

PKM PELATIHAN OLAHRAGA PICKLEBALL PADA GURU OLAHRAGA DI KABUPATEN SENGKANG

Irvan¹, Muhammad Akbar Syafruddin², Agus Sutriawan³, M. Imran Hasanuddin⁴, Andi Sahrul Jahir⁵

^{1,2,3,4,5}Jurusan Pendidikan Jasmani, kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar
e-mail: irvan@unm.ac.id

Abstract

The aim of the Community Service (PKM) activity is to introduce or conduct training related to understanding/introducing the sport of Pickleball to Physical Education, Sports and Health (PJOK) teachers in Sengkang Regency. The method used in this activity is Pickleball training. The results of this socialization provide motivation for teachers to take part in the sport of Pickleball. Apart from being an athlete, Pickleball can improve physical fitness. With the organization already running, it is hoped that the sport of Pickleball will become a popular sport among the public. With this training, the sport of Pickleball can be spread to all levels of society as well as attracting the interest of students at school to become outstanding athletes in the sport of Pickleball

Keywords: Training, Sports Teacher, Pickleball.

Abstrak

Tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) untuk memperkenalkan atau melakukan Pelatihan terkait pemahaman/pengenalan cabang olahraga pickleball pada guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Kabupaten Sengkang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan melakukan pelatihan pickleball. Hasil dari sosialisasi ini memberi motivasi kepada guru-guru untuk turut serta mengambil bagian dari olahraga pickleball selain menjadi atlet olahraga pickleball dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan organisasi yang sudah berjalan, oleh karena itu sosialisasi giat dilakukan diharapkan olahraga pickleball menjadi olahraga yang populer di kalangan masyarakat. Dengan adanya pelatihan ini dapat menyebarkan olahraga pickleball di semua lapisan masyarakat selain dapat menjangkau minat siswa disekolah untuk menjadi atlet berprestasi dalam cabang olahraga pickleball

Kata Kunci: Pelatihan, Guru Olahraga, Pickleball

Submitted: 2023-10-15

Revised: 2023-10-15

Accepted: 2023-10-26

Pendahuluan

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) merupakan tridharma yang harus dilaksanakan oleh dosen setiap semester. Untuk itu dosen-dosen harus mengabdikan dirinya untuk masyarakat dengan membagi ilmu pengetahuan baik secara teori maupun praktik tentang keilmuan yang dimiliki. Banyak cara yang dilakukan untuk melaksanakan tridharma perguruan tinggi di bidang PKM diantaranya dengan memberikan sosialisasi pelatihan kepada masyarakat tentang suatu objek yang bisa bermanfaat untuk masyarakat tersebut. Kegiatan dilakukan dengan beberapa mitra dari Universitas Negeri Makassar

Salah satu sosialisasi pelatihan yang dilakukan oleh dosen-dosen di Pendidikan Olahraga yakni dibidang olahraga pickleball. Dimana hampir semua dosen di Pendidikan Olahraga merupakan pengurus/ orang-orang yang terlibat dalam organisasi pickleball di Sulawesi Selatan. Dengan keahlian yang dimiliki tentunya sangat mendukung untuk kegiatan PKM. Olahraga pickleball sendiri masih sangat baru untuk di wilayah Sulawesi Selatan. Olahraga ini baru masuk dan diperkenalkan dalam beberapa tahun terakhir. Oleh karena itu sosialisasi untuk olahraga ini gencar dilaksanakan sekaligus untuk menjangkau atlet-atlet yang memiliki potensi menjadi atlet yang berprestasi ke depannya.

Pickleball adalah olahraga yang berasal dari Amerika yang ditemukan di Bainbridge Island pada tahun 1965 di Washington, penemunya bernama Barney McCallum dan Joel Prichard (Irvan, 2021) fakta bahwa olahraga ini merupakan olahraga yang bersifat sosial (mirip dengan liga softball kasual dewasa), seringkali dengan nama panggilan yang unik untuk tim (dan

olahraga itu sendiri, banyak yang salah mengartikan permainan ini sebagai "prickleball", "pick-a-ball," "acar pong," dan lain-lain (Vitale and Liu, 2020). Di Indonesia sendiri, pickleball telah diperkenalkan oleh Jeff Van Der Hulst, ambassador International Federation Pickleball (IFP) yang datang ke Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIO), Universitas Negeri Jakarta (UNJ) pada tanggal 14 April 2019 (Irvan et al, 2022).

Permainan pickleball menggunakan bola yang terbuat dari plastik/karet dan berlubang sehingga laju bola lambat sehingga siapapun bisa memainkan tanpa mengalami kesulitan, dalam bermain akan terjadi rally yang panjang sehingga siapapun yang bermain akan merasa senang memainkan permainan tersebut (Heo et al, 2018). Pertumbuhan Pickleball bisa jadi karena daya tariknya yang universal, peraturannya sederhana, dan permainan ini mudah dimainkan untuk pemula namun dapat dengan cepat berkembang menjadi pertandingan kompetitif yang bergerak cepat untuk pemain berpengalaman. Baik orang dewasa muda maupun tua tertarik pada olahraga ini, dan itu dia Ada banyak peluang untuk bermain, seperti permainan terbuka dan liga di pusat rekreasi setempat. Bahkan ada pemerintahan nasional badan untuk Pickleball di Amerika Serikat, yang menganggap Pickleball sebagai "salah satu olahraga dengan pertumbuhan tercepat di Amerika (Buzzelli and Draper, 2019).

Permainan ini mudah dipelajari dan hemat biaya dan tempat dan menyenangkan yang bisa dimainkan oleh orang yang tidak mempunyai dasar motorik yang baik sehingga dari anak-anak hingga manula bisa memainkan dalam waktu yang lama yang pada akhirnya tanpa di sengaja mereka sudah melakukan latihan kardiovaskuler yang menguatkan otot jantung dengan gerakan aerobik yang low impact (Heidman 2017). Pickleball mempunyai beberapa keunggulan atau daya tarik tersendiri sehingga dapat memacu para peserta untuk mengembangkan olahraga yang terbilang baru di Propinsi Sulawesi Selatan terkhusus untuk sekolah-sekolah sebagai mitra penggerak pengembangan cabang olahraga pickleball di daerah sengkang.

Metode

Metode yang digunakan untuk menghasilkan luaran yang telah ditargetkan dengan melakukan sosialisasi atau pelatihan tentang permainan olahraga pickleball pada mitra sasaran dan melakukan praktik secara langsung. Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat adalah suatu kegiatan dalam bentuk sosialisasi dan pelatihan merupakan bagian dari upaya untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan olahraga yang cukup baru di Indonesia. Pelaksanaan Sosialisasi ini dilaksanakan di sekolah mitra Universitas Negeri Makassar. Kegiatan ini dilakukan di SMA di Sengkang, yang diikuti 20 orang guru. Kegiatan ini dirancang menjadi beberapa kegiatan. Pertama, Sejarah olahraga Pickleball Kedua Pemutaran video permainan olahraga pickleball, Ketiga Penjelasan mengenai perwasitan dan peraturan pertandingan olahraga pickleball, keempat mendemostrasikan teknik dasar permainan olahraga pickleball, kelima simulasi permainan (games) olahraga pickleball. Hasil dari pelatihan dilaporkan untuk dievaluasi sehingga benar benar olahraga ini telah diterima oleh masyarakat.

Hasil dan Pembahasan

Hasil dari pengabdian ini. Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi ini, menunjukkan bahwa apa yang diajukan dalam rencana kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan terpenuhi. Dalam pelaksanaan PKM beberapa tahapan yang dilakukan diantaranya:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan ini terdiri dari:

a. Penyusunan program kerja sosialisasi

Penyusunan program sosialisasi agar kegiatan yang dilaksanakan menjadi lebih teratur dan terarah. Program ini meliputi semua hal-hal yang bersifat teknis, manajerial dan penjadwalan (time schedule). Kegiatan itu dilaksanakan pada tanggal 08 Oktober 2023.

Adapun jadwal kegiatan dalam PKM:

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

NO	MATERI	WAKTU
1	Sejarah Olahraga Pickleball	2 jp
2	Pemutaran video permainan olahraga pickleball	2 jp
3	Penjelasan mengenai perwasitan dan peraturan pertandingan olahraga pickleball	6 jp
4	mendemostrasikan teknik dasar permainan olahraga pickleball	10 jp
5	simulasi permainan (games) olahraga pickleball	12 jp
Jumlah		32 jp

b. Penyiapan alat

Sebelum pelaksanaan PKM, tim menyiapkan semua sarana dan prasarana yang dibutuhkan.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan diawali dengan sambutan-sambutan dari kepala dinas pendidikan dan kebudayaan kabupaten wajo, ketua KONI dan ketua pickleball kabupaten wajo, kemudian dilanjutkan dengan peresmian pembukaan kegiatan sosialisasi dan pelatihan cabang olahraga pickleball oleh ketua pickleball kabupaten wajo. Dimana peserta dalam kegiatan ini dihadiri oleh guru guru PJOK SD dan SMP se-kabupaten Wajo. Tim Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar memulai Pelatihan dengan pemberian modul sosialiasi untuk memberikan pemahaman secara teori.



Gambar 1. Pembukaan dan Pemberian Materi Sosialisasi

Setelah pemberian materi oleh narasumber, dilanjutkan dengan praktek pelatihan dan perwasitan/pertandingan pickleball yang di ikuti seluruh peserta peatihan sosialisasi, dimana peserta sangat antusias dan semangat dalam mengikuti Praktek Pelatihan teknik, perwasitan dan sistem pertandingan.



Gambar 2. Pelaksanaan Praktek Teknik, Perwasitan Dan Sistem Pertandingan

Dari hasil pelaksanaan kegiatan ini menemukan jawaban bahwa minat siswa untuk mengetahui cabang olahraga pickleball sangatlah tinggi, ditandai dengan antusias para peserta dalam mengikuti materi, baik itu pada saat teori maupun praktek sehingga kegiatan sosialisasi tersebut dipandang sangat berguna untuk diri mereka dan pengembangan cabang olahraga pickleball.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilannya kegiatan yang dilakukan

Dalam pelaksanaan sosialisasi PKM Pickleball seluruh peserta diharapkan dapat mengetahui dan memainkan permainan pickleball dengan teknik dasar dan aturan permainan dengan baik dan benar hal ini sesuai dengan harapan pengabdian agar permasalahan untuk sosialisasi dapat terselesaikan dengan baik yakni minat bermain pickleball pada peserta dapat ditingkatkan karena permainan ini dapat dimainkan oleh semua kalangan tanpa menuntut keterampilan yang lebih dan sejalan dengan visi olahraga pickleball yakni *easy and fun/* mudah dan menyenangkan. Dengan dilaksanakannya program kemitraan ini, secara langsung peserta PKM mendapatkan pengetahuan baru tentang cabang olahraga yang baru dikembangkan di Indonesia baik dari segi teknik dasar, tata cara pelaksanaan serta pedoman pertandingan dan perwasitan pickleball.

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah bagian dari Tridharma Perguruan Tinggi Universitas Negeri Makassar, untuk itu kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada tim pengabdian masyarakat dan semua pihak yang telah membantu memberikan masukkan dalam pembuatan pengabdian masyarakat, Ucapan terima kasih ini kami sampaikan kepada seluruh masyarakat yang bergabung pada kegiatan Sosialisasi ini yang dilaksanakan di Universitas Negeri Makassar. Terima kasih Kepada Pengurus Indonesia Pickleball Federation dan KONI kabupaten Wajo yang banyak memberikan fasilitas saat berkegiatan. Terima kasih kepada guru PJOK telah meluangkan waktunya untuk menghadiri Pelatihan ini. Dalam kegiatan ini masih jauh dari sempurna untuk itu kami menerima saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan kearah kesempurnaan.

Daftar Pustaka

- Buzzelli, A.A. and Draper, J.A. (2019) 'Examining the motivation and perceived benefits of pickleball participation in older adults', *Journal of Aging and Physical Activity*, 28(2), pp. 180–186.
- Heidman, B. 2017. "Pickleball Growing in Greater Sudbury. Sudbury Star." [Http://Www.TheSudburystar.Com/2017/07/05/Pickleball-Growing-in-Greater-Sudbury.](http://www.thesudburystar.com/2017/07/05/pickleball-growing-in-greater-sudbury)
- Heo, Jinmoo, Jungsu Ryu, Hyunmin Yang, Amy Chan Hyung Kim, and Yoojung Rhee. 2018. "Importance of Playing Pickleball for Older Adults' Subjective Well-Being: A Serious Leisure Perspective." *The Journal of Positive Psychology* 13(1):67–77.
- Irvan, A. (2021) 'H., & Sufitriyono.(2021). PKM Pickleball', in *Seminar Nasional Hasil Pengabdian*, pp. 935–938.
- Irvan et al (2022) 'PKM Sosialisasi Pickleball Guru Pjok Kabupaten Sidrap', *Journal of the Japan Welding Society*, 91(5), pp. 328–341. Available at: <https://doi.org/10.2207/jjws.91.328>.
- Vitale, K. and Liu, S. (2020) 'Pickleball: Review and Clinical Recommendations for this Fast-growing Sport', *Current Sports Medicine Reports*, 19(10), pp. 406–413. Available at: <https://doi.org/10.1249/JSR.0000000000000759>.