

**PELESTARIAN OLAHRAGA TRADISIONAL MELALUI FESTIVAL PERMAINAN
TRADISIONAL SE-KOTA BANDAR LAMPUNG**

Fadlu Rachman¹, Ziko Fajar Ramadhan², Satria Armanjaya³, Aditya Gumantan⁴, Rizki Yuliandra⁵, Muhammad Rifqi⁶

¹²³⁶Universitas Aisyah Pringsewu, ⁴⁵Universitas Teknokrat Indonesia

¹fadlurachman1994@gmail.com

Abstract

Traditional sports and games are forms of activity that have developed and grown in the midst of society since ancient times, during the royal era and experienced acculturation during the colonial era. Traditional games that are passed down from generation to generation have many benefits besides preserving culture and as a national character, also for the pleasure of playing for the players, then they are also beneficial for psychological development, increasing creativity, agility, motivation, and also as a means to improve physical fitness. Traditional sports have a philosophy of 4 M (easy to do, cheap to finance, lively because they can be used for community and school student activities, healthy because they can be used as an activity program as a contribution to physical fitness. The city of Bandar Lampung is one of the areas where students' interest in playing traditional sports is decreasing. Through this service activity, the socialization of the rules for traditional sports games lari balok, congklak, and bola bekel to PJOK teachers representing each sub-district totaling 40 people was held on March 3, 2023. Then there was the traditional game festival which was attended by 100 of elementary school students in Bandar Lampung City on March 5, 2023. The purpose of this activity is to create a stimulus so that children at school can continue to play traditional sports so that traditional sports are not forgotten and can continue to be preserved.

Keywords: festival, Traditional Sport, Lari Balok

Abstrak

Olahraga dan Permainan tradisional merupakan bentuk kegiatan yang telah berkembang dan tumbuh di tengah-tengah masyarakat sejak zaman dahulu kala, pada zaman kerajaan dan mengalami alkulturasi pada jaman penjajahan. Permainan tradisional yang diwariskan secara turun temurun memiliki banyak sekali manfaatnya disamping melestarikan budaya dan sebagai karakter bangsa, juga untuk kesenangan bermain bagi pemainnya, kemudian juga bermanfaat bagi perkembangan psikologis, meningkatkan kreativitas, kelincahan, motivasi, dan juga sebagai sarana olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Olahraga tradisional memiliki filosofi 4 M (mudah dilakukan, murah dalam pembiayaan, meriah karena dapat digunakan untuk kegiatan masyarakat dan siswa sekolah, menyehatkan karena dapat digunakan sebagai program kegiatan sebagai kontribusi kebugaran jasmani. Kota Bandar Lampung merupakan salah satu daerah yang mulai berkurang minat siswa dalam memainkan olahraga tradisional. Melalui kegiatan pengabdian ini, sosialisasi peraturan permainan olahraga tradisional lari balok, congklak, dan bola bekel kepada guru-guru PJOK perwakilan dari setiap kecamatan berjumlah 40 orang dilaksanakan pada tanggal 3 maret 2023. Selanjutnya festival permainan tradisional yang diikuti oleh 100 anak sekolah dasar se-Kota Bandar Lampung pada tanggal 5 maret 2023. Tujuan dari kegiatan ini adalah menjadikan stimulus agar olahraga tradisional bisa terus dimainkan oleh anak-anak disekolah sehingga olahraga tradisional tidak dilupakan dan bisa terus dilestarikan.

Kata Kunci: Festival, Olahraga Tradisional, Lari Balok

Submitted: 2023-07-18

Revised: 2023-07-19

Accepted: 2023-07-24

Pendahuluan

Tingkat motivasi belajar merupakan faktor yang sangat penting bagi siswa sehingga perlu di kontrol keadaanya, dijaga, dan ditingkatkan apabila masih rendah. Di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani siswa sering kali merasa bosan dengan pembelajaran yang itu-itu saja (Mudzakir, 2020). Siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang berbentuk permainan atau game". Kemalasan siswa dalam olahraga bisa terjadi karena adanya kejenuhan yang terjadi maka perlu ada beberapa terobosan untuk mengangakat motivasi siswa,

Maka untuk mengatasi itu permainan tradisional dianggap bisa mengatasi masalah tersebut. Permainan merupakan suatu sarana hiburan yang diminati dan dimainkan oleh banyak orang baik dari kalangan anak-anak maupun orang dewasa.

Permainan terdiri dari permainan bersifat tradisional dan juga modern. Permainan sendiri berasal dari kata "main" yang berarti melakukan suatu kegiatan untuk menyengkan hati baik itu menggunakan alat sebagai mediana maupun tidak. Bermain adalah kegiatan yang sangat dekat dengan dunia anak dan tidak menutup kemungkinan remaja juga dewasa. Kegiatan ini dapat dilakukan secara perorangan juga kelompok permainan, jumlah peserta, lamanya permainan, tergantung pada kesepakatan yang dibuat oleh para peserta yang bermain (Hadjarati, Dai, & Haryanto, 2021).

Sejak digulirkan UU No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, perhatian pemerintah untuk memunculkan dan melestarikan serta mengembangkan kembali budaya permainan tradisional sudah semakin terlihat. Permainan tradisional yang diwariskan secara turun temurun memiliki banyak sekali manfaatnya disamping melestarikan budaya dan sebagai karakter bangsa, juga untuk kesenangan bermain bagi pemainnya, kemudian juga bermanfaat bagi perkembangan psikologis, meningkatkan kreativitas, kelincahan, motivasi, dan juga sebagai sarana olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Rahail, Bawawa, & Hiskya, 2023).

Indonesia kaya atas kebudayaannya yang mempunyai ciri khas tersendiri (Rachman, Prasetyo, & Sari, 2022). Kekayaan kultural yang beragam untaian indah kultur, etnis, suku, dan agama menghiasi bumi nusantara ini. Setiap kultur, etnis, suku dan agama memiliki ekspresi dan cara pengungkapan masing-masing. Salah satu ekspresi itu tercermin pada olahraga tradisional yang hidup dan berkembang subur pada setiap daerah. Permainan tradisional juga masih berkaitan dengan kebudayaan dari suatu daerah. Permainan tradisional tidak lepas dari anak-anak. Namun di zaman sekarang ini bukan hanya anak-anak yang memainkan permainan-permainan tradisional tersebut. Akan tetapi hampir semua kalangan juga ikut memainkan permainan-permainan tradisional tersebut (Ardiansyah & Djawa, 2019). Olahraga dan Permainan tradisional merupakan bentuk kegiatan yang telah berkembang dan tumbuh di tengah-tengah masyarakat sejak zaman dahulu kala, pada zaman kerajaan dan mengalami alkulturasi pada jaman penjajahan. Olahraga dan Permainan tradisional merupakan kegiatan permainan yang sederhana, mudah dimengerti/dipelajari dan dilakukan, biayanya relatif murah dibanding dengan permainan moderen karena sedikit menggunakan perlengkapan dan peralatan yang dapat dibuat sendiri serta dapat dimainkan di arena terbuka maupun tertutup (Kurniawan, 2019).

Permainan dan olahraga tradisional, seringkali mengandung unsur kompetitif dalam setiap penerapan, akan tetapi hal ini dapat meningkatkan unsur sportifitas para pemainnya (Hadjarati & Haryanto, 2020). Dalam pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan tim membuat festival permainan tradisional dengan menerapkan sistem perlombaan olahraga tradisional antar Sekolah Dasar se Kota Bandar Lampung. Tujuan diadakannya Festival permainan tradisional menumbuhkan jiwa kebudayaan dengan permainan khas Indonesia dan menumbuhkan jiwa sportivitas sejak dini serta sesuai dengan undang undang nomor 5 tahun 2007 tentang pemajuan kebudayaan, suatu kebudayaan yang ada di masyarakat menjadi aset bagi bangsa untuk dilestarikan dalam mengatasi serangan globalisasi (Armanjaya, Rachman, & Ramdhan, 2022).

Metode

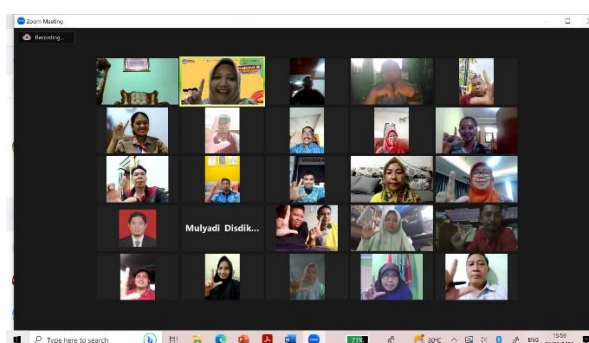
Tim Pengabdian dalam rangka festival olahraga tradisional se-Kota bandar Lampung menggunakan metode sosialisasi dan praktek, selanjutnya diadakan perlombaan supaya peserta lebih bersemangat dalam memainkan permainan tradisional, Kegiatan yang dilaksanakan sebagai berikut:

1. Sosialisasi dan praktek teknis perlombaan permainan tradisional
2. Perlombaan festival permainan tradisional

Penyampaian dan penjelasan materi menggunakan power point dan video melalui zoom meeting. Kegiatan zoom meeting dilaksanakan pada tanggal 3 maret 2023, pukul 13.30 - 16.00 Wib. Pelaksanaan festival permainan tradisional pada tanggal 5 Maret 2023.

Tahap 1. Sosialisasi Dan Praktek Teknis Perlombaan Permainan Tradisional

Sosialisasi peraturan permainan olahraga tradisional melalui zoom meeting yang diikuti oleh 40 guru PJOK dari 20 kecamatan yang ada di Kota Bandar Lampung. setiap kecamatan diwakilkan oleh 2 orang guru PJOK.



Gambar 1. Sosialisasi Peraturan Permainan Tradisional
(Dokumentasi Pribadi)

Dalam kegiatan ini disosialisasikan 3 permainan tradisional yang akan dilombakan pada saat festival permainan tradisional diantaranya permainan lari balok, congklak, dan bola bekel. Penjelasan teknis permainan tradisional sebagai berikut :

1. Lari Balok
 - a. Permainan lari balok terdiri dari 3 orang pemain (2 laki-laki dan 1 perempuan) dalam satu tim yang dimainkan secara estafet
 - b. Panjang lintasan lari balok 15 meter dengan lebar 7,5 meter
 - c. Balok yang digunakan sebanyak 4 buah dengan ukuran 1 balok (Panjang 25 cm, Lebar 4 cm, Tebal 4 cm)
 - d. Aba-aba perlombaan oleh wasit/juri start adalah : **" Bersedia, siap, ya "** sebelum dilakukan aba-aba semua pemain yang berada di garis start berada di belakang balok
 - e. Pada aba-aba **" bersedia "** : pemain pertama berjalan dan kedua kaki menaiki balok dengan posisi berdiri. **" siap "** : peserta melakukan jongkok dengan kaki berada diatas balok dan kedua tangan memegang balok bersiap untuk melakukan lari. **" ya "** : pemain pertama memulai perlombaan dengan cara berlari diatas balok tanpa kaki terjatuh ke tanah; Pengganti **" Ya "** dapat dilakukan dengan suara peluit.
 - f. Pemain 1 harus berlari diatas balok sampai dibelakang garis balikan dan menyerahkan balok pd pemain ke 2; Pemain ke 2 harus berlari diatas balok sampai dibelakang garis start dan menyerahkan kepada pemain ke 3; Pemain ke 3 menaiki balok hingga ke garis finish.
 - g. regu dinyatakan gugur apabila salah satu pemain :
 - Salah satu kaki atau kedua kaki menginjak/menyentuh tanah

- Salah satu tangan atau kedua tangan sama sekali tidak ada kontak/hubungan dengan balok.
 - h. Pemenang ditentukan berdasarkan peserta / atlet yang paling dahulu mencapai garis finish (dengan ketentuan keempat balok telah melewati garis finish).
2. Congklak
- a. Permainan congklak terdiri 1 orang perempuan dalam satu tim
 - b. Congklak terdiri dari 14 lubang yang terbagi dua serta 2 lubang besar sebagai tempat hasil mengumpulkan biji congklak
 - c. Permainan dimulai jika juri telah mempersilahkan kepada kedua pemain untuk mulai.
 - d. Kedua pemain jalan (memulai permainan) secara bersamaan.
 - e. Kedua pemain jalan dengan cara mengambil semua biji yang ada di dalam salahsatu lubang didaerahnya.
 - f. Biji yang telah diambil dijatuhkan atau ditaruh satu persatu ke lubang berikutnya searah jarum jam.
 - g. Jika biji yang terakhir dijatuhkan atau ditaruh dilubang yang ada bijinya maka biji yang ada dilubang tersebut diambil dan berjalan seperti biasa kembali.
 - h. Jika biji yang terakhir dijatuhkan atau ditaruh dilubang yang tidak memiliki biji di lubangnya ada dua persepsi, jika jatuhnya atau ditaruhnya didaerah permainan sendiri maka bisa mengambil biji lawan yang ada disebelah lubang yang terakhir dijatuhkan atau ditaruhnya biji dinamakan **menembak** dan setelah itu otomatis yang jalan adalah lawan. Dan jika biji terakhir dijatuhkan atau ditaruh di lubang daerah lawan maka otomatis yang jalan selanjutnya lawan.
 - i. Jika biji yang terakhir dijatuhkan atau ditaruh di gunung maka permainan terus jalan dengan mengambil bebas semua biji dilubang daerah permainan sendiri.
 - j. Mati atau permainan dilanjutkan oleh pihak lawan jika biji yang terakhir dijatuhkan atau ditaruh di lubang yang tidak ada biji nya pada sebelum dijatuhkan atau ditaruh biji terakhir.
 - k. Permainan selesai apabila semua biji congklak sudah semua masuk kedalam lubang.
 - l. Ketika akan melakukan jalan, diberikan kesempatan untuk berpikir selama 5 detik.
 - m. Pemenang ditentukan biji yang lebih banyak yang ada digunung masing-masing pemain, biji yang lebih banyak akan otomatis menjadi pemenangnya.
3. Bola Bekel
- a. Permainan congklak terdiri 1 orang perempuan dalam satu tim
 - b. Peralatan bola bekel terdiri dari 1 bola bekel dan 6 buah kerang kecil
 - c. Pemain melakukan undian/hompimpa untuk menentukan urutan bermain
 - d. Permainan dilakukan dengan cara mengumpulkan bola bekel setelah bola bekel dilambungkan keudara dan dilanjutkan dengan mengambil kembali bola bekel setelah satu kali pantulan bola ke lantai.
 - e. dalam perlombaan bola bekel
 - **Tahapan pertama**, bola dilambungkan ke atas kita mengambil biji beke diambil satu persatu sampai semua terkumpul ke tangan kita setelah terkumpul lalu dijatuhkan kembali ke lantai
 - **Tahapan Kedua**, bola dilambungkan ke atas kita mengambil biji bekel diambil sebanyak 2 biji bekel dalam satu kali pantulan bola bekel, sampai semua terkumpul ke tangan kita setelah terkumpul lalu dijatuhkan kembali ke lantai
 - **Tahapan Ketiga**, bola dilambungkan ke atas kita mengambil biji bekel diambil sebanyak 3 biji bekel dalam satu kali pantulan bola bekel, sampai semua terkumpul ke tangan kita setelah terkumpul lalu dijatuhkan kembali ke lantai

- **Tahapan Keempat**, bola dilambungkan ke atas biji bekel kita jatuhkan kelantai, biji bekel yang terjatuh tersebut lalu kita hadapkan biji bekel satu persatu agar sama, pada tahap ini semua biji bekel kita hadapkan secara tengkurap.
 - **Tahapan Kelima**, bola dilambungkan ke atas biji bekel kita jatuhkan kelantai, biji bekel yang terjatuh tersebut lalu kita hadapkan biji bekel satu persatu agar sama, pada tahap ini semua biji bekel kita hadapkan keatas.
- f. Pemain yang gagal dalam satu tahapan maka dilanjutkan permainan bola bekelnnya oleh lawannya. Ketika dia memulai kembali maka dia memulai dari tahapan terakhir dia gagal/berhenti.
- g. Pemain dinyatakan gagal atau berhenti apabila : a) Bola bekel terpantul sebanyak 2 kali, b) Tahapan yang dilakukan tidak dilakukan dengan sesuai, c) Pemain yang mengganggu lawan ketika sedang bermain makan akan dinyatakan diskualifikasi.
- h. Pemenang adalah dia yang lebih dulu menyelesaikan tahapan yang dilakukan sebanyak mungkin sampai dengan waktu yan telah ditentukan. Pemenang yang menang dibabak pertama maka akan bertandingan dengan pemenang lainnya sehingga menghasilkan seorang juara.

Peserta melakukan praktek permainan pada saat tanggal 5 maret sebelum perlombaan dimulai dipandu oleh juri dan wasit.

Tahap 2. Perlombaan Festival Permainan Tradisional

Pada tanggal 5 maret 2023 diadakan perlombaan olahraga tradisional di kantor BPMP Provinsi Lampung. Mengambil tema kegiatan "Festival Permainan Tradisional se-Kota Bandar Lampung" . Kegiatan ini diikuti oleh siswa sekolah dasar sejumlah 100 orang, setiap kecamatan mengirimkan wakilnya 5 orang siswa sekolah dasar sebagai peserta dalam kegiatan tersebut.



Gambar 2. Perlombaan Festival Permainan Tradisional

(Dokumentasi Pribadi)

Pada perlombaan ini menggunakan sistem gugur, setiap sekolah yang mewakili kecamatannya saling berhadapan serta mengalahkan satu sama lain sehingga akan muncul tim yang akan menjadi juara dalam perlombaan Festival Permainan Tradisional se-Kota Bandar Lampung. Juara dalam perlombaan ini terdiri dari juara 1,2,3 serta harapan 1,2 dan 3.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran anak sekolah dasar dan guru yang ada di Kota Bandar Lampung dilaksanakan selama 2 hari dengan hasil kecamatan yang mendapatkan juara sebagai berikut :

Tabel 1. Juara Lari Balok

No	Juara	Asal Kecamatan
1	Juara 1	Tanjung Karang Pusat
2	Juara 2	Labuhan Ratu
3	Juara 3	Bumi Waras
4	Harapan 1	Kedamaian
5	Harapan 2	Rajabasa
6	Harapan 3	Panjang

Tabel 2. Juara Congklak

No	Juara	Asal Kecamatan
1	Juara 1	Teluk Betung Timur
2	Juara 2	Tanjung Karang Pusat
3	Juara 3	Labuhan Ratu
4	Harapan 1	Teluk Betung Selatan
5	Harapan 2	Panjang
6	Harapan 3	Kedamaian

Tabel 3. Juara Bola Bekel

No	Juara	Asal Kecamatan
1	Juara 1	Teluk Betung Barat
2	Juara 2	Panjang
3	Juara 3	Bumi Waras
4	Harapan 1	Langka Pura
5	Harapan 2	Kedamaian
6	Harapan 3	Enggal

Hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang berlangsung para peserta sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti festival permainan tradisional. Olahraga tradisional memiliki filosofi 4 M (mudah dilakukan, murah dalam pembiayaan, meriah karena dapat digunakan untuk kegiatan masyarakat dan siswa sekolah, menyehatkan karena dapat digunakan sebagai program kegiatan sebagai kontribusi kebugaran jasmani. Harapan guru PJOK se-Kota Bandar Lampung agar kegiatan festival permainan tradisional bisa dilaksanakan secara berkesinambungan setiap tahunnya. Tujuan dari kegiatan ini adalah menjadikan stimulus agar olahraga tradisional bisa terus dimainkan oleh anak-anak disekolah sehingga olahraga tradisional tidak dilupakan dan bisa terus dilestarikan.

Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh peneliti melalui festival permainan tradisional ini di Kota Bandar Lampung adalah adanya perubahan pola pikir anak-anak karena rasa ingin tahu yang tinggi terkait olahraga tradisional serta peserta sangat

antusias dan bersemangat dalam mengikuti festival permainan tradisional. Serta mereka memiliki motivasi untuk terus melestarikan permainan tradisional. Hasil dari pelaksanaan kegiatan ini sesuai dengan apa yang telah direncanakan, manfaat dan juga tujuan yang direncanakan telah tersampaikan kepada masyarakat.

Daftar Pustaka (10 pt)

- Ardiansyah, M. A., & Djawa, B. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor Terhadap Kerjasama Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 343–348. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/download/30577/27858>
- Armanjaya, S., Rachman, F., & Ramdhan, Z. F. (2022). Peningkatan Minat Berolahraga Melalui Penerapan Olahraga Tradisional Gobak Sodor. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, 148-154.
- Hadjarati, H., Dai, A., & Haryanto, A. I. (2021). Permainan Tradisional Daerah Bolaang Mongondow Selatan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(1), 46–54. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJIK/article/view/33485>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Identifikasi Permainan dan Olahraga Tradisional Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 127-135.
- Kurniawan, A. W. (2019). *Olahraga dan Permainan Tradisional*. Malang: Wineka Media.
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44–49.
- Rahail, R. B., Bawawa, M., & Hiskya, H. J. (2023). Implementasi Model Pembelajaran Olahraga Tradisional Kayu Malele Sebagai Upaya Meningkatkan Sikap Dan Karakter Serta Melestarikan Kearifan Loka. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 1–2.
- Rachman, F., Prasetyo, A., & Sari, F. (2022). Pengaruh Olahraga Tradisional Dalam Meningkatkan Kelincahan Siswa SMPN 25 Pesawaran. *JUPE: Jurnal Physical Education UNILA*, 233-240.