



Membangun semangat Olahraga melalui Tournament: Sinergi Pemuda Karang Taruna Desa Pasimarannu.

Muhammad Janwar^{1*}, Sudirman Burhanuddin², Awaluddin³.

¹ Universitas Megarezky, Indonesia, email: janwartansilu@gmail.com

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: Sudirman.burhanuddin@unm.ac.id

³ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: awaluddin@unm.ac.id

*Koresponden penulis

Info Artikel

Diajukan: 13 Mei 2024

Diterima: 24 Mei 2024

Diterbitkan: 8 Juni 2024

Keyword:

Spirit of Sport; Karang Taruna; Desa Passimarannu.

Kata Kunci:

Semangat Olahraga; Karang Taruna; Desa Passimarannu

Abstract

This PkM activity was carried out with the aim of Another purpose of this activity is to provide sepak takraw sports coaching for youth in Pasimarannu village, East Sinjai District, Sinjai Regency, as well as the practice of sepak takraw tournaments and other sports. The method of implementing this community service builds the spirit of sports through tournaments: Pasimarannu Village Youth Youth Synergy used is the Service Learning (SL) method with pre-implementation, implementation and post-implementation stages. The results of the service showed an increase in community knowledge related to sepak takraw and other sports and there were also winners in the tournament.

Abstrak

Kegiatan PkM ini dilaksanakan adalah dilaksanakan dengan tujuan Tujuan lain dari kegiatan ini untuk memberikan pembinaan olahraga sepak takraw bagi pemuda di desa Pasimarannu Kecamatan Sinjai Timur Kabupaten Sinjai, sekaligus juga dilaksanakan praktek tournament sepak takraw dan cabor yang lainnya. Metode pelaksanaan pengabdian pada masyarakat ini membangun semangat Olahraga melalui Tournament: Sinergi Pemuda Karang Taruna Desa Pasimarannu digunakan adalah metode *Service Learning* (SL) dengan tahapan pra-implementasi, implementasi dan pasca implementasi. Hasil PkM menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang berkaitan dengan sepak takraw dan cabang olahraga lainnya dan juga adanya pemenang pada tournament.

PENDAHULUAN

Peran generasi muda adalah membangun kembali karakter positif bangsa. Hal ini tentunya sangat berat, namun esensinya adalah adanya kemauan keras dan komitmen dari generasi muda untuk menjunjung nilai-nilai moral diatas kepentingan-kepentingan sesaat sekaligus upaya kolektif untuk menginternalisasikannya. Generasi muda dituntut untuk mengambil peran sebagai pemberdaya karakter. Bentuk praktisnya adalah kemauan dan hasrat yang kuat dari generasi muda untuk menjadi rolemodel dari pengembangan karakter bangsa yang positif

Peran yang terakhir ini menuntut generasi muda untuk terus melakukan pembelajaran. Harus diakui bahwa pengembangan karakter positif bangsa bagaimanaupun juga menuntut adanya modifikasi dan rekayasa yang tepat disesuaikan dengan perkembanganjaman. Dalam hal ini peran generasi muda sangat diharapkan oleh bangsa, karena ditangan merekalah proses pembelajaran dapat berlangsung dalam kondisi yang paling produktif. Dengan berolahraga, banyak karakter positif yang dapat terbentuk pada perilaku olahraga tersebut. Melalui olahraga, seseorang akan memiliki tanggungjawab, rasa hormat dan memiliki kepedulian dengan sesama. Nilai-nilai ketekunan, kejujuran dan keberanian juga dapat diperoleh dari aktivitas olahraga dan tentu masih banyak lainnya (Santika, D. A., et al, 2024) Selain itu merupakan langkah awal untuk memosisikan kembali olahraga dalam pembentukan karakter.

Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan, agar kondisi fisik dan kesehatannya tetap terjaga dengan baik (Cahyono, T. 2024). Olahraga merupakan salah satu upaya dalam mengurangi aktivitas sedentair, mengurangi kebosanan, menjaga kesehatan bahkan dapat meningkatkan sistem imun (Danurata et al, 2023) Aktivitas fisik yang baik terhindar dari virus penyakit dan tentu mempermudah pekerjaan sehari-hari (Aminuddin et al, 2021).

Olahraga di Kecamatan Sinjai Timur Desa Pasimarannu mempunyai penggemar yang bisa dibilang cukup banyak salah satunya yaitu jenis olahraga permainan sepak takraw. Olahraga sepak takraw menjadi salah satu olahraga yang diminati dan digemari oleh masyarakat di Sulawesi Selatan khususnya masyarakat di desa Pasimarannu Kecamatan Sinjai Timur Kabupaten Sinjai.

Salah satu hal yang juga harus diperhatikan dalam bermain sepahtakraw adalah keterampilan teknik dasar bermain dan pemahaman terkait aturan bermain sepak takraw. Sepak takraw merupakan jenis olahraga yang bermula dari permainan tradisional (Janwar M, 2019. Melalui beberapa faktor analisa dan sebagai upaya untuk mendukung penyaluran minat dan bakat olahraga serta membangun semangat olahraga bagi masyarakat di Kecamatan Sinjai Timur, maka tim pengabdian dan sinergi Pemuda Karang Taruna desa

Pasimarannu mengadakan turnamen olahraga sepak takraw dan beberapa cabang olahraga lainnya seperti bolavoli, dan permainan tradisional latto-latto dengan untuk membangkitkan semangat berolahraga. Perlombaan ini sebuah ajang untuk rekreasi bersenang-senang dengan penghargaan medali dan sertifikat bagi pemenang. Tujuan lain dari kegiatan ini untuk memberikan pembinaan olahraga sepaktakraw bagi pemuda di desa Pasimarannu Kecamatan Sinjai Timur Kabupaten Sinjai. Pembinaan olahraga bagi masyarakat dan pemuda di desa Pasimarannu Kecamatan Sinjai Timur Kabupaten Sinjai di harapkan mampu memberikan kontribusi yang maksimal bagi teciptanya prestasi olahraga sepaktakraw mulai dari tingkat lokal sampai Nasional.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang akan digunakan dalam program service learning. Metode *service learning* ini melibatkan peran serta mahasiswa, dosen dan masyarakat. (Afandi, et al., 2022). Tahapan PkM yaitu pra-implementasi, implementasi dan pasca implementasi, Adapun langkah-langkahnya yaitu 1) Memberikan pengetahuan dan pemahaman bagi pemuda dan masyarakat melalui sosialisasi tentang teknik dasar bermain dan technical meeting aturan pertandingan (sepak takraw, bola voli, dan latto-latto) di Desa Pasimarannu, Kecamatan Sinjai Timur, Kabupaten Sinjai. 2) Membantu pemuda mengembangkan potensi, minat dan bakat dalam olahraga prestasi melalui kegiatan turnamen olahraga (sepak takraw, bola voli, dan latto-latto) di Desa Pasimarannu, Kecamatan Sinjai Timur, Kabupaten Sinjai.

1. Tahap Pra Implementasi

Tahapan ini merupakan tahapan perencanaan PkM seperti dosen melakukan inisiasi dan komunikasi dengan Desa Pasimarannu Kecamatan Sinjai timur. Merumuskan permasalahan dan mencari solusi dengan pelibatan mahasiswa, pemuda desa dan kepala desa, menyiapkan surat ijin kegiatan, bahan dan materi untuk sosialisasi serta rancangan tempat, waktu dan alat-alat yang diperlukan.

2. Tahap Implementasi

Pada tahap ini dosen dan mahasiswa melakukan membangun semangat Olahraga melalui Tournament: Sinergi Pemuda Karang Taruna Desa Pasimarannu sehingga masyarakat dapat mengetahui tujuan dan manfaat kegiatan.

3. Tahap Pasca-Implementasi

Tahapan ini dosen dan mahasiswa melakukan evaluasi dan refleksi terkait kegiatan yang dilakukan. Untuk tournament olahraga dilakukan dilaksanakan dilapangan, sedangkan refleksi dilaksanakan setelah pelaksanaan PkM berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PkM menjaga kebugaran jasmani pada murid sekolah dasar yang terdiri dari 3 tahapan 1) pra implementasi, 2) implementasi dan 3) pasca implementasi diuraikan sebagai berikut:

1) Pra Implementasi

Tahap ini merupakan tahap tim pengabdian dengan kegiatan kunjungan ke kantor Desa sasaran PkM guna mencari permasalahan yang dialami. Tim pengabdian terlebih dahulu menyampaikan surat ijin pelaksanaan kegiatan.



Gambar 1. Tim pengabdian memasang spanduk kegiatan

2) Implementasi

Tahap implementasi kegiatan PkM ini terdiri dari beberapa rangkaian kegiatan. Pertama adalah sosialisasi maksud dan tujuan dilaksanakannya pengabdian ini. Pada tahap ini tim pengabdian menyampaikan informasi terkait rencana dan jadwal pelaksanaan kegiatan.

3) Pasca Implementasi

Hasil akhir dari PkM ini membawa dampak positif bagi masyarakat Desa Passimarannu. Dilihat dari antusiasme pada saat tournament dilaksanakan. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung dengan baik atas dukungan dari pihak Kecamatan Sinjai Timur dan juga peserta dari desa Passimarannu. Kegiatan tournament ini sangat membantu dalam membangkitkan semangat berolahraga di Sinjai Timur. Sehingga tujuan dari kegiatan ini telah tercapai dengan optimal.



Gambar 2. Suasana pertandingan



Gambar 3. Peserta dari berbagai kalangan seperti anak-anak

Manfaat olahraga yang rutin, tidak hanya berguna dalam tatalaksana penyakit kronis melainkan juga dapat meningkatkan imunitas tubuh. Olahraga merupakan aktivitas penting yang dibutuhkan dalam upaya menjaga tubuh agar tetap sehat dan bugar. Dalam kehidupan modern yang serba sibuk dan cenderung kurang aktif, olahraga menjadi kunci untuk menjaga kesehatan dan keseimbangan hidup (Fitriana & Darmawan, 2021).

Beberapa studi membuktikan bahwa olahraga dapat meningkatkan fungsi imun tubuh aktivitas fisik yang teratur dapat memperkuat otot dan tulang, meningkatkan daya tahan kardiovaskular, serta meningkatkan fleksibilitas dan kelincahan tubuh. Selain itu, olahraga juga membantu dalam mengendalikan berat badan, mengurangi risiko obesitas, dan meningkatkan kualitas tidur (Kuniano, 2015).

Olahraga juga dapat meningkatkan kualitas tidur, membantu mengatasi depresi, dan meningkatkan rasa percaya diri (Chiva-Bartoll & Fernández-Rio, 2022). Secara keseluruhan, berolahraga secara teratur memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh (Wollesen et al., 2022). Dengan demikian, berolahraga merupakan salah satu kunci penting dalam mencapai gaya hidup sehat dan meningkatkan kualitas hidup

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan PkM ini, adalah adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang berkaitan dengan sepak takraw dan cabang olahraga lainnya dan juga adanya pemenang pada tournament, masyarakat menjadi pemain sepaktakraw yang handal dengan penguasaan teknik dasar yang bagus dan adanya atlet sepaktakraw berbakat yang bisa mewakili desa passimarannu dikemudian hari pada event-event skala besar.

DAFTAR RUJUKAN

- Afandi, A. et al. (2022) *Metodoogi Pengabdian Masyarakat*. I, Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI. I. Edited by Suwendi, A. Basir, and J. Wahyudi. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI. Available at: <http://diktis.kemenag.go.id>
- Aminuddin, Awaluddin, Ismail, A., & Suhardianto. (2021). Upaya Peningkatan Kesehatan dan Kebugaran Jasmani dimasa Pandemi Covid-19 di Desa Timbuseng Kabupaten Takalar. *MEGA PENA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 42-52. <https://doi.org/10.37289/mp.v1i1.15>
- Danuarta, G. A., Fauzi, A., Salaat, M. H., Yulianingsih, I., Yunieswati, W., & Al Ghani, M. (2023, October). Membangun Semangat dan Membentuk Generasi Muda Dalam Mengembangkan Olahraga (Woodball) Di SMP Negeri 17 Kota Tangerang Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Cahyono, T. (2024). Meningkatkan Partisipasi Aktif Berolahraga Masyarakat DKI Jakarta Melalui Program Penggerak Olahraga. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 22(1), 1-14.
- Chiva-Bartoll, O., & Fernández-Rio, J. (2022). Advocating for Service-Learning as a pedagogical model in Physical Education: towards an activist and transformative approach. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(5), 545–558. <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1911981>
- Fitriana, R., & Darmawan, D. R. (2021). Workout sebagai gaya hidup sehat wanita modern. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya Dan Perubahan Sosial*, 5(2), 199–213. <https://doi.org/10.22219/satwika.v5i2.17571>
- Janwar, M. (2019). Peningkatan Teknik Dasar Sepak Sila Dalam Sepak Takraw Melalui Alat Bantu Kicking Pad. *SCIENTIA PROSIDING*, 1(1), 69-80.

- Kuniano, D. (2015). Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 19–30.
- Santika, D. A., Irhamudin, I., & Arifin, M. Z. (2024). Peran Pencak Silat Pagar Nusa di Dalam Penanaman Karakter Generasi Muda. *Berkala Ilmiah Pendidikan*, 4(1), 143-152.
- Wollesen, B., Janssen, T. I., Müller, H., & Voelcker-Rehage, C. (2022). Effects of cognitive-motor dual task training on cognitive and physical performance in healthy children and adolescents: A scoping review. *Acta Psychologica*, 224, 103498. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103498>