

EDUKASI OLAHRAGA AIR BADMINTON DI SMP 3 SATARMESE PROVINSI NTT**Aprilyan Putra Bimantoro¹, Dewangga Yudhistira², Andhega Wijaya³, Shidqi Hamdi Pratama Putera⁴,**^{1,2,3,4} Universitas Negeri Surabaya¹aprilyanbimantoro@unesa.ac.id ; andhegawijaya@unesa.ac.id; dewanggayudhistira@unesa.ac.id ; shidqiputera@unesa.ac.id ;**Abstract**

The community service program entitled "Air Badminton Sports Education" was conducted at SMPN 3 Satar Mese, East Nusa Tenggara, with the aim of enhancing students' and teachers' knowledge, skills, and motivation toward engaging in innovative sports activities that adapt to limited school facilities. This program employed a participatory-educational approach, actively involving physical education teachers and students throughout all stages of the activity. The implementation included socialization on the importance of regular physical activity for adolescent health, an introduction to the concepts and rules of Air Badminton, and practical training on basic techniques such as serving, rallying, and net play. The results showed that students successfully mastered fundamental playing skills and demonstrated improvement in social-emotional aspects such as teamwork, communication, and sportsmanship. Furthermore, physical education teachers gained enhanced pedagogical competence by applying contextual learning methods utilizing the school's local environment. This program also proved effective in increasing students' motivation to participate in physical activities, as it can be easily implemented without complex facilities. Overall, this initiative has contributed positively to improving the quality of physical education in resource-limited schools and demonstrated that simple innovations like Air Badminton can serve as both recreational and educational alternatives in creating enjoyable learning experiences in physical education.

Keywords: Community Service, Air Badminton, Physical Education, Physical Activity, Sports Innovation**Abstrak**

Program pengabdian masyarakat bertajuk "Pendidikan Olahraga Bulu Tangkis Udara" dilaksanakan di SMPN 3 Satar Mese, Nusa Tenggara Timur, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi siswa dan guru untuk terlibat dalam kegiatan olahraga inovatif yang beradaptasi dengan keterbatasan fasilitas sekolah. Program ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif, yang melibatkan aktif guru dan siswa pendidikan jasmani di seluruh tahapan kegiatan. Pelaksanaannya meliputi sosialisasi tentang pentingnya aktivitas fisik teratur bagi kesehatan remaja, pengenalan konsep dan aturan Bulu Tangkis Udara, dan pelatihan praktis teknik dasar seperti servis, reli, dan permainan net. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa berhasil menguasai keterampilan bermain dasar dan menunjukkan peningkatan dalam aspek sosial-emosional seperti kerja sama tim, komunikasi, dan sportivitas. Lebih lanjut, guru pendidikan jasmani memperoleh peningkatan kompetensi pedagogis dengan menerapkan metode pembelajaran kontekstual yang memanfaatkan lingkungan lokal sekolah. Program ini juga terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik, karena dapat dengan mudah dilaksanakan tanpa fasilitas yang rumit. Secara keseluruhan, inisiatif ini telah memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kualitas pendidikan jasmani di sekolah-sekolah dengan sumber daya terbatas dan menunjukkan bahwa inovasi sederhana seperti Air Badminton dapat berfungsi sebagai alternatif rekreasi dan pendidikan dalam menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dalam pendidikan jasmani.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat, Bulu Tangkis Udara, Pendidikan Jasmani, Aktivitas Fisik, Inovasi Olahraga

Submitted: 2025-11-02

Revised: 2025-11-09

Accepted: 2025-11-16

Pendahuluan

Kesehatan jasmani memegang peranan penting dalam membentuk kebiasaan seperti aktivitas fisik maupun keterampilan motorik dasar. Di Indonesia, edukasi tentang pendidikan jasmani ternyata masih belum merata, termasuk sebagian wilayah Nusa Tenggara Timur (NTT). Terbatasnya infrastruktur dibidang olahraga membatasi para siswa untuk mengeksplorasi kegiatan olahraga yang menarik dan nyaman. Kondisi ini mempengaruhi kurangnya variasi bentuk aktivitas

fisik yang dilakukan oleh siswa, sehingga pelajaran PJOK cenderung monoton dan kurang menarik. (Darmawan A, Yuliana E. Pengaruh Fasilitas Sekolah terhadap Minat Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2022;18 :55–63).

Dalam masalah ini, siswa SMPN 3 Satarmese sangat membutuhkan olahraga yang bersifat rekreatif dan serta mudah diterapkan di mana saja. Seiring berkembangnya zaman dan inovasi banyak sekali cabang olahraga yang cukup unik, yaitu olahraga Air Badminton. Air Badminton merupakan modifikasi olahraga terbaru dari permainan bulu tangkis yang dikembangkan oleh Badminton World Federation (BWF) (Badminton World Federation. *AirBadminton – The New Outdoor Game*. Kuala Lumpur: BWF; 2019). Air Badminton dimainkan di ruang terbuka dengan menggunakan shuttlecock khusus yang disebut Air Shuttle, yang dirancang tahan terhadap hembusan angin dan kondisi lapangan non-indoor seperti pasir ataupun rumput.

Olahraga ini tidak hanya menawarkan format permainan yang berbeda, tetapi juga menumbuhkan gaya hidup aktif yang dapat dijalankan di berbagai situasi dan kondisi tanpa membutuhkan fasilitas khusus. Esensi dari permainan ini menitikberatkan pada kemudahan pelaksanaan, interaksi sosial, serta kesenangan dalam bermain, sambil tetap mempertahankan elemen teknik dasar bulu tangkis seperti servis, rally, dan strategi taktis. Menurut Badminton World Federation (BWF, 2019), AirBadminton dapat dimainkan dalam format tunggal, ganda, atau tripel dengan modifikasi aturan yang lebih dinamis dan aman, sehingga sesuai untuk semua kelompok usia dan tingkat kemampuan.

Dalam ranah pendidikan, terutama di lingkungan sekolah terutama seperti di SMPN 3 Satar Mese, AirBadminton memiliki berbagai manfaat yang signifikan. Pertama, dari segi sarana, permainan ini sangat adaptif karena bisa dilakukan di lapangan terbuka seperti halaman sekolah, tanah berumput (Haifa C. *Air Badminton, olahraga bulu tangkis outdoor gaya baru.*, 2021). Kedua, struktur permainan beregu membuka peluang bagi siswa untuk melatih keterampilan sosial seperti komunikasi, kerja sama, kepemimpinan, dan empati. Ketiga, berdasarkan kajian fisiologis, AirBadminton tergolong dalam aktivitas fisik dengan intensitas sedang, sehingga efektif untuk meningkatkan kebugaran kardiorespirasi, keseimbangan, dan koordinasi tubuh tanpa risiko cedera berlebihan (Aranda et al., 2024). Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai seberapa efektifitas program kegiatan edukasi olahraga Air Badminton di SMPN 3 Satar Mese. Dan diharapkan dapat memberi kontribusi terhadap pengembangan kebijakan pendidikan olahraga di daerah yang masih keterbatasan sarana dan prasarana untuk berolahraga.

Metode

Kegiatan dilakukan dengan metode pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan partisipatif-edukatif, yang dimana tim pelaksana dan guru serta siswa SMPN 3 Satar Mese berperan aktif dalam seluruh tahapan program (Wahyuni S, Prasetyo A. Pendekatan Partisipatif dalam Program Pengabdian Masyarakat untuk Peningkatan Kompetensi Guru PJOK. (*Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Olahraga*. 2021;5(2):77–85). Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru PJOK dan partisipasi aktif dari siswa SMPN 3 Satar Mese dalam kegiatan olahraga melalui edukasi permainan Air Badminton (Nasution R, Suharjono T. Model Edukasi Olahraga Sekolah Berbasis Partisipasi Aktif Siswa dan Guru. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2022;18(1):41–50).

Tahapan pertama pada kegiatan ini, dimulai dari pemberian penjelasan kepada guru dan siswa SMPN 3 Satar Mese tentang pentingnya aktivitas fisik yang teratur bagi kesehatan dan perkembangan pada usia remaja (Kemenkes RI. *Pedoman Aktivitas Fisik untuk Anak dan Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020). Tujuan kegiatan ini untuk menumbuhkan kesadaran akan manfaat olahraga sebagai bagian budaya dan gaya hidup dan mengenalkan konsep permainan Air Badminton sebagai salah satu kegiatan alternatif yang menarik dan mudah dilakukan.

Selanjutnya tim PKM memberikan demonstrasi kepada guru dan siswa SMPN 3 Satar Mese, bagaimana teknik dasar memegang raket, melakukan servis, dan mengembalikan shuttlecock. Untuk memberikan gambaran konkrit kepada guru dan siswa mengenai cara bermain yang benar, sekaligus menumbuhkan rasa ketertarikan siswa terhadap olahraga Air Badminton.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat "Edukasi Olahraga Air Badminton" dilaksanakan di Provinsi NTT, tepatnya di SMPN 3 Satar Mese (Suryadi D, Fadhilah N. Model Pemberdayaan Sekolah Melalui Program Pengabdian Partisipatif. *Jurnal Abdimas Nusantara*. 2021;5(3):122–30). Dengan melibatkan tim PKM dari Universitas Negeri Surabaya, guru, dan siswa SMPN 3 Satar Mese. Tujuan utama kegiatan ini adalah memberikan dampak bagi siswa mendapatkan ilmu pengetahuan dan keterampilan baru olahraga Air Badminton (Nasution R, Suharjono T. Model Edukasi Olahraga Sekolah Berbasis Partisipasi Aktif Siswa dan Guru. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2022;18(1):41–50). Bagi guru pendidikan jasmani SMPN 3 Satarmese, kegiatan ini menjadi bekal tambahan dan memperkaya materi pembelajaran di sekolah serta memungkinkan menyajikan variasi olahraga luar ruangan yang mudah diakses dan menarik (Apriliyan A, Shidqi MA. Pengenalan AirBadminton sebagai Alternatif Pembelajaran PJOK Sekolah Menengah. *Jurnal Olahraga Rekreasi*. 2023;7(2):67–75).

Penyampaian teori dan praktik disampaikan oleh dosen Apriliyan dan Shidqi menjelaskan bahwa secara detail sejarah air badminton, perbedaan peraturan dengan badminton konvensional dan aturan permainan, dan yang terpenting adalah pengenalan alat air shuttle. Para guru diajak untuk memahami dan memodifikasi alat serta menjadikan lapangan sebagai arena yang menyenangkan.

Puncak dari kegiatan ini adalah praktik. Tim Universitas Negeri Surabaya menggelar demonstrasi permainan di lapangan terbuka sekolah. Siswa SMPN 3 Satarmese diajak mencoba untuk memukul sirshuttle yaitu merasakan perbedaan stabilitas dibandingkan dengan kok biasa (Aranda R, et al. The Physiological and Pedagogical Benefits of Air Badminton for School-Age Participants. *Journal of Human Kinetics*. 2024;92(1):45–56), dan mencoba format permainan ganda (2x2) dan (3x3). Format permainan triple mengharuskan setiap pemain dalam tim memukul bergantian, dan memberikan pengalaman baru dalam menyusun strategi.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, diketahui bahwa siswa SMPN 3 Satarmese mampu menguasai keterampilan dasar seperti, servis, rally, dan net play dengan baik setelah diberikan sesi latihan berulang (Sari DN, Kurniawan D. Penerapan Model Latihan AirBadminton untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 2022;7(1):23–31). Aktivitas permainan juga menumbuhkan dinamika sosial yang positif di antara para siswa, seperti meningkatnya kemampuan bekerja sama, berkomunikasi secara efektif, serta munculnya semangat kompetitif yang sehat (Prakoso Y, Arifin H. Dampak Aktivitas Olahraga Kelompok terhadap Dinamika Sosial Siswa. *Jurnal Psikologi Olahraga*. 2020;9(2):55–63). Temuan ini menunjukkan bahwa AirBadminton tidak hanya memberikan manfaat dalam pengembangan aspek fisik, tetapi juga memiliki peran penting dalam membentuk keterampilan sosial dan emosional peserta didik. Bagi para guru PJOK, kegiatan ini menjadi sarana untuk meningkatkan kompetensi pedagogik, khususnya dalam mengelola proses pembelajaran yang kontekstual dengan memanfaatkan potensi lingkungan sekitar (Suryaningrum I, Handoko P. Pembelajaran Kontekstual PJOK Berbasis Potensi Lingkungan Sekolah. *Jurnal Inovasi Pendidikan Jasmani*. 2022;5(2):88–96). Melalui pelatihan ini, guru memperoleh pemahaman baru mengenai cara menyesuaikan aktivitas permainan agar tetap sejalan dengan kurikulum PJOK, namun tetap mengutamakan unsur kesenangan, keterlibatan aktif, dan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa (Hendrayana Y, et al. Implementasi Kurikulum PJOK yang Menyenangkan dan Inklusif. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2023;11(1):33–42).

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan ini berdampak positif terhadap motivasi siswa untuk berolahraga. Banyak siswa menyampaikan bahwa bermain AirBadminton terasa lebih menarik dan tidak monoton dibandingkan aktivitas olahraga di dalam ruangan. Suasana terbuka yang digunakan dalam permainan memberikan efek psikologis yang menyegarkan, sehingga mendorong siswa untuk bergerak lebih aktif dan menikmati proses pembelajaran jasmani dengan antusias. Dari segi pelaksanaan, program ini terbukti efisien dan mudah diterapkan karena tidak membutuhkan fasilitas yang kompleks. Cukup dengan peralatan sederhana seperti raket, AirShuttle, dan area terbuka yang tersedia di lingkungan sekolah, kegiatan dapat berjalan dengan baik. Hal ini membuktikan bahwa AirBadminton merupakan alternatif olahraga yang sangat relevan untuk diterapkan di sekolah-sekolah yang memiliki keterbatasan sarana dan prasarana, khususnya di wilayah pedesaan atau daerah terpencil (Suryaningrum I, Handoko P. Pembelajaran Kontekstual PJOK Berbasis Potensi Lingkungan Sekolah. *Jurnal Inovasi Pendidikan Jasmani*. 2022;5(2):88–96).

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat bertajuk “Edukasi Olahraga Air Badminton” yang dilaksanakan di SMPN 3 Satar Mese, Nusa Tenggara Timur, memberikan hasil yang signifikan bagi siswa maupun guru. Melalui kegiatan ini, peserta didik mendapatkan wawasan serta keterampilan baru terkait olahraga AirBadminton, disertai peningkatan kemampuan fisik, sosial, dan emosional. Siswa mampu menguasai teknik dasar permainan serta menunjukkan kemampuan bekerja sama, berkomunikasi, dan berkompetisi secara positif. Bagi guru PJOK, kegiatan ini turut memperkaya kompetensi pedagogik, khususnya dalam menerapkan pembelajaran yang kontekstual dengan memanfaatkan potensi lingkungan sekolah. AirBadminton terbukti menjadi pilihan olahraga yang praktis, menarik, dan dapat diimplementasikan dengan mudah, terutama di sekolah yang memiliki keterbatasan sarana. Secara keseluruhan, program ini menunjukkan bahwa inovasi sederhana dalam olahraga dapat menjadi media yang efektif untuk meningkatkan motivasi berolahraga, memperbaiki kebugaran jasmani, serta menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna bagi siswa.

Daftar Pustaka

- Apriliyan A, Shidqi MA. Pengenalan AirBadminton sebagai Alternatif Pembelajaran PJOK Sekolah Menengah. *Jurnal Olahraga Rekreasi*. 2023;7(2):67–75
- Aranda R, et al. The Physiological and Pedagogical Benefits of Air Badminton for School-Age Participants. *Journal of Human Kinetics*. 2024;92(1):45–56
- Badminton World Federation. AirBadminton – The New Outdoor Game. Kuala Lumpur: BWF; 2019
- Darmawan A, Yuliana E. Pengaruh Fasilitas Sekolah terhadap Minat Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2022;18 :55–63
- Haifa C. Air Badminton, olahraga bulu tangkis outdoor gaya baru., 2021
- Hendrayana Y, et al. Implementasi Kurikulum PJOK yang Menyenangkan dan Inklusif. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 2023;11(1):33–42
- Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Olahraga. 2021;5(2):77–85
- Kemenkes RI. Pedoman Aktivitas Fisik untuk Anak dan Remaja. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020
- Nasution R, Suharjono T. Model Edukasi Olahraga Sekolah Berbasis Partisipasi Aktif Siswa dan Guru. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2022;18(1):41–50
- Prakoso Y, Arifin H. Dampak Aktivitas Olahraga Kelompok terhadap Dinamika Sosial Siswa. *Jurnal Psikologi Olahraga*. 2020;9(2):55–63

Suryadi D, Fadhilah N. Model Pemberdayaan Sekolah Melalui Program Pengabdian Partisipatif.
Jurnal Abdimas Nusantara. 2021;5(3):122–30

Suryaningrum I, Handoko P. Pembelajaran Kontekstual PJOK Berbasis Potensi Lingkungan Sekolah.
Jurnal Inovasi Pendidikan Jasmani. 2022;5(2):88–96.