

## Coaching Clinic Olahraga Cricket di Desa Panji

I Putu Herry Widhi Andika<sup>1</sup>, I Ketut Oka Teguh Permana<sup>2</sup>, I Komang Oka Tegar Permana<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Mataram, Indonesia

### Corresponding Author

Nama Penulis: I Putu Herry Widhi Andika

E-mail: [herry\\_widhi@gmail.com](mailto:herry_widhi@gmail.com)

### Abstrak

*Coaching clinic merupakan salah satu metode efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan calon pelatih atau guru pendidikan jasmani. Metode ini dianggap paling tepat dan efisien dalam memperkenalkan dan menyebarkan olahraga cricket. Tujuan utama dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan wawasan baru serta keterampilan dasar dalam melatih olahraga cricket. Pendekatan yang digunakan adalah pemberian angket berupa pre-test dan post-test, dengan harapan peserta menunjukkan peningkatan pemahaman setelah kegiatan berakhir. Meskipun cricket masih tergolong olahraga baru, para peserta menunjukkan antusiasme tinggi karena olahraga ini relatif mudah dimainkan, bahkan oleh pemula. Berdasarkan hasil yang diperoleh, terdapat peningkatan rata-rata skor peserta dari 46 menjadi 87,5 setelah mengikuti coaching clinic. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai dasar-dasar pengetahuan dan teknik pelatihan. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu terus dikembangkan di masa mendatang guna mendorong percepatan perkembangan prestasi olahraga cricket.*

**Kata kunci** - coaching, clinic, olahraga, cricket

### Abstract

*A coaching clinic is one of the most effective methods to enhance the knowledge and skills of prospective coaches or physical education teachers. This approach is considered the most appropriate and efficient way to introduce and promote the sport of cricket. The main objective of this community service activity is to provide new insights and basic coaching skills in cricket. The method used involves administering questionnaires in the form of pre-tests and post-tests, with the expectation that participants will show improved understanding by the end of the activity. Although cricket is still considered a relatively new sport, participants demonstrated high enthusiasm due to its accessibility and ease of play, even for beginners. Based on the results, there was an increase in participants' average score from 46 to 87.5 after attending the coaching clinic. This indicates that the activity successfully enhanced participants' understanding of fundamental knowledge and coaching techniques. Therefore, similar activities should continue to be developed in the future to accelerate the growth and achievement of cricket as a sport.*

**Keywords** - coaching, clinic, sport, cricket

## **PENDAHULUAN**

Olahraga adalah bagian tak terpisahkan dari kehidupan dan termasuk dalam kebutuhan fisik yang esensial bagi manusia. Aktivitas ini merupakan bentuk gerakan manusia yang dilakukan secara terarah sesuai dengan jenis cabang olahraga tertentu, dengan tujuan yang beragam. Oleh karena itu, olahraga menjadi suatu fenomena yang erat kaitannya dengan kehidupan sosial setiap individu. Selain itu, olahraga juga berperan dalam mendukung pertumbuhan fisik, terutama dalam membantu proses perkembangan anak (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Salah satu tempat untuk mempengaruhi perkembangan anak yaitu di sekolah. Di dalam sekolah terdapat mata pelajaran yang mempengaruhi motoric anak yaitu mata pelajaran Pendidikan jasmani. Sehingga dengan adanya mata pelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan (PJOK). Sehingga dengan ada mata pelajaran PJOK, anak mendapatkan pembinaan yang tersistematis dan terstruktur. Selain itu juga olahraga dapat menjadikan anak berprestasi (Gumantan et al., 2020).

Pencapaian prestasi di bidang olahraga tidak dapat dipisahkan dari proses pembinaan yang dilakukan secara bertahap. Oleh karena itu, upaya pembinaan perlu dimulai sejak jenjang sekolah dasar (SD) (Andriawan & Irsyada, 2022). Di lingkungan sekolah, pembinaan ini dapat dilakukan melalui kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan sebagai sarana untuk mengembangkan minat, bakat, dan kemampuan siswa dalam bidang olahraga. Di SD masih sedikit ada kegiatan ekstrakurikuler olahraga sehingga anak akan mendapatkan sedikit peluang untuk berprestasi. Guru PJOK juga bisa mengenalkan olahraga-olahraga baru seperti salah satunya olahraga cricket

Olahraga cricket merupakan olahraga yang termasuk baru dikenal oleh anak SD. Yang dimana olahraga cricket merupakan olahraga bola kecil yang dimainkan oleh 2 tim dengan dengan teknik memukul bola (*battling*), melambungkan bola (*bowling*), melempar bola (*throwing*) dan menangkap bola (*catch*). Cricket bisa dimainkan di lapangan yang terbuka dan tertutup (Andika, 2022). Olahraga ini sudah sangat pesat perkembangannya sudah banyak event berskala nasional maupun internasional.

Peningkatan prestasi olahraga tidak semata-mata bergantung pada pengalaman seorang pelatih saat masih menjadi atlet. Seorang pelatih juga dituntut untuk terus mengembangkan kompetensinya, misalnya dengan mengikuti pelatihan kepelatihan atau memperoleh lisensi, guna menambah wawasan dan pengetahuan baru yang dapat diterapkan dalam melatih para atlet (Zulva & Raharjo, 2022). Pernyataan tersebut menyatakan bahwa memperbaharui dan menambahkan ilmu pengetahuan oleh seorang guru dan pelatih sangat penting dapat meningkatkan prestasi atlet (Afriani et al., 2023). Melalui kegiatan coaching clinic ini, setidaknya para pelatih yang dalam hal ini merupakan guru olahraga di sekolah masing-masing, telah melakukan upaya pengembangan wawasan dan pengetahuan mereka terhadap cabang olahraga baru, yaitu cricket.

*Coaching clinic* merupakan salah satu cara yang efektif untuk menambah pengetahuan dan keterampilan (Sudiantini et al., 2025). Melalui kegiatan ini, guru yang berperan sebagai pelatih di sekolah diharapkan dapat menerapkan ilmu yang diperoleh, minimal dengan membimbing peserta didik dalam mengembangkan prestasi olahraga cricket melalui kegiatan ekstrakurikuler. Hasil dari kegiatan sosialisasi diharapkan dapat memberikan dorongan atau motivasi kepada para siswa untuk ikut terlibat dalam olahraga cricket, tidak hanya sebagai atlet, tetapi juga sebagai upaya untuk meningkatkan kebugaran fisik mereka (Sudiantini et al., 2025).

Kegiatan coaching clinic ini diselenggarakan selama dua hari di desa panji dan diikuti oleh guru pendidikan jasmani jenjang sekolah dasar. Total peserta yang hadir sebanyak 12 orang guru.

## **METODE**

Metode adalah pendekatan ilmiah yang digunakan untuk memperoleh data dengan maksud dan tujuan tertentu (Afif et al., 2023). Dalam kegiatan ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket sebanyak dua kali, yaitu sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) pelaksanaan materi. Angket pre-test diberikan sebelum penyampaian materi baik teori maupun praktik, sedangkan angket post-test dibagikan setelah seluruh materi selesai disampaikan kepada peserta coaching clinic. Angket terdiri dari 20 butir soal dengan masing-masing soal bernilai 5 poin. Materi yang dicakup

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



meliputi pemahaman dasar serta pelatihan teknik dasar cricket. Adapun kegiatan pengabdian cricket ini dilaksanakan selama dua hari, dengan hari pertama difokuskan pada penyampaian materi dasar dan metode pelatihan dasar di dalam ruangan, sedangkan hari kedua diisi dengan praktik langsung mengenai teknik dasar yang tepat dalam melatih.



**Gambar 1.**  
Kegiatan Pengenalan Cricket

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan coaching clinic ini diselenggarakan sebagai upaya untuk mempersiapkan guru dan mahasiswa menjadi calon pelatih dalam mengajarkan dasar-dasar olahraga cricket. Dalam kegiatan ini, diberikan angket di awal (pre-test) dan akhir (post-test) kepada seluruh peserta yang berjumlah 12 orang.

Pada hari pertama kegiatan, hasil pre-test menunjukkan sebaran nilai sebagai berikut: 7 peserta memperoleh nilai 40 (58%), 3 peserta mendapat nilai 50 (25%), dan 2 peserta memperoleh nilai 60 (17%). Rata-rata nilai pre-test adalah 46, dengan nilai terendah 40 dan nilai tertinggi 60. Setelah pelaksanaan pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh dua narasumber. Narasumber pertama merupakan atlet cricket tingkat nasional yang berasal dari Kabupaten buleleng, sementara materi kedua disampaikan oleh saya sendiri.

Hasil kegiatan di hari kedua dimulai dengan praktek dilapangan dengan mempraktekkan apa saja yang didapat di hari pertama kemarin, meliputi teknik dasar cricket dan teknik dasar melatih. Peserta dibagi dengan beberapa kelompok dengan menggunakan 3 lapangan, sehingga efektifitas nya juga diperhatikan. Setelah kegiatan praktek selesai, langsung dilanjutkan dengan penyebaran angket ke semua peserta di lapangan itu juga. Dari hasil *post-test* didapat nilai rata-rata sebesar 87,5, dengan nilai terendah 80 dan nilai tertinggi 95 sedangkan sebaran nilai bisa dilihat sebagai berikut: 1 orang mendapat nilai 80 dengan jumlah 8%, 6 orang mendapat nilai 85 dengan jumlah 50%, 3 orang mendapat nilai 90 dengan jumlah 25%, 2 orang mendapat nilai 95 dengan jumlah 17%.

Kegiatan coaching clinic ini memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan peserta, khususnya terkait pemahaman dan teknik dasar melatih dalam olahraga cricket. Keberhasilan pencapaian tujuan kegiatan ini tidak terlepas dari antusiasme para peserta serta dukungan panitia dalam menyelenggarakan acara, yang merupakan pelaksanaan perdana di desa panji dan memperkenalkan salah satu cabang olahraga baru di Indonesia.

## KESIMPULAN

Penguasaan pengetahuan dan keterampilan merupakan bekal utama yang harus dimiliki oleh guru atau pelatih dalam menjalankan kegiatan kepelatihan, khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler

di sekolah. Dengan kemampuan yang memadai, pencapaian prestasi akan lebih mudah diraih. Melalui kegiatan coaching clinic cricket ini, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta, yaitu dari skor rata-rata 46 menjadi 87,5. Hal ini menunjukkan adanya perkembangan positif sebelum dan sesudah pelatihan. Ke depannya, kegiatan serupa perlu terus dilaksanakan secara berkelanjutan untuk mempercepat perkembangan olahraga cricket.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afif, Z., Azhari, D. S., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Ilmiah (Kuantitatif) Beserta Paradigma, Pendekatan, Asumsi Dasar, Karakteristik, Metode Analisis Data Dan Outputnya. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 682–693.
- Afriani, Y., Sari, S. P., Puspaningtyas, D. E., & Anwar, F. (2023). Pendampingan Pengaturan Menu Gizi Seimbang Atlet Sepak Bola Junior pada Pelatih di SSB Baturetno. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 14(3), 616–623.
- Andika, I. P. H. W. (2022). Pengaruh Metode Pelatihan Beban Medicine Ball Throw dan Panjang Lengan terhadap Power Otot Lengan Atlet Cricket Buleleng. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 1–15.
- Andriawan, B., & Irsyada, R. (2022). Pembinaan Prestasi Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) di Kabupaten Wonosobo Tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 205–213.
- Gumantan, A., Sina, I., & Pratiwi, E. (2020). Olahraga Rekreasi dalam Peningkatan Prestasi Olahraga. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(2), 103–114.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Sci. Educ. J*, 1(1), 31–37.
- Sudiantini, D., Mintawati, H., Arjulayana, A., Desianti, L. C., Handayani, S., Rohida, L., Anggraeni, N., Lince, P. I. N., Suriyanti, S., & Winarni, W. (2025). Peningkatan Kesadaran Riset di Kalangan Dosen dan Parktisi Melalui Program Coaching Clinics: Implikasi untuk Pengembangan Ilmu Pengetahuan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 52–56.
- Zulva, F. M., & Raharjo, A. (2022). Survei Pembinaan Prestasi Olahraga Sepaktakraw Pada Atlet Pemusatan Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLPD) Kabupaten Kendal 2022. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 412–423.