

SOSIALISASI PERMAINAN TRADISIONAL DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DAN CAPAIAN WAKTU RENANG GAYA BEBAS 50 M PADA KLUB RENANG NEMO SC DI KABUPATEN KAMPAR

Rezki¹, Arimuliani Ahmad², Sigit Nugroho³, Sabina Fitri⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Riau

email: rezki@edu.uir.ac.id¹, Arimulianiahmad@edu.uir.ac.id², sigit.nugroho@psy.uir.ac.id³,
Sabrinafitri@student.uir.ac.id⁴

Abstrak

Permainan tradisional dapat memberikan manfaat yang baik terhadap keterampilan gerak dan capaian waktu pada atlet renang. Solusi yang ditawarkan adalah memperkenalkan dan mengimplementasikan permainan tradisional kepada atlet pada perkumpulan renang yang ada di Kabupaten Kampar. Pelaksanaan kegiatan meliputi sosialisasi permainan tradisional di air seperti permainan Kejer-kejaran di ari, Tarek-menarik beban, Mendorong beban, Menarik Beban, Tokok pundak, Mengejar target, Menahan Beban, Susun kata, Mendorong ban dengan kedua tangan, Mengejar bola. Mitra yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada perkum[ulan renang Nemmo SC Bangkinang Kota Kabupaten Kampar Provinsi Riau pada hari sabtu sabtu 19 September 2024. Kegiatan meliputi memeperkenalkan kepada atlet dan pelatih tentang permainan tradisional dengan tahap persiapan, pelaksanaan dan pelaporan akhir. Hasil menunjukkan bahwa permainan tradisional yang telah di sosialisasikan memebrikan perubahan terhadap kemampuan gerak renang gaya bebas 50 m pada atlet perkumpulan renang Nemmo SC.

Kata Kunci : Permainan Tadisonanal, Kemampuan gerak renang

Abstrak

Traditional games can provide good benefits for motor skills and time achievements in swimming athletes. The solution offered is to introduce and implement traditional games to athletes in swimming clubs in Kampar Regency. The implementation of activities includes socialization of traditional games in the water such as the game of Kejer-kejaran in the water, Tarek-pulling the load, Pushing the load, Pulling the load, Shoulder torch, Chasing the target, Holding the load, Arranging words, Pushing the tire with both hands, Chasing the ball. Partners involved in community service activities were carried out at the Nemmo SC Bangkinang City swimming club, Kampar Regency, Riau Province on Saturday, September 19, 2024. Activities include introducing athletes and coaches to traditional games with the stages of preparation, implementation and final reporting. The results show that the traditional games that have been socialized provide changes to the 50 m freestyle swimming movement ability of Nemmo SC swimming club athletes.

Keywords: Traditional Games, Swimming Motor Skills

PENDAHULUAN

Permainan tradisional merupakan bagian dari budaya bangsa yang luas hingga lambat laun memudar dan semakin sulit ditemukan di Masyarakat. Akibat kemajuan teknologi, anakanak, remaja, bahkan orang dewasa berangsur-angsur beralih dari permainan tradisional ke permainan modern dalam bentuk permainan online/elektronik. Game online kebanyakan hanya menggunakan mata dan tangan sehingga memberikan pengaruh buruk terhadap perkembangan motorik dan sosial anak, sedangkan game konvensional yang memanfaatkan seluruh bagian tubuh membawa manfaat yang cukup besar, antara lain membuat tubuh menjadi lebih sehat, kuat, dan bugar. Pola permainan anak mulai bergeser pada pola permainan di dalam rumah. Beberapa bentuk permainan yang banyak dilakukan adalah menonton tayangan televisi dan permainan lewat games station dan komputer. Permainan yang dilakukan di dalam rumah lebih bersifat individual. Permainan-permainan (Nugrahastuti, E., Puspitaningtyas, E., Puspitasari, 2012).

Penggunaan permainan tradisional sebagai media pembelajaran aktivitas gerak anak dapat dengan mudah menarik perhatian anak karena permainan berasal dari aktivitas sehari-hari di lingkungan tempat tinggal sehingga anak tidak merasa asing pada permainan tersebut (Gustian et al., 2019). Selain itu, menurunnya permainan tradisional di kalangan remaja juga mempunyai dampak lain. Saat ini terdapat kekurangan nilai-nilai di kalangan anak dalam situasi sosial. Banyak anak muda saat ini tidak peduli dan tidak menghargai orang lain. Pelecehan seksual, konfrontasi antara murid dan guru, serta ucapan cabul di kalangan anak muda dan remaja sudah menjadi hal biasa. Setiap permainan tradisional menampilkan sisi tersendiri untuk perkembangan kecerdasan anak baik kecerdasan intelektual, spiritual maupun emotional. Hal ini sangat berbeda sekali dengan permainan modern yang berkembang saat ini. (Taata Wulandari, Agustina Tri Wijayanti, 2015). Aktivitas fisik adalah bagian kegiatan yang sangatlah berguna bagi manusia karena dengan berbagai manfaat yang dimiliki dalam setiap gerakannya bagi keberlangsungan hidup, adapun beberapa contoh kongkritnya yang banyak kita ketahui dari berbagai literatur dan penelitian sebelumnya. (Ryzki et al., 2021).

Kemampuan fisik memang menjadi tolak ukur bagi atlet untuk mencapai waktu maksimalnya dalam berenang. Tanpa kondisi fisik yang maksimal sulit bagi atlet untuk mewujudkan keinginannya untuk mendapatkan capaian waktu terbaiknya. Kondisi fisik (physical condition) merupakan unsur atau kemampuan dasar (basic ability) yang harus dimiliki setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga. (Kurniawan & Jhon Arwandi, 2020). Atlet yang memiliki kondisi fisik yang baik yakni menyangkut tentang kekuatan, power, kecepatan, kelincahan, kelentukan, daya tahan dan koordinasi merupakan salah satu potensi yang baik untuk meningkatkan kemampuan dalam berenang (Amicta & Maidarman, 2019). Berdasarkan pendapat tersebut dapat dijelaskan untuk mendapatkan capaian waktu yang baik pada nomor renang gaya bebas 50 meter sangat diperlukan kondisi fisik yang baik dan latihan yang terstruktur. Untuk mendapatkan semua itu perlu sekiranya di rancang aktivitas fisik dengan baik agar mendapatkan manfaat dari kegiatan olahraga tersebut.

Olahraga renang merupakan olahraga yang digemari oleh semua kalangan mulai dari anak-anak, dewasa dan orang tua. Pada masa sekarang ini sarana dan prasarana olahraga renang sudah sangat memadai sehingga pada masa sekarang olahraga renang sudah bisa di nikmati oleh semua kalangan baik itu masyarakat di pedesaan maupun di perkotaan. Olahraga renang termasuk kedalam lima besar jenis olahraga yang paling disukai oleh publik Indonesia. Ini artinya bahwa sebenarnya olahraga renang memiliki peluang besar untuk menjadi industri olahraga modern, jika dibandingkan dengan olahraga lainnya yang ada di Indonesia, tidak termasuk olahraga sepakboladan bulutangkis (Reftari et al., 2018). Olahraga renang merupakan olahraga yang sangat menyenangkan dan cocok untuk siapa saja tanpa memandang umur. Renang adalah salah satu jenis olahraga yang populer di masyarakat (Pratiwi, 2015). Olahraga renang merupakan suatu kegiatan olahraga yang dilakukan di air dengan hanya menggunakan tubuh, tanpa menggunakan alat bantu. Renang sudah dikenal di seluruh dunia dari sejak dulu, dari daerah perkotaan sampai daerah pedesaan yang berada di pelosok (Asmoro, 2015).

Bermain merupakan kegiatan ataupun aktivitas wajib yang dilakukan anak-anak untuk mengenal lingkungan sekitar, bermain juga sering dilakukan orang dewasa untuk melepaskan kejenuhan dan menghilangkan stres. Dengan bermain anak-anak dapat mengukur kemampuan dirinya dan menyesuaikan dengan lingkungannya. Bermain dan anak merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Aktivitas bermain dilakukan anak dan aktivitas anak selalu menunjukkan kegiatan bermain. Bermain dan anak sangat erat kaitannya (Christianti, 2007). Bermain merupakan cara yang paling baik untuk mengembangkan kemampuan anak. Selain itu, bermain menjadi cara yang baik bagi anak dalam memahami diri, orang lain, dan lingkungan (Putro, 2016). Permainan tradisional yang mungkin sudah jarang ditemui karena tidak adanya sosialisasi dari orang tua ke anak ataupun dari guru ke murid akan terus hilang ditambah dengan adanya permainan modern yang lebih dikenal dengan istilah game bagi anak-anak (Yudiwinata & Handoyo, 2014). Permainan tradisional, dewasa ini telah menjadi barang yang sangat langka. Padahal jika kita analisis terdapat sejumlah permainan tradisional yang memberikan peran terhadap pengembangan potensi anak seperti perkembangan motorik kasar, halus, sosial, kognitif serta aspek perkembangan lainnya (Kurniati, 2006). Permainan tradisional merupakan permainan yang di gunakan untuk mengisi waktu luang. Dengan bermain permainan tradisional dapat meningkatkan keterampilan gerak pada diri anak. Secara teoritis berdasarkan aspek perkembangannya, seorang anak dapat belajar dengan sebaik-baiknya apabila kebutuhan fisiknya

dipenuhi dan anak merasa aman dan nyaman secara psikologis, hal lain yang perlu diperhatikan adalah bahwa anak membangun pengetahuannya sendiri, anak belajar melalui interaksi sosial dengan orang dewasa dan anak-anak lainnya, anak belajar melalui bermain serta terdapat variasi individual dalam perkembangan dan belajar (Dwi pradipta, 2017).

Setiap anak memiliki keterampilan gerak yang dimiliki setiap tidak sama. Oleh karena itu melalui sebuah permainan dapat mendorong anak untuk dapat mengaktualisasikan kemampuan gerak yang ada dalam diri anak tersebut. Salah satu cara yang dilakukan adalah dengan memberikan model latihan dengan pola latihan dengan permainan. Anak usia dini seringkali dianggap sebagai manusia lemah yang tidak mampu melakukan apa-apa kecuali dengan bantuan orang lain, sehingga banyak orang memperlakukan anak usia dini sesuka hatinya. Padahal anak memiliki kemampuan yang terkadang kemampuan setiap anak memang tidak sama dengan kemampuan remaja atau kemampuan orang dewasa oleh karena setiap anak memiliki ciri khas dan keunikan tersendiri (Arina Rihal Jannah, Ratno Abidin, 2021). Selain itu juga, manusia merupakan makhluk hidup yang bergerak aktif dalam kehidupannya sehari-hari, seperti merangkak, berjalan, berlari, melompat, melempar dan menangkap. Melalui pergerakan-pergerakan dari salah satu ataupun kombinasi dari berbagai gerakan inilah manusia melakukan sebuah aktivitas yang bermanfaat bagi mereka dan lingkungan sekitarnya (Mardhatillah et al., 2022).

Nemo SC merupakan perkumpulan renang yang ada di kabupaten Kampar. Perkumpulan ini berjarak lebih kurang 65 KM dari Universitas Islam Riau (UIR) dan menempuh lebih kurang 1 jam perjalanan melalui via tol Pekanbaru-Bangkinang. perkumpulan renang Nemo SC memiliki 2 orang pelatih dan 25 orang atlet. Berdasarkan hasil observasi awal dari wawancara dengan pelatih Nemo SC beliau mengatakan belum terdapat atlet yang berprestasi dan sebanyak 10 orang merupakan pemula. Berdasarkan wawancara tersebut belum pernah ada program latihan yang dibuat oleh pelatih dengan permainan tradisional dan berdasarkan paparan dari orang tua atlet mengatakan anak-anak bosan dengan latihan yang monoton. Ini lah salah satu alasan mengapa harus di perkenalkan kepada pelatih dan atlet permainan tradisional agar atlet tidak jenuh dan bosan. Permainan tradisional yang dimainkan oleh atlet nantinya banyak memiliki manfaat. Permainan nantinya akan dilakukan di dalam kolam dengan berbagai macam permainan tradisional yang dasar permainan tersebut berdasarkan aktivitas di air yang telah dilakukan oleh orang terdahulu diantaranya perinana Tarik-menarik beban, mendorong beban, menarik beban, tokok pundak, mengejar target, mengambang di air, kejar-kejaran di air, susun kata dan mendorong ban/pelampung. Akan tetapi dalam penerapannya masyarakat belum memahami secara menyeluruh terkait manfaat permainan tradisional terhadap kemampuan keterampilan gerak dan kemampuan fisik pada anak. Indikasi seperti ini mengharuskan adanya upaya untuk penelitian yang mengarah pada jenis permainan yang bermanfaat kemampuan gerak dan fisik pada anak.

METODE

A. Tahapan Kegiatan yaitu merupakan tahap persiapan yang merupakan Pada tahap persiapan ini Tim PkM dan 2 orang mahasiswa yang akan melakukan segala persiapan yang berkaitan dengan segala kebutuhan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Perkumpulan Renang Nemo SC Kecamatan Bankinang Kota Kabupaten Kampar. Adapun hal-hal yang akan dipersiapkan untuk pelaksanaan kegiatan ini adalah: a) Rapat Persiapan b) Persiapan ATK c) Persiapan Media (Laptop, Proyektor, Materi Pelatihan, peralatan permainan) d) Menyusun Jadwal Kegiatan Pengabdian e) Membuat Spanduk. B. Tahap Pelaksanaan. Pada tahap kegiatan ini, tim pengabdian kepada masyarakat akan melaksanakan semua solusi yang ditawarkan, yaitu: a. Memperkenalkan dan Mengimplementasikan Permainan Tradisional Pada tahap pelaksanaan ini, Tim PkM yang diwakili oleh REZKI, S.Pd., M.Pd memberikan materi terlebih dahulu kepada pelatih dan atlet berkaitan tentang permainan tradisional. Pemateri menjelaskan pengertian, jenis-jenis, dan manfaat dari permainan tradisional yang ada di Indonesia, khususnya di Provinsi Riau. b. Memberikan pengetahuan kepada atlet Tim PkM dan dibantu pelatih akan mensosialisasikan dan mengimplementasikan beberapa permainan tradisional. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan mempraktekkan langsung permainan di lapangan. c. Presentasi dengan atlet Selain menggunakan presentasi, atlet diajak juga untuk berdiskusi. Akan tetapi sebelum semua kegiatan ini dilaksanakan, terlebih dahulu Tim PkM dan Mahasiswa akan Metode pelaksanaan maksimal terdiri atas 1500 kata yang menjelaskan tahapan atau langkah-langkah

dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra. Deskripsi lengkap bagian metode pelaksanaan untuk mengatasi permasalahan sesuai tahapan berikut. 1. Untuk Mitra yang bergerak di bidang ekonomi produktif dan mengarah ke ekonomi produktif, maka metode pelaksanaan yang ditangani pada mitra, seperti: a. Permasalahan dalam bidang produksi. b. Permasalahan dalam bidang manajemen. c. Permasalahan dalam bidang pemasaran, dan lain-lain. 2. Untuk Mitra yang tidak produktif secara ekonomi/sosial, maka nyatakan tahapan atau langkah-langkah pelaksanaan pengabdian yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan spesifik yang dihadapi oleh mitra. Pelaksanaan solusi tersebut dibuat secara sistematis yang meliputi layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, konflik sosial, kepemilikan lahan, kebutuhan air bersih, buta aksara dan lain-lain. 3. Uraikan bagaimana partisipasi mitra dalam pelaksanaan program. 4. Uraikan bagaimana evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan PKM selesai dilaksanakan. 5. Uraikan peran dan tugas dari masing-masing anggota tim sesuai dengan kompetensinya dan penugasan mahasiswa. melakukan tes awal (pre-test), untuk melihat pengetahuan awal tentang kegiatan yang akan dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melalui sosialisasi permainan tradisional kepada atlet renang Nemmo SC di Kabupaten Kampar, Pelatih dan atlet mendapatkan pengetahuan tentang manfaat dari permainan tradisional terhadap capaian waktu maksimal atlet pada renang gaya bebas 50 meter. Atlet menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan ini, serta menunjukkan kreativitas dalam berpartisipasi. Dari hasil kegiatan yang telah dilakukan atlet merasa permainan tradisional yang telah di perkenalkan atlet merasa senang dan tidak merasa bosan dalam kegiatan latihan, dan pelatihpun merasa tertantang dengan permainan yang telah di perkenalkan di jadikan bagian dari program latihan. Setelah dilakukan kegiatan pretes dan program latihan di buat dengan menggunakan permainan tradisional dan kemudian program di jalankan selama 14 minggu dan dilakukan postet. Hasil yang didapat sangat memuaskan, kemampuan gerak atlet dalam capaian waktu pada renang gaya bebas sangat baik dari sebelumnya, selain itu hasil dari kegiatan ini juga dapat meningkatkan percaya diri atlet karena mereka merasa mampu dan puas dengan apa yang telah didapat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan bertujuan untuk memperkenalkan berbagai macam permainan tradisional kepada atlet usia dini yang telah membuahkan hasil yang positif. Kegiatan itu melalui berbagai tahapan mulai dari periapan, pelaksanaan dan pelaporan akhir. Kegiatan tersebut memberikan pengetahuan berharga bagi pelatih dan atlet tentang manfaat dari macam-macam permainan tradisional yang telah disosialisasikan berdampak pada peningkatan keterampilan gerak renang gaya bebas 50 meter. Adapun sasaran dari kegiatan ini antara lain untuk meningkatkan kesadaran anak terhadap permainan tradisional dan manfaatnya untuk meningkatkan keterampilan gerak dan pengetahuan atlet.



Permainan mendorong beban



Permainan Menahan Beban

SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan manfaat yang positif terhadap peningkatan kemampuan gerak atlet pada renang gaya bebas 50 meter. Melalui sosialisasi bermacam-macam permainan tradisional yang diberikan kepada pelatih dan atlet mendapatkan pengalaman baru tentang manfaat olahraga tradisional yang telah diperkenalkan memberikan dampak yang baik bagi perkembangan gerak atlet.

SARAN

Kegiatan ini diharapkan memberikan nilai positif dalam kegiatan latihan atlet, menjadikan atlet lebih bersemangat dalam kegiatan latihan dan dapat meningkatkan keterampilan gerak pada atlet. Selain dari itu kegiatan sosialisasi dapat memberikan pengalaman baru pelatih.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diberikan kepada UIR kerana telah mempalisitasi kegiatan ini sepenuhnya. Selanjutnya kepada Maneger Nemmo SC yang telah memberikan waktu dan tempat untuk kegiatan sosialisasi, untuk pelatih sudah mau meluangkan waktu, dan kepada atlet bisa berpartisipasi dan kepada mahasiswa yang telah membatu kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amicta, B. S., & Maidarman, M. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Pada Mahasiswa Mata Kuliah Renang Pendalaman FIK UNP. *Jurnal JPDO*, 2(1), 203–208.
- Arina Rihal Jannah, Ratno Abidin, W. S. (2021). PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini. *PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 1–6.
- Asmoro, T. B. P. (2015). Gelanggang Olahraga Renang Di Pontianak. *JMARS: Jurnal Mosaik Arsitektur*, 3, 89–107.
- Christianti, O. M. (2007). *Anak dan Bermain*.
- Dwi pradipta, G. (2017). Strategi Peningkatan Keterampilan Gerak Untuk Anak Usia Dini Taman Kanak-Kanak B. *Jendela Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1292>
- Gustian, U., Supriatna, E., & Purnomo, E. (2019). Efektifitas modifikasi permainan tradisional dalam pengembangan physical literacy anak taman kanak-kanak. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 23–33. <https://doi.org/10.21831/jk.v7i1.22166>
- Kurniati, E. (2006). *Program Bimbingan Untuk Mengembangkan*. Bandung: Tidak Diterbitkan, 1–18. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PGTK/197706112001122-EUIS_KURNIATI/pedagogia.pdf
- Kurniawan, D., & Jhon Arwandi. (2020). *Jurnal Patriot*. 3, 111–119.
- Mardhatillah, M., Pranata, D. Y., & Setiawan, D. (2022). Pengembangan Permainan Tradisional Engloblibaba Biskuit Untuk Meningkatkan Keterampilan Keseimbangan Dan Komunikasi Pada Anak Sd Di Banda Aceh. *Visipena*, 13(1), 14–28. <https://doi.org/10.46244/visipena.v13i1.1787>
- Nugrahastuti, E., Puspitaningtyas, E., Puspitasari, M. (2012). Nilai-Nilai Karakter Pada Permainan Tradisional. *Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan Inovasi Pembelajaran Berbasis Karakter Dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi ASEAN*, 265–273.

- Pratiwi, I. (2015). SEKOLAH RENANG DI KOTA SEMARANG DENGAN PENEKANAN DESIGN SUSTAINABLE ARCHITECTURE Isna. *Journal of Architecture*, 4(2), 1–9.
- Putro, K. Z. (2016). Mengembangkan Kreativitas Anak Melalui Bermain. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 16(1), 19. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v16i1.1170>
- Reftari, D. H., Suryana, A., & Setiawan, A. (2018). Komunikasi Pemasaran Olahraga Renang. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 6(2). <https://doi.org/10.24198/jkk.v6i2.13221>
- Ryzki, A., Eri, B., Ishak, A., & Yogi, S. (2021). *Jurnal Patriot*. *Jurnal Patriot*, 3(March), 71–81. <https://doi.org/10.24036/patriot.v>
- Taat Wulandari, Agustina Tri Wijayanti, S. (2015). Muatan Nilai-Nilai Karakter Melalui Permainan Tradisional Di Paud Among Siwi, Panggungharjo, Sewon, Bantul. *Jipsindo*, 2(1), 44–65. <https://doi.org/10.21831/jipsindo.v0i0.4524>
- Yudiwinata, H. P., & Handoyo, P. (2014). Permainan Tradisional dalam Budaya dan Perkembangan Anak. *Paradigma*, 02, 1–5.