

SOSIALISASI PELATIHAN BOLA TANGAN BAGI GURU SISWA SMP DAN MTS KOTA KEDIRI TAHUN 2023

Mokhammad Firdaus¹, M. Anis Zawawi², Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo³, Slamet
junaedi⁴, Wasis Himawanto⁵, Karlina Dwijayanti⁶

^{1,2,3,4,5}Universitas Nusantara PGRI Kediri, ⁶Universitas Tunas Pembangunan Surakarta (UTP)

¹E-mail Penulis : m.firdaus@unpkediri.ac.id

Abstract

Handball is a sport that is very old and its historical truth can be traced. It is a fact that a man is more adept at using his hands than his feet. Historically, the development of the sport of handball has made significant progress, even though it still uses ancient rules, to the point where it has undergone changes in the way of playing and the rules of the game of handball until now. The game of handball is currently increasingly popular in the community because the game is very interesting to see from the pattern of the game taking place at a very fast tempo, dynamic in spectacular techniques and tactics from the players and also the ball, then ending with a shooting movement that is carried out quickly, hard and precisely. towards the goal. However, the existence of the sport of handball itself is not taken into account due to several reasons, namely the type of game which is less popular because in Indonesia itself it has experienced setbacks, the lack of socialization of training for coaches and referees both at the center and in the regions, and there are not many parent sports organizations in the handball branch. One of the sports games, handball has several positive impacts on players, including physical, mental, social and emotional development, discipline, cooperation and life skills. With the Handball Training for Teachers of Middle School and MTS Students in Kediri City in 2023, we will be able to popularize the game of handball and look for new handball athletes to improve handball performance in Kediri City.

Keywords: Training, Handball, For Teachers and Students

Abstrak

Olahraga bola tangan merupakan olahraga yang usianya sangat tua dan bisa ditelusuri kebenaran sejarahnya. Sebagai fakta bahwa seorang laki-laki lebih mahir menggunakan tangannya dari pada kakinya. Dari sejarah perkembangan olahraga bola tangan mengalami kemajuan yang signifikan walaupun dengan menggunakan peraturan yang masih kuno, sampai mengalami perubahan dari cara permainan dan peraturan permainan bola tangan hingga sekarang. Permainan bola tangan pada saat ini semakin populer dimasyarakat karena permainan sangat menarik dilihat dari pola permainannya berlangsung dengan tempo yang sangat cepat, dinamis dalam teknik dan taktik yang spektakuler dari para pemain dan juga bolanya, kemudian diakhiri dengan gerakan menembak yang dilakukan cepat, keras dan tepat kearah gawang. Akan tetapi olahraga bolatangan itu sendiri keberadaannya kurang diperhitungkan karena beberapa hal, yaitu jenis permainan yang kurang populer karena di indonesia sendiri sempat mengalami kemunduran, minimnya sosialisasi pelatihan pelatih maupun wasit baik dipusat maupun didaerah, dan belum banyak memiliki induk organisasi olahraga cabang bola tangan. Salah satu cabang olahraga permainan, bolatangan memiliki beberapa dampak positif bagi pelakunya antara lain perkembangan fisik, mental, sosial emosional kedisipinan, kerjasama, dan keterampilan hidup. Dengan adanya Pelatihan Bola Tangan Bagi Guru Siswa SMP Dan MTS Kota Kediri Tahun 2023 akan dapat mempopulerkan permainan bola tangan dan mencari bibit-bibit atlit bola tangan untuk meningkatkan prestasi bola tangan di Kota Kediri.

Kata Kunci: Pelatihan, Bola Tangan, Bagi Guru dan Siswa

Submitted: 2023-12-21

Revised: 2023-12-22

Accepted: 2024-01-04

Pendahuluan

Olahraga bola tangan di Indonesia pada saat ini perkembangannya semakin cepat, terbukti sudah banyaknya pengkot atau pengkab yang terbentuk di provinsi Jawa Tengah. Olahraga bola tangan di negara Eropa dan Amerika sangat berkembang, untuk Indonesia bola tangan sudah di eksebisikan di PON 2016 Jawa Barat dan rencana akan di pertandingan di PON 2020 Papua. Pertandingan bola tangan yang sudah dilaksanakn dilingkup Jawa Tengah yaitu mulai dari Kejurprov junior ataupun senior yang sudah dilaksanakan setiap tahun mulai dari tahun 2014. Dari berkembangnya permainan bola tangan di Indonesia banyak pelatihan-pelatihan yang diadakan di

daerah-daerah untuk mencari bibit-bibit atlitnya (Karim et al., 2023; Muhlisin et al., 2022; Nurudin et al., 2023; Purnomo, 2019)

Demikian juga untuk bola tangan di Kota Kediri, sudah mulai terlihat antusias dan keinginan dari masyarakat. Asosiasi bola tangan Pengurus Kota Kediri telah mengikuti event pertandingan bola tangan senior babak kualifikasi Porprov di Kota Surabaya tahun 2023. Kegiatan yang perlu dilaksanakan ABTI Pengkot Bola tangan saat ini adalah pelatihan guru-guru dan siswa guna menjalankan program pembibitan dan pembinaan atlit bola tangan di kota Kediri, serta memperkenalkan permainan bola tangan dimasyarakat. Kegiatan pelatihan ini sangat dibutuhkan guna mengenalkan olahraga bola tangan dan sebagai awal untuk meningkatkan prestasi bola tangan dengan bibi-bibit yang ada di Kota Kediri.

Bola Tangan adalah salah satu olahraga cepat yang dimainkan di dalam ruangan (Susanto, 2017). Menurut (Ramadan, 2018) Permainan bolatangan adalah permaian yang mengadakan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan akurasi hal ini sama seperti permaian bolabasket. Permainan bola tangan juga memiliki banyak gerakan, seperti lari cepat, berputar, melempar, memblokir, mendorong, meraih, dan melompat (Karcher & Buchheit, 2014). Permainan bola tangan merupakan modifikasi antara permainan bola basket dan sepak bola yang mengandalkan kemahiran tangan untuk memasukkan bola kegawang lawan. Permainan bola tangan adalah suatu permainan layaknya Sepak Bola, tapi permainan ini menggunakan tangan untuk mengoper bola dari pemain ke pemain lain. Dalam bukunya (Yulita, 2005) mengatakan Bola Tangan di mainkan di dalam ruangan oleh dua regu yang berlawanan, tiap regu yang melakukan permainan di lapangan berjumlah 7 pemain yang terdiri dari 6 orang bermain di lapangan dan 1 orang penjaga gawang. Bolatangan (handball) merupakan salah satu cabang olahraga yang mempunyai penjelasan sebagai olahraga permainan beregu dimana bola sebagai alatnya dan dimainkan dengan satu atau kedua tangan (Firdaus et al., 2020). Dari berbagai pendapat diatas pengertian bola tangan adalah suatu cabang olahraga yang dimainkan dengan tangan untuk mencetak gol yang dimainkan oleh 7 pemain. Ukuran lapangan bola tangan menurut (Muchlisin, 2016) memiliki ukuran 40m x 20m dengan garis pemisah ditengah dan gawang di tengah kedua sisi pendek.

Dengan adanya program pelatihan bola tangan di Kota Kediri diharapkan dapat lebih mengenalkan serta mempopulerkan olahraga bola tangan di Kota Kediri. Selain dimaksud tujuan dari kegiatan diatas kegiatan ini juga disasarkan kepada para guru-guru dan siswa SMP dan MTS ini, karena dalam pelaksanaannya disekolah terdapat mata pelajaran mengenai permainan bola tangan. Sehingga dengan sasaran kita sebagai guru maka akan lebih mudah kita untuk melakukan pembibitan dan regenerasi di sekolah-sekolah yang ada di Kota Kediri.

Metode

Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah metode sosialisasi dan pelatihan. Kegiatan akan diawali dengan penyampaian materi yang bertujuan untuk memberikan penjelasan secara teoritis mengenai teknik dasar permainan bola tangan dan peraturan permainan bola tangan. Kegiatan dilanjutkan pelatihan praktik dilapangan tentang teknik dasar dan peraturan permainan bola tangan model-model pembelajaran dan mensimulasikannya untuk para peserta pelatihan dan hari berikutnya yaitu membuat model latihan dalam teknik dasar permainan bola tangan. Diakhir sesi pelatihan, beberapa perwakilan peserta melakukan simulasi model latihan dengan menerapkan teknik dasar permainan bola tangan yang sudah dijelaskan. Evaluasi kegiatan pengabdian yaitu penerapan di sekolah-sekolah agar pembinaan bola tangan bisa berlanjut dan berkembang sehingga bisa meningkatkan prestasi olahraga dengan bibit-bibit atlet bola tangan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat sosialisasi Pelatihan Bola Tangan Bagi Guru Siswa SMP Dan MTS Kota Kediri Tahun 2023 berlangsung dengan lancar dan sesuai yang direncanakan. Pelaksanaan sosialisasi dilaksanakan 2 hari yang pertama persiapan dan tahap pelaksanaan. Kegiatan itu dilaksanakan pada tanggal 26 Oktober 2023.

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). Adapun jadwal kegiatan dalam PKM:

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Materi	Waktu
1	Sejarah Bola Tangan	2JP
2	Pemutaran video permainan Bola Tangan	2JP
3	Penjelasan mengenai perwasitan dan peraturan pertandingan Bola tangan	6JP
4	Mendemostrasikan teknik dasar permainan Bola Tangan	10JP
5	Simulasi Games Permainan Bola Tangan	12JP
Jumlah		32JP

b. 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 pelatihan Pelatihan Bola Tangan Bagi Guru Siswa SMP Dan MTS Kota Kediri Tahun 2023. Dimana peserta dalam kegiatan ini dihadiri oleh guru guru dan siswa SMP Dan MTS Kota Kediri Tahun 2023. Tim Pengabdian kepada Masyarakat memulai Pelatihan dengan pemberian modul sosialisasi untuk memberikan pemahaman secara teori.



Gambar 1. Foto kegiatan Sosialisasi Pelatihan Bola Tangan



Gambar 2. Foto Bersama Guru dan siswa SMP & MTS



Gambar 3. Penyampaian Materi Permainan Bola Tangan



Gambar 4. Pelaksanaan Praktek Teknik, Perwasitan dan Sistem Pertandingan Bola Tangan

Dari hasil pelaksanaan kegiatan ini menemukan jawaban bahwa minat siswa untuk mengetahui cabang olahraga bola tangan 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 bola tangan.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi terhadap kegiatan yang dilaksanakan tentang tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan. Dalam pelaksanaan sosialisasi PKM Bola Tangan seluruh peserta diharapkan dapat mengetahui dan memainkan permainan bola tangan 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 bola tangan pada peserta dapat ditingkatkan.

Kesimpulan

Dalam pengabdian masyarakat yang berjudul sosialisasi Pelatihan Bola Tangan Bagi Guru Siswa Smp Dan MTS Kota Kediri Tahun 2023 menghasilkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan pengabdian ini dapat memberikan dampak positif bagi semua unsur ABTI Kota Kediri baik pengurus, pelatih, maupun atlet karena pengabdian ini dinilai sebagai sesuatu yang baru dan mampu menambah wawasan tentang olahraga bola tangan.
2. Permainan bola tangan bertujuan untuk memperoleh bibit atlet bola tangan dan dapat meningkatkan prestasi bola tangan di Kota Kediri.
3. Kegiatan ini sarana dalam menjalin silaturahmi dan menjalin kerjasama dari berbagai pihak Kota Kediri.

Daftar Pustaka

- Firdaus, M., Zawawi, A., & Dwijayanti, K. (2020). Menghadapi Pekan Olahraga Nasional tahun 2020: sejauh mana profil kondisi fisik atlet bola tangan Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran*, 6(3), 821–834.
- Karcher, C., & Buchheit, M. (2014). On-court demands of elite handball, with special reference to playing positions. *Sports Medicine*, 44, 797–814.
- Karim, A., Ikadarny, I., Asri, A., Herman, H., Hasbillah, M., Angriawan, T., & Suparman, S. (2023). PKM Sosialisasi dan Pengembangan Olahraga Bola Tangan ABTI Kabupaten Gowa. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(7), 1501–1504.
- Muchlisin, J. P. A. (2016). Metode dan Dasar-dasar Handball (Method and Basics Handball). *Semarang: CV. Presisi Cipta Media*.
- Muhlisin, M., Kurniawan, R., Ardiana, P., Ardyansyah, R., & Tohir, T. (2022). Pelatihan Bola Tangan melalui Pendekatan Long Term Athlete Development. *Jendela Olahraga*, 1(1), 119–131.
- Nurudin, A. A., Widodo, A., & Maulana, F. (2023). Pelatihan Olahraga Bolatangan sebagai Alternatif Pembelajaran Pendidikan Jasmani bagi Guru PJOK di Kota Sukabumi. *PROSIDING SEMINAR KESEHATAN MASYARAKAT*, 1(September), 71–79.

- Purnomo, E. (2019). Pengaruh Program Latihan terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bolatangan Porprov Kubu Raya. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.26740/jses.v2n1.p29-33>.
- Ramadan, G. (2018). Pengembangan Model Latihan Passing Dalam Permainan Bola Tangan. *JOSSAE: Journal of Sport Science and Education*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.26740/jossae.v3n1.p1-6>.
- Susanto, E. (2017). Pengembangan tes keterampilan dasar olahraga bola tangan bagi mahasiswa. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 21(1), 116–125. <https://doi.org/10.21831/pep.v21i1.15784>.
- Yulita, M. P. (2005). *PERMAINAN BOLA BESAR MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN SEPAKBOLA TANGAN: Buku Panduan*. Uwais Inspirasi Indonesia.