



Volume 6, Nomor 1, Desember 2025

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/IPKM>

E-ISSN: 2774-3055

Sosialisasi Olahraga Kabaddi Di SMAN 16 Makassar

Muslim¹, Reza Mahyuddin², Dahlan³, Irwin⁴, Muh. Said Hasan⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

Email: muslim@unm.ac.id.

ABSTRAK INDONESIA

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkenalkan dan meningkatkan pemahaman siswa mengenai olahraga kabaddi melalui kegiatan sosialisasi di SMA Negeri 16 Makassar. Kabaddi merupakan salah satu cabang olahraga tradisional yang berkembang menjadi olahraga kompetitif internasional, namun masih kurang dikenal di lingkungan sekolah, khususnya di Kota Makassar. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui dua tahapan utama, yaitu pemaparan materi dan praktik lapangan. Pada tahap pemaparan materi, peserta diberikan penjelasan mengenai sejarah kabaddi, pengertian dan karakteristik olahraga kabaddi, teknik dasar permainan, serta peraturan pertandingan. Setelah sesi teori, kegiatan dilanjutkan dengan praktik lapangan untuk memberikan pengalaman langsung mengenai cara bermain kabaddi, termasuk latihan teknik menyerang (raider) dan bertahan (defender), strategi permainan, serta simulasi pertandingan. Metode demonstrasi, latihan terstruktur, dan bimbingan langsung digunakan untuk memastikan siswa memahami dan mampu mempraktikkan permainan dengan baik. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 90% siswa dan siswi yang mengikuti program ini telah mampu bermain dan memahami aturan dasar olahraga kabaddi. Hal ini membuktikan bahwa sosialisasi dan pelatihan langsung efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa terhadap olahraga kabaddi. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam pengembangan minat olahraga kabaddi di sekolah serta mendorong kegiatan olahraga alternatif yang edukatif dan menyenangkan.

Kata Kunci: Kabaddi, Sosialisasi olahraga, Pengabdian kepada masyarakat, Pendidikan jasmani, Siswa SMA

ABSTRACT ENGLISH

This community service program aims to introduce and enhance students' understanding of kabaddi through a socialization and training activity conducted at SMA Negeri 16 Makassar. Kabaddi is a traditional sport that has evolved into a competitive international game; however, it remains relatively unfamiliar among students in Makassar. The program consisted of two main stages: theoretical presentation and practical field training. During the theoretical session, students were provided with comprehensive information regarding the history and development of kabaddi, the basic concept and characteristics of the sport, playing techniques, and official rules of the game. The second stage involved practical field activities, where students were guided to apply the techniques learned, including raiding and defensive strategies, movement skills, and full game simulations. Demonstration methods, structured drills, and direct mentoring were applied to ensure students' understanding and skill development. The results indicated that 90% of participating students successfully understood the rules and were able to play kabaddi

properly by the end of the program. This outcome demonstrates that the combination of theoretical explanation and practical training is effective in increasing students' knowledge and skills in kabaddi. It is expected that this activity will serve as an initial step in promoting kabaddi as an alternative, enjoyable, and educational sport in schools.

Keywords: Kabaddi, Sports socialization, Community service, Physical education, High school students

PENDAHULUAN

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) merupakan implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi yang berfungsi sebagai sarana transfer ilmu pengetahuan dan pemberdayaan masyarakat sekolah melalui kegiatan yang aplikatif dan berkelanjutan. Peran PKM dalam meningkatkan kapasitas komunitas pendidikan dan mendorong praktik pembelajaran inovatif telah banyak dibahas dalam literatur pengabdian dan metodologi PKM. (Suhara and ST n.d.). Tri Dharma Perguruan Tinggi menekankan bahwa perguruan tinggi memiliki kewajiban untuk melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi media penting dalam menerapkan ilmu pengetahuan secara langsung kepada masyarakat dan lingkungan pendidikan (Ulansari, Suharyanto, and Styanto 2024) Dalam konteks pendidikan jasmani, pengenalan cabang olahraga baru merupakan salah satu upaya untuk memperluas wawasan dan keterampilan gerak peserta didik sekaligus menumbuhkan budaya hidup aktif dan sehat (Siedentop, Hastie, and Van der Mars 2019). Di bidang pendidikan jasmani, pengenalan cabang olahraga baru di sekolah dapat memperkaya kurikulum ekstrakurikuler, meningkatkan keterampilan motorik, dan mendorong partisipasi fisik siswa. (Ennis 2016), Pendekatan pedagogis yang mengombinasikan pemaparan teori dengan praktik lapangan dianggap efektif untuk membangun pemahaman konseptual sekaligus keterampilan prosedural (Bompa and Buzzichelli 2019).

Kabaddi adalah olahraga beregu asal Asia Selatan yang semakin berkembang di tingkat internasional dan telah dipertandingkan pada ajang Asian Games. Olahraga ini menekankan unsur kelincahan, kekuatan, refleks cepat, strategi tim, dan ketahanan fisik. Meskipun potensinya besar sebagai olahraga pendidikan, kabaddi masih relatif kurang dikenal di Indonesia, termasuk di lingkungan sekolah menengah. Oleh karena itu, diperlukan upaya sosialisasi untuk memperkenalkan aturan permainan, teknik dasar, dan nilai-nilai pendidikan dalam kabaddi, seperti kerja sama tim, sportivitas, dan disiplin Kabaddi, sebagai cabang olahraga tim yang menuntut ketangkasan, strategi, dan kerja

sama, telah diatur secara resmi oleh badan internasional dan memiliki aturan teknis yang jelas terkait ukuran lapangan, peran pemain, serta tata cara bertanding. Memahami aturan dasar dan teknik kabaddi — termasuk peran raider dan defender, durasi giliran, serta penalti — sangat penting sebelum menerapkan latihan praktik di lapangan (International Federation Kabaddi 2025). Kegiatan pengabdian dengan judul “Sosialisasi Olahraga Kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar” dilaksanakan dalam dua tahap: (1) pemaparan materi yang mencakup pengertian, sejarah singkat, teknik dasar dan peraturan permainan kabaddi; dan (2) praktik lapangan berupa demonstrasi, latihan terstruktur (drills), simulasi peran raider/defender, dan pertandingan mini. Pendekatan gabungan teori–praktek ini selaras dengan model pembelajaran permainan (mis. TGfU — Teaching Games for Understanding) yang menekankan konteks permainan sebagai alat pembelajaran keterampilan dan pemahaman taktis (Kusuma et al. 2024).

Sosialisasi olahraga kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar memiliki urgensi karena sekolah merupakan lingkungan strategis untuk memperkenalkan bentuk olahraga baru yang dapat menjadi alternatif kegiatan fisik sekaligus meminimalkan kejenuhan siswa terhadap permainan yang sering diulang, seperti sepak bola, bola basket, dan voli. Menurut (Ennis 2017) variasi dalam pembelajaran dan aktivitas fisik mendorong partisipasi, motivasi, serta perkembangan keterampilan motorik siswa. Selain itu, pendekatan pembelajaran berbasis praktik dan pengalaman langsung dalam permainan invasif seperti kabaddi mampu meningkatkan kemampuan taktis dan keterampilan fisik peserta didik (Neira-Navarrete et al. 2024).

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan sosialisasi melalui pemaparan teori dan praktik langsung permainan kabaddi kepada siswa SMA Negeri 16 Makassar. Kegiatan ini bertujuan memberikan pemahaman dasar mengenai teknik dan peraturan kabaddi, meningkatkan kemampuan bermain siswa, serta menumbuhkan minat terhadap olahraga alternatif. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi langkah awal pengembangan olahraga kabaddi di sekolah-sekolah Kota Makassar serta memperkaya kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

METODE

Kegiatan sosialisasi olahraga kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar menggunakan pendekatan pendidikan partisipatif yang mengutamakan keterlibatan langsung peserta dalam proses belajar. Metode ini dipilih karena pembelajaran berbasis praktik terbukti

efektif meningkatkan pemahaman siswa terhadap keterampilan olahraga (Suryani and FoEh 2018) . Menurut (Santosa et al. 2024) Teori Experiential Learning oleh Kolb memberikan pandangan yang komprehensif tentang bagaimana individu belajar melalui pengalaman. Dengan fokus pada siklus pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung, refleksi, konseptualisasi, dan tindakan, teori ini mempengaruhi pendekatan pendidikan yang lebih berpusat pada siswa, aktif, dan reflektif.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi observasi awal untuk mengetahui kondisi siswa, koordinasi dengan pihak sekolah, serta penyusunan materi sosialisasi. Tahapan persiapan dilakukan agar kegiatan berjalan terarah sesuai tujuan pembelajaran, didalam proses pengajaran Persiapan mengajar adalah tahapan yang sangat penting dalam proses pembelajaran. Hal ini karena persiapan yang matang dapat memudahkan guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran dan membantu siswa dalam memahami materi yang diajarkan (Tarumasely 2024).

2. Pemaparan Materi Teori

Kegiatan awal berupa penyuluhan mengenai:

- a. Sejarah dan pengenalan olahraga kabaddi
- b. Teknik dasar kabaddi
- c. Peraturan permainan kabaddi

3. Demonstrasi dan Praktik Lapangan

Setelah kegiatan teori, siswa mengikuti praktik lapangan yang meliputi simulasi gerakan dasar dan pertandingan mini. Karena pembelajaran teori dan peraktek sangat berperan penting dalam keseimbangan pemahaman antara kognitif dan keseimbangan motorik. Ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh (Bue et al. 2025) bahwa antara teori dan praktik menjadi hal yang sangat penting agar pembelajaran tidak hanya menghasilkan pemahaman kognitif, tetapi juga keterampilan psikomotorik yang optimal. Penggunaan metode demonstrasi dalam pembelajaran bertujuan untuk menyajikan konsep atau keterampilan secara langsung kepada peserta didik melalui contoh nyata atau demonstrasi praktis. Pertama, tujuan utamanya adalah memberikan pemahaman yang lebih baik melalui pengalaman langsung. Dengan melihat dan mengikuti demonstrasi, peserta didik dapat memahami konsep atau keterampilan dengan lebih jelas daripada hanya mendengarkan penjelasan verbal (Sulaiman et al. 2024)

4. Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap kemampuan siswa dalam bermain kabaddi. Refleksi kelompok dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman dan kendala yang dialami peserta. evaluasi parsipatif dapat memberikan umpan balik mengenai pengalaman belajar mereka, pengajar dapat berbagi wawasan tentang pelaksanaan program, dan masyarakat dapat berkontribusi dengan perspektif tentang dampak program di lingkungan mereka. Pendekatan ini memungkinkan evaluasi yang lebih holistik karena mencakup berbagai sudut pandang (Dr. Sapari et al. n.d.)

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi olahraga kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar berlangsung dengan baik dan mendapat antusiasme tinggi dari peserta. Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi, diperoleh data bahwa 90% siswa yang mengikuti kegiatan telah memahami aturan permainan dan dapat mempraktikkan teknik dasar kabaddi. Temuan ini menunjukkan bahwa metode penyampaian materi yang mengkombinasikan pendekatan teori dan praktik lapangan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta didik.



Gambar 1. (Pemaparan Materi Sosialisasi Olahraga Kabaddi di SMA N 16 Makassar)

Sebelum kegiatan dimulai, mayoritas siswa belum mengenal olahraga kabaddi dan tidak memahami aturan serta teknik dasarnya. Setelah diberikan pemaparan materi teori mengenai sejarah, teknik dasar, aturan permainan, dan strategi kabaddi, serta dilanjutkan dengan sesi praktik lapangan, siswa menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan bermain

Selain itu, keterlibatan siswa dalam praktik langsung mendukung teori pembelajaran motorik yang menyebutkan bahwa keterampilan fisik akan berkembang

apabila peserta melakukan latihan berulang dan terarah. Pembelajaran olahraga berbasis pengalaman (experiential learning) juga terbukti mampu memfasilitasi proses internalisasi materi dan pembentukan keterampilan siswa.



Gambar 2. (Praktek Lapangan Sosialisasi Olahraga Kabaddi di SMAN 16 Makassar)

Refleksi siswa setelah kegiatan menunjukkan bahwa olahraga kabaddi menarik, mudah dipahami, dan menantang. keberhasilan edukasi olahraga tidak hanya diukur dari peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga dari tumbuhnya minat dan motivasi siswa untuk berpartisipasi. Dengan demikian, program sosialisasi kabaddi ini tidak hanya meningkatkan pemahaman siswa terhadap olahraga kabaddi, tetapi juga menjadi media pengembangan karakter melalui sportivitas, kerja sama tim, dan kedisiplinan.

PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi olahraga kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar menunjukkan hasil yang sangat positif dan relevan dengan kebutuhan pengembangan variasi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Data hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum intervensi dilakukan, mayoritas siswa belum mengenal olahraga kabaddi, baik dari segi sejarah, teknik dasar, maupun aturan permainan. Setelah mengikuti dua tahap kegiatan—pemaparan materi teori dan praktik lapangan—sebanyak 90% siswa mampu memahami aturan dasar dan mempraktikkan teknik kabaddi dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan pembelajaran yang mengombinasikan teori dan praktik merupakan strategi yang efektif untuk memperkenalkan cabang olahraga baru kepada peserta didik.

Proses transfer pengetahuan melalui sesi teori memberikan fondasi kognitif yang kuat bagi siswa. Dalam tahap ini, siswa diperkenalkan pada sejarah kabaddi, karakteristik

permainan, teknik dasar, hingga aturan pertandingan. Penyajian visual, media presentasi, serta contoh kasus praktik memperkuat pemahaman konseptual siswa mengenai peran raider, defender, serta strategi permainan. Selanjutnya, sesi praktik lapangan mengoptimalkan pembelajaran motorik melalui pengalaman langsung, sesuai dengan teori experiential learning Kolb yang menekankan bahwa keterampilan fisik terbentuk melalui siklus pengalaman konkret, refleksi, dan penerapan kembali. Latihan berulang, demonstrasi teknik, serta koreksi langsung dari instruktur membantu siswa membangun muscle memory dan meningkatkan koordinasi motorik.

Efektivitas pembelajaran ini sejalan dengan model Teaching Games for Understanding (TGfU), yang menekankan bahwa pemahaman taktis permainan dan pengambilan keputusan situasional berkembang melalui konteks permainan sesungguhnya. Dalam praktik kabaddi, siswa tidak hanya belajar teknik menyerang dan bertahan, tetapi juga memahami strategi ruang, timing, dan kerja sama tim. Hal ini memperkuat kemampuan kognitif-taktis mereka dalam permainan invasif. Selain itu, permainan kabaddi yang menuntut kelincahan, kekuatan, refleks cepat, dan kerja sama tim memberikan manfaat fisik yang signifikan bagi siswa, sekaligus menjadi alternatif olahraga yang menyenangkan dan menantang sehingga mampu meningkatkan motivasi berpartisipasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Respon siswa selama kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi. Refleksi yang dikumpulkan setelah kegiatan memperlihatkan bahwa siswa menganggap kabaddi sebagai olahraga baru yang unik, mudah dipahami, dan memberikan pengalaman berbeda dibanding permainan umum seperti sepak bola atau bola voli. Aspek kebaruan olahraga kabaddi memberikan stimulus motivasional yang memperkaya pengalaman belajar siswa dalam konteks pendidikan jasmani. Selain aspek kognitif dan fisik, kegiatan ini juga memberikan dampak afektif melalui pembiasaan sportivitas, komunikasi, serta disiplin dalam mengikuti aturan permainan. Nilai-nilai pendidikan ini mendukung tujuan pembelajaran jasmani yang menekankan pembentukan karakter melalui aktivitas fisik.

Dari perspektif pengabdian kepada masyarakat, kegiatan ini berhasil menjembatani kebutuhan sekolah dalam memperluas pilihan aktivitas olahraga serta memperkenalkan cabang olahraga internasional yang masih jarang dikenal di Indonesia. Upaya memperkaya kurikulum ekstrakurikuler olahraga memiliki implikasi penting bagi pengembangan minat dan bakat siswa. Selain itu, keberhasilan kegiatan ini menunjukkan

bahwa kabaddi memiliki potensi besar untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai aktivitas ekstrakurikuler atau program olahraga alternatif di lingkungan sekolah.

Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, terutama pada aspek pengukuran hasil yang masih bersifat observasional dan kualitatif. Pengembangan penelitian lanjutan dengan desain eksperimental, misalnya mengukur peningkatan kebugaran fisik, respons taktis, atau keterampilan gerak secara kuantitatif, dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak olahraga kabaddi terhadap perkembangan siswa.

Secara keseluruhan, kegiatan sosialisasi ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan olahraga sekolah, memperkaya literasi olahraga siswa, dan memperkenalkan alternatif permainan edukatif yang memiliki nilai taktis, motorik, dan karakter. Pendekatan gabungan teori-praktik terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa, sehingga program sejenis layak diperluas ke sekolah lain untuk mendorong pemerataan akses terhadap ragam cabang olahraga modern dan tradisional yang mendidik.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa sosialisasi olahraga kabaddi di SMA Negeri 16 Makassar telah terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang direncanakan. Melalui pemaparan materi mengenai sejarah, teknik dasar, dan peraturan permainan kabaddi, serta pelaksanaan praktik lapangan secara langsung, siswa memperoleh pengetahuan dan pengalaman nyata mengenai olahraga kabaddi.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 90% siswa telah mampu memahami konsep dasar, aturan permainan, serta dapat mempraktikkan teknik kabaddi dengan baik, setelah sebelumnya tidak mengetahui olahraga tersebut sama sekali. Hal ini membuktikan bahwa model kegiatan sosialisasi berbasis teori dan praktik lapangan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa terhadap cabang olahraga baru.

Selain memberikan manfaat edukatif, kegiatan ini juga berkontribusi dalam memperkenalkan olahraga kabaddi sebagai alternatif permainan tradisional internasional yang dapat mendukung pengembangan kemampuan fisik, kerja sama tim, sportivitas, dan disiplin peserta didik. Dengan demikian, program ini memberikan dampak positif terhadap wawasan dan keterampilan olahraga siswa sekolah menengah.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, Tudor O, and Carlo Buzzichelli. 2019. *Periodization-: Theory and Methodology of Training*. Human kinetics.
- Bue, Madel Berta et al. 2025. "Analisis Pengaruh Ketidakseimbangan Penerapan Teori Dan Praktik Dalam Pembelajaran Pjok Terhadap Keterampilan Dasar Atletik SMA." *Jurnal Citra Magang dan Persekolahan* 3(4): 337–44.
- Dr. Sapari, S.H.I.M.S.I. et al. *Smart Evaluation: Mengukur Keberhasilan Pendidikan Di Abad 21*. Penerbit Adab. <https://books.google.co.id/books?id=vXdREQAAQBAJ>.
- Ennis, Catherine D. 2016. "Globalized Curriculum: Scaling Sport Pedagogy Themes for Research." In *Routledge Handbook of Physical Education Pedagogies*, Routledge, 112–26.
- . 2017. "Educating Students for a Lifetime of Physical Activity: Enhancing Mindfulness, Motivation, and Meaning." *Research quarterly for exercise and sport* 88(3): 241–50.
- International Federation Kabaddi. 2025. "International Kabaddi Federation. (n.d.). Rules & Regulations of Kabaddi (Version 2.1.0)." *International Kabaddi Federation. (n.d.). Rules & regulations of Kabaddi (Version 2.1.0)*. Retrieved from. https://www.kabaddiikf.com/images/newIKF_Rules.pdf?utm_source=chatgpt.com.
- Kusuma, Dadang Warta Candra Wira, Baiq Satrianingsih, Lalu Sapta Wijaya Kusuma, and Uray Gustian. 2024. "Implementation of Teaching Games for Understanding to Stimulate Game Understanding of Elementary School Students." *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 9(2): 255–61.
- Neira-Navarrete, Diego et al. 2024. "Effects of Modified Invasion Games on Motor Competence and Self-Assessed Physical Condition in Elementary School Students in the Physical Education Classroom." *Children* 11(3): 337.
- Santosa, M H et al. 2024. *Pembelajaran Berbasis Pengalaman: Teori Dan Praktik*. Nilacakra. <https://books.google.co.id/books?id=453-EAAAQBAJ>.
- Siedentop, Daryl, Peter Hastie, and Hans Van der Mars. 2019. *Complete Guide to Sport Education*. Human Kinetics.
- Suhara, Ir Ade, and M M ST. *METODE PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT Teori Dan Praktik*. Penerbit Widina.
- Sulaiman, S et al. 2024. *Metode & Model Pembelajaran Abad 21: Teori, Implementasi Dan Perkembangannya*. PT. Green Pustaka Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=qo0HEQAAQBAJ>.
- Suryani, Ni Kadek, and John E H J FoEh. 2018. *Kinerja Organisasi*. Deepublish.
- Tarumasely, Y. 2024. *Buku Ajar Strategi Pembelajaran*. Academia Publication.

Sosialisasi Olahraga Kabaddi Di SMAN 16 Makassar
Muslim , Reza Mahyuddin, Dahlan , Irwin, Muh. Said Hasan

<https://books.google.co.id/books?id=i3b3EAAAQBAJ>.

Ulansari, Ramadhani, Suharyanto Suharyanto, and F A Ricky Bayu Styanto. 2024. "Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam Rangka Mendukung Pekan Imunisasi Nasional PIN Polio Tahun 2024." *Jurnal Inovasi Pengabdian Masyarakat* 2(2): 43–48.