 Standar evaluasi fisik, teknis, mental
 - 4.2.3 Taktis yang sesuai dengan cabang olahraga

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan dalam lingkungan latihan, pertandingan, dan uji coba, menggunakan metode observasi, wawancara, dan pengumpulan data kinerja.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.3 Pengetahuan
 - 3.3.1 Pemahaman tentang teknik analisis data kinerja
 - 3.4 Keterampilan
 - 3.4.1 penggunaan perangkat lunak analisis video
 - 3.4.2 Teknik observasi perilaku olahragawan
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Objektivitas, ketelitian, kemampuan komunikasi yang baik dengan olahragawan
 - 4.2 Kemampuan menyusun rekomendasi pengembangan kinerja yang jelas
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Keakuratan analisis, relevansi rekomendasi pengembangan
 - 5.2 keterlibatan dalam proses pengambilan keputusan untuk pengembangan kinerja olahragawan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.011.1
JUDUL UNIT : Menyusun Laporan Hasil Latihan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini mencakup keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan untuk menyusun laporan hasil latihan olahraga. Laporan ini mencakup data, analisis, dan evaluasi mengenai perkembangan atlet selama periode latihan yang telah ditentukan. Penyusunan laporan melibatkan pengumpulan informasi, penyusunan data, dan pembuatan rekomendasi berdasarkan hasil yang diperoleh dari latihan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengumpulkan data hasil latihan	1.1 Data hasil latihan dikumpulkan sesuai dengan parameter latihan yang telah ditentukan. 1.2 Informasi dari berbagai sumber dikumpulkan berdasarkan hasil observasi atau pengukuran lapangan. 1.3 Catatan data dibuat secara rinci dan akurat sesuai dengan standar pencatatan.
2. Mengolah dan menganalisis data	2.1 Data hasil latihan diorganisir berdasarkan kategori performa dan parameter yang relevan. 2.2 Analisis dilakukan sesuai dengan metode statistik atau analisis kualitatif yang sesuai dengan standar evaluasi olahraga. 2.3 Kesimpulan tentang performa atlet disusun berdasarkan hasil analisis yang mendetail.
3. Menyusun laporan akhir	3.1 Laporan hasil latihan disusun sesuai dengan format laporan standar yang telah ditentukan. 3.2 Rekomendasi terkait perbaikan latihan disusun berdasarkan hasil analisis dan kebutuhan atlet. 3.3 Laporan disampaikan kepada pihak terkait dengan cara yang jelas dan dapat dipahami.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Data hasil latihan harus dikumpulkan secara sistematis untuk memberikan gambaran yang akurat tentang performa olahragawan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.1.1 Pengukuran fisik
 - 1.1.2 Catatan teknik
 - 1.1.3 Hasil observasi
 - 1.1.4 Umpan balik yang diberikan selama sesi latihan.
 - 1.2 Informasi dari berbagai sumber harus dikumpulkan untuk memberikan gambaran lengkap mengenai performa olahragawan selama latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.2.1 Hasil pengamatan pelatih
 - 1.2.2 Pengukuran fisik menggunakan alat bantu

- 1.2.3 Data dari perangkat lunak analisis
- 1.2.4 Umpan balik langsung dari olahragawan.
- 1.3 Kategori performa harus ditetapkan untuk mengelompokkan hasil latihan sesuai dengan aspek-aspek yang relevan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.3.1 Kekuatan fisik
 - 1.3.2 Daya tahan
 - 1.3.3 Kecepatan
 - 1.3.4 Keterampilan teknis
 - 1.3.5 Taktik
 - 1.3.6 Kesiapan mental.
- 1.4 Parameter yang relevan harus digunakan untuk mengukur kinerja olahragawan selama latihan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.4.1 Kekuatan
 - 1.4.2 Daya tahan
 - 1.4.3 Kecepatan
 - 1.4.4 Teknik
 - 1.4.5 Aspek psikologis seperti fokus dan motivasi.
- 1.5 Metode statistik harus digunakan untuk menganalisis data hasil latihan secara kuantitatif. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.5.1 Penghitungan rata-rata
 - 1.5.2 Distribusi data
 - 1.5.3 Korelasi antara variabel performa
 - 1.5.4 Penggunaan grafik untuk memvisualisasikan tren dan perkembangan performa olahragawan.
- 1.6 Kesimpulan tentang performa atlet harus disusun berdasarkan analisis data latihan yang mendetail, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.6.1 Identifikasi kekuatan
 - 1.6.2 Kelemahan
 - 1.6.3 Kemajuan
 - 1.6.4 Rekomendasi untuk pengembangan selanjutnya.
- 1.7 Hasil analisis yang mendetail harus mencakup penjelasan rinci mengenai performa olahragawan selama latihan, meliputi namun tidak terbatas pada:
 - 1.7.1 Identifikasi kekuatan
 - 1.7.2 Kelemahan
 - 1.7.3 Perkembangan performa
 - 1.7.4 Rekomendasi yang didasarkan pada data yang diukur selama sesi latihan.
- 1.8 Laporan hasil latihan harus disusun untuk merangkum data performa, analisis kekuatan dan kelemahan, serta memberikan rekomendasi pengembangan lebih lanjut. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.8.1 Catatan mengenai hasil pengamatan
 - 1.8.2 Pengukuran selama latihan
 - 1.8.3 Evaluasi terhadap perkembangan fisik, teknis, dan mental olahragawan.

- 1.9 Pihak terkait harus menerima laporan hasil latihan untuk memastikan bahwa informasi mengenai performa olahragawan dapat digunakan untuk pengambilan keputusan. Hal ini meliputi, namun tidak terbatas pada:
 - 1.9.1 Manajemen tim
 - 1.9.2 Pelatih utama
 - 1.9.3 Olahragawan
 - 1.9.4 Staf medis
 - 1.9.5 Analisis kinerja.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat-alat pengukur performa seperti stopwatch, GPS tracker, alat pengukur denyut jantung
 - 2.1.2 Perangkat lunak analisis data olahraga
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Standar pelaporan hasil latihan dari badan Olahraga terkait, regulasi kompetisi.
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar pelaporan yang telah ditetapkan oleh organisasi atau federasi Olahraga terkait

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan pelatihan dengan menggunakan hasil nyata dari latihan atlet. Metode asesmen meliputi evaluasi laporan tertulis dan diskusi lisan.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang parameter performa atlet
 - 3.1.2 Metode statistik dasar untuk analisis data
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan menulis laporan yang jelas dan terstruktur.
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Ketelitian, objektivitas dalam analisis, dan kemampuan berkomunikasi dengan jelas
5. Aspek kritis
 - 5.1 Akurasi pengumpulan data, kemampuan analisis yang mendalam, serta kemampuan menyusun rekomendasi yang berbasis data

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.012.1
JUDUL UNIT : Melakukan Seleksi Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan bahwa pelatih mampu melakukan proses seleksi olahragawan berdasarkan kriteria yang relevan dengan kebutuhan tim atau program pelatihan. Proses ini mencakup pemantauan, penilaian, dan pemilihan kandidat olahragawan yang memiliki potensi terbaik sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kriteria seleksi olahragawan	1.1 Kriteria tim atau program diidentifikasi berdasarkan kebutuhan spesifik kompetisi. 1.2 Kriteria fisik dan teknis ditetapkan sesuai standar olahraga. 1.3 Indikator performa dibuat berdasarkan standar pelatihan atau regulasi yang berlaku.
2. Mengumpulkan data dan informasi olahragawan	2.1 Data fisik dan teknis dikumpulkan berdasarkan prosedur tes yang berlaku. 2.2 Wawancara dilakukan dengan mengacu pada pedoman komunikasi efektif. 2.3 Hasil dokumentasi dibuat sesuai format standar pelaporan evaluasi.
3. Melakukan penilaian terhadap olahragawan	3.1 Evaluasi performa dilakukan berdasarkan kriteria yang ditentukan. 3.2 Metode penilaian digunakan sesuai pedoman yang telah disepakati. 3.3 Potensi perkembangan olahragawan dievaluasi berdasarkan data yang relevan.
4. Menetapkan hasil seleksi	4.1 Perbandingan hasil evaluasi dilakukan sesuai dengan standar objektivitas. 4.2 Keputusan seleksi ditetapkan berdasarkan analisis data yang akurat. 4.3 Informasi hasil seleksi diberikan dengan mempertimbangkan etika komunikasi.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kriteria tim atau program harus ditetapkan untuk memastikan bahwa seleksi olahragawan sesuai dengan kebutuhan dan tujuan spesifik. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Kemampuan fisik
 - 1.1.2 Keterampilan teknis
 - 1.1.3 Kesiapan mental
 - 1.1.4 Potensi pengembangan sesuai dengan program pelatihan atau kompetisi.
 - 1.2 Kebutuhan spesifik kompetisi harus diidentifikasi untuk memastikan bahwa olahragawan yang diseleksi memiliki kemampuan yang sesuai dengan persyaratan kompetisi. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Persiapan fisik
 - 1.2.2 Keterampilan teknis
 - 1.2.3 Strategi taktis
 - 1.2.4 Kesiapan mental yang diperlukan untuk mencapai performa optimal dalam kompetisi.

- 1.3 Kriteria fisik dan teknis harus ditetapkan untuk menilai kemampuan olahragawan berdasarkan standar yang berlaku. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Kekuatan
 - 1.3.2 Daya tahan
 - 1.3.3 Kecepatan
 - 1.3.4 Penguasaan teknik khusus
 - 1.3.5 Keterampilan yang diperlukan dalam cabang Olahraga terkait.
- 1.4 Indikator performa harus ditetapkan untuk menilai kemampuan olahragawan secara objektif. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Kekuatan fisik
 - 1.4.2 Keterampilan teknis
 - 1.4.3 Taktik permainan
 - 1.4.4 Kesiapan mental olahragawan.
- 1.5 Data fisik dan teknis harus dikumpulkan untuk memastikan bahwa penilaian terhadap kemampuan olahragawan dilakukan secara objektif. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.5.2 Kecepatan
 - 1.5.3 Daya tahan
 - 1.5.4 Pengamatan keterampilan teknis yang relevan dengan cabang olahraga.
- 1.6 Prosedur tes harus diterapkan dengan mengikuti langkah-langkah yang jelas untuk memastikan pengujian dilakukan secara objektif dan akurat. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Penggunaan alat tes yang sesuai
 - 1.6.2 Pengukuran yang konsisten
 - 1.6.3 Penerapan standar evaluasi yang relevan dengan cabang olahraga.
- 1.7 Pedoman komunikasi efektif harus diterapkan selama wawancara untuk memastikan bahwa informasi disampaikan dengan jelas dan dipahami oleh olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Penggunaan bahasa yang jelas
 - 1.7.2 Mendengarkan secara aktif
 - 1.7.3 Menjaga keterbukaan
 - 1.7.4 Menciptakan suasana wawancara yang profesional
 - 1.7.5 Konstruktif.
- 1.8 Hasil dokumentasi harus disusun untuk mencatat semua data yang relevan dari proses seleksi olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.8.1 Hasil tes fisik
 - 1.8.2 Catatan wawancara
 - 1.8.3 Data evaluasi teknis yang disusun dalam format standar pelaporan.
- 1.9 Evaluasi performa harus dilakukan untuk mengukur kemampuan fisik, teknis, mental, dan taktis olahragawan selama proses seleksi. Hal ini meliputi:
 - 1.9.1 Pengukuran kekuatan fisik
 - 1.9.2 Kemampuan teknik
 - 1.9.3 Kesiapan mental
 - 1.9.4 Strategi permainan olahragawan.
- 1.10 Kriteria yang ditentukan harus mencakup kemampuan fisik, teknis, taktis, dan mental yang relevan dengan tujuan seleksi. Hal ini meliputi:
 - 1.10.1 Kekuatan fisik
 - 1.10.2 Keterampilan teknis spesifik
 - 1.10.3 Kecerdasan taktis
 - 1.10.4 Kesiapan mental olahragawan untuk berkompetisi.

- 1.11 Metode penilaian harus digunakan untuk memastikan evaluasi yang objektif dan akurat terhadap kemampuan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.11.1 Penggunaan tes fisik
 - 1.11.2 Observasi teknik
 - 1.11.3 Wawancara
 - 1.11.4 Evaluasi performa berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.
- 1.12 Potensi perkembangan olahragawan harus dievaluasi untuk menilai kemampuan jangka panjang mereka dalam meningkatkan performa. Hal ini meliputi:
 - 1.12.1 Evaluasi kemampuan fisik
 - 1.12.2 Teknis
 - 1.12.3 Mental
 - 1.12.4 Adaptasi
 - 1.12.5 Kemauan belajar dari proses latihan.
- 1.13 Data yang relevan harus dikumpulkan dan dianalisis untuk memastikan evaluasi yang tepat terhadap kemampuan fisik, teknis, taktis, dan mental olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.13.1 Hasil tes fisik
 - 1.13.2 Wawancara
 - 1.13.3 Catatan performa
 - 1.13.4 Evaluasi teknis
 - 1.13.5 Taktis yang sesuai dengan standar seleksi.
- 1.14 Perbandingan hasil evaluasi harus dilakukan untuk menilai kinerja olahragawan secara adil dan objektif. Hal ini meliputi:
 - 1.14.1 Perbandingan data fisik
 - 1.14.2 Teknis
 - 1.14.3 Mental
 - 1.14.4 Potensi perkembangan masing-masing olahragawan sesuai dengan kriteria seleksi yang telah ditetapkan.
- 1.15 Standar objektivitas harus diterapkan untuk memastikan bahwa proses seleksi dilakukan secara adil dan konsisten. Hal ini meliputi:
 - 1.15.1 Penggunaan metode penilaian yang sama untuk semua olahragawan
 - 1.15.2 Evaluasi berdasarkan data yang dapat diukur,
 - 1.15.3 Penerapan kriteria yang telah disepakati.
- 1.16 Keputusan seleksi harus ditetapkan berdasarkan analisis data yang objektif dan kriteria yang relevan. Hal ini meliputi:
 - 1.16.1 Penentuan kelulusan
 - 1.16.2 Pemilihan anggota tim
 - 1.16.3 Komunikasi hasil seleksi dengan menjaga transparansi dan profesionalisme.
- 1.17 Analisis data yang akurat harus dilakukan untuk memastikan bahwa keputusan seleksi didasarkan pada informasi yang tepat dan relevan. Hal ini meliputi:
 - 1.17.1 Pengolahan data fisik
 - 1.17.2 Teknis
 - 1.17.3 Mental yang dikumpulkan selama proses seleksi
 - 1.17.4 Penerapan metode evaluasi yang objektif dan terstandar.

- 1.18 Etika komunikasi harus diterapkan saat menyampaikan hasil seleksi untuk memastikan bahwa informasi disampaikan dengan jelas, sopan, dan penuh rasa hormat. Hal ini meliputi:
 - 1.18.1 Penggunaan bahasa yang profesional
 - 1.18.2 Penjelasan yang konstruktif
 - 1.18.3 Menjaga objektivitas dalam memberikan umpan balik.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat tes fisik (misalnya stopwatch, pengukur VO2 max)
 - 2.1.2 Alat pengukur teknis (kamera video, aplikasi analisis performa)
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Formulir wawancara dan alat dokumentasi hasil seleksi
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Aturan seleksi yang sesuai dengan peraturan nasional dan internasional
 - 3.2 Panduan etika dalam proses seleksi olahragawan
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 Norma komunikasi dalam penyampaian hasil seleksi
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar evaluasi fisik, teknis, dan psikologis olahragawan

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di fasilitas latihan dengan menggunakan metode observasi, tes performa, dan wawancara
 - 1.2 Penilaian dilakukan oleh pelatih yang berkompeten dalam seleksi olahragawan
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.3 Pengetahuan
 - 3.3.1 Pengetahuan tentang tes fisik dan teknis yang relevan
 - 3.4 Keterampilan
 - 3.4.1 Keterampilan wawancara dan komunikasi yang efektif
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Objektivitas dan netralitas dalam proses seleksi
 - 4.2 Kepemimpinan dalam pengambilan Keputusan
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk menggunakan data secara akurat dan membuat keputusan yang tepat
 - 5.2 Menjaga transparansi dan profesionalisme dalam penyampaian hasil seleksi

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.013.1
JUDUL UNIT : Melakukan Pengembangan Diri untuk Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini berfokus pada kemampuan pelatih untuk melakukan seleksi olahragawan secara objektif, menggunakan data secara akurat, menjaga transparansi, dan membuat keputusan yang tepat dalam proses seleksi. Pelatih diharapkan dapat menyampaikan hasil seleksi dengan profesionalisme dan integritas, mengikuti prosedur yang telah ditetapkan.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan dan kriteria seleksi	1.1 Kebutuhan seleksi olahragawan diidentifikasi berdasarkan target kompetisi dan kebutuhan tim. 1.2 Kriteria seleksi ditentukan sesuai dengan persyaratan fisik, teknis, dan mental olahragawan. 1.3 Informasi kriteria seleksi disampaikan secara jelas dan terbuka kepada calon olahragawan.
2. Mengumpulkan data kinerja olahragawan	2.4 Data kinerja fisik olahragawan dikumpulkan berdasarkan hasil tes dan pengamatan. 2.5 Data teknis olahragawan dikumpulkan melalui observasi saat latihan dan simulasi pertandingan. 2.6 Data mental olahragawan diperoleh berdasarkan evaluasi psikologis atau wawancara langsung.
3. Menganalisis dan membandingkan data seleksi	3.1 Data kinerja setiap olahragawan dianalisis berdasarkan standar kriteria yang telah ditetapkan. 3.2 Hasil analisis kinerja dibandingkan dengan olahragawan lain yang mengikuti seleksi. 3.3 Rekomendasi untuk seleksi akhir dibuat berdasarkan hasil analisis yang objektif.
4. Mengumumkan hasil seleksi	4.1 Hasil seleksi disampaikan secara transparan dan sesuai dengan standar profesionalisme yang berlaku. 4.2 Setiap olahragawan menerima umpan balik terkait performa mereka selama proses seleksi. 4.3 Keputusan seleksi akhir dibuat berdasarkan prinsip keadilan dan transparansi.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Kebutuhan seleksi olahragawan harus diidentifikasi berdasarkan persyaratan fisik, teknis, dan mental yang sesuai dengan standar seleksi yang berlaku. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Kemampuan fisik
 - 1.1.2 Keterampilan teknis
 - 1.1.3 Kesiapan mental

- 1.1.4 Potensi perkembangan untuk mencapai target tim.
- 1.2 Target kompetisi harus ditentukan secara jelas untuk memberikan arah dan tujuan bagi olahragawan dalam menjalani latihan dan kompetisi. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Penetapan pencapaian peringkat
 - 1.2.2 Hasil pertandingan
 - 1.2.3 Peningkatan kinerja spesifik yang diharapkan selama kompetisi.
- 1.3 Kebutuhan tim harus diidentifikasi dan dipahami untuk memastikan bahwa setiap olahragawan dapat memberikan kontribusi yang sesuai dengan tujuan tim. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Kebutuhan fisik
 - 1.3.2 Teknis
 - 1.3.3 Taktis
 - 1.3.4 Mental
- 1.4 Kriteria seleksi harus ditentukan berdasarkan kebutuhan fisik, teknis, dan mental yang diperlukan oleh olahragawan untuk mencapai tujuan program pelatihan. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Kemampuan fisik
 - 1.4.2 Keterampilan teknis
 - 1.4.3 Kesiapan mental
 - 1.4.4 Potensi pengembangan untuk mendukung pencapaian prestasi.
- 1.5 Persyaratan fisik, teknis, dan mental olahragawan harus diidentifikasi untuk memastikan bahwa program pengembangan diri disesuaikan dengan kebutuhan spesifik atlet. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Pengukuran kekuatan fisik
 - 1.5.2 Evaluasi keterampilan teknis
 - 1.5.3 Analisis kemampuan mental dan psikologis yang diperlukan untuk berkompetisi secara optimal.
- 1.6 Informasi kriteria seleksi harus disampaikan dengan jelas kepada olahragawan untuk memastikan pemahaman mereka tentang standar yang dibutuhkan. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Persyaratan fisik
 - 1.6.2 Teknis
 - 1.6.3 Mental
 - 1.6.4 Indikator performa yang digunakan selama proses seleksi.
- 1.7 Data kinerja fisik olahragawan harus dikumpulkan secara sistematis untuk mengevaluasi kemampuan fisik olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.7.2 Kecepatan
 - 1.7.3 Daya tahan
 - 1.7.4 Fleksibilitas
 - 1.7.5 Aspek lain yang mendukung peningkatan performa atlet.
- 1.8 Hasil tes harus dianalisis untuk mengevaluasi perkembangan fisik, mental, dan teknis olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.8.1 Hasil pengukuran kebugaran fisik
 - 1.8.2 Tes psikologis

- 1.8.3 Evaluasi keterampilan teknis yang relevan dengan cabang Olahraga yang dilatih.
- 1.9 Data teknis olahragawan harus dikumpulkan untuk mengevaluasi keterampilan dan taktik yang diterapkan oleh olahragawan selama latihan atau pertandingan. Hal ini meliputi:
 - 1.9.1 Analisis gerakan teknis
 - 1.9.2 Strategi permainan
 - 1.9.3 Evaluasi performa teknis berdasarkan standar cabang olahraga.
- 1.10 Data mental olahragawan harus dikumpulkan untuk memahami kondisi psikologis yang memengaruhi performa mereka. Hal ini meliputi:
 - 1.10.1 Informasi mengenai motivasi
 - 1.10.2 Kepercayaan diri
 - 1.10.3 Kemampuan mengelola stres
 - 1.10.4 Konsentrasi yang diperoleh melalui wawancara atau tes psikologis.
- 1.11 Evaluasi psikologis harus dilakukan untuk menilai kondisi mental dan emosional olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.11.1 Pengukuran motivasi
 - 1.11.2 Ketahanan mental
 - 1.11.3 Kemampuan pengelolaan stres
 - 1.11.4 Keseimbangan emosional yang dapat memengaruhi kinerja selama latihan dan kompetisi.
- 1.12 Data kinerja harus dikumpulkan dan dianalisis secara berkala untuk mengevaluasi perkembangan fisik, teknis, dan mental olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.12.1 Pengukuran kekuatan
 - 1.12.2 Kecepatan
 - 1.12.3 Ketahanan
 - 1.12.4 Motivasi dan fokus selama latihan dan kompetisi.
- 1.13 Standar kriteria harus digunakan sebagai pedoman dalam mengevaluasi perkembangan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.13.1 Pengukuran kemampuan fisik
 - 1.13.2 Pengukuran kemampuan teknis
 - 1.13.3 Pengukuran kemampuan mental
 - 1.13.4 Aspek taktis yang relevan dengan tujuan pengembangan diri olahragawan.
- 1.14 Hasil analisis kinerja harus digunakan untuk menyusun program pengembangan yang tepat bagi olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.14.1 Evaluasi kekuatan fisik
 - 1.14.2 Keterampilan teknis
 - 1.14.3 Ketahanan mental
 - 1.14.4 Potensi peningkatan yang teridentifikasi dari data latihan
 - 1.14.5 Tes performa.
- 1.15 Analisis yang objektif harus dilakukan untuk memastikan bahwa evaluasi performa olahragawan didasarkan pada data dan fakta yang akurat, meliputi:
 - 1.15.1 Hasil tes fisik

- 1.15.2 Teknis
- 1.15.3 Mental yang telah diukur secara sistematis.
- 1.16 Hasil seleksi harus disampaikan kepada olahragawan secara objektif dan transparan, meliputi:
 - 1.16.1 Penilaian kinerja fisik
 - 1.16.2 Teknis
 - 1.16.3 Mental
 - 1.16.4 Keputusan akhir mengenai kelulusan
 - 1.16.5 Penerimaan dalam program pengembangan.
- 2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat tes performa fisik
 - 2.1.2 Alat pengukur waktu
 - 2.1.3 Perangkat analisis data performa
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Dokumen standar kriteria seleksi
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Panduan seleksi yang berlaku di masing-masing federasi olahraga, ketentuan terkait usia, kelayakan kesehatan, dan ketentuan antidoping
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar etika pelatih
 - 4.2.2 Prinsip transparansi
 - 4.2.3 Standar seleksi yang diakui secara nasional atau internasional.

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lapangan atau pusat pelatihan dengan metode observasi langsung, analisis data, dan wawancara.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang kriteria seleksi untuk setiap cabang olahraga
 - 3.1.2 Kemampuan dalam mengumpulkan dan menganalisis data performa
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan dalam menyampaikan hasil seleksi secara profesional
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Objektif, transparan, dan adil dalam menyampaikan hasil seleksi

5. Aspek kritis

- 5.1 Keputusan seleksi harus didasarkan pada data yang akurat, proses seleksi harus transparan, dan umpan balik kepada olahragawan harus diberikan dengan profesionalisme

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.014.1
JUDUL UNIT : Memfasilitasi Transisi Latihan Olahragawan Pasca Pemulihan Cidera
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan pelatih mampu memfasilitasi transisi latihan yang efektif dan aman bagi olahragawan setelah pemulihan dari cedera. Fokus unit ini adalah pada penerapan metode latihan yang sesuai dengan kondisi fisik pasca pemulihan, memastikan pemulihan optimal dan mencegah terulangnya cedera.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kondisi fisik pasca pemulihan	<p>1.1 Kondisi fisik olahragawan diidentifikasi berdasarkan hasil penilaian medis.</p> <p>1.2 Kemampuan fisik dan kekuatan olahragawan dievaluasi sesuai dengan pedoman pemulihan yang disarankan oleh tim medis.</p> <p>1.3 Keterbatasan gerakan dan potensi risiko cedera diidentifikasi berdasarkan konsultasi dengan fisioterapis atau ahli kesehatan terkait.</p>
2. Menyusun program latihan yang disesuaikan	<p>2.1 Program latihan disusun sesuai dengan kondisi fisik olahragawan berdasarkan rekomendasi medis dan tingkat pemulihan.</p> <p>2.2 Jenis latihan yang dipilih memperhatikan fase pemulihan dan potensi risiko cedera.</p> <p>2.3 Intensitas latihan disesuaikan secara bertahap berdasarkan perkembangan kemampuan fisik olahragawan.</p>
3. Memantau respons olahragawan terhadap latihan	<p>3.1 Respons tubuh olahragawan terhadap latihan dimonitor secara berkala sesuai dengan parameter medis dan fisik.</p> <p>3.2 Adaptasi latihan dilakukan berdasarkan hasil monitoring performa dan kebugaran olahragawan.</p> <p>3.3 Pelaporan hasil monitoring dan perkembangan disampaikan kepada tim medis dan pelatih utama sesuai dengan prosedur yang ditetapkan.</p>
4. Memfasilitasi komunikasi antar tim pendukung	<p>4.1 Koordinasi dengan tim medis, fisioterapis, dan pelatih utama dilakukan secara berkala untuk memastikan keselarasan program latihan.</p> <p>4.2 Umpan balik dari olahragawan dan tim pendukung dikumpulkan dan digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan untuk modifikasi latihan.</p> <p>4.3 Hasil pemantauan kondisi fisik dan perkembangan latihan dilaporkan kepada semua pihak terkait sesuai dengan standar operasional prosedur.</p>

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Kondisi fisik olahragawan harus dievaluasi untuk memastikan kesiapan mereka dalam kembali ke latihan pasca pemulihan cedera. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Kekuatan
 - 1.1.2 Fleksibilitas
 - 1.1.3 Keseimbangan
 - 1.1.4 Kesehatan umum yang dinilai berdasarkan rekomendasi medis dan tes fisik.
- 1.2 Hasil penilaian medis harus digunakan sebagai acuan untuk menilai kesiapan fisik olahragawan pasca cedera. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Evaluasi kondisi fisik
 - 1.2.2 Kekuatan
 - 1.2.3 Fleksibilitas
 - 1.2.4 Rekomendasi untuk program latihan yang aman dan bertahap.
- 1.3 Kemampuan fisik dan kekuatan olahragawan harus dievaluasi secara menyeluruh setelah pemulihan cedera untuk memastikan kesiapan mereka dalam melanjutkan latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Pengukuran kekuatan otot
 - 1.3.2 Fleksibilitas
 - 1.3.3 Keseimbangan
 - 1.3.4 Koordinasi tubuh guna mencegah cedera berulang.
- 1.4 Keterbatasan gerakan harus diidentifikasi untuk memastikan program latihan yang disusun sesuai dengan kondisi fisik pasca pemulihan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Pengurangan fleksibilitas
 - 1.4.2 Kekuatan
 - 1.4.3 Koordinasi yang dapat memengaruhi kinerja gerakan dalam latihan.
- 1.5 Potensi risiko cedera harus diidentifikasi untuk mencegah terjadinya cedera ulang selama proses transisi latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Kelemahan otot
 - 1.5.2 Keterbatasan fleksibilitas
 - 1.5.3 Ketidakstabilan sendi yang dapat memengaruhi kemampuan olahragawan dalam kembali berlatih dengan aman.
- 1.6 Program latihan harus disusun untuk mendukung pemulihan olahragawan, meliputi:
 - 1.6.1 Penyesuaian intensitas dan durasi latihan
 - 1.6.2 Penguatan otot yang rentan cedera
 - 1.6.3 Penerapan metode latihan yang sesuai dengan fase pemulihan.
- 1.7 Kondisi fisik olahragawan harus dievaluasi secara menyeluruh setelah pemulihan cedera untuk memastikan kesiapan mereka dalam mengikuti program latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Penilaian kekuatan
 - 1.7.2 Fleksibilitas
 - 1.7.3 Keseimbangan
 - 1.7.4 Koordinasi sesuai dengan rekomendasi medis.

- 1.8 Tingkat pemulihan harus dipertimbangkan dalam menyusun program latihan pasca pemulihan cedera, meliputi:
 - 1.8.1 Evaluasi kekuatan
 - 1.8.2 Fleksibilitas
 - 1.8.3 Mobilitas olahragawan
 - 1.8.4 Disesuaikan dengan rekomendasi medis untuk memastikan latihan berjalan aman dan efektif.
- 1.9 Fase pemulihan harus dipantau secara bertahap untuk memastikan pemulihan optimal dari cedera. Hal ini meliputi:
 - 1.9.1 Fase awal penanganan cedera
 - 1.9.2 Fase rehabilitasi awal
 - 1.9.3 Fase pemulihan penuh sebelum olahragawan kembali ke latihan intensif.
- 1.10 Intensitas latihan harus disesuaikan secara bertahap berdasarkan kondisi fisik dan tahap pemulihan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.10.1 Peningkatan durasi
 - 1.10.2 Beban
 - 1.10.3 Frekuensi latihan sesuai rekomendasi medis
 - 1.10.4 Kemampuan olahragawan.
- 1.11 Pemantauan kondisi fisik olahragawan harus dilakukan secara berkala untuk memastikan bahwa proses pemulihan dan transisi berjalan sesuai rencana. Hal ini meliputi:
 - 1.11.1 Evaluasi performa fisik
 - 1.11.2 Pengamatan perkembangan kesehatan
 - 1.11.3 Penyesuaian program latihan berdasarkan hasil pemantauan rutin.
- 1.12 Semua pihak terkait harus dilibatkan dalam proses komunikasi dan pelaporan untuk memastikan koordinasi yang baik dan kelancaran transisi latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.12.1 Tim medis
 - 1.12.2 Pelatih utama
 - 1.12.3 Olahragawan
 - 1.12.4 Fisioterapis yang berperan dalam pemantauan kondisi fisik dan pengambilan keputusan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Peralatan fitness yang sesuai dengan kondisi pemulihan (misalnya, resistance bands, dumbbell ringan)
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Alat monitoring kebugaran (*heart rate monitor*, alat pengukur VO2 max, dsb.)
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Protokol kesehatan dan keselamatan dalam latihan pasca pemulihan.
 - 3.2 Rekomendasi medis terkait pemulihan
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar kebugaran nasional dan internasional.

4.2.2 Pedoman WHO atau organisasi Olahraga terkait pemulihan cedera.

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan latihan Olahraga yang sesuai, seperti gym atau pusat rehabilitasi, menggunakan metode observasi dan laporan kemajuan olahragawan.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang proses pemulihan cedera dan bagaimana mengadaptasi latihan secara efektif
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan komunikasi untuk berkoordinasi dengan tim medis dan olahragawan
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Memiliki empati terhadap kondisi olahragawan dan berhati-hati dalam menetapkan intensitas latihan
 - 4.2 Bersikap kolaboratif dan terbuka terhadap saran dari ahli medis
5. Aspek kritis
 - 5.1 Keselamatan olahragawan saat transisi kembali ke latihan penuh
 - 5.2 Penyesuaian program latihan sesuai dengan kondisi fisik dan perkembangan pemulihan olahragawan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.015.1
JUDUL UNIT : Mengelola Risiko Bisnis
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini mencakup kemampuan seorang pelatih atau manajer Olahraga untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mengelola risiko yang berhubungan dengan bisnis dalam konteks kepelatihan Olahraga prestasi. Unit ini memberikan panduan tentang bagaimana mengantisipasi dan memitigasi risiko yang dapat mempengaruhi operasional, keuangan, atau keberlanjutan program Olahraga prestasi.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi Risiko Bisnis	1.1 Informasi terkait potensi risiko bisnis dikumpulkan berdasarkan sumber yang relevan. 1.2 Risiko bisnis diidentifikasi sesuai dengan situasi operasional dan strategis. 1.3 Daftar risiko bisnis didokumentasikan berdasarkan standar manajemen risiko yang berlaku.
2. Menganalisis Risiko Bisnis	2.1 Risiko bisnis dianalisis berdasarkan dampaknya dan kemungkinan terjadinya sesuai dengan metodologi analisis risiko. 2.2 Prioritas risiko ditentukan berdasarkan analisis dampak dan kemungkinan sesuai standar risiko. 2.3 Risiko bisnis diklasifikasikan berdasarkan kategori yang ditetapkan oleh norma industri.
3. Menyusun Strategi Mitigasi Risiko	3.1 Strategi mitigasi risiko dikembangkan berdasarkan analisis risiko yang telah dilakukan. 3.2 Sumber daya untuk mengimplementasikan strategi mitigasi ditentukan sesuai dengan rencana mitigasi. 3.3 Prosedur darurat ditetapkan berdasarkan skenario risiko yang telah diidentifikasi.
4. Memonitor dan Mengevaluasi Risiko	4.1 Pemantauan risiko dilakukan secara berkala berdasarkan pedoman pemantauan risiko. 4.2 Perubahan internal dan eksternal diidentifikasi sesuai dengan perkembangan terbaru dalam konteks bisnis. 4.3 Strategi mitigasi diperbarui berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan sesuai standar evaluasi risiko.

BATASAN VARIABEL

- 1. Konteks variabel
 - 1.1 Informasi terkait potensi risiko bisnis harus dikumpulkan untuk mengidentifikasi risiko yang dapat memengaruhi operasional. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Data historis risiko
 - 1.1.2 Evaluasi kondisi internal dan eksternal

- 1.1.3 Prediksi tren masa depan yang relevan dengan industri olahraga.
- 1.2 Sumber yang relevan harus digunakan untuk mengumpulkan informasi yang berkaitan dengan identifikasi potensi risiko bisnis. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Keuangan
 - 1.2.2 Data historis insiden
 - 1.2.3 Tren pasar
 - 1.2.4 Perubahan regulasi
 - 1.2.5 Prediksi kondisi ekonomi atau industri.
- 1.3 Risiko bisnis harus diidentifikasi untuk memastikan kelangsungan operasional dan pencapaian tujuan organisasi. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Potensi ancaman dari manajemen keuangan
 - 1.3.2 Sumber daya manusia
 - 1.3.3 Perubahan regulasi atau kondisi ekonomi yang mempengaruhi kelangsungan bisnis.
- 1.4 Situasi operasional dan strategis harus dianalisis untuk mengidentifikasi risiko yang dapat mempengaruhi kegiatan sehari-hari serta perencanaan jangka panjang organisasi. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Evaluasi proses operasional
 - 1.4.2 Pengelolaan sumber daya
 - 1.4.3 Analisis terhadap perubahan eksternal yang mempengaruhi tujuan strategis.
- 1.5 Daftar risiko bisnis harus disusun untuk mengidentifikasi semua potensi risiko yang dapat mempengaruhi operasional bisnis. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Risiko keuangan
 - 1.5.2 Risiko operasional
 - 1.5.3 Risiko perubahan regulasi
 - 1.5.4 Risiko kondisi pasar
- 1.6 Standar manajemen risiko harus digunakan sebagai acuan dalam mengidentifikasi, menganalisis, dan mengelola risiko yang mungkin mempengaruhi bisnis. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Penerapan prosedur yang sesuai dengan standar internasional seperti ISO 31000 untuk memitigasi risiko dengan efektif.
- 1.7 Metodologi analisis risiko harus diterapkan untuk mengidentifikasi dan mengevaluasi risiko berdasarkan probabilitas dan dampaknya. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Pengumpulan data risiko
 - 1.7.2 Penggunaan alat analisis risiko
 - 1.7.3 Pemetaan risiko sesuai dengan standar industri yang berlaku.
- 1.8 Prioritas risiko harus ditentukan berdasarkan analisis terhadap dampak dan kemungkinan terjadinya, meliputi:
 - 1.8.1 Risiko yang memiliki potensi kerugian terbesar bagi operasional, keuangan, atau reputasi organisasi.
- 1.9 Analisis dampak harus dilakukan untuk menilai sejauh mana risiko dapat mempengaruhi operasional, keuangan, dan reputasi organisasi. Hal ini meliputi:

- 1.9.1 Pengukuran tingkat kerugian finansial
 - 1.9.2 Gangguan operasional
 - 1.9.3 Potensi kerusakan reputasi yang diakibatkan oleh terjadinya risiko.
- 1.10 Risiko bisnis harus diidentifikasi dan dianalisis secara menyeluruh untuk memastikan bahwa organisasi siap menghadapi potensi ancaman yang dapat mempengaruhi operasional atau keberlanjutan. Hal ini meliputi:
- 1.10.1 Risiko keuangan
 - 1.10.2 Risiko operasional
 - 1.10.3 Risiko regulasi
 - 1.10.4 Risiko persaingan.
- 1.11 Kategori yang ditetapkan oleh norma industri harus digunakan untuk mengklasifikasikan risiko bisnis agar proses analisis dan mitigasi risiko dilakukan sesuai standar yang berlaku. Hal ini meliputi:
- 1.11.1 Pengelompokan risiko ke dalam kategori seperti risiko keuangan, operasional, hukum, dan reputasi, sesuai dengan standar industri.
- 1.12 Strategi mitigasi risiko harus disusun untuk meminimalkan dampak dari potensi risiko yang teridentifikasi, meliputi:
- 1.12.1 Pengurangan kemungkinan terjadinya risiko
 - 1.12.2 Pembagian tanggung jawab dalam tim
 - 1.12.3 Pengelolaan sumber daya yang tepat untuk menanggulangi risiko.
- 1.13 Rencana mitigasi harus disusun untuk mengurangi dampak risiko terhadap bisnis dan memastikan kelangsungan operasional. Hal ini meliputi:
- 1.13.1 Identifikasi sumber daya yang diperlukan
 - 1.13.2 Langkah-langkah pencegahan
 - 1.13.3 Prosedur darurat yang diterapkan jika risiko terjadi.
- 1.14 Pemantauan risiko harus dilakukan secara berkala untuk menilai efektivitas strategi mitigasi yang telah diterapkan dan memastikan bahwa perubahan situasi internal maupun eksternal dapat diantisipasi. Hal ini meliputi:
- 1.14.1 Pengumpulan data risiko
 - 1.14.2 Analisis perubahan
 - 1.14.3 Penyesuaian strategi berdasarkan hasil evaluasi.
- 1.15 Pemantauan risiko harus dilakukan secara berkala untuk memastikan bahwa potensi risiko yang ada tetap terkontrol dan strategi mitigasi yang diterapkan berjalan dengan baik. Hal ini meliputi:
- 1.15.1 Tinjauan rutin terhadap perubahan kondisi bisnis
 - 1.15.2 Evaluasi efektivitas strategi mitigasi
 - 1.15.3 Penyesuaian yang diperlukan.
- 1.16 Perubahan internal dan eksternal harus diidentifikasi secara berkala untuk menilai dampaknya terhadap risiko bisnis dan memastikan bahwa strategi mitigasi dapat disesuaikan. Hal ini meliputi:
- 1.16.1 Perubahan dalam struktur organisasi
 - 1.16.2 Perubahan sumber daya
 - 1.16.3 Perubahan regulasi

1.16.4 Perubahan kondisi pasar.

2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Software analisis risiko
 - 2.1.2 Formulir evaluasi risiko
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 dokumentasi strategi mitigasi
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Standar manajemen risiko internasional, peraturan pemerintah terkait manajemen risiko, kebijakan organisasi olahraga
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 ISO 31000 (Manajemen Risiko), standar internasional untuk mitigasi risiko bisnis

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan bisnis Olahraga dengan metode observasi, wawancara, dan studi kasus.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang manajemen risiko
 - 3.1.2 Kemampuan analisis risiko
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 keterampilan penyusunan strategi mitigasi
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Kedisiplinan
 - 4.2 Ketelitian
 - 4.3 Tanggung jawab
 - 4.4 Kemampuan berpikir strategis
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk mengantisipasi risiko, menilai dampaknya secara objektif, dan menyusun rencana mitigasi yang efektif

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.016.1
JUDUL UNIT : Mengembangkan Pengetahuan dan Keterampilan Melatih secara Terus Menerus
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini berfokus pada pengembangan pengetahuan dan keterampilan melatih secara berkesinambungan, memastikan pelatih tetap mengikuti perkembangan terbaru dalam metodologi pelatihan, ilmu olahraga, dan teknologi. Unit ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas pelatihan melalui proses pembelajaran berkelanjutan dan penerapan praktik terbaik.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan pengembangan pengetahuan dan keterampilan melatih	<p>1.1 Kebutuhan pengembangan diidentifikasi berdasarkan hasil evaluasi terhadap kinerja olahragawan.</p> <p>1.2 Sumber informasi terbaru dianalisis untuk menemukan pengetahuan atau keterampilan yang relevan.</p> <p>1.3 Kebutuhan pengembangan disesuaikan dengan tren dan inovasi terbaru dalam olahraga.</p>
2. Mengikuti pelatihan dan pembelajaran berkelanjutan	<p>2.1 Pelatihan formal diikuti sesuai dengan standar kompetensi kepelatihan.</p> <p>2.2 Sumber pembelajaran yang relevan diidentifikasi dan diikuti sesuai kebutuhan.</p> <p>2.3 Sertifikasi atau lisensi terbaru diperoleh sesuai regulasi yang berlaku.</p>
3. Menerapkan pengetahuan dan keterampilan baru dalam latihan	<p>3.1 Pengetahuan baru diterapkan sesuai dengan kebutuhan spesifik olahragawan dan tujuan pelatihan.</p> <p>3.2 Metode latihan diperbarui sesuai hasil pembelajaran dan temuan terbaru dalam ilmu olahraga.</p> <p>3.3 Penggunaan teknologi atau alat baru diterapkan berdasarkan hasil pembelajaran.</p>
4. Memonitor efektivitas penerapan pengetahuan dan keterampilan baru	<p>4.1 Evaluasi berkala dilakukan berdasarkan hasil pelatihan olahragawan.</p> <p>4.2 Penyesuaian program latihan dilakukan berdasarkan hasil monitor efektivitas.</p> <p>4.3 Masukan dari olahragawan dan staf terkait dianalisis untuk perbaikan pelatihan.</p>
5. Mengembangkan jaringan profesional untuk pertukaran pengetahuan	<p>5.1 Pelatih berpartisipasi aktif dalam komunitas pelatih, konferensi, dan jaringan online.</p> <p>5.2 Pertukaran informasi dengan rekan profesional dilakukan secara konsisten.</p> <p>5.3 Kolaborasi dengan ahli lain di bidang yang relevan difasilitasi untuk peningkatan kompetensi.</p>

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Kebutuhan pengembangan harus diidentifikasi untuk memastikan peningkatan kompetensi pelatih seiring dengan perubahan tren dan perkembangan terbaru dalam metodologi pelatihan. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Evaluasi kinerja olahragawan
 - 1.1.2 Analisis informasi terbaru
 - 1.1.3 Penyesuaian terhadap inovasi dalam olahraga.
- 1.2 Hasil evaluasi terhadap kinerja olahragawan harus digunakan sebagai dasar untuk mengidentifikasi kebutuhan pengembangan keterampilan pelatih. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Analisis performa fisik, teknis, dan mental olahragawan yang diperoleh dari tes
 - 1.2.2 Observasi, dan umpan balik selama proses latihan dan pertandingan.
- 1.3 Sumber informasi harus diidentifikasi dan dianalisis untuk menemukan pengetahuan atau keterampilan yang relevan dengan kebutuhan pengembangan pelatih. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Jurnal ilmiah
 - 1.3.2 Buku pelatihan
 - 1.3.3 Artikel penelitian
 - 1.3.4 Pelatihan formal
 - 1.3.5 Konsultasi dengan ahli di bidang olahraga.
- 1.4 Kebutuhan pengembangan harus diidentifikasi berdasarkan evaluasi kinerja olahragawan dan tren terbaru dalam bidang olahraga. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Kebutuhan untuk meningkatkan pengetahuan teknis
 - 1.4.2 Keterampilan dalam menggunakan teknologi baru
 - 1.4.3 Pemahaman terhadap metodologi pelatihan yang inovatif.
- 1.5 Sumber pembelajaran yang relevan harus diidentifikasi untuk memastikan pengembangan pengetahuan dan keterampilan melatih tetap up-to-date. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Buku
 - 1.5.2 Jurnal ilmiah
 - 1.5.3 Kursus pelatihan
 - 1.5.4 Konferensi
 - 1.5.5 Materi pembelajaran digital yang berkaitan dengan metode dan teknologi terbaru dalam olahraga.
- 1.6 Evaluasi berkala harus dilakukan untuk memantau efektivitas penerapan pengetahuan dan keterampilan baru dalam latihan, meliputi:
 - 1.6.1 Pemantauan hasil latihan
 - 1.6.2 Penyesuaian program berdasarkan umpan balik
 - 1.6.3 Analisis terhadap perkembangan olahragawan.
- 1.7 Penyesuaian program latihan harus dilakukan berdasarkan hasil evaluasi efektivitas dan perkembangan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Perubahan intensitas
 - 1.7.2 Jenis latihan
 - 1.7.3 Frekuensi

- 1.7.4 Penerapan teknologi atau metode baru untuk mengoptimalkan hasil pelatihan.
- 1.8 Rekan profesional harus dilibatkan secara aktif dalam proses pertukaran pengetahuan untuk meningkatkan kompetensi. Hal ini meliputi:
 - 1.8.1 Sesama pelatih
 - 1.8.2 Ahli fisioterapi
 - 1.8.3 Dokter olahraga
 - 1.8.4 Analis kinerja
 - 1.8.5 Profesional lain yang bekerja dalam bidang terkait.
- 1.9 Ahli lain di bidang yang relevan harus dilibatkan untuk memberikan perspektif tambahan dan dukungan dalam pengembangan keterampilan kepelatihan. Hal ini meliputi:
 - 1.9.1 Ahli dalam fisiologi olahraga
 - 1.9.2 Psikologi olahraga
 - 1.9.3 Nutrisi
 - 1.9.4 Spesialis teknologi pelatihan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Buku pelatihan
 - 2.1.2 Alat bantu presentasi
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 Perangkat lunak analisis Olahraga dan teknologi pelatihan
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Aturan dan regulasi pelatihan yang diterapkan oleh federasi Olahraga nasional dan internasional
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar kompetensi pelatih
 - 4.2.2 Pedoman ilmu olahraga
 - 4.2.3 Standar keamanan dan keselamatan dalam pelatihan

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan pelatihan nyata dan menggunakan simulasi. Metode asesmen termasuk observasi langsung, wawancara, dan review dokumentasi pelatihan.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang tren terbaru dalam olahraga
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Penggunaan teknologi dalam pelatihan, dan keterampilan interpersonal dalam membangun jaringan profesional

4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Sikap proaktif dalam pengembangan diri
 - 4.2 Keingintahuan yang tinggi
 - 4.3 Keterbukaan terhadap inovasi
 - 4.4 Kolaboratif
5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk mengidentifikasi dan menerapkan pengetahuan baru yang relevan dengan tujuan pelatihan, serta kemampuan untuk menilai efektivitas penerapan dalam konteks pelatihan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.017.1
JUDUL UNIT : Menyiapkan Alternatif Alat Bantu Latihan Olahraga
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini mencakup kemampuan seorang pelatih Olahraga untuk menyiapkan alternatif alat bantu latihan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan olahragawan. Pelatih diharapkan dapat mengenali kebutuhan latihan, mengeksplorasi pilihan alat bantu yang inovatif, serta menyesuaikan peralatan dengan kondisi dan tujuan latihan yang spesifik.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan latihan olahragawan	1.1 Kebutuhan latihan diidentifikasi berdasarkan analisis kemampuan fisik olahragawan. 1.2 Kebutuhan spesifik alat bantu latihan diidentifikasi berdasarkan jenis Olahraga dan tujuan latihan.
2. Meninjau Ketersediaan Alat Bantu yang Ada	2.1 Alat bantu latihan yang ada dianalisis berdasarkan kondisi fisik dan fungsionalnya. 2.2 Keterbatasan alat bantu dalam mendukung latihan diidentifikasi berdasarkan evaluasi lapangan.
3. Mengeksplorasi alternatif alat bantu	3.1 Alternatif alat bantu diidentifikasi melalui riset pasar atau teknologi Olahraga terkini. 3.2 Alternatif alat bantu dinilai berdasarkan kegunaannya dalam meningkatkan performa latihan olahragawan.
4. Menguji kelayakan alat bantu alternatif	4.1 Alat bantu diuji dalam situasi latihan simulatif dan hasilnya dievaluasi. 4.2 Keamanan dan keefektifan alat bantu latihan alternatif dinilai berdasarkan standar keselamatan.
5. Menyesuaikan Alat Bantu Alternatif dengan Kondisi Latihan	5.1 Alat bantu disesuaikan dengan situasi latihan berdasarkan karakteristik lapangan dan kemampuan olahragawan. 5.2 Penyesuaian alat bantu dilakukan sesuai dengan hasil evaluasi penggunaan alat dalam sesi latihan.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Kebutuhan latihan harus diidentifikasi berdasarkan analisis terhadap kemampuan fisik, tujuan latihan, dan spesifikasi Olahraga yang dijalani oleh olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Jenis latihan yang diperlukan
 - 1.1.2 Intensitas latihan
 - 1.1.3 Alat bantu yang sesuai untuk mendukung pencapaian sasaran latihan.
- 1.2 Analisis kemampuan fisik olahragawan harus dilakukan untuk menentukan alat bantu latihan yang paling sesuai. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Evaluasi kekuatan
 - 1.2.2 Daya tahan

- 1.2.3 Fleksibilitas
- 1.2.4 Keseimbangan untuk memastikan bahwa alat bantu yang dipilih mendukung peningkatan performa dan keamanan olahragawan.
- 1.3 Kebutuhan spesifik alat bantu latihan harus diidentifikasi untuk memastikan bahwa alat yang dipilih sesuai dengan tujuan latihan dan kebutuhan individual olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Jenis alat bantu yang mendukung latihan kekuatan
 - 1.3.2 Kecepatan, atau fleksibilitas
 - 1.3.3 Alat yang disesuaikan dengan kondisi fisik dan teknis olahragawan.
- 1.4 Evaluasi lapangan harus dilakukan untuk memastikan bahwa alat bantu latihan efektif dan aman saat digunakan dalam situasi latihan nyata. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Pengujian alat bantu di lapangan
 - 1.4.2 Observasi respons olahragawan
 - 1.4.3 Penilaian fungsi serta keamanan alat selama latihan.
- 1.5 Alternatif alat bantu dapat disiapkan untuk memastikan kelangsungan latihan ketika alat bantu standar tidak tersedia atau tidak memadai. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Penggunaan alat bantu modifikasi
 - 1.5.2 Inovasi teknologi olahraga
 - 1.5.3 Alat bantu yang lebih sederhana tetapi tetap efektif dalam mencapai tujuan latihan.
- 1.6 Riset pasar harus dilakukan untuk mengidentifikasi alat bantu latihan yang inovatif dan sesuai dengan kebutuhan spesifik olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Analisis produk baru
 - 1.6.2 Evaluasi teknologi terkini
 - 1.6.3 Membandingkan berbagai pilihan alat bantu yang tersedia di pasar.
- 1.7 Standar keselamatan harus diterapkan untuk memastikan alat bantu latihan yang digunakan aman dan tidak membahayakan olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Pemeriksaan kualitas alat bantu
 - 1.7.2 Uji kelayakan alat dalam latihan
 - 1.7.3 Pemastian bahwa alat digunakan sesuai dengan pedoman keselamatan.
- 1.8 Karakteristik lapangan harus dipertimbangkan dalam penyesuaian alat bantu latihan untuk memastikan kesesuaian dengan kondisi tempat latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.8.1 Permukaan lapangan
 - 1.8.2 Ukuran lapangan
 - 1.8.3 Kondisi cuaca
 - 1.8.4 Faktor geografis yang memengaruhi proses latihan.
- 1.9 Kemampuan olahragawan harus dipertimbangkan dalam memilih dan menyesuaikan alat bantu latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.9.1 Kekuatan fisik
 - 1.9.2 Kelincahan

- 1.9.3 Daya tahan
- 1.9.4 Keterampilan teknis yang relevan dengan jenis latihan dan Olahraga yang diikuti.
- 2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat bantu standar
 - 2.1.2 Alat bantu modifikasi
 - 2.1.3 Alat bantu alternatif dari berbagai sumber
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Peraturan terkait keselamatan dalam penggunaan alat bantu latihan
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar keamanan latihan, pedoman efisiensi alat bantu dalam latihan olahraga

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Penilaian dilakukan di lingkungan latihan yang nyata dengan metode observasi langsung dan wawancara.
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pemahaman tentang teknologi dan inovasi alat bantu latihan
 - 3.1.2 Analisis kebutuhan olahragawan
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 keterampilan modifikasi alat bantu
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Ketelitian dalam mengidentifikasi kebutuhan
 - 4.2 Kreativitas dalam mencari alternatif
 - 4.3 Sikap bertanggung jawab terhadap keamanan olahragawan
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan untuk menilai efektivitas dan keamanan alat bantu alternatif secara komprehensif dan sesuai dengan standar yang ditetapkan

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.018.1
JUDUL UNIT : Memberikan Saran Gizi kepada Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan pelatih mampu memberikan saran gizi yang sesuai kepada olahragawan berdasarkan kebutuhan nutrisi individu, fase latihan, dan jenis olahraga. Pelatih diharapkan dapat membantu olahragawan mengoptimalkan performa melalui pendekatan gizi yang tepat.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kebutuhan gizi olahragawan	1.1 Informasi tentang kondisi fisik dan kesehatan olahragawan dikumpulkan berdasarkan wawancara dan hasil pemeriksaan medis. 1.2 Kebutuhan kalori dan makronutrien dianalisis sesuai dengan jenis Olahraga dan fase latihan. 1.3 Profil gizi olahragawan disusun berdasarkan data analisis yang diperoleh.
2. Menyusun saran gizi berdasarkan fase latihan dan kompetisi	2.1 Kebutuhan gizi diidentifikasi sesuai dengan fase latihan (pre-season, in-season, post-season). 2.2 Rencana konsumsi gizi disusun berdasarkan fase latihan dan jadwal kompetisi. 2.3 Rekomendasi hidrasi diberikan sesuai dengan durasi dan intensitas latihan atau pertandingan
3. Memberikan informasi terkait suplemen gizi	3.1 Kebutuhan suplemen diidentifikasi sesuai dengan kebutuhan individual olahragawan. 3.2 Informasi tentang penggunaan suplemen disampaikan berdasarkan penelitian terbaru. 3.3 Dampak penggunaan suplemen dijelaskan berdasarkan hasil studi klinis.
4. Memantau dan mengevaluasi perubahan kondisi gizi olahragawan	4.1 Pemantauan status gizi dilakukan secara berkala berdasarkan hasil pemeriksaan fisik. 4.2 Perubahan kondisi fisik dianalisis berdasarkan asupan gizi dan intensitas latihan. 4.3 Laporan kemajuan disusun dan rekomendasi perubahan gizi diberikan berdasarkan hasil evaluasi.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Informasi tentang kondisi fisik dan kesehatan olahragawan harus dikumpulkan secara akurat melalui wawancara dan pemeriksaan medis. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Erat badan
 - 1.1.2 Komposisi tubuh
 - 1.1.3 Riwayat cedera

- 1.1.4 Hasil tes medis untuk memastikan bahwa saran gizi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan individu.
- 1.2 Hasil pemeriksaan medis harus digunakan sebagai dasar dalam menentukan kebutuhan gizi olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Hasil tes darah
 - 1.2.2 Analisis komposisi tubuh
 - 1.2.3 Pemeriksaan kesehatan umum yang menunjukkan kondisi fisik dan kebutuhan spesifik olahragawan.
- 1.3 Kebutuhan kalori dan makronutrien harus dihitung dan disesuaikan dengan jenis Olahraga dan intensitas latihan. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Karbohidrat untuk energi
 - 1.3.2 Protein untuk pemulihan otot, dan lemak untuk fungsi tubuh yang optimal.
- 1.4 Profil gizi olahragawan harus disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan nutrisi individu, meliputi:
 - 1.4.1 Kebutuhan kalori
 - 1.4.2 Asupan makronutrien
 - 1.4.3 Mikronutrien yang sesuai dengan intensitas latihan
 - 1.4.4 Jenis olahraga, tujuan performa olahragawan.
- 1.5 Data analisis harus mencakup hasil pemeriksaan fisik, kebutuhan kalori, dan informasi terkait riwayat diet olahragawan, serta digunakan untuk menyusun profil gizi yang tepat. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Penilaian kondisi kesehatan
 - 1.5.2 Pola makan
 - 1.5.3 Kebutuhan makronutrien dan mikronutrien.
- 1.6 Rencana konsumsi gizi harus disusun untuk memastikan olahragawan mendapatkan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan fisik mereka. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Penentuan jenis dan jumlah makronutrien serta mikronutrien yang dibutuhkan sesuai dengan intensitas latihan dan jadwal kompetisi.
- 1.7 Rekomendasi hidrasi harus disesuaikan dengan intensitas dan durasi latihan, serta kebutuhan cairan tubuh olahragawan untuk menjaga keseimbangan dan mencegah dehidrasi. Hal ini meliputi:
 - 1.7.1 Jumlah cairan yang harus dikonsumsi sebelum, selama, dan setelah latihan atau pertandingan.
- 1.8 Kebutuhan suplemen harus diidentifikasi berdasarkan analisis kebutuhan nutrisi individu olahragawan, meliputi:
 - 1.8.1 Vitamin
 - 1.8.2 Mineral
 - 1.8.3 Protein
 - 1.8.4 Zat gizi lainnya yang mendukung pemulihan dan peningkatan performa.
- 1.9 Informasi tentang penggunaan suplemen harus disampaikan berdasarkan penelitian terbaru dan studi klinis, meliputi:
 - 1.9.1 Jenis suplemen
 - 1.9.2 Dosis yang direkomendasikan
 - 1.9.3 Manfaat bagi performa olahragawan

- 1.9.4 Potensi risiko atau efek samping yang perlu diwaspadai.
- 1.10 Dampak penggunaan suplemen harus dijelaskan kepada olahragawan untuk memberikan pemahaman yang tepat mengenai manfaat dan risiko yang mungkin terjadi. Hal ini meliputi:
 - 1.10.1 Peningkatan performa
 - 1.10.2 Risiko efek samping
 - 1.10.3 Potensi ketergantungan pada suplemen.
- 1.11 Pemantauan status gizi harus dilakukan secara berkala untuk memastikan bahwa kondisi gizi olahragawan sesuai dengan kebutuhan latihan dan kompetisi. Hal ini meliputi:
 - 1.11.1 Pengukuran berat badan
 - 1.11.2 Analisis komposisi tubuh
 - 1.11.3 Evaluasi asupan nutrisi dan hidrasi.
- 1.12 Laporan kemajuan harus disusun secara berkala untuk mengidentifikasi perkembangan status gizi dan kondisi fisik olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.12.1 Perubahan berat badan
 - 1.12.2 Komposisi tubuh
 - 1.12.3 Penilaian performa berdasarkan asupan gizi dan intensitas latihan.
- 2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Alat ukur berat badan, analisis komposisi tubuh (*body composition analysis*)
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 aplikasi pemantauan gizi
 - 2.2.2 Pedoman gizi olahraga
- 3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 (Tidak ada.)
- 4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Standar kebutuhan kalori dan nutrisi untuk olahragawan, rekomendasi hidrasi

PANDUAN PENILAIAN

- 1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lapangan, pusat kebugaran, atau fasilitas pelatihan. Metode asesmen berupa observasi langsung, wawancara, dan peninjauan dokumen rencana gizi
- 2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
- 3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang gizi olahraga, komposisi tubuh, kebutuhan nutrisi makro dan mikro, serta suplemen olahraga

- 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 (Tidak ada.)
- 4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Kritis
 - 4.2 Analitis
 - 4.3 Komunikatif
 - 4.4 Responsif terhadap kebutuhan individual
- 5. Aspek kritis
 - 5.1 Kemampuan menganalisis kebutuhan gizi berdasarkan jenis Olahraga dan fase latihan
 - 5.2 Kemampuan menyesuaikan rencana gizi dengan kondisi fisik olahragawan
 - 5.3 Pemahaman tentang penggunaan suplemen secara aman

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.019.1
JUDUL UNIT : Melakukan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini bertujuan untuk memastikan pelatih Olahraga memiliki kemampuan dalam Memberikan Pertolongan Pertama pada Kegawatdaruratan Olahragawan secara cepat dan tepat saat menghadapi kegawatdaruratan pada olahragawan, sesuai dengan standar keselamatan dan protokol medis yang berlaku.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi kegawatdaruratan	1.1 Kondisi kegawatdaruratan dikenali berdasarkan gejala yang ditunjukkan oleh olahragawan. 1.2 Penilaian awal situasi dilakukan dengan cepat dan tepat sesuai dengan standar penanganan medis darurat. 1.3 Jenis cedera atau kondisi darurat olahragawan diidentifikasi berdasarkan pemeriksaan visual dan komunikasi dengan olahragawan.
2. Melakukan tindakan pertolongan pertama	2.1 Pertolongan pertama diberikan sesuai dengan jenis kegawatdaruratan dan teknik pertolongan yang tepat. 2.2 Langkah-langkah pertolongan dilakukan berdasarkan protokol medis yang relevan, tanpa memperparah kondisi olahragawan. 2.3 Peralatan pertolongan pertama digunakan sesuai dengan kebutuhan dan jenis cedera olahragawan.
3. Menyiapkan olahragawan untuk penanganan lebih lanjut	3.1 Olahragawan disiapkan untuk transportasi menuju fasilitas kesehatan jika diperlukan. 3.2 Komunikasi dengan tim medis atau penyedia layanan darurat dilakukan dengan tepat sesuai standar komunikasi kegawatdaruratan. 3.3 Olahragawan dijaga dalam kondisi yang aman sampai bantuan lebih lanjut datang.
4. Melakukan dokumentasi kegawatdaruratan	4.1 Dokumentasi kejadian kegawatdaruratan dilakukan secara tepat dan sesuai prosedur. 4.2 Riwayat kondisi olahragawan sebelum dan sesudah kejadian dicatat berdasarkan informasi yang tersedia.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

- 1.1 Kondisi kegawatdaruratan harus dikenali dan ditangani segera untuk mencegah situasi yang lebih serius atau fatal. Hal ini meliputi:
 - 1.1.1 Cedera fisik berat
 - 1.1.2 Pendarahan
 - 1.1.3 Cedera kepala
 - 1.1.4 Kondisi medis seperti serangan jantung atau gagal napas.

- 1.2 Gejala yang ditunjukkan oleh olahragawan harus dikenali dengan cepat untuk mengidentifikasi kondisi kegawatdaruratan. Hal ini meliputi:
 - 1.2.1 Pendarahan
 - 1.2.2 Kesulitan bernapas
 - 1.2.3 Nyeri hebat, atau kehilangan kesadaran.
- 1.3 Penilaian awal situasi harus dilakukan dengan cepat dan menyeluruh untuk mengidentifikasi kondisi kegawatdaruratan, termasuk potensi bahaya dan keadaan fisik olahragawan. Hal ini meliputi:
 - 1.3.1 Pemeriksaan visual
 - 1.3.2 Identifikasi gejala
 - 1.3.3 Evaluasi lingkungan sekitar untuk memastikan keamanan dan langkah pertolongan pertama yang tepat.
- 1.4 Standar penanganan medis darurat harus diikuti dengan cermat untuk memastikan keselamatan olahragawan dalam situasi darurat. Hal ini meliputi:
 - 1.4.1 Penilaian cepat terhadap kondisi
 - 1.4.2 Pelaksanaan langkah-langkah pertolongan pertama yang sesuai
 - 1.4.3 Koordinasi dengan tim medis atau penyedia layanan darurat.
- 1.5 Jenis cedera harus diidentifikasi secara cepat dan tepat untuk menentukan tindakan pertolongan pertama yang sesuai. Hal ini meliputi:
 - 1.5.1 Cedera otot
 - 1.5.2 Patah tulang
 - 1.5.3 Luka terbuka
 - 1.5.4 Kondisi medis mendadak seperti serangan jantung atau dehidrasi.
- 1.6 Kondisi darurat olahragawan harus diidentifikasi secara cepat berdasarkan gejala fisik dan medis yang ditunjukkan. Hal ini meliputi:
 - 1.6.1 Cedera fisik serius
 - 1.6.2 Pendarahan
 - 1.6.3 Kondisi medis mendadak yang mengancam keselamatan olahragawan.
- 1.7 Pemeriksaan visual sebaiknya meliputi:
 - 1.7.1 Pengamatan terhadap kondisi fisik olahragawan yang mencakup warna kulit
 - 1.7.2 Ekspresi wajah
 - 1.7.3 Postur tubuh
 - 1.7.4 Gerakan yang tidak wajar
 - 1.7.5 Adanya luka atau perdarahan.
- 1.8 Pertolongan pertama harus meliputi:
 - 1.8.1 Tindakan pencegahan terhadap kondisi yang memburuk
 - 1.8.2 Stabilisasi kondisi vital olahragawan
 - 1.8.3 Penggunaan peralatan medis darurat yang sesuai seperti kotak P3K dan AED (*Automated External Defibrillator*)
 - 1.8.4 Komunikasi efektif dengan tim medis darurat untuk mendapatkan bantuan lebih lanjut.

- 1.9 Jenis cedera olahragawan dapat meliputi:
 - 1.9.1 Cedera seperti keseleo
 - 1.9.2 Terkilir
 - 1.9.3 Patah tulang
 - 1.9.4 Robekan ligamen
 - 1.9.5 Cedera otot
 - 1.9.6 Pendarahan internal
 - 1.9.7 Gegar otak
- 1.10 Cedera pada sendi atau tulang belakang. Riwayat kondisi olahragawan harus meliputi:
 - 1.10.1 Riwayat cedera
 - 1.10.2 Kondisi kesehatan kronis
 - 1.10.3 Alergi
 - 1.10.4 Obat-obatan yang sedang dikonsumsi
 - 1.10.5 Informasi lain yang relevan dengan penanganan kegawatdaruratan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Kotak P3K standar
 - 2.1.2 Tandu
 - 2.1.3 Es kompres
 - 2.1.4 Alat pernapasan darurat (jika diperlukan)
 - 2.1.5 Defibrillator otomatis eksternal (AED)
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Protokol penanganan kegawatdaruratan di lapangan, standar keselamatan Olahraga nasional dan internasional, peraturan medis kegawatdaruratan
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Pedoman keselamatan olahraga, protokol kesehatan darurat dari organisasi Olahraga dan medis

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan melalui simulasi penanganan darurat di lapangan, latihan, atau kompetisi. Dapat dilakukan dengan metode studi kasus atau observasi langsung.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang tanda-tanda kegawatdaruratan medis dan fisik
 - 3.1.2 Teknik pertolongan pertama
 - 3.1.3 Penggunaan peralatan darurat
 - 3.1.4 Prosedur transportasi olahragawan yang aman

3.2 Keterampilan

3.2.1 (Tidak ada.)

4. Sikap kerja yang diperlukan

4.1 Cepat tanggap, tenang di bawah tekanan, komunikasi efektif dengan tim dan olahragawan, serta kepatuhan terhadap protokol medis

5. Aspek kritis

5.1 Kecepatan dan ketepatan dalam pengenalan kegawatdaruratan, ketepatan prosedur dalam pertolongan pertama, dan komunikasi yang efektif dengan tim medis serta penyedia layanan darurat

KODE UNIT : SKTK-R.93ORP10.020.1
JUDUL UNIT : Memastikan Kesehatan dan Keselamatan Olahragawan
DESKRIPSI UNIT : Unit kompetensi ini berfokus pada kemampuan pelatih untuk memastikan kesehatan dan keselamatan (K3) olahragawan selama latihan dan kompetisi. Unit ini mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk mengenali risiko, memastikan tindakan pencegahan, dan menangani kondisi darurat terkait K3.

ELEMEN KOMPETENSI	KRITERIA UNJUK KERJA
1. Mengidentifikasi risiko kesehatan dan keselamatan	1.1. Potensi risiko kesehatan dan keselamatan diidentifikasi berdasarkan kondisi fisik olahragawan dan lingkungan latihan sesuai dengan standar K3 yang berlaku. 1.2. Analisis risiko dilakukan berdasarkan pedoman keselamatan Olahraga yang relevan. 1.3. Prioritas risiko ditentukan sesuai dengan dampak terhadap keselamatan olahragawan.
2. Mengambil tindakan pencegahan	2.1 Prosedur keselamatan diterapkan berdasarkan identifikasi risiko yang dilakukan sebelumnya. 2.2 Peralatan keselamatan diperiksa dan dipastikan sesuai dengan standar yang berlaku dalam olahraga. 2.3 Komunikasi tentang tindakan pencegahan diberikan kepada olahragawan sesuai dengan instruksi K3.
3. Mengawasi pelaksanaan K3	3.1 Pemantauan dilakukan terhadap penggunaan peralatan keselamatan sesuai dengan standar K3 yang ditetapkan. 3.2 Kepatuhan olahragawan terhadap prosedur keselamatan dipantau berdasarkan panduan yang telah diberikan. 3.3 Kondisi lingkungan latihan dipastikan sesuai dengan standar keselamatan yang berlaku.

BATASAN VARIABEL

1. Konteks variabel

1.1 Potensi risiko kesehatan dan keselamatan sebaiknya meliputi:

- 1.1.1 Kondisi lingkungan latihan yang tidak aman
- 1.1.2 Penggunaan peralatan yang tidak tepat
- 1.1.3 Kondisi fisik olahragawan yang tidak optimal
- 1.1.4 Intensitas aktivitas yang berlebihan.

1.2 Lingkungan latihan harus meliputi:

- 1.2.1 Kondisi permukaan tempat latihan
- 1.2.2 Kualitas udara
- 1.2.3 Pencahayaan
- 1.2.4 Suhu
- 1.2.5 Potensi bahaya lainnya yang dapat memengaruhi kesehatan dan keselamatan olahragawan.

- 1.3 Analisis risiko harus meliputi:
 - 1.3.1 Identifikasi potensi bahaya
 - 1.3.2 Penilaian tingkat keparahan risiko
 - 1.3.3 Penentuan langkah-langkah pencegahan
 - 1.3.4 Rekomendasi tindakan mitigasi yang sesuai untuk memastikan kesehatan dan keselamatan olahragawan selama latihan dan kompetisi.
- 1.4 Prioritas risiko sebaiknya meliputi:
 - 1.4.1 Risiko cedera fisik
 - 1.4.2 Risiko kondisi medis mendadak
 - 1.4.3 Risiko lingkungan latihan yang tidak aman
 - 1.4.4 Risiko penggunaan peralatan yang tidak sesuai standar keselamatan.
- 1.5 Dampak terhadap keselamatan olahragawan harus meliputi:
 - 1.5.1 Risiko cedera fisik
 - 1.5.2 Gangguan kesehatan akibat kondisi lingkungan latihan
 - 1.5.3 Penggunaan peralatan yang tidak sesuai standar
 - 1.5.4 Potensi bahaya lainnya yang dapat membahayakan keselamatan olahragawan selama aktivitas olahraga.
- 1.6 Prosedur keselamatan harus meliputi:
 - 1.6.1 Pemeriksaan peralatan keselamatan sebelum digunakan
 - 1.6.2 Pengawasan penggunaan alat pelindung diri oleh olahragawan
 - 1.6.3 Penilaian risiko lingkungan latihan
 - 1.6.4 Penyampaian informasi terkait protokol keselamatan kepada olahragawan.
- 1.7 Peralatan keselamatan harus meliputi:
 - 1.7.1 Helm untuk melindungi kepala
 - 1.7.2 Pelindung tubuh seperti pelindung dada, siku, dan lutut untuk mengurangi risiko cedera pada bagian tubuh tertentu
 - 1.7.3 Matras yang digunakan dalam Olahraga tertentu untuk mengurangi dampak jatuh atau benturan.
- 1.8 Tindakan pencegahan harus meliputi:
 - 1.8.1 Pemeriksaan kondisi fisik olahragawan sebelum latihan
 - 1.8.2 Penggunaan peralatan pelindung yang sesuai
 - 1.8.3 Penyesuaian intensitas latihan berdasarkan kemampuan fisik olahragawan
 - 1.8.4 Pemantauan kondisi lingkungan latihan untuk memastikan keselamatan.
- 1.9 Pemantauan harus meliputi:
 - 1.9.1 Pemeriksaan rutin terhadap peralatan keselamatan
 - 1.9.2 Observasi langsung terhadap kepatuhan olahragawan terhadap prosedur keselamatan
 - 1.9.3 Penilaian kondisi lingkungan latihan untuk memastikan tetap sesuai dengan standar keselamatan yang berlaku.

- 1.10 Kondisi lingkungan latihan harus meliputi:
 - 1.10.1 Permukaan lapangan atau lantai
 - 1.10.2 Kualitas udara, pencahayaan, suhu lingkungan
 - 1.10.3 Keamanan peralatan yang digunakan selama latihan.
2. Peralatan dan perlengkapan
 - 2.1 Peralatan
 - 2.1.1 Helm
 - 2.1.2 Pelindung,
 - 2.1.3 Alat pertolongan pertama.
 - 2.1.4 Alat ukur performa dan lingkungan yang mendukung keselamatan olahragawan.
 - 2.2 Perlengkapan
 - 2.2.1 (Tidak ada.)
3. Peraturan yang diperlukan
 - 3.1 Peraturan kesehatan Olahraga dan kegawatdaruratan
4. Norma dan standar
 - 4.1 Norma
 - 4.1.1 (Tidak ada.)
 - 4.2 Standar
 - 4.2.1 Protokol kegawatdaruratan yang berlaku, termasuk pedoman WHO atau badan Olahraga terkait

PANDUAN PENILAIAN

1. Konteks penilaian
 - 1.1 Asesmen dilakukan di lingkungan nyata atau simulasi yang menilai kemampuan pelatih dalam mengidentifikasi risiko, menerapkan tindakan pencegahan, dan menangani kondisi darurat terkait K3. Asesmen dapat dilakukan melalui observasi langsung, simulasi, atau review dokumentasi terkait.
2. Persyaratan kompetensi
 - 2.1 (Tidak ada.)
3. Pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan
 - 3.1 Pengetahuan
 - 3.1.1 Pengetahuan tentang regulasi K3 yang berlaku.
 - 3.1.2 Kemampuan mengidentifikasi risiko dan menerapkan tindakan pencegahan.
 - 3.2 Keterampilan
 - 3.2.1 Keterampilan komunikasi untuk menyampaikan prosedur keselamatan.
 - 3.2.2 Kemampuan menangani kondisi darurat dengan cepat dan tepat.
4. Sikap kerja yang diperlukan
 - 4.1 Keterampilan komunikasi untuk menyampaikan prosedur keselamatan.
 - 4.2 Kemampuan menangani kondisi darurat dengan cepat dan tepat.

5. Aspek kritis
 - 5.1 Keterampilan komunikasi untuk menyampaikan prosedur keselamatan.
 - 5.2 Kemampuan menangani kondisi darurat dengan cepat dan tepat.

MENTERI PEMUDA DAN OLAHRAGA
REPUBLIK INDONESIA,

ttd

ARIO BIMO NANDITO ARIOTEDJO