

## PELATIHAN TEKNIK DASAR DAN SOSIALISASI PERATURAN PERMAINAN OLAHRAGA KURASH PADA PENGURUS BELA DIRI KURASH KOTA MAKASSAR

Juhanis<sup>1</sup>, Irvan<sup>2</sup>, Agus Sutriawan<sup>3</sup>, Muhammad Akbar Syafruddin<sup>4</sup>, M.Imran Hasanuddin<sup>5</sup>,  
Haeril<sup>6</sup>, Sufitryono<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan & Kesehatan,  
Universitas Negeri Makassar  
*email: juhanis@unm.ac.id*

### Abstrak

Tujuan PKM ini adalah untuk membantu mitra yakni Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar mengatasi permasalahan yang ada. Kegiatan tim sosialisasi mengadakan sosialisasi dan dilanjutkan dengan kegiatan coaching clinic. Adapun permasalahan mitra dalam kegiatan PKM adalah kurangnya Pemahaman tentang teknik dasar dan peraturan dalam permainan olahraga kurash karena banyak pengurus yang baru mengenal olahraga kurash ini. Berdasarkan permasalahan mitra maka solusi yang ditawarkan adalah (1) Memberikan pengetahuan dan penjelasan tentang peraturan permainan dan teknik dasar olahraga kurash secara sistematis bagi Pengurus Cabang Kurash kota Makassar, metode yang digunakan: ceramah dan tanya jawab.(2) Memperkenalkan aturan permainan dan teknik dasar olahraga Kurash bagi Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar, metode yang digunakan demonstrasi atau praktek.(3) Menyediakan alat dan perlengkapan untuk melakukan praktek kepada Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar untuk melakukan gerakan demonstrasi. Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar nantinya diharapkan bisa melaksanakan pembinaan untuk mencari atlit-atlit Kurash berbakat yang nanti agar bisa bersaing dengan Pengcab lain yang ada di Sulawesi Selatan

**Kata kunci:** Teknik dasar,Peraturan Permaianan,Kurash, Kurash Kota Makassar

### Abstract

The purpose of this PKM is to help partners, namely the Managers of the Makassar City Kurash Branch, overcome existing problems. The activities of the socialization team held outreach and continued with coaching clinic activities. The partner's problem in PKM activities is a lack of understanding of basic techniques and rules in the game of kurash sport because many administrators are new to this kurash sport. Based on the partner's problems, the solutions offered are (1) Providing knowledge and explanation of the rules of the game and the basic techniques of the sport of Kurash in a systematic way for the Managers of the Makassar City Kurash Branch, the method used: lecture and question and answer. (2) Introducing the rules of the game and basic techniques Kurash sports for Makassar City Kurash Branch Managers, the method used is demonstration or practice. (3) Provide tools and equipment to carry out practice to Makassar City Kurash Branch Managers to carry out demonstration movements. The management of the Makassar City Kurash Branch is expected to be able to carry out coaching to find talented Kurash athletes who will later be able to compete with other Pengcab in South Sulawesi

**Keywords:** Basic techniques, Game Rules, Kurash, Kurash Makassar City

### PENDAHULUAN

Kurash adalah jenis olahraga beladiri yang memiliki gerakan dasar saling membanting dengan mengaitkan baju khusus. Olahraga kurash berasal dari wilayah Tatarstan, Asia Tengah atau yang sekarang dikenal dengan wilayah Uzbekistan. Ada dua tradisi—pribumi dan internasional—yang hidup berdampingan dan diikuti dengan semangat yang sama oleh para penggemarnya. Olahraga lokal yang paling terkenal adalah kurash, suatu bentuk gulat yang memiliki sejarah sejak ribuan tahun yang lalu (Umarova and Umarov, 2021) Kurash memiliki teknik beladiri yang mirip dengan judo dan gulat. Bedanya, kurash hanya boleh menggunakan bantingan atas dengan tangan dan tidak boleh bantingan bawah atau menggunakan kaki. Pada awal tahun 2016, dengan akan diselenggarakannya Asian Games XVIII/2018 Jakarta-Palembang, dimana dalam ajang Asian Games terdahulu, olahraga Kurash menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan. melihat peluang atlet Indonesia sangat besar untuk mendapatkan prestasi tertinggi, terutama pada kelas ringan. Dikarenakan olahraga ini

tidak mengenal teknik kunci dan aturan dalam Kurash melarang tindakan apapun di lantai, gerakan yang diperbolehkan adalah dalam posisi berdiri. (Samandarov and Ergasheva, 2022). Kepengurusan Ferkushi di Provinsi juga terus bertambah dan ditargetkan tahun 2022 seluruh provinsi di Indonesia sudah ada kepengurusan Ferkushi. Cabor ini pun sudah melaksanakan eksebis di PON XX Papua dan siap dipertandingkan secara resmi di PON XXI tahun 2024.

Kurash adalah olahraga yang melarang setiap tindakan di lantai. Pertarungan hanya diperbolehkan dalam posisi berdiri, tidak ada permainan bawah, dan hanya melempar dan menyapu kaki yang dapat digunakan oleh pemain (Axmedov, 2023). Setiap teknik menggunakan kunci lengan, menekan miring dan menendang, serta menarik bagian bawah sabuk tidak diperbolehkan. Semua itu membuat Kurash olahraga sederhana, ramah, menarik, dinamis dan aman untuk berlatih serta menjadikan kurash olahraga beladiri yang memiliki parameter penilaian yang fair. Olahraga kurash tergolong sangat baru di Indonesia dan saat ini masih terus dikembangkan

Sulawesi selatan adalah provinsi yang baru saja dibentuk kepengurusan Ferkushi pada tanggal 8 Oktober 2022. Sebagian besar pengurusnya adalah tenaga pengajar FIKK di Universitas Negeri Makassar. Semoga kedepan pembinaan atlet olahraga Kurash Sulawesi Selatan yang di Nahkodai oleh akademisi Universitas Negeri Makassar dapat membawa Ferkushi semakin berprestasi. Sosialisasi dalam bentuk coaching klinik dianggap sangat perlu untuk dilakukan mengingat Sulawesi selatan terdapat berbagai kabupaten kota. Fokus permasalahan yang menjadi prioritas dalam pengabdian ini adalah permasalahan mitra pengurus cabang kota Makassar yang baru terbentuk agar nantinya memberikan pelatihan secara mandiri mengenai peraturan dan teknik dasar dalam olahraga kurash yang nantinya akan diterapkan untuk mencari atlet di Sulawesi selatan.

## METODE

Berdasarkan hasil identifikasi masalah kami menganalisis adanya beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyelenggaraan pembinaan peraturan dan gerak teknik Kurash di Pengurus olahraga Kurash Kota Makassar. Beberapa kegiatan yang berkaitan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang teknik dasar permainan olahraga Kurash.
2. Peningkatan pengetahuan dan pemahaman mitra tentang peraturan permainan olahraga Kurash.
3. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra tentang teknik dasar dan peraturan permainan olahraga Kurash.

Langkah-langkah yang akan ditempuh pada pelaksanaan pengabdian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Memberikan pengetahuan dan penjelasan tentang peraturan permainan dan teknik dasar olahraga Kurash secara sistematis bagi Pengurus Cabang olahraga Kurash Kota Makassar, metode yang digunakan: ceramah dan tanya jawab.
2. Memperkenalkan aturan permainan dan teknik dasar olahraga Kurash bagi Pengurus Cabang olahraga Kurash Kota Makassar, metode yang digunakan demonstrasi atau praktek.
3. Menyediakan alat dan perlengkapan untuk melakukan praktek kepada Pengurus olahraga Kurash Kota Makassar untuk melakukan gerakan demonstrasi. Bahan dan alat yang dipergunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah materi pelatihan olahraga Kurash berupa peraturan permainan dan teknik dasar dalam bermain olahraga Kurash yang telah disusun semaksimal mungkin, kondisi mitra dan sesuai dengan sasaran yang ingin dicapai dari hasil pengabdian ini.

### A. Cara Bertanding

Ada tiga system penilaian poin dalam Kurash. Yaitu Halal, Yombosh dan Chala, Petarung yang terlebih dahulu mencapai halal atau poin tertinggi, keluar sebagai pemenang. Selama pertandingan, atlet diperkenankan menjatuhkan lawannya hanya saat berdiri dan dilarang menyerang jika lawan terjatuh. Eastrouite menyebut, atlet kurash diperbolehkan membanting lawan dan menyerang bagian kaki. Atlet dilarang mencekik atau mematahkan bagian tubuh lawan, mengunci lengan, menendang, dan mencengkeram bawah sabuk (Kamilova and Nasimov, 2021)

### B. Teknik Dasar

1. Halal: Ini berarti melempar lawan dengan control dan kecepatan penuh. Halal yang sukses berarti kemenangan langsung diberikan kepada pegulat yang menciptakan halal.
2. Yambosh: Hal ini adalah bentuk tidak sempurna dari halal. Dua kali Yambosh sama dengan 1 halal.

3. Chala: Sedangkan hal ini adalah lemparan yang mendekati Yambosh. Chala tidak terikat pada Yambosh dan Halal.

Selain itu, pemain dapat menerima penalti karena bergerak tidak sesuai dengan aturan yang ada. Maksimal satu pemain mendapatkan 2 penalti yang biasa disebut Tambik dan Dakk. Jika mereka mendapatkan penalti ketiga, yang biasa disebut Girrom, maka pemain tersebut akan terkena diskualifikasi (Ahmedov and Abdulakhatov, 2023)

#### C. Perlengkapan Kurash

1. Peserta lomba harus memakai yakhtak biru tua atau hijau, celana putih, sabuk merah. Peserta yang dipanggil pertama kali memakai pakaian berwarna biru tua, dan yang kedua memakai pakaian berwarna hijau. Jenis warna yang digunakan: biru dan hijau.
2. Seragam harus dibuat dari kain jenis katun, dalam kondisi baik, bahannya tidak boleh kaku atau padat.
3. Tanda yang diperbolehkan digunakan dalam yakhtak:  
lambang Negara, terletak di dada sebelah kiri, dengan ukuran maksimum: 10x10 cm  
merek dagang pabrik, ukuran 3x3 cm di depan bawah baju tanda di bahu, dengan ukuran panjang maksimal 25 cm dan lebar maksimal 5 cm tab (25x25 cm, boleh diletakkan di belakang, termasuk nama belakang pegulat).
4. Ukuran baju dan celana: Ujung bawah Yakhtak harus berada 15-20 cm di atas lutut.  
Lengan yakhtak tidak boleh menutupi pergelangan tangan. 8 cm harus berada di antara tangan dan selongsong.
5. Celana panjang harus setinggi kaki, dengan jarak 15-20 cm antara kaki dan kaki.  
Ikat pinggang dengan lebar 4-5 cm. Panjangnya dua kali lingkaran pinggang dan mengikat, dan ujung-ujungnya tersisa 20 cm.
6. Peserta wanita harus mengenakan kaos olahraga putih tahan lama atau triko dengan lengan pendek di bawah yakhtak mereka, kaos tersebut dimasukkan ke dalam celana panjang.
7. Jika yakhtak peserta tidak memenuhi persyaratan, maka wasit (arbitrator) menyuruh peserta untuk mengubah yakhtak. Peserta harus menunjukkan yakhtak yang dipakai kepada arbitrator untuk menunjukkan bahwa panjang dan lebar lengan yakhtak sesuai dengan aturan.



Gambar 1. Pakaian/yaklak (agus sutriawan)

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Dengan diselenggarakannya pelatihan ini Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar mempunyai pengetahuan serta keterampilan sebagai berikut: 1.Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar mendapat pengetahuan yang cukup tentang peraturan permainan dan teknik dasar olahraga Bela diri Kurash yang akan dilakukan. 2.Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar mendapat pengetahuan dan keterampilan beladiri Kurash yang cukup baik dalam melakukan olahraga bela diri Kurash 3.Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar mendapat pemahaman tentang pentingnya peraturan permainan dan teknik dasar olahraga petanque yang benar terhadap peningkatan kualitas olahraga bela diri Kurash



Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan menerima materi bela diri kurash



Gambar 3. Keterampilan bela diri kurash



Gambar 4. Menerima materi peraturan dalam bela diri kurash

## SIMPULAN

Dari pelaksanaan kegiatan pelatihan yang dilaksanakan dengan judul : Pelatihan Teknik Dasar dan Sosialisasi Peraturan Permainan Olahraga bela diri Kurash pada Pengcab Kurash Kota Makassar, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Materi pelatihan sangat diminati oleh Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar dan mudah dipahami serta dilakukan dengan serius karena telah melihat contoh yang telah diberikan dari tehnik dasar dan peraturan permainan
2. Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar dapat menerima materi dengan bersemangat dan kemauan yang besar sehingga materi pelatihan dapat diserap dengan baik.

3. Motivasi Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar cukup tinggi mengikuti pelatihan sampai selesai.
4. Pengurus Cabang Kurash Kota Makassar menyadari bahwa materi yang diberikan adalah pengetahuan tambahan yang sangat bermanfaat bagi mereka.

#### **SARAN**

Setelah memahami tentang teknik dasar dalam olahraga bela diri maka diharapkan peserta mampu untuk menerapkannya dilapangan serta memberikan ilmu yang didapatkan kepada pihak lain agar semakin banyak yang paham bagaimana teknik dasar yang dapat diterapkan dilapangan pada olahraga kurash, semoga kedepan dapat kembali melakukan sosialisasi diberbagai daerah di sulawesi selatan.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada Ketua KONI Kota Makassar, dan pengurus cabang olahraga bela diri Kurash (FERKHUSI) atas partisipasinya sehingga dapat terlaksana dengan baik pengabdian ini dan telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmedov, F. And Abdulakhatov, A. (2023) 'Relationship Between Sports Competition Anxiety And Technical-Tactical Actions Of Winning And Losing Kurash Athletes', *Ido Movement For Culture. Journal Of Martial Arts Anthropology*, 23(2), Pp. 1–5.
- Axmedov, J. (2023) 'The Value Of Innovative Approaches In The Massification Of The Kurash', *Prospects Of Development Of Science And Education*, 1(7), Pp. 14–21.
- Kamilova, N.A. And Nasimov, I.X. (2021) 'Research Park', (C), Pp. 0–5. Available At: <https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/352126-Inclusive-Institutional-Environment-As-A-9ea06704.Pdf>.
- Samandarov, A. And Ergasheva, M. (2022) 'Competitive Anxiety Level Before And During Competition Of International And National Kurash Athletes', *Deutsche Internationale Zeitschrift Für Zeitgenössische Wissenschaft* ••• № 34 2022 Vol., P. 36.
- Umarova, Z.U. And Umarov, A.A. (2021) 'Scientific And Methodological Fundamentals Of Formation Of Basic Elements In Wrestlers (Uzbek Kurash)', *International Journal On Economics, Finance And Sustainable Development*, 3(3), Pp. 149–155.