



Diseminasi Alat Latihan Pelontar Bola dalam Upaya Mendukung Prestasi Olahraga Kriket Jambi

Ilham¹, Anggrawan Janur Putra², Alek Oktadinata³, Wawan Junresti Daya⁴, David Iqroni⁵

^{1,2,3,4,5}Jurusan Pendidikan Olahraga dan Keplatihan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia.

Received: 26-10-2024

Revised: 27-10-2024

Accepted: 31-10-2024

Abstrak: Tujuan latihan merupakan sasaran utama seorang atlet untuk meningkatkan keterampilan dan fisik dengan pencapaian prestasi semaksimal mungkin, dalam prosenya pelatih harus terus melakukan inovasi dalam memberikan pola latihan yang efektif. Tak luput pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam mengikuti tren pola latihan saat ini. Salah satunya adalah penggunaan alat latihan pelontar bola pada cabang olahraga cricket yang telah melalui rangkaian proses penelitian. Melalui tim pengabdian masyarakat Universitas Jambi selanjutnya alat akan di desiminasikan pada atlet cricket Provinsi Jambi bertempat di training center KONI Provinsi Jambi. Deseminasi berlangsung pada 3 Juni hingga 27 September 2024. Deseminasi ini bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berlatih menggunakan alat latihan melontarkan bola secara drill bertenaga mesin. Deseminasi yang diluncurkan diharapkan memberikan dampak yang baik pada proses latihan atlet cricket provinsi jambi. Sehingga hasil dan motivasi latihan cricket atlet meningkat yang juga akan berdampak pada prestasi. Deseminasi ini merupakan penyebaran media latihan dari sebuah penelitian pengembangan alat pelontar bola cricket, yang kemudian produknya menjadi rekomendasi untuk latihan atlet cricket yang ada di Provinsi Jambi.

Kata Kunci: Alat Pelontar Bola; Kriket; Deseminasi

Penulis korespondensi

Email: anggrawanputra@unja.ac.id

Hak Cipta © 2023 Ilham¹, Anggrawan Janur Putra², Alek Oktadinata³, Wawan Junresti Daya⁴, David Iqroni⁵



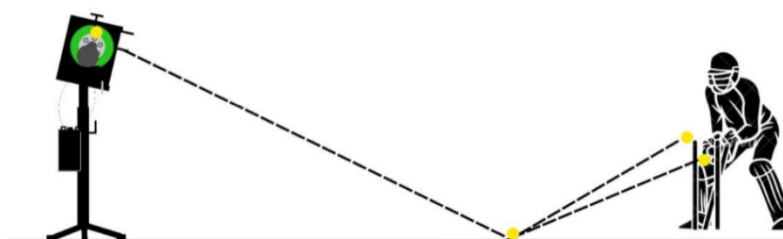
PENDAHULUAN

Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) merupakan salah satu organisasi keolahragaan yang membina seseorang dalam ruang lingkup olahraga prestasi. KONI memiliki tanggung jawab dalam perencanaan, pengembangan dan pembinaan dalam olahraga prestasi. olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan dukungan keolahragaan. Olahraga merupakan sebuah wadah bagi manusia untuk mengeksplorasi pengalaman geraknya dan dapat meningkatkan kualitas kesehatan individu menjadi lebih baik. Olahraga juga merupakan sebuah barometer bagi kemajuan suatu bangsa. Prestasi olahraga yang baik akan menjadi sebuah kebanggaan bagi suatu bangsa. Prestasi olahraga membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas yang bisa menjadi tumpuan harapan sebagai titik awal untuk bangkit sehingga prestasi olahraga jambi bisa berjaya. Sumber daya tersebut juga semestinya harus didukung dengan fasilitas sarana dan prasarana latihan yang memadai. adaptasi fisiologis yang diarahkan pada pola gerak aktivitas cabang tertentu, pemenuhan

kebutuhan metabolis, system energi, tipe kontraksi otot, dan pola pemilihan otot yang digerakkan. Spesialisasi dikembangkan pada saat atlet sudah mengembangkan dasar pada tahap multilateral dan selanjutnya mengkhususkan pada olahraga tertentu yang dipilihnya. Spesialisasi diperlukan untuk mencapai prestasi yang tinggi, sebab pada tahap ini menuju ke arah fisik, teknis, taktis, dan adaptasi psikologis yang kompleks. Dengan spesialisasi, atlet harus bersiap-siap menghadapi peningkatan berkelanjutan pada volume latihan dan intensitas. Untuk memperoleh teknik yang baik seorang atlet harus latihan secara kontiniu dan melakukan gerakan tersebut secara berulang ulang sehingga akan mendapatkan otomatisasi gerakan, sehingga dalam pelaksanaan teknik saat bertanding akan memperoleh poin (Candra et al. 2019).

Semua unsur yang terlibat, seperti para pengurus, jajaran pemerintah, para praktisi dan akademisi perlu melakukan konsolidasi dalam upaya membicarakan terkait peningkatan prestasi olahraga, tentunya dengan kaidah-kaidah yang ilmiah serta penerapan teknologi yang memang sudah menjadi kebutuhan dizaman sekarang ini, karena di abad ke-21 ini dominasi peran IPTEK sangat menonjol dalam dunia olahraga untuk menunjang peningkatan kualitas prestasi. Pendekatan pelatihan olahraga melalui pendekatan IPTEK merupakan upaya yang harus dilakukan dalam proses pembinaan olahraga prestasi. Peningkatan prestasi dalam bidang olahraga merupakan kajian yang sangat kompleks selain membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai juga diperlukan pedekatan sports science dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek) olahraga (Dongoran & Kalalo, 2020). Sekarang ini prestasi olahraga tidak akan berjalan dengan baik bila tidak ditunjang oleh faktor lain, seperti ilmu pengetahuan dalam dunia olahraga atau biasa disebut sport science.

Kondisi yang terjadi ini cukup memotivasi tim membuat alat bantu sesegera mungkin untuk didistribusikan. Dengan sasaran cabang olahraga Cricket binaan KONI di bawah kepengurusan cricket provinsi jambi. Berdasarkan ilmu pengetahuan yang ilmiah dan juga penerapan teknologi yang sesuai maka diciptakan mesin pelontar drill bowling cricket.



GAMBAR. 1 Fungsi dan kerja alat pelontar bola cricket

Mesin pelontar bola yang yang diciptakan akan sangat membantu dalam peningkatan kualitas dari teknik masing – masing atlet karena tanpa adanya patner atlet akan bisa latihan secara mandiri seperti pada latihan cricket, tenis, dan softball, saat melakukan lambungan bola atlet membutuhkan patner untuk bisa melakukan pukulan. Namun dengan mesin pelontar, atlet tidak perlu adanya patner tetapi akan dibantu oleh mesin pelontar untuk melambungkan bola. Mesin ini akan membantu atlet untuk dapat melakukan latihan secara mandiri tanpa harus ada patner sebagai pelambung bola. Kemudian bagi pelatih dapat diberikan kemudahan dalam pelaksanaan program latihan dalam meningkatkan performa atlet.

METODE

Deseminasi alat latihan pelontar bola pada atlet cricket Jambi berlangsung pada 25 agustus 2024 yang dilaksanakan di lapangan sport center KONI Provinsi JAMBI beralamat Jl. Halim Perdana Kusuma No.40, Sungai Asam, Kec. Ps. Jambi, Kota Jambi. Lebih lanjut, deseminasi ini dilaksanakan dengan beberapa kegiatan. Diantaranya kegiatan sosialisasi dan kegiatan uji coba langsung yang diberikan kepada atlet. Kegiatan sosialisasi diberikan kepada pelatih dan pengurus cricket provinsi jambi, guna memberikan pemahaman tentang cara penggunaan alat pelontar bola yang dideseminasikan. Selanjutnya uji coba tata cara pengoperasian alat juga dilangsungkan oleh pelatih dan atlet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan deseminasi ini dalam kegiatan pengabdian masyarakat terbagi atas duakegiatan, yakni kegiatan sosialisasi dan kegiatan uji coba. Berikut ini rincian kegiatan deseminasi yang di langsungkan:

1. Sosialisasi

Sosialisasi dilaksanakan di secretariat pengurus provinsi cricket Jambi. Kegiatan ini diharapkan mampu memberikan pemahaman dan dampak positif dalam bentuk motivasi kepada pelatih serta pengurus dengan adanya alat pelontar bola dan kegunaannya selama proses latihan. Sosialisasi berguna sebagai sebuah proses deseminasi/penyebaran atau introduksi media latihan berupa alat yang dapat melemparkan bola secara terus menerus dengan bertenaga mesin yang akan dikenalkan. Dimana media ini merupakan sebuah alat latihan yang dapat membantu atlet melangsungkan latihan sekaligus uji coba. Mesin alat pelontar bola telah di uji efektifitasnya dalam peningkatan hasil latihan cabang olahraga cricket mellalui studi literatur dan temuan ilmiah yang telah diuji coba kevaliditasannya kepada sampel yang homogen. Berikut ini merupakan dokumentasi kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan:



Gambar 2. Sosialisasi Pengenalan Alat Pelontar Bola

2. Uji Coba Penggunaan Oleh Atlet

Dalam Pelaksanaan deseminasi ini terdapat kegiatan uji coba langsung yang dilakukan bersama atlet. Uji coba ini dilakukan bersama atlet pengprov jambi baik atlet laki-laki ataupun atlet perempuan dapat melaksanakan pengetesan alat ini. Alat ini dapat diarahkan dan dapat diatur daya kekuatannya sehingga fleksibel dalam peruntukannya. Selama awal penggunaan alat masih didampingi oleh tim deseminasi, untuk selanjutnya dapat dioperasikan sendiri oleh masing-masing atlet maupun pelatih.

Proses uji coba penggunaan oleh atlet berlangsung dengan proses yang sistematis. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam uji coba ini diantaranya: (1) penyampaian tujuan kegiatan kepada atlet, (2) pengenalan bentuk dan fungsi tiap fitur mesin alat pelontar bola, (3) pengenalan cara penggunaan mesin pelontar bola, (4) Proses uji coba penggunaan mesin pelontar bola secara bergantian, (5) Mengobservasi proses uji coba penggunaan oleh atlet yang sedang berlangsung. (6) pendokumentasian.



Gambar 3. Penjelasan kegunaan fitur pada mesin alat pelontar kepada atlet



Gambar 4. Uji Coba alat mesin pelontar bola kepada atlet

KESIMPULAN

Pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) memberikan dorongan penting dalam pengembangan dan inovasi alat-alat olahraga, memberikan akademisi kesempatan untuk bersaing dalam menghasilkan perangkat yang lebih baik, mudah dibawa kemana-mana dan efisien. Salah satu ide yang diusulkan adalah pengembangan alat bantu latihan melontar bola yang dapat membantu atlet meningkatkan teknik seperti batting atau catching pada permainan olahraga cricket. Alat ini dirancang dengan keunggulan dapat melontarkan bola dari sudut yang dapat diatur sesuai keinginan, serta memiliki kemampuan untuk mengatur jarak dekat dan jauhnya bola. Melalui deseminasi inovasi IPTEK mesin pelontar bola yang berlangsung terdiri dari 2 (dua) kegiatan yakni sosialisasi dan kegiatan uji coba penggunaan oleh atlet dapat memberikan harapan masa depan olahraga Jambi kearah yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Candra, J., Pasaribu, A. M. N., & Fauzan, A. (2019). Pembuatan Mesin Pelontar Bola (Penbal) Alat Bantu Pembelajaran Dan Latihan Olahraga Bolavoli. *Jurnal Prestasi*, 3(6), 73.
- Dongoran, M. F., & Kalalo, C. N. (2020). Profil psikologis atlet pekan olahraga nasional (pon) papua menuju pon xx tahun 2020. *Journal Sport Area*, 5(1), 13-21.
- Handayani, F., Hasyim, D. M., Suryono, W., Sutrisno, S., & Novita, R. (2023). Peran Teknologi Pendidikan Dalam Mendukung Efektivitas Pelaksanaan Kurikulum Merdeka Belajar Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 1265-1271.
- Hakim, A. R., Santoso, A. B., Ferbrianti, R., Dwijayanti, K., & Firdaus, M. (2023). Penerapan Latihan Circuit Untuk Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Hockey. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 812-816.
- Kusubori, S., & Tanaka, T. (2023). Factors that contribute to winning medals in international soft tennis events. *International Journal of Racket Sports Science*, 5(1)
- Kafrawi, M. F., Wismanadi, H., & Julianto, J. (2024). Rintisan Alat Bantu Opent Shoulder Trainer Aparatus Lantai Untuk Melatih Gerakan Handstand Pada Cabang Olahraga Senam Artistik. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian*, 10(1), 9-16.
- Mutia, I. K., Wosal, Y. N., & Monigir, N. N. (2023). Kesiapan Guru dalam Menghadapi Tantangan Pendidikan di Bidang IPTEK. *Jurnal Basicedu*, 7(6), 3571-3579.
- Orchard, J. W., Saw, R., Kountouris, A., Redrup, D., Farhart, P., & Sims, K. (2023). Management of lumbar bone stress injury in cricket fast bowlers and other athletes. *South African Journal of Sports Medicine*, 35(1).
- Puthut, Y. P., Nur Ahmad, M., & SLAMET, J. (2024). Pengembangan Media Pembelajaran Permainan Bola Lempar Serang Untuk Pengenalan Olahraga Bola Tangan Pada Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Kauman Kabupaten Tulungagung (Doctoral dissertation, Universitas Nusantara PGRI Kediri).
- Rahayu, I. T., Pramuswari, M. F., Santya, M., Oktariani, R., & Fatimah, S. (2023). Analisis Hasil Pengaruh Perkembangan Iptek Terhadap Hasil Belajar Siswa Sd/Mi. *Hypothesis: Multidisciplinary Journal Of Social Sciences*, 2(01 Juni), 97-110.
- Sobarna, A., Rizal, R. M., Hambali, S., Asmara, H., & Sunarsi, D. (2022). Peningkatan Prestasi Olahraga Ditinjau Dari Konsep Ilmiah Dan Teknologi Di Koni Kota Cimahi. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 9(2), 173-176.
- Sukardi, S., Putra, T., Hambali, H., & Yuhendri, M. (2023). Rancang Bangun Robot Pelontar Bola Tennis Lapangan Berbasis Internet of Thing (IoT). *JTEIN: Jurnal Teknik Elektro Indonesia*, 4(1), 19-30.
- Turnip, R. S. (2023). Peningkatan Literasi Digital di Kalangan Pelajar: Pengenalan dan Praktik Penggunaan Teknologi Pendidikan. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 6(4), 2302-2310