

Permainan Hockey Ruangan

Syahrudin¹, Muhammad Syahrul Saleh², M. Sahib Saleh³, Abdul Rahman⁴

^{1,2,3} Program Studi Penjaskesrek, FIK, Universitas Negeri Makassar

⁴ Program Studi Ilmu Keolahragaan FIK, Universitas Negeri Makassar

Abstrak. Permainan *hockey indoor* (ruangan) di Pulau Jawa banyak dilakukan oleh mahasiswa maupun siswa, namun hal ini berbeda di Sulawesi Selatan khususnya di Kabupaten Takalar karena siswa belum mengenal permainan hockey dalam ruangan secara umum (sejarah) dan secara khusus (teknik permainan), belum adanya kemauan untuk mendalami permainan hockey, serta belum adanya wadah atau sarana sebagai pemberi informasi tentang permainan. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah melalui pendekatan langsung, demonstrasi, diskusi, praktek dan evaluasi. Subjek pengabdian adalah Siswa SMA Negeri 1 Kabupaten Takalar sejumlah 25 orang. Hasil pengabdian dapat disimpulkan bahwa 1) Permainan *hockey indoor* diminati oleh siswa SMA Negeri 1 Takalar, 2) Permainan *hockey indoor*, dapat didemonstrasikan dengan baik oleh siswa SMA Negeri 1 Takalar, 3) Pelatihan melalui pengabdian pada masyarakat pada siswa SMA Negeri 1 Takalar berjalan baik dan lancar.

Kata Kunci: Hoki Ruangan

Abstract. The indoor hockey game in Java is mostly done by, but this is different in South Sulawesi, especially in Takalar Regency because students do not know indoor hockey games in general (history) and specifically (game techniques) willingness to explore the game of hockey, as well as the absence of a place or means to provide information about the game. The method used in the implementation of this service activity is through a direct approach, demonstration, discussion, practice and evaluation. The subjects community service are 25 students of SMA Negeri 1 Takalar Regency. The results of this community service can be concluded that 1) Indoor hockey games are in demand by SMA Negeri 1 Takalar students, 2) Indoor hockey games can be demonstrated well by students of SMA Negeri 1 Takalar, 3) Training through community service for SMA Negeri 1 Takalar students is going well and smooth.

Key word: Hockey Indoor.

I. PENDAHULUAN

Permainan *hockey indoor* (hoki ruangan) adalah permainan yang diadopsi dari permainan *field hockey* (hoki lapangan). Pertama kali hockey indoor dikembangkan di Jerman pada Tahun 1950, dan menyebar ke negara-negara di Benua Eropa lainnya.

Belgia adalah salah satu negara untuk mengadopsi varian hoki lapangan, dan pada tahun 1966 oleh Rene Frank (asal Belgia), yang dikukuhkan sebagai Presiden FIH (*International Hockey Federation*). Atas kemampuan memimpin organisasi ini, Rene Frank membujuk Asosiasi Hoki Jerman untuk bertanggung jawab atas pembuatan peraturan Hockey Indoor dan diserahkan ke FIH (*International Hockey Federation*). Hal ini yang menyebabkan FIH mengakui keberadaan hoki ruangan sebagai

bagian dari FIH dan dimasukkan dalam konstitusinya pada tahun 1968.

Hoki ruangan adalah permainan ini relatif mirip dengan lapangan basketball, dengan penambahan balok papan disetiap garis luar lapangan dengan tujuan agar bola dapat dipantulkan dan tidak keluar jauh dari lapangan permainan.. Karena itu menjadikan permainan hoki ruangan jauh lebih atraktif.

Melihat permainan ini yang atraktif baik dari segi teknik maupun fisik sehingga dituntut tempo permainan yang sangat cepat dan jumlah pemain yang lebih sedikit (5 orang per tim).

Berdasarkan ukuran lapangan, hoki indoor berbeda dengan hoki outdoor, lapangan hoki indoor terbilang lebih kecil dari pada hoki outdoor dengan lebar 18 – 22 m dan panjang 36 – 44m. Gawang berukuran tinggi 2m dan lebar 3m. Pemain hoki

berjumlah 6 orang, 5 orang pemain dan 1 orang penjaga gawang. Waktu permainan dibagi menjadi 2×15menit. Namun juga ada yang 2x20 menit. FIH pertama kali mempertandingkan turnamen Hockey Indoor secara seksama pada tahun 1972.

Dengan ukuran lapangan yang kecil dan jumlah pemain yang sedikit, permainan hockey indoor menjadi sangat unik dan menarik untuk dinonton.

Para pemain juga menggunakan kostum layaknya seperti pemain sepak bola, dengan sepatu yang berbeda karena hoki dimainkan dengan lapangan yang terbuat dari lantai/papan yang datar. Para pemain dilengkapi stik (tongkat) sebagai alat untuk memainkan bola.

Permasalahan Mitra

Permainan hockey merupakan permainan yang sangat populer di negara-negara Eropa, seperti Jerman, Belgia, Belanda, dan Inggris.

Di Sulawesi Selatan, permainan ini masih sangat minim diketahui oleh masyarakat khususnya bagi pelajar, padahal pada beberapa tiga dekade yang lalu Propinsi Sulawesi Selatan pernah menyumbang medali emas di PON XII di Jakarta Tahun 1989 dan meraih juara umum pada Kejurnas Hockey di lampung tahun 2000.

Kompetisi permainan hockey di di Indosensia sudah semakin banyak dilaksanakan, baik tingkat pelajar, mahasiswa, dan masyarakat umum tetapi itu terbatas pada beberapa propinsi khususnya di pulau jawa.

Dengan minimnya pemassalan olahraga hockey, hal inilah yang menjadi permasalahan yang harus dicarikan solusi dalam mempopulerkan permainan ini dikalangan pelajar yang ada di Sulawesi Selatan khususnya di Kabupaten Takalar dengan pertimbangan antara lain:

1. Siswa belum mengenal permainan hockey dalam ruangan secara umum (sejarah) dan secara khusus (teknik permainan)
2. Belum adanya kemauan untuk mendalami permainan hockey
3. Belum adanya wadah atau sarana sebagai pemberi informasi tentang permainan hockey seperti buku panduan permainan hockey dan peralatan.

Masalah tersebut merupakan masalah umum yang terjadi sehingga permainan hockey di Sulawesi Selatan, masih kurang diminati dan kurang populer di kalangan pelajar.

Target Luaran Kegiatan

Target luaran dalam kegiatan yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah mempopulerkan permainan hockey indoor dikalangan masyarakat khususnya pada kalangan pelajar, menumbuhkan minat dan bakat para pelajar dalam bermain hockey indoor.



Gambar 1. Spanduk Kegiatan PKM

Program Kegiatan

Pra Pelaksanaan

- a. Menyelesaikan administrasi khususnya di sekolah sebagai sasaran dalam kegiatan.
- b. Menetapkan lapangan dan alat yang akan digunakan dalam pelatihan (lapangan, stick dan bola)

Pelaksanaan

- a. Pembukaan dengan mengumpulkan siswa putra dan putri
- b. Memberikan penjelasan sejarah dan asal mula permainan hockey
- c. Memperkenalkan peralatan dan lapangan yang digunakan
- d. Mendemonstrasikan teknik dasar permainan hoki ruangan.
- e. Memberikan pelatihan kepada pelajar
- f. Memberikan koreksi dan evaluasi

Evaluasi

- a. Siswa mengetahui tentang adanya permainan hockey yang berawal dari media sosial
- b. Siswa mampu bermain hockey indoor
- c. siswa antusias untuk dapat bermain dan latihan rutin secara berkelanjutan

II. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan ini adalah pendekatan langsung, demonstrasi, diskusi, praktek dan evaluasi. Subjek pengabdian pada masyarakat ini sejumlah 25 orang Siswa SMA Negeri Kabupaten Takalar.



Gambar 2. Subjek PKM

Kerangka dalam menyelesaikan masalah atau kerangka pelaksanaan kegiatan ini yaitu:

1. Memotivasi untuk berminat dalam bermain.
2. Menyiapkan sarana dan prasarana dalam bermain.
3. Menyusun modul teknik dasar permainan hoki ruangan.
4. Memberikan teori dan praktek permainan.
5. Memberikan tontonan tentang teknik yang baik dan benar.
6. Melakukan demonstrasi latihan teknik.

III. PEMBAHASAN

A. Latihan Dribble (Menggiring Bola)

Pengertian *dribble* adalah berlari lurus ataupun membelok sambil menguasai bola. Teknik Ini Bertujuan agar Bola Tidak lepas dari pemain dan juga berguna untuk melewati lawan.

Dribble digunakan untuk :

1. Lari dengan menguasai bola, sambil melihat ke sekeliling dengan cepat untuk melihat ke arah mana bola sebaiknya diarahkan (dioperkan).
2. Menarik lawan keluar dari posisinya.
3. Mengecoh dan melewati lawan.
4. Mendapatkan ruang gerak untuk melakukan operan / tembakan.

Dribble itu sendiri terdiri dari tiga cara, yaitu :

1. Long dribble



Gambar 3. Demonstrasi Long Dribble

2. Closed dribbling

3. Indian Dribble



Gambar 3. Demonstrasi Indian Dribble

Cara melakukan *dribble* :

Posisi kaki :

Dalam posisi lari yang normal, akan tetapi selalu siap untuk meliukkan badan ke samping kiri/kanan atau mengubah kecepatan lari bila perlu. Untuk itu gerakan kaki (*foot work*) yang baik akan sangat menunjang.

Posisi badan :

Lebih bungkuk dari posisi lari biasa, tetapi harus selalu dalam keadaan seimbang dan rileks, dengan lengan relatif lurus, menguasai bola dengan baik.

Posisi tangan :

Tangan kiri memegang *stick* dibagian ujung stick, seperti pada pegangan yang normal, akan tetapi tangan kanan harus sedikit ke bawah untuk mendapatkan kontrol yang maksimum. Untuk lebih membantu dalam mengendalikan *stick*, telunjuk tangan kanan diluruskan dan menempel badan *stick*.

Pandangan :

Pandangan harus selalu ke depan mengikuti jalannya bola sekaligus juga melihat keberadaan kawan atau lawan disekitarnya.

B. Stopping

Pada umumnya pemain akan melakukan stop bola dengan menggunakan *stick* yang dipegang dengan dua tangan, akan tetapi kalau terpaksa dapat dilakukan dengan *stick* yang dipegang dengan satu tangan. Teknik stop bola terdiri dari dua macam, yaitu :

1. Forehand Stop

Stop bola yang datang lurus dari arah depan.

Posisi kaki :

Menghadap ke depan, kedua kaki terbuka selebar bahu. Lutut agak ditekuk dan sikap badan dalam keadaan siap. Berat badan didistribusikan ke kedua kaki.

Posisi tangan :

Tangan kiri memegang *stick* di bagian ujungnya atau agak ke bawah sedikit. Tangan kanan memegang bagian tengah dari *stick*, dengan pegangan yang santai, dengan maksud agar dapat mematahkan kecepatan bola sehingga bola tidak memantul.

Posisi badan :

Badan rileks dan agak membungkuk ke depan, pandangan harus selalu mengikuti jalannya bola. Dengan segera menempatkan diri di garis lurus bola dan diatas *stick*, saat kontak dengan bola.

Posisi stick :

Pada saat terjadi kontak dengan bola, kepala *stick* harus menyentuk lapangan (saat menerima bola yang menggelundung).

Kemudian condongkan ujung *stick* ke arah datangnya bola, dengan maksud agar bola tidak naik ke atas ke arah badan penerima bola.

2. Backhand Stop (Reverse stop)

Stop bola yang datangnya ke arah kiri dari badan penerima.

Posisi kaki :

Sama seperti *forehand stop*, hanya berat badan dialihkan ke kaki kiri, tungkai kaki kanan agak diputar ke arah kiri dan ujung-ujung jari kaki tetap berada di tanah.

Posisi tangan:

Pegangan tangan kiri pada *stick* tidak berubah, akan tetapi dengan memutar pergelangan tangan. Sehingga telapak tangan menghadap ke arah bola yang datang. Tangan kanan berada pada bagian tengah *stick* dan telapak tangan menempel pada bagian datar *stick*.

Posisi badan:

Badan membungkuk ke depan dan sedikit ke kiri. Bahu kanan diputar ke arah depan sehingga menghadap ke arah datangnya bola.

Posisi stick :

Bagian yang datar dari *stick* harus menghadap ke arah datangnya bola. *Stick* berada di sebelah kiri dari kaki kiri dan kepala *stick* menempel di tanah.

1. Permainan *hockey indoor* diminati oleh siswa SMA Negeri 1 Takalar.
2. Permainan *hockey indoor*, dapat didemonstrasikan dengan baik oleh siswa SMA Negeri 1 Takalar.
3. Pelatihan melalui pengabdian pada masyarakat pada siswa SMA Negeri 1 Takalar berjalan baik dan lancar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor UNM atas arahan. Demikian pula kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, yang telah memberi fasilitas, melakukan monitoring, dan meng-evaluasi kegiatan PKM hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Hodder and Stoughton (2010) *Hockey Coaching, Official Manual of The Hockey Association*; London - Sydney - Auckland - Toronto.
- Horst Wein. (2013) *The Science of Hockey*; Pelham Books; London.
- Gian Singh and Kuku Waila (2008) *Learn Hockey This Way*; International Hockey Institute; New Delhi.
- Rahman, Abdul., Syahrudin (2019). Sosialisasi permainan *hockey indoor* dan memasyarakatkan *hockey*. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*. Makassar. LP2M UNM Makassar.
- Syahrudin., Saleh, Muhammad Syahrul., Rahman, Abdul. (2019). Pelatihan permainan *hockey outdoor*. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*. Makassar. LP2M UNM Makassar.
- Tabrani, Primadi (2001) *Hockey dan Kreativitas dalam Olahraga*; ITB Bandung.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang dapat disimpulkan, antara lain;