

Judul : REVITALISASI KEARIFAN LOKAL DAN KEBUGARAN JASMANI MELALUI FESTIVAL OLAHRAGA TRADISIONAL BAGI MAHASISWA STKIP MODERN NGAWI

Nama Penulis

1. Yusuf Panjiantariksa
2. Ryan Fathan F
3. Marsdhea Yanmarreta
4. Alif Syamsuddin
5. Riski Wahyu Lestari

Article History:

Received: Juli, 28/2026

Revised: Agustus, 12/2026

Accepted: Agustus, 12/2026

Abstract:

Perkembangan teknologi digital di era globalisasi memicu pergeseran gaya hidup menetap (sedentary lifestyle) pada generasi muda sekaligus mengikis eksistensi warisan budaya takbenda. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan merevitalisasi olahraga tradisional, meningkatkan kebugaran jasmani, serta menguatkan karakter sportivitas dan kerja sama tim mahasiswa. Mitra pengabdian adalah civitas akademika Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) STKIP Modern Ngawi dengan total keterlibatan 120 personel (59 peserta, 60 panitia aktif, dan 1 dosen pembina). Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan festival kompetitif, simulasi, sharing session, dan malam keakraban yang mengintegrasikan multi-stakeholder, dengan instrumen perlombaan berupa olahraga tradisional Dagongan, Lari Balok, dan Hadang (Gobak Sodor). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa festival terlaksana secara efektif dengan pemanfaatan anggaran sebesar Rp3.500.000 secara efisien. Dampak positifnya meliputi meningkatnya kesadaran kolektif mahasiswa terhadap pelestarian budaya, terbangunnya kemitraan strategis dengan KORMI serta Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Ngawi, dan meningkatnya literasi fisik mahasiswa melalui aktivitas motorik makro yang adaptif.

Keywords:

Festival Olahraga Tradisional; Kebugaran Jasmani; KORMI Ngawi; Revitalisasi Budaya

I. Latar Belakang

Kebudayaan merupakan identitas hakiki suatu bangsa yang mencerminkan nilai-nilai moral, karakter, dan filosofi hidup masyarakatnya. Sebagai negara kepulauan dengan keragaman suku dan adat istiadat, Indonesia memiliki warisan budaya takbenda yang melimpah. Olahraga tradisional adalah salah satu wujud warisan tersebut, sarat nilai luhur, kebersamaan, dan ketangkasan fisik. Permainan rakyat seperti bakiak (terompah panjang), tarik tambang, dagongan, dan hadangan (gobak sodor) bukan sekadar sarana hiburan; para leluhur merancanginya sebagai instrumen untuk melatih ketangkasan, kerja sama tim, sportivitas, dan strategi gerak¹.

Tarik tambang, misalnya, terbukti secara empiris mampu meningkatkan kekuatan otot tungkai pelakunya melalui kontraksi isometrik dan isotonik yang intens, di mana pengerahan tenaga maksimal (maximal force production) secara simultan menuntut aktivasi neuromuskular pada kelompok otot ekstremitas bawah guna mempertahankan stabilitas posisi tubuh terhadap beban tarik eksternal².

Namun, terlepas dari berbagai studi yang mengkaji manfaat fisik permainan rakyat, sebagian besar implementasi program sejenis masih bersifat konvensional dan terbatas pada ruang kelas domestik. Kebaruan (novelty) dari program pengabdian dan penelitian ini terletak pada pengemasan ulang festival yang tidak sekadar melombakan, melainkan mengintegrasikan tiga pilar strategis: pertama, modifikasi aturan permainan (rule-modification) yang adaptif terhadap karakteristik psikososial generasi Z; kedua, model

¹G. M. Anggita, "Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa", *JOSSAE: Journal of Sport Science and Education*, 3.2 (2019), 55–59.

²I. G. N. A. C. Prananta, "Pengaruh Permainan Tarik Tambang dalam Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Mahasiswa Putri FPOK Tahun 2016", *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 2.2 (2016), 75–79.

kolaborasi multi-lembaga secara terpadu yang melibatkan perguruan tinggi, ormawa (HMPS PJKR), KORMI, serta instansi pendidikan daerah; dan ketiga, pemanfaatan festival kompetitif ini sebagai model laboratorium luar ruang (outdoor laboratory) untuk menguatkan literasi fisik dan karakter kepemimpinan kolaboratif mahasiswa. Melalui pendekatan komprehensif ini, program tidak hanya merevitalisasi warisan budaya secara rekreatif, tetapi juga menawarkan kerangka kerja operasional yang dapat direplikasi untuk pengembangan keolahragaan masyarakat berbasis institusi.

Secara yuridis, upaya pelestarian ini telah diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan terkait pelestarian olahraga tradisional³, serta Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan⁴. Menyikapi realitas tersebut, diperlukan langkah nyata, masif, dan berkelanjutan untuk merevitalisasi olahraga tradisional. Aktivitas fisik ini perlu dikemas secara menarik agar mampu memikat kembali minat masyarakat, khususnya mahasiswa sebagai agen perubahan, sekaligus mengembalikan fungsi olahraga tradisional sebagai media pemersatu dan sarana peningkatan kebugaran jasmani.

Kesenjangan utama (gap) yang melatarbelakangi pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini terletak pada terbatasnya pola implementasi program pelestarian olahraga tradisional yang selama ini masih bersifat konvensional, monoton, dan terisolasi di ruang-ruang kelas domestik. Di tengah arus modernisasi, aktivitas permainan rakyat seperti bakiak, tarik tambang, dagongan, dan hadangan belum dikemas secara adaptif sehingga mengalami degradasi daya tarik bagi generasi Z. Selain itu, berbagai kajian ilmiah

³Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan (Republik Indonesia, 2022).

⁴Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2017 Tentang Pemajuan Kebudayaan (Republik Indonesia, 2017).

yang ada umumnya baru sebatas menguji manfaat fisik secara parsial seperti pengaruh tarik tambang terhadap kekuatan otot tungkai tanpa merumuskannya ke dalam sebuah kerangka kerja operasional yang kolaboratif dan terintegrasi secara kelembagaan.

Menjawab tantangan tersebut, kebaruan (novelty) dari program "Festival Olahraga Tradisional 2026" yang diinisiasi oleh Prodi PJKR STKIP Modern Ngawi hadir melalui pendekatan pengemasan ulang festival berbasis integrasi tiga pilar strategis. Pertama, program ini menerapkan modifikasi aturan permainan (rule-modification) yang dirancang adaptif terhadap karakteristik psikososial generasi Z tanpa menghilangkan nilai luhur budayanya. Kedua, dibangun sebuah model kolaborasi multi-lembaga yang terpadu melalui sinergi antara perguruan tinggi, organisasi mahasiswa (HMPS PJKR), KORMI, serta instansi pendidikan daerah. Ketiga, festival kompetitif ini difungsikan secara inovatif sebagai laboratorium luar ruang (outdoor laboratory) guna memperkuat literasi fisik, kebugaran jasmani, sekaligus membentuk karakter kepemimpinan kolaboratif bagi mahasiswa sebagai agen perubahan. Melalui pendekatan komprehensif ini, PkM tidak hanya sukses merevitalisasi warisan budaya takbenda sesuai amanat Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan dan Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan, tetapi juga menawarkan model operasional aplikatif yang dapat direplikasi untuk pengembangan keolahragaan masyarakat berbasis institusi.

Oleh karena itu, tim pengabdian masyarakat dari Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) STKIP Modern Ngawi menyelenggarakan program "Festival Olahraga Tradisional 2026". Program ini dirancang bukan hanya sebagai wadah kompetisi yang sehat, tetapi juga sebagai ruang edukasi budaya, ajang silaturahmi antar-mahasiswa, serta kampanye hidup sehat melalui

aktivitas fisik yang menyenangkan.

II. Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada Mei 2026 di Lapangan Kampus STKIP Modern Ngawi. Sasaran khalayak atau mitra yang terlibat langsung berjumlah 120 orang dari unsur civitas akademika internal, yang terdiri atas 59 mahasiswa Program Studi PJKR sebagai peserta kompetisi utama, 60 mahasiswa pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) PJKR sebagai panitia teknis lapangan, dan 1 orang dosen pengampu mata kuliah Olahraga Tradisional sebagai supervisor kegiatan.

Selain sivitas akademika internal kampus, kegiatan ini juga melibatkan partisipasi eksternal dari siswa sekolah dasar (SD) mitra binaan di sekitar wilayah Ngawi sebagai bagian dari model diseminasi dan ekshibisi pengenalan permainan tradisional sejak dini. Pelibatan peserta lintas jenjang ini dirancang bukan untuk melakukan pengukuran fisiologis eksperimental berbasis tes kebugaran formal (seperti Tes Kesegaran Jasmani Indonesia/TKJI), melainkan difokuskan sebagai bentuk stimulasi aktivitas fisik rekreatif dan kampanye literasi gerak makro.

Metode pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahapan sistematis sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan (Pra-Pelaksanaan): Meliputi koordinasi kelembagaan melalui rapat pleno bersama panitia dan pengurus ormawa STKIP Modern Ngawi. Dilakukan juga kemitraan strategis dengan menyusun permohonan rekomendasi kepada KORMI Kabupaten Ngawi serta Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Ngawi. Tahap ini juga mencakup penyusunan teknis lomba dengan memodifikasi aturan permainan agar adaptif bagi berbagai kelompok usia (mahasiswa dan anak-anak).
2. Tahap Pelaksanaan (13–16 Mei 2026): Pelaksanaan festival berfokus

pada tiga cabang utama: Dagongan, Lari Balok, dan Hadang (Gobak Sodor). Rangkaian acara dikombinasikan dengan metode perlombaan antar-kelompok, demonstrasi bersama siswa SD binaan, serta sharing session guna memupuk nilai kepemimpinan dan karakter sportivitas.

3. Tahap Evaluasi dan Pelaporan: Melakukan analisis terhadap ketercapaian target partisipasi, kedisiplinan jadwal, efisiensi penyerapan anggaran dana, serta penyusunan rekomendasi keberlanjutan program pelestarian budaya.

III. Proses Program Pengabdian

Pelaksanaan program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) bertajuk "Festival Olahraga Tradisional 2026" oleh Program Studi PJKR STKIP Modern Ngawi dijalankan melalui tata kelola yang terstruktur, mulai dari koordinasi kelembagaan, kemitraan strategis, perencanaan teknis, proses pelaksanaan di lapangan, hingga tahap evaluasi program.

1. Koordinasi dan Kerjasama Kelembagaan

Keberhasilan program ini didasarkan pada sinergi lintas sektor yang melibatkan berbagai pihak secara terpadu, yaitu:

- a. Koordinasi Internal Kampus: Berlangsung di bawah supervisi dosen pengampu mata kuliah Olahraga Tradisional, serta melibatkan 60 mahasiswa pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) PJKR sebagai panitia teknis lapangan dan 59 mahasiswa PJKR sebagai peserta utama.
- b. Kerja Sama Eksternal (Multi-Stakeholder): Membangun kemitraan strategis dengan instansi daerah melalui permohonan rekomendasi resmi kepada KORMI (Komite Olahraga Rekreasi Masyarakat Indonesia) Kabupaten Ngawi serta Dinas Pendidikan

dan Kebudayaan Kabupaten Ngawi. Selain itu, program ini juga menggandeng siswa sekolah dasar (SD) mitra binaan di sekitar wilayah Ngawi sebagai peserta ekshibisi pengenalan permainan tradisional sejak dini.

2. Perencanaan Program (Pra-Pelaksanaan)

Perencanaan program disusun secara sistematis melalui rapat pleno bersama panitia dan pengurus ormawa STKIP Modern Ngawi. Tahap perencanaan ini mencakup:

- a. Penyusunan Aturan dan Konsep Lomba: Merancang modifikasi aturan permainan (rule-modification) agar aktivitas permainan tradisional lebih dinamis, aman, dan adaptif terhadap karakteristik psikososial generasi Z serta anak-anak.
- b. Manajemen Finansial: Menyusun struktur anggaran sebesar Rp3.500.000 berbasis optimalisasi sumber daya lokal (local resource optimization), yang dialokasikan secara transparan untuk pos kesekretariatan dan sertifikat, perlengkapan lomba (bambu, kalsium/kapur, tali), konsumsi dan hidrasi, P3K, dokumentasi, serta dana taktis ormawa.

3. Pelaksanaan Program

Festival dilaksanakan secara terpadu di Lapangan Kampus STKIP Modern Ngawi dengan rincian proses sebagai berikut:

- a. Rangkaian Lomba Utama: Memfokuskan kompetisi pada tiga cabang olahraga tradisional, yaitu Dagongan (melatih kekuatan dan strategi kelompok), Lari Balok (beam running yang melatih keseimbangan dan motorik dinamis), serta Hadang / Gobak Sodor (melatih kelincahan, fokus kognitif, dan kerja sama tim).
- b. Aktivitas Pendukung: Menggabungkan perlombaan dengan upacara pembukaan, demonstrasi bersama siswa SD mitra

binaan, sharing session untuk memupuk kepemimpinan, serta pertandingan ekshibisi keakraban antara dosen dan mahasiswa di ruang terbuka (outdoor laboratory).

- c. Mitigasi Lapangan: Mengatasi hambatan berupa tingginya suhu udara siang hari melalui kesigapan tim medis (P3K) dalam menyediakan obat ringan, kassa, dan Betadine, serta suplai hidrasi yang memadai dari seksi konsumsi guna mencegah dehidrasi peserta.

4. Evaluasi Program

Tahap akhir dari program ini dilakukan melalui analisis komprehensif yang mencakup:

- a. Evaluasi Ketercapaian dan Jadwal: Menilai tingkat kedisiplinan jadwal pelaksanaan kegiatan, antusiasme serta respons psikomotorik peserta terhadap cabang olahraga yang dilombakan.
- b. Evaluasi Keuangan dan Keberlanjutan: Memastikan transparansi penyerapan anggaran dana yang efisien, serta menyusun dokumentasi digital dan rekomendasi tindak lanjut untuk memperkuat program kerja berkelanjutan bagi organisasi mahasiswa dan kemitraan keolahragaan masyarakat di masa depan.

IV. Hasil Penelitian

Pelaksanaan Festival Olahraga Tradisional pada pertengahan Mei 2026 di lapangan STKIP Modern Ngawi tidak hanya berjalan sukses secara seremonial, tetapi juga memberikan ruang bagi keterlibatan psikomotorik dan refleksi kultural peserta. Berdasarkan data empiris survei pasca-kegiatan, respons fisik dan psikomotorik peserta tercermin secara jelas melalui distribusi pilihan olahraga yang mendominasi, di mana Lari Balok (beam running) dipilih oleh 77,4%

responden dan Egrang (stilts) oleh 62,3% responden. Tingginya angka partisipasi pada kedua jenis olahraga ini menunjukkan bahwa tantangan keseimbangan (balance) dan koordinasi gerak bilateral menjadi daya tarik utama yang memicu keterlibatan motorik secara aktif, melampaui sekadar aktivitas rekreasi pasif.

Dari aspek psikososial dan budaya, antusiasme peserta tidak berhenti pada aspek fisik semata, melainkan terikat erat dengan motivasi pelestarian warisan leluhur. Data kuantitatif menunjukkan bahwa 75,5% responden memposisikan "bantuan melestarikan budaya Indonesia" sebagai motif utama keterlibatan mereka. Temuan ini menegaskan bahwa festival ini berfungsi lebih dari sekadar ajang unjuk ketangkasan; ia bertindak sebagai katalisator psikologis yang memperkuat ikatan kolektif terhadap identitas budaya. Meskipun evaluasi mendalam mengenai perubahan perilaku jangka panjang masih memerlukan studi lanjutan berbasis longitudinal, pergeseran persepsi ke arah apresiasi budaya yang tinggi ini membuktikan bahwa pengemasan festival olahraga tradisional terbukti efektif dalam menstimulasi literasi gerak sekaligus merawat memori kolektif sivitas akademika di lingkungan kampus dirinci pada table 1.

Tabel 1. Rangkaian Aktivitas dan Jadwal Pelaksanaan Festival

No	Waktu (WIB)	Aktivitas / Jenis Kegiatan	Indikator Capaian
1	06.30–07.00	Persiapan Pembukaan	Kesiapan sarana & prasarana sirkuit lomba
2	07.00–07.30	Upacara Pembukaan	Penguatan komitmen kelestarian budaya
3	07.30–08.00	Teknis & Persiapan Lomba	Mobilisasi peserta dan wasit
4	08.00–09.30	Kompetisi Dagongan	Melatih kekuatan dan strategi kelompok
5	09.30–09.45	Transisi Lomba	Rekondisi lapangan permainan
6	09.45–11.15	Kompetisi Lari Balok	Melatih keseimbangan dan motorik dinamis
7	11.15–11.30	Transisi Lomba	Pembuatan garis sirkuit baru

8	11.30–12.30	Kompetisi Hadang (Gobak Sodor)	Melatih kelincahan dan kerja sama tim
9	12.30–13.15	Ishoma & Persiapan Ekshibisi	Istirahat dan pemulihan fisik
10	13.15–14.15	Pertandingan Ekshibisi	Sesi keakraban dosen dan mahasiswa
11	14.15–15.00	Penutupan & Penyerahan Penghargaan	Apresiasi piala dan sertifikat kompetisi
12	15.00–selesai	Dokumentasi & Evaluasi Bersama	Pengarsipan digital hasil pengabdian

Festival ini berhasil mengintegrasikan aspek diferensiasi dan integrasi motorik mahasiswa. Pada cabang Hadang, mahasiswa dituntut mengeksekusi gerakan kelincahan (agility) secara presisi untuk melewati penjagaan lawan. Melalui aktivitas ini, mahasiswa tidak hanya melakukan gerak kasar (gross motor), tetapi juga melatih fokus kognitif, persepsi ruang, dan penalaran taktis. Temuan ini sejalan dengan sejumlah kajian yang menunjukkan bahwa permainan tradisional berbasis kearifan lokal, termasuk gobak sodor, efektif meningkatkan keterampilan motorik dan kebugaran jasmani pelakunya, baik pada siswa maupun mahasiswa pendidikan jasmani⁵.

Kolaborasi multi-stakeholder tercermin dari hadirnya perwakilan KORMI dan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Ngawi. Pelibatan instansi eksternal ini membuka peluang bagi

⁵M. Aldiyanor, A. Rakhman, dan R. Rahmadi, "Implementation of Physical Education Learning Based on Local Wisdom in the Form of Traditional Games in Balangan Regency", *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 17.2 (2025), 811–20; A. Fahrian dan D. M. Sari, "Pengembangan Model Permainan Tradisional Gobak Sodor Siswa Sekolah Dasar", *Jurnal Mahasiswa Bina Guna*, 1.1 (2023), 35–39; E. Nofadillah, I. A. Nurvinanto, dan A. Marsaid, "Pengaruh Permainan Gobak Sodor terhadap Kebugaran Jasmani Anak Usia Kurang dari 15 Tahun Kecamatan Papar", *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran*, 3.1 (2024), 685–89; N. Kabau, A. Sucipto, dan N. Sunuyeko, "The Influence of the Gobak Sodor Traditional Game on Physical Fitness and Academic Achievement (Literature Study)", *Jp.jok: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 7.2 (2024), 232–43; M. I. Salim, G. M. Utomo, dan E. K. Darisman, "Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SDN Banjarkemuning Sedati Sidoarjo", *Jurnal Ilmiah Adiraga: Jurnal Penelitian Olahraga*, 11.1 (2025), 22–33; G. M. Utomo dan Harwanto, "Penerapan Permainan Tradisional dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2019 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya", *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*, 6.1 (2021), 197–202; W. Aulia, Suryansah, dan O. B. Januarto, "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP: Literature Review", *Sport Science and Health*, 4.1 (2022), 94–102; N. Aprilia dan O. B. Januarto, "Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Siswa SMP: Literature Review", *Sport Science and Health*, 4.6 (2022), 495–507.

mahasiswa PIKR STKIP Modern Ngawi untuk memproyeksikan diri sebagai instruktur permainan tradisional maupun kader penggerak olahraga masyarakat di wilayah barat Jawa Timur. Hal ini konsisten dengan temuan bahwa integrasi olahraga tradisional ke dalam pendidikan formal maupun nonformal efektif memperkuat identitas budaya generasi muda⁶, dan bahwa kolaborasi lintas lembaga menjadi kunci keberlanjutan pelestarian olahraga tradisional sebagai warisan budaya sekaligus sarana promosi kesehatan masyarakat⁷.

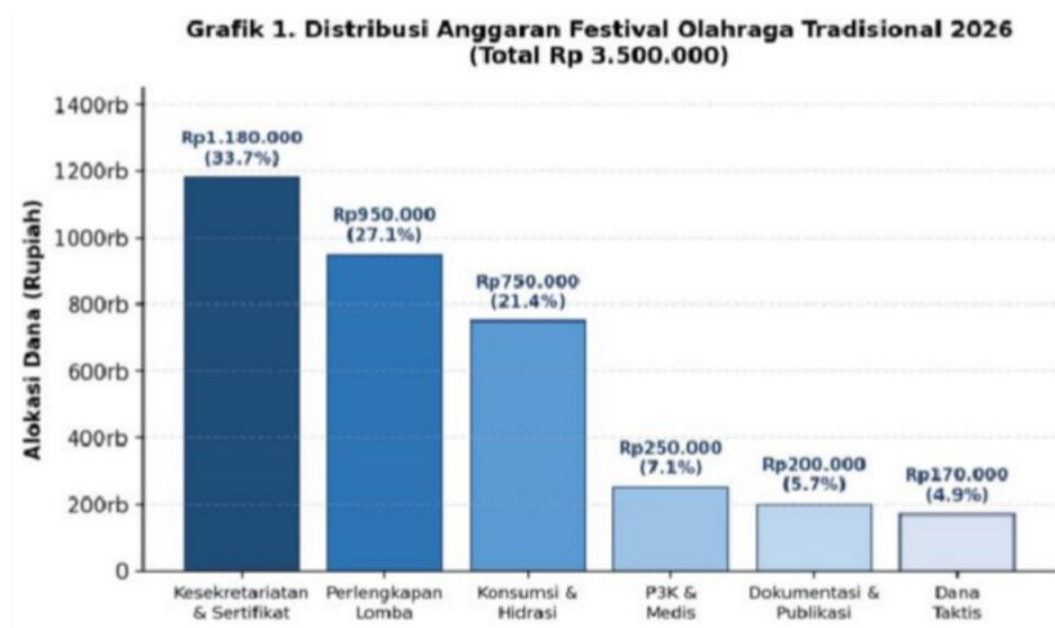
Dari perspektif manajemen finansial, kegiatan ini mengoptimalkan prinsip efisiensi berbasis sumber daya lokal (local resource optimization). Struktur anggaran disajikan secara transparan pada Tabel 2 dan divisualisasikan pada Grafik 1.

Tabel 2. Struktur dan Realisasi Anggaran Kegiatan

No	Pos Anggaran	Nominal (Rp)	Persentase
1	Kesekretariatan & Sertifikat (59 peserta)	1.180.000	33,7%
2	Perlengkapan Lomba (bambu, kalsium/kapur, tali)	950.000	27,1%
3	Konsumsi & Hidrasi Peserta	750.000	21,4%
4	P3K & Medis (Betadine, kasa, obat ringan)	250.000	7,1%
5	Dokumentasi & Publikasi	200.000	5,7%
6	Dana Taktis / Cadangan Ormawa	170.000	4,9%
Total		3.500.000	100%

⁶M. Marhani, "Permainan Tradisional Sebagai Strategi Pembelajaran Penjas Berbasis Kearifan Lokal Pada Mahasiswa PGSD", MASALIQ, 6.4 (2026), 1465–82; J. An dan Z. Nie, "Research on Integration and Application of Ethnic Sports, Folk Sports, and Traditional Sports in School Education among Minority Groups", Educational Administration: Theory and Practice, 29.4 (2023).

⁷A. Ridwan, "Olahraga Tradisional sebagai Sarana Pelestarian Budaya dan Kesehatan", Global Journal Sports, 3.3 (2025), 461–68.



Grafik 1. Proporsi Realisasi Anggaran Kegiatan

Berdasarkan Tabel 2, pengeluaran terbesar dialokasikan pada pos kesekretariatan dan sertifikat kompetisi bagi 59 peserta sebagai bentuk legalitas kompetensi fisik, diikuti oleh pos perlengkapan lomba. Penggunaan kalsium (kapur) dan bambu lokal mencerminkan upaya minimalisasi biaya produksi prasarana permainan tradisional tanpa mengurangi standar keselamatan dan estetika perlombaan. Sisa dana taktis dioptimalkan untuk kas keberlanjutan program kerja organisasi mahasiswa (ormawa).

Hambatan kecil yang diidentifikasi di lapangan adalah tingginya suhu udara saat pelaksanaan siang hari. Hambatan ini berhasil diantisipasi oleh kesiapan tim Sie P3K dalam menyediakan kebutuhan medis primer (Betadine dan kasa) serta suplai cairan dari Sie Konsumsi untuk mencegah dehidrasi peserta. Langkah antisipatif ini sejalan dengan pentingnya edukasi dan mitigasi risiko kesehatan pada aktivitas fisik luar ruang bagi mahasiswa, sebagaimana ditekankan dalam praktik penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat

sebagai upaya preventif⁸.



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Kompetisi Olahraga Tradisional Festival 2026



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Kompetisi Olahraga Tradisional Festival 2026 bersama Stakeholder

V. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) melalui "Festival Olahraga Tradisional 2026" oleh Program Studi PJKR STKIP Modern Ngawi telah berhasil mencapai tujuannya secara efektif, efisien, dan berkelanjutan. Berdasarkan keseluruhan

⁸R. N. Atmadani dkk., "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Preventif", To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4.2 (2021), 153–59.

rangkaian program yang melibatkan 120 personel terdiri atas mahasiswa peserta, panitia dari ormawa HMPS PJKR, serta dosen pembina kegiatan ini terbukti mampu merevitalisasi warisan budaya takbenda sekaligus menjawab tantangan pergeseran gaya hidup modern melalui optimalisasi literasi fisik dan aktivitas motorik makro. Pengemasan kompetisi yang mencakup cabang Dagongan, Lari Balok, dan Hadang (Gobak Sodor) tidak hanya berfungsi sebagai sarana rekreasi, tetapi juga sukses menstimulasi koordinasi gerak bilateral, keseimbangan, serta ketangkasan kognitif peserta.

Dari aspek kolaborasi dan manajerial, program ini mencerminkan keberhasilan sinergi multi-lembaga secara terpadu melalui pelibatan KORMI Kabupaten Ngawi serta Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Ngawi, yang membuka ruang strategis bagi mahasiswa untuk berperan sebagai kader penggerak keolahragaan masyarakat. Secara finansial, pengelolaan dana sebesar Rp3.500.000 terbukti sangat optimal dan transparan, berkat penerapan prinsip efisiensi berbasis sumber daya lokal tanpa mengorbankan standar keselamatan maupun esensi edukasi budaya. Melalui model laboratorium luar ruang (outdoor laboratory) dan modifikasi aturan permainan yang adaptif terhadap generasi Z, program ini tidak hanya sukses merawat memori kolektif dan memperkuat karakter sportivitas serta kerja sama tim, tetapi juga menawarkan kerangka kerja operasional yang aplikatif dan dapat direplikasi untuk pengembangan keolahragaan masyarakat berbasis institusi di masa depan.

VI. Daftar Referensi

Aldiyanor, M., A. Rakhman, dan R. Rahmadi. 'Implementation of Physical Education Learning Based on Local Wisdom in the Form of Traditional Games in Balangan Regency'. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 17 (2025), 811–20.

- An, J., dan Z. Nie. 'Research on Integration and Application of Ethnic Sports, Folk Sports, and Traditional Sports in School Education among Minority Groups'. *Educational Administration: Theory and Practice*, 29 (2023).
- Anggita, G. M. 'Eksistensi Permainan Tradisional Sebagai Warisan Budaya Bangsa'. *JOSSAE: Journal of Sport Science and Education*, 3 (2019), 55–59.
- Aprilia, N., dan O. B. Januarto. 'Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Siswa SMP: Literature Review'. *Sport Science and Health*, 4 (2022), 495–507.
- Armanjaya, S., F. Rachman, Z. F. Ramadhan, F. Sari, A. Prasetyo, dan A. Nuruhidin. 'Peningkatan Minat Berolahraga Melalui Penerapan Olahraga Tradisional Gobak Sodor'. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 4 (2022), 148–54.
- Atmadani, R. N., dan dkk. 'Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Preventif'. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4 (2021), 153–59.
- Aulia, W., Suryansah, dan O. B. Januarto. 'Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP: Literature Review'. *Sport Science and Health*, 4 (2022), 94–102.
- Bunga Rahyau, W., dan D. A. Kusuma. 'Profile of Sedentary Life Style for Adolescents Age 15–17 (Study in Lamongan Regency)'. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*, 7 (2022), 13–26.
- Carballo-Fazanes, A., dan dkk. 'Physical Activity Habits and Determinants, Sedentary Behaviour and Lifestyle in University Students'. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17 (2020), 3272.
- Fahrian, A., dan D. M. Sari. 'Pengembangan Model Permainan Tradisional Gobak Sodor Siswa Sekolah Dasar'. *Jurnal Mahasiswa Bina Guna*, 1 (2023), 35–39.
- Kabau, N., A. Sucipto, dan N. Sunuyeko. 'The Influence of the Gobak Sodor Traditional Game on Physical Fitness and Academic Achievement (Literature Study)'. *Jp.jok: Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, 7 (2024), 232–43.
- Marhani, M. 'Permainan Tradisional Sebagai Strategi Pembelajaran Penjas Berbasis Kearifan Lokal Pada Mahasiswa PGSD'. *MASALIQ*, 6 (2026),

1465–82.

Nofadillah, E., I. A. Nurvinanto, dan A. Marsaid. 'Pengaruh Permainan Gobak Sodor terhadap Kebugaran Jasmani Anak Usia Kurang dari 15 Tahun Kecamatan Papar'. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran, 3 (2024), 685–89.

Prananta, I. G. N. A. C. 'Pengaruh Permainan Tarik Tambang dalam Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Mahasiswa Putri FPOK Tahun 2016'. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 2 (2016), 75–79.

Puspodari, W. Himawanto, S. Junaidi, Atrup, A. A. Sukmana, S. Lusianti, dan R. Q. Kurniawan. 'Pengabdian Masyarakat Berbasis Event Olahraga: Studi pada "Nusantara Cup – The Journey of Champions"'. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan dan Sains, 3 (2026), 57–62.

Ridwan, A. 'Olahraga Tradisional sebagai Sarana Pelestarian Budaya dan Kesehatan'. Global Journal Sports, 3 (2025), 461–68.

Sahrini, A. Y., dan dkk. 'Pemahaman Mahasiswa Tentang Permainan Dan Olahraga Tradisional Sebagai Kultur Budaya Pada Generasi Z'. Jurnal Pendidikan Olahraga, 14 (2024), 150–56.

Salim, M. I., G. M. Utomo, dan E. K. Darisman. 'Pengaruh Permainan Gobak Sodor Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SDN Banjarkemuning Sedati Sidoarjo'. Jurnal Ilmiah Adiraga: Jurnal Penelitian Olahraga, 11 (2025), 22–33.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2017 Tentang Pemajuan Kebudayaan (Republik Indonesia, 2017).

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan (Republik Indonesia, 2022).

Utomo, G. M., dan Harwanto. 'Penerapan Permainan Tradisional dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2019 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya'. Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga, 6 (2021), 197–202.