



MENUMBUHKAN RASA CINTA PADA OLAHRAGA ATLETIK MELALUI KEGIATAN PENGENALAN ATLETIK KIDS

GROWING LOVE FOR ATHLETIC SPORT THROUGH THE KIDS ATHLETIC INTRODUCTION ACTIVITIES

¹⁾Humaedi, ²⁾Andi Sultan Brilin, ³⁾Muhammad Ismail, ⁴⁾Hendra Iskandar, ⁵⁾Ardiansyah Kandupi

^{1,2,3,4,5)}Program Studi PJKR, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tadulako
Jl. Soekarno Hatta Km.9 Palu-Sulawesi Tengah
*Email: mail.jaket@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan observasi singkat yang dilakukan tim pengabdian di Kecamatan Tinombo, Provinsi Sulawesi Tengah, didapati fakta bahwa pembinaan anak usia sekolah dasar untuk cabang olahraga atletik di daerah tersebut masih sulit terealisasi. Alasannya, berdasarkan penuturan beberapa anak, mereka tidak begitu tertarik atau berminat dengan olahraga atletik. Olahraga atletik dalam konteks olahraga prestasi menurut pandangan mereka sangatlah membosankan. Dalam proses pelatihan atletik, tiap hari yang dilakukan hanyalah gerakan-gerakan monoton (lari, jalan, lempar, dan lompat). Selaku praktisi sekaligus akademisi di bidang olahraga, tim pengabdian merasa perlu memberikan solusi atas permasalahan yang ada. Tim pengabdian bertujuan untuk bermitra atau bekerjasama dengan PASI SULTENG guna mengadakan sosialisasi atau pengenalan atletik kids kepada anak-anak di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah. Kegiatan atau metode yang dilakukan untuk mendukung realisasi program ini yaitu: 1) Kegiatan pengenalan atletik kids yang dimaksudkan yaitu untuk peningkatan pemahaman dan pengetahuan tentang bagaimana melakukan gerakan-gerakan atletik kids dan bagaimana tata cara peraturan bermainnya; 2) Pendekatan praktik, yaitu tim pengabdian dan anak-anak usia sekolah dasar secara bersama-sama melakukan kegiatan atletik kids; 3) Evaluasi, yaitu untuk mengukur atau melihat sejauh mana peningkatan rasa gembira, antusiasme, dan minat anak-anak usia sekolah dasar baik melakukan kegiatan atletik kids maupun atletik pada umumnya. Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa kegiatan ini mendapatkan apresiasi yang sangat baik oleh pihak peserta. Dikatakan demikian karena sebagian besar peserta menikmati kegiatan sosialisasi, dan telah berhasil mengetahui, mempraktekkan atletik kids, serta mengaku semakin meminati olahraga atletik. Hasil kegiatan pengabdian ini sangat penting sebagai penstimulus kecintaan anak-anak terhadap olahraga atletik.

Kata Kunci : Atletik, Atletik Kids, Rasa Cinta

ABSTRACT

Based on a brief observation conducted by the service team in Tinombo District, Central Sulawesi Province, it was found that the development of elementary school-aged children for athletic sports in the area is still difficult to realize. The reason, based on the statement of some children, they were not enthusiastic in athletic sports. Athletics in the context of achievement sports in their view was very boring. In the athletic training process, every day only monotonous movements (running, walking, throwing, and jumping) are performed. As practitioners as well as academics in the field of sports, the service team feels the need to provide solutions to existing problems. The service team intends to cooperate with PASI SULTENG to conduct socialization or introduction of kids athletics to children in Tinombo District, Parigi Moutong Regency, Central Sulawesi Province. Activities or methods that carried out to support the realization of this program were: 1) Kids athletic introduction activities

which are intended to increase understanding and knowledge of how to perform kids athletic movements and how to play the rules; 2) The practical approach, namely the service team and elementary school-aged children jointly carry out kids athletic activities; 3) Evaluation, which is to measure or see the extent to which the increase in the sense of joy, enthusiasm, and interest of elementary school age children, both in kids athletic activities and athletics in general. The results achieved in the service activity of Growing Love for Athletic Sports through the kids athletic introduction activities received very good appreciation by the participants. We can say that because most of participants enjoyed the socialization, and had succeeded in knowing, practicing the kids athletics, and claiming to be increasingly interested in athletic sports. The results of this service are very important as a stimulus for childrens love for athletic sports.

Keywords: *Athletic, Kids' Athletics, Love*

PENDAHULUAN

Atletik atau yang sering disebut juga sebagai induk cabang olahraga (Akhir & Wulandari, 2021) (Nurhayati & Widodo, 2018) merupakan kegiatan jasmani atau olahraga dengan mengandalkan gerakan-gerakan dasar manusia yang mencakup jalan, lari, lompat, dan lempar (Amahoru et al., 2018) (Arta & Dewantoro, 2018). Nomor-nomor dalam olahraga atletik meliputi lari 100 meter, lari 200 meter, lari 400 meter, lari 800 meter, lari 1.500 meter, lari 5.000 meter, lari 10.000 meter, lari marathon, lari estafet 4 kali 100 meter, lari estafet 4 kali 400 meter, lari gawang (110 meter untuk putera dan 100 meter untuk puteri), lompat jauh, lompat tinggi, lompat tinggi galah, lompat jangkit, jalan cepat, lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru, dan lontar martil.

Atletik sebagai olahraga gerak dasar, telah tumbuh dan berkembang menjadi olahraga yang menuntut adanya prestasi yang tinggi. Hal ini dapat dibuktikan dengan banyaknya iven yang memperlombakan olahraga atletik. Di samping atletik memiliki kejurda, kejunas,

serta kejuaraan internasional, atletik juga diperlombakan di ajang multievent seperti PORPROV (pekan olahraga provinsi), POPDA (pekan olahraga pelajar daerah), POPNAS (pekan olahraga pelajar nasional), PON (pekan olahraga nasional), POMNAS (pekan olahraga mahasiswa nasional), O2SN (olimpiade olahraga dan seni), SEA GAMES, ASIAN GAMES, dan olimpiade.

Oleh sebab itu, sudah sangat wajar apabila pembinaan terhadap olahraga atletik dilakukan sejak usia anak-anak atau usia belia (Rasyono, 2016). Hal ini mengingat untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi di bidang olahraga memerlukan waktu yang relatif tidak singkat (Nugraha, 2015). Pembinaan usia belia yaitu pembinaan fisik, teknik, mental, serta psikologis, pada seseorang yang masih berada pada kategori usia belia atau sekitar 6-14 tahun (Prakoso, 2011). Pembinaan usia belia telah diamanatkan dalam GBHN (Garis Besar Haluan Negara Tahun 1993 Nomor 3,) tahun 1993 nomor 3 yang berbunyi sebagai berikut: dalam upaya peningkatan prestasi olahraga perlu terus dilaksanakan pembinaan olahragawan sedini mungkin melalui pencarian dan pemantauan, pembibitan, pendidikan, dan pelatihan olahraga prestasi yang didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien serta peningkatan kualitas keolahragaan baik di tingkat pusat maupun daerah.

Periode usia belia menurut Prakoso (2011) merupakan fase yang sangat urgen. Apabila dalam periode ini anak tidak mendapatkan dorongan dan pelatihan yang benar untuk meningkatkan dan memajukan kemampuan jasmani dan psikologisnya, maka kita kemungkinan besar akan kehilangan peluang terbaik dari si anak berkaitan dengan perkembangannya yang maksimal. Peluang tersebut tidak akan kita jumpai lagi di periode-periode usia selanjutnya, karena berdasarkan teori yang ada hal tersebut hanya sekali saja dijumpai

di kehidupan kita. Usia belia atau usia anak-anak adalah satu di antara target yang wajib dipenuhi sehubungan dengan pengembangan potensi olahraga.

Berdasarkan observasi singkat yang dilakukan tim pengabdian di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah, didapati fakta bahwa pembinaan usia anak sekolah dasar untuk cabang olahraga atletik di daerah tersebut masih sulit terealisasi. Alasannya, berdasarkan penuturan beberapa anak, mereka tidak begitu tertarik atau berminat dengan olahraga atletik. Olahraga atletik dalam konteks olahraga prestasi menurut pandangan mereka sangatlah membosankan. Dalam proses pelatihan atletik, tiap hari yang dilakukan hanyalah gerakan-gerakan monoton (lari, jalan, lempar, dan lompat).

Di samping itu, menurut mereka selain olahraga atletik relatif kurang bervariasi dan teknik dasarnya terkesan tidak aplikatif, dalam perlombaan atletik yang sering digelar juga tidak terdapat unsur kesenangan sebagaimana olahraga permainan, semisal sepakbola, bola basket, bola voli, bulu tangkis, tenis meja, tenis lapangan, sepak takraw, dan lain sebagainya. Pasalnya, dikarenakan olahraga atletik merupakan olahraga yang menitikberatkan pada kemampuan atau olahraga yang terukur, dalam banyak situasi pemenang dalam olahraga atletik telah diketahui sebelum lomba.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, selaku praktisi sekaligus akademisi di bidang olahraga, tim pengabdian merasa perlu memberikan solusi atas permasalahan yang ada. Tim pengabdian bermaksud bermitra atau bekerjasama dengan PASI SULTENG (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia Sulawesi Tengah) untuk mengadakan sosialisasi atau pengenalan atletik kids kepada anak-anak di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah. Mengapa atletik kids? Atletik kids adalah salah satu bentuk permainan yang diciptakan dengan maksud untuk

meningkatkan ketertarikan anak usia dini pada aktivitas motorik, memperkenalkan gerakan-gerakan dasar olahraga atletik melalui games, mendorong pertumbuhan serta perkembangan jasmani, menjaga kesehatan, menghilangkan kejenuhan pada anak usia dini, dan menjadi sebuah alternatif bagi anak untuk berolahraga dengan fasilitas yang tepat guna (Repriansyah et al., 2020).

Melalui praktik gerak-gerak dasar pada atletik kids (lari, lompat, lempar), anak-anak usia belia bisa ikut serta pada aktivitas fisik yang bernuansa games, tidak stress, dan berada pada suasana yang menggembirakan. Permainan atletik kids memberikan peluang yang fleksibel kepada anak usia sekolah dasar untuk melakukan aktivitas permainan ini, bisa dilaksanakan di sekolah, di halaman rumah, serta di halaman pusat perbelanjaan ataupun di lokasi-lokasi umum yang menjadi tempat rekreasi (Rumini, 2014).

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah: untuk menumbuhkan rasa cinta pada olahraga atletik melalui kegiatan pengenalan atletik kids pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.

METODE

Langkah dalam mencapai solusi berdasarkan permasalahan pada:

- 1) *Hardskill* Mitra: mengadakan kegiatan pengenalan/sosialisasi atletik kids pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.
- 2) Manajemen: a) Merencanakan kegiatan pengenalan/sosialisasi atletik kids kepada mitra; b) Mengorganisasi kegiatan dengan menempatkan tim sesuai dengan tugas atau kepakarannya; c) Mengaktualisasi kegiatan dengan baik dan lancar; d) Mengontrol

kegiatan sosialisasi/pengenalan atletik *kids*.

Kegiatan atau metode yang akan dilakukan untuk mendukung realisasi program sosialisasi atau pengenalan atletik kids kepada anak-anak di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah, secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Kegiatan pengenalan atletik *kids* yang dimaksudkan yaitu untuk peningkatan pemahaman dan pengetahuan tentang bagaimana melakukan gerakan-gerakan atletik kids dan bagaimana tata cara peraturan bermainnya.
- 2) Pendekatan praktik, yaitu tim pengabdian dan anak-anak usia sekolah dasar secara bersama-sama melakukan kegiatan atletik *kids*.
- 3) Evaluasi, yaitu untuk mengukur atau melihat sejauh mana peningkatan rasa gembira, antusiasme, dan minat anak-anak usia sekolah dasar baik melakukan kegiatan atletik kids maupun atletik pada umumnya.

Rencana kegiatan Pengabdian Terprogram, Menumbuhkan Rasa Cinta pada Olahraga Atletik Melalui Kegiatan Pengenalan Atletik Kids dapat dilihat sebagaimana pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Rencana Langkah Pendekatan dalam Melaksanakan Solusi atas Permasalahanyang Dihadapi Mitra

Uraian Kegiatan	Tujuan	Sasaran
Survei Lapangan	Untuk melihat kondisi riil di lapangan disesuaikan dengan program yang akan dilaksanakan	Anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.
Pengenalan atletik <i>kids</i> kepada anak-anak di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.	Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai atletik kids, serta memunculkan minat terhadap olahraga atletik di kalangan anak-anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo.	Anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.
Evaluasi/Monev	Untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari kegiatan yang dilaksanakan.	Anak usia sekolah dasar di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.

Di setiap akhir pelaksanaan program, akan selalu dievaluasi untuk memberikan masukan ke mitra. Setelah sosialisasi selesai mitra akan mendapatkan

sertifikat keikutsertaan kegiatan sosialisasi. Selain dapat sertifikat, mitra akan mendapatkan pendampingan dan konsultasi secara berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta atau mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah PASI SULTENG (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia Sulawesi Tengah), dan diorientasikan pada anak usia sekolah dasar yang berada di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah. Kegiatan sosialisasi (pengenalan atletik kids) ini dilaksanakan selama 1 hari yang bertempat di lapangan atletik Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah.

Adapun jadwal pelaksanaan kegiatannya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Jadwal Kegiatan PKM Menumbuhkan Rasa Cinta pada Olahraga Atletik Melalui Kegiatan Pengenalan Atletik Kids

Hari	Waktu	Uraian Materi	Pelaksana kegiatan
Minggu 24 Juli 2022	14.00-14.30	Sambutan Ketua PKM dan Ketua PASI SULTENG	Tim Pengabdian dan PAST SULTENG
	14.30-15.00	Pengarahan	Tim Pengabdian
	15.00-17.00	Kegiatan Sosialisasi (Pengenalan Atletik Kids)	Tim Pengabdian

Kegiatan sosialisasi ini dibuka oleh ketua umum PASI Sulawesi Tengah dan ketua tim pengabdian. Dalam sambutannya, ketua umum PASI Sulawesi Tengah sangat berterima kasih karena kegiatan pengabdian ini telah melibatkan kelompok mereka sebagai mitra, dan merupakan kegiatan pertama yang bertemakan atletik kids yang diadakan di Sulawesi Tengah, khususnya kecamatan Tinombo.

Proses pengabdian yang dilaksanakan berlangsung sesuai jadwal. Semua pihak yang telah terlibat telah berupaya sebaik mungkin agar kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar tanpa hambatan. Pelaksanaan sosialisai (pengenalan atletik kids) ini juga disambut antusias oleh peserta sosialisasi, yaitu anak usia sekolah dasar dan masyarakat pecinta olahraga atletik di Kecamatan Tinombo, Kabupaten

Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah. Bagi mereka, sosialisasi semacam ini dirasa sangat penting keberadaannya sebagai tambahan perbendaharaan pengetahuan dan instrumen yang dapat mengikis kejenuhan dan memupuk kecintaan pada olahraga atletik. Dengan semakin baiknya kecintaan terhadap olahraga atletik, diharapkan ke depannya bisa tercipta prestasi yang gemilang bagi atlet atletik Sulawesi Tengah pada umumnya, dan Kecamatan Tinombo pada khususnya. Pada akhir kegiatan ini, peserta sosialisasi dapat mengetahui, memahami, dan mempraktekkan atletik kids dengan baik. Melalui praktik gerak-gerak dasar pada atletik kids (lari, lompat, lempar), anak-anak usia dini bisa ikut serta pada aktivitas fisik yang bernuansa games, tidak stress, dan berada pada suasana yang mengembirakan.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian sosialisasi (pengenalan atletik kids) ini mendapatkan apresiasi yang sangat baik oleh pihak peserta. Dikatakan demikian karena sebagian besar peserta menikmati kegiatan sosialisasi ini, dan telah berhasil mengetahui, mempraktekkan atletik kids, serta mengaku semakin meminati olahraga atletik. Hal ini sesuai pula dengan teori (Rumini, 2014) yang menyatakan "Kids' Athletics merupakan bentuk permainan anak-anak yang memiliki tujuan mengenalkan cabang olahraga atletik secara dini atau sejak anak-anak masih kecil, sehingga atletik merupakan gerak yang menyenangkan dan akan menjadi pengalaman seseorang yang dibawa sampai dewasa".

Program sosialisasi ini sebenarnya lebih sekedar untuk memupuk kecintaan anak usia sekolah dasar pada olahraga atletik yang notabenehnya merupakan olahraga terukur dan membosankan. Tim pengabdian dalam kegiatan tersebut membuat desain dan strategi yang sesuai dengan kondisi di lapangan. Dengan demikian, diharapkan ke depannya bisa tercipta kecintaan yang baik pada olahraga atletik

dan prestasi yang gemilang bagi atlet Kecamatan Tinombo.

Kegiatan sosialisasi ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Adapun kelebihan yang dapat dilihat dalam kegiatan pengabdian menumbuhkan rasa cinta pada olahraga atletik melalui kegiatan pengenalan atletik kids antara lain :

1. Dukungan Program Studi PJKR FKIP Untad atau institusi dalam hal ini Koordinator beserta dosen sejawatsangat baik.
2. Partisipasi peserta dalam hal ini anak usia sekolah dasar dan masyarakat pecinta olahraga di Kecamatan Tinombo, Kabupaten Parigi Moutong, Provinsi Sulawesi Tengah dan pengurusPASI Sulawesi Tengah, sangat memberikan semangat yang luar biasa dalam proses pelaksanaan kegiatan sosialisasi.
3. Sarana dan prasarana kegiatan sebagai penunjang keberhasilan kegiatan cukup memadai, mulai dari lintasan atletik hingga sarana atletik kids.

Sementara itu, untuk kelemahan dari kegiatan pelatihan ini antara lain:

1. Belum maksimalnya anggaran untuk kegiatan ini.
2. Waktu pelaksanaan hanya 1 hari yang terdiri hanya dari beberapa jam, sehingga tidak maksimalnyapelaksanaan kegiatan.

SIMPULAN

Setelah diadakannya kegiatan sosialisasi ini mitra berhasil mengetahui, mempraktekkan atletik kids, serta mengaku semakin meminati olahraga atletik. Bagi Pengurus Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI) Sulawesi Tengah, diharapkan bisa membuat kegiatan sosialisasi semacam ini hingga ke berbagai pelosok daerah, agar minat anak usia sekolah dasar semakin terangsang terhadap olahraga atletik yang pada gilirannya bisa membuat dasar tercapainya suatu prestasi di cabang olahraga atletik

DAFTAR PUSTAKA

- Akhir, R. A. A., & Wulandari. (2021). Evaluasi Pembinaan Cabang Olahraga Atletik PASI Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 67–81.
- Amahoru, N. M., Addien, & Jamaluddin. (2018). Peningkatan Teknik Lompat Jauh Melalui Metode Konvensional pada Siswa Kelas X.TK.1 di SMK Negeri 6 Makassar. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga*, 10(2), 59–66.
- Arta, M., & Dewantoro, D. A. (2018). Pembinaan Olahraga Atletik bagi Siswa Cerebral Palsy Menuju Kejuaraan Paralympic Competition. *Jurnal Ortopedagogia*, 4(2), 120–125.
- Garis Besar Haluan Negara tahun 1993 nomor 3. (1993).
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, IV(1), 557–564.
- Nurhayati, C. D. L., & Widodo, A. (2018). Analisis Gerak Nomor Lari Sprint 100 Meter Putra Cabang Olahraga Atletik (Studi Kasus Pada Usain Bolt Di Kejuaraan International Association of Athletics Federation Berlin Tahun 2009). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(7), 173–181.
- Prakoso, A. (2011). Penelusuran Potensi untuk Pembinaan Olahraga Usia Dini di Kecamatan Purwanegara Kabupaten Banjarnegara Tahun 2010 [Universitas Negeri Semarang].
<http://lib.unnes.ac.id/11083/1/12266>
- Repiansyah, M., Bayu, A. T., & Pudjiastuti, S. R. (2020). Pengaruh Permainan Kid's Athletic terhadap Tingkat Kebugaran Siswa. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II*, 38–43.
- Rumini. (2014). Pembelajaran Permainan Kids' Athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik pada Anak-Anak. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 1(2), 98–107.
- Journal of Physical Education, Health and Sport, 3(1), 44–49.
- Rasyono. (2016). Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar.