

Sosialisasi Hadang Prestasi: Transformasi Olahraga Tradisional bagi Pegiat di Provinsi Banten

Hadang Prestasi Socialization: Transforming Traditional Sports for Enthusiasts in Banten Province

Dikdik Najmu Ramadan^{1*}, Wulan Azva Diana¹, Ida Zubaida¹, Danang Prama Dhani¹, Sendy Mohamad Anugrah¹, Rian Triprayogo¹, Qory Jumrotul Aqobah¹, Naufallathuf Yaquuttul Irsyad¹, Tuliss Bial Fathannisa¹

¹ Ilmu Keolahragaan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

*Email Korespondensi: dikdik.najmu@untirta.ac.id

Abstrak

Kegiatan sosialisasi transformasi olahraga tradisional Hadang menjadi Hadang Prestasi yang ditujukan bagi para pegiat dan penggemar olahraga Hadang di Provinsi Banten merupakan langkah strategis untuk melestarikan sekaligus mengembangkan warisan budaya lokal menjadi cabang olahraga yang kompetitif. Metode pengabdian yang digunakan meliputi sosialisasi atau ceramah, diskusi, demonstrasi Hadang Prestasi, serta pelaksanaan pre-test dan post-test terkait aturan permainan. Sasaran kegiatan ini adalah para pegiat dan penggiat olahraga Hadang serta guru olahraga di wilayah Provinsi Banten. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap peraturan Hadang Prestasi, dari 80% menjadi 98,3%. Sosialisasi ini berperan sebagai penghubung antara bentuk permainan tradisional yang bersifat rekreatif dengan format kompetisi yang menuntut latihan terstruktur, intensitas tinggi, serta fokus pada peningkatan kemampuan fisik spesifik. Tujuan utama kegiatan ini adalah agar para pegiat Hadang di Banten tidak hanya menjaga kelestarian tradisi, tetapi juga memahami regulasi baru dan mampu menjadikan olahraga ini sebagai ajang berprestasi bagi daerah, selaras dengan visi pemerintah dalam mengangkat olahraga tradisional ke tingkat prestasi.

Kata kunci: Olahraga Tradisional, Hadang Tradisional, Hadang Prestasi

Abstract

The socialization activity on the transformation of the traditional Hadang sport into Competitive Sport Hadang, aimed at Hadang enthusiasts and practitioners across Banten Province, serves as a strategic effort to preserve and simultaneously advance local cultural heritage into a competitive sport. The community service methods applied included socialization or lectures, discussions, Hadang Prestasi demonstrations, as well as pre-tests and post-tests on the rules of the game. The participants of this activity were Hadang practitioners, enthusiasts, and physical education teachers in Banten Province. The results showed an increase in participants' understanding of Hadang Prestasi regulations from 80% to 98.3%. This socialization serves as a bridge between the recreational format of the traditional game and the competitive format that demands structured training, high intensity, and a focus on improving specific physical attributes. The main goal of this activity is to ensure that Hadang practitioners in Banten not only preserve the traditional values but also understand the new regulations and transform the sport into a platform for achieving regional excellence, in line with the government's vision of elevating traditional sports to the level of competitive achievement.

Keywords: Traditional Sports, Traditional Hadang, Competitive Sport Hadang

Pesan Utama:

- Sosialisasi Hadang Prestasi di Banten berhasil meningkatkan pemahaman para pegiat dan guru olahraga mengenai aturan kompetisi baru, menjembatani pelestarian tradisi dengan pengembangan olahraga yang lebih kompetitif



Copyright (c) 2025 Authors.

Received: 20 October 2025
Accepted: 4 November 2025

DOI: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v4i2.969>



This work is licensed under
a Creative Commons Attribution-
NonCommercial-ShareAlike 4.0
International License

GRAPHICAL ABSTRACT



PENDAHULUAN

Olahraga tradisional di Indonesia memiliki nilai budaya yang tinggi dan berpotensi untuk dikembangkan menjadi cabang olahraga prestasi. Salah satu permainan tradisional yang masih dilestarikan adalah Hadang (atau dikenal dengan nama lain seperti Gobak Sodor di daerah lain), yang memerlukan kecepatan, strategi, dan koordinasi tim. Sebagai warisan budaya yang kaya, Hadang tidak hanya penting dari sisi sejarah dan budaya, tetapi juga memiliki peluang untuk dikembangkan menjadi cabang olahraga yang kompetitif.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo et al., (2018) Prasetyo, olahraga tradisional di Indonesia memiliki potensi besar untuk dikembangkan, terutama melalui pengenalan formal di lingkungan pendidikan dan organisasi olahraga. Selain itu, penelitian Rahman et al., (2020) menegaskan bahwa permainan tradisional seperti Hadang tidak hanya dapat menjaga budaya lokal, tetapi juga dapat meningkatkan kebugaran fisik dan keterampilan sosial siswa jika diintegrasikan dalam kurikulum pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Olahraga tradisional mulai disosialisasikan di sekolah dasar dan menengah oleh guru pendidikan jasmani dan semakin diminati oleh generasi muda di berbagai daerah. Kegiatan ini dilakukan dalam invitasi tingkat sekolah atau daerah dengan peraturan yang disepakati bersama dan menggunakan sarana lapangan sederhana. Olahraga tradisional yang banyak dilombakan di tingkat sekolah diantaranya hadang, sumpitan, engklek, egrang, bentengan, balap karung dan terompah panjang (Anam & Scesiariya, 2020).

Olahraga hadang, yang dikenal juga dengan nama gobak sodor di beberapa daerah, yang dimainkan tanpa menggunakan alat apapun. Olahraga hadang adalah sebuah permainan tradisional asli Indonesia yang dimainkan secara beregu baik putra dan putri dari mulai anak-anak sampai orang dewasa, terdiri dari 7 orang pemain, 5 pemain inti dan 2 pemain cadangan. Permainan ini dilakukan di atas lapangan persegi panjang berukuran 9 x 15 meter yang terbagi dalam enam petak berukuran masing-masing petak 4,5 x 5 meter (Galih Permadi, S.Or, 2019). Permainan ini mengkombinasikan unsur-unsur kelincahan, kecepatan, strategi, dan kerjasama tim. Dalam olahraga hadang, dua tim berusaha untuk saling menghalangi dan melewati garis-garis yang telah ditentukan dalam area bermain. Tujuan permainan untuk tim penyerang adalah berusaha untuk melewati garis-garis yang dijaga oleh tim penjaga dari satu sisi lapangan ke sisi lainnya dan kembali ke titik awal tanpa tersentuh oleh penjaga. Sementara untuk tim penjaga (disebut hadang dan sodor) mencegah tim penyerang untuk melewati garis-garis tersebut dengan cara menjaga garis-garis yang ada dan berusaha menyentuh pemain penyerang (Bernhardin, 2021).

Namun, meskipun memiliki potensi besar, pengembangan Hadang sebagai olahraga prestasi masih terkendala oleh rendahnya sosialisasi dan dukungan kelembagaan. Sebagai contoh, Gandasari, (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa belum banyak kegiatan formal yang melibatkan Hadang sebagai cabang olahraga yang dipertandingkan dalam skala nasional, meskipun olahraga ini sering kali dimainkan dalam event lokal atau festival budaya.

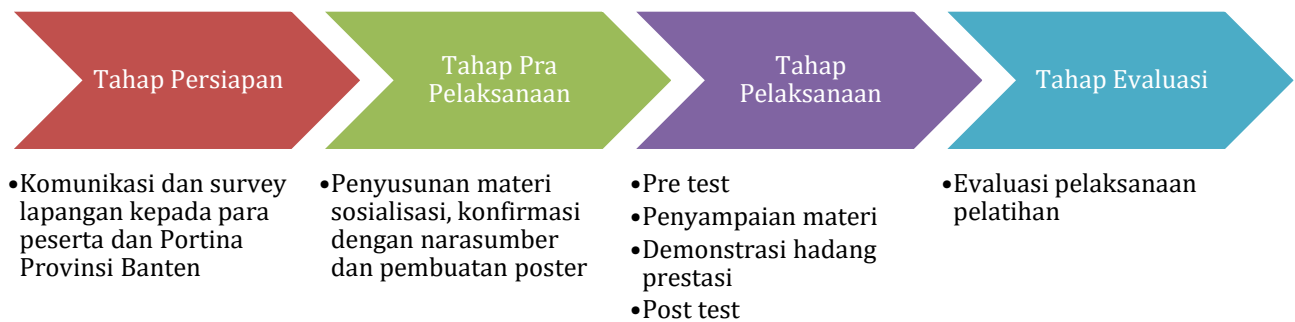
Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Provinsi Banten, hingga saat ini belum terdapat kepengurusan daerah yang secara khusus menangani cabang olahraga Hadang. Selain itu, belum tersedia pula program pembinaan atau latihan terstruktur bagi atlet Hadang yang difasilitasi oleh Dinas Pemuda dan Olahraga (Dispora) Banten, maupun oleh organisasi olahraga seperti PORTINA dan KORMI Banten. Meskipun demikian, partisipasi masyarakat dan komunitas olahraga tradisional di Banten tetap menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif mereka dalam berbagai event perlombaan olahraga tradisional, baik di tingkat daerah maupun nasional.

Penelitian-penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara pengenalan formal olahraga tradisional di sekolah dan meningkatnya minat siswa terhadap olahraga tersebut (Ridwan et al., 2017). Melalui program pengabdian ini, kami berharap dapat memperkenalkan olahraga Hadang kepada pengurus PORTINA, KORMI, serta guru olahraga se-Provinsi Banten untuk membuka peluang menjadikan Hadang sebagai olahraga prestasi.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan oleh Dosen dan mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan bertempat di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa yang dihadiri oleh 30 peserta mulai dari perwakilan dari Portina kabupaten/kota dan para guru olahraga di Banten. Mayoritas peserta memiliki latar belakang pendidikan tinggi, terutama di bidang olahraga sebanyak 16 peserta atau 53,3%, selain itu, 11 peserta (36,7%) merupakan lulusan Perguruan Tinggi Umum, sementara sisanya, 3 orang (10%), lulusan pendidikan Sekolah Menengah Atas. Dari seluruh peserta Sebanyak 25 orang (83,3%) menyatakan Pernah melatih Hadang, sementara hanya 5 orang (16,7%) yang tidak memiliki pengalaman melatih olahraga tradisional tersebut. Metode pengabdian yang digunakan ialah sosialisasi atau ceramah, diskusi, dan demonstrasi hadang prestasi. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah para pegiat dan penggiat olahraga hadang serta para guru olahraga yang berada di Provinsi Banten. Langkah-langkah kegiatan dapat dilihat pada gambar 1.

Materi yang disampaikan pada sosialisasi hadang prestasi ini yaitu terkait dengan peraturan permainan seperti sistem skor, pelanggaran dan sanksi, ukuran lapangan, durasi permainan dan penentuan pemenang. Selain itu materi kali ini juga membahas tentang kebugaran apa saja yang dilatih serta hubungan dengan unsur *sport science*. Untuk mengukur pengetahuan peserta tentang transformasi hadang tradisional menjadi hadang prestasi yaitu menggunakan kuisioner dengan 10 pertanyaan tentang peraturan olahraga hadang prestasi



Gambar 1 Bagan Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini diawali dengan peserta mengisi presensi kehadiran, kemudian acara dimulai dengan para peserta mengisi pre-test terlebih dahulu tentang perubahan olahraga tradisional hadang menjadi hadang prestasi. Acara berikutnya yaitu pemberian materi tentang aturan apa saja yang dirubah terkait olahraga hadang prestasi. Berikutnya yaitu sesi diskusi dengan para peserta, pengurus dari Persatuan Olahraga Tradisional Indonesia serta dari Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Banten. Sesi ini diakhiri dengan pengisian post test terkait materi dan diskusi yang sudah diberikan.



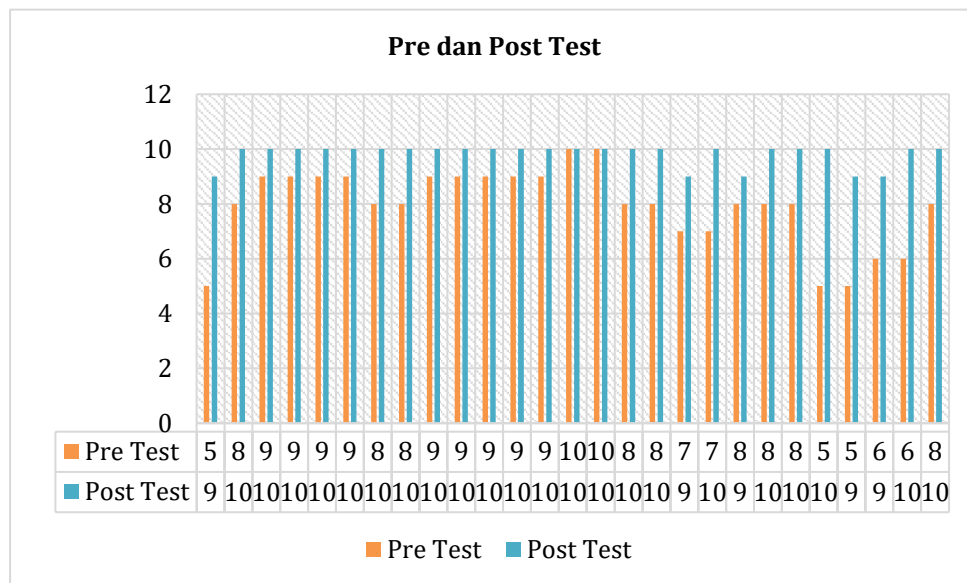
Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pematerian dan Diskusi Aturan Hadang Prestasi

Agenda selanjutnya adalah pelaksanaan simulasi hadang prestasi. Simulasi ini merupakan tahapan yang penting dalam program pengabdian ini, di mana seluruh peserta akan melihat dan sekaligus memahami peraturan terkait hadang prestasi ini. Setiap perubahan peraturan permainan akan dicontohkan dan dijelaskan oleh para atlet hadang dan narasumber.



Gambar 3. Dokumentasi Simulasi Permainan Hadang Prestasi

Berikut ini merupakan hasil dari pre test dan post test perubahan olahraga tradisional hadang menjadi olahraga hadang prestasi



Gambar 4. Hasil Pre dan Post Test Sosialisasi Hadang

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta terhadap peraturan Hadang Prestasi, yakni dari 80% sebelum kegiatan menjadi 98,3% setelah kegiatan dilaksanakan. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode sosialisasi, diskusi, dan demonstrasi yang diterapkan dalam kegiatan.

Kegiatan sosialisasi perubahan olahraga Hadang tradisional menjadi Hadang Prestasi yang diselenggarakan bagi para pegiat dan penggemar olahraga Hadang se-Provinsi Banten merupakan langkah strategis dalam upaya melestarikan sekaligus memajukan warisan budaya lokal menjadi cabang olahraga yang kompetitif. Perubahan Hadang dari sekadar permainan rakyat menjadi olahraga prestasi menuntut pemahaman mendalam tentang standarisasi aturan, peningkatan intensitas latihan, dan fokus pada kebugaran fisik atlet (Arif et al., 2023). Secara tradisional, Hadang telah terbukti efektif dalam mengembangkan nilai-nilai karakter seperti kerja sama tim, sportivitas, dan kegigihan, serta melatih kemampuan motorik dasar seperti kelincahan (agility) dan kecepatan (Bhakti & Nurdiansyah, 2025). Sebagai organisasi yang berperan dalam mempromosikan olahraga tradisional, PORTINA dan KORMI memiliki potensi untuk mengembangkan Hadang lebih lanjut. Lestari, (2021) menyatakan bahwa keterlibatan lembaga-lembaga olahraga nasional sangat penting dalam mengubah permainan tradisional menjadi olahraga prestasi, terutama melalui kegiatan sosialisasi, pelatihan, dan kompetisi yang terstruktur.

Sosialisasi ini menjadi jembatan antara format permainan yang santai dengan format kompetisi yang memiliki beban latihan yang tepat, intensitas tinggi, dan metode latihan yang fokus pada peningkatan atribut fisik spesifik. Hal ini bertujuan untuk memastikan para pegiat Hadang Banten tidak hanya melestarikan tradisi, tetapi juga memahami regulasi baru dan menjadikan olahraga ini sebagai panggung untuk meraih prestasi bagi daerah, sejalan dengan visi pemerintah untuk menjadikan olahraga tradisional sebagai prestasi (Kemenpora, 2023).

KESIMPULAN

Sosialisasi perubahan Hadang dari tradisional menjadi Hadang Prestasi di kalangan pegiat Banten telah berhasil menanamkan pemahaman bahwa upaya melestarikan budaya kini harus dibarengi dengan mentalitas

dan metodologi atletik profesional. Peralihan ini bukan hanya soal perubahan nama, tetapi mengenai peningkatan standar kompetisi melalui penerapan aturan baku dan program latihan yang fokus pada pengembangan aspek fisik, strategi, dan mentalitas prestasi. Dengan antusiasme dan fondasi kompetitif yang sudah ada di Banten, langkah sosialisasi ini menjadi titik tolak penting untuk memajukan Hadang menjadi cabang olahraga yang produktif dalam menghasilkan prestasi sekaligus tetap menjaga nilai-nilai luhur dari permainan tradisional tersebut..

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Kementerian Agama Kabupaten Lampung Utara serta Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Lampung yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitasi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi juga disampaikan kepada para kepala madrasah, guru, serta pengelola lembaga pendidikan yang telah berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari sosialisasi, workshop, hingga pendampingan. Tanpa kehadiran dan keterlibatan mereka, kegiatan ini tidak akan mencapai hasil yang diharapkan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada tim pengabdian dan rekan-rekan dosen yang telah bekerja sama dengan penuh dedikasi dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi program ini. Tidak lupa, penghargaan diberikan kepada mahasiswa yang turut membantu dalam proses dokumentasi dan pendampingan teknis. Seluruh kontribusi yang diberikan telah menjadi bagian penting dalam keberhasilan program penguatan literasi kebijakan pendidikan PAI di madrasah Lampung Utara.

PENDANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini didanai oleh Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Sesuai dengan Surat Keputusan Rektor Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Nomor B/708/UN.43.9/PM.01.03/2025

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (FKIK Untirta) yang telah mendukung pelaksanaan pengabdian dan Pengurus Olahraga Tradisional Provinsi Banten yang telah berperan sebagai mitra dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, A. S., & Scesiarriya, V. M. (2020). Pengembangan permainan hadang motorik untuk materi keterampilan gerak dasar di MI Yapendawa Bendorejo. *PENJAGA: Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 1(1), 12–15.
- Arif, Z. M., Lasma, Y., & Maysaroh Chairunnisa, N. (2023). Sosialisasi Olahraga Tradisional Hadang Di Desa Karangharja. *An-Nizam*, 2(2), 95–100. <https://doi.org/10.33558/an-nizam.v2i2.6229>
- Bernhardin, D. (2021). Pengaruh Olah Raga Permainan Tradisional Hadang Terhadap Kelincahan Siswa. *Jpoe*, 3(1), 79–85. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v3i1.116>
- Bhakti, R., & Nurdiansyah, D. (2025). Penerapan Pembelajaran Permainan Olahraga Tradisional Hadang Terhadap Tiga Aspek Kognitif Afektif Dan Psikomotor Pada Peserta Didik Kelas Vii Di Smp It Najib Rasyid. 6(5), 8622–8632.
- Galih Permadi, S.Or, M. P. (2019). Buku Panduan Olahraga Tradisional
- Gandasari, M. F. (2019). Pengaruh permainan olahraga tradisional sepak beleg terhadap kemampuan kelincahan

- anak usia 7–10 tahun. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 2(1), 21. <https://doi.org/10.26418/jilo.v2i1.32628>
- Kemenpora. (2023). Buka POTRADNAS ke-9 Tahun 2023, Menpora Dito: Ini Keren, Ayo Ajak Masyarakat Jadikan Olahraga Tradisional Menjadi Prestasi.
- Lestari, D. F. (2021). Pengembangan model pembelajaran aktivitas jasmani melalui permainan tradisional bagi siswa sekolah dasar. Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
- Prasetyo, D. E., Damrah, D.. (2018). Evaluasi kebijakan pemerintah daerah dalam pembinaan prestasi olahraga. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. 1 (2): 32-41. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.132>
- Rahman, R., Kurniawan, A. W., & [Penulis lainnya]. (2020). Pengembangan pembelajaran kebugaran jasmani unsur kecepatan berbasis multimedia interaktif. Sport Science and Education Journal. 2(5):254-263. <https://doi.org/10.17977/um062v2i52020p254-263>
- Ridwan, H., Ardhi, M., & Weda, W. (2017). Pengaruh Metode Bermain Bola Tangan dan Lempar Tangkap Bola Terhadap Efektifitas Pembelajaran Passing Atas Bolavoli pada Kelas XII TPHP SMK Putra Wilis Kecamatan Sendang Kabupaten Tulungagung. Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, 3(2), 230-239. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11897.