

## **PELATIHAN OLAHRAGA BOLATANGAN BAGI ANAK-ANAK USIA SEKOLAH DASAR KECAMATAN KADUDAMPIT KABUPATEN SUKABUMI**

**Agung Widodo**

Prodi Jasmani Kesehatan dan rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Sukabumi

*Email : agungwidodo@ummi.ac.id*

### **ABSTRAK**

*Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik Seni Budaya dan Olahraga yang diselenggarakan Universitas Muhammadiyah Sukabumi salah satunya memperkenalkan olahraga bolatangan ini sebagai bagian memasyarakatkan jenis olahraga ini di kalangan pelajar. Lokasi kegiatan di sekolah-sekolah tingkat dasar milik persyarikatan Muhammadiyah di Kecamatan Kadudampit. Tahapan pelaksanaan kegiatan bersama halayak sasaran terbagi atas ; tahap pengenalan permainan, tahap latihan, dan tahap eksebis.*

*Tahap pengenalan dilakukan secara teori dengan mengenalkan cara dan aturan permainan bolatangan melalui video pertandingan bolatangan dan penjelasan peraturan bolatangan. Tahap latihan dilakukan praktek untuk melatih teknik keterampilan serta taktik dalam permainan bolatangan. Tahap eksebis berupa praktek eksebis pertandingan bolatangan yang diikuti oleh 6 tim perwakilan dari 5 sekolah. Hasil kegiatan ini adalah siswa sekolah yang menjadi sasaran utama mengenal permainan bolatangan dan dapat memainkannya sampai ke tingkat eksebis. Dampak positif lainnya bagi siswa adalah olahraga bolatangan sebagai wahana dalam mengembangkan keterampilan psikomotorik anak sekaligus menanamkan nilai-nilai sikap sportivitas, disiplin, tanggungjawab dan kemampuan bekerjasama dalam sebuah tim.*

*Kata Kunci: Olahraga, Bolatangan, Siswa, Sekolah Dasar*

### **LATAR BELAKANG MASALAH**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan akademik mahasiswa yang dilaksanakan bersama-sama dengan masyarakat. Tujuan KKN adalah memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup dan memberikan kontribusi keilmuannya di tengah-tengah masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan KKN memiliki beberapa dampak positif baik bagi mahasiswa itu sendiri maupun bagi masyarakat. Demikian halnya dengan Universitas Muhammadiyah Sukabumi (UMMI) sebagai institusi pendidikan dimana mahasiswa tersebut belajar.

Prinsip KKN sendiri harus mencakup ; (1) *personality development*; (2) *community development*; dan (3) *institutional development*” (Windyarani, dkk, 2015 : 1). UMMI melaksanakan kegiatan KKN Tematik Seni Budaya dan Olahraga tahun 2015 sebagai implementasi kerjasama dengan Lembaga

Seni, Budaya, dan Olahraga (LSBO) PP Muhammadiyah. KKN Tematik LSBO bertujuan untuk melakukan pembinaan dan pengembangan seni, budaya, dan olahraga sebagai modal dakwah persyarikatan di tingkat akar rumput yakni, warga Muhammadiyah serta masyarakat.

KKN Tematik LSBO ini mengacu kepada program kerjasama diatas dengan tuntutan pelaksanaan kegiatan yang jelas. Olahraga menjadi media strategis karena selain membuat badan menjadi sehat dan bugar juga membentuk sikap dan karakter seseorang. Olahraga merupakan media bagi masyarakat menemukan kegembiraan, kepuasan diri, kematangan kepribadian melalui pengalaman dalam olahraga. Olahraga memberikan manfaat dalam pengembangan aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif seseorang. Olahraga yang cocok untuk mengakomodir kebutuhan pengembangan ketiga aspek

tersebut adalah olahraga permainan. Imas Kurniasih (2012: 13) menyatakan manfaat bermain sebagai berikut : (1) merangsang perkembangan kognitif, (2) membangun struktur dan kemampuan kognitif, (3) belajar memecahkan masalah, (4) mengembangkan rentang konsentrasi, (5) meningkatkan sikap sosial, (6) belajar berkomunikasi, (7) belajar berorganisasi (kerja sama), (8) mengembangkan kemampuan motorik. Olahraga permainan menyediakan ruang untuk bekerjasama dengan orang lain karena olahraga tersebut dimainkan secara tim.

Bolatangan sebagai salah satu olahraga permainan mempunyai beberapa manfaat positif. Menurut Agus Mahendra (1999:7), selain manfaat fisik yang jelas-jelas berhubungan dengan peningkatan kebugaran jasmani dan peningkatan keterampilan tingkat tinggi, seorang pemain bolatangan pun bisa memetik manfaat secara mantal-emosional serta social dari olahraga bolatangan. Bolatangan adalah olahraga dinamis yang membuat badan kita menjadi terlatih, bersemangat dan berakal, dan melatih pemain untuk bekerja bersama sebagai sebuah tim. Olahraga ini dapat membantu kita untuk tetap bugar dan sehat. Dengan kontak fisik, tanpa batas pergantian, dan tembakan ke gawang mampu mencapai 100 km/jam, olahraga ini memunculkan rasa senang dalam setiap pertandingan (Hari & Ermawan, 2005: 17). Selain itu, karakteristik bolatangan yang mudah dimainkan sehingga olahraga ini cocok dimainkan baik oleh laki-laki maupun perempuan.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga bolatangan itu menyenangkan dan bermanfaat. Namun, dalam kenyataannya olahraga ini kurang populer di kalangan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti olahraga ini kurang populer di masyarakat dikarenakan belum adanya sosialisasi maupun pelatihan terhadap olahraga bolatangan. Dalam lingkup pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) di sekolah dasar di wilayah tersebut, bolatangan

sebenarnya terdapat dalam kurikulum dan masuk dalam kategori permainan bola besar. Tetapi guru penjasorkes hanya mengajarkan siswa pelajaran cabang olahraga yang dipertandingkan dalam Pekan Olahraga Pelajar Daerah (POPDA) saja sehingga siswa kurang mengenal permainan bolatangan. Belum dipertandingkannya bolatangan di event POPDA serta belum adanya turnamen maupun kejuaraan bolatangan merupakan salah satu faktor penyebab kurang populernya permainan ini di masyarakat.

Di samping hal tersebut, sarana prasarana olahraga di masyarakat juga terbatas. Setiap desa di wilayah tersebut hanya memiliki lapangan untuk berolahraga seluas lapangan bolavoli atau bulutangkis saja. Sementara olahraga bolatangan membutuhkan lapangan yang luas (40 m x 20 m). Pendekatan modifikasi merupakan salah satu upaya menyelesaikan permasalahan terbatasnya sarana dan prasarana tersebut. Pendekatan modifikasi ini dimaksudkan agar permainan bolatangan dapat dimainkan di tengah keterbatasan sarana prasarana di masyarakat. Ketika permainan bolatangan dimainkan oleh masyarakat, diharapkan permainan ini menjadi alternatif olahraga “baru” terutama bagi anak-anak untuk dapat menambah aktivitas gerak anak.

Salah satu upaya memperkenalkan olahraga bolatangan ini dengan mempekenalkannya melalui kegiatan KKN Tematik LSBO yang diselenggarakan di sekolah-sekolah dasar milik persyarikatan Muhammadiyah di Kecamatan Kadudampit, Kabupaten Sukabumi. Tujuannya adalah memasyarakatkan olahraga bolatangan kepada siswa sekolah dasar milik Muhammadiyah sehingga dapat menjadi alternatif dalam memberikan pembelajaran olahraga selanjutnya. Harapannya program pengenalan jenis olahraga bola tangan ini menjadi bagian awal pengembangan olahraga di Kabupaten Sukabumi.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode dalam program ini adalah memberikan pengalaman langsung kepada peserta dalam

bentuk pelatihan (teori dan praktik) dan diakhiri dengan eksebisi pertandingan olahraga bolatangan, sehingga secara langsung khalayak sasaran mengetahui bagaimana permainan ini dilakukan. Akan tetapi, sebelum pelaksanaan pertandingan, para peserta di masing-masing sekolah diberi pelatihan terlebih dahulu oleh para mahasiswa KKN yang sebelumnya telah mendapatkan pembekalan/*coaching clinic*.

Adapun tahapan kegiatan pelaksanaan ini terbagi atas :

1. Tahap Persiapan
2. Tahap Pengenalan Permainan
3. Tahap Pelatihan
4. Tahap Eksebisi Pertandingan

Waktu pelaksanaan kegiatan dilakukan selama masa KKN berlangsung yakni 30 hari yang dimulai dari tanggal 01-30 Mei 2015. Kemudian untuk kelancaran kegiatan, tim pelaksana yang terdiri dari mahasiswa KKN dan pembimbing KKN berkoordinasi dengan pengelola sekolah-sekolah dasar Muhammadiyah dan Pimpinan Cabang Muhammadiyah (PCM) setempat.

## HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN

### 1. Tahapan Persiapan

Tahap persiapan lebih kepada persiapan penyelenggaraan kegiatan pengenalan olahraga bolatangan. Khususnya mempersiapkan peserta KKN yang akan menjadi fasilitator pengenalan olahraga bolatangan ini. Maka dilakukan semacam *coaching clinic* untuk memperkenalkan teknik yang digunakan dalam permainan, aturan permainan, peralatan yang dibutuhkan dan cara mencetak skor atau penentuan kemenangan. Kegiatan *coaching clinic* ini juga dilakukan oleh peserta KKN terhadap sejumlah siswa sekolah dasar yang akan dilatih permainan bola tangan.

Indikator keberhasilan dalam pelaksanaan program ini adalah peserta bisa melakukan pertandingan dengan peraturan yang telah ditetapkan sebelumnya, sehingga mereka dapat melakukan kompetisi secara langsung dan diperoleh juara didalamnya. Kemudian, setelah kembali ke masyarakat maupun sekolah, diharapkan anak-anak yang telah mengikuti

pertandingan ini dan guru yang mendampingi bisa menyebarluaskan permainan bolatangan ini, sehingga olahraga bolatangan yang telah dimainkannya bisa semakin dikenal dikalangan khalayak ramai.

Selain hal-hal yang bersifat perencanaan sampai persiapan teknis, diperlukan pula koordinasi dengan berbagai pihak yang akan mendukung terlaksananya kegiatan ini, bukan hanya sekedar pelaksanaan namun sampai kepada eksebisi pertandingan sehingga bukan hanya peserta yang terlibat dalam proses yang mengambil manfaatnya namun sekaligus memanfaatkan momen perayaan kenaikan kelas dan perayaan akhir sekolah di lokasi. Kegiatan eksebisi ini dibuat meriah agar seluruh lapisan masyarakat dapat menonton dan menikmati pertandingan bolatangan ini. Acara eksebisi puncak ini diselenggarakan pada tanggal 24 Mei 2016.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini dapat diidentifikasi peserta yang mengikuti program pelatihan bolatangan, adapun data dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 1. Identifikasi jumlah peserta dalam pelatihan bolatangan.**

No	PCM	Sebagai	Jumlah
1.	Cijarian	Peserta	10 anak
2.	Cipetir Girang	Peserta	9 anak
3.	Cipetir Tengah	Peserta	8 anak
4.	Lebak Siuh I	Peserta	9 anak
5.	Lebak Siuh II	Peserta	16 anak
TOTAL			52 anak

### 2. Tahap Pengenalan Permainan

Tahap pengenalan permainan bolaangan ini dimulai dengan sosialisasi mengenai kegiatan KKN Tematik LSBO ke lingkungan sekolah-sekolah dasar milik Muhammadiyah dan PCM. Selanjutnya kepada tiap sekolah dilakukan pertunjukkan bagaimana permainan bolatangan dilakukan dalam suatu pertandingan.

Secara teknis, kelompok mahasiswa KKN di tiap PCM mendatangi sekolah dasar dan

menayangkan video pertandingan bolatangan, selanjutnya juga diberi pemaparan materi tentang peraturan permainan, cara bermain, jumlah pemain, lama, permainan, dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam permainan bolatangan.

Setelah melihat video pertandingan bolatangan, peserta diharapkan mengetahui gambaran bagaimana olahraga bolatangan dimainkan. Selanjutnya, diberikan materi peraturan permainan bolatangan. Tujuan dari tahap ini adalah pengenalan peraturan permainan bolatangan.

### 3. Tahap Latihan

Pada tahap latihan ini peserta diberikan materi tentang teknik dasar dalam permainan bolatangan. Materi diberikan secara praktek, sehingga diharapkan peserta dapat menguasai keterampilan teknik maupun taktik dalam permainan bolatangan.

Mahasiswa secara berkelompok terdiri dari tim kecil melakukan pendampingan pelatihan di setiap sekolah dasar untuk membina dan melatih siswa-siswa sekolah dasar yang akan mempelajari permainan bolatangan ini secara intensif. Latihan ini dilakukan secara rutin dan saksama mengingat terbtasnya waktu yang dimiliki oleh pelatih (peserta KKN) demikia pula dengan pihak peserta (siswa dan guru pendamping).

Pelatihan dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan yang dimulai sejak tanggal 18 s/d 23 Mei 2015. Dari tahap ini, siswa diberikan materi tentang teknik dasar dan taktik dalam permainan bolatangan. Selain itu, juga dilakukan simulasi pertandingan bolatangan intern dalam tim sehingga kekompakan dan kerjasama tim dapat terbangun. Kegiatan latihan ini sekaligus merupakan tahap persiapan masing-masing tim guna menghadapi kejuaraan eksebisi bolatangan yang akan diselenggarakan.

Disamping itu pihak PCM membantu untuk menyiapkan tim-tim kecil kelompok olahraga yang beranggotakan siswa untuk menjadi tim-tim yang berkompetisi dalam suatu turnamen ujicoba lapangan. Sehingga selain kompetisi

ini antar sekolah juga dapat dianggap mewakili masing-masing daerah PCM.

### 4. Tahap Eksebisi Pertandingan

Tahap ini merupakan puncak dari kegiatan pelatihan bolatangan. Kompetisi merupakan wahana untuk menampilkan hasil dari tahap pengenalan dan latihan yang sudah dilaksanakan. Secara jelas, hasil pelaksanaan eksebisi bolatangan dapat dilihat dalam penjabaran berikut:

Nama Kegiatan : Turnamen Bolatangan KKN  
Tematik LSBO UMMI 2015

Hari, Tanggal : Minggu, 24 Mei 2015

Waktu : Pukul 08.00 s/d 15.00 WIB

Tempat : Lapangan Bolavoli  
Desa Sukamaju

Sistem Pertandingan: Setengah Kompetisi

Daftar peserta :

**Tabel 2. Peserta eksebisi bolatangan.**

No.	Tim	PCM
1.	MI Kadupugur	Cijarian
2.	SD Negeri 1 Lebak Siuh	Cipetir Girang
3.	MI Muhammadiyah	Cipetir Tengah Cipetir
4.	MI Lebak Siuh I	Lebak Siuh I
5.	SD Negeri Lebak Siuh II	Lebak Siuh II
6.	MIS Lebak Siuh II	Lebak Siuh II

Dari hasil pelaksanaan tahap eksebisi ini menghasilkan para juara pertandingan sebagai berikut :

JUARA I : SD Negeri 1 Lebak Siuh  
perwakilan PCM Cipetir Tengah

JUARA II : MI Muhammadiyah Cipetir  
perwakilan PCM Cipetir Girang

JUARA III: MI Lebak Siuh I perwakilan  
PCM Lebak Siuh I

Seluruh tahapan kegiatan yang dilakukan dalam pengenalan pertandingan olahraga bola tangan dikumpulkan dalam suatu gambaran jalannya pertandingan eksebisi bolatangan mini dapat dilihat dari beberapa dokumentasi kegiatan berikut ini.



**Gambar 1. Penjelasan peraturan pertandingan bolatangan mini**



**Gambar 2. Pemain diajarkan saling menghargai (*respect*) kepada wasit dan kawan bertandingnya**



**Gambar 3. Pelaksanaan pertandingan bolatangan mini**



**Gambar 4. Berfoto bersama setelah selesai pertandingan**

Program KKN Tematik LSBO untuk mengenalkan permainan olahraga bolatangan ini menunjukkan hasil yang positif. Indikatornya adalah telah tercapainya peningkatan pengetahuan dari peserta latihan (siswa dan guru) akan permainan ini, demikian halnya masyarakat Kecamatan Kadudampit khususnya. Kemudian penguasaan teknis dalam permainan ini dilakukan secara terjadwal dan terstruktur agar terbentuk pengetahuan utuh untuk olahraga tersebut. Puncaknya saat eksebsi diselenggarakan terlihat antusiasme semua pihak untuk mengenal dan menyaksikan pertandingan olahraga ini. Pada tahap eksebsi bolatangan, hasil yang diperoleh oleh peserta kegiatan adalah pengalaman bertanding bolatangan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari rangkaian pelaksanaan kegiatan pelatihan bolatangan, maka dapat disimpulkan:

1. Upaya untuk menyebarluaskan olahraga bolatangan ini mesti melibatkan seluruh pihak, terutama pihak-pihak yang aktif secara langsung dalam dunia Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, serta seluruh pihak yang terkait di dalamnya misalnya pihak sekolah, kampus dan KONI.
2. Bolatangan merupakan olahraga yang baru dikenal khususnya di wilayah Kabupaten Sukabumi, sehingga olahraga ini cukup membuka peluang yang sangat lebar bagi seluruh pihak yang mempunyai keinginan untuk mengembangkan serta berprestasi dalam cabang ini.
3. Sarana dan prasarana yang digunakan dalam kegiatan olahraga ini relatif mudah dan murah untuk didapatkan, sehingga harapannya mempermudah untuk disosialisasikan dan dikembangkan di masyarakat.
4. Selain sebagai olahraga prestasi, karakteristik bolatangan sebagai olahraga permainan yang menyenangkan dapat

sebagai alternatif olahraga kesehatan dan rekreasi di masyarakat.

## **2. Saran**

Guna semakin mengembangkan olahraga bolatangan di masyarakat, maka terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan keterampilan dan prestasi, eksebisi kegiatan dan pelatihan yang sejenis, diharapkan dengan frekuensi kompetisi yang semakin banyak, banyak pihak yang terlibat sehingga akan membuat olahraga ini semakin diminati oleh masyarakat.
2. Bolatangan merupakan olahraga yang baru dikenal khususnya di wilayah Kabupaten Sukabumi, sehingga membuka peluang juga bagi guru penjasorkes untuk menggunakan cabang olahraga ini sebagai salah satu materi dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami mengucapkan terima kasih kepada LPPM UMMI yang telah memberikan dukungan pendanaan penuh atas program KKN Tematik LSBO ini. Demikian pula kepada seluruh panitia KKN Tematik UMMI 2015 atas dukungan baik secara moril maupun bantuan teknis pendukung untuk kegiatan ini. Terima kasih pula kami ucapkan kepada mitra kami dalam program yakni seluruh sekolah Muhammadiyah dan Pimpinan Muhammadiyah Cabang (PCM) di Kecamatan Kadudampit Kabupaten Sukabumi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agus Mahendra (1999). *Bolatangan*. Jakarta: Depdikbud.
- Hari A.R. & Ermawan S. (2005). *Bolatangan Sebuah Pengantar dalam Pembelajaran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Imas Kurniasih. (2012). *Kumpulan permainan interaktif untuk meningkatkankecerdasan anak*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Windyariani, Sistiana, dkk. (2015). *Buku Pedoman Kuliah Kerja Nyata Tematik Universitas Muhammadiyah Sukabumi*. Sukabumi: LPPM UMMI.