

SOFTBALL TRAINING FOR STUDENTS AND PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN THE SENIOR HIGH SCHOOL

PELATIHAN SOFTBALL BAGI SISWA DAN GURU PJOK SEKOLAH MENENGAH ATAS

Khoirul Anwar
STKIP PGRI Bangkalan
khoirul@stkipgri-bkl.ac.id

Abstract

Softball is actually already familiar to students. This sport is similar to baseball games which are often given at elementary school level. Softball is an adjustment sport game from baseball which has a softer game. The purpose of this activity as one of the alternatives chosen for Physical Education (PE) learning in schools, so that sports become more varied and students are more enthusiastic in doing sports activities. This softball can also be included as an extracurricular choice so that it adds to the repertoire of extracurricular activities. At the preparation stage, what can be done is to align the objectives of the activity with the preparations to be made. The purpose of this activity is to provide understanding to students and PE high school teachers in the softball field. This activity is carried out in the form of direct assistance to students and teachers. Assistance activities include socialization, practice and discussion activities. At the evaluation stage monitoring will be carried out in order to see how students and teachers apply the results of softball training in the learning process of PE.

Keywords: Softball, Students and PE Teachers, High Schools

Abstrak

Softball ini sebenarnya sudah tidak asing bagi siswa-siswi. Olahraga ini mirip dengan permainan bola kasti yang sudah sering diberikan di tingkat Sekolah Dasar. Softball ini merupakan olahraga permainan penyesuaian dari baseball yang mempunyai permainan lebih lunak. Tujuan dari kegiatan ini sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. Softball ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler. Pada tahap persiapan, hal yang dapat dilakukan adalah menyelaraskan tujuan kegiatan dengan persiapan yang akan dibuat. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa dan guru PJOK SMA dalam bidang softball. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk pendampingan langsung kepada siswa dan guru. Kegiatan pendampingan meliputi kegiatan sosialisasi, praktek dan diskusi. Pada tahapan evaluasi akan dilakukan monitoring guna untuk melihat bagaimana siswa dan guru menerapkan hasil pelatihan softball dalam proses pembelajaran PJOK.

Kata Kunci: Softball, Siswa dan Guru PJOK, Sekolah Menengah Atas

PENDAHULUAN

Pembelajaran olahraga di SMP/SMA/SMK dewasa ini cenderung dilaksanakan secara konvensional, dengan alternatif kegiatan berupa lari keliling lapangan, permainan voli, atau senam kesegaran jasmani. Olahraga yang sama juga diberikan sebagai pilihan ekstrakurikuler. Pilihan kegiatan olahraga yang terbatas tersebut cenderung menjadi rutinitas dan menimbulkan kebosanan. Padahal, ada beberapa

olahraga lain yang dapat dan wajib dibelajarkan di sekolah-sekolah seperti Basketball, Sepak bola, renang dan Softball sebagaimana tertuang dalam Kurikulum 2013. Dengan diberlakukannya kurikulum 2013 mulai Tahun Ajaran 2013/2014, maka setiap guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PENJASORKES) di SMP/SMA/SMK harus menguasai berbagai jenis permainan bola besar seperti voli, basket, sepak bola dan permainan bola kecil seperti softball (Kemdikbud, 2013).

Softball ini sebenarnya sudah tidak asing bagi siswa-siswi. Olahraga ini mirip dengan permainan bola kasti yang sudah sering diberikan di tingkat Sekolah Dasar. Softball ini merupakan olahraga permainan penyesuaian dari baseball yang mempunyai permainan lebih lunak (Budhiarta, 2007). Softball merupakan permainan yang mulai populer di Indonesia. Manfaat melakukan olahraga ini, dapat menimbulkan perasaan gembira pada orang yang memainkannya, sehingga menyenangkan bagi siswa SMP/SMA/SMK atau remaja yang melakukannya. Selain itu, secara tidak langsung permainan Softball dapat melatih dan meningkatkan kondisi fisik.

Permainan Softball dapat dilakukan oleh anak-anak sampai orang dewasa baik wanita maupun pria. Olahraga softball dapat mengembangkan jasmani dan rohani, di dalam gerakan-gerakan bermain, jiwa/mental sebagai pendorong utama untuk menggerakkan kemampuan yang telah dimiliki. Perkembangan jasmani digunakan untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rohani dimana segi kejiwaan, keperibadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang positif sesuai dengan tuntutan masyarakat Indonesia. Dengan bermain softball akan berkembang secara baik unsur-unsur: daya pikir, kemauan dan perasaan. Keperibadian juga berkembang dengan baik terutama self kontrol, disiplin, rasa kerja sama, rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya (Budhiarta, 2007).

Permasalahan yang saat ini dihadapi oleh Dinas Pendidikan Kabupaten Bangkalan adalah terbatasnya dana untuk melaksanakan program in-service training bagi para guru. Di sisi lain, kualifikasi dan profesionalisme para tenaga pendidik (guru) yang ada di Kabupaten Bangkalan, khususnya guru bidang studi PJOK di SMP/SMA/SMK banyak yang belum menguasai bidang tugasnya, khususnya masih kurangnya kemampuan dan keterampilan-keterampilan profesional guru dalam mengajar permainan Softball.

Salah satu alternatif yang dipandang cukup visibel untuk dilakukan adalah melalui penyegaran akademis (refreshing program) yang inti kegiatannya berupa pelatihan softball bagi para siswa dan guru-guru PJOK SMP/SMA/SMK karena guru adalah ujung tombak dari pembelajaran dan siswa adalah generasi muda yang bakat dan potensi dirinya perlu digali dan dikembangkan. Melalui program ini, siswa dan guru diharapkan memperoleh sesuatu yang baru dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan tugas dan profesinya yang nantinya secara langsung dapat meningkatkan produktivitas kerjanya seperti, mampu memberikan pembinaan di bidang permainan softball bagi anak didiknya. Jika guru menguasai permainan softball dengan baik, mereka akan dapat mengajarkannya dengan baik kepada siswa di sekolahnya. Dengan kata lain, bila kualitas pengetahuan guru penjasorkes meningkat, akan berimplikasi pada kualitas pelaksanaan PBM, dan akhirnya bermuara pada peningkatan prestasi PJOK.

Dengan dasar tersebut nantinya softball bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga.

Softball ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler dan KONI Bangkalan dapat mengambil manfaat dalam pembentukan organisasi Persatuan Softball dan Baseball (PERBASASI) Kabupaten Bangkalan serta akan ikut mempopulerkan permainan softball di Indonesia khususnya di Kabupaten Bangkalan.

Permasalahan dan Penyelesaian

- a) bahwa siswa dan guru PJOK SMA Negeri di Kabupaten Bangli belum memiliki penguasaan terhadap keterampilan dan peraturan olahraga Softball. Oleh karena itu perlu diadakan program *re-freshing* bagi guru-guru dalam upaya peningkatan kualitas penguasaan bidang Softball.
- b) siswa dan guru POK SMA Negeri di Kabupaten Bangli belum pernah mengikuti pelatihan dalam permainan cabang Softball.
- c) bahwa hasil belajar PJOK siswa bergantung pada kualitas PBM yang dilaksanakan guru.

Berdasarkan uraian dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan pokok yang hendak diurai melalui program ini adalah: perlunya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa serta guru PJOK SMA Negeri di Kabupaten Bangkalan dalam permainan cabang olahraga softball.

Tabel 1. Permasalahan dan Solusi

No	Permasalahan	Permasalahan Spesifik	Luaran Solusi
1	Belum memiliki keterampilan dan memahami peraturan softball	Siswa dan Guru PJOK SMA belum memiliki penguasaan terhadap keterampilan dan peraturan olahraga softball.	Diadakan program <i>re-freshing</i> bagi guru dalam upaya peningkatan kualitas penguasaan bidang softball
2	Belum pernah mengikuti pelatihan dan pelatihan softball	Sedikitnya pelatihan yang diikuti oleh siswa serta guru PJOK SMA khususnya pelatihan dan permainan cabang olahraga softball	Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa serta guru PJOK SMA dalam permainan cabang olahraga softball untuk meningkatkan kualitas PMB yang dilaksanakan

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan solusi yang telah dirancang untuk mengatasi permasalahan antara lain, menyelenggarakan seminar dan pelatihan softball bagi siswa dan guru PJOK sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. Softball ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler.

Hasil dan Pembahasan

a. Persiapan

Pada tahap persiapan, hal yang dapat dilakukan adalah menyelaraskan tujuan kegiatan dengan persiapan yang akan dibuat. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada siswa dan guru PJOK SMA dalam bidang softball. Mempersiapkan guru PJOK SMA yang berkualitas untuk mengajarkan softball kepada siswanya serta menumbuhkan bakat, minat dan kebugaran siswa SMA melalui softball.

b. Pelaksanaan

1. Pendampingan

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk pendampingan langsung kepada siswa dan guru. Kegiatan pendampingan meliputi kegiatan sosialisasi, praktek dan diskusi. Tahap sosialisasi dilakukan untuk menyamakan persepsi serta memberikan penjelasan tentang peraturan serta cara bermain softball bagi siswa dan penjelasan kepada guru PJOK agar dapat mengajarkan softball kepada siswanya. Tahap praktek dilaksanakan agar siswa dapat memahami serta melakukan gerakan dan teknik softball dengan baik dan benar, serta guru PJOK agar dapat menumbuhkan bakat, minat dan kebugaran siswa SMA melalui softball.



Gambar 1. Sosialisasi dan diskusi teknik softball



Gambar 2. Kegiatan praktek teknik softball

2. Workshop, Simulasi dan Pendampingan Permainan Softball

Tahap ini seluruh siswa dan guru mengikuti workshop atau pelatihan tentang pemahaman peraturan serta pelaksanaan permainan softball. Simulasi permainan softball oleh siswa dan guru dilakukan untuk memberikan pengalaman dan pemahaman yang mendalam. Tentu pendampingan tetap harus dilakukan untuk memantau kelancaran proses.

c. Monitoring dan Evaluasi

Pada tahapan evaluasi akan dilakukan monitoring guna untuk melihat bagaimana siswa dan guru menerapkan hasil pelatihan softball dalam proses pembelajaran PJOK.

Pelatihan softball bagi siswa dan guru ini bertujuan sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. Softball ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler.

Selain itu monitoring dan evaluasi dilakukan untuk mengetahui perkembangan kelebihan dan kekurangan pelaksanaan pelatihan softball yang telah dilaksanakan. Serta untuk melihat apakah pelatihan tersebut sesuai dengan tujuannya.

Berikut ini rincian materi yang diberikan pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMA Negeri 3 Bangkalan:

1. Pengetahuan umum dan dasar-dasar permainan softball.
2. Praktek teknik dasar melempar.
3. Praktek teknik dasar menangkap.
4. Praktek teknik dasar memukul.
5. Teknik berlari antar base.
6. Teknik bertahan.
7. Teknik menyerang.

KESIMPULAN

Pelatihan softball bagi siswa dan guru PJOK ini bertujuan sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran PJOK di sekolah, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. Softball ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler. Saran yang dapat ditindaklanjuti adalah pemberian pelatihan sejenis dapat diselenggarakan secara berkelanjutan agar KONI Bangkalan dapat mengambil manfaat dalam pembentukan organisasi Persatuan Softball dan Baseball (PERBASASI) Kabupaten Bangkalan serta akan ikut mempopulerkan permainan softball di Indonesia khususnya di Kabupaten Bangkalan.

REFERENSI/DAFTAR PUSTAKA

- [1] Budhiarta, M. D. (2007). *Teori dan Praktek Permainan SoftBall*. Diklat. FOK Universitas Pendidikan Ganesha.
- [2] Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Materi Pelatihan Guru Implementasi Kurikulum 2013, SMP/MTs-Penjasorkes*. Jakarta