



PENGENALAN OLAHRAGA TRADISIONAL DI ERA DIGITAL DI SDN PADOMASAN 03

Muhammad Hifni Atho'illah¹ & Ahmad Sulaiman²

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Jember
Email: hifniathoillah@gmail.com

²Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Jember
Email: ahmadsulaiman@unmuhjember.ac.id

ABSTRACT

This community service project highlights the importance of preserving traditional sports in the digital era. Traditional sports offer many benefits for students' physical and motor development. The program employed demonstration and lecture methods conducted during socialization activities. A total of 54 students from SD Negeri Padomasan 03 participated as partners in this project. The program consisted of four stages: planning and preparation of activities and materials for the socialization, implementation of the community service activities, monitoring, and evaluation. A percentage formula was used for descriptive statistics in the data analysis technique. The results showed that, based on pre-test and analysis, 20% of students were able to understand the concept of traditional sports, 30% could recognize the benefits of traditional sports, 24% understood the importance of preserving traditional sports, and 18% could identify various types of traditional sports. Meanwhile, in the post-test, 85% of students understood the definition of traditional sports, 80% understood their benefits, 90% recognized the importance of preserving traditional sports, and 90% were able to identify the different types of traditional sports. With the help of technology and the internet, students can now learn about the definition, advantages, significance of preserving, and various forms of traditional sports practiced throughout Indonesia.

Key words: traditional sports, digital era, introduction, preservation

ABSTRAK

Pengabdian ini mengangkat akan pentingnya melestarikan olahraga tradisional di era digital seperti pada saat ini. Olahraga tradisional memiliki banyak manfaat baik bagi fisik maupun motorik siswa. Pengabdian ini menggunakan metode demonstrasi dan ceramah yang dilaksanakan dalam sosialisasi. Sebanyak 54 siswa-siswi SD Negeri Padomasan 03 menjadi mitra dalam pengabdian ini. Ada empat tahap dalam pengabdian ini, yaitu perencanaan dan penyusunan kegiatan dan materi sosialisasi, pelaksanaan kegiatan pengabdian, monitoring, serta evaluasi. Rumus persentase untuk statistik deskriptif digunakan dalam teknik analisis data. Pengabdian menunjukkan bahwa hasil analisis menunjukkan bahwa 20% siswa mampu memahami konsep olahraga tradisional berdasarkan hasil tes dan analisis pra tes, 30% siswa dapat mengetahui manfaat olahraga tradisional, 24% siswa dapat mengetahui pentingnya melestarikan olahraga tradisional, dan 18% siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional. Sedangkan pada post-tes diketahui siswa dapat memahami pengertian olahraga tradisional 85%, siswa paham akan manfaat olahraga tradisional 80%, siswa paham akan pentingnya melestarikan olahraga tradisional 90%, dan siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional 90%. Dengan bantuan teknologi dan internet, siswa dapat mengetahui pengertian olahraga tradisional, kelebihannya, pentingnya menjaga olahraga tradisional, dan berbagai bentuk olahraga tradisional yang dilakukan di seluruh Indonesia.

Kata kunci : olahraga tradisional, era digital, pengenalan, pelestarian

1. PENDAHULUAN

Beberapa suku dan peradaban dapat ditemukan di negara kepulauan Indonesia. Tradisi lisan, naskah, adat istiadat, pengetahuan tradisional, teknologi tradisional, kesenian, bahasa, permainan rakyat, dan olah raga tradisional merupakan hal-hal yang maju secara kebudayaan. Guntoro et al (2023) menyatakan bahwa olahraga tradisional Indonesia merupakan olahraga yang biasanya dimainkan dengan cara permainan tradisional. (Salsabila & Kurniawan, 2022) menyatakan bahwa olahraga tradisional merupakan salah satu jenis olahraga yang semakin populer di masyarakat. Sepanjang sejarah, olahraga tradisional telah berkembang sesuai dengan tradisi budaya daerah dan ciri geografis. Olahraga tradisional kaya akan filosofi hidup dan mempunyai komponen pemain rakyat yang signifikan. Menurut Lengari et al (2023), olahraga tradisional merupakan kegiatan

permainan yang diturunkan secara turun-temurun dan tumbuh serta berkembang di suatu daerah yang sarat dengan nilai-nilai budaya dan masyarakat.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah beberapa disiplin ilmu yang wajib diajarkan di sekolah. Tiga bidang fokus utama dalam mata pelajaran ini adalah pengembangan keterampilan emosi, kognitif, dan psikomotorik anak. Hal ini dapat diterapkan melalui kegiatan teoretis maupun langsung. Melalui programnya, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan (Sugeng et al, 2023). Salah satu jenis olahraga yang dapat diajarkan kepada murid adalah olahraga tradisional. Menurut Damayanti et al (2023) olahraga tradisional sangat bermanfaat untuk melatih hubungan sosial antara anak dengan teman-temannya atau dengan lingkungan sekitar, selain itu juga mendorong anak untuk melakukan aktivitas fisik yang bermanfaat bagi perkembangan motoriknya. Perkembangan dunia modern khususnya dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sangatlah cepat dan pesat, sehingga permainan tradisional semakin tersisihkan oleh perkembangan jaman serta semakin kesini semakin jarang siswa yang mengenali olahraga tradisional. Oleh karena itu diperlukan upaya untuk tetap menjaga kelestarian olahraga tradisional di sekolah khususnya di Sekolah Dasar. Sebagai seorang guru olahraga Sekolah Dasar haruslah pandai dalam memilah dan memilih metode dan media pembelajaran yang dapat memperkenalkan olahraga tradisional kepada siswa. Salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan yaitu media yang terintegrasi dengan teknologi.

Pemanfaatan teknologi dalam pendidikan telah berkembang secara signifikan di era digital modern ini. Banyak guru yang memanfaatkan adanya teknologi untuk membantu mempermudah dalam proses pembelajaran. Dengan adanya teknologi ini, siswa pun merasa terbantu dalam memahami pembelajaran. Namun, tidak jarang dengan adanya teknologi juga membawa dampak negatif bagi siswa. Misalnya saat ini siswa lebih senang menghabiskan waktu dengan handphone hanya untuk bermain media sosial atau game saja seperti Instagram, Facebook, Game Mobile Legend dan lainnya sebagainya, jika dibandingkan dengan mempelajari olahraga tradisional. Anak-anak generasi muda kurang mengenal olahraga tradisional karena kemajuan teknologi di era digital (Guntoro al, 2023). Dalam hal ini peran pendidikan dan pelestarian olahraga tradisional penting untuk dilakukan agar olahraga tradisional tidak pudar dan tetap dikenal oleh anak-anak saat ini.

Sebelum penemuan teknologi modern, anak-anak melakukan olahraga tradisional yang berkembang di rumah mereka dengan menggunakan peralatan yang tersedia. Di sisi lain, sosialisasi anak berkurang dan olahraga tradisional kurang dimainkan karena tersedianya mobile games. Olahraga tradisional lambat laun akan hilang dan siswa akan berisiko mengalami berbagai prestasi akibat ketidakaktifan, yang juga berdampak negatif pada perkembangan psikologis anak, jika permasalahan tersebut tidak mendapat perhatian yang signifikan. *Game online* menjadi saingan olahraga tradisional saat ini. Banyak sekali siswa SDN Padomasan 03 memilih untuk memainkan permainan yang memiliki keseruan dan kesenangan tersendiri. Olahraga tradisional kurang populer di kalangan siswa SDN Padomasan 03. Oleh karena itu, pengenalannya sangat penting untuk pelestarian olahraga tradisional Indonesia. Salah satu budaya bangsa yang perlu dilindungi adalah olahraga tradisional. Pelestarian ini diperlukan bukan sekedar untuk menghentikan kemerosotan kebudayaan nasional, namun juga karena mempertimbangkan manfaat olahraga tradisional bagi pertumbuhan generasi muda. Maka, penulis tertarik untuk melakukan pengabdian guna memperkenalkan olahraga tradisional di era digital ini di SDN Padomasan 03.



2. METODE PELAKSANAAN PKM

Pengabdian dilaksanakan melalui demonstrasi dan ceramah yang dikemas dalam bentuk sosialisasi. “Mengenalkan Olahraga Tradisional di Era Digital” menjadi tema sosialisasi. Mitra pada kegiatan ini yaitu siswa-siswi SDN Padomasan 03 dengan total jumlah siswa terdiri dari 54 siswa. Ada empat langkah dalam proses pelaksanaan pengabdian masyarakat. Pertama, diskusi tentang program kerja yang akan dilaksanakan. Penulis melalui Kepala Sekolah SDN Padomasan 03 meminta izin untuk melakukan kerjasama dan melaksanakan pengabdian di lokasi tersebut. Membuat bahan dan kegiatan yang akan digunakan untuk pengabdian menjadi langkah kedua yang dilakukan penulis. Ketiga, terdapat beberapa tahapan dalam pelaksanaan kegiatan: 1) penulis menilai pengetahuan awal siswa tentang olahraga tradisional melalui pre-test; 2) penulis akan memanfaatkan teknologi dan internet, termasuk YouTube dan aplikasi pendukung lainnya, untuk memperkenalkan olahraga tradisional di kelas. Pengertian olahraga tradisional, keunggulannya, pelestariannya, dan ragam olahraga tradisional yang dilakukan di seluruh Indonesia akan tercakup dalam informasi yang akan diberikan; 3) Siswa akan menyelesaikan penilaian akhir (post-test) untuk mengukur pemahaman mereka tentang olahraga tradisional; 4) Penulis akan memberikan arahan dan edukasi kepada guru dan siswa tentang nilai menjaga olahraga tradisional dan meningkatkan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan tubuh. Keempat, mengawasi dan melakukan evaluasi kegiatan. Tercapainya tujuan kegiatan disebut dengan evaluasi. Kegiatan dikatakan berhasil apabila: 1) pengetahuan siswa tentang olahraga tradisional meningkat; dan 2) siswa dapat mempraktikkan beberapa olahraga tradisional.

3. HASIL DAN PEMBAHSAN

Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman siswa mengenai olahraga tradisional. Pada pre-test, hanya 20% siswa yang memahami pengertian olahraga tradisional, sementara pasca kegiatan meningkat menjadi 100%. Begitu pula dengan indikator lain seperti manfaat, pentingnya pelestarian, dan jenis olahraga tradisional, semuanya mengalami peningkatan.

Tabel 1

Hasil Pre-test dan Post-test

No	Indikator	Pre-test (%)	Post-test (%)
1	Pemahaman pengertian olahraga tradisional	20%	85%
2	Mengetahui manfaat olahraga tradisional	30%	80%
3	Pentingnya pelestarian olahraga tradisional	24%	90%
4	Mengetahui jenis-jenis olahraga tradisional	18%	90%

Berdasarkan data tersebut, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam peningkatan pemahaman dan minat siswa terhadap olahraga tradisional. Selain itu, melalui pengamatan langsung, siswa menunjukkan antusiasme tinggi dalam mencoba dan mempraktikkan olahraga tradisional yang diperkenalkan. Penggunaan media digital terbukti efektif untuk memfasilitasi pembelajaran yang menarik dan relevan bagi generasi digital.

Penyerahan surat izin dinas kepada sekolah mitra SDN Padomasan 03 merupakan langkah awal dalam proses pengabdian masyarakat. Peserta pengabdian dan sekolah mitra melakukan negosiasi tema pengabdian yang akan disosialisasikan setelah surat izin dinas disampaikan. Selain itu, melakukan diskusi tentang penentuan tema serta jadwal pelaksanaan. Akhirnya, penelitian ini mengangkat tema “Menghidupkan Kembali Olahraga Tradisional di Era Digital”. Merencanakan kegiatan adalah tugas selanjutnya. Bersama dengan mitra sekolah dan peneliti, kegiatan

direncanakan. Penjelasan mengenai sosialisasi tentang olahraga tradisional yang akan diselenggarakan dan penjadwalan waktu penataan ruang sebelum melakukan kegiatan pengabdian merupakan hal yang dibahas sebelum pelaksanaan.

Langkah selanjutnya adalah mempraktekkan kegiatan yang terjadi di kelas. Kuesioner sebelum dan sesudah tes harus diselesaikan, bersama dengan latihan sosialisasi, selama kelas. Kegiatan dilakukan dalam empat tahap, yakni:

- 1) Pelaksanaan tes awal
dari tes awal ini yakni untuk mengetahui pengetahuan siswa dengan olahraga tradisional. itu dilakukan untuk mengetahui tingkat pengenalan olahraga tradisional daerah di kalangan generasi muda. Peneliti membantu siswa menyelesaikan kuesioner selama fase pre-tes.
- 2) Penulis akan memperkenalkan materi tentang olahraga tradisional kepada siswa melalui pemanfaatan teknologi dan internet dan praktek permainan Olahraga tradisional
- 3) Konsep olah raga tradisional, keunggulannya, pelestariannya, dan ragam olah raga tradisional yang dilakukan di seluruh Indonesia akan dibahas dalam pemaparan ini. Video implementasi tentang olahraga tradisional akan ditayangkan dari YouTube. YouTube sebagai media pembelajaran untuk menawarkan kurikulum dalam bentuk ceramah. Pendekatan ini sangat bermanfaat bagi dunia pendidikan karena dapat memudahkan pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan. Pembelajaran dapat difasilitasi dengan penggunaan sumber belajar berbasis video dan mempraktekkan permainan Olahraga tradisional.
- 4) Pengukuran tes akhir. Setelah materi diberikan, siswa akan menyelesaikan post-tes akhir untuk mengukur pemahaman mereka tentang olahraga tradisional yang telah dijelaskan sebelumnya.
- 5) Diakhir, penulis akan memberikan arahan kepada guru dan siswa tentang pelestarian olahraga tradisional dan pentingnya aktivitas fisik dalam melindungi kesehatan tubuh.

Perhitungan persentase digunakan untuk menguji data dari tes sebelum dan sesudah. Hasil analisis menunjukkan bahwa 20% siswa mampu memahami konsep olahraga tradisional berdasarkan hasil tes dan analisis pra tes, 30% siswa dapat mengetahui manfaat olahraga tradisional, 24% siswa dapat mengetahui pentingnya melestarikan olahraga tradisional, dan 18% siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional. Sedangkan pada post-tes diketahui siswa dapat memahami pengertian olahraga tradisional 85%, siswa paham akan manfaat olahraga tradisional 80%, siswa paham akan pentingnya melestarikan olahraga tradisional 90%, dan siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional 90%.

Gambar 1

Pemanasan/Stretching



Gambar 2

Praktek permainan olahraga tradisional



Dengan pengabdian ini, pelestarian olahraga tradisional yang ada di Indonesia dapat dikenal generasi muda khususnya siswa-siswi SDN Padomasan 03. Pelestarian dalam bentuk sosialisasi ini dapat membuat minat siswa untuk mengenal olahraga tradisional meningkat. Berdasarkan pengenalan olahraga tradisional di Sekolah Dasar Negeri ini, hasil pengabdian ini dapat berkontribusi dalam memberikan dampak yang baik, yaitu (a) meningkatnya pemahaman tentang olahraga tradisional di kalangan siswa; (b) peningkatan pengetahuan olahraga tradisional dan warisan budaya; (c) meningkatnya pengembangan keterampilan motorik, kreativitas, kecerdasan emosional, interaksi sosial dan konsentrasi; (d) apresiasi terhadap olahraga tradisional serta; (5) meningkatkan aktifitas fisik dan mengurangi penyalahgunaan penggunaan *handphone*.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas disimpulkan bahwa pengabdian di Padomasan 03 dengan sosialisasi berjalan dengan baik, sesuai dengan hasilnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa 20% siswa mampu memahami konsep olahraga tradisional berdasarkan hasil tes dan analisis pra tes, 30% siswa dapat mengetahui manfaat olahraga tradisional, 24% siswa dapat mengetahui pentingnya melestarikan olahraga tradisional, dan 18% siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional. Sedangkan pada post-tes diketahui siswa dapat memahami pengertian olahraga tradisional 85%, siswa paham akan manfaat olahraga tradisional 80%, siswa paham akan pentingnya melestarikan olahraga tradisional 90%, dan siswa dapat mengetahui macam-macam olahraga tradisional 90%. Siswa mengalami peningkatan pengetahuan akan perlunya melindungi olahraga tradisional dan memperkenalkan mereka pada olahraga baru melalui program ini. Selain itu, siswa mungkin akan lebih memilih untuk berpartisipasi dalam olahraga tradisional sebagai cara untuk mengurangi penggunaan *handphone*.

REFERENSI

- Damayanti, S. N., Tiaraningrum, F. H., Nurefendi, J., & Lestari, E. Y. (2023). Pengenalan Permainan Tradisional untuk Melestarikan Budaya Indonesia. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 39–44. <https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41045>
- Erta, E., Dewi, H. S. C. P., Pembayun, N. S. R., Nugraha, A. C., & Fadilah, E. N. (2023). Pelatihan Manajemen Event Olahraga Bagi Siswa SMAN 1 Wonoayu. *Lumbang Inovasi: Jurnal*

- Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 119–128. <https://doi.org/10.36312/linov.v8i1.1214>
- Fitriyah, P. N., Salsabilla, D. P., & ... (2023). Transformasi Permainan Tradisional Menjadi Game Online Di Era Kemajuan Teknologi Modern Dan Dampaknya Pada Kehidupan. *Triwikrama: Jurnal Ilmu sosial* 2(6), 31–40. <https://ejournal.warunayama.org/index.php/triwikrama/article/view/1148>
- Guntoro, T. S., Nurhidayah, D., Sutoro, S., & Asri, A. (2023). Membangkitkan Kembali Olahraga Tradisional Di Era Digital: Implementasi UU No 5 Tahun 2017 Tentang Pemajuan Kebudayaan Revival of Traditional Sports in the Digital Era : Implementation of Law No . 5 of 2017 Concerning the Advancement of Culture. *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 2(2). <https://jurnaluniv45sby.ac.id/index.php/Cakrawala/article/download/1426/1145>
- Johana Jenni Viera, Salsabila Maryam, & Hj. Lilik Prihatini, SH., MH. (2023). Analisa Kejahatan Streaming Ilegal Liga Inggris: Tantangan Hukum, Ekonomi Dan Dampak Pada Studi Kasus ZAL TV. *Indonesian Journal of Islamic Jurisprudence, Economic and Legal Theory*, 1(4), 989–997. <https://doi.org/10.62976/ijjel.v1i4.301>
- Lengari, S. L., Abidin, D., & Faiz Ridlo, A. (2023). Sosialisasi Olahraga Tradisional Hadangan Di Desa Kertajaya. *An-Nizam*, 2(2), 81–86. <https://doi.org/10.33558/an-nizam.v2i2.6165>
- Muhyi, M., & Hakim, L. (2021). *MENGISI KEGIATAN HARI OLAHRAGA NASIONAL (HAORNAS) DALAM PERSPEKTIF MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DI ERA DIGITAL* Brahmana Rangga Prastyana dominan diisi oleh para kaum muda yang tidak lepas dari akses internet , kaum ini sehingga bermunculan. 2, 1–7.
- Ramdhana, B. Y., & Kurniawan, F. (2022). Pengenalan Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Kegiatan Kampus Mengajar 3 di SDN Kutanagara II. *Jurnal Pengabdian Olahraga ...*, 2(03), 73–77. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/maroones/article/view/7270>
- Salsabila, P. H., & Kurniawan, F. (2022). Pengenalan Olahraga Tradisional dalam Pembelajaran PENJAS di SDN Mekarpoahaci III. *Jurnal Pengabdian Olahraga ...*, 2(03), 88–93. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/maroones/article/view/7269>
- Sugeng, I., Umi Zar, A., Safitri Alifiana Manjayati, E., Suhaimi, I., Gatot Supriyadi, S., Kusumawati, Y., Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, J., Kahuripan Kediri, U., Argobis, J., & Ekonomi dan Bisnis, J. (2023). Pengenalan Permainan Olahraga Tradisional Pada Anak Sekolah Dasar Tunglur Kec. Badas. *Jurnal ...*, May, 129–135. <http://www.ejournal.kahuripan.ac.id/index.php/abdikmas/article/view/968%0Ahttp://www.ejournal.kahuripan.ac.id/index.php/abdikmas/article/download/968/638>