

PELATIHAN *SPORT KIDS* BAGI GURU SEKOLAH DASAR DAN BANTUAN ALAT OLAHRAGA DI KABUPATEN BOGOR

Febi Kurniawan

Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Singaperbangsa Karawang
e-mail: febi.kurniawan@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Kegiatan pelatihan *sport kids* bagi Guru Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor bertujuan membantu menyiapkan guru olahraga yang kreatif, inovatif dan efektif dalam melaksanakan proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah dasar dan juga dapat dikembangkan dalam proses pembinaan olahraga yang terstruktur dengan baik dengan memberikan landasan gerak multilateral di usia dini. Program pelatihan *sport kids* ini diadakan oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor dan sebagai pelaksana kegiatan adalah seksi pembibitan, IPTEK dan Tenaga Keolahragaan dalam proses peningkatan dan pembangunan olahraga di Kabupaten Bogor yang baik. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tiga Angkatan dan setiap Angkatan diikuti oleh 100 peserta sehingga tercapai 300 guru Pendidikan jasmani sekolah dasar yang telah mengikuti pelatihan ini. Kegiatan ini berfungsi sebagai tempat upgrading *knowledge* karena pada dasarnya peserta cukup paham karena lulusan sarjana olahraga yang pada saat kuliah mendapatkan beberapa mata kuliah yang mendukung tetapi perlunya pelaksanaan pembelajaran yang kreatif, inovatif, dan efisien karena perkembangan dalam Pendidikan jasmani dan olahraga. Pelatihan ini menggunakan metode partisipan guru karena perlunya pengembangan dilapangan dan materi disampaikan dengan metode ceramah, tanya jawab (diskusi) dan evaluasi menggunakan kuis. Hasil dari kegiatan pelatihan ini adalah peserta antusias dan sangat proaktif dalam proses peningkatan dalam pembelajaran Pendidikan jasmani sekolah dasar di Kabupaten Bogor.

Kata kunci: *Sport Kids*, Guru Olahraga, Alat Olahraga

Abstract

Sports kids training activities for Elementary School Teachers in Bogor Regency aim to help prepare sports teachers who are creative, innovative and effective in carrying out the physical education learning process in elementary schools and can also be developed in a well-structured sports coaching process by providing a multilateral foundation for movement at an early age. early. This sports kids training program is held by the Youth and Sports Office of Bogor Regency and as the executor of the activity is the nursery, science and technology section and sports personnel in the process of improving and developing sports in Bogor Regency which is good. This activity was carried out with three batches and each batch was attended by 100 participants so that 300 elementary school physical education teachers had participated in this training. This activity serves as a place for upgrading knowledge because basically the participants are quite understanding because graduate sports graduates who at the time of college received several supportive courses but the need for creative, innovative, and efficient learning implementation due to developments in physical education and sports. This training uses the teacher participant method because of the need for development in the field and the material is delivered using the lecture method, question and answer (discussion) and evaluation using quizzes. The result of this training activity is that participants are enthusiastic and very proactive in the process of improving physical education learning in elementary schools in Bogor Regency.

Keywords: Sports Kids, Sports Teachers, Sports Equipment

PENDAHULUAN

Perkembangan motorik menyangkut proses perubahan kualitatif yang berkaitan dengan perubahan kemampuan fungsi otot yang dikendalikan oleh sistem syaraf. Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh kematangan saraf penghalusan kemampuan motorik serta variabel yang mendukung atau menghambat kemahiran/keahlian motorik yang digunakan secara berkelanjutan dari pergerakan yang terampil. Salah satu tujuan dan fungsionalisasi potensi yang dimiliki siswa yang diperoleh dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar (Ilham, 2013) (Yulifri, 2019) (Iskandar, 2015).

Melihat perkembangan dari perkembangan motoric salah satu prinsip penting pelajaran pendidikan jasmani di SD harus menekankan partisipasi aktif dan merata serta berpusat pada anak didik, artinya adalah bahwa seorang guru pendidikan jasmani harus menyajikan materi sesuai dengan tingkat kemampuan anak didik. Materinya meliputi gerak sehari-hari, mulai dari: merayap, merangkak, melempar, berjalan, berlari, melompat, meloncat, memanjat, berayun, berguling, berjingkat, menggendong, melempar, menangkap, memukul, mengangkat, menahan, mendorong, menekan, menarik dan seterusnya. Kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari (Yahya, 2015) (Hanief, 2015).

Sport kids salah satu jenis olahraga anak yang dirancang sedemikian rupa berdasarkan kajian ilmu pengetahuan olahraga untuk sekolah dasar sehingga dapat mendukung seluruh komponen biomotorik yang menunjang kebugaran fisik. *Sport kids* juga merupakan rancangan olahraga anak yang cukup menunjang pertumbuhan serta memperkenalkan anak-anak pada gerak-gerak dasar olahraga yang terdiri dari jalan, lari, lompat, lempar dan loncat dengan memberikan suasana menggembirakan (Yohanes, 2017) (Khoerudin, 2015) (Suyono, 2002). *Sport kids* memberikan kegembiraan, latihan-latihan yang baru dan gerakan-gerakan yang beragam atau bervariasi. Permainan *sport kids* ini dapat dimainkan oleh sejumlah anak yang relatif besar, sehingga area bermain maupun waktu permainan harus diperhitungkan.

Melalui gerakan atletik dasar pada permainan *sport kids* (lari, lompat, lempar) dalam pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah, maka anak-anak dapat berpartisipasi dalam suasana bermain, tidak tegang, dan dalam situasi menyenangkan. Permainan *sport kids* memberi kesempatan pada anak-anak untuk mempraktekkan permainan ini, baik dilakukan di sekolah, di halaman rumah, bahkan di pertokoan maupun di tempat-tempat umum di pusat rekreasi. Maksud dan tujuan dari permainan *Kids' Athletics* menurut IAAF (2002: 6) berisi tentang konsep sebagai berikut: 1) Anak-anak dapat melakukan permainan *Kids' Athletics* ini secara bersamaan dalam jumlah yang besar atau banyak. 2) Bentuk gerakan dasar atletik yang beragam dapat dipraktekkan dalam permainan *Kids' Athletics*. 3) Kemampuan anak-anak sangat bervariasi menurut usia dan syarat kemampuan berkoordinasi. 4) Suatu sifat petualangan anak menawarkan suatu pendekatan pembelajaran atletik cocok untuk anak-anak. 5) Susunan dan struktur sistem penilaian permainan *Kids' Athletics* ini adalah mudah dengan sistem urutan ranking dari tim atau regu. 6) Permainan *Kids' Athletics* dimainkan sebagai suatu *event* tim campuran yaitu dapat dimainkan anak putra maupun putri secara bersama-sama.

Dari hasil kajian beberapa teori diatas pelatihan *Sport kids* untuk guru olahraga Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor ini memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, antara lain: 1) Aktifitas Fisik. Permainan ini disesuaikan menurut usia dan fisik anak, agar memberi motivasi kepada anak-anak dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor, maupun di klub-klub atletik yang terlibat aktivitas fisik sehingga akan mengetahui manfaat dari kegiatan yang dilakukan secara teratur. 2) Meningkatkan derajat kesehatan di Kabupaten Bogor menjadi salah satu tujuan olahraga harus mendorong anak-anak untuk bermain dalam rangka meningkatkan kesehatan jangka panjang. Selain itu, *sport kids* dirancang secara unit untuk memenuhi tantangan dengan menawarkan tugas-tugas koordinasi yang beragam dan berkaitan dengan usia anak. 3) Pembentukan interaksi sosial anak pembentukan tim atau regu merupakan suatu pembentukan nilai-nilai afektif atau sosial anak di Kabupaten Bogor. Permainan *sport kids* ini ditekankan pada anak-anak untuk mendapatkan rangsangan agar dapat bekerjasama dengan teman, sehingga anak-anak menyadari akan pentingnya kerja sama. Selain itu, anak-anak juga diarahkan untuk memiliki jiwa *sportif* (*fair-play*) yang akan menambah nilai-nilai pendidikan. 4) Memiliki sifat-sifat petualang (*Adventure*) suatu kunci yang memiliki daya tarik

dari permainan *sport kids* ini adalah ketegangan yang ditimbulkan. Anak-anak akan mengalami suatu tantangan untuk mengalahkan lawan dengan berbagai rangsangan khusus untuk memenangkan perlombaan. Tentu saja permainan ini akan menegangkan karena masing-masing regu akan berusaha mengalahkan lawannya, sehingga akan merangsang anak agar tidak pantang menyerah. 5) Memberi kesempatan bagi anak yang kurang berbakat kerjasama tim merupakan suatu prinsip dari permainan *sport kids*. Semua permainan dilakukan dalam bentuk permainan estafet atau lomba tim, sebab semua peserta merupakan bagian dari tim dimana anak-anak yang berbakat dan kurang berbakat diberi kesempatan dalam satu tim, sehingga pemain ini merupakan kerjasama individu yang unik terhadap hasil yang diraih oleh tim. Oleh karena itu, perlu adanya strategi untuk memenangkan perlombaan, dimana tim menyusun sesuai dengan kemampuan individu anak (Rumini, 2014: 100).

METODE

Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada (3) tiga angkatan di bulan oktober 2020. Angkatan 1 dilaksanakan pada tanggal 12-14 oktober 2020, Angkatan 2 dilaksanakan pada tanggal 15-17 oktober 2020, dan Angkatan 3 dilaksanakan pada tanggal 16-19 oktober 2020, dan semua kegiatan dilaksanakan di hotel New Ayuda Cisarua Kabupaten Bogor. Program yang sudah direncanakan di tahun sebelumnya oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor dengan pelaksana seksi Pembibitan, Iptek dan Tenaga Keolahrragaan bisa dilaksanakan disaat pandemi Covid-19 dengan protokol kesehatan yang ketat dan telah mendapatkan izin satgas covid 19 Kabupaten Bogor. Sebelum mengikuti kegiatan ini semua peserta dilakukan rapid tes untuk mendeteksi tubuh peserta apakah ada yang reaktif Covid-19 atau ada dugaan peserta tersebut dalam keadaan kurang sehat. Hal ini menjadi landasan bisa dilaksanakan kegiatan secara langsung selain mendapatkan izin dari satgas Covid-19 dan melakukan tes Kesehatan panitia juga menerapkan 3M (Memakai masker, Menjaga jarak, Mencuci tangan).

Pelaksanaan kegiatan pelatihan oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor dengan pelaksana Seksi Pembibitan, Iptek dan Tenaga Keolahragaan mengundang beberapa orang salah satunya saya Dr. Febi Kurniawan, S.Pd.Kor., M.Or sebagai nara sumber kegiatan ini yang dibuktikan dengan surat permohonan nara sumber dan surat tugas dari instansi (<https://drive.google.com/file/d/1b9KskIJF6RhCQhFsCA2YV4dqZss18QLf/view?usp=sharing>).

Metode dalam kegiatan ini adalah partisipasi masyarakat/guru olahraga Sekolah Dasar adalah sesuatu keterlibatan guru bukan hanya kepada proses pelaksanaan kegiatan saja, tetapi juga melibatkan guru dalam hal perencanaan dan pengembangan dari pelaksanaan program tersebut, termasuk menikmati hasil dari pelaksanaan program tersebut. Lebih lanjut secara sederhana partisipasi guru adalah keterlibatan seseorang (individu) atau kelompok guru secara sukarela, dalam suatu kegiatan mulai dari proses perencanaan, pelaksanaan kegiatan, sampai kepada proses pengembangan kegiatan atau program tersebut (Adiyudha, 2015). Seperti salah satu contoh hasil dari proses kegiatan ini adalah diadakannya sebuah festival *Sport Kids* di Kabupaten Bogor. Dalam penyampaian materi nara sumber menjelaskan dan mempraktekan *sport kids* setelah itu Dinas Pemuda dan Olahraga memberikan bantuan peralatan olahraga untuk mendukung terlaksananya dengan baik *sport kids* ini. Hal ini perlunya partisipasi guru olahraga Sekolah Dasar dalam mengembangkan olahraga ini dengan kreatif, inovatif, dan efektif di daerah ataupun sekolahnya masing-masing. Sehingga akan tercapai tujuan pembangunan Pendidikan Jasmani dan Olahraga di kabupaten Bogor yang baik dengan membangun pembinaan olahraga yang terstruktur dan terprogram.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan *sport kids* untuk guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor dilaksanakan oleh Dinas Pemuda dan Olahraga dan sebagai pelaksana adalah seksi Pembibitan, IPTEK dan Keolahragaan pada tanggal 12-14 Oktober 2020, Angkatan 2 dilaksanakan pada tanggal 15-17 Oktober 2020, dan Angkatan 3 dilaksanakan pada tanggal 16-19 Oktober 2020, dan semua kegiatan dilaksanakan di hotel New Ayuda Cisarua Kabupaten Bogor. Pelatihan *Sport Kids* Bagi Guru Sekolah Dasar Dan Bantuan Alat Olahraga Di Kabupaten Bogor bertujuan agar guru-guru dapat menggunakan alat sport kids dengan baik dan efektif pada saat nanti peralatan tersebut diberikan oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor. Kegiatan ini direncanakan

dan dilaksanakan oleh Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor untuk menjalankan Undang-Undang Keolahragaan Tahun 2005 terkait Olahraga Prestasi, Olahraga Rekreasi, dan Olahraga Pendidikan. *Sport kids* ini sangat mendukung terkait Undang-Undang tersebut dengan melakukan pembinaan dari usia dini yang kreatif, Inovatif dan Efektif sehingga cita-cita Keolahragaan Nasional akan tercapai.



Gambar 1. Pelaksanaan Pelatihan Angkatan 1



Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Angkatan 2



Gambar 3. Pelaksanaan Pelatihan Angkatan 3

Para peserta yaitu guru-guru Pendidikan jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor sebelum melakukan praktek penggunaan peralatan sport kids dibuka kembali wawasannya terkait

perkembangan motorik anak usia dini. Selain itu peserta juga mendapatkan materi terkait pembinaan olahraga usia dini dan proses melakukan latihannya. Setelah pemberian materi serta tahapan diskusi dilakukan, peserta diminta untuk menjawab pertanyaan/kuis untuk dapat menilai/mengukur terkait pemahaman atau daya tangkap materi pelatihan serta penilaian terkait penyampaian oleh nara sumber.

SIMPULAN

Kualitas guru sangat penting dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar ataupun dalam peningkatan Keolahragaan di Kabupaten Bogor. Salah satu wujud peningkatan kualitas guru adalah senantiasa meningkatkan kemampuan dengan pengembangan diri mengikuti pelatihan-pelatihan yang mendukung perkembangan perndidikan dan olahraga. Pelatihan dan pengembangan dalam pendidikan dan olahraga sebagai sebuah metode yang diharapkan menjadi satu dari sekian banyak cara yang dapat guru laksanakan untuk pengembangan dirinya. Pengetahuan peserta/guru setelah diberi materi Pelatihan *Sport kids* untuk guru Sekolah Dasar dan bantuan peralatan mengalami peningkatan pengetahuan dalam sebuah Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Peserta/Guru dapat menggunakan peralatan dengan baik dan melakukannya lebih kreatif, inovatif, dan efisien.

SARAN

Beberapa saran dapat disampaikan sebagai berikut: Sesuai dengan Undang-Undang Keolahragaan Nasional tahun 2005 yang salah satunya adalah olahraga Pendidikan sehingga guru dituntut meningkatkan kualitas pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani khususnya pada Siswa Sekolah Dasar. Dengan melaksanakan pelatihan *sport kids* dan bantuan alat olahraga menjadikan guru dapat melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani pada Siswa Sekolah Dasar dengan baik dan benar sehingga akan tercapai apa yang telah diperintahkan Undang-Undang. Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor khususnya seksi Pembibitan, Iptek dan Tenaga Keolahragaan lebih banyak lagi melibatkan guru dalam meningkatkan kualitas pengajarannya dalam Pendidikan Jasmani maupun dalam meningkatkan Keolahragaan di Kabupaten Bogor.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada semua pihak yang telah menyelenggarakan kegiatan, Kepada:

1. Kepala Dinas Pemuda dan Olahraga Kabupaten Bogor, memberikan fasilitas serta izin untuk melakukan kegiatan pelatihan ini.
2. Kepala Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga Kabupaten Bogor yang telah memberikan dukungan moril serta sarana yang digunakan dalam kegiatan ini.
3. Kepala Seksi Pembibitan, Iptek dan Tenaga Keolahragaan yang telah mengundang sebagai nara sumber pada kegiatan pelatihan ini.
4. Guru Olahraga Sekolah Dasar Kabupaten Bogor yang telah mengikuti kegiatan pelatihan ini dari awal hingga akhir.
5. Seluruh pihak-pihak lain yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyudha Permana, D. (2015). Tingkat Partisipasi Olahraga dan Ketersediaan SDM Keolahragaan Kota Pontianak Provinsi Kalimantan Barat Ditinjau dari Sport Development Index (SDI). *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 4(1), 9–19. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v4i1.26>
- Hanief, Y. N. (2015). Membentuk gerak dasar pada Siswa Sekolah dasar melalui Permainan tradisional. *Jurnal SPORTIF*, 1(1), 60–73. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
- IAAF. 2002. Kids' Athletics – Event Beregu Untuk Anak-Anak. RDC: Jakarta.
- Ilham Surya Fallo. (2013). Analisis Pola Perkembangan Motorik Anak Sebagai Langkah Awal Pembinaan Calon Olahragawan. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 2(2), 141–149. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v2i2.232>

- Iskandar, dkk. (2015). Kemampuan Motorik Siswa Kelas 2 Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Kota Pontianak Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 66–79. <https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v4i1.31>
- Khoerudin, H. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Kids Athletic Lempar Turbo Melalui Modifikasi Permainan Bola Berekor Bagi Siswa Kelas V SDN 1 Sukorejo Tahun 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(3), 1653–1659. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/active.v4i3.4672>
- Muhammad Yahya. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Melempar Pada Siswasekolah Dasar. *Jurnal Penjaskesrek*, 2(2), 85–100. <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/911>
- 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. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15294/jpehs.v1i2.3208>
- Suyono. 2002. Kids Athletics. Jakarta Staf Set-IAAF RDC.
- Yohanes, dkk. (2017). Perbedaan Kebugaran Fisik dan Aspek Afektif Sebagai Efek dari Pelatihan Kids Athletics dan Permainan Tradisional Megala-Gala. *Sport and Fitness Journal*, 5(2), 38–50. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/sport/article/view/31851>
- Yulifri, D. (2019). Study of Motor Ability in Grade V Students of Elementary Schools 03 Ikur Koto. *Jurnal MensSana*, 4(2), 148–155. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v4i2.98>