

Gymnastic Sports Management Training for Physical Education Teachers in East Jakarta City

Herman Chaniago¹, Wahyuningtyas Puspitorini², Yafi Velyan Mahyudi³

^{1,2,3}State University of Jakarta

Email: herman@unj.ac.id¹, wahyu_puspitorini@unj.ac.id², yafialetta11@gmail.com³

 <https://doi.org/10.36526/gandrung.v5i1.3401>

Abstract: *In the gymnastics sports event (O2SN), students will have greater opportunities to take part in the event. For this reason, the competence of physical education teachers must be improved through training and knowledge about teaching basic gymnastic movements. However, physical education teachers in East Jakarta lack gymnastics management training, but do not understand sports coaching techniques and management. The service methods used in this activity are training, seminars and workshops. This service was carried out for approximately 2 months with the following stages: 1) conducting training, 2) monitoring, 3) evaluating and achieving. Participants involved in the service program are 35 physical education teachers in the East Jakarta region. Program implementation involves the implementation of a previously designed sports curriculum. This includes organizing the lesson schedule, selecting teaching methods appropriate to the type of sport, as well as managing groups of participants. Factors such as safety, health, and ethics must also be considered in implementing physical education programs. Supervision and monitoring are carried out to ensure that the sports program runs according to plan. Community service with the topic "Gymnastics Development Management" is an important initiative to increase the knowledge and skills of physical education teachers in the field of gymnastics. However, the implementation of this program can be faced with several inhibiting factors which include limited resources, lack of knowledge and skills, low motivation, safety, and differences in ability levels.*

Keyword: *Physical Education; Gymnastic; Teaching Management; Talent Identification*

Pendahuluan

Pendidikan jasmani adalah komponen penting dalam kesehatan dan karakter peserta didik. Olahraga menjadi komponen penting dari pembelajaran fisik, mental, dan sosial di sekolah-sekolah. Senam adalah jenis olahraga yang menggunakan gerakan tubuh untuk meningkatkan kekuatan, kelenturan, keseimbangan, dan koordinasi. Pengembangan media pembelajaran terbukti mampu meningkatkan minat siswa dalam materi senam ritmik (Asprizal et al., 2022). Pengembangan pembelajaran senam lantai berbasis android efektif untuk digunakan guru dan siswa (Titting & Hidayah, 2016). Ini juga dapat meningkatkan kemampuan motorik, kepercayaan diri, dan disiplin. Oleh karena itu, penting bagi guru pendidikan jasmani untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk mengajarkan materi senam kepada peserta didik.

Guru olahraga sangat penting untuk meningkatkan pendidikan jasmani dan olahraga di Kota Jakarta Timur. Seorang guru pendidikan jasmani harus memiliki keterampilan dan pengetahuan yang

mendalam tentang manajemen pembinaan bakat dan prestasi olahraga (Mustafa & Masgumelar, 2022), terutama dalam hal pembinaan atlet *gymnastic*. Pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh para guru pendidikan jasmani penting untuk menerapkan materi-materi pada siswanya (Safruddin et al., 2022). Metode ceramah, demonstrasi dan praktek meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi guru pendidikan jasmani (Destriana et al., 2023). Dengan pelatihan khusus, guru-guru ini dapat memperoleh pengetahuan tentang manajemen pelatihan olahraga *gymnastic*, strategi pembinaan atlet, dan bagaimana mengelola program olahraga sekolah.

Dengan cabang olahraga *gymnastic* di ajang Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN), peserta didik akan memiliki peluang yang lebih besar dalam mengikuti ajang tersebut. Kompetensi merupakan syarat wajib yang harus dimiliki oleh setiap guru (Dhuhary, 2020). *Workshop* dan *lesson study* merupakan produk pelatihan untuk merancang pembelajaran yang relevan (A. W. Kurniawan et al., 2021). Pelatihan *sport kids* bertujuan membantu menyiapkan guru olahraga yang kreatif, dan inovatif (F. Kurniawan, 2022). Dengan alasan ini maka kompetensi Guru pendidikan jasmani harus ditingkatkan melalui pelatihan, dan pengetahuan tentang pengajaran gerakan senam dasar. Namun, guru pendidikan jasmani di Jakarta Timur kekurangan pelatihan manajemen pembinaan olahraga senam. Banyak guru memiliki pengetahuan dasar senam, tetapi mereka tidak memahami teknik dan manajemen pembinaan olahraga ini. selain kondisi fisik, metode mengajar, dan alat pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran senam kurang mendukung (Isnaeni Mahmudah & Agus Darmawan, 2022). Selain itu, pengetahuan siswa dalam materi senam lantai juga menjadi kendala utama (Sunarya et al., 2022). Akibatnya, pembelajaran senam tidak efektif dan tidak menarik bagi peserta didik. Ada pertanyaan yang akan membahas mengapa guru pendidikan jasmani di Kota Jakarta Timur memerlukan pelatihan manajemen pembinaan olahraga *gymnastic*. Dalam dunia yang semakin kompetitif, pembinaan olahraga adalah komponen penting dalam pembentukan atlet yang berprestasi dan kompeten. Diharapkan pelatihan ini akan membantu guru mengidentifikasi talenta potensial, membuat program pelatihan yang berhasil, dan mengoptimalkan sumber daya yang ada.

Peran guru Pendidikan Jasmani salah satunya untuk mengembangkan identifikasi bakat olahraga lebih lanjut guna kepentingan prestasi olahraga (A. Kurniawan, 2022). Oleh karena itu, terdapat berbagai cara untuk mengelola pembinaan olahraga *gymnastic*, termasuk cara untuk mengidentifikasi bakat, membuat program latihan yang sesuai, menggunakan metode pengajaran yang efektif, dan strategi motivasi yang dapat meningkatkan prestasi. Artikel ini juga akan membahas bagaimana teknologi saat ini membantu proses pembinaan olahraga *gymnastic*, dan memberikan studi kasus yang berhasil tentang bagaimana teknologi ini akan tepat guna.

Pentingnya pelatihan manajemen pembinaan olahraga *gymnastic* bagi guru pendidikan jasmani

di Kota Jakarta Timur memberikan beberapa alasan mengapa pelatihan ini diperlukan, manfaat yang dapat diperoleh, serta implikasi dan signifikansi dari pelatihan ini. Dengan informasi yang komprehensif dan terorganisir dengan baik, guru pendidikan jasmani dapat memaksimalkan potensi peserta didik mereka dan meningkatkan prestasi olahraga lokal dan nasional. Diharapkan bahwa pelatihan ini akan menghasilkan generasi atlet yang kompetitif, jujur, dan memiliki nilai sportivitas yang tinggi. Ini akan sejalan dengan tujuan Indonesia untuk mencapai prestasi olahraga yang luar biasa di kancah internasional.

Metode

Metode pengabdian yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pelatihan, seminar dan workshop yang disesuaikan dengan analisis situasi dan kebutuhan Guru Pendidikan Jasmani pada sasaran strategis. Adapun langkah-langkah yang ditempuh dengan cara: 1) Pendekatan kerjasama dengan KKGO di wilayah Kota Jakarta Timur, 2) Pengamatan akan pentingnya pembinaan atlet gymnastic pada PB. Persani, 3) Pengembangan materi manajemen pembelajaran pendidikan jasmani, 4) Penetapan pentingnya gerak dasar senam untuk menunjang pembinaan olahraga melalui pendidikan jasmani. Sehingga melalui metode tersebut peserta dapat menerima dan melaksanakan manajemen pembelajaran gerak dasar gymnastic dalam mendukung identifikasi bakat atlet yang berkelanjutan.

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan selama kurang lebih 2 bulan dengan tahapan sebagai berikut: 1) melakukan pelatihan, 2) melakukan monitoring, 3) melakukan evaluasi dan ketercapaian. Peserta yang terlibat dalam program pengabdian adalah guru pendidikan jasmani di Wilayah Jakarta Timur yang berjumlah 35 orang. Instrumen yang digunakan dalam mengukur ketercapaian pengabdian adalah 1) observasi untuk melihat desain/penerapan pembelajaran gymnastic di sekolah, 2) pengembangan aktivitas gerak dasar gymnastic, 3) Evaluasi untuk menentukan keberhasilan program yang dilaksanakan selama pembelajaran olahraga gymnastic.

Hasil dan Diskusi

Perencanaan dalam manajemen pembinaan olahraga melibatkan identifikasi tujuan jangka panjang dan pendek dari program olahraga, pengembangan kurikulum yang relevan, serta penetapan sumber daya yang dibutuhkan, seperti fasilitas, peralatan, dan tenaga pengajar. Ada hubungan antara minat siswa dalam aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani dan bakat olahraga (Wulansari et al., 2017). Merumuskan tujuan yang jelas membantu dalam mengarahkan upaya pembinaan dan pengembangan olahraga agar sesuai dengan kebutuhan dan harapan peserta. Pelaksanaan program melibatkan implementasi kurikulum olahraga yang telah dirancang sebelumnya. Ini termasuk

pengorganisasian jadwal pelajaran, pemilihan metode pengajaran yang sesuai dengan jenis olahraga, serta pengelolaan kelompok peserta. Faktor-faktor seperti keamanan, kesehatan, dan etika juga harus diperhatikan dalam pelaksanaan program pendidikan jasmani. Berikut ini proses pengarahan dalam membentuk sistem manajemen pembinaan dan identifikasi bakat atlet senam kepada guru pendidikan jasmani.



Gambar 1. Pengarahan Kepada Guru Pendidikan Jasmani



Gambar 2. Umpan Balik antara Guru dan Pemateri

Pengawasan dan pemantauan dilakukan untuk memastikan bahwa program olahraga berjalan sesuai dengan rencana. Ini melibatkan pemantauan terhadap kemajuan fisik dan perkembangan keterampilan peserta, serta evaluasi terhadap kualitas pengajaran dan efektivitas program. Pengawasan yang baik memungkinkan untuk mengidentifikasi area yang memerlukan perbaikan atau penyesuaian. Evaluasi merupakan bagian penting dari manajemen pembinaan olahraga. Ini melibatkan

analisis mendalam terhadap pencapaian tujuan, efektivitas metode pengajaran, serta dampak program olahraga terhadap peserta. Hasil evaluasi dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan program di masa mendatang.

Selain itu, manajemen pembinaan olahraga juga berfokus pada aspek pengembangan pribadi dan sosial. Program olahraga di lingkungan pendidikan juga dapat memberikan peluang bagi siswa untuk belajar tentang kerjasama, kepemimpinan, disiplin, dan nilai-nilai *fair play*. Dalam konteks pendidikan jasmani, manajemen pembinaan olahraga memainkan peran penting dalam membentuk karakter siswa melalui pengalaman olahraga yang terstruktur dan terarah. Dengan merancang, melaksanakan, dan mengawasi program olahraga yang baik, pendidik olahraga dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan fisik dan jiwa, serta memupuk rasa percaya diri dan kebiasaan hidup sehat yang akan membawa manfaat jangka panjang.

Pendekatan pembelajaran dalam pendidikan jasmani pada materi gerak dasar gimnastik harus dirancang dengan cermat untuk memastikan siswa dapat memahami, menguasai, dan mengaplikasikan gerakan-gerakan dasar dalam disiplin olahraga ini dengan baik. Pendekatan pembelajaran ini berfokus pada pengajaran keterampilan dasar gimnastik, pengembangan pemahaman konseptual, serta memupuk sikap positif terhadap aktivitas fisik dan olahraga. Berikut adalah beberapa prinsip dan metode yang dapat digunakan dalam pendekatan pembelajaran untuk materi gerak dasar gimnastik:

1. **Demonstrasi:** Guru harus memulai dengan mendemonstrasikan gerakan-gerakan dasar gimnastik dengan benar dan tepat. Ini memberikan gambaran visual kepada siswa tentang bagaimana gerakan seharusnya dilakukan. Setelah demonstrasi, guru dapat meminta siswa untuk mengamati dan menilai gerakan tersebut.
2. **Pembagian Langkah:** Memecah gerakan kompleks menjadi langkah-langkah yang lebih sederhana membantu siswa untuk memahami dan menguasai setiap aspek gerakan dengan lebih baik. Ini juga memungkinkan siswa untuk melihat perkembangan mereka seiring waktu.
3. **Penggunaan Pemandu Visual:** Menggunakan gambar, diagram, atau video sebagai pemandu visual untuk menjelaskan gerakan-gerakan gimnastik dapat membantu siswa yang lebih responsif terhadap instruksi visual. Ini dapat digunakan bersamaan dengan demonstrasi langsung.
4. **Latihan Berulang:** Prinsip latihan berulang sangat penting dalam pembelajaran gimnastik. Siswa perlu melatih gerakan-gerakan dasar berulang-ulang untuk memperbaiki keterampilan teknis mereka. Guru harus memastikan bahwa latihan-latihan ini difokuskan pada aspek-aspek yang perlu ditingkatkan.
5. **Umpan Balik Konstruktif:** Siswa harus menerima umpan balik yang konstruktif dari guru mereka. Ini

- mencakup pujian atas prestasi yang baik dan saran untuk perbaikan. Umpan balik yang konstruktif membantu siswa untuk terus berkembang dalam keterampilan mereka.
6. Latihan dalam Kelompok Kecil: Melibatkan siswa dalam latihan dalam kelompok kecil atau pasangan dapat membantu mereka dalam memahami gerakan dan memberikan dukungan satu sama lain. Ini juga dapat meningkatkan komunikasi dan kerjasama antara siswa.
 7. Permainan dan Aktivitas yang Menyenangkan: Mengintegrasikan elemen permainan atau aktivitas yang menyenangkan dalam pembelajaran gimnastik dapat membuat proses pembelajaran lebih menarik. Ini dapat memotivasi siswa untuk berpartisipasi dengan semangat tinggi.
 8. Evaluasi Berkala: Guru harus melakukan evaluasi berkala terhadap kemajuan siswa dalam menguasai gerakan-gerakan gimnastik. Ini dapat melibatkan penilaian formal, seperti ujian praktik, dan evaluasi informal, seperti pengamatan guru selama latihan.

Pendekatan pembelajaran ini bukan hanya tentang pengajaran keterampilan fisik, tetapi juga tentang membantu siswa memahami pentingnya disiplin, kesabaran, kerja keras, dan tanggung jawab dalam mencapai tujuan dalam olahraga. Selain itu, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung adalah kunci untuk menciptakan pengalaman pembelajaran yang positif dalam pendidikan jasmani, termasuk dalam materi gerak dasar gimnastik.

Pelaksanaan pengabdian dengan topik "Manajemen Pembinaan Olahraga Gimnastik" dapat dihadapi dengan beberapa faktor penghambat yang perlu diatasi agar program berjalan dengan lancar dan efektif. Beberapa faktor penghambat yang mungkin terjadi dalam pelaksanaan pengabdian ini meliputi:

1. Keterbatasan Sumber Daya: Salah satu faktor penghambat utama adalah keterbatasan sumber daya seperti dana, fasilitas, peralatan, dan tenaga pengajar. Gimnastik adalah olahraga yang memerlukan ruang dan peralatan khusus. Jika sumber daya ini terbatas, pelaksanaan program dapat menjadi sulit.
2. Kurangnya Pengetahuan dan Keterampilan: Jika peserta program, terutama guru pendidikan jasmani, memiliki pengetahuan dan keterampilan yang terbatas dalam gimnastik, ini dapat menjadi penghambat dalam melaksanakan program yang efektif. Pelatihan tambahan mungkin diperlukan untuk mempersiapkan mereka.
3. Motivasi Rendah: Peserta yang kurang termotivasi atau kurang minat dalam gimnastik dapat menghadirkan tantangan dalam pelaksanaan program. Motivasi rendah dapat mempengaruhi partisipasi dan kualitas pelaksanaan latihan.
4. Jadwal yang Padat: Guru dan peserta mungkin memiliki jadwal yang padat dengan tugas-tugas lain, baik dalam konteks sekolah maupun kehidupan pribadi. Hal ini dapat menyulitkan partisipasi dalam

program pelatihan tambahan.

5. Keselamatan dan Cidera: Gimnastik adalah olahraga yang memerlukan teknik yang tepat dan pencegahan cedera yang baik. Jika tidak diterapkan dengan benar, dapat terjadi cedera. Ini adalah faktor penghambat yang perlu diperhatikan.
6. Perbedaan Tingkat Kemampuan: Peserta dalam program pelatihan memiliki tingkat kemampuan yang beragam dalam gimnastik. Mengelola perbedaan ini dan memastikan bahwa program sesuai untuk semua peserta bisa menjadi tantangan.
7. Kesadaran dan Dukungan Administrasi: Penting bagi pihak sekolah yang terlibat dalam program untuk memiliki kesadaran dan dukungan penuh terhadap manfaat pelatihan gimnastik. Tanpa dukungan administrasi, program dapat kesulitan mendapatkan sumber daya dan dukungan yang diperlukan.
8. Perizinan dan Regulasi: Program pelatihan gimnastik harus mematuhi peraturan dan regulasi yang berlaku. Keterlambatan atau ketidakpatuhan dalam hal ini dapat menjadi hambatan.
9. Keterlibatan Orang Tua dan Masyarakat: Dalam pengabdian ini, mungkin perlu melibatkan orang tua dan masyarakat dalam mendukung program. Kurangnya keterlibatan mereka dapat menghambat pencapaian tujuan.

Untuk mengatasi faktor-faktor penghambat ini, penting untuk merencanakan dengan baik, melakukan evaluasi yang cermat, dan berkomunikasi secara terbuka dengan semua pihak yang terlibat. Ini mungkin melibatkan penyesuaian rencana pelatihan, mencari sumber daya tambahan, meningkatkan motivasi peserta, atau melibatkan berbagai pemangku kepentingan untuk mendukung pelaksanaan program yang sukses. Dengan perencanaan dan manajemen yang baik, banyak faktor penghambat ini dapat diatasi untuk mencapai tujuan pengabdian yang sukses.

Kesimpulan

Pengabdian kepada masyarakat dengan topik "Manajemen Pembinaan Olahraga Gimnastik" adalah sebuah inisiatif yang penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru pendidikan jasmani di bidang gimnastik. Namun, pelaksanaan program ini dapat dihadapi dengan beberapa faktor penghambat yang mencakup keterbatasan sumber daya, kurangnya pengetahuan dan keterampilan, motivasi rendah, keselamatan, serta perbedaan tingkat kemampuan. Kendati demikian, dengan perencanaan yang matang dan berfokus pada pemecahan masalah, program pengabdian ini dapat menghasilkan dampak positif yang signifikan.

Daftar Referensi

- Asprizal, M., Resita, C., & Aminudin, R. (2022). Pengaruh Media Musik Remix Terhadap Minat Siswa dalam Materi Senam Ritmik pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani SMAN 13 Depok. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 5(01), 63–78. <https://doi.org/10.35706/journalspeed.v5i01.6685>
- Destriana, D., Aryanti, S., Octara, K., Solahuddin, S., Resah Pratama, R., & Destriani, D. (2023). Pelatihan Massage Kebugaran Bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka (JPMB)*, 1(3). <https://doi.org/10.58266/jpmb.v1i3.50>
- Duhary, A. A. (2020). Peningkatan Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Profesional Tenaga Profesi PJOK*, 1, 294–306.
- Fellyson Titting, T. Hidayah, H. P. (2016). Pengembangan Multimedia Pembelajaran Senam Lantai Berbasis Android Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 120–126.
- Isnaeni Mahmudah, & Agus Darmawan. (2022). Faktor Kesulitan Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 2(2), 94–101. <https://doi.org/10.32665/citius.v2i2.1268>
- Kurniawan, A. (2022). Manajemen Kelas Khusus Olahraga Dalam Mewujudkan Mutu Pendidikan Di Smpn @ Tempel Sleman. *Media Manajemen Pendidikan*, 4(2), 171–181. <https://doi.org/10.30738/mmp.v4i2.6550>
- Kurniawan, A. W., Heynoek, F. P., & Angga, P. D. (2021). Peningkatan Kemampuan Guru Pendidikan Jasmani Dalam Merancang Permainan dan Olahraga di Sekolah Dasar Melalui Forum KKG. *Jurnal KARINOV*, 4(2), 121–128.
- Kurniawan, F. (2022). Pelatihan Sport Kids Bagi Guru Sekolah Dasar Dan Bantuan Alat Olahraga Di Kabupaten Bogor. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 544–549. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i3.1876>
- Mustafa, P. S., & Masgumelar, N. K. (2022). Pengembangan Instrumen Penilaian Sikap, Pengetahuan, dan Keterampilan dalam Pendidikan Jasmani. *Biomatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 8(1), 31–49. <https://doi.org/10.35569/biormatika.v8i1.1093>
- Safuruddin, S., Nasaruddin, N., Dewi, N. K., & Widodo, A. (2022). Forum Group Discussion Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Sdn Se-Kecamatan Selong Kabupaten Lombok Timur Tahun 2021 (Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Permainan Sepak Bola Usia Dini). *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 30–35. <https://doi.org/10.29303/jppm.v5i1.3339>

Sunarya, A. S., Yuda, A. K., & Safei, M. M. (2022). Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Senam Lantai Di Sma Negeri Se-Kecamatan Tempuran. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 125–136. <https://doi.org/10.31571/jpo.v10i2.2922>

Wulansari, D. A., Kristiyanto, A., & ... (2017). Identifikasi Minat Dan Bakat Olahraga Di Surakarta (Studi Perbandingan Minat Dan Bakat Olahraga Pada Siswa Kelas Vii Smp Muhammadiyah Se-Surakarta *Pendidikan Olahraga*. <https://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/por/article/viewFile/675/357>