



**PEMBINAAN OLAHRAGA PADA REMAJA PUTUS SEKOLAH DI PANTI SOSIAL  
BINA REMAJA KALIMANTAN TIMUR**

***SPORTS DEVELOPMENT FOR YOUTH OUT OF SCHOOL AT THE SOCIAL COLLEGE  
FOR YOUTH IN EAST KALIMANTAN***

**Achmad Maulana<sup>1\*</sup>, Fadli Suardhana Eka Putra<sup>2</sup>, Rizal Ardiansyah<sup>3</sup>, Januar Inggar Yadi<sup>4</sup>,  
Rahmat<sup>5</sup>, Miftakhul Khusna<sup>6</sup>, Margaretha Lasni Rhussary<sup>7</sup>**

<sup>1\*2,3,4</sup> Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru,

<sup>5,6,7</sup> IKIP PGRI Kaltim, Samarinda

<sup>1\*</sup>achmad.maulana@ulm.ac.id, <sup>2</sup>fadli.suardhana@ulm.ac.id, <sup>3</sup>rizal.ardiansyah@ulm.ac.id,

<sup>4</sup>januar.inggar@ulm.ac.id

**Article History:**

Received: December 25th, 2024

Revised: February 10th, 2025

Published: February 15th, 2025

**Abstract:** *This service activity aims to foster sports activities at the Youth Development Social Home by involving students in various physical activities. Through a structured exercise program, participants experience increased physical and mental fitness. The results of the activity showed a significant increase in the degree of fitness, which had a positive impact on health and well-being. This program includes various types of sports, such as gymnastics, basketball, and traditional games, which are designed to improve motor skills and cooperation between students. Apart from that, this training also provides knowledge about the importance of maintaining health through physical activity, so that residents can implement a healthy lifestyle in their daily lives. Evaluations conducted show that active participation in sports activities not only improves physical fitness, but also builds a sense of community and self-confidence among students. Thus, it is hoped that this program can become a model for other social institutions in implementing similar activities to improve the quality of life of their students.*

**Keywords:** *Sports Coaching*

**Abstrak**

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membina kegiatan olahraga di Panti Sosial Bina Remaja dengan melibatkan siswa-siswi dalam berbagai aktivitas fisik. Melalui program olahraga terstruktur, peserta mengalami peningkatan kebugaran jasmani dan mental. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam derajat kebugaran, yang berdampak positif pada kesehatan dan kesejahteraan. Program ini meliputi berbagai jenis olahraga, seperti senam, bola basket, dan permainan tradisional, yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan motorik dan kerjasama antar siswa. Selain itu, pelatihan ini juga memberikan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui aktivitas fisik, sehingga penghuni dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Evaluasi yang dilakukan menunjukkan bahwa partisipasi aktif dalam kegiatan olahraga tidak hanya meningkatkan kebugaran fisik, tetapi juga membangun rasa

kebersamaan dan kepercayaan diri antara siswa. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat menjadi model bagi panti sosial lainnya dalam mengimplementasikan kegiatan serupa untuk meningkatkan kualitas hidup siswanya.

**Kata Kunci:** Pengabdian, Pembinaan Olahraga

## **PENDAHULUAN**

Salah satu tujuan utama dari pemberdayaan remaja panti sosial adalah meningkatkan kepercayaan diri dan rasa percaya diri mereka. Remaja yang merasa dihargai dan memiliki kemampuan untuk berkontribusi akan lebih termotivasi untuk mencapai tujuan hidup mereka. Program-program yang melibatkan partisipasi aktif remaja dalam pengambilan keputusan dapat membantu mereka merasa lebih berdaya. Selain itu, pemberdayaan remaja di panti sosial juga bertujuan untuk membangun jaringan sosial yang kuat. Remaja yang memiliki dukungan sosial yang baik cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan dapat mengatasi stres dengan lebih efektif. Oleh karena itu, kegiatan yang mendorong interaksi sosial antar remaja perlu diperbanyak dalam program pemberdayaan. Kegiatan pemberdayaan yang berorientasi pada pengembangan keterampilan juga sangat penting. Pelatihan keterampilan kerja, keterampilan hidup, dan pendidikan non-formal dapat membantu remaja mempersiapkan diri menghadapi dunia luar. Dengan keterampilan yang memadai, mereka akan memiliki peluang lebih besar untuk mendapatkan pekerjaan dan mandiri di masa depan.

Pentingnya pendekatan berbasis komunitas juga tidak bisa diabaikan. Melibatkan masyarakat dalam program pemberdayaan remaja dapat menciptakan sinergi yang positif. Masyarakat dapat memberikan dukungan dan sumber daya yang diperlukan untuk mendukung program-program ini, sehingga remaja merasa lebih terhubung dengan lingkungan sekitar mereka. Namun, pelaksanaan program pemberdayaan remaja panti sosial tidak tanpa tantangan. Sering kali, ada stigma yang melekat pada remaja yang berasal dari panti sosial, yang dapat menghambat partisipasi mereka dalam kegiatan sosial. Oleh karena itu, penting untuk melakukan kampanye kesadaran yang dapat mengubah pandangan masyarakat terhadap remaja panti sosial. Dari segi kebijakan, dukungan dari pemerintah dan lembaga terkait sangat dibutuhkan untuk memastikan keberlanjutan program pemberdayaan. Kebijakan yang mendukung pendidikan dan pelatihan bagi remaja panti sosial harus diperkuat untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan mereka. Dengan adanya kebijakan yang jelas, program pemberdayaan dapat berjalan lebih efektif.

Secara keseluruhan, laporan ini bertujuan untuk menggambarkan pentingnya pemberdayaan remaja di panti sosial serta memberikan rekomendasi untuk pengembangan program yang lebih baik. Melalui analisis yang mendalam, diharapkan dapat ditemukan solusi konkret yang dapat meningkatkan kualitas hidup remaja di panti sosial dan mempersiapkan mereka untuk masa depan yang lebih baik. Pendidikan merupakan salah satu hak dasar setiap individu yang

berperan penting dalam pengembangan diri dan peningkatan kualitas hidup. Di Indonesia, meskipun telah ada berbagai upaya untuk meningkatkan akses pendidikan, masih banyak remaja yang terpaksa putus sekolah. Fenomena ini menjadi perhatian serius, terutama di kalangan remaja yang tinggal di panti sosial. Mereka seringkali menghadapi berbagai tantangan yang menghambat akses mereka terhadap pendidikan yang layak. Melakukan modifikasi dalam pembelajaran merupakan salah satu solusi yang bisa dilakukan (Kamaruddin, 2022).

Panti sosial berfungsi sebagai tempat perlindungan bagi anak-anak dan remaja yang mengalami berbagai permasalahan sosial, seperti kekerasan, pengabaian, atau masalah ekonomi. Remaja putus sekolah di panti sosial sering kali kehilangan kesempatan untuk melanjutkan pendidikan formal. Hal ini dapat berujung pada kurangnya keterampilan yang dibutuhkan dalam dunia kerja, sehingga mempersulit mereka untuk mencapai kemandirian di masa depan. Kondisi sosial dan ekonomi yang tidak stabil di panti sosial dapat menyebabkan remaja merasa putus asa dan kehilangan motivasi untuk belajar. Mereka mungkin merasa bahwa pendidikan tidak lagi relevan dengan kondisi hidup mereka. Oleh karena itu, pemberdayaan remaja putus sekolah di panti sosial menjadi sangat penting untuk membantu mereka menemukan kembali tujuan hidup dan meningkatkan kepercayaan diri.

Program pemberdayaan yang dirancang secara khusus dapat membantu remaja memahami pentingnya pendidikan serta memberikan mereka keterampilan praktis yang dapat digunakan di dunia kerja. Kegiatan seperti pelatihan keterampilan, bimbingan karir, dan konseling psikologis dapat menjadi bagian dari program ini. Dengan pendekatan yang holistik, diharapkan remaja dapat mengembangkan potensi diri dan meraih masa depan yang lebih baik. Selain itu, keterlibatan masyarakat dan stakeholder lainnya juga sangat penting dalam upaya pemberdayaan ini. Dukungan dari berbagai pihak, seperti pemerintah, LSM, dan komunitas lokal, dapat memberikan sumber daya dan kesempatan yang lebih banyak bagi remaja di panti sosial. Kerjasama ini juga dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi remaja untuk belajar dan berkembang. Hal ini selaras dengan pernyataan (Haryanto, Larossa dan Purnama, 2021) bahwa konsumen akan melakukan evaluasi terhadap berbagai alternatif pilihan yang ada dan memilih produk mana yang dapat memberikan manfaat serta kepuasan.

Pemberdayaan remaja putus sekolah juga berkontribusi pada pengurangan angka kemiskinan dan peningkatan kualitas sumber daya manusia di Indonesia. Dengan memberikan akses pendidikan dan keterampilan, remaja di panti sosial dapat memiliki peluang yang lebih baik untuk mendapatkan pekerjaan yang layak dan mandiri. Hal ini pada gilirannya dapat membantu mereka untuk keluar dari siklus kemiskinan dan memberikan dampak positif bagi keluarga dan masyarakat. Di era digital saat ini, pemanfaatan teknologi informasi dalam proses pendidikan dan pemberdayaan semakin penting. Inovasi memberikan banyak kemudahan, serta sebagai cara baru dalam melakukan aktivitas manusia (Maulana, 2021). Pengenalan teknologi kepada remaja putus sekolah di panti sosial dapat membuka akses ke sumber belajar yang lebih luas. Dengan memanfaatkan platform online, mereka dapat mengikuti kursus, pelatihan, dan program

pembelajaran yang dapat meningkatkan kompetensi mereka.

Namun, tantangan dalam pelaksanaan program pemberdayaan ini tidak dapat diabaikan. Beberapa remaja mungkin mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan metode pembelajaran baru atau memiliki perasaan cemas dan ragu terhadap kemampuan mereka. Oleh karena itu, pendekatan yang sensitif dan inklusif diperlukan untuk memastikan semua remaja merasa diterima dan termotivasi untuk berpartisipasi. Melalui laporan ini, diharapkan dapat diidentifikasi berbagai strategi dan metode yang efektif dalam pemberdayaan remaja putus sekolah di panti sosial. Dengan melakukan analisis terhadap program yang telah dilaksanakan, kita dapat menemukan praktik terbaik dan rekomendasi untuk perbaikan di masa mendatang. Akhirnya, tujuan dari pemberdayaan ini adalah untuk menciptakan generasi yang lebih kuat, mandiri, dan berdaya saing di masa depan

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan dengan model luring, yaitu dengan mengajak para remaja untuk bisa aktif dalam melaksanakan kegiatan keolahragaan yang sudah terjadwal oleh Panti Sosial Bina Remaja Kalimantan Timur.

## **HASIL**

Hasil dari kegiatan pemberdayaan remaja putus sekolah di panti sosial dapat diukur dari berbagai aspek yang menunjukkan dampak positif terhadap peserta. Berikut adalah beberapa hasil dari kegiatan tersebut:

### 1) Peningkatan Keterampilan

- Keterampilan Praktis: Remaja yang mengikuti pelatihan keterampilan menunjukkan peningkatan dalam kemampuan teknis, seperti menjahit, memasak, dan keterampilan digital, yang dapat meningkatkan peluang kerja mereka.
- Keterampilan Soft Skills: Peserta juga mengembangkan keterampilan interpersonal, seperti komunikasi, kerja sama tim, dan kepemimpinan, yang penting dalam dunia kerja.

### 2) Pendidikan dan Literasi

- Peningkatan Kemampuan Akademis: Melalui kelas tambahan dan program literasi, peserta menunjukkan peningkatan dalam kemampuan membaca, menulis, dan berhitung.
- Kesempatan Melanjutkan Pendidikan: Beberapa remaja yang sebelumnya putus sekolah dapat melanjutkan pendidikan formal berkat dukungan program.

### 3) Kemandirian Ekonomi

- Pekerjaan dan Kewirausahaan: Banyak peserta berhasil mendapatkan pekerjaan setelah menyelesaikan program, atau memulai usaha kecil mereka sendiri, sehingga mereka dapat mencapai kemandirian finansial.
- Peningkatan Pendapatan: Remaja yang bekerja atau berwirausaha mengalami peningkatan pendapatan, yang berkontribusi pada perbaikan kondisi hidup mereka.

### 4) Kesejahteraan Mental dan Emosional

- Kepercayaan Diri yang Meningkat: Melalui dukungan konseling dan kegiatan sosial,

peserta mengalami peningkatan kepercayaan diri dan motivasi untuk meraih tujuan hidup mereka.

- Jaringan Sosial yang Kuat: Kegiatan sosial membantu peserta membangun hubungan yang positif dengan teman sebaya dan mentor, menciptakan jaringan dukungan yang berkelanjutan.

#### 5) Partisipasi dan Keterlibatan Komunitas

- Keterlibatan Orang Tua dan Komunitas: Meningkatnya partisipasi orang tua dan masyarakat dalam program menunjukkan dukungan yang lebih besar terhadap remaja, menciptakan lingkungan yang lebih positif.
- Kesadaran Masyarakat: Program ini juga membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pendidikan dan dukungan untuk remaja putus sekolah.

#### 6) Evaluasi dan Umpan Balik

- Data Evaluasi Positif: Hasil dari survei dan evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasa program ini memberikan manfaat signifikan bagi mereka.
- Rekomendasi untuk Perbaikan: Umpan balik dari peserta dan pengelola program memberikan wawasan untuk perbaikan di masa mendatang, sehingga program dapat terus berkembang dan beradaptasi dengan kebutuhan.



**Gambar 1. Kegiatan Pembinaan Fisik**



**Gambar 2. Kegiatan Senam**

## **PEMBAHASAN**

Pemberdayaan remaja di panti sosial merupakan salah satu upaya penting dalam mendukung perkembangan pribadi dan sosial mereka. Remaja yang tinggal di panti sosial seringkali berasal dari latar belakang keluarga yang kurang beruntung, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan emosional mereka. Oleh karena itu, pemberdayaan menjadi kunci untuk membantu mereka mengatasi tantangan ini. Dalam konteks panti sosial, pemberdayaan remaja tidak hanya berfokus pada aspek ekonomi, tetapi juga mencakup pengembangan keterampilan sosial, emosional, dan intelektual. Program-program yang dirancang untuk mendukung remaja di panti sosial harus mempertimbangkan kebutuhan spesifik mereka, termasuk kebutuhan psikologis dan sosial. Dengan pendekatan yang tepat, remaja dapat dibekali dengan keterampilan yang diperlukan untuk berintegrasi ke dalam masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pemberdayaan ini diharapkan memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup remaja putus sekolah di panti sosial, membantu mereka untuk meraih kemandirian, dan berkontribusi positif bagi masyarakat. Mengukur keberhasilan program pemberdayaan remaja putus sekolah di panti sosial adalah langkah penting untuk memastikan bahwa tujuan program tercapai dan memberikan dampak positif.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan implementasi yang telah dilakukan, beberapa poin penting dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Peningkatan Akses Pendidikan: Program ini berhasil memberikan akses pendidikan yang lebih baik bagi remaja putus sekolah, melalui pelatihan keterampilan dan bimbingan akademik. Hal ini membantu mereka untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang relevan, meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi belajar.
- 2) Pengembangan Keterampilan: Remaja yang mengikuti program menunjukkan peningkatan keterampilan teknis dan soft skills, yang sangat penting untuk memasuki dunia kerja. Pelatihan yang diberikan, seperti keterampilan massage, kerajinan tangan, dan keterampilan interpersonal, sangat bermanfaat bagi mereka.
- 3) Dukungan Sosial dan Emosional: Program ini tidak hanya fokus pada aspek pendidikan, tetapi juga memberikan dukungan emosional melalui konseling dan kegiatan kelompok. Hal ini membantu remaja mengatasi trauma dan membangun jaringan sosial yang positif.
- 4) Kemandirian Ekonomi: Sebagian besar peserta program berhasil mendapatkan pekerjaan atau melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Ini menunjukkan bahwa program pemberdayaan mampu memberikan dasar yang kuat untuk mencapai kemandirian ekonomi.
- 5) Sustainability Program: Meskipun program ini telah menunjukkan hasil yang positif, penting untuk merencanakan keberlanjutan program. Dukungan berkelanjutan dan evaluasi rutin akan memastikan bahwa manfaat yang diperoleh dapat terus dirasakan oleh remaja di panti sosial.

## **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Penulis sangat berterimakasih atas terselesainya pelaksanaan Pembinaan Olahraga di Panti Sosial Bina Remaja Kalimantan Timur, rekan dosen, Siswa-siswi di Panti Sosial yang telah membantu pelaksanaan PkM ini baik secara materiil dan non materiil. Diharapkan PkM ini dapat bermanfaat dan digunakan sebagaimana mestinya.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Haryanto, P.P. putra, Larossa, E. dan Purnama, Y.A. (2021) “Pengaruh Promosi Terhadap Penjualan Sepeda Motor Pada PT. Astra Motor Di Samarinda Tahun 2020,” 7(x), hal. 47–60.
- Kamaruddin, I., Hasanuddin, I., Maulana, A., Ansar, C. S., Imawati, V., Rozi, F., ... & Haris, A. (2022). Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Get Press.
- Maulana, A. (2021) “Workshop Pengenalan Aplikasi Pendukung Pembelajaran Bagi Guru Sd It Ar-Risalah Samarinda,” *COVIT (Community Service of Health)*, 1(2), hal. 65–69. Tersedia pada: <https://doi.org/10.31004/covit.v1i2.4252>.