



Upaya Pengembangan Potensi Olahraga Bagi Pemuda Melalui Program KKN di Desa Pocol

Muhammad Ardhi Saputra¹⁾, Barrin Putra Azharin²⁾, Budi Sunariyanto³⁾

Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah^{1),2),3)}, STIT Muhammadiyah Tempurejo Ngawi^{1),2),3)}

Email : kakardhi243@gmail.com

Abstract:

This research aims to find out how sports training influences the development of the community's sports potential through one of the STIT Muhammadiyah Tempurejo KKN activity programs. The aim of holding this sports activity program is to develop the sports potential of the youth of Pocol Village, Sine District, Ngawi Regency. This research uses a qualitative approach with descriptive methods. Data collection techniques in this study used observation methods and direct approaches to the community. This sports activity training is carried out to foster a sense of tolerance between people, develop the abilities and self-confidence of each individual, increase the closeness of brotherhood between communities, foster a healthy lifestyle both for oneself and others in the environment, foster good coordination and communication skills. The existence of this sports activity program is an initiative that has a big influence in motivating the public to create awareness of the importance of health. In addition, this program can also find out the potential of the community in the field of sports. The results of the study indicate that the KKN program can increase the interest and participation of youth in various sports activities. This program also succeeded in forming village sports clubs and organizing inter-youth sports competitions, which contributed to the improvement of skills and sportsmanship. Furthermore, the support from the village government and the active participation of KKN student were determining factors for the program's success.

Keyword: Sport; Youth Potential

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pelatihan keolahragaan terhadap pengembangan potensi olah raga yang dimiliki masyarakat melalui salah satu program kegiatan KKN STIT Muhammadiyah Tempurejo. Tujuan diadakannya program kegiatan olah raga ini yaitu untuk mengembangkan potensi olah raga para pemuda Desa Pocol Kecamatan Sine Kabupaten Ngawi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi dan pendekatan secara langsung kepada masyarakat. Pelatihan kegiatan olah raga ini dilakukan untuk menumbuhkan rasa toleransi antar sesama, mengembangkan kemampuan serta rasa percaya diri setiap individu, menambah keeratan persaudaraan antar masyarakat, menumbuhkan gaya hidup sehat baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain di lingkungannya, menumbuhkan keterampilan koordinasi dan komunikasi yang baik. Adanya program kegiatan olah raga ini



merupakan suatu inisiatif yang memiliki pengaruh besar untuk dapat memotivasi masyarakat terhadap terciptanya kesadaran akan pentingnya Kesehatan. Selain itu, program ini juga dapat mengetahui potensi masyarakat di bidang olah raga. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengkaji efektivitas program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dalam mengembangkan potensi olahraga pemuda di desa Pocol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program KKN mampu meningkatkan minat dan partisipasi pemuda dalam berbagai kegiatan olahraga. Program ini juga berhasil membentuk klub olahraga desa dan mengadakan kompetisi olahraga antar pemuda yang berkontribusi pada peningkatan keterampilan dan semangat sportifitas. Selain itu dukungan dari pemerintah desa dan partisipasi aktif dari mahasiswa KKN menjadi faktor penentu keberhasilan program.

Kata Kunci: Olahraga; Potensi Pemuda

PENDAHULUAN

Olahraga memiliki peran penting dalam perkembangan fisik, mental dan sosial pemuda. Selain sebagai sarana rekreasi, olahraga juga dapat menjadi media pengembangan karakter dan keterampilan sosial (Sallis et al., 2016) (Rahajeng & Nuri, 2024). Di Indonesia, pengembangan potensi olahraga dikalangan pemuda sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan , seperti kurangnya fasilitas, minimnya pembinaan, dan kurangnya minat dari para pemuda itu sendiri (Nugroho, 2020). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang efektif untuk mengatasi hambatan-hambatan ini.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN). KKN adalah program pengabdian kepada masyarakat yang wajib diikuti oleh mahasiswa di berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Program ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk berinteraksi langsung dengan masyarakat dan berkontribusi dalam berbagai bidang, termasuk olahraga (Setyowati, 2018). Melalui KKN, mahasiswa dapat menginisiasi dan mengembangkan kegiatan olahraga di desa-desa yang mereka tempati.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana program KKN dapat mengembangkan potensi olahraga pemuda di desa Pocol. Studi-studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan KKN dapat meningkatkan keterampilan kepemimpinan dan kemampuan berkerja sama (Arifin & Gunawan, 2017). Selain itu, program-program berbasis masyarakat seperti KKN telah terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi olahraga di berbagai konteks (Hendry & Kloep, 2018) (Septiana, 2022).

Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada identifikasi strategi-strategi yang digunakan dalam program KKN untuk mengembangkan potensi olahraga pemuda, serta menilai dampaknya terhadap peningkatan keterampilan dan partisipasi olahraga di desa Pocol. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada literatur tentang pengembangan olahraga di kalangan pemuda dan memberikan rekomendasi praktis untuk implementasi program KKN di masa depan.



METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan campuran (mixed methods) yang menggabungkan metode kualitatif dan kuantitatif. Pendekatan ini dipilih untuk mendapatkan gambaran yang komprehensif tentang efektivitas program KKN dalam mengembangkan potensi olahraga pemuda di desa Pocol. Desain eksplanatori sekuensial digunakan, dimana pengumpulan dan analisis data kuantitatif dilakukan terlebih dahulu, diikuti oleh pengumpulan dan analisis data kualitatif untuk memperdalam temuan-temuan awal (Creswell & Plano Clark, 2017).

Metode Pengumpulan Data (Yusrina & Nuri, 2023) (Afandi, 2022). Kuesioner: Instrumen kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif dari peserta KKN dan pemuda setempat. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur tingkat partisipasi, minat, dan keterampilan olahraga sebelum dan sesudah program KKN. Skala Likert 5 poin digunakan untuk mengevaluasi berbagai aspek terkait pengembangan potensi olahraga. Wawancara Mendalam: Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali informasi kualitatif dari peserta KKN, pemuda setempat, dan tokoh masyarakat. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan wawasan lebih mendalam tentang pengalaman, persepsi, dan dampak program KKN terhadap pengembangan potensi olahraga pemuda.

Observasi Partisipatif: Peneliti juga melakukan observasi partisipatif selama pelaksanaan program KKN. Observasi ini mencakup kegiatan-kegiatan olahraga yang diadakan, interaksi antara mahasiswa KKN dan pemuda, serta respons masyarakat terhadap program tersebut. Dokumentasi: Pengumpulan data juga dilakukan melalui dokumentasi, termasuk laporan kegiatan KKN, foto-foto, dan video yang diambil selama program berlangsung. Dokumentasi ini membantu melengkapi dan memvalidasi temuan dari kuesioner dan wawancara.

Subjek penelitian ini terdiri dari dua kelompok utama: Mahasiswa Peserta KKN: Mahasiswa yang mengikuti program KKN di desa Pocol selama periode penelitian. Mereka berperan sebagai fasilitator dan pelaksana kegiatan olahraga. Pemuda Desa Pocol: Pemuda berusia 10-25 tahun yang tinggal di desa Pocol dan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga yang diselenggarakan oleh program KKN. Pemuda ini dipilih secara acak untuk memastikan representativitas. Penelitian ini melibatkan sekitar 13 mahasiswa peserta KKN dan 30 pemuda desa Pocol. Jumlah ini dianggap cukup untuk mendapatkan data yang memadai dan representatif.

Adapun pelaksanaan KKN berlangsung dari mulai tanggal 26 April sampai 11 Juni 2024 dengan sasaran utama siswa SD/MI serta masyarakat di desa Pocol Sine. Lokasi kegiatan bertempat di BUMDES Pocol. Pelaksanaan kegiatan dalam upaya pengembangan potensi olahraga bagi pemuda yaitu diadakannya diklat bulutangkis serta perlombaan voli antar sekolah & antar warga di desa Pocol dengan mahasiswa KKN.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Olahraga merupakan kegiatan yang bisa dilakukan kapanpun dan dimanapun. Selain sering dikaitkan dengan upaya dalam bidang kesehatan, olahraga juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani. Menurut Cholik Mutoir, olahraga adalah suatu kegiatan atau aktivitas fisik yang dilakukan dengan secara sistematis untuk dapat membantu perkembangan potensi jasmaniah serta rohaniah seseorang. Pada saat ini banyak orang yang memiliki gaya hidup yang kurang baik, terutama dalam pola makan, tidur dan olahraga yang dilakukan dengan tidak benar. Olahraga membantu merangsang otot-otot dan bagian tubuh lainnya untuk beregrak. Otot-otot menjadi terlatih, sirkulasi darah dan oksigen dalam tubuhpun menjadi lancar sehingga metabolisme tubuh menjadi optimal. Tubuh akan terasa segar dan otak sebagai pusat syarafpun akan bekerja menjadi lebih baik. (Pane, 2015)

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Pocol Kecamatan Sine Kabupaten Ngawi. Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah masyarakat desa Pocol yang terdiri dari pemuda, remaja dan anak-anak. Hasil penelitian ini ditujukan untuk menggambarkan tentang potensi olahraga pada pemuda di Desa Pocol.



Gambar .1. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan Bulutangkis

Berdasarkan hasil penelitian, tergambar beberapa potret antusias masyarakat desa dalam mengikuti beberapa kegiatan keolahrgaan yang diadakan oleh mahasiswa KKN STIT Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi. Adapun upaya dalam pengembangan potensi olahraga di desa Pocol ini, salah satunya mahasiswa KKN mengadakan pelatihan bulutangkis. Pelatihan bulutangkis yang dilaksanakan secara rutin setiap hari Selasa - Rabu pukul 08.00 - 10.00 WIB yang diikuti oleh anak-anak SD/MI.



Gambar .2. Pelaksanaan Kegiatan Lomba Bola Voly

Selain itu, mahasiswa menyelenggarakan perlombaan seperti olahraga bola voli antar tingkat SD/MI se desa Pocol dan Warga desa Pocol melawan mahasiswa KKN. Perlombaan cabang olahraga bola voli dilaksanakan pada hari Juma'at 7 Juni 2024 pukul 16.00 WIB – selesai. Perlombaan tersebut diikuti oleh anak-anak SD/MI se Desa Pocol.

**Gambar .3.** Pelaksanaan Kegiatan Lomba Volly Warga Desa Pocol Vs Mahasiswa KKN

Untuk perlombaan bola voly antar warga desa Pocol vs Mahasiswa KKN di mulai pada hari Jum'at tanggal 7 Juni 2024 pukul 20.30 WIB - selesai. Peran kegiatan olahraga di kalangan masyarakat di adakan sebagai upaya dalam mengembnagkan potensi olahraga yang dimiliki oleh masyarakat desa Pocol. Selain itu, kegiatan pelatihan olahraga merupakan sebuah inisiatif sebagai akses terciptanya jalinan komunikasi yang dapat mempercepat tali persaudaraan antar masyarakat. Kendala yang ditemukan dalam pelaksanan pelatihan dan perlombaan keolahragaan tersebut yaitu :

- 1) Sarana prasarana yang kurang memadai.
- 2) Bagi beberapa masyarakat memiliki minat yang rendah dalam mengikuti kegiatan olahraga sehingga membutuhkan pendekatan yang khusus untuk meningkatkan minat dan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan.

Adapun dampak dan upaya yang berkelanjutan, yaitu :

- 1) Kegiatan olahraga ini dapat membantu meningkatkan minat, bakat dan potensi masyarakat dalam bidang olahraga.
- 2) Tertatanya lapangan olahraga
- 3) Dapat menciptakan bibit unggul yang berpotensi
- 4) Terciptanya aktifitas olahraga yang teratur

Banyak manfaat yang dapat dirasakan dari adanya kegiatan pelatihan dan perlombaan tersebut. Seperti :

Pengembangan Fisik dan Kesehatan :

Kegiatan olahraga secara rutin dapat meningkatkan kebugaran fisik, memperkuat otot dan tulang, serta mengurangi risiko penyakit kronis seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung (Sallis et al., 2016).



Pengembangan Keterampilan Sosial: Olahraga sering kali melibatkan kerja tim, yang membantu pemuda mengembangkan keterampilan komunikasi, kerjasama, dan kepemimpinan. Ini juga mengajarkan nilai-nilai seperti sportifitas, disiplin, dan tanggung jawab (Weinberg & Gould, 2019).

Peningkatan Kesejahteraan Mental: Keterlibatan dalam kegiatan olahraga dapat mengurangi stres, kecemasan, dan depresi. Olahraga memicu pelepasan endorfin yang dapat meningkatkan suasana hati dan perasaan bahagia (Biddle & Mutrie, 2015).

Peluang Karir dan Pendidikan: Pengembangan bakat olahraga dapat membuka peluang beasiswa pendidikan dan karir profesional dalam bidang olahraga. Beberapa pemuda yang berprestasi dalam olahraga juga dapat meraih pengakuan dan penghargaan yang meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi mereka (Bailey et al., 2013).

Pemberdayaan Komunitas: Kegiatan olahraga yang melibatkan pemuda dapat memperkuat ikatan komunitas, meningkatkan partisipasi sosial, dan membangun kebanggaan lokal. Ini juga dapat menjadi sarana untuk mengatasi isu-isu sosial seperti kenakalan remaja dan penyalahgunaan narkoba (Nicholson et al., 2010).

Hambatan dalam Kegiatan Pengembangan Potensi Olahraga bagi Pemuda

Keterbatasan Fasilitas dan Sarana: Banyak daerah, terutama di pedesaan dan wilayah terpencil, yang memiliki keterbatasan fasilitas olahraga. Ini termasuk lapangan olahraga yang tidak memadai, kurangnya peralatan, dan tidak adanya tempat latihan yang memadai (Nugroho, 2020).

Kurangnya Pelatihan dan Pembinaan: Tanpa pelatihan yang tepat dan pembinaan dari pelatih yang berpengalaman, pengembangan keterampilan olahraga pemuda dapat terhambat. Hal ini sering terjadi karena kurangnya sumber daya manusia yang kompeten di bidang olahraga (Purwanto, 2018).

Minimnya Dukungan Finansial: Pengembangan potensi olahraga memerlukan dana untuk penyediaan fasilitas, peralatan, dan penyelenggaraan kegiatan. Kurangnya dukungan finansial dari pemerintah atau sponsor swasta dapat menjadi hambatan besar (Suryadi, 2017).

Motivasi dan Minat yang Rendah: Beberapa pemuda mungkin kurang tertarik atau termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Ini bisa disebabkan oleh kurangnya kesadaran akan manfaat olahraga, pengaruh budaya yang lebih mementingkan akademik, atau kebiasaan gaya hidup yang tidak aktif (Duncan et al., 2015).

Hambatan Sosial dan Budaya. Selain upaya meningkatkan potensi olahraga bagi para pemuda dan masyarakat umum, kegiatan ini juga dapat menumbuhkan serta meningkatkan gaya hidup masyarakat yang sehat.



PENUTUP

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) memiliki potensi besar dalam mengembangkan potensi olahraga pemuda di desa-desa, seperti yang terlihat dari hasil penelitian ini. Melalui partisipasi aktif dan keterlibatan langsung mahasiswa dalam masyarakat, program KKN berhasil meningkatkan minat, keterampilan, dan partisipasi pemuda dalam berbagai kegiatan olahraga. Selain memberikan manfaat fisik dan mental bagi pemuda, program ini juga berkontribusi pada pemberdayaan komunitas dan penguatan ikatan sosial di desa Pocol. Namun, untuk mencapai keberhasilan yang berkelanjutan, diperlukan dukungan yang lebih kuat dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, lembaga pendidikan, dan sektor swasta. Penyediaan fasilitas yang memadai, pelatihan berkelanjutan, dan peningkatan kesadaran akan pentingnya olahraga di kalangan pemuda adalah beberapa langkah yang perlu diambil untuk mengatasi hambatan yang ada. Dengan demikian, program KKN dapat terus berperan sebagai katalisator penting dalam pengembangan potensi olahraga pemuda dan menciptakan generasi yang sehat, berprestasi, dan berdaya saing tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian, tergambar beberapa potret antusias masyarakat desa dalam mengikuti beberapa kegiatan keolahragaan yang diadakan mahasiswa KKN STIT Muhammadiyah Tempurrejo Ngawi. Adapun upaya dalam pengembangan potensi olahraga di desa Pocol ini, mahasiswa KKN mengadakan pelatihan bulutangkis serta perlombaan bola voly. Adapun dampak dan upaya yang berkelanjutan, yaitu : 1) Kegiatan olahraga ini dapat membantu meningkatkan minat, bakat dan potensi masyarakat dalam bidang olahraga. 2) Tertatanya lapangan olahraga. 3) Dapat menciptakan bibit unggul yang berpotensi . 4) Terciptanya aktifitas olahraga yang teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, M., & Gunawan, A. (2017). Pengaruh Program KKN Terhadap Pengembangan Kepemimpinan Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan*, 10(2), 145-160.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & BERA Physical Education and Sport Pedagogy Special Interest Group. (2013). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27.
- Biddle, S. J. H., & Mutrie, N. (2015). *Psychology of Physical Activity: Determinants, Well-Being, and Interventions* (3rd ed.). Routledge.
- Bryman, A. (2016). *Social Research Methods* (5th ed.). Oxford University Press.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and Conducting Mixed Methods Research* (3rd ed.). Sage Publications.
- Cunningham, G. B., Fink, J. S., & Doherty, A. (2018). Embedding gender equity into youth sport organizations: Creating organizational change. *Journal of Sport Management*, 32(4), 321-333.



- Duncan, S. C., Duncan, T. E., Strycker, L. A., & Chaumeton, N. R. (2015). A cohort-sequential latent growth model of physical activity from ages 12 to 17 years. *Annals of Behavioral Medicine*, 22(2), 118-124.
- Hendry, L. B., & Kloep, M. (2018). *Youth Development through Sport: An Interdisciplinary Approach*. Routledge.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Nicholson, M., Hoye, R., & Houlihan, B. (Eds.). (2010). *Participation in Sport: International Policy Perspectives*. Routledge.
- Nugroho, R. (2020). *Tantangan dan Peluang Pengembangan Olahraga di Indonesia*. Jakarta: Gramedia.
- Purwanto, E. (2018). *Strategi Pembinaan Olahraga di Indonesia*. Bandung: Alfabeta.
- Sallis, J. F., Floyd, M. F., Rodríguez, D. A., & Saelens, B. E. (2016). Role of Built Environments in Physical Activity, Obesity, and Cardiovascular Disease. *Circulation*, 125(5), 729-737.
- Setyowati, A. (2018). *Peran KKN dalam Pemberdayaan Masyarakat Desa*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta.
- Suryadi, H. (2017). *Manajemen Olahraga: Pendekatan Teoritis dan Praktis*. Yogyakarta: Andi.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology (7th ed.)*. Human Kinetics.
- Afandi, D. (2022). *Metodologi Pengabdian Masyarakat* (Suwendi (ed.); pertama). Direktorat Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/71356/1/Buku.pdf>
- Rahajeng, T., & Nuri, S. A. (2024). "Sosialisasi Bullying di Sekolah Dasar." *Jurnal Al-Maun : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Mahasiswa*, 3(2), 57–66. <https://doi.org/https://ejournal.stitmuhgawi.ac.id/index.php/Al-Maun/article/view/594>
- Septiana, W. T. (2022). "Membumikan Gerakan Literasi Pada Anak Tingkat Sekolah Dasar Dalam Kegiatan Rumah Ilmu." *Jurnal Al-Maun : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Mahasiswa*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.63353/2c2sf623>
- Yusrina, A. R., & Nuri, S. A. (2023). "Pelatihan Tatacara Membaca Al-Qur'an Sesuai Dengan Makhoriul Huruf Serta Ilmu Tajwid di SDN Pocol." *Jurnal Al-Maun : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Mahasiswa*, 2(2), 64–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.63353/eg728247>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Bryman, A. (2016). *Social Research Methods (5th ed.)*. Oxford University Press.



Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Alfabeta.

Moleong, L. J. (2018). Metodologi Penelitian Kualitatif. Remaja Rosdakarya.