

PELATIHAN OLAHRAGA TRADISIONAL KEPADA GURUDI KOTA CILEGON

Hartman Nugraha¹, Hernawan², Masnur Ali³

^{1,2,3}Program Studi Olahraga Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
hanugra09@gmail.com, hernawan@unj.ac.id, masnuali@unj.ac.id

Abstract

The purpose of the outreach program to the community is to provide training to teachers regarding traditional game learning materials at school. The method of carrying out activities is that of instructors from academics and competent practitioners in the field. This learning involves changing the values, feelings, skills and knowledge students acquire through activities they do. Participants were present in an activity of 50 sports teachers. It is hoped that curriculum materials will be more interesting and have the latitude to present all aspects of basic motion and exercise action to achieve those aspects that serve the purpose and function of coaching, activities designed to benticate the various forms of presentation of traditional games, individual and group work, the application of simple discipline and rules. The program consists of traditional game models that are adapted to fun, exciting, and accessible elementary children. The wide target to be achieved is that an elementary school teacher will be able to do fun outside class learning by following the shapes of models developed, adding learning references to teachers, making youtube videos so that other teachers can be admitted to and published in the community service journal.

Keywords: training, application of traditional games

Abstrak

Tujuan pada Program Pengabdian Pada Masyarakat ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada para guru terkait pembelajaran materi permainan tradisional di sekolah. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan metode instruktur yang berasal dari akademisi dan praktisi yang sudah berkompeten dibidangnya. Pembelajaran ini melibatkan perubahan nilai, perasaan, keterampilan dan pengetahuan yang diperoleh siswa melalui kegiatan yang mereka lakukan. Peserta yang hadir dalam kegiatan berjumlah 50 orang guru olahraga. Dengan kegiatan tersebut diharapkan dapat disajikan materi kurikulum dengan lebih menarik dan memiliki keleluasaan waktu untuk menyajikan seluruh aspek dalam gerak dasar dan gerak olahraga untuk mencapai aspek- aspek yang menjadi tujuan dan fungsi pembinaan, kegiatan dirancang dengan berbagai bentuk penyajian yaitu permainan tradisional, kerja individu dan kelompok, penerapan disiplin dan peraturan yang sederhana. Program ini terdiri dari model permainan tradisional yang disesuaikan dengan anak-anak SD yang menyenangkan, menarik dan dapat diakses untuk semua. Target luaran yang akan dicapai adalah guru SD akan dapat melakukan pembelajaran luar kelas secara menyenangkan dengan mengikuti bentuk-bentuk model yang dikembangkan, menambah referensi pembelajaran untuk para guru, membuat video youtube sehingga guru-guru yang lain dapat ikut mengakses dan dapat terpublikasi pada jurnal pengabdian masyarakat.

Kata kunci: Pelatihan, Penerapan permainan tradisional

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Bermain merupakan proses mempersiapkan diri untuk memasuki dunia selanjutnya. Bermain merupakan cara yang baik bagi anak untuk memperoleh pengetahuan tentang segala sesuatu. Bermain akan menumbuhkan kegiatan anak melakukan eksplorasi, melatih pertumbuhan fisik serta imajinasi, serta memberikan peluang yang luas untuk berinteraksi dengan orang dewasa dan teman lainnya, mengembangkan kemampuan berbahasa dan menambah kata-kata, serta membuat belajar yang dilakukan sebagai belajar yang sangat menyenangkan.

Hasil kajian neurologi menunjukkan bahwa pada saat lahir otak bayi membawa potensi sekitar 100 milyar yang pada proses berikutnya sel-sel dalam otak tersebut berkembang dengan begitu pesat dengan menghasilkan bertriliyun-triliyun sambungan antar neuron. Supaya mencapai perkembangan optimal sambungan ini harus diperkuat melalui berbagai rangsangan psikososial, karena sambungan yang tidak diperkuat akan mengalami atrofi (penyusutan) dan musnah. Inilah yang pada akhirnya akan mempengaruhi kecerdasan

anak. Hal ini telah dibuktikan dengan hasil penelitian di Baylor College of Medicine (Jalal, 2002: 21-25) yang menemukan bahwa apabila anak jarang memperoleh rangsangan pendidikan, maka perkembangan otaknya lebih kecil 20-30 % dari ukuran normal anak seusianya. Pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut perlu difasilitasi supaya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Proses penyampaiannya pun harus sesuai dengan dunia anak, karena bermain merupakan belajarnya bagi anak-anak.

Permainan tradisional merupakan permainan yang sudah diwariskan oleh generasi sebelumnya dan perlu dilestarikan. Permainan tradisional sangat sarat dengan nilai etika, moral dan budaya masyarakat pendukungnya. Di samping itu permainan tradisional atau permainan rakyat mengutamakan nilai kreasinya juga sebagai media belajar. Permainan tradisional menanamkan sikap hidup dan keterampilan seperti nilai kerja sama, kebersamaan, kedisiplinan, kejujuran, dan musyawarah mufakat karena ada aturan yang harus dipenuhi oleh anak sebagai pemain.

Permainan tradisional juga dapat mengembangkan aspek moral, nilai agama, sosial, bahasa dan fungsi motorik. Bermain merupakan sarana yang efektif untuk menghibur di kalangan anak-anak, disamping itu permainan juga dapat melatih ketangkasan anak-anak sesuai permainan yang ia mainkan, untuk itu diperlukan latihan dan keterampilan khusus untuk menguasai suatu permainan. Kegiatan bermain bagi anak merupakan aktivitas yang dapat membantu mengembangkan kreativitas yang sekaligus memupuk sikap kerjasama, sportifitas, sosialisasi, menahan diri, imajinasi, intelegensi, responsive, tenggang rasa, persuasif, dan emosional.

Salah satu alternatif yang dilakukan agar permainan tradisional digunakandalam kegiatan bermain anak adalah melalui pelatihan permainan tradisional kepada guru-guru yang disekolah. Ini sangat strategis untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam membuat sendiri sekaligus menggunakan permainantradisional edalam kegiatan bermain anak.

2. KAJIAN LITERATUR (*Literature Review*)

Masih jarang adanya pelatihan-pelatihan untuk para guru SD yang mengarah pada pengembangan model permainan tradisional. untuk meningkatkan keterampilan motorik anak dengan mengenal lingkungan, budaya masyarakat dan alam sekitar. Banyak para guru belum memahami bagaimana membuat permainan tradisional dalam pembelajarn Solusi yang ditawarkan adalah perlunya pelatihan pembuatan model permainan tradisional. di mana yang bertujuan untuk menambah referensi dalam menambah materi untuk melakukan pembelajaran di sekolah.

Diharapkan para guru olahraga dapat meningkatkan potensi dalam kreativitas menciptakan berbagai macam kegiatan dalam pembelajarn permainan tradisional untuk meningkatkan kemampuan motorik para siswa. Sehingga selaras dengan muatan Kurikulum SD yaitu bidang pengembangan fisik- motorik dalam pengembangan gerak dasar anak SD dan manfaat lain dalam pengembangan kecerdasan naturalistik.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode yang dipakai yaitu, dengan metode expositori, yaitu metode pembelajaran yang diberikan dengan cara memberikan penjelasan terlebih dahulu, definisi, prinsip dan konsep materi pelajaran serta memberikan contoh-contoh olahraga tradisional, demonstrasi, tanya jawab dan penugasan. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dengan metode instruktur yang berasal dari akademis yang memiliki kualifikasi dibidang olahraga tradisional. Partisipasi mitra yang terlibat dalam kegiatan ini adalah ikatan guru olahraga nasional Kota Cilegon. Kegiatan akan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan Igornas Kota Cilegon dengan melakukan kegiatan secara bersama-sama dan akan mengeluarkan sertifikat yang akan dapat digunakan oleh setiap guru. Sekolah mitra yang akan digunakan untuk melakukan pengabdian adalah SM IT RJ Kota Cilegon. Kegiatan yang dilaksanakan akan dilakukan evaluasi, setelah mempraktekkan di sekolah masing-masing tindak lanjut selanjutnya adalah melakukan evaluasi bersama apa saja yang terjadi di lapangan dan akan melakukan diskusi untuk mencari solusi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan mengadakan pelatihan pembuatan model olahraga tradisional secara gratis, dalam bentuk teori dan praktek kepada para guru. Kegiatan ini dilakukan dengan pembagiantahapan diantaranya pengetahuan tentang olahraga tradisional yang sudah dibakukan dari cara bermain, aturan dan lain sebagainya. Peserta yang hadir adalah Seluruh guru olahraga yang berjumlah 50 guru yang terdiri atas guru SD, SMP dan SMA.

Berdasarkan pengamatan dan pelaksanaan di lapangan dan diskusi dengan para pemangku lembaga mitra kegiatan tersebut menarik dan sangat tertarik untuk mendalami dan mengikuti kegiatan tersebut dan dari hasil pretest pemahaman terkait olahraga tradisional para peserta 80% tertarik dengan pelatihan tersebut dan perlu diimplementasikan kedalam proses pembelajaran.

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat tentang Pelatihan kepada para guru terkait pembelajaran materi permainan tradisional di sekolah, yang dilaksanakan kepada guru pendidikan jasmani berjalan dengan baik dan lancar. Program yang telah dilaksanakan meliputi berbagai macam kegiatan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah:

- a. Guru pendidikan jasmani sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini.
- b. Guru pendidikan jasmani merasa bertambahnya pengetahuan dan keterampilan dibidang olahraga Tradisional
- c. Guru pendidikan jasmani mengharapkan adanya kegiatan secara periodik dan berjenjang

Kegiatan Pelatihan Pelatihan olahraga tradisional Bagi Guru Pendidikan Jasmani, tidak hanya sebatas tentang model perangkat pembelajaran, tapi ditindak lanjuti dengan pelatihan-pelatihan lain yang melibatkan para guru pendidikan jasmani agar mereka menjadi sumber daya yang produktif dan dapat mengembangkan sumber daya yang ada khususnya untuk kemajuan pribadi. Tidak dibatasi hanya terbatas Guru pendidikan jasmani saja, disarankan melibatkan banyak inividu yang terlibat.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Masnur. 2020. Penyuluhan Kids Atletik Pada Guru Sd Di Kota Cilegon Provinsi Banten Tahun 2020. Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol 1 (2020). 198-203.
- Ali, Masnur., Nugraha, H., & Aqobah, Q. J. 2021. Traditional Games And Social Skills Of Children In The Pandemic Era. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar JPSD*. 7(1).104-117.
- Aqobah, Q. J., Ali, M., Decheline, G., & Raharja, A. T. (2020). Penanaman Perilaku Kerjasama Anak Usia Dini melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah*, 5(2), 134–142.
- Mallen Cheryl and Adams Lorne J.. *Sport, Recreation and Tourism Event Management*, Ramsay Hayden. *Reclaiming Leisure; art, Sport, and Phylosophy*. New York: Macmillan, 2005.
- Suharsono. Arti dan Nilai-nilai Rekreasi Wacana Setra No. 2 tahun ke VI, *Bulletin STO Yogyakarta* 2 Maret tahun 1975.
- Tillman Albert. *Rekreasi dalam Kehidupan Sosial*. Jakarta: *Bulletin PLSOR KesegaranJasmani dan Rekreasi*, No. 7 Oktober.
- Yusuf Adisasmita. *Rekreasi Pendidikan*. Jakarta: FPOK