

PELATIHAN OLAHRAGA *AIR BADMINTON* UNTUK PELATIH BULUTANGKIS DI KEPULAUAN SERIBU

Fajar Arie Mangun, Ari Subarkah, Burhan Basyiruddin (12pt)

Kepelatihan Kecabangan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,
Universitas Negeri Jakarta, Jl. Rawamangun Muka, Jakarta Timur, Indonesia 13220,
Indonesia

Email: fajar_arie@unj.ac.id, arisubarkah@unj.ac.id Burhanbasyiruddin@unj.ac.id

Abstract (10pt)

The Badminton Water Sports Training for Badminton Coaches in the Seribu Islands will be a special and suitable place for long-term training in the future. AirBadminton is one of the additional sports outside the 10 mandatory sports in the ANOC World Beach Games 2023, which include aquathlon, beach handball, beach soccer, beach tennis, 4x4 beach volleyball, beach water polo, beach wrestling, karate, kite surfing, and 5km open-water swimming. The presence of AirBadminton is expected to further popularize badminton because it can be played on various court surfaces. Reporting from the BWF, AirBadminton can be played on grass courts, such as in parks, hard-surfaced courts, and sandy beaches. The BWF also claims that AirBadminton can be played by all ages because of the flexibility of the outdoor court type. In terms of health, AirBadminton has many benefits, ranging from improving physical abilities such as speed, endurance, strength, and agility. It also prevents stress and reduces the risk of myopia or nearsightedness in children. In addition, AirBadminton also helps reduce the risk of diseases such as high blood pressure and diabetes, and helps maintain body weight. AirBadminton itself can be played 1 vs 1, 2 vs 2 (double), 3 vs 3 (triple), or more than that for recreational matches. Except for singles, one player in a "team" is not allowed to hit or return the ball consecutively, but must take turns. The equipment used in AirBadminton is almost the same as in general badminton, namely the net, rackets, and, of course, the shuttlecock called the AirShuttle. Unlike shuttlecocks made of goose feathers, AirShuttle uses plastic material designed to be played outdoors, especially when assembled with gusts of wind.

Keywords: *Air Badminton, Coaching, Coaches*

Abstrak

Pelatihan Olahraga Air Badminton Untuk Pelatih Bulutangkis di Kepulauan Seribu akan menjadi istimewa serta menjadi tempat yang sesuai untuk melakukan pelatihan dalam waktu jangka panjang untuk masa yang akan datang. AirBadminton menjadi salah satu cabang olahraga tambahan di luar 10 cabang olahraga wajib dalam ANOC World Beach Games 2023 yaitu seperti aquathlon, bola tangan pantai, sepakbola pantai, tenis pantai, voli pantai 4x4, polo air pantai, gulat pantai, karate, selancar layang, dan renang perairan terbuka 5km. Kehadiran AirBadminton ini diharapkan bisa lebih memasyarakatkan bulu tangkis karena bisa dimainkan di berbagai permukaan lapangan. Melansir dari BWF, AirBadminton dapat dimainkan di lapangan rumput seperti di taman, lapangan dengan permukaan keras, hingga pantai berpasir. BWF pun mengklaim bahwa olahraga AirBadminton dapat dimainkan oleh semua usia karena fleksibilitas jenis lapangan luar lapangan. Secara kesehatan, AirBadminton memiliki banyak manfaat mulai dari meningkatkan kemampuan fisik seperti kecepatan, ketahanan, kekuatan, dan kelincahan. Begitu juga mencegah stres dan mengurangi risiko miopia atau rabun jauh pada anak-anak. Selain itu, AirBadminton juga membantu mengurangi risiko penyakit seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan membantu menjaga berat badan. AirBadminton sendiri bisa dimainkan 1 vs 1, 2 vs 2 (double), 3 vs 3 (triple), atau lebih dari itu untuk laga yang bersifat rekreasi. Kecuali nomor single, satu pemain dalam sebuah "tim" tak boleh

memukul atau mengembalikan bola secara beruntun alias harus saling bergantian. Peralatan yang digunakan AirBadminton pun hampir serupa dengan bulu tangkis umumnya, yakni net, raket, dan tentunya shuttlecock yang diberi nama AirShuttle. Berbeda dengan kok yang terbuat dari bulu angsa, AirShuttle memakai bahan plastik yang didesain agar bisa dimainkan di luar ruangan terutama terakit embusan angin.

Kata Kunci: Air Badminton, Pelatihan, Pelatih

1. PENDAHULUAN (*Introduction*)

Selama revitalisasi GOR Bulutangkis di Pulau Pramuka perkembangan anak-anak disana yang biasanya melakukan aktifitas pelatihan bulutangkis didalam GOR saat ini tertunda. Menurut masyarakat disana revitalisasi sedang proses tahap bongkar dan menunggu kedatangan bahan-bahan material untuk dilanjutkan ke proses perbaikan selanjutnya. Pekerjaan meliputi perbaikan lapangan bulu tangkis, beberapa ruangan dan akan ada penambahan yaitu kantor sekretariat. Oleh karena itu, agar anak-anak disana tetap dapat pelatihan bulutangkis yang terarah dengan baik dengan memanfaatkan sarana prasarana di Kepulauan Seribu yang mempunyai banyak area pantai/pasir adalah hal yang tepat untuk tetap melakukan pelatihan bulutangkis. Karena antusias masyarakat dan anak-anak disana akan cabang olahraga bulutangkis ini serta program dari Dinas Pemuda dan Olahraga DKI Jakarta yang mempunyai program Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan (POPB) U-16, membuat anak-anak disana mempunyai semangat yang tinggi untuk selalu berlatih bulutangkis dan mereka juga mempunyai keinginan supaya dapat kesempatan untuk bergabung dalam POPB Bulutangkis DKI Jakarta U-16. endahuluan harus berisi (secara berurutan) latar belakang umum, kajian literatur terdahulu (*state of the art*) sebagai dasar pernyataan kebaruan ilmiah dari artikel, pernyataan kebaruan ilmiah, dan permasalahan pengabdian Masyarakat atau hipotesis. Di bagian akhir pendahuluan harus dituliskan tujuan kajian artikel tersebut. Di dalam format artikel ilmiah tidak diperkenankan adanya tinjauan pustaka sebagaimana di laporan pengabdian Masyarakat, tetapi diwujudkan dalam bentuk kajian literatur terdahulu (*state of the art*) untuk menunjukkan kebaruan ilmiah artikel tersebut.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature Review*)

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan mitra di atas, maka diberikan solusi permasalahan. Adapun solusi permasalahan yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi mitra adalah dengan diberikannya edukasi tentang sosialisasi tentang permainan *AirBadminton* di Kepulauan Seribu. Kegiatan PkM ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pelatih, atlet/siswa, orang tua, dan guru terkait. Kegiatan ini meliputi sosialisasi dan pembuatan poster. berisi ringkasan kajian teoritis terkait bagaimana pemberdayaan masyarakat dilakukan.

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode yang digunakan dalam pemecahan permasalahan termasuk metode analisis. Metode-metode yang digunakan dalam penyelesaian pengabdian Masyarakat dituliskan di bagian ini.

Untuk melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan diperlukan beberapa tahapan. Tahapan – tahapan dari kegiatan PKM ini sebagai berikut:

- a. Melakukan persiapan untuk melakukan kegiatan PkM ini dengan melakukan analisis permasalahan mitra.
- b. Membuat rencana pelaksanaan kegiatan PkM dengan melakukan survei tempat serta mencari mitra sebagai peserta kegiatan PkM.
- c. Melaksanakan kegiatan PkM yaitu: edukasi kepada siswa, orang tua, dan guru.
- d. Setelah terlaksananya kegiatan PkM ini, maka dilakukan pembuatan laporan, video youtube, dan penerbitan artikel di journals bereputasi nasional sebagai salah satu luaran dari kegiatan PkM ini. Metode pendekatan yang digunakan dalam melakukan kegiatan PkM ini adalah sosialisasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diperlukan kepakaran kepelatihan olahraga untuk membantu memberikan pengetahuan tentang prinsip latihan untuk para pelatih serta atlet bulutangkis.

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

Program pengabdian kepada masyarakat ini memiliki sasaran yaitu pelajar/mahasiswa dan pelatih di Kepulauan Seribu. Program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan adalah penyebarluasan pengetahuan dan keterampilan tentang olahraga *air badminton*. Melalui pelatihan ini diharapkan dapat menyebarluaskan olahraga *air badminton* sehingga menghasilkan bibit-bibit atlet berprestasi. Selain itu program pengabdian masyarakat ini juga akan melaksanakan *open tournament* yang bertujuan untuk mewadahi atlet-atlet pemula dalam berprestasi sehingga nanti nya akan lebih siap untuk mengikuti pertandingan yang lebih besar.

Salah satu upaya penyebarluasan dan mengembangkan olahraga *air badminton* adalah dengan IPTEK, hal ini dilakukan untuk menumbuhkan semangat pelajar dalam mempelajari olahraga *air badminton* secara spesifik dan tepat. Olahraga *air badminton* merupakan olahraga yang membutuhkan kekuatan, daya tahan, koordinasi, keseimbangan, dan konsentrasi yang tinggi. IPTEK disini hadir sebagai panduan proses latihan dan pembinaan yang berorientasi pada masa depan dan berkesinambungan.

Melalui *coaching clinic* ini diharapkan hal-hal teoritis mengenai perkembangan olahraga *air badminton* dapat diaplikasikan secara nyata. Program ini berlanjut pada pelaksanaan *open tournament*, diharapkan melalui pelaksanaan *open tournament* ini atlet pemula mempunyai wadah untuk mengukur hasil kerja keras nya latihan sehingga bisa mengevaluasi diri dan lebih siap mengikuti pertandingan yang lebih besar. Pengabdian kepada masyarakat ini merupakan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi mitra dengan pendekatan terpadu, agar dapat mensosialisasikan olahraga atletik, menghadirkan wadah berlatih dan bertanding bagi atlet-atlet pemula di Kepulauan Seribu.



Gambar 1. PELATIHAN OLAHRAGA AIR BADMINTON UNTUK PELATIH BULUTANGKIS DI KEPULAUAN SERIBU

5. KESIMPULAN (*Conclusions*)

Air Badminton merupakan inovasi yang diciptakan untuk memperluas akses masyarakat terhadap olahraga bulutangkis. Dengan memanfaatkan ruang terbuka, olahraga ini berpotensi menjadi solusi keterbatasan fasilitas *indoor*, sekaligus mendorong gaya hidup sehat dan aktif. Berdasarkan literatur, *Air Badminton* memiliki prospek cerah dalam pengembangan olahraga rekreasi dan pendidikan jasmani. Namun, tantangan yang perlu diatasi adalah penyediaan peralatan khusus seperti *AirShuttle* dan pelatihan instruktur. Penutup berisi kesimpulan dan saran.

6. UCAPAN TERIMA KASIH (*Acknowledgement*)

Terima kasih kepada Universitas Negeri Jakarta.

7. DAFTAR PUSTAKA (*References*)

- Badminton World Federation. (2019). *Air Badminton: Outdoor Badminton Game*. Kuala Lumpur: BWF.
- Zhang, Y., Li, H., & Chen, X. (2020). *Aerodynamic Design of AirShuttle for Outdoor Badminton*. *Journal of Sports Engineering*, 23(4), 211-219.
- Widiastuti, F., Rahmawati, D., & Pratama, A. (2022). Manfaat Air Badminton terhadap Kebugaran Jasmani. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 14(2), 55-63.
- Kumar, R., & Singh, P. (2023). Air Badminton in Physical Education Curriculum. *International Journal of Physical Education*, 29(1), 77-85.