

**PENATARAN PELATIH WOODBALL C3-PENGURUS CABANG
OLAHRAGA WOODBALL SE-KALIMANTAN BARAT TAHUN 2025**

***C3 WOODBALL COACH TRAINING FOR WOODBALL SPORTS BRANCH
MANAGEMENT FOR WEST KALIMANTAN IN 2025***

**Novi Yanti¹⁾, Wiwik Yunitaningrum²⁾, Fitriana Puspa Hidasari³⁾, Witri Suwanto⁴⁾, Rizki
Hazazi Ali⁵⁾, Dwi Mahfirira⁶⁾, Dede Rahman⁷⁾, Rajudin⁸⁾**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Tanjungpura

¹Email: noviyanti@fkip.untan.ac.id

Naskah diterima tanggal 19-11-2025, disetujui tanggal 16-07-2026 dipublikasikan tanggal 31-07-2026

Abstrak: Penyelenggaraan Penataran Pelatih Woodball C3-Pengurus Cabang Olahraga Woodball Se-Kalimantan Barat Tahun 2025 merupakan salah satu kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat guna untuk mengenalkan olahraga baru yakni olahraga woodball yang masih belum banyak dikenal oleh masyarakat terutama masyarakat Kalimantan Barat, dimana harapan kedepannya kegiatan tersebut tetap berlanjut menjadi agenda tahunan guna terus untuk memajukan lebih mengenalkan dan mengembangkan olahraga woodball dengan banyaknya pelatih yang kompeten guna membina bibit-bibit atlet yang berpotensi untuk memperoleh prestasi khususnya Kalimantan Barat. Metode pelaksanaannya dilakukan melalui beberapa tahapan diantaranya, tahap pembentukan panitia penyelenggara dan menentukan pembagian materi yang akan disampaikan pada setiap sesinya, selanjutnya membuat undangan kebeberapa pihak terkait surat perijinan kegiatan yang mana dilakukan di SMA 05 Kota Singkawang, tahap akhir menyiapkan segala kebutuhan dan perlengkapan yang diperlukan selama berjalannya pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di SMA N 05 Kota Singkawang yang terletak di Jalan Ratu Sepudak, Kelurahan Sei Rasau, Kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang, Kalimantan Barat. Dari hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema “Penataran Pelatih Woodball C3-Pengurus Cabang Olahraga Woodball Se-Kalimantan Bart Tahun 2025” diikuti oleh 21 orang para guru-guru kota singkawang yang dan 9 orang mahasiswa yang berasal dari berbagai kabupaten yang ada di Kalimantan Barat, dan melihatkan progres peningkatan secara motivasi serta penguasaan teknik dari 50% menjadi 70%, dan peningkatan secara pemahaman pembuatan program latihan dari 30% menjadi 60%.

Kata Kunci: Penataran; Pelatih; Woodball.

Abstract: The "2025 C3 Woodball Coach Training for Woodball Branch Administrators across West Kalimantan" is a community service initiative designed to introduce woodball-a sport still relatively unknown to the general public, particularly in West Kalimantan. The hope is for this event to become an annual agenda item that advances, promotes, and develops the sport by producing competent coaches capable of nurturing promising athletes who can achieve

success for the region. The implementation involved several stages: forming the organizing committee and outlining the material for each session; issuing invitations and securing activity permits (with the event hosted at SMA 05 Singkawang City); and finally, preparing all necessary logistics and equipment for the event's execution. The activity took place at SMA N 05 Singkawang City, located on Jalan Ratu Sepudak, Sei Rasau Urban Village, North Singkawang District, Singkawang City, West Kalimantan. The event was attended by 21 teachers from Singkawang City and 9 university students from various regencies across West Kalimantan. Results showed improvements in both motivation and technical mastery (rising from 50% to 70%) and in the understanding of training program design (rising from 30% to 60%).

Keywords: Training; Coach; Woodball.

PENDAHULUAN

Mengacu pada Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 tahun 2005 Bab II pasal 4 menetapkan bahwa keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas manusia. Selanjutnya pada Bab VI pasal 17 menetapkan ruang lingkup olahraga itu sendiri mencakup tiga pilar, yaitu: olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi (Budiwanto, 2012). Menurut Hasanuddin (2020) tiga pilar olahraga dapat dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan olahraga secara terencana, sistematis, berjenjang, dan berkelanjutan, yang dimulai dari pembudayaan dengan pengenalan gerak pada usia dini, pemassalan dengan menjadikan olahraga sebagai gaya hidup (Irdiyana, 2010), pembibitan dengan penelusuran bakat dan pemberdayaan sentra-sentra olahraga, serta peningkatan prestasi dengan pembinaan olahraga unggulan nasional sehingga olahragawan andalan dapat meraih puncak pencapaian prestasi (Imanudin, 2008). Untuk mewujudkan hal tersebut dalam menyemarakkan dan mengenal serta mengajak para masyarakat untuk peduli akan pentingnya hidup sehat serta berprestasi maka harus difasilitasi dengan diadakannya berbagai bentuk sosialisasi olahraga, terutama mengenai cabang olahraga yang baru khususnya di Kalimantan Barat, tentu pasti didukung dengan pentingnya media penghubung sebagai sarana informasi ke masyarakat, dan hal itu sangat berpengaruh untuk mengundang antusiasme masyarakat (Aditiya, 2020).

Maka dari itu, dalam mewujudkan harapan-harapan tersebut dibutuhkan peran serta insan yang berkecimpung dalam bidang pendidikan dan olahraga dalam melakukan pensosialisasian (Pratama, 2020) jenis cabang olahraga baru salah satunya yakni olahraga woodball (Dwiyogo, 2009). Menurut Suyatno (2020) dunia pendidikan dan olahraga memiliki peranan penting dalam hal ini guna mendorong para insan olahraga yang tersebar diberbagai daerah khususnya di Kalimantan Barat agar dapat mengenal dan mengetahui serta dapat melakukan terkait cabang olahrag Woodball agar kedepannya selain olahraga ini dikenal dan dapat membina dan memunculkan calon bibit-bibit atlet yang berprestasi pada cabang olahraga Woodball di Kalimantan Barat. Adapun tujuan kegiatan tujuan dari pelatihan pelatih olahraga woodball ini adalah untuk: memberikan pelatihan pelatih khusus cabang olahraga woodball level C3, meningkatkan pemahaman tentang teknik melatih dasar olahraga woodball. Maka kami tenaga pendidik serta insan olahraga dari Program Studi Pendidikan Jasmani Jurusan Ilmu Olahraga FKIP Universitas Tanjungpura akan menyelenggarakan Penataran Pelatih Woodball C3-Pengurus Cabang Olahraga Woodball Se-Kalimantan Barat Tahun 2025 sekaligus dalam persipan PORPROV Kalimantan Barat tahun 2026 mendatang. Metode yang digunakan dalam program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan dengan beberapa tahap yaitu: 1) Tahap sosialisasi yaitu mensosialisasikan mengenai program pelatihan pelatih dasar (Harsono, 2015) olahraga woodball level C3 (Kriswanto, 2011) kepada masing-masing pengurus cabang olahraga di masing-masing kabupaten maupun kota yang ada di Kalimantan barat. 2) Tahap workshop dan pelatihan yaitu dimana akan dilakukan pelatihan pelatih olahraga woodball level C3 dimana didalamnya akan menjelaskan terkait praturan (Chang, 2009) dalam perwasitan dan pertandingan (Chang, 2008) kegiatan akan dilakukan secara teori dan praktek. Tahap monitoring dan evaluasi yaitu akan memonitoring dan mengevaluasi dari hasil pelatihan yang sudah diberikan melalui praktik. 3) Tahap pengenalan, para peserta terlebih dahulu dikenalkan mengenai olahraga woodball serta nomor-nomor yang dipertandingkan di olahraga woodball, lanjut ke teknik-teknik dasar maupun khusus dalam olahraga woodball (Citra, 2015) serta strategi-strategi dalam

melatih (Imanudin, 2008) olahraga woodball berbasis *Sport Science* (Kholikul, 2012). Kegiatan ini merupakan sosialisasi sekaligus mengenalkan mengenai hal-hal terkait teknik dasar, pembinaan serta *sains* dalam bidang olahraga woodball (Kriswantoro & Anas, 2012). Semoga dengan permulaan berjalannya kegiatan ini dapat membangun nilai kebersamaan, mempererat tali silaturahmi serta menjalin komunikasi antar insan dan pelaku olahraga se-Kalimantan Barat, selain itu dapat mengembangkan potensi para atlet-atlet berpotensi yang ada di daerah-daerah khususnya di Kalimantan Barat.

METODE

Pada tahap awal perencanaan kegiatan pengabdian ini hal yang dilakukan adalah membentuk dan menunjuk panitia penyelenggara kegiatan yakni gabungan dari tim tenaga pendidik dosen dan mahasiswa dari Pendidikan Jasmani FKIP Untan serta guru-guru yang berdomisili di kota Singkawang dan sekitarnya serta guru SMA N 05 Kota Singkawang, selanjutnya tim panitia penyelenggara menentukan agenda materi kegiatan dalam pelaksanaan dimana dalam pelaksanaan melibatkan pemateri khusus dari pengurus Provinsi yang ahli di bidang cabang olahraga woodball beserta tenaga pendidik khususnya dalam bidang olahraga, baik dari materi khusus olahraga woodball, kondisi fisik, secara biomekanika serta fisiologi olahraga juga. Pada tahap selanjutnya tim panitia menyelesaikan terkait perijinan serta surat menyurat dan undangan terutama kepada pihak-pihak terkait dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dan para peserta. Pada tahap akhir tim panitia baik yang dari pihak Peng.Prov dan panitia lokal menyiapkan segala kebutuhan dan perlengkapan yang diperlukan selama berjalannya pelaksanaan kegiatan

Adapun yang terlibat dalam kegiatan pelatihan sekaligus pendampingan ini adalah para dosen dan tim, dalam kegiatan ini peserta didampingi mulai dari dasar pengetahuan umum terkait olahraga woodball (International Woodball Federatuin, 2008) mulai dari sejarah dan perkembangan (Dwiyogo & Kriswantoro, 2009), teknik dasar olahraga woodball (Soetrisno, 2011), kajian ilmu pendukung dalam pembinaan kondisifisik atlet (Kholikul & Sutardii, 2009) dalam olahraga

woodball hingga pembimbingan dalam pembuatan dasar program latihan beserta isi dari program latihan (Imanudin, 2008).

Pada tahap materi awal para tim memaparkan terkait sejarah dan perkembangan olahraga woodball melalui sumber (*International Woodball Federation*, 2008) di dunia maupun di Indonesia dan diperkuat melalui sumber (Irdiyana, 2010), dilanjutkan dengan pendampingan penerapan teknik-teknik dasar dalam permainan olahraga woodball (Soetrisno, 2011) sekaligus simulasi atau praktik secara langsung terkait pertandingan yang merujuk pada (Dwiyogo, 2015). Tahap berikutnya adalah materi pembekalan pelatihan pelatih dasar (Harsono, 2015) terkait pembentukan kondisi fisik maupun teknik (Budiwanto, 2012) dan pelatihan khusus olahraga woodball yang metrinnya diambil dari sumber (Soetrisno, 2011).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SMKN 5 Singkawang. Adapun sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yakni mahasiswa dari berbagai kabupaten Kalimantan Barat dan para guru yang ada di kota Singkawang serta *stake holder* penggiat olahraga yang berniat untuk mengembangkan cabang olahraga woodball. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan materi tentang penataran pelatih woodball C3-pengurus cabang olahraga woodball se-Kalimantan Barat tahun 2025, kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan dan menciptakan pelatih-pelatih olahraga woodball yang professional sehingga dapat mencetak atlet-etlet yang berprestasi dan dapat mengembangkan cabang olahraga woodball di Kalimantan Barat. Kegiatan ini dilakukan selama 2 hari yaitu tanggal 14 hingga 15 Juli 2025, meliputi tahapan pelatihan dan pendampingan. Tingkat keberhasilan kegiatan ini berdasarkan banyaknya peserta yang mengikuti pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pembinaan cabang olahraga woodball merupakan salah satu yang sudah dilakukan pengurus IwbA pusat. Namun untuk pengurus di daerah masih minim dilakukan, hal ini terkendala dari minimnya informasi atau sosialisasi terkait olahraga woodball terutama pada daerah kabupaten. Olehkarena itu

pelaksanaan PKM Prodi penjas pada tahun 2025 lebih pada mensosialisasikan terkait olahraga woodball serta peningkatan kompetensi sumber daya manusia olahraga melalui penataran pelatih woodball C3-pengurus cabang olahraga woodball se-Kalimantan Barat tahun 2025. Hal ini dilakukan untuk mengenalkan terkait cabang olahraga baru yakni olahraga woodball khususnya di Kalimantan Barat serta menciptakan pelatih-pelatih olahraga woodball yang professional agar dapat mencetak bibit atau atlet yang berprestasi dari Kalimantan Barat.

Kegiatan ini juga bekerja sama dengan pengurus IWbA provinsi Kalimantan Barat dan merupakan wujud implementasi program kerjasama antara Prodi Pendidikan Jasmani dengan IWbA Provinsi Kalimantan Barat. Dalam kegiatan penataran pelatih woodball C3-pengurus cabang olahraga woodball se-Kalimantan Barat tahun 2025 telah menghasilkan beberapa hal yang penting. Dimana pelatih memiliki peran krusial (Harsono, 2015) dalam membina dan menciptakan atlet-atlet yang berprestasi. Secara umum hasil penataran pelatih woodball C3-pengurus cabang olahraga woodball se-Kalimantan Barat tahun 2025 adalah didapatkan sumber daya manusia yang kompeten pada bidang pelatih olahraga woodball yang berlisensi resmi dari lembaga yang diakui yaitu Pengurus IWbA Provinsi Kalimantan Barat level C3 (dasar).

Dalam pelaksanaan pengabdian ini melalui dua tahap, yaitu sosialisasi dan pendampingan pelatihan. Pada kegiatan pertama, yaitu sosialisasi terkait olahraga woodball (Dwiyogo, 2009), pada tahap ini para peserta diperkenalkan tentang apa itu olahraga woodball dari mulai sejarah hingga perkembangannya (*International Woodball Federation*, 2008), serta pengenalan tentang sarana dan prasarana dalam olahraga woodball, mulai dari peralatan serta teknik-teknik dasar dalam olahraga serta peraturan permainan woodball (Chang, 2008).

Selanjutnya, peserta mendapatkan pelatihan tentang dasar-dasar melatih (Imanudin, 2008) dan pembinaan atlet khususnya olahraga woodball (Kriswantoro, 2011) dengan berbasis *sport science* (Kholikul & Sutardji, 2012). Pada tahap pelaksanaan sosialisasi terkait olahraga woodball, nampak sekali antusias dari para peserta pelatihan yang terdiri dari 21 orang peserta dari

kalangan guru-guru kota Singkawang dan 9 mahasiswa yang mewakili dari beberapa Kabupaten.

Pada tahap tanya jawab para peserta sangat aktif mengajukan berbagai pertanyaan yang berkaitan dengan olahraga woodball dan mengutarakan permasalahan-permasalahan yang mereka miliki hingga pada saat proses pembinaan. Dalam kegiatan ini terjadi dialog dua arah yang aktif, para peserta sangat antusias dalam mengikuti pelatihan ini karena mereka menganggap bahwa sosialisasi sekaligus pelatihan ini sangat penting dan dapat memberikan informasi terbaru bagi para peserta yang mana cabang olahraga ini baru dikenal oleh masyarakat Kalimantan Barat khususnya pada daerah-daerah (Pratama, 2020).

Pembahasan kegiatan pengabdian tidak hanya meliputi kegiatan penataran pelatih saja namun juga mensosialisasikan cabang olahraga woodball. Didalamnya meliputi materi sosialisasi dari tentang apa itu olahraga woodball (*International Woodball Federation*, 2008), bagaimana penerapan permainan woodball kemudian diimplementasikan dengan program latihan berbasis *sport sciene* hingga materi penataran pelatih olahraga woodball. Kegiatan selanjutnya yang dilakukan sebagai rangkaian dalam kegiatan pengabdian ini adalah penataran pelatih olahraga woodball tingkat dasar C3.

Pada kegiatan pelatihan, peserta penataran diberikan kesempatan untuk mempraktikkan informasi dan pengetahuan mereka yang berkaitan dengan penerapan penataran pelatih woodball. Masing-masing peserta penataran memperoleh tugas untuk membuat sebuah praktek melatih permainan woodball. Diberikannya tugas ini diharapkan para peserta dapat mempergunakan pengetahuan mereka secara langsung atas bimbingan yang dilakukan para pemateri (pelaksana kegiatan pengabdian). Bimbingan ini sangat bermanfaat bagi para peserta, karena pada saat mereka memiliki pertanyaan yang berkaitan dengan praktek pembinaan cabang olahraga woodball yang sedang mereka kerjakan, mereka langsung dapat menanyakan kepada pemateri.

Pada akhir kegiatan sosialisasi, para peserta pelatihan memperoleh informasi yang sangat berguna untuk menambah pengetahuan mereka tentang olahraga baru yakni olahraga woodball serta memperoleh ilmu serta pengalaman

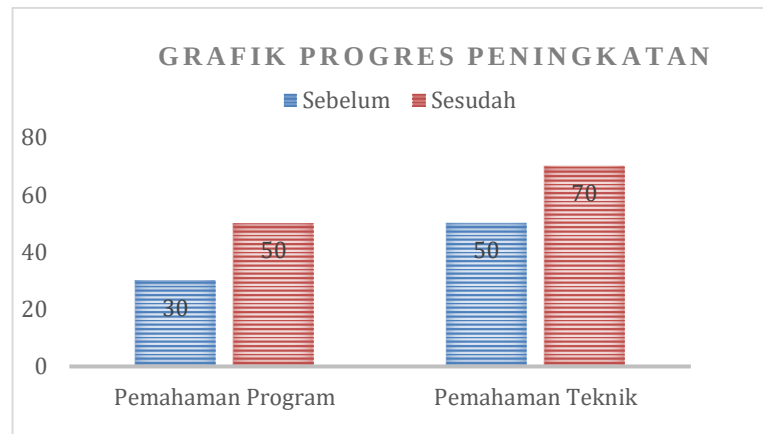
sebagai pelatih berlisensi tingkat dasar C3 dimana telah dikenalkan tentang penerapan program latihan woodball berbasis *sport science*. Sebagian besar para peserta penataran jarang sekali mengikuti kegiatan penataran karena jarang diadakan kegiatan serupa, sehingga peserta sangat antusias sekali.

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan sebagai rangkaian dalam kegiatan pengabdian ini adalah penataran pelatih. Pada kegiatan ini, peserta penataran diberikan kesempatan untuk mempraktikkan dari hasil informasi dan pengetahuan yang telah peserta terima selama mengikuti penataran yang berkaitan dengan praktek melatih.



Gambar 1. Kegiatan penataran pelatih olahraga woodball

Masing-masing peserta penataran memperoleh tugas untuk membuat sebuah desain praktek melatih teknik dasar olahraga woodball secara langsung. Diberikannya tugas praktek secara langsung ini diharapkan para peserta penataran dapat lebih mamahami sehingga dapat mengimplementasikan pengetahuan mereka secara langsung atas bimbingan yang dilakukan para pemateri (pelaksana kegiatan pengabdian). Dari hasil tes yang telah dilakukan setelah mendapatkan pelatihan dan pendampingan secara langsung, didapati peningkatan pemahaman dan progress baik dari segi pemahaman penguasaan teknik serta motivasi yang awalnya masih berada pada tahap 50% meningkat menjadi 70%, hal ini dapat dilihat dari motivasi serta antusias peserta, sedangkan progress terkait pemahaman program latihan mengalami progress peningkatan dari 30% menjadi 50% hal ini diperoleh melalui hasil tes praktik serta pembuatan program latihan. Lebih jelasnya tergambarkan pada gambar dibawah ini.



Gambar2. Progres Peningkatan Pemahaman Peserta

KESIMPULAN

Terdapat dua hal yang menjadi kesimpulan berdasarkan hasil kegiatan PKM kali ini, diantaranya adalah: Didapatkan sebanyak 40 orang pelatih olahraga woodball berlisensi C3 (dasar) sebagai sumber daya manusia baru yang menjadi partner IWbA Kalimantan Barat secara resmi. Lalu membuktikan metode pelatihan yang dilaksanakan efektif memberikan pengalaman belajar dan kesempatan berproses melalui praktik-praktik simulasi lapangan, dari proses kegiatan didapati peningkatan pemahaman dan progress baik dari segi pemahaman penguasaan teknik serta motivasi dari 50% meningkat menjadi 70%, progress terkait pemahaman program latihan mengalami progres peningkatan dari 30% menjadi 50% hal ini diperoleh melalui hasil tes praktik serta pembuatan program latihan. Melihat dari kedua hal tersebut, diharapkan selapas dari kegiatan penataran pelatih woodball C3-pengurus cabang olahraga woodball se-Kalimantan Barat tahun 2025 dapat memberdayakan ilmu yang telah diperoleh untuk dapat membina atlet-atlet daerah agar menjadi atlet yang berprestasi khususnya untuk Kalimantan Barat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Tanjungpura serta Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah mendanai kegiatan ini, serta kepada Kepala Dinas Pendidikan Kota Singkawang dan Kepala sekolah SMK N 5

Singkawang, atas kerjasama sekaligus bantuan selama pelaksanaan kegiatan PkM berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiya, R. (2020). Peran media sosial dalam meningkatkan minat olahraga di kalangan remaja. *Hanoman Journal: Physical Education and Sport*, 1(2), 45–52.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Universitas Negeri Malang.
- Citra, P., & Sukadiyanto. (2015). Pengembangan Tes Keterampilan Olahraga Woodball Untuk Pemula. *Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 228-240.
- Chang, Baosheng. (2008). *The international woodball referee workshop*. Taiwan: International Woodball Federation.
- Chang, Baosheng. (2009). *Jurnal of woodball*. No 16. Taiwan: IWbF News Letter.
- Dwiyogo, Wasis & Kriswantoro. (2009). *Olahraga Woodball*. Wineka media, Malang.
- Dwiyogo, Wasis, (2015). *Bermain woodball*. Semarang: Indonesia Woodball Association.
- Harsono (2015). *Kepelatihan Olahraga*. PT Remaja Rosdakarya.
- Hasanuddin, M. I. (2020). *Model Pendekatan Bermain dalam Peningkatan Kebugaran Jasmani anak Sekolah Dasar*. Deepublish.
- Imanudin, I. (2008). *Ilmu kepelatihan keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI.
- International Woodball Federation. (2008). *About IWbF*. Diambil pada tanggal 30 Juli 2025, dari http://www.iwbffwoodball.org/about_IWbF.aspx.
- Irdiyana, P. (2010). *Devinisi olahraga woodball*. Bandung.
- Kholikul, A., & Sutardji, S. R. (2012). Kekuatan Genggaman Dan Kekuatan Otot Lengan Dalam Pukulan Jarak Jauh Woodball. *Journal Of Sport Science And Fitness*, 1(1), 1-5.
- Kriswantoro. (2011). *Teknik Dasar Bermain Woodball*. Semarang: Indonesia Woodball Association.
- Kriswantoro & Anas K.A. (2012). *Teknik dasar bermain woodball*. Semarang: IWbA.

- Pratama, A. (2020). Dampak media massa dan digital terhadap komersialisasi industri olahraga modern. *Jurnal SPORTIVE*, 8(2), 110–118.
- Soetrisno, D. (2008). Peraturan permainan woodball. Semarang: Indonesia Woodball Association.
- Soetrisno. (2011). *Mari Bermain Woodball (Lets Play woodball)*. Semarang: Indonesia Woodball Association.
- Suyatno, D. (2020). Peran guru dalam pemanfaatan media pembelajaran interaktif di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 90–98.
- Yazid, Sidik. (2014). *Hubungan Konsentrasi dengan Hasil Pukulan Jarak Jauh Pada Cabang Olahraga Woodball (Skripsi)*. Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia.