



Penerapan Olahraga Tradisional dan Modifikasi Permainan Kecil

Zuhar Ricky¹, Kelik Purwanto²

Universitas Dharma Indonesia, Jl. Lintas Sumatra km. 18 Kotobaru Sumatra Barat 27681

*E-mail: zuharricky@gmail.com

ABSTRAK

Olahraga tradisional dan modifikasi secara umum bertujuan untuk perkembangan motorik anak, juga dapat membantu mengembangkan intelegensi anak. Olahraga tradisional dan modifikasi banyak sekali digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, namun pada kenyataannya masih banyak guru-guru dan anak belum mengenal olahraga tradisional dan modifikasi permainan. Namun secara khusus olahraga tradisional yang disosialisasikan adalah olahraga yang berasal dari daerah masing-masing yaitu olahraga Sumatra Barat, sedangkan modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru, unik, dan menarik. Metode yang digunakan adalah metode sosialisasi yang terbagi menjadi 3 tahap yaitu 1) tahap pertama yakni orientasi, dimana dalam tahap ini tim melakukan pengkondisian peserta mulai dari observasi awal 2) Implementasi dalam kegiatan ini semua siswa mempraktikkan modifikasi permainan di kelas dan di luar kelas, mengajarkan olahraga tradisional ke siswa mulai dari peraturan, cara melakukan, alat yang digunakan, dan cara melakukan permainan tersebut 3) tahap ketiga yakni evaluasi, *sharing* bersama antara tim dan siswa serta guru yang mengajar di SDN 06 Sitiung. Melalui evaluasi ini dapat diukur capaian yang didapat dari kegiatan pengabdian yang diselenggarakan dengan melihat persentase dari *pretest* dan *posttest* dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan seputar peraturan olahraga tradisional dan modifikasi permainan yang sudah diterapkan.

Kata kunci: Olahraga Tradisional, Modifikasi, Permainan Kecil

ABSTRACT

Traditional sports and modifications in general aim at children's motor development, and can also help develop children's intelligence. Traditional and modified sports are widely used in physical education learning, but in fact there are still many teachers and children who are not familiar with traditional sports and game modification. However, in particular the traditional sports that are socialized are sports originating from their respective regions, namely West Sumatra sports, while modification is an effort made to create and present something new, unique, and interesting. The method used is the socialization method which is divided into 3 stages, namely 1) the first stage namely orientation, where in this stage the team conducts participant conditioning starting from initial observations 2) Implementation in this activity all students practice game modification in class and outside the classroom, teaching traditional sports to students starting from the rules, how to do it, the tools used, and how to play the game 3) the third stage, namely evaluation, sharing together between the team and students and teachers who teach at SDN 06 Sitiung. Through this evaluation, the achievements obtained from the service activities can be measured by looking at the percentage of the pretest and posttest by answering questions about traditional sports rules and game modifications that have been implemented..

Keywords : Traditional Sports, Modifications, Small Games

A. PENDAHULUAN

Abad 21 merupakan zaman dimana arus globalisasi menjadi sangat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat baik orang dewasa maupun anak-anak (Ricky, 2020). Salah satu dampak yang paling dirasakan adalah dengan adanya *gadget* terutama *smartphone* (Ricky et al., 2020). Dengan adanya teknologi ini dan didukung dengan koneksi internet membuat anak bebas mengakses apapun yang mereka inginkan, contohnya *games*, video, gambar, artikel, musik, dan lain-lain. Anak lebih disibukkan dengan HP sehingga berpengaruh terhadap aktivitas fisik contohnya dalam hal bermain. *Games* pada HP tidak menuntut motorik anak untuk bergerak lebih aktif hanya terfokus pada jari-jari tangan dan mata yang membuat kesehatan mata dan organ lain terganggu (Hanief & Sugito, 2015). Hal ini berbeda dengan permainan-permainan zaman dulu yang telah ada pada zaman nenek moyang kita. Anak-anak zaman sekarang banyak tidak mengenal permainan tradisional yang berasal dari daerah mereka sendiri (Ricky & Triana, 2019).

Penerapan olahraga tradisional dan modifikasi permainan di sekolah sangat bermanfaat sekali untuk perkembangan motorik atau gerak anak. Bukan hanya pada perkembangan motorik saja tetapi juga berdampak ke perkembangan aspek yang lain, seperti attitude (sikap), kognitif (pengetahuan), social dari anak. Dengan adanya penerapan olahraga tradisional dan modifikasi permainan kecil secara otomatis akan mengurangi aktivitas bermain *gadget* terutama *smartphone*, efek penggunaan gadget sangatlah banyak sekali diantara membuat anak agresif, badan akan cenderung gemuk karena aktivitas lebih banyak duduk daripada bergerak, mata kering karena hanya terfokus ke layar gadget serta tidak peka terhadap lingkungan sekitar karena hanya terfokus ke gadgetnya saja.

Berdasarkan fakta ini kami tertarik untuk melakukan kegiatan yang tujuannya untuk memperkenalkan olahraga tradisional berupa permainan beserta permainan kecil dalam olahraga yang dimodifikasi.

B. METODE

Lokasi Kegiatan ini dilakukan di SDN 06 Situng Kabupaten Dharmasraya Provinsi Sumatra Barat. Kegiatan yang dilakukan adalah menerapkan olahraga tradisional dan

modifikasi permainan kecil dalam pembelajaran PENJASORKES di Sekolah Dasar. Metode yang digunakan adalah metode sosialisasi yang terbagi menjadi 3 tahap (Kurniawan Pratama et al., 2020). 1) tahap pertama yakni orientasi, dimana dalam tahap ini tim melakukan pengkondisian peserta mulai dari observasi awal, yaitu mengunjungi sekolah yang akan dilakukan penerapan olahraga tradisional dan modifikasi permainan kecil, tujuan observasi untuk meminta izin dan untuk menentukan jadwal dari pengabdian yang akan dilakukan.

Kegiatan pengabdian ini kepada masyarakat ini dilakukan dengan melakukan analisis terlebih dahulu dengan penyebaran angket analisis kebutuhan pada anak-anak SDN 06 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Analisis dilakukan mengidentifikasi permasalahan yang ada pada anak-anak yang dapat kita carikan solusinya dengan kegiatan pengabdian masyarakat Program studi PENJASKESREK FKIP UNDHARI.

Kemudian tim yang terdiri dari 6 orang 1) Zuhar Ricky, M.Pd sebagai ketua 2) Andiyanto sebagai anggota, Putri Bintang sebagai anggota, Hendra Wawan Saputra sebagai anggota, Ahmad sebagai anggota, Hapizin Al-Mahbub sebagai anggota, semua tim mempersiapkan peralatan-peralatan yang akan digunakan pada saat sosialisasi, seperti bola, cone, tali, busa, balon, ban, karton, tali, dan alat yang dibutuhkan pada saat melakukan kegiatan. Kemudian tim juga menentukan siapa yang akan menjadi pengajar dan pemateri yang melibatkan 1 orang mahasiswa.



Gambar 1 Melakukan Observasi di Kelas

2) tahap kedua, yakni implementasi, yakni pelaksanaannya dilaksanakan pada tanggal 23-25 Oktober 2020 yang bertempat di SD 06 Sitiung Kabupaten Dharmasraya Sumatra Barat. Kegiatan dilakukan pada jam pelajaran PENJASORKES yaitu jam 10.30-12.00 WIB. Dalam kegiatan ini mempraktikkan modifikasi permainan di kelas dan di luar kelas, mengajarkan olahraga tradisional ke siswa mulai dari peraturan, cara melakukan, alat yang digunakan, dan cara melakukan permainan tersebut.

Sebelum melakukan praktik di luar kelas terlebih dahulu diberikan materi tentang modifikasi permainan yang ada di kelas, ini bertujuan untuk membuat siswa lebih aktif dan senang dalam pembelajaran yang ada di kelas. Dalam pembelajaran sebaiknya di mulai dan diakhiri dengan sebuah permainan yang membuat antusias anak-anak naik. Modifikasi ini dapat dilakukan selama 10-15 menit.



Gambar 2 Pemberian materi di kelas

Setelah diberikan modifikasi di dalam kelas lalu tim memberikan materi diluar kelas, yang tujuannya mengembang motorik anak, menjaga dahan tahan tubuh anak, membentuk fisik atau tubuh anak, mengembangkan intelenjensi, serta aspek-aspek lain seperti disiplin, tanggung jawab, kerjasama, toleransi, saling menghargai dan lain sebagainya. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan alat-alat sederhana seperti cone/mangkuk, tali, bola, ban, kardus bekas, balon dan lain-lain. Kegiatan ini dilakukan 2 kali pertemuan, setiap

pertemuannya selama 3 jam pembelajaran yang ditetapkan oleh sekolah.



Gambar 3 Pemberian materi di luar kelas



Gambar 4 Refleksi dan Pendinginan



Gambar 5 Foto bersama dengan siswa

3) Tahap ketiga yakni evaluasi, sharing bersama antara tim dan siswa serta guru yang mengajar di SDN 06 Sitiung. Dalam evaluasi ini di nilai *inter-personal skill* yaitu perkembangan gerak dari anak, sedang *intra-personal skill* yaitu dari dalam diri siswa seperti karakter dari siswa seperti kerjasama, tanggung jawab, percaya diri, sopan santun dan lain sebgainya. Melalui evaluasi ini dapat diukur capaian yang didapat dari kegiatan pengabdian yang diselenggarakan dengan melihat persentase dari pretest dan posttest dengan menjawab pertanyaan-pertanyaan seputar peraturan olahraga tradisional dan modifikasi permainan yang sudah diterapkan.

C. HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Permasalahan yang sering terjadi pada siswa di Sekolah Dasar adalah kurangnya minat melakukan aktivitas atau gerak, ini disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya yang berasal dari dalam diri dan luar. Sehingga motorik anak-anak di SD masih kaku dan terlihat pada kehidupan mereka sehari-hari. Contoh saat berjalan, berlari, bekerja ini akan terlihat sekali karena kurangnya pembiasaan meakukan kegiatan yang tujuan membantu mengembangkan gerak anak (Fahmil Haris, Fahd Mukhtarsyaf, 2018).

Dari kegiatan pengabdian ini diperoleh adalah berupa pengetahuan dari anak-anak, yaitu berbagai macam olahraga tradisional dan modifikasi permainan. Prodi PENJASKESREK

telah melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi olahraga tradisional dan modifikasi permainan kecil di SDN 06 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Kegiatan ini dilakukan guna mensosialisasikan olahraga tradisional yang ada di daerah serta modifikasi permainan kecil. Diharapkan agar kegiatan pengabdian ini dapat dilakukan secara berkelanjutan ke SD yang ada di Kabupaten Dharmasraya.

D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang dijelaskan di atas dapat diperoleh kesimpulan adanya efek terhadap motivasi siswa dalam melakukan kegiatan, dan perkembangan motorik siswa. Prodi PENJASKESREK telah melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi olahraga tradisional dan modifikasi permainan kecil di SDN 06 Sitiung Kabupaten Dharmasraya. Kegiatan ini dilakukan guna mensosialisasikan olahraga tradisional yang ada di daerah serta modifikasi permainan kecil.

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada kepala sekolah, guru-guru, anggota tim yang terdiri dari mahasiswa Penjaskesrek, siswa di SDN 06 Sitiung yang telah memberikan izin pengabdian ini terlaksana, dan juga kepada rektor, dekan, ketua LPPM Universitas Dharmas Indonesia yang telah mendukung pengabdian ini terlaksana.

F. DAFTAR RUJUKAN

- Fahmil Haris, Fahd Mukhtarsyaf, L. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Berbasis Media Audio visual Bagi Siswa SDN di Kecamatan Kuranji Padang. *STAMINA*.
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*.
https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
- Kurniawan Pratama, A., Taufik, M. S., & Rahadian, A. (2020). Sosialisasi Peraturan Perlombaan Panahan Di Lingkungan Priangan Tengah. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*.
<https://doi.org/10.24036/jba.v2i1.50>
- Ricky, Z. (2020). Pengaruh Latihan Box Drill

- Terhadap Kemampuan Smash Bola Voli. *Halaman Olahraga Nusantara (HON)*, 3(II), 112–123.
- Ricky, Z., Prananda, G., Triana, E., Education, R., Training, T., Faculty, E., Indonesia, U. D., Sumatra, W., Training, T., Faculty, E., Indonesia, D., & Sumatra, W. (2020). *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* *DEVELOPMENT OF PLYOMETRIC EXERCISES IN LEARNING*. 4(2).
- Ricky, Z., & Triana, E. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Dengan Modifikasi Permainan Kecil Di Sekolah Dasar. *Biomatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 5(02), 161–167.
<https://doi.org/10.35569/biormatika.v5i02.516>