

Pengenalan Biomotorik Dalam Olahraga Pada SMK 2 Mei 87 Pringsewu

Imam Mahfud^{1*}, Fedi Ameraldo², Reza Adhi Nugroho³, Marsi Fella Rizki⁴, Dea Karima⁵, Beni Yeremia⁶, M. Tegar Anugerah⁷, Fitri Wulandari⁸

^{1,3}Pendidikan Olahraga, Fakultas Sastra dan Ilmu Pendidikan, Universitas Teknokrat Indonesia

^{2,4,5,6,7,8}Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Teknokrat Indonesia

Email: ^{1*}imam_mahfud@teknokrat.ac.id, ²fedi_ameraldo@teknokrat.ac.id,

³reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id, ⁴marisi.fella.rizki@teknokrat.ac.id, ⁵deakarima@gmail.com,

⁶beniyeremia@gmail.com, ⁷tegaranugrah@gmail.com, ⁸fitriwulandari@gmail.com

(Imam Mahfud* : corresponding author)

Received	Accepted	Publish
23-March-2023	25-March-2023	1-April-2023

Abstrak– Banyak siswa pada sekolah yang bukan khusus olahraga memiliki potensi yang bagus untuk mengikuti berbagai ajang perlombaan yang memungkinkan mereka menjadi atlet. Namun, sekolah masih sangat terbatas dalam melihat potensi ini, sehingga tidak jarang para siswa yang berpotensi tidak mendapatkan pelatihan yang tepat dan memadai. Dengan pelatihan biomotorik dalam olahraga dapat memberikan nilai tambah bagi siswa yang memiliki potensi sebagai atlet untuk meningkatkan kemampuannya pada olahraga kompetisi tertentu. Sehingga sekolah dan daerahnya dapat memiliki siswa yang berprestasi dalam bidang olahraga atau menjadi atlet. Pihak sekolah dan siswa secara khusus merasakan penambahan pengetahuan akan pentingnya biomotorik pada olahraga yang mereka geluti. Kegiatan pelatihan biomotorik diharapkan dapat menjadi materi tambahan dalam materi olahraga yang diajarkan di sekolah, baik pada ekstrakurikuler maupun mata pelajaran.

Kata Kunci: Olahraga; Biomotorik; Siswa

Abstract– Many students in schools that are not specialized in sports have good potential to participate in various competitions that allow them to become athletes. However, schools are still very limited in seeing this potential, so it is not uncommon for potential students not to get proper and adequate training. With biomotor training in sports can provide added value for students who have the potential as athletes to improve their abilities in certain competitive sports. So that schools and regions can have students who excel in sports or become athletes. The school and students in particular feel the addition of knowledge about the importance of biomotoric in the sport they are involved in. Biomotoric training activities are expected to be additional material in sports material taught at school, both in extracurricular and subjects.

Keywords: Sports; Biomotoric; Students

1. PENDAHULUAN

Peningkatan prestasi dalam olahraga terus dikejar, tidak hanya dari sekolah yang mengkhususkan diri untuk olahraga, tetapi sekolah umum maupun kejuruan pun terus mengejar prestasi olahraga (non akademik). Dengan memiliki prestasi olahraga tertentu, dapat meningkatkan reputasi suatu sekolah. Reputasi yang baik dapat memberikan daya tarik tersendiri kepada calon siswa untuk bergabung menjadi siswa di sekolah yang memiliki prestasi yang menonjol pada bidang olahraga (Pratiwy dkk, 2020).

Siswa yang berprestasi pada kegiatan kompetisi olahraga, tidak jarang menjadi incaran para pencari bakat untuk dibina menjadi seorang atlet. Terpilihnya siswa menjadi seorang atlet dapat mengharumkan nama baik sekolah bahkan daerah yang mereka wakikan dalam ajang kompetisi olahraga yang diikuti, baik pada skala daerah maupun nasional. Oleh karena itu, prestasi dalam olahraga menjadi salah satu poin penting dalam pengembangan prestasi siswa (Iyarkrus, 2018).

Salah satu bidang yang berkaitan dengan pengembangan keterampilan dalam olahraga adalah pemahaman yang memadai tentang biomotorik tubuh dalam olahraga. Biomotorik adalah kemampuan dasar tubuh dalam melakukan aktifitas fisik yang dihubungkan dengan gerakan

dalam olahraga (Santika, 2017). Pemahaman yang baik tentang biomotorik tubuh disebut dapat mengoptimalkan kemampuan fisik ketika berolahraga. Hal ini juga dapat menopang kemampuan fisik seorang atlet dalam cabang olahraga apapun yang diikuti.

Siswa yang memiliki potensi menjadi seorang atlet perlu mendapatkan pemahaman tentang biomotorik tubuh. Pemahaman yang memadai tentang biomotorik dapat meningkatkan kemampuan fisik dari siswa, sehingga siswa dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki dan menjuarai ajang kompetisi olahraga. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemberian materi tentang biomotorik bagi siswa di sekolah (Kusnanik, 2014).

SMK 2 Mei 87 yang berlokasi di Kabupaten Pringsewu menjadi sasaran mitra PKM karena sekolah ini menyediakan berbagai fasilitas penunjang Pendidikan bagi siswanya, serta memiliki guru-guru yang kompeten di bidangnya. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil kunjungan pertama, diketahui bahwa siswa SMK 2 Mei 87 telah sering menjuarai kompetisi olahraga. Oleh karena itu, Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Teknokrat Indonesia, khususnya Tim PKM Prodi S1 Akuntansi dan S1 Pendidikan Olahraga menjadikan sekolah ini sebagai salah satu mitra Sekolah Binaan.

Berdasarkan kunjungan yang dilakukan Tim PKM pada tanggal 2 November 2022 ke SMK 2 Mei 87, pihak mitra meminta pelatihan yang dapat menunjang pelaksanaan pembelajaran dan tambahan keterampilan siswa yaitu khususnya terkait dengan pemahaman bagaimana cara biomotorik bekerja sehingga dapat meningkatkan efektifitas dan efisiensi dalam berolahraga. Kebutuhan mengenai pelatihan ini dikarenakan banyak siswa pada sekolah memiliki potensi menjadi atlet mewakili sekolah dan juga daerahnya dalam berbagai kompetisi olahraga baik level kabupaten maupun provinsi.

2. METODE PELAKSANAAN

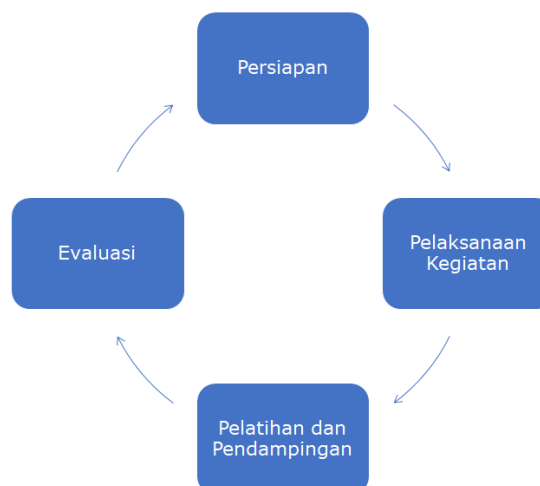
Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan 3 pendekatan, yaitu:

1. Analisis situasi untuk mengetahui masalah dengan melakukan survey dan juga *Focus Group Discussion* dengan mitra.
2. Memberikan pelatihan sebagai solusi atas permasalahan yang dirasakan oleh mitra.
3. Memberikan evaluasi atas pelatihan yang diberikan untuk mengetahui sejauh mana solusi dan menyelesaikan permasalahan mitra.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Tahapan Pelaksanaan

Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan dalam beberapa tahapan kegiatan, Gambar 1 merupakan tahapan kegiatan yang dilakukan.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan

1. Persiapan

Tahap persiapan yaitu ketua dan tim berkoordinasi dengan Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Teknokrat Indonesia untuk melakukan perencanaan pengabdian kepada masyarakat kepada mitra SMK 2 Mei 87.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Pada tahap ini, ketua dan tim melakukan pelaksanaan kegiatan yang dimulai dengan melakukan analisis situasi dan mengidentifikasi permasalahan yang ada pada mitra. Selanjutnya tim membuat program pendampingan berupa pelatihan biomotorik pada olahraga.

3. Pelatihan dan Pendampingan

Tahap ini dimana ketua dan tim akan melakukan pelatihan dan pendampingan kepada mitra dalam mengimplementasikan materi yang telah diperoleh, sehingga dapat membantu secara langsung kendala yang dihadapi oleh mitra.

4. Evaluasi

Ketua dan tim akan mengevaluasi dari penerapan program-program yang telah diberikan dan dilaksanakan agar tetap tepat sasaran dan membantu mitra jika menghadapi kendala dalam pelaksanaan program.

3.2 Rincian Kegiatan Penunjang

Rincian kegiatan kunjungan pada Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Analisis Kebutuhan Mitra

Analisis kebutuhan ini bertujuan mengetahui hal-hal yang diperlukan mitra agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan efektif dan efisien. Adanya analisis kebutuhan mitra, pengabdian masyarakat ini diharapkan mampu memberikan sosialisasi yang tepat guna dan tepat sasaran.

2. Pemberian Materi dan Pelatihan Biomotorik Tubuh dalam Olahraga

Pelatihan ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan serta melatih peserta untuk memahami mengenai bagaimana tubuh dengan pendekatan biomotorik yang benar. Selanjutnya pelatihan ini dilakukan untuk memberikan keterampilan tambahan dan pengetahuan yang dapat mengoptimalkan gerak tubuh sehingga lebih efektif dan efisien dalam melakukan gerakan dalam olahraga yang nantinya dapat meningkatkan prestasi olahraga siswa dalam kompetisi yang diikuti.

3.3 Partisipasi Mitra

Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program merupakan hal yang penting dalam kegiatan pengabdian. Sebelum pelaksanaan kegiatan PKM, akan diinformasikan terlebih dahulu kepada mitra mengenai tujuan, manfaat, dan jangka waktu pelaksanaan kegiatan. Adapun bentuk partisipasi mitra di antaranya adalah:

1. Menyediakan waktu dan tenaga untuk terlaksananya program hingga selesai.
2. Memberikan informasi tentang kegiatan usaha dan segala permasalahannya.
3. Memberikan masukan, sehingga kegiatan pengabdian ini dapat sukses.
4. Menyediakan sarana dan prasarana kegiatan.

3.4 Hasil yang Dicapai Peserta

Peserta setelah mengikuti kegiatan pelatihan gerakan motorik pada olahraga dan hasil yang dicapai peserta adalah sebagai berikut:

- 1) Terciptanya pemahaman atas pentingnya gerakan biomotorik pada olahraga.
- 2) Mengetahui gerakan motorik yang dapat meningkatkan efektifitas dan efisiensi dalam melakukan gerakan pada olahraga tertentu.
- 3) Mampu menerapkan gerakan biomotorik dalam cabang olahraga unggulan yang diikutsertakan dalam kompetisi

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan PPM yang akan dihasilkan adalah sebagai berikut diantaranya yaitu Terdapat peningkatan pemahaman mengenai gerakan biomotorik pada olahraga pada siswa SMK 2 Mei 87 Pringsewu. Pihak SMK 2 Mei 87 Pringsewu mendukung penuh kegiatan yang dilakukan



dan bersedia bekerjasama kembali jika terdapat kegiatan serupa dikemudian hari. Perlunya kegiatan serupa dikemudian hari dengan durasi pelaksanaan yang lebih banyak, sehingga mendapatkan *output* maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Iyakrus. 2018. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Prestasi. *Altius Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*. Vol. 7 No. 2, Hal. 168-173.
- Kusnanik, N.W., 2014. Model pengukuran antropometrik, fisiologis, dan biomotorik dalam mengidentifikasi bibit atlet berbakat cabang olahraga sepakbola. *Pertemuan Ilmiah Ilmu Keolahragaan Nasional*, pp.146-157.
- Pratiwy, Diyah Endah, Aziz, Ishak Abd dan Husein, Usrial. 2020. Strategi Humas dalam Mempertahankan Reputasi Sekolah. *Skripsi, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi*.
- Santika, I Gusti Putu Ngurah Adi. 2017. Pengukuran Komponen Biomotorik Mahasiswa Putra Semester V Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. Vol. 1, Hal. 85-92.