

COACHING CLINIC BOLA VOLI MINI BAGI GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI KECAMATAN JOHAR BARU JAKARTA PUSAT

Hidayat Humaid¹, Tirta Apriyanto²
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta
Jalan Pemuda 10, Rawamangun, Jakarta Timur
hhumaid@unj.ac.id

Abstract

Johar Baru sub-district has 4 sub-districts with more than 30 elementary schools. Judging from the existing human resources, it can be said that Johar Baru District is a Regency that has potential in terms of sports. However, unfortunately, there are still many small children in the district. Meanwhile, the hidden potential of sports talent in Johar Baru Regency has not been fully explored for coaching. Even though it is possible that there are many sports potentials in Johar Baru Regency which are natural talents, but have never been touched by further development. There are many sports that are competed in elementary school age children, one of which is mini volleyball. Mini volleyball game is a modified sport of volleyball game. Mini volleyball has developed into a sport favored by all levels of society. Basically the mini volleyball game is the same as volleyball games in general, namely entering the ball towards the opponent through obstacles in the form of a net and trying to win the match. The mini volleyball game does not only discuss basic movements, but there is also a pattern of coaching according to the rules of the game and the characteristics of early childhood that must be developed by sports and health physical education teachers and other sports coaches. This activity is designed to make a fundamental contribution to the target physical education teacher. Provide insight, knowledge and direct training to physical education teachers about the theory and practice of volleyball games so as to provide provisions and opportunities in order to develop student activities in a positive and directed manner. The targeted output is the competence of teachers in fostering sports games in order to participate in the inter-school championship which is held 3 months after the coaching clinic activity.

Keywords: Coaching Clinic; small volleyball; Physical Education teacher

Abstrak

Kecamatan Johar Baru memiliki 4 kelurahan dengan jumlah Sekolah Dasar lebih dari 30 sekolah. Dilihat dari sumber daya manusia yang ada, dapat dikatakan Kecamatan Johar Baru merupakan Kecamatan yang potensial dalam hal olahraga. Namun sayangnya masih banyak dijumpai anak-anak usia dini di Sementara bakat olahraga potensial yang masih terpendam di Kecamatan Johar Baru belum sepenuhnya dapat ditemukan untuk dilakukan pembinaan. Padahal tidak menutup kemungkinan banyak potensi olahraga di Kecamatan Johar Baru yang merupakan bakat alamiah, hanya saja belum pernah tersentuh pembinaan lebih lanjut. Banyak cabang olahraga yang dipertandingkan pada anak usia SD salah satunya bola voli mini. Permainan bola voli mini merupakan olahraga yang dimodifikasi dari permainan bola voli. Permainan bola voli mini sudah berkembang menjadi cabang olahraga yang digemari oleh semua lapisan masyarakat. Pada dasarnya permainan bola voli mini sama dengan bola voli pada umumnya yaitu, memasukkan bola ke arah lawan melewati suatu rintangan berupa net dan berusaha memenangkan pertandingan. Permainan bola voli mini tidak hanya membicarakan gerak dasar namun juga ada pola pembinaan sesuai aturan permainan dan karakteristik anak usia dini yang harus dikembangkan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan maupun pembina olahraga lainnya. Kegiatan ini dirancang dalam rangka memberikan kontribusi mendasar pada guru pendidikan jasmani sebagai sasaran. Pemberian wawasan, pengetahuan dan drill langsung terhadap guru-guru pendidikan jasmani tentang teori dan praktek permainan bola voli sehingga memberikan bekal dan peluang dalam rangka mengembangkan aktifitas siswanya dengan hal positif dan terarah. Luaran yang ditargetkan berupa kompetensi guru dalam membina cabang olahraga permainan dalam rangka mengikuti kejuaraan antar sekolah yang diselenggarakan 3 bulan setelah kegiatan coaching clinic.

Kata Kunci: Coaching Clinic; bola voli mini; guru pendidikan jasmani

1. PENDAHULUAN (Introduction)

Perkembangan dan peningkatan prestasi dalam cabang olahraga salah satu nya dipengaruhi faktor sistem pembinaan. Sistem pembinaan yang dilaksanakan dengan baik

maka perkembangan olahraganya juga akan lebih baik. Pembinaan olahraga tidak hanya berorientasi pada peningkatan kesegaran dan kebugaran jasmani semata, namun dapat diarahkan sebagai peningkatan olahraga prestasi. Di sekolah-sekolah misalnya, olahraga hanya terfokus pada pendidikan jasmani dan belum sepenuhnya mengupayakan program ekstrakurikuler sebagai wadah untuk melakukan pembinaan olahraga secara optimal. Di masyarakatpun demikian, olahraga masih terkesan sebagai kegiatan rekreasi untuk mengisi waktu senggang. Belum ada pemikiran serius kepada olahraga sebagai potensi yang dapat dikembangkan melalui pembinaan olahraga sejak usia dini secara terpadu.

Potensi yang ada harus terus dibina dan dikembangkan, terutama potensi yang ada di daerah. Karena selama ini pembinaan olahraga pada tiap-tiap provinsi atau kota/kabupaten belum dilakukan melalui proses penelusuran potensi olahraga daerah secara sistematis, terstruktur, dan terukur. Potensi yang ada di daerah, baik berupa potensi sumber daya manusia, potensi alam, ketersediaan sarana prasana, dan instrumen pendukung lain seharusnya ditelusuri untuk kemudian dilakukan pembinaan secara

cermat dan tepat. Bila ini dapat dilakukan dengan benar di tiap-tiap daerah, maka pada akhirnya pondasi bangunan olahraga nasional akan memiliki penopang yang kuat, yang secara terus-menerus dapat mensuplai olahragawan berbakat untuk kepentingan dan kejayaan nasional.

Kecamatan Johar Baru memiliki 4 kelurahan dengan jumlah Sekolah Dasar lebih dari 30 sekolah. Dilihat dari sumber daya manusia yang ada, dapat dikatakan Kecamatan Johar Baru merupakan Kecamatan yang potensial dalam hal olahraga. Namun sayangnya masih banyak dijumpai anak-anak usia dini di Kecamatan Johar Baru yang belum mendapatkan perhatian serius untuk peningkatan prestasi di bidang olahraga. Baik itu kepedulian langsung dari Orang tua, Sekolah, maupun dukungan dari masyarakat. Sementara bakat olahraga potensial yang masih terpendam di Kecamatan Johar Baru belum sepenuhnya dapat ditemukan untuk dilakukan pembinaan. Padahal tidak menutup kemungkinan banyak potensi olahraga di Kecamatan Johar Baru yang merupakan bakat alamiah, hanya saja belum pernah tersentuh pembinaan lebih lanjut

Sebagai tolok ukur keberhasilan pembinaan dan pengembangan olahraga di SD tersebut perlu diadakan kegiatan dalam bentuk lomba/pertandingan yang kompetitif sebagai upaya untuk menumbuhkan motivasi dan kecintaan terhadap olahraga sedini mungkin. Kegiatan yang dimaksudkan adalah berupa Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) Sekolah Dasar, Pekan Olahraga Pelajar (POR) maupun kejuaraan lainnya yang bersifat umum. Event olahraga ini bertujuan untuk menemukan bibit-bibit baru Indonesia dalam bidang olahraga. Event olahraga yang paling bergengsi memiliki tahap seleksi peserta yang panjang. Dimulai dari tingkat Kabupaten/Kota, Provinsi, dan akhirnya atlet-atlet muda Indonesia yang terpilih mewakili Provinsinya masing-masing akan bertarung di tingkat Nasional internasional serta event-event olahraga lainnya.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Pemahaman dan pengetahuan seorang guru PJOK tentang permainan bola voli mini sangat diperlukan. Berdasarkan data penelitian (Iryandi, 2017) menjelaskan bahwa besarnya tingkat pemahaman guru Pendidikan Jasmani terhadap peraturan permainan bola voli mini

untuk kategori “sangat tinggi” sebesar 33,33 %; kategori “tinggi” sebesar 11,11 %; kategori “sedang” sebesar 16,67 %; kategori “rendah” sebesar 16,67 %; dan kategori “sangat rendah” sebesar 22,22 %. Minimnya pengetahuan tentunya akan terdapat perbedaan persepsi dan *skill* dalam menyampaikan materi bola voli mini di sekolahnya.

Beberapa hal yang menyebabkan terjadinya kondisi tersebut di antaranya: sarana prasarana yang dimiliki, kemampuan guru dalam menyampaikan materi maupun penguasaan guru terhadap materi, inovasi dan kreatifitas guru dalam menyampaikan materi, kedalaman konsep dan aplikasi yang dimiliki guru, karakteristik anak modern, dan keterbatasan referensi (Sujarwo & Widayat, 2020). Berdaaskan mengetahui keadaan dan permasalahan yang ada mengenai pembinaan olahraga bola voli mini usia dini, mendorong tim pengabdian Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta untuk melakukan suatu pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk *coaching clinic*.

Coaching clinic bola voli mini merupakan salah satu program pelatihan singkat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melatih, mengajar voli mini. Dalam hal ini juga akan di ajarkan bagaimana kurikulum futsal untuk anak usia dini dan siswa-siswa tingkat sekolah dasar. *Coaching clinic* pada kesempatan ini adalah agar Siswa siswa sekolah di Kecamatan Johar Baru dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bermain fbola voli terutama dalam aspek teknik, fisik, dan peraturannya. Disamping itu tujuan utama dari program *Coaching clinic* ini juga agar olahraga bola voli dapat dimainkan oleh anak-anak yang merupakan cikal bakal pemain bola voli masa depan Indonesia.

Jenis permasalahan yang ditangani dalam program pengabdian masyarakat ini meliputi pengembangan pembelajaran bola voli dan bentuk-bentuk latihan bagi atlet mengikuti pertandingan bola voli mini. Pada hakekatnya, kegiatan Pengabdian Masyarakat ini merupakan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi mitra dengan pendekatan secara terpadu, agar dapat meningkatkan kemampuan guru pendidikan jasmani dalam hal membina dan mengembangkan permainan atlet mengikuti event pertandingan. Jenis luaran yang dihasilkan adalah.

1. Pelatihan dan Pendampingan, guru PJOK dalam hal pembinaan dan latihan permainan bola voli mini.
2. Terjadinya peningkatan pemahaman tentang arti penting pembinaan dan latihan permainan bola voli sekaligus pemeliharaan performa atlet yang baik dan benar bagi guru PJOK.
3. Meningkatnya keterampilan dalam pembinaan dan latihan permainan bola voli mini.
4. Produk, yaitu pemberian sertifikat pelatihan tingkat dasar.
5. Kerjasama, yaitu menjalin kerjasama antara induk organisasi (Pengprov PBVSI) dan mitra untuk dijadikan wahana pengembangan olahraga bola voli dan akan dijadikan agenda tahunan sebagai upaya peningkatan disalah satu bidang olahraga prestasi.

3. METODE PELAKSANAAN (Materials and Method)

3.1. Sasaran Kegiatan

Sasaran utama kegiatan ini adalah guru PJOK di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan pemberian pengetahuan baik teori maupun praktek tentang permainan bola voli mini.

3.2. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan Tim Pengabdian dalam pemberian (penyampaian) materi pelatihan, adalah: (1) Ceramah, (2) Tanya jawab, (3) Demonstrasi, dan (4) Praktek. Langkah-langkah yang dilakukan Tim Pengabdian untuk memperlancar kegiatan *Coaching clinic* Bola Voli Mini Bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat adalah sebagai berikut:

- a. Merencanakan jadwal dan tempat *Coaching clinic* Bola Voli Mini
- b. Membentuk kelompok peserta *Coaching clinic* Bola Voli Mini
- c. Materi pengetahuan teori meliputi:
 - 1). Teori gerak dasar olahraga bola voli.
 - 2). Pembinaan bola voli mini untuk anak usia dini.
 - 3). Penanganan latihan bagi atlet berprestasi.
- d. Materi praktek meliputi: Praktek drill teknik dasar permainan bola voli mini dan bentuk-bentuk game situation.
- e. Tugas mandiri: Mengimplementasikan keterampilan melatih dan membina atlet dengan baik dan benar dalam cabang olahraga bola voli.

Keberhasilan penyelenggaraan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat dilihat dari hasil evaluasi yang dilakukan selama kegiatan berlangsung, yaitu :

1. Ketekunan dan keterlibatan para peserta pelatihan/workshop dalam mengikuti setiap sesi materi yang diberikan. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui ketekunan dan keterlibatan peserta adalah lembar observasi dalam pelatihan/workshop.
2. Terjadinya peningkatan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan pembinaan olahraga bola voli dengan baik dan benar. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta pelatihan, dilakukan tes berupa tanya jawab secara langsung.
3. Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah makin terampilnya guru pendidikan jasmani dalam peminann dan penanganan latihan atlet, mengimplementasikan metode latihan yang benar kepada atlet dan edukasi kepada atlet tentang pembinaan yang baik dan benar selama latihan dan pertandingan.

Tim pelaksana kegiatan PPM merupakan dosen yang keahlian dalam bidang ilmu keolahragaan. Sedangkan anggota tim merupakan mahasiswa Program Studi S-1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Dalam pelaksanaan pengabdian ini, tim pelaksana sangat berkompeten dan mempunyai kualifikasi yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Susunan organisasi tim kegiatan dan pembagian tugas pada tim pengabdian *Coaching clinic* Bola Voli Mini Bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Susunan Organisasi Tim Kegiatan dan Pembagian Tugas

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian/Tugas
----	------	---------	-----------------------

1.	Dr.Hidayat Humahid, M.Pd	Ketua	Kepelatihan Olahraga (Ketua Pelaksana)
2	Dr. Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si	Anggota	Ahli Bola Voli (Anggota/Pemateri)
3	Dr. Samsudin, M.Pd	Pemateri	Ahli Bola Voli/ Pendidikan Jasmani
4	M. Ilham, M.Pd	Pemateri	Ahli Bola Voli

3.3.Peserta Kegiatan

Peserta kegiatan ini adalah guru PJOK di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat. Sebanyak 27 dari 31 guru PJOK di Kecamatan Johar Baru terlibat dalam Kegiatan pengabdian ini. Antusiasme Guru PJOK yang hadir dalam kegiatan ini sangat baik hal ini terlihat dari 87,10% keikutsertaan guru PJOK di Kecamatan Johar Baru dalam kegiatan pengabdian ini.

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

Output yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah:

- 1) Guru-guru PJOK diberikan *coaching clinic* berupa materi teori dan praktek mengenai bola voli mini sehingga mampu memberikan pemahaman dan keterampilan dalam melatih bola voli mini yang dapat dimanfaatkan dalam pembinaan prestasi olahraga bola voli mini di sekolah.
- 2) Kepuasan guru PJOK di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat terhadap kegiatan *coaching clinic* bola voli mini sangat tinggi yaitu sebesar 98,21%.
- 3) Untuk mengevaluasi tingkat pemahaman guru PJOK terhadap isi materi *coaching clinic* bola voli mini, disamping keaktifan diberikan beberapa pertanyaan terkait isi materi dan guru-guru dipersilahkan untuk menjawab. Guru-guru yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar diberikan *door prize* sebagai tanda apresiasi.
- 4) Output dari kegiatan ini lainnya adalah Publikasi tulisan di media online dan Publikasi video kegiatan di youtube.

Sedangkan *outcome* yang didapatkan diantaranya adalah :

- 1) Dengan adanya program pengabdian masyarakat berupa *coaching clinic* bola voli mini ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan guru-guru PJOK tentang gerak dasar olahraga bola voli, Peraturan permainan dan Pembinaan bola voli mini untuk anak usia dini, praktek drill teknik dasar permainan bola voli mini dan bentuk-bentuk game situation. Selain itu melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan semakin meningkatkan semangat guru-guru PJOK di Kecamatan Johar Baru dalam melakukan pembinaan cabang olahraga bola voli.
- 2) Lebih jauh, diharapkan kegiatan-kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran guru-guru di Kecamatan Johar Baru khususnya agar ikut aktif melakukan pembinaan cabang olahraga potensial salah satunya bola voli.

- 3) Universitas Negeri Jakarta, khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan semakin dikenal sebagai institusi yang mempunyai kepedulian terhadap permasalahan masyarakat khususnya pembinaan olahraga melalui lembaga pendidikan.

4.1. Keberlanjutan Program

Kegiatan *coaching clinic* bola voli mini bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kecamatan Johar Baru terlaksana dengan baik bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan *coaching clinic* dapat berlanjut dengan pemberian materi yang lainnya terutama terkait program latihan bola voli mini untuk anak usia sekolah dasar. Pengurus KKGGO juga mengharapkan akan adanya kegiatan yang berkelanjutan sehingga semakin dapat meningkatkan keterampilan guru PJOK.

5. KESIMPULAN (Conclusions)

5.1. Kesimpulan

- 1 Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai *coaching clinic* bola voli mini bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kecamatan Johar Baru telah terlaksana dengan baik.
- 2 Kegiatan pengabdian kepada masyarakat *coaching clinic* bola voli mini bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kecamatan Johar Baru mendapatkan respon yang antusias dari para guru-guru PJOK di SD Kecamatan Johar Baru. Hal ini terbukti dari kepuasan guru PJOK di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat terhadap kegiatan *coaching clinic* bola voli mini sangat tinggi yaitu sebesar 98,21%.

5.2. Saran

- 1 Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan khususnya di cabang olahraga bola voli.
- 2 Diadakan kerjasama dengan instansi yang memiliki keterkaitan dengan pembinaan olahraga baik dari PBVSI, Pemerintah daerah, untuk memberikan wadah berupa kompetisi bola voli mini antar Sekolah Dasar sebagai bahan evaluasi dalam proses pembinaan.

6. DAFTAR PUSTAKA (References)

- Iryandi, R. (2017). *Tingkat Pemahaman Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Terhadap Peraturan Permainan Bolavoli Mini Se-Kecamatan Bambanglipuro Bantul*. Jurnal PGSD Penjaskes, 3(1), 1–8.
- Sujarwo, & Widayat, W. (2020). *Survei Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Materi Bola Voli Mini di Sekolah Dasar*. Physical Activity Journal (PAJU), 2(1), 1–10.
- Sumarno, S. (2014). *Problema Dan Resolusi Konflik Sosial Di Kecamatan Johar Baru - Jakarta Pusat*. Jurnal Sosio Konsepsia, 3(2), 1–16.