

LAPORAN PROGRAM PENGABDIAN PADA MASYARAKAT

**O2SN SMP TINGKAT PROVINSI DIY
TAHUN 2011**



Oleh

Abdul Alim, S.Pd.Kor., M.Or.

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
Tahun 2011**

PENDAHULUAN

Pemerintah sebagai pengelola dan penyelenggara pendidikan telah berupaya keras dalam melaksanakan program-program peningkatan mutu pendidikan. Ujung tombak dari peningkatan mutu pendidikan adalah kegiatan proses pembelajaran di kelas. Proses pembelajaran akan lebih efektif apabila ditunjang dengan kondisi kesehatan dan daya kreativitas siswa yang baik. Peningkatan kondisi kesehatan dapat ditunjang melalui beberapa kegiatan antara lain, melalui bidang olahraga. Kegiatan yang lebih mengarah pada proses pembelajaran telah dilaksanakan di sekolah-sekolah melalui program-program yang telah tertuang pada kurikulum mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Untuk menyemarakkan, memotivasi dan memberdayakan sekolah perlu didukung suatu wadah yang menampung kegiatan tersebut dalam bentuk pertandingan. Kegiatan Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) merupakan kelanjutan dari kegiatan pertandingan yang sudah dikenal dan merupakan salah satu kegiatan yang sering dilaksanakan oleh sekolah. Kegiatan ini merupakan suatu wahana bagi siswa untuk mengimplementasikan hasil kegiatan pembelajaran dalam rangka meningkatkan kesehatan jasmani, dan daya kreativitas. Untuk itu dipandang perlu Direktorat Pembinaan SMP, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, memprogramkan kegiatan O2SN yang diselenggarakan secara berjenjang dari sekolah hingga tingkat nasional.

Melalui kegiatan lomba/pertandingan ini diharapkan siswa SMP akan termotivasi untuk menggemari olahraga dan dapat memunculkan bibit-bibit olahraga yang dapat dikembangkan dan dibanggakan di masa depan. Saat ini, proses penjenjangan prestasi cabang olahraga tenis masih belum terbina dengan baik, walaupun sudah banyak klub-klub (tempat latihan) dan kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan, tetapi belum berjalan secara optimal. Untuk itu, proses pembinaan olahraga harus berpedoman pada pembinaan jangka panjang

yang dimulai sejak usia dini. Trend pembinaan olahraga saat ini memerlukan penanganan yang lebih serius pada anak usia dini agar prestasi dapat lebih optimal hingga usia emasnya dan di masa yang akan datang. Dalam kenyataannya, pelatihan tenis lapangan khususnya untuk usia dini belum dilaksanakan dengan baik. Dengan latar belakang tersebut, maka dibutuhkan suatu bentuk pelatihan untuk memahami konsep tentang pembinaan olahraga usia dini yang dilakukan secara berkala dan berjenjang. Sehingga prestasi tenis lapangan dapat lebih optimal dimasa yang akan datang.

Periodisasi latihan adalah penjabaran latihan tahunan ke dalam beberapa periode latihan dengan memvariasikan tujuan dan intensitas berdasarkan kedekatannya pada kompetisi utama (Pyke, 1991: 243). Menurut Bumpa (1994: 168) periodisasi merupakan proses pemecahan rencana latihan tahunan ke dalam tahapan pendek agar memudahkan dalam pengelolaan latihan dan pencapaian puncak prestasi pada tahap kompetisi. Menurut USTA (1998: 149) periodisasi adalah perencanaan latihan jangka panjang yang secara sistematis mengontrol dan mengubah-ubah volume, intensitas, frekuensi, durasi, latihan, dan pertandingan. Dengan demikian periodisasi adalah penjabaran materi dan sasaran latihan dengan cara memvariasikan intensitas, volume, *recovery*, interval, durasi, dan frekuensi ke dalam waktu tertentu yang disesuaikan dengan tahapannya.

Tujuan Kegiatan

1. Meningkatkan kecintaan dan apresiasi terhadap bidang olahraga
2. Meningkatkan kecakapan kolaboratif dan kooperatif
3. Meningkatkan kesehatan jasmani
4. Meningkatkan mutu akademis khusus
5. Menciptakan kondisi kompetitif secara sehat
6. Melatih sifat sportivitas dan tanggung jawab

7. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga
8. Meningkatkan persatuan dan kesatuan antara siswa seluruh Indonesia

Hasil yang diharapkan

1. Adanya peningkatan kondisi kesehatan jasmani siswa di sekolah sehingga dapat menunjang peningkatan kualitas akademis
2. Terpilihnya siswa terbaik dalam bidang olahraga, sebagai bibit unggul atlet pada tingkat wilayah tertentu.
3. Terjalannya kesatuan dan persatuan antara siswa seluruh Indonesia melalui O2SN

Persiapan Awal

Pelaksanaan Lomba/pertandingan ini diselenggarakan oleh Dinas Provinsi yang bekerjasama dengan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY dalam pelaksanaannya, Untuk itu diperlukan koordinasi yang intensif. Waktu untuk persiapan secara umum adalah selama 3 bulan yaitu dari bulan Februari-Mei tahun 2011. Sedangkan waktu persiapan kegiatan secara teknis adalah selama 1 bulan di FIK UNY, dimulai dari pembentukan panitia sampai *technical meeting*. Pelaksanaan Dari temu teknik sampai pertandingan semua diselenggarakan di FIK UNY sekaligus panitia pelaksana. Adapaun temu teknik dilaksanakan pada hari jumat tanggal 10 Juni 2011 yang bertempat di FIK Kuningan.

Pelaksanaan Kegiatan

O2SN tingkat Provinsi DIY tahun 2010 diselenggarakan pada tanggal 14-15 Juni 2011 di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY. Pertandingan untuk cabang olahraga tenis lapangan dimulai pada tanggal 14 juni 2011 di Lapangan Tenis Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Pada Pertandingan O2SN cabang tenis lapangan tahun 2011

peserta berjumlah 9 orang, 4 orang putra dan 5 orang putri dari 5 Kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta.

HASIL KEGIATAN

Hasil O2SN SMP cabang tenis lapangan di DIY tahun 2011, adalah sebagai berikut:

Putri:

No	Nama	Asal	Juara
1	Hanifah Nur Hasanah	Bantul	I
2	Thalita Hania Fatika Rani	Sleman	II
3	Tri Oktaviani	Kulonprogo	III

Putra:

No	Nama	Asal	Juara
1	Raja Baja	Kodya	I
2	Dwi N	Kulonprogo	II
3	Ilham	Bantul	III

PENUTUP

Saat ini, proses penjenjangan prestasi cabang olahraga tenis masih belum terbina dengan baik, walaupun sudah banyak klub-klub (tempat latihan) dan kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan, tetapi belum berjalan secara optimal. Untuk itu, proses pembinaan olahraga harus berpedoman pada pembinaan jangka panjang yang dimulai sejak usia dini. Trend pembinaan olahraga saat ini memerlukan penanganan yang lebih serius pada anak usia dini agar prestasi dapat lebih optimal hingga usia emasnya dan di masa yang akan datang.