



SOSIALISASI OLAHRAGA TONIS DIKALANGAN MASYARAKAT KOTA MAKASSAR

Wahyudin¹, Ricardo Valentino Latuheru², Imam Suyudi³, Ruslan⁴, Mohammad Dika Raswadi⁵

¹ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: Wahyudin@unm.ac.id

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: Ricardo.Valentino.Latuheru@unm.ac.id

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

⁴ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: Ruslann@unm.ac.id

⁵ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: Mohammad23dika@unm.ac.id

*Koresponden Wahyudin@unm.ac.id

Info Artikel

Accepted: 09 Juni 2025

Published: 14 Juni 2025

Keyword:

Socialization, Tonis Sports, Makassar City Community.

Abstract

Lifelong sports habits are one of the expected outcomes of the life process in society, especially urban communities. This is important in efforts to form mature personal character in society from childhood to adulthood. Physical education teachers as the spearhead of student character formation need to analyze further what society's needs are today. The millennial generation is completely digital and prefers to spend their time with their respective gadgets. Physical activity is very important for society, especially during the growth period. The public must always be presented with movement activities that are fun and beneficial for the body and the development of movement for students, especially the public, so that they are interested in doing sports activities. Tonis is a fun, easy, cheap sport for all groups. The aim of this PKM activity is to provide socialization material about tonic sports in sports science which is packaged in socialization activities for tonic games and direct training to the public on tonic playing techniques. This activity involves the community in Makassar City as a strategic target audience. The hopes of this activity are (1) The socialization activity will provide a scientific basis for the community regarding the tonic game from physical and physiological aspects, (2) The socialization activity will provide knowledge and skills in the tonic game techniques and explain the rules of the tonic game and refereeing, and (3) PKM activities in general will contribute to maintaining the conservation values of physical fitness through the tonic game.

Abstrak

Pembiasaan olahraga sepanjang hayat merupakan salah satu outcome yang diharapkan dari proses kehidupan dalam masyarakat khususnya masyarakat perkotaan. Hal ini penting dalam upaya pembentukan karakter pribadi yang matang pada masyarakat dari kecil hingga dewasa. Guru penjas sebagai ujung tombak pembentukan karakter peserta didik perlu menganalisis lebih jauh bagaimana kebutuhan masyarakat pada jaman sekarang. Generasi milenial yang serba digital dan lebih memilih untuk menghabiskan waktunya dengan gadget masing-masing. Aktifitas fisik sangat penting bagi masyarakat terutama pada masa pertumbuhan. Masyarakat harus senantiasa disajikan aktifitas gerak yang menyenangkan dan bermanfaat untuk tubuh serta perkembangan gerak peserta didik terutama masyarakat sehingga tertarik melakukan aktifitas olahraga. Tonis merupakan olahraga yang menyenangkan, mudah, murah bagi semua kalangan. Tujuan dari kegiatan PKM ini adalah untuk memberikan materi sosialisasi tentang olahraga tonis dalam keilmuan olahraga yang dikemas dalam kegiatan sosialisasi permainan tonis dan pelatihan secara langsung kepada

masyarakat bagaimana teknik permainan tonis. Kegiatan ini melibatkan masyarakat yang ada di Kota Makassar sebagai khalayak sasaran antara yang strategis. Harapan dari kegiatan ini adalah (1) Kegiatan sosialisasi akan memberikan landasan keilmuan kepada masyarakat tentang permainan tonis dari aspek fisik dan fisiologi, (2) Kegiatan sosialisasi akan memberikan pengetahuan dan keterampilan teknik permainan tonis serta mengupas bagaimana peraturan permainan tonis dan perwastannya, dan (3) Kegiatan PKM secara umum akan memberikan kontribusi untuk menjaga nilai-nilai konservasi kebugaran jasmani melalui permainan tonis.

PENDAHULUAN

Pembiasaan olahraga sepanjang hayat merupakan salah satu outcome yang diharapkan dari proses pembelajaran penjas di sekolah. Hal ini penting dalam upaya pembentukan karakter pribadi yang matang pada peserta didik dari kecil hingga dewasa. Guru penjas sebagai ujung tombak pembentukan karakter peserta didik perlu menganalisis lebih jauh bagaimana kebutuhan peserta didik pada jaman sekarang. Generasi milenial yang serba digital dan lebih memilih untuk menghabiskan waktunya dengan gadget masing-masing.

Aktifitas fisik sangat penting bagi anak terutama pada masa pertumbuhan. Kekuatan, kelentukan, dan daya tahan otot akan bertambah. Hal ini disebabkan oleh bertambah besarnya serabut otot dan meningkatnya sistem penyediaan energi di otot. Lebih dari itu perubahan pada otot ini akan mendukung kelincahan gerak dan kecepatan reaksi, sehingga dalam banyak hal kecelakaan dapat dihindari. Penambahan aktivitas enzim pada tulang akan meningkatkan kepadatan, kekuatan, dan besarnya tulang, selain mencegah pengeroposan tulang. Permukaan tulang juga akan bertambah kuat dengan adanya tarikan otot yang terus menerus. Kekuatan ligamentum dan tendo akan bertambah, demikian juga dengan perlekatan tendo pada tulang. Keadaan ini akan membuat ligamentum dan tendo mampu menahan beban berat dan tidak mudah cedera. Latihan teratur dapat menyebabkan bertambah tebalnya tulang rawan di persendian sehingga dapat menjadi peredam (shock absorber) dan melindungi tulang serta sendi dari bahaya cedera.

Manfaat dari kegiatan fisik terhadap kebugaran secara umum sudah banyak diketahui. Pada orang dewasa, kegiatan fisik dibutuhkan untuk kurangi risiko terjadinya berbagai penyakit dan kematian dini. Ketidakaktifan fisik diestimasi menyebabkan 6% hingga 10% perihal penyakit tidak menular, seperti penyakit jantung koroner, diabetes, kanker payudara dan kolon (Abadini and Wuryaningsih, 2018). Menurut (Maulana et al., 2020) aktivitas latihan fisik juga memiliki manfaat terhadap peningkatan imunitas atau kekebalan tubuh jika dibanding tidak melakukan aktivitas apapun atau menghabiskan waktu hanya berdiam diri.

Oleh karenanya, setiap individu tetap berusaha menjaga kesehatannya dan salah satu cara agar kesehatan tetap terjaga dengan baik melalui aktifitas jasmani (Mubarok, Rahayu, and Hidayah, 2015). Manfaat dari aktivitas fisik bisa membantu berkurangnya massa lemak dalam tubuh dan menaikkan kapabilitas otot sehingga bisa menghambat penimbunan lemak yang terlalu berlebih dalam tubuh. Aktivitas fisik merupakan aktivitas sehari-hari yang dijalankan sepanjang 7 hari bersama dihitung memakai durasi menit (Ermona and Wirjatmadi, 2018).

Keuntungan aktif ketika melakukan aktivitas fisik secara teratur antara lain: membantu menjaga kekuatan otot dan sendi tetap kokoh, membantu untuk meningkatkan mood atau suasana hati, membantu menurunkan perasaan cemas, stress dan depresi (faktor yang berkontribusi pada penambahan berat badan), membantu kualitas tidur menjadi lebih baik, meningkatkan kemampuan jantung dan paru, menurunkan tekanan darah, mengurangi lemak, memperbaiki bentuk tubuh, memperbaiki kadar gula darah, memperlancar aliran darah, memperlambat penuaan. Mengingat dampaknya yang cukup banyak terhadap kelangsungan hidup, seharusnya seseorang menyadari betapa pentingnya melakukan suatu kegiatan aktivitas fisik atau berolahraga (Agus, 2010).

Pengetahuan merupakan salah satu ranah dalam aspek kognitif. Menurut Soekidjo Notoatmodjo (2007: 139) pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dalam pengertian lain pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui. Pengetahuan juga diartikan segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal mata pelajaran (Poerwodarminto, 2002: 1121). Sedangkan menurut Sugihartono, dkk., (2012: 105) pengetahuan adalah informasi yang diketahui melalui proses interaksi dengan lingkungan. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui seseorang yang didapat melalui penginderaan atau interaksi terhadap objek tertentu di lingkungan sekitarnya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ialah umur, pendidikan, paparan media massa, sosial ekonomi (pendapatan), hubungan sosial, pengalaman. Untuk pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek pengabdian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin diukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkat pengetahuan yang

ada (Soekidjo Natoatmodjo, 2007: 35) Menurut Maksum M.A (2012) taksonomi berasal dari bahasa Yunani tassein berarti untuk mengklasifikasi dan nomos yang berarti aturan. Taksonomi berarti klasifikasi berhirarkhi dari sesuatu atau prinsip yang mendasari klasifikasi. Semua hal yang bergerak, benda diam, tempat, dan kejadian sampai pada kemampuan berpikir dapat diklasifikasikan menurut beberapa skema taksonomi. Dalam taksonomi perilaku Bloom, Bloom (1956: 89) mengklasifikasikan perilaku tersebut kedalam tiga klasifikasi perilaku, yaitu perilaku kognitif, afektif dan psikomotor. Lebih lanjut Bloom menjelaskan bahwa perilaku kognitif mencakup tujuan yang berhubungan dengan ingatan, pengetahuan, dan 13 kemampuan intelektual. Perilaku afektif mencakup tujuan yang berhubungan dengan perubahan sikap, nilai dan perasaan. Perilaku psikomotor mencakup tujuan yang berhubungan dengan manipulasi dan lingkup kemampuan gerak. Di samping itu dia mengemukakan bahwa pemahaman mencakup tiga kemampuan pokok yaitu kemampuan menerjemahkan, menafsirkan, dan kemampuan eskplorasi.

Sosialisasi pada awalnya diartikan sebagai suatu cara untuk memproses mempelajari norma, nilai, peran, dan semua persyaratan lainnya yang diperlukan untuk memungkinkan berpartisipasi yang efektif dalam kehidupan social (Maclever, 2013:175). Sosialisasi muncul dari kata social /socius yang berarti segala sesuatu yang lahir, tumbuh dan berkembang dalam kehidupan bersama. Jadi sosialisasi sebenarnya merupakan bidang yang mencakup pemeriksaan mengenai lingkungan kultural social dari sebuah masyarakat. Sosialisasi membahas interaksi social dan tingkah laku social. Sehingga sosialisasi dapat diartikan secara luas yakni suatu proses interaksi dan pembelajaran yang dilakukan seseorang manusia sejak lahir hingga akhir hayatnya di dalam suatu budaya masyarakat. Sedangkan sosialisasi secara sempit berarti sebuah proses pembelajaran dari manusia agar dapat mengenali lingkungan yang kelak akan ia hidup, baik lingkungan fisik maupun social. Dari berbagai pendapat mengenai sosialisasi tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa sosialisasi merupakan suatu kecenderungan reaksi perasaan, yang mempunyai preferensi terhadap suatu objek tertentu dengan berdasarkan pada keyakinan individu. Sosialisasi dapat diartikan merupakan pendapat, keyakinan seseorang mengenai objek atau situasi yang disertai dengan perasaan tertentu, dan memberikan dasar kepada orang tersebut sehingga timbul respon untuk berperilaku dengan cara tertentu yang dipilihnya.

Dalam bermain tonnis tidak hanya skill yang ditonjolkan saja, tetapi juga diperlukan ranah kognitif untuk memahami hal-hal yang berkaitan dengan permainan tonnis beserta rule of the game nya. Di samping aspek

kognitif, aspek yang tidak kalah pentingnya dalam permainan tonnis yaitu aspek sikap. Dengan memiliki penguasaan aspek sikap, maka seorang pemain akan menghayati sikap, perilaku, dan mensikapi hasil pertandingan tonnis secara bijak. Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Tujuan aspek kognitif berorientasi pada kemampuan berfikir yang mencakup kemampuan intelektual yang lebih sederhana, yaitu mengingat, sampai pada kemampuan 19 memecahkan masalah yang menuntut siswa untuk menghubungkan dan menggabungkan beberapa ide, gagasan, metode atau prosedur yang dipelajari untuk memecahkan masalah tersebut. Dengan demikian aspek kognitif adalah subtaksonomi yang mengungkapkan tentang kegiatan mental yang sering berawal dari tingkat pengetahuan sampai ke tingkat yang paling tinggi yaitu evaluasi. Di samping ranah kognitif, ranah afektif memiliki peran yang tidak kalah pentingnya dalam permainan tonnis, contohnya mau menerima kekalahan dan kemenangan secara sportif, toleransi sesama teman, menghormati teman dan lain sebagainya. Ranah afektif adalah ranah yang berkaitan dengan sikap dan nilai. Ranah afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai. Beberapa pakar mengatakan bahwa sikap seseorang dapat diramalkan perubahannya bila seseorang telah memiliki kekuasaan kognitif tingkat tinggi.

Dalam pengabdian ini untuk mengungkapkan tingkat pengetahuan dan sikap permainan tonnis masyarakat Kota Makassar. Pengabdian ini akan dilakukan dengan menggunakan instrumen pengabdian berupa tes dan angket. Dari tes tersebut diketahui hasil yang akan diklasifikasikan menurut kategori tertentu sesuai tingkat pengetahuan dan sikap permainan tonnis. Kemudian pada akhirnya akan disimpulkan tingginya tingkat pengetahuan dan sikap permainan tonnis masyarakat Kota Makassar.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini merupakan pengabdian kepada masyarakat khususnya masyarakat Kota Makassar dengan cara sosialisasi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode sosialisasi dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes pilihan ganda dengan angket. Dalam pengabdian ini bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan dan sikap masyarakat Kota Makassar tentang permainan tonnis.

Variabel dalam pengabdian ini adalah sikap dan pengetahuan masyarakat Kota Makassar tentang permainan tonnis. Definisinya sebagai berikut: 1) Pengetahuan masyarakat Kota Makassar tentang permainan tonnis adalah kemampuan masyarakat Kota Makassar dalam mengetahui

permainan tonnis yang diukur menggunakan tes objektif yang berupa soal pilihan ganda yang berisi mengenai permainan tonnis, yang terdiri atas peraturan permainan tonnis, peralatan, teknik, strategi dan taktik. 2) Sikap masyarakat Kota Makassar tentang permainan tonnis adalah suatu kecenderungan, pandangan atau keyakinan masyarakat Kota Makassar terhadap suatu objek atau situasi yang relatif ajeg dalam hal ini adalah permainan tonnis yang disertai perasaan tertentu dan memberikan dasar kepada anggota untuk bertindak dan berperilaku terhadap objek dengan cara tertentu berdasarkan faktor internal (fisiologis dan psikologis) dan faktor eksternal (pengalaman, situasi, norma-norma, hambatan, pendorong) yang diukur menggunakan angket.

Menurut Sugiyono (2011: 135) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2006: 36) populasi adalah keseluruhan subjek pengabdian. Populasi dalam pengabdian ini adalah semua masyarakat Kota Makassar yang berjumlah 17 orang. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2006: 39). Menurut Sugiyono (2011: 137) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Teknik sampling dalam pengabdian ini menggunakan purposive sampling. Menurut Sugiyono (2011: 85) purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) daftar hadir latihan dua bulan terakhir minimal 75% (keaktifan mengikuti latihan), (2) merupakan masyarakat Kota Makassar, (3) bersedia menjadi sampel. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 60 orang.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode ceramah dan demonstrasi/ praktek langsung dilapangan, serta audiovisual yang dibagi dalam dua tahap pelaksanaan.

- Tahap I: Pelaksanaan pengenalan peralatan permainan tonnis; Pengenalan peralatan dan teknik dasar bermainnya; Tanya jawab dan evaluasi dari hasil pengenalan cabang olahraga permainan tonnis.
- Tahap II: Pelaksanaan praktek di halaman maupun di lapangan; Evaluasi dalam bentuk tanya jawab, diskusi dan observasi praktek; Jumlah jam keseluruhan 6 jam selama 2 kali turun lapangan.
- Kegiatan pengabdian bagi masyarakat Kota Makassar dilaksanakan selama 2 kali dengan jadwal Minggu, 16 Maret 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Hasil pelaksanaan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat yang telah dilaksanakan di masyarakat Kota Makassar ditandai dengan identifikasi melalui komponen keberhasilan kegiatan yang mencakup keberhasilan target jumlah peserta pelatihan, ketercapaian target luaran, dan ketercapaian seluruh tahapan pelaksanaan sesuai yang direncanakan. Setiap komponen keberhasilan kegiatan diuraikan sebagai berikut:

- a) Memberikan pengetahuan dan pengalaman guru penjas dan murid dalam, hal peralatan, teknik dan peraturan permainan tonnis.
- b) Memassalkan dan memasyarakatkan cabang olahraga permainan tonnis di seluruh Kabupaten/kota di Sulsel.
- c) Merangsang pembentukan kelompok-kelompok siswa untuk bermain permainan tonnis.
- d) Membuka peluang baru bagi masyarakat untuk berprestasi dicabang olahraga permainan tonnis kasti terutama bagi anak usia dini.
- e) Mencari bibit atlet untuk mewakili Kabupaten/kota nantinya

Faktor Pendukung

Pelaksanaan kegiatan PKM di masyarakat Kota Makassar dinilai sukses berkat bantuan dan dukungan berbagai pihak. Faktor pendukung kesuksesan pelaksanaan kegiatan meliputi dukungan Dekan dan seluruh jajarannya serta telah memberikan izin untuk melaksanakan kegiatan, penyediaan fasilitas kegiatan berupa gedung dan perlengkapan, serta antusiasme mahasiswa/ masyarakat sebagai peserta sosialisasi. Dukungan juga hadir dari pihak-pihak lain yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini. Selain itu, tersedianya dana PNBP turut mendukung terselenggaranya kegiatan PKM ini.

Faktor Penghambat

Pelaksanaan kegiatan PKM yang dilakukan tidak terlepas dari adanya kesulitan atau hambatan. Faktor penghambat dalam melaksanakan kegiatan PKM yaitu keterbatasan waktu pelaksanaan sosialisasi, diskusi, dan demosntrasi. Hal tersebut berdampak pada terbatasnya informasi yang dapat disampaikan kepada seluruh peserta.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi, pengenalan tentang peralatan, teknik dasar dan aturan cara permainan tonnis bagi masyarakat Kota Makassar dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a) Menambah pengetahuan dan pemahaman peserta tentang peralatan, teknik dasar dan aturan cara bermain tonnis.

- b) Pelaksanaan atau demonstrasi / praktek lapangan teknik dasar, aturan bermain permainan tonnis dapat dilakukan dengan baik dan benar.
- c) Dengan selesainya sosialisasi permainan tonnis diharapkan masyarakat Kota Makassar dapat melakukannya dengan baik dan benar.
- d) Kepada Guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga diharapkan dapat membina siswa tentang teknik dasar, dan aturan cara bermain permainan tonnis yang terarah dan sistimatis agar kelak nanti mereka dapat menjadi pemainan yang yang menyenangkan bagi para pelakunya.

DAFTAR RUJUKAN

- Abadini, D., & Wuryaningsih, C. E. (2018). Determinan Aktivitas Fisik Orang Dewasa Pekerja Kantoran di Jakarta Tahun 2018. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 15. <https://doi.org/10.14710/jpki.14.1.15-28>
- Agus, A. (2010). Pentingnya Peran Olahraga Dalam Menjaga Kesehatan Dan Kebugaran Tubuh. November, 1–11.
- Ermona, N. D. N., & Wirjatmadi, B. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sdn Ketabang 1 Kota Surabaya Tahun 2017. *Amerta Nutrition*, 2(1), 97. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i1.2018.97-105>
- Maulana, R., Rochmania, A., Pendidikan, J., Olahraga, K., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (2020). Hubungan intensitas latihan dengan imunitas. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 20–35. Mubarak, H.,
- Rahayu, S., & Hidayah, T. (2015). Analisis Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Pemain Futsal Anker Fc Tahun 2014. *JSSF (Journal of Sport Science and Fitness)*, 4(3), 48–52.
- Abdul Alim. (2015). Pembelajaran Permainan Mini Tennis Bagi Siswa Sekolah Dasar. Laporan Pengabdian. Yogyakarta: FIK UNY. 25
- Abdul Malik. (2015). Sikap Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Depok Sleman terhadap Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Anas Sudijono. (2006). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: Rajawali
- Pers. A.Wawan & Dewi M. (2010). <http://syarifuddinteta.wordpress.com/2009/04/07/definisi-sikap>. pada tanggal 24 Juni 2013 pada pukul 12.30 WIB.
- Bimo Walgito. (2003). Psikologi Sosial. Yogyakarta: CV. Andi Offset.

- Bloom. (1956:). Taksonomi Bloom. Diakses dari <http://dhesiana.wordpress.com/2009/02/15/domain-pendidikan-menurut-benjamin-bloom/>. diunduh pada tanggal 9 Juli 2016 pada pukul 20.00 WIB.
- Depdiknas, (2004), Buku III, Jakarta: Depdiknas.
- Gaudensius Geroda Lawan. (2015). Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas IV dan V SD Negeri 4 Wates, Kulon Progo Tentang Peraturan Permainan Bolavoli Mini. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Griffin. (1997). Tenis Tingkat Pemula. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Herminarto Sofyan. (2007). Pembinaan Olahraga di Perguruan Tinggi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.