

PKM Pembelajaran Konsep Gerak Dasar Bolatangan Pada Murid SDN Batulaccu Makassar

Iskandar¹, Andi Suyuti², A. Mas Jaya AM³

Universitas Negeri Makassar, Indonesia^{1,2,3}

Email: andi_suyuti@yahoo.com

Abstrak. Untuk dapat bermain bolatangan dengan baik murid perlu dibekali dengan teknik dasar yang baik pula. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain bolatangan adalah teknik menggiring bola, teknik mengoper bola, teknik menangkap bola dan teknik menembak. Pengetahuan dan penguasaan teknik dasar tersebut belum sepenuhnya dikuasai oleh murid SDN Batulaccu Makassar. Disebabkan minimnya pelatihan-pelatihan yang diadakan disekolah ini, oleh karena itu melalui pelatihan ini memberikan pengalaman dasar yang baik dan benar mengenai teknik dalam permainan bolatangan. Adapun solusi yang ditawarkan adalah sebagai berikut: 1) mempersiapkan materi pelatihan yang meliputi menggiring, mengoper, menangkap bola serta menembak, 2). Memberikan materi teori dan praktek tentang teknik dasar permainan bolatangan menggunakan metode ceramah, Tanya jawab dan demonstrasi 3). Mengadakan evaluasi, untuk mengetahui tingkat penguasaan materi pelatihan. Luaran: 1) Peserta memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang teori teknik dasar dalam permainan bolatangan dalam bentuk praktek, 2). Peserta memperoleh pengalaman yang sangat berharga tentang penerapan teori teknik dasar dalam permainan bolatangan dalam bentuk praktek, 3). Peserta dapat meningkatkan penguasaan keterampilan dalam bermain bolatangan. Kegiatan ini dilaksanakan di halaman sekolah SDN Batulaccu Makassar selama 4 hari, yang diikuti 20 peserta. Evaluasi akhir menunjukkan hasil yang dicapai kurang lebih 75 %, menunjukkan bahwa semangat dan minat peserta untuk mengikuti pelatihan ini cukup besar.

Kata Kunci: Dasar Bolatangan

PENDAHULUAN

Masa Yunani Kuno Olahraga bola tangan merupakan salah satu olahraga yang sampai saat ini dapat ditelusuri kebenaran sejarahnya dan telah berusia sangat tua. Sebuah fakta yang meyakinkan telah menunjukkan bahwa seorang laki-laki akan senantiasa lebih mahir menggunakan tangan dari pada kakinya. Sebagaimana telah diklaim oleh sejarawan olahraga terkenal, bahwa ia memainkan bola tangan jauh lebih awal dari pada sepak bola, walaupun dengan peraturan yang masih kuno. Permainan bola tangan yang dimainkan pada masa Yunani kuno merupakan sebuah isyarat terciptanya olahraga bola tangan modern.

Berdasarkan uraian analisis situasi sebagai dasar pelaksanaan pelatihan, maka permasalahan mitra yang diajukan adalah "Murid SDN Batulaccu Makassar cenderung belum menguasai teknik dasar permainan bolatangan".

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi:

- a. Observasi, yaitu dengan mengadakan orientasi terhadap permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh Murid SDN Batulaccu Makassar, kaitannya dengan penguasaan teknik dasar permainan bolatangan.
- b. Ceramah, yang dilakukan untuk menyajikan materi teori teknik-teknik dasar permainan bolatangan.
- c. Demonstrasi, memberikan kegiatan praktek langsung tentang bagaimana cara melakukan gerakan teknik dasar permainan bolatangan.

Rencana Kegiatan

Pelatihan mengenai teknik dasar permainan bolatangan merupakan salahsatu upaya yang dapat dilakukan dalam rangka mengatasi masalah rendahnya penguasaan teknik dasar permainan bolatangan Murid SDN Batulaccu Makassar sebagai mitra pelatihan ini. Upaya yang dilakukan tersebut tentunya akan mengacu pada bagaimana agar para murid dapat mengetahui, memahami serta menguasai teknik dasar permainan bolatangan. Adapun langkah-langkah solusi atas permasalahan yang ada adalah sebagai berikut:

- a. Mengadakan kegiatan orientasi/ observasi lapangan mengenai masalah-masalah yang dihadapi para Murid SDN Batulaccu Makassar hubungan dengan pengetahuan, pemahaman dan penguasaan teknik dasar permainan bolatangan, meliputi penguasaan teknik dasar menggiring bola (dribbling), mengoper bola (passing), menangkap bola (Catch) dan menembak (shooting). Bentuk kegiatan awal tersebut berupa tes awal yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar permainan bolatangan yang dimiliki Murid SDN Batulaccu Makassar.
- b. Mempersiapkan materi pelatihan. Seluruh materi pelatihan berupa teori dan praktek mengenai teknik dasar permainan bolatangan yaitu teknik menggiring bola, teknik mengoper bola, teknik menangkap bola dan teknik menembak.
- c. Melaksanakan penyuluhan. Berupa pengenalan, penyajian materi sehubungan dengan teknik dasar dalam permainan bolatangan yang meliputi teknik menggiring bola, teknik mengoper bola, teknik menangkap bola dan teknik menembak. Yang dilakukan baik secara sendiri-sendiri maupun secara berpasangan.
- d. Mengadakan evaluasi sebagai kegiatan terakhir yang bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan materi yang diberikan. Kegiatan evaluasi ini dilakukan secara praktek berupa tes menggiring bola, tes mengoper bola, tes menangkap bola dan tes menembak, yang sudah disiapkan oleh tim pelaksana pelatihan ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

1. Adapun alat yang digunakan dalam pengabdian ini antara lain:
 - a. Bolatangan digunakan untuk memeperagakan gerakan teknik menggiring, teknik mengoper, teknik menangkap dan teknik menembak.
 - b. Sempritan dan stopwatch.
 - c. Lapangan
2. Bahan adalah berupa bahan pelatihan tentang teknik dasar permainan bolatangan yang telah disusun semaksimal mungkin berdasarkan kondisi murid sesuai dengan sasaran yang ingin dicapai dari hasil pengabdian ini. Bahan ini digunakan pada saat pemberian materi teori pada hari pertama pelaksanaan pelatihan.
3. Penyampaian materi (teori) teknik dasar permainan bolatangan disajikan selama 90 menit, adapun murid yang hadir yang menerima materi sebanyak 20 orang dan pemateri 2 orang.

- a. Pengertian teknik bolatangan.

Istilah teknik dimaksudkan adalah prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktek dan bertujuan mencari penyelesaian dalam gerakan tertentu dengan cara yang paling efektif dan efisien. Atau dengan kata lain teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif. Dalam permainan bolatangan teknik diartikan sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai peraturan permainan bolatangan yang berlaku untuk mencapai tujuan yang optimal.

Daya tarik permainan bolatangan terletak pada segi penguasaan teknik yang ditampilkan kedua tim yang sedang bertanding, yang mana dilakukan secara cepat. Jika teknik dasar permainan bolatangan dapat dilakukan oleh pemain dengan baik maka ia mampu mempergunakan kemampuan fisiknya secara efektif dan efisien.

- b. Teknik dasar permainan bolatangan.

- 1) Menggiring bola (Dribbling)

Dalam bola tangan, menggiring bola merupakan teknik dasar yang cukup sulit karena memerlukan koordinasi mata-tangan yang tinggi, dan harus jeli dan pandai dalam memantulkan bola supaya lentingan bola tepat dan tetap dalam penguasaan si penggiring.

- 2) Mengoper bola (Passing)

Mengoper bola atau lebih lazim disebut passing bola adalah merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola tangan, ibaratnya permainan bola kaki, operan-operan yang cantik dan menawan dapat membuat pemain lawan ekstra hati-hati dalam menjaga pertahanannya, sebenarnya itu juga yang terjadi dalam permainan bola tangan, operan bola dari tangan ke tangan sangat penting dalam usaha membangun sebuah serangan ke daerah pertahanan lawan, guna menghasilkan sebuah gol. Passing pada hakekatnya terbagi atas dua bagian yaitu passing dengan dua tangan dan passing dengan satu tangan.

- a) Javeline Pass (Posisi seperti lempar lembing)

- b) Side Pass (Operan samping)
- c) Reverse Pass (Membalik).
- 3) Menangkap bola (Catch)

Berbagai teknik menangkap bola memerlukan sikap tubuh yang tertentu pada dasarnya, posisi tubuh untuk menangkap harus memungkinkan agar bola datang langsung ke arah penangkap, agar dicapai sikap menangkap yang benar-benar memungkinkan disamping itu, yang tidak kalah pentingnya adalah prinsip menyerap gaya yang dibawa bola agar impact dari bola dapat tersalur dan dipatahkan sebesar mungkin. Caranya ikuti arah bola dengan kedua lengan dan salurkan daya penahan sedikit demi sedikit terhadap bola. Menangkap bola merupakan salah satu teknik dasar yang sangat penting dan pertama-tama yang seharusnya perlu dikuasai oleh setiap pemain, apakah itu pemain depan, pemain tengah, pemain belakang lebih-lebih penjaga gawang yang memang memerlukan kecakapan dalam menangkap bola. Bagaimana posisi badan dan tangan pada saat menangkap bola, tekniknya dengan menjulurkan kedua tangan ke depan menyambut datangnya bola dan setelah bola dalam penguasaan, secepat mungkin ditarik di depan dada.

- 4) Menembak bola (Shooting)

Menembak adalah bentuk gerak lemparan yang ditujukan untuk memasukkan bola ke gawang agar berhasil, lemparan yang dilakukan harus bertenaga dan memiliki daya ledak (Eksplorisif Power) dengan artian mengarahkan seluruh kecepatan dan kekuatan dalam waktu yang sangat singkat sehingga menghasilkan gerak laju bola yang cepat. Dalam gambar bisa dilihat bahwa upaya menembak tersebut dilakukan dengan upaya yang sungguh-sungguh sehingga menghasilkan perbedaan sikap tubuh yang disesuaikan dengan namanya yang paling menarik adalah pelaksanaan tembakan flying shot yang memerlukan irama tiga langkah.

- a) The Standing Throw shot (tembakan berdiri)
- b) The Jump Shot (tembakan melompat).
- c) The Dive Shot
- d) The Fall Shot
- e) The Side Shot (tembakan menyamping)
- f) The Flying Shot (tembakan melayang)
- g) The Reverse Shot (Tembakan Membalik).

Pembahasan

Murid SDN Batulaccu Makassar untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini terlebih dahulu dilakukan tes awal tentang pengetahuan dasar permainan bolatangan, hasil tes tersebut menunjukkan tingkat pemahaman dan penguasaan sangat rendah, artinya murid tersebut hanya memahami permainan bolatangan sebatas pada kegiatan memainkan bola dengan sesama teman.

Dengan modal dukungan dengan semangat ini menjadikan kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan sukses sebagai mana yang nampak pada hasil evaluasi akhir telah dilakukan menunjukkan hasil kurang lebih 75 % dengan cara mengamati

langsung dalam kegiatan pertandingan sebagai bentuk penerapan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki selama pelatihan berlangsung.

Materi Kegiatan

Materi kegiatan ini adalah pelatihan teknik dasar bermain bolatangan untuk kelompok pemula pada Murid SDN Batulaccu Makassar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelatihan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini, dapat dikemukakan beberapa kesimpulan sebagai berikut: Pengetahuan dan pemahaman teknik dasar permainan bolatangan melalui pendekatan modifikasi olahraga pada Murid SDN Batulaccu Makassar sangat meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian ini didanai oleh Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Iskandar.(2009). Belajar Bermain Bola Tangan. FIK UNM Makassar
- Mahendra, Agus, Drs. M.A. (2000). Bola Tangan. Depdiknas Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D3. Jakarta
- Medgley, Rud, Cs. (2000). Ensiklopedi Olah Raga. Dahara Prize. Semarang
- Paloncengi, M. Saenong. (1988). Permainan Bola Tangan. FPOK IKIP Ujung Pandang