

SOSIALISASI MODEL LATIHAN JUMP UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SENAM RITMIK

Oleh: Dr. Christina Fajar Sriwahyuniati, S.Pd., M.Or., Prof. Dr. Tomoliyus, MS., Krisnanda Dwi Apriyanto, S.Or., M.Kes.

ABSTRAK

Data Pokok Pendidikan Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi pada tahun 2021 menunjukkan bahwa sekolah dasar di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sejumlah 1.849. Akan tetapi, dari jumlah sekolah dasar tersebut tidak banyak sekolah atau anak yang berlatih senam ritmik. Hal ini menjadi permasalahan yang perlu dikaji lebih dalam mengenai penyebab tidak berkembangnya senam ritmik di DIY. Hambatan-hambatan yang ada perlu dikaji secara mendalam dengan melihat hasil kejuaraan yang sudah diselenggarakan, baik kejuaraan yang resmi atau kejuaraan yang diselenggarakan kementerian. Selama ini yang menjadi juara pada saat lomba adalah atlet-atlet dari kota-kota besar, seperti Jakarta, Surabaya, sedangkan Provinsi DIY mendapatkan ranking bawah. Banyak faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi, antara lain faktor atlet, pelatih, dan sarana prasarana. Hasil pengamatan dalam perlombaan menunjukkan ketertinggalan kualitas fisik dan teknik atlet Provinsi DIY dengan atlet-atlet yang menjadi juara. Faktor-Faktor tersebut perlu diteliti supaya dapat mengetahui faktor penyebab ketertinggalan.

Tujuan: kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini diadakan dengan tujuan (1) Memberikan Sosialisasi Model Latihan *Jump* bagi guru PJOK di Kabupaten Sleman. (2) untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Senam Ritmik bagi Siswa atau Atlet Senam di Kabupaten Sleman.

Metode: Bentuk kegiatan dalam sosialisasi dengan memberikan pelatihan Model Latihan *Jump* kepada guru PJOK. Sebagai bentuk evaluasi terhadap pelaksanaan PkM ini maka dilakukan pre test dan post test dengan mengukur keterampilan jump siswa.

Hasil: Kegiatan PkM ini diikuti oleh 50 guru PJOK Kabupaten Sleman dan mendapatkan apresiasi yang baik dari para peserta.

Target luaran: luaran dari kegiatan PPM ini diharapkan mampu dimuat dalam jurnal pengabdian kepada masyarakat IJHRES.

Kata Kunci: *Sosialisasi, model latihan jump, teknik dasar, senam ritmik*