

PENERAPAN KIDS ATLETIK DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI PADA KKG KEK. JOHAR BARU JAKARTA PUSAT

Hidayat Humahid
hhumaid@unj.ac.id

Abstract

Hasil analisis situasi permasalahan di lingkungan guru PJOK di KKG Kecamatan Johar Baru teridentifikasi beberapa permasalahan berkaitan dengan pembelajaran atletik. Permasalahan pertama yaitu mayoritas guru-guru di KKG Kecamatan Johar Baru pengetahuan tentang Kids Athletics dirasa masih kurang, hal ini disebabkan karena dari guru-guru PJOK tersebut belum pernah mengikuti seminar atau pelatihan kids atletik. Permasalahan kedua yaitu dalam pelaksanaan Kompetisi Olahraga Siswa Nasional (KOSN) pada tingkat sekolah dasar baik secara nasional maupun daerah. Namun pada kenyataannya, selama ini beberapa sekolah khususnya sekolah dasar guru PJOK mengadakan seleksi melalui pengukuran bentuk tes gerak dasar Kids Atletik. Bahkan untuk kegiatan KOSN sekolah di wilayah kecamatan Johar Baru tidak mengadakan seleksi secara optimal untuk perlombaan kids atletik. Pemecahan terhadap permasalahan di atas yaitu dilakukan dengan coaching clinic pengetahuan baik teori maupun praktek tentang kids atletik. Kegiatan coaching clinic Penerapan Kids Atletik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada KKG Kec. Johar Baru Jakarta Pusat mendapatkan respon yang antusias dari para peserta kegiatan. Hal ini terbukti dari tingkat partisipasi peserta kegiatan sebesar 90,91% dari total guru PJOK di Kecamatan Johar Baru. Tingkat kepuasan guru PJOK Kecamatan Johar Baru terhadap kegiatan coaching clinic ini sangat tinggi yaitu sebesar 89,50%.

Keywords: Kids Atletik, Guru PJOK, Sekolah Dasar

Abstrak

Hasil analisis situasi permasalahan di lingkungan guru PJOK di KKG Kecamatan Johar Baru teridentifikasi beberapa permasalahan berkaitan dengan pembelajaran atletik. Permasalahan pertama yaitu mayoritas guru-guru di KKG Kecamatan Johar Baru pengetahuan tentang Kids Athletics dirasa masih kurang, hal ini disebabkan karena dari guru-guru PJOK tersebut belum pernah mengikuti seminar atau pelatihan kids atletik. Permasalahan kedua yaitu dalam pelaksanaan Kompetisi Olahraga Siswa Nasional (KOSN) pada tingkat sekolah dasar baik secara nasional maupun daerah. Namun pada kenyataannya, selama ini beberapa sekolah khususnya sekolah dasar guru PJOK mengadakan seleksi melalui pengukuran bentuk tes gerak dasar Kids Atletik. Bahkan untuk kegiatan KOSN sekolah di wilayah kecamatan Johar Baru tidak mengadakan seleksi secara optimal untuk perlombaan kids atletik. Pemecahan terhadap permasalahan di atas yaitu dilakukan dengan coaching clinic pengetahuan baik teori maupun praktek tentang kids atletik. Kegiatan coaching clinic Penerapan Kids Atletik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada KKG Kec. Johar Baru Jakarta Pusat mendapatkan respon yang antusias dari para peserta kegiatan. Hal ini terbukti dari tingkat partisipasi peserta kegiatan sebesar 90,91% dari total guru PJOK di Kecamatan Johar Baru. Tingkat kepuasan guru PJOK Kecamatan Johar Baru terhadap kegiatan coaching clinic ini sangat tinggi yaitu sebesar 89,50%.

Kata Kunci: Kids Atletik, Guru PJOK, Sekolah Dasar

1. PENDAHULUAN (*Introduction*)

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 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.

Olahraga sebagai salah satu aktivitas fisik yang sistematis yang memiliki tujuan untuk menyempurnaan, dalam melaksanakannya tanpa rasa takut dan penuh keberanian. Olahraga sekarang sangat digemari semua orang terutama anak-anak. Salah satunya cabang olahraga atletik yang merupakan gerak dasar. Atletik merupakan cabang olahraga paling tua. Atletik juga disebut *mother of sport* (Hindriani, Sugiyanto, & Syafrial, 2018).

Hasil diskusi dengan guru PJOK di KKGO Kecamatan Johar Baru teridentifikasi beberapa permasalahan berkaitan dengan pembelajaran atletik. Permasalahan pertama yaitu mayoritas guru-guru di KKGO Kecamatan Johar Baru pengetahuan tentang *Kids Athletics* dirasa masih kurang, hal ini disebabkan karena dari guru-guru PJOK tersebut belum pernah mengikuti seminar atau pelatihan kids atletik. Kemudian terkait dengan pembelajaran atletik guru hanya memanfaatkan peralatan yang disediakan di sekolah, jika terdapat peralatan yang sudah rusak guru belum pernah memodifikasi peralatan tersebut. Guru belum banyak memodifikasi peralatan dikarenakan sebagian peserta didik kurang berminat dengan pembelajaran atletik dan lokasi sekolah yang jauh dari bahan untuk membuat peralatan atletik. Ketika pembelajaran atletik alat yang akan digunakan rusak, guru sudah memodifikasi namun jumlahnya terbatas sehingga sering pembelajaran atletik diganti dengan pembelajaran yang lain. Hal ini sangat sesuai dengan permasalahan yang akan saya angkat berkaitan dengan pengetahuan guru PJOK tentang *Kids Athletics*.

Permasalahan kedua yaitu dalam penyelenggaraan Kompetisi Olahraga Siswa Nasional (KOSN) pada tingkat sekolah dasar baik secara nasional maupun daerah. *Kids Athletics* merupakan suatu cabang olahraga dari cabang olahraga atletik yang telah dimodifikasi untuk siswa Sekolah Dasar. Nomor-nomor yang dilombakan meliputi lari, lempar, loncat, dan terdapat senam lantai seperti roll depan. Nomor yang dilombakan diantaranya yaitu *kanga's escape*, loncat katak, lempar turbo, dan formula 1 (Inayah & Nurrochmah, 2021). Namun pada kenyataannya, selama ini beberapa sekolah khususnya sekolah dasar guru PJOK mengadakan seleksi melalui pengukuran bentuk tes gerak dasar *Kids Atletik*. Bahkan untuk kegiatan KOSN sekolah di wilayah kecamatan Johar Baru tidak mengadakan seleksi secara optimal untuk perlombaan kids atletik.

Berdasarkan analisis situasi di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah pada mitra antara lain:

1. Pembinaan olahraga atletik di Sekolah Dasar khususnya di Kecamatan Johar Baru dibutuhkan SDM guru PJOK yang memiliki kompetensi dalam melakukan pembinaan olahraga atletik baik saat kegiatan pembelajaran maupun saat kegiatan perlombaan KOSN sebagai bentuk pembinaan yang memiliki potensi cukup besar.
2. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman guru PJOK dalam melakukan pembinaan pada cabang olahraga atletik melalui pemanfaatan kids atletik.

Berdasarkan analisis situasi permasalahan yang di kemukakan di atas, mendorong tim pengabdian Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta untuk melakukan suatu Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema "Penerapan Kids Atletik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat." Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru PJOK tentang kids atletik yang dapat dimanfaatkan dalam pembelajaran atletik. Disamping itu tujuan utama dari program ini agar pembinaan cabang olahraga atletik pada usia dini berjalan secara sistematis dan terstruktur sehingga mutu pembinaan olahraga atletik di DKI Jakarta lebih baik.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Secara konseptual pemberdayaan masyarakat dapat didefinisikan sebagai suatu tindakan sosial dari penduduk sebuah komunitas yang mengorganisasikan diri dalam membuat perencanaan dan tindakan kolektif, untuk memecahkan masalah sosial atau memenuhi kebutuhan sosial sesuai dengan kemampuan dan sumber daya yang dimiliki (Sumodiningrat, 2009). Dalam (Alfitri, 2011), pemberdayaan masyarakat didefinisikan sebagai sebuah konsep pembangunan ekonomi yang merangkum nilai-nilai sosial. Konsep ini mencerminkan paradigma baru pembangunan, yakni bersifat *people centered* (berpusat pada manusia), *Participatory* (partisipatif), *empowering* (memberdayakan), dan *sustainable* (berkelanjutan).

Keberhasilan dalam pembinaan olahraga harus melibatkan peran serta masyarakat. Hal ini sesuai pendapat (Hadjarti, 2019) bahwa pembinaan olahraga harus lebih banyak melibatkan partisipasi dan prakarsa masyarakat. Kenyataan bahwa partisipasi masyarakat Indonesia terhadap olahraga ditunjukkan dengan tingginya minat masyarakat dalam berolahraga dan beraktivitas jasmani. Partisipasi masyarakat Indonesia dalam olahraga dan aktivitas jasmani itu lebih bertujuan pada kesehatan, hanya sedikit yang bertujuan prestasi. Partisipasi aktif dan teratur itu terbentuk berdasarkan kecintaan terhadap olahraga yang kemudian melekat sebagai bagian dari cara hidup dan budaya.

Memberdayakan masyarakat dalam pengembangan olahraga bukan merupakan hal mudah, tetapi hal ini dapat dilakukan dengan melihat kebutuhan dan keadaan lingkungan dimana olahraga akan dikembangkan. Kekuatan (*power*), sumber daya (*Resources*), dan kolaborasi (*collaboration*) merupakan tiga kunci keberhasilan dalam pemberdayaan. Partisipasi aktif masyarakat dalam olahraga merupakan kekuatan yang dapat memacu peningkatan sumber daya sehingga dibutuhkan kolaborasi dari seluruh elemen masyarakat untuk pengembangan olahraga (Nopembri, 2012).

Bentuk partisipasi masyarakat dalam mengembangkan olahraga bermacam-macam. Partisipasi aktif dan teratur itu terbentuk berdasarkan kecintaan terhadap olahraga yang kemudian melekat sebagai bagian dari cara hidup dan budaya. Hal ini diperoleh, tidak dengan sendirinya, melainkan melalui proses belajar atau proses pembudayaan. Dalam kaitan itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah menempati kedudukan yang amat strategis. Oleh karenanya, status pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah harus diangkat dan disejajarkan dengan kegiatan akademik lainnya. Selain itu, kegiatan olahraga masyarakat (termasuk olahraga rekreasi) ikut serta menja bagian terpadu dalam kesisteman, dan dalam perkembangannya juga akan mempengaruhi subsistem lainnya, termasuk olahraga kompetitif.

Pencapaian ini akan dapat dilalui hanya dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat. Perlunya peningkatan partisipasi masyarakat pada pengembangan olahraga melalui suatu pemberdayaan (*empowerment*) yang terstruktur dan teratur (Pujiratno, 2012). Program pemberdayaan masyarakat ini bertujuan mendorong terwujudnya suatu kondisi di mana aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat, tanpa mengenal batas usia, perbedaan jenis kelamin, maupun perbedaan kondisi sosial ekonomi. Di harapkan melalui program pemberdayaan masyarakat di bidang Olahraga untuk Masyarakat akan lebih menyebarkan manfaat kesehatan dan sosial yang bisa diperoleh oleh semua anggota

masyarakat melalui aktivitas fisik secara teratur (Soegiyanto, 2013).

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan pemberian pengetahuan baik teori maupun praktek tentang kids atletik. Metode yang akan digunakan pada pelaksanaan Penerapan Kids Atletik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat yaitu metode lesson study (LS) dengan tiga tahap kegiatan utama yaitu: (1) tahap perencanaan dan persiapan (plan), (2) tahap pelaksanaan (do), dan (3) tahap evaluasi dan refleksi (see), Adapun uraiannya sebagai berikut:

1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi:

- a). Tahap pertama berupa identifikasi peserta kegiatan yang diutamakan pada guru PJOK yang sama sekali belum pernah mendapat wawasan tentang kids atletik. Pada tahap ini tim pelaksana melakukan survei ke KKGO Kec. Joahar Baru.
- b). Tahap kedua adalah penyiapan materi berupa handbook kids atletik. Pada tahap ini tim pelaksana membuat buku panduan tutorial yang detail disertai dengan gambar-gambar tutorial agar para guru PJOK mudah untuk melakukan hal sama seperti dibuku dengan mudah dan mandiri.
- c). Tahap ketiga adalah penyiapan tempat, instrumen, materi dan sarana prasarna yang mendukung kegiatan pengabdian

2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan terbagi menjadi 2 kegiatan utama yaitu workshop dan praktek. Kegiatan workshop dilakukan dilaksanakan di KKGO Kec. Johar Baru dengan pemateri adalah dosen pelaksana program pengabdian dan ahli dibidang atletik dan kids atletik. Dalam kegiatan workshop, para peserta diberikan materi mengenai bagaimana cara penggunaan kids atletik. Para peserta juga diajak langsung praktek untuk menyiapkan dan mengoperasikan kids atletik dengan dibimbing langsung. Untuk meningkatkan kapasitas kemampuan para pelatih pasca diadakannya workshop, dilakukan aplikasi langsung pada saat pembelajaran dengan pendampingan langsung oleh tim pelaksana.

3 Tahap Evaluasi dan Refleksi

Tahap evaluasi dilakukan untuk melihat sejauhmana keberlanjutan program oleh para guru PJOK saat pembelajaran. Sedangkan Tahap pelaporan akhir untuk melaporkan bagaimana pelaksanaan dan hasil pelaksanaan kegiatan di lapangan dan melakukan pendampingan pada guru-guru PJOK yang masih kesulitan dalam penggunaan kids atletik.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat secara umum berjalan dengan lancar dan terlaksana dengan sangat baik. Dukungan dari tim pengabdian, stakeholder dan mitra ikut andil dalam kesuksesan kegiatan pengabdian ini. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut:

a. Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan

Target peserta pengabdian kepada masyarakat dengan tema *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat seperti direncanakan sebelumnya adalah 33 guru PJOK yang terdaftar sebagai guru PJOK di Kecamatan Johar Baru. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 30 orang peserta. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta tercapai adalah 90,91%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat dilihat jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil.



Gambar 1. Peserta Coaching Clinic Penerapan Kids Atletik

Tingkat antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan ini juga sangat baik. Melalui instrumen kuesioner tentang kepuasan terhadap kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat diperoleh nilai sebesar 89.50%. Peserta merasakan manfaat yang mereka peroleh dari kegiatan pengabdian ini.

b. Ketercapaian tujuan

Ketercapaian tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat secara umum sangat baik. Berdasarkan 30 peserta yang mengikuti *coaching clinic* 30 atau 100% peserta mengalami peningkatan yang signifikan antara pretest dan posttest. Peserta yang mengikuti kegiatan mengakui butuh konsentrasi dan fokus selama kegiatan berlangsung dengan keterbatasan waktu yang disediakan mengakibatkan tidak semua materi dapat diserap dengan baik. Berdasarkan hasil pretest dan posttest para peserta yang lulus mengalami peningkatan pengetahuan dan keterampilan dan mencapai angka batas kelulusan yang sesuai standar atau kriteria yang ditetapkan.



Gambar 2. Bantuan Peralatan Kids Atletik

c. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan

Ketercapaian target materi pada kegiatan *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKG/KEC. Johar Baru Jakarta Pusat cukup baik, karena materi pendampingan telah dapat disampaikan secara keseluruhan. Materi *coaching clinic* yang telah disampaikan Pemberian materi dan praktek meliputi: Pembinaan dan pengembangan olahraga atletik bagi anak usia dini, Teknik dasar permainan atletik, Peningkatan kemampuan gerak dasar pada siswa sekolah dasar, Model pembelajaran kids atletik serta Tes dan pengukuran perlombaan kids atletik.



Gambar 3. Pelaksanaan Coaching Clinic Peralatan Kids Atletik

d. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Kemampuan peserta dilihat dari penguasaan materi masih kurang dikarenakan waktu yang singkat dalam penyampaian materi dan kemampuan para peserta yang berbeda-beda. Hal ini disebabkan jumlah materi yang banyak hanya disampaikan dalam waktu dua hari dengan metode luring sehingga tidak cukup waktu bagi para peserta untuk memahami dan mempraktekkan secara lengkap semua materi yang diberikan.

Secara keseluruhan kegiatan *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat untuk mempercepat pembinaan dan pengembangan olahraga atletik khususnya di Kecamatan Johar Baru Jakarta Pusat. Keberhasilan ini selain diukur dari keempat komponen di atas, juga dapat dilihat dari kepuasan peserta setelah mengikuti kegiatan. Manfaat yang diperoleh untuk KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat adalah dapat menyusun dan mengembangkan program pembelajaran atletik lebih baik.

5. KESIMPULAN DAN SARAN (*Conclusions*)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat telah terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat *coaching clinic* penerapan kids atletik dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada KKGO Kec. Johar Baru Jakarta Pusat mendapatkan respon yang antusias dari para peserta kegiatan. Hal ini terbukti dari tingkat partisipasi peserta kegiatan sebesar 90,91% dari total guru PJOK di Kecamatan Johar Baru. Tingkat kepuasan guru PJOK Kecamatan Johar Baru terhadap kegiatan *coaching clinic* ini sangat tinggi yaitu sebesar 89,50%. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah menghasilkan 30 guru PJOK yang memiliki kompetensi tentang pengetahuan dan keterampilan Penerapan Kids Atletik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap para guru PJOK dan peserta didik yaitu meningkatkan keterampilan dalam melakukan gerakan ke atletik, Atlet berlari, melompat dan melempar sudah sesuai dengan teknik yang diharapkan, sehingga gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien.

Berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

- 1 Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian perlu ditambah agar tujuan kegiatan dapat tercapai sepenuhnya.
- 2 Diharapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat seperti ini dapat dilakukan secara dengan sasaran masyarakat yang benar-benar membutuhkan pelayanan khususnya di cabang olahraga atletik.
- 3 Diadakan kerjasama dengan instansi yang memiliki keterkaitan dengan pembinaan olahraga baik dari Dinas Pendidikan maupun Dinas Pemuda dan Olahraga sebagai tindak lanjut kegiatan pengabdian ini melalui pelatihan-pelatihan yang dapat meningkatkan kompetensi guru PJOK lainnya.

6. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Alfitri. (2011). *Community Development, Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadjarti, H. (2019). Memberdayakan Olahraga Nasional. *Pelangi Ilmu*, 2(5), 204–231.
- Hindriani, D., Sugiyanto, & Syafrial. (2018). Analisis Kemampuan Kids Athletics Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kota Bengkulu. *KINESTETIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(3).
- Inayah, S. F., & Nurrochmah, S. (2021). Gerak Dasar Kids Atletik Pada Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Sukun Kota Malang. *Sport Science and Health*, 3(6), 392–398. <https://doi.org/10.17977/um062v3i62021p392-398>
- Nopembri, S. (2012). Empowerment People dalam olahraga: Awal menuju industri olahraga.

Proceedings Sport.

- Pujiratno. (2012). Pemberdayaan Masyarakat, Menyongsong Industri Olahraga. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(2), 1–10.
- Soegiyanto, K. (2013). Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1), 18–24.
- Sumodiningrat, G. (2009). *Pemberdayaan Masyarakat*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.