

65

**NARASI KEGIATAN
PELAKSANAAN KEGIATAN PEMBINAAN DAN BIMTEK
KLUB OLAHRAGA SEKOLAH DASAR (SD)
(TAHAP II)**

**SEBAGAI PEMATERI DALAM PEMBINAAN DAN BIMTEK CLUB OR SD
PADA CABANG OLAHRAGA SEPAK TAKRAW**



OLEH :

**FATHAN NURCAHYO, M. Or
NIP. 19820711 200812 1 003**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2014**

PEMBINAAN KLUB OLAHRAGA SEKOLAH DASAR
(Tahap II)
(Sebagai Pematari Pada Cabang Olahraga Sepak Takraw)

Oleh:

Fathan Nurcahyo, M. Or
NIP. 19820711 200812 1 003

[REDACTED]

ABSTRAK

Pembangunan pendidikan nasional yang dilaksanakan saat ini selalu mengacu pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2010-2014 dan Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) Tahun 2005-2025. Berdasarkan RPJPN tersebut, Kementerian Pendidikan Nasional (Kemendiknas) telah menyusun Rencana Pembangunan Pendidikan Nasional Jangka Panjang (RPPNJP) 2005-2025, seperti yang tertuang di dalam Permendiknas Nomor 32 Tahun 2005, tentang Rencana Strategis (Renstra) Kemendiknas Tahun 2005-2009. Berdasarkan Renstra Kemdiknas, salah satu tantangan Pembangunan Pendidikan 2010-2014, diantaranya adalah tantangan ke-5 yaitu, "Menerapkan Standar Nasional Pendidikan dengan menekankan keseimbangan antara olah pikir, olah rasa, olah hati, dan olahraga." Sedangkan visi Kemdikbud pada tahun 2025 diharapkan mampu menghasilkan Insan Indonesia yang Cerdas dan Kompetitif (Insan Kamil/Insan Paripurna), yaitu insan yang cerdas komprehensif, cerdas spiritual, cerdas emosional, cerdas sosial, cerdas intelektual, dan cerdas kinestetis. Cerdas kinestetis dapat diaktualisasikan dengan; (a) Beraktualisasi diri melalui olahraga untuk mewujudkan insan yang sehat, bugar, berdaya-tahan, sigap, terampil, dan trengginas, dan (b) Aktualisasi insan adiraga.

Dalam rencana strategis Kemdikbud, tentang Penjaminan Kepastian Layanan Pendidikan SD/SDLB, memuat Penjaminan Kepastian Layanan: (a) Penyediaan Sarana dan Prasarana, (b) Rehabilitasi Sarana dan Prasarana, (c) Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, (d) Penyelenggaraan Festival dan Kompetisi, (e) Pembinaan Manajemen Berbasis Sekolah, (f) Pembinaan Gugus, dan (g) Olahraga Pendidikan. Sejalan dengan pemikiran tersebut, Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sejak tahun 1997/1998 telah berupaya melakukan pembinaan dan pengembangan keolahragaan di sekolah dasar melalui pembentukan Klub Olahraga Sekolah Dasar. Upaya ini tidak lain sebagai wujud nyata dalam upaya menyeimbangkan konsep pendidikan antara olah pikir, olah rasa, olah hati, dan olahraga. Sistem pembinaan klub olahraga sekolah dasar, berbasis pada gugus sekolah dasar, di mana SD Inti sebagai pusat kegiatan.

Dalam upaya pembinaan dan pengembangan klub olahraga SD, maka dipandang perlu diadakannya kegiatan pembinaan Klub Olahraga SD bagi para guru Penjas Orkes yang dapat berperan sebagai pembinaan atau pelatih Klub Olahraga SD. Hasil yang diharapkan dari pelaksanaan Pembinaan klub olahraga SD tersebut, adalah: 1) Meningkatnya pengetahuan, keahlian, keterampilan dan sikap mental Tim Pembina klub OR SD sehingga dapat melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai perencana dan pengembang Klub Olahraga Sekolah Dasar; 2) Terjalinnnya kesamaan pemahaman tentang mekanisme Bimbingan Teknis Klub Olahraga Sekolah Dasar bagi Tim Pelaksana; 3) Terbentuk dan berkembangnya klub-klub olahraga SD yang potensial di masing-masing daerah yang mendukung prestasi olahraga secara nasional.

Narasi Kegiatan

A. Latar Belakang Kegiatan

Pembangunan pendidikan dilaksanakan dengan mengacu pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2010-2014 dan Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) Tahun 2005-2025. Berdasarkan RPJPN tersebut, Kementerian Pendidikan Nasional (Kemendiknas) telah menyusun Rencana Pembangunan Pendidikan Nasional Jangka Panjang (RPPNJP) 2005-2025, seperti yang tertuang di dalam Permendiknas Nomor 32 Tahun 2005, tentang Rencana Strategis (Renstra) Kemendiknas Tahun 2005-2009. RPPNJP telah dijabarkan ke dalam empat tema pembangunan pendidikan, yaitu: (a) tema pembangunan I (2005--2009) dengan fokus pada peningkatan kapasitas dan modernisasi; (b) tema pembangunan II (2010--2015) dengan fokus pada penguatan pelayanan; (c) tema pembangunan III (2015--2020) dengan fokus pada penguatan daya saing regional; dan (d) tema pembangunan IV (2020-2025) dengan fokus pada penguatan daya saing internasional. Tema pembangunan dan penetapan tahapan tersebut selanjutnya perlu disesuaikan dengan RPJPN 2005--2025 dan RPJMN 2010-2014 serta perkembangan kondisi yang akan datang.

Berdasarkan Renstra Kemdiknas, tantangan Pembangunan Pendidikan 2010--2014, Berdasarkan analisis faktor eksternal, internal, potensi, dan permasalahan pendidikan dapat diidentifikasi berbagai tantangan yang dihadapi dalam melaksanakan pembangunan pendidikan lima tahun ke depan, diantaranya tantangan ke-5 adalah, "Menerapkan Standar Nasional Pendidikan dengan menekankan keseimbangan antara olah pikir, olah rasa, olah hati, dan olahraga." Sedangkan visi Kemdikbud pada tahun 2025 diharapkan mampu menghasilkan Insan Indonesia Cerdas dan Kompetitif (Insan Kamil/Insan Paripurna), yaitu insan yang cerdas komprehensif, yaitu cerdas spiritual, cerdas emosional, cerdas sosial, cerdas intelektual, dan cerdas kinestetis. Cerdas kinestetis dapat diaktualisasikan dengan; (a) Beraktualisasi diri melalui olah raga untuk mewujudkan insan yang sehat, bugar, berdaya-tahan, sigap, terampil, dan trengginas, dan (b) Aktualisasi insan adiraga. Sedangkan visi Kemendikbud pada tahun 2014: "Terselenggaranya Layanan Prima Pendidikan Nasional untuk Membentuk Insan Indonesia Cerdas Komprehensif". Yang dimaksud dengan layanan Prima Pendidikan adalah: (a) tersedia secara merata di seluruh pelosok nusantara; (b) terjangkau oleh seluruh lapisan masyarakat; (c)

berkualitas/bermutu dan relevan dengan kebutuhan kehidupan bermasyarakat, dunia usaha, dan dunia industri; (d) setara bagi warga negara Indonesia dalam memperoleh pendidikan berkualitas dengan memperhatikan keberagaman latar belakang sosial-budaya, ekonomi, geografi, gender, dan sebagainya; dan (e) menjamin kepastian bagi warga negara Indonesia mengenyam pendidikan dan menyesuaikan diri dengan tuntutan masyarakat, dunia usaha, dan dunia industri.

Dalam rencana strategis Kemdikbud, kerangka berpikir penerapan strategi pencapaian tujuan strategis terjaminnya kepastian memperoleh layanan pendidikan dasar bermutu dan berkesetaraan di semua provinsi, kabupaten dan kota, tentang Penjaminan Kepastian Layanan Pendidikan SD/SDLB, memuat Penjaminan Kepastian Layanan: (a) Penyediaan Sarana dan Prasarana, (b) Rehabilitasi Sarana dan Prasarana, (c) Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, (d) Penyelenggaraan Festival dan Kompetisi, (e) Pembinaan Manajemen Berbasis Sekolah, (f) Pembinaan Gugus, dan (g) Olahraga Pendidikan.

Sejalan dengan pemikiran tersebut di atas Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sejak tahun 1997/1998 telah berupaya melakukan pembinaan dan pengembangan keolahragaan di sekolah dasar melalui pembentukan Klub Olahraga Sekolah Dasar. Upaya ini tidak lain sebagai wujud nyata dalam upaya menyeimbangkan konsep pendidikan antara olah pikir, olah rasa, olah hati, dan olahraga. Sistem pembinaan klub olahraga sekolah dasar, berbasis pada gugus sekolah dasar, dimana SD Inti sebagai pusat kegiatan. Dalam upaya pembinaan dan pengembangan klub olahraga SD, maka dipandang perlu diadakannya kegiatan pembinaan Klub Olahraga SD bagi para guru Penjaskes. Guru Penjakes tersebut dalam pengembangan dan pembinaan Klub Olahraga SD adalah sebagai pembina atau pelatih.

B. Dasar Pelaksanaan Kegiatan

Dasar pelaksanaan Bimbingan Teknis Tim Pembina Klub Olahraga SD Tingkat Propinsi tahun 2012, adalah sebagai berikut:

1. Undang-Undang, Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang, Nomor 32 Tahun 2004, tentang pemerintahan daerah;
3. Peraturan Pemerintah, Nomor 19 tahun 2005, tentang Standar Nasional Pendidikan;

4. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional, Nomor 39 Tahun 2008, tentang Pembinaan Kesiswaan.
5. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional, Nomor 36 Tahun 2010, tentang Organisasi dan Tata Kerja Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar.

C. Tujuan Pelaksanaan Kegiatan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pelaksanaan Bimtek Teknis Tim Pembina Klub Olahraga adalah menyediakan wahana bagi pembina/pelatih Klub Olahraga SD di Kab/Kota untuk menambah wawasan dan informasi tentang pembinaan Klub Olahraga SD, serta memotivasi Pembina/pengelola klub olahraga sebagai pusat Klub olahraga usia dini agar selalu meningkatkan kemampuan intelektual, emosional, dan spiritual untuk memacu kemampuan membina/melatih Klub Olahraga SD.

2. Tujuan Khusus

Tujuan Bimtek Tim Pembina Klub Olahraga Kab/Kota adalah:

- a. Meningkatkan pengetahuan, keahlian, keterampilan dan sikap mental Tim Pembina Tingkat Provinsi sehingga dapat melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai pengembang sistem Bimbingan Teknis, serta mampu membuat perencanaan kerja Klub Olahraga Sekolah Dasar.
- b. Menyamakan pemahaman tentang mekanisme pembinaan Klub Olahraga Sekolah Dasar bagi Tim Pelaksana di Tingkat Kabupaten/Kota.
- c. Melakukan koordinasi, persiapan dan pengembangan materi Bimbingan Teknis Klub Olahraga Sekolah Dasar bagi Tim Pelaksana di Tingkat Kabupaten/Kota.

D. Hasil Yang Diharapkan

Hasil yang diharapkan dari pelaksanaan Bimtek Klub Olahraga SD ini adalah sebagai tidaklanjut keterlaksanaan bimbingan teknis Tim Pembina Klub Olahraga Sekolah Dasar Tingkat Kab/Kota pada tahap sebelumnya dengan indikator:

1. Meningkatnya pengetahuan, keahlian, keterampilan dan sikap mental Tim Pembina Tingkat Kab/Kota sehingga dapat melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai pengembang sistem Bimbingan Teknis, serta mampu membuat: pembentukan dan pengembangan klub olahraga SD, perencanaan

- pelatihan cabang olahraga Klub Olahraga SD, Praktek pelatihan cabang olahraga Klub Olahraga SD, dan observasi manajerial dan praktek pelatihan cabang olahraga Klub Olahraga SD.
2. Terjalinya kesamaan pemahaman tentang mekanisme Bimbingan Teknis Klub Olahraga Sekolah Dasar bagi Tim Pelaksana di Tingkat Kab/Kota dengan instansi terkait.
 3. Terdistribusinya dan teraplikasikannya materi Bimbingan Teknis Klub Olahraga Sekolah Dasar bagi Tim Pelaksana di Tingkat Kab/Kota.

E. Rangkaian Kegiatan Bimtek

Berdasarkan surat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan dan Pembinaan Sekolah Dasar No: 537/C2/PD/2012 tentang penyelenggaraan "Pembinaan dan Bimbingan Teknis (Bimtek) Klub Olahraga Sekolah Dasar (SD) Tahap II", yang berlangsung dari tanggal 29 April s/d 4 Mei 2012 Di Yogyakarta, menjelaskan bahwa setiap peserta diwajibkan mengikuti seluruh rangkaian acara dan menerima berbagai macam materi ajar yang terdiri dari 15 macam materi yang terkait dengan pembentukan dan pembinaan klub olahraga SD. Adapun materi tersebut antara lain adalah:

Tabel 1. Materi Pembinaan dan Bimtek Klub Olahraga SD Tahap II

| No. | Materi Kegiatan | Waktu |
|-----|--|---------------|
| 1. | Kebijakan Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 2. | Pembinaan dan Pengembangan Keolahragaan di Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 3. | Manajemen Klub Olahraga Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 4. | Program Latihan Klub Olahraga Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 5. | <i>Fairplay</i> Sebagai Sarana Pendidikan Karakter | 2 Jam |
| 6. | Pemanduan Bakat Olahraga | 2 Jam |
| 7. | Teori Kepelatihan | 2 Jam |
| 8. | Fisiologi Olahraga | 2 Jam |
| 9. | Penanganan Cedera Dalam Olahraga | 2 Jam |
| 10. | Psikologi Olahraga Untuk Anak Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 11. | Praktik Kepelatihan Cabang Olahraga (Atletik Kids, Renang, Senam, Bolavoli, Sepakbola, Catur, Bulutangkis, Karate, Pencaksilat, Tenis Meja, Tenis lapangan, Sepaktakraw) | 15 Jam |
| 12. | Pembinaan dan Pengembangan Pelatih Melalui Kelompok Kerja Guru (KKG) | 2 Jam |
| 13. | <i>Pretest</i> (Tes Awal) | 1 Jam |
| 14. | <i>Posttest</i> (Tes Akhir) | 1 Jam |
| 15. | Evaluasi Kegiatan | 1 Jam |
| | Jumlah | 40 Jam |

F. Hakikat Permainan Sepaktakraw

Permainan sepaktakraw adalah permainan yang menggunakan objek berupa bola yang bisa terbuat dari rotan (takraw) atau bahan yang sejenisnya (tiruan dari plastik) yang dimainkan oleh 2-3 orang pemain pada setiap timnya. Permainan sepaktakraw biasanya dimainkan di lapangan datar yang berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m, di mana di tengah-tengahnya dipisahkan oleh net. Perhitungan angka kemenangan pada setiap setnya maksimal 21 *point*, kecuali pada posisi *point* 20-20, pemenang ditentukan melalui selisih 2 *point* sampai batas akhir 25 *point*. Dalam permainan sepaktakraw terdapat dua jenis posisi pemain yaitu pemain pelambung bola (apit kanan dan apit kiri) dan pemain penendang bola (tekong). Sepaktakraw sendiri muncul dari jenis olahraga campuran dari sepakbola dan bolavoli yang dimainkan pada lapangan ganda permainan bulu tangkis, dan semua pemain tidak boleh menyentuh bola dengan tangan.

Permainan sepaktakraw itu sendiri biasanya dibagi menjadi menjadi 4 nomor/jenis yang biasa dilombakan, yaitu antara lain:

- a) *Double event* yaitu pertandingan sepaktakraw yang dimainkan oleh 2 orang pemain inti dan 1 pemain cadangan. Pada permainan ini bola dilambungkan sendiri dan ditendang sendiri oleh pemain tekong dari sepanjang belakang garis belakang (*base line*) dan servis secara otomatis dilakukan secara bergantian.
- b) *Inter regu* yaitu pertandingan sepaktakraw yang dimainkan oleh 3 orang pemain inti dan 1 pemain cadangan. Pada permainan ini bola dilambungkan oleh apit kanan atau apit kiri dan ditendang oleh pemain tekong dari lingkaran yang berada di tengah-tengah lapangan.
- c) *Hoop* sepaktakraw yaitu pertandingan sepaktakraw pada lapangan berbentuk lingkaran yang berdiameter 4 m dengan sasaran memasukkan bola takraw sebanyak-banyaknya pada 3 lingkaran dengan diameter 50 cm yang dirangkai menjadi bentuk segitiga yang digantung pada ketinggian 4,75 m untuk putra dan 4,50 m untuk putri yang dimainkan oleh 5 orang pemain inti dan 1 pemain cadangan selama kurang lebih 30 menit. Setiap bola takraw yang masuk pada lingkaran yang ditentukan secara sah akan mendapatkan skor 10 *point*.
- d) *Beach* sepaktakraw yaitu pertandingan sepaktakraw yang dimainkan di lapangan pasir (pantai) oleh 4 orang pemain inti dan 1 pemain cadangan. Pada permainan ini skor dan ukuran lapangan sama dengan ukuran lapangan

sepaktakraw lainnya dan bola dilambungkan sendiri dan ditendang sendiri oleh pemain tekong dari sepanjang belakang garis belakang (*base line*) dan servis secara otomatis dilakukan secara bergantian.

Permainan sepaktakraw untuk anak usia sekolah dasar merupakan permainan sepaktakraw mini yang telah dimodifikasi. Modifikasi atau perubahan dalam permainan ini meliputi: 1) lapangan: panjang lapangan 6m, lebar lapangan 3 m, daerah bebas rintangan 3,5 m, 2) garis batas: lebar garis batas tidak lebih dari 1,9cm, garis batas lapangan maksimal 1m, 3) perempat lingkaran untuk melambungkan bola dengan jari-jari 35cm, 4) lingkaran sepak pertama berjari-jari 0,18 m dari titik tengah berjarak 1,22 m dan dari garis belakang atau garis samping berjarak 1,75 m, 5) jaring (net): tinggi 1,35 m, 6) bola: terbuat dari bahan anyaman rotan atau sejenisnya, 7) skor, peraturan dan jumlah pemain sama seperti pada permainan sepaktakraw pada umumnya.

G. Gerak Dasar Dominan Fundamental Dalam Sepaktakraw

Hampir disemua cabang olahraga gerak merupakan _ontr utama. Kualitas gerak dipengaruhi oleh beberapa _ontro, misalnya: faktor biomekanis (keterampilan gerak yang efektif, efisien, aman dan lancar), fisiologis (gerak dipengaruhi oleh unsur-unsur kondisi fisik dan bentuk), sosiologis (gerak dipengaruhi oleh kelompok dan sosial), dan psikologis (gerak dipengaruhi oleh kondisi tubuh secara positif atau negatif, susah, senang atau cemas).

1) Gerak Lokomotor

Gerak lokomotor merupakan aktivitas gerak tubuh di mana tubuh dapat mengalami perpindahan posisi dari satu tempat ke tempat lain atau terjadi perpindahan titik berat badan dengan telapak kaki yang meninggalkan tempat semula, Contohnya: berjalan, berlari, lompat jauh, lompat tinggi, meluncur, dll.

2) Gerak Non Lokomotor

Gerak non lokomotor merupakan gerak tubuh terampil dan stabil, di mana perpindahan gerakannya hanya sedikit atau bahkan tidak bergerak atau pindah tempat bila dipandang dari satu sudut pangkal gerakannya. Contohnya: penguluran, menarik, mendorong, meliuk, mengayun, menghela, dll.

3) Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif merupakan gerakan tubuh yang melibatkan kombinasi dan kontrol antara objek utama (benda) dengan mata, tangan dan tungkai, Contohnya: melempar, menendang, menyundul, menangkap, memukul, menggiring, dll.

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
DIREKTORAT JENDERAL PENDIDIKAN DASAR
DIREKTORAT PEMBINAAN SEKOLAH DASAR

SERTIFIKAT

Nomor : 537/C2/PD/2012

Direktur Pembinaan Sekolah Dasar, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan,
dengan ini menerangkan bahwa;

Nama : Fathan Nurcahyo, M.Or
Jabatan : Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Nama Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta Karangmalang, Yogyakarta.

telah mengikuti Pembinaan Klub Olahraga Sekolah Dasar Tahap II, pada tanggal 29 April s.d. 4 Mei 2012 di Yogyakarta
sebagai **Pemateri pada cabang olahraga Sepak Takraw.**

Yogyakarta, 4 Mei 2012



“ Pembinaan Klub Olahraga Sekolah Dasar Tahap II”

| No | Materi Kegiatan | Alokasi Waktu |
|-----|--|---------------|
| 1. | Kebijakan Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 2. | Pembinaan dan Pengembangan Keolahragaan di Sekolah Dasar | 2 Jam |
| 3. | Manajemen Klub Olahraga SD | 2 Jam |
| 4. | Program Latihan Klub Olahraga | 2 Jam |
| 5. | Fairplay Sebagai Sarana Pendidikan Karakter | 2 Jam |
| 6. | Pemanduan Bakat Olahraga | 2 Jam |
| 7. | Teori Kepeleatihan | 2 Jam |
| 8. | Fisiologi Olahraga | 2 Jam |
| 9. | Penanganan Cidera Olahraga | 2 Jam |
| 10. | Psikologi Olahraga Untuk Anak SD | 2 Jam |
| 11. | Praktek Kepeleatihan Cabang Olahraga (Atletik, Renang, Senam, Bola Voli, Sepakbola, Catur, Bulutangkis, Karate, Pencaksilat, Tenis Meja, Tenis Lapangan, Sepak Takraw) | 15 Jam |
| 12. | Pembinaan Pelatih Melalui Kelompok Kerja Guru(KKG) | 2 Jam |
| 13. | Tes Awal | 1 Jam |
| 14. | Tes Akhir | 1 Jam |
| 15. | Evaluasi Kegiatan | 1 Jam |
| | Jumlah | 40 Jam |

Yogyakarta, 4 Mei 2012

