

PROFIL OLAHRAGA TRADISIONAL PAKU SUKHA DI KECAMATAN BELALAU KABUPATEN LAMPUNG BARAT PROVINSI LAMPUNG

Fadlu Rachman^{*1}, Ayi Rahmat², Andri Prasetyo³

^{1,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Universitas Setia Budhi Rangkas Bitung, Banten, Indonesia

* Corresponding Author: fadlurachman1994@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received, April 04, 2023

Revised, October 09, 2023

Accepted, October 13, 2023

Available online, October 31, 2023

Kata Kunci:

Olahraga Tradisional, Paku Sukha, Injang

Keywords:

Traditional Sport, Paku Sukha, Injang

ABSTRAK

Olahraga tradisional merupakan permainan yang dihasilkan oleh tradisi masyarakat sekitar karena di dasarkan oleh alam, budaya, dan kultur masyarakat. Olahraga tradisional Paku Sukha khas Kabupaten Lampung Barat Provinsi Lampung sudah mulai terlupakan oleh generasi muda saat ini. Tujuan dari penelitian ini untuk merevitalisasi olahraga tradisional *Paku Sukha* di Kabupaten Lampung Barat yang sudah mulai terlupakan oleh generasi muda. Penelitian kualitatif tentang olahraga tradisional "Paku Sukha" di Kecamatan Belalau, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung, dengan sumber data berupa wawancara dan data tertulis. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu pengamatan langsung pada objek penelitian, wawancara,

dan dokumentasi. Untuk menganalisis data penulis menggunakan beberapa cara diantaranya: (1) reduksi data. (2) penyajian data, dan (3) verifikasi data atau penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sejarah olahraga tradisional *Paku Sukha* dijumpai khususnya di daerah Lampung Barat yang berada di daratan kecamatan Belalau. Olahraga tradisional *Paku Sukha* tercipta berdasarkan kebiasaan masyarakat setelah pulang bekerja mereka inisiatif membuat permainan yang berasal dari sumber daya alam sekitar yaitu sejenis tumbuhan pakis/paku lalu ditambahkan dengan *Injang* (Kain Sarung), net dan lapangan sebagai media bermainnya. Pemain olahraga tradisional *Paku Sukha* dalam satu tim terdiri dari lima orang pemain. Empat orang pemain bertugas memegang dua *Injang* (Kain Sarung), membentuk dua pasang di dalam lapangan permainan. Sementara itu, satu orang lainnya bertugas sebagai pelempar bola, yang melemparkan bola kepada salah satu pemain di dalam lapangan pada awal permainan dan saat mengumpulkan hasil bola dari poin yang akan didapat. Setiap kelompok harus mencapai poin sembilan agar bisa memenangkan permainan.

ABSTRACT

Traditional sports are games that are produced by the traditions of the surrounding community because they are based on nature, culture and the culture of the community. The traditional sport of *Paku Sukha*, typical of West Lampung Regency, Lampung Province, has begun to be forgotten by today's young generation. The aim of this research is to revitalize the traditional sport of *Paku Sukha* in West Lampung Regency which has begun to be forgotten by the younger generation.

Qualitative research on the traditional sport "Paku Sukha" in Belalau District, West Lampung Regency, Lampung Province, with data sources in the form of interviews and written data. The data collection techniques used are direct observation of the research object, interviews and documentation. To analyze the data the author used several methods including: (1) data reduction. (2) data presentation, and (3) data verification or drawing conclusions. The results of the research show that the history of the traditional sport Paku Sukha is found especially in the West Lampung area which is on the mainland of Belalau sub-district. The traditional sport of Paku Sukha was created based on people's habits after returning home from work, they took the initiative to make games that came from the surrounding natural resources, namely a type of fern/fern plant and then added Injang (Song Cloth), a net and a field as playing media. Paku Sukha traditional sports players in a team consisting of five players. Four players are tasked with holding two Injang (cloth sarongs), forming two pairs on the playing field. Meanwhile, another person serves as the ball thrower, who throws the ball to one of the players on the field at the start of the game and when collecting the ball results from the points that will be obtained. Each group must reach nine points in order to win the game.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

*Copyright © 2021 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa
Getsempeña*



PENDAHULUAN

Indonesia memamerkan kekayaan budaya yang meliputi seluruh wilayahnya, dari Sabang hingga Merauke. Keberagaman budaya masyarakat, yang mencirikan setiap daerah, tercermin dalam arsitektur, pakaian tradisional, kuliner khas, dan permainan tradisional. Keindahan untaian budaya yang beragam, mencakup aspek kultur, etnis, suku, dan agama, memperkaya keberagaman di seluruh tanah air (Rachman et al., 2023). Salah satu ekspresi keberagaman tercermin pada permainan dan olahraga tradisional yang hidup dan berkembang subur pada setiap daerah. Selain itu, Permainan dan olahraga tradisional tetap berkaitan erat dengan kebudayaan dari suatu daerah.

Namun sayangnya belakangan ini salah satu nilai budaya yang mulai terkikis bahkan tidak dikenal oleh anak-anak kaum milenial adalah permainan dan olahraga tradisional yang mulai dikalahkan oleh permainan online (Merliza, 2021; Rachman, Suharto, et al., 2023). Keberadaan dan identitas olahraga tradisional saat ini sebgaiian ada yang masih bertahan dan sebagian sudah tidak membekas pada kehidupan masyarakat Sehingga, generasi muda kebanyakan tidak mengenal olahraga tradisional yang pernah tumbuh dan berkembang di daerahnya (Bernhardin, 2021). Seperti olahraga tradisional gobak sodor, egrang, bakiak, lari balok, patok lele, gasing, gebuk bantal, bentengan, sumpitan, dagongan.

Permainan dan aktivitas olahraga yang bersifat tradisional merupakan warisan dari leluhur pada masa lalu dan sangat populer sebelum popularitas game online merambah ke Indonesia (Ashari, 2019; Hadjarati & Haryanto, 2020). Permainan

tradisional merupakan sebuah wadah untuk berkomunikasi, bersosialisasi, serta merefreshkan diri oleh orang pada zaman dahulu (Rahesti et al., 2023). Permainan tradisional iasanya dimainkan oleh orang-orang pada daerah tertentu dengan aturan konsep yang tradisional pada jaman dahulu". Permainan tradisional juga dikenal sebagai permainan rakyat merupakan sebuah kegiatan rekreatif yang tidak hanya bertujuan untuk menghibur diri, tetapi juga sebagai alat untuk memelihara hubungan dan kenyamanan sosial (Rumawatine, 2020). Pada dasarnya, permainan tradisional merupakan ciri suatu bangsa dan hasil suatu peradaban. Selain telah menjadi ciri suatu bangsa, permainan tradisional adalah salah satu bagian terbesar dalam suatu kerangka yang lebih luas yaitu kebudayaan. Permainan dan olahraga tradisional adalah hasil dari tradisi masyarakat, yang mencerminkan hubungan dengan alam, budaya, dan kekayaan kultural. Warisan kebudayaan dalam masyarakat menjadi sebuah aset yang penting untuk dijaga, sebagai respons terhadap tantangan globalisasi, sejalan dengan prinsip yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 5 tahun 2007 tentang pemajuan kebudayaan (Armanjaya & Rachman, 2022; Rachman & Prasetyo, 2022).

Menurut Juwanda & Hermanzoni (2020) olahraga tradisional merupakan salah satu peninggalan budaya nenek moyang yang memiliki kemurnian dan corak tradisi setempat. Secara harfiah kata tradisional diartikan sebagai aksi atau tingkah laku alami akibat dari kebutuhan dari nenek moyang, tradisional identik dengan kehidupan masyarakat suatu kaum atau suku bangsa tertentu. Biasanya disebarkan dari mulut ke mulut dan kadang - kadang mengalami perubahan nama atau bentuk meskipun dasarnya sama.

Olahraga dan Permainan tradisional merupakan bentuk kegiatan yang telah berkembang dan tumbuh di tengah-tengah masyarakat sejak zaman dahulu kala, pada zaman kerajaan dan mengalami alkulturasi pada jaman penjajahan. Olahraga dan Permainan tradisional merupakan kegiatan permainan yang sederhana, mudah dimengerti/dipelajari dan dilakukan, biayanya relatif murah dibanding dengan permainan moderen karena sedikit menggunakan perlengkapan dan peralatan yang dapat dibuat sendiri serta dapat dimainkan di arena terbuka maupun tertutup (Kurniawan, 2019).

Menurut Khamdani (2010) olahraga tradisional yang bermula dan berkembang di wilayah nusantara membawa nilai pendidikan yang tinggi dalam pembentukan akhlak, jiwa, dan fisik para pelakunya. Permainan tempo dulu sebenarnya sangat baik untuk melatih fisik dan mental anak. Secara tidak langsung anak-anak akan dirangsang

kreatifitas, ketangkasan, jiwa kepemimpinan, kecerdasan, dan keluasan, bahkan dapat menggali dan menambah wawasannya melalui permainan tradisional (Rahmat, 2017; Safrizal, 2021). Peserta olahraga tradisional dapat membentuk berbagai nilai, termasuk kebugaran fisik, kesehatan, rasa percaya diri, nilai-nilai sosial, dan empati terhadap orang lain.

Di Indonesia, permainan dan olahraga tradisional tidak hanya memiliki nilai-nilai tersebut, tetapi juga mengandung filosofi kebersamaan yang menekankan pembelajaran sambil bermain untuk merangsang perkembangan motorik (Nur, 2013). Permainan tradisional merupakan jenis permainan yang melibatkan lebih dari satu pemain, berbeda dengan permainan modern. Dalam permainan modern, fokus lebih pada individu, sehingga kemampuan sosial anak tidak begitu ditekankan. Anak-anak dapat bermain sendiri tanpa memerlukan kehadiran teman-teman mereka (Syahran, 2015).

Olahraga dan permainan tradisional adalah warisan asli masyarakat Indonesia yang mencerminkan karakteristik budaya dan memiliki manfaat untuk meningkatkan kebugaran fisik. Dikenal juga sebagai permainan tradisional, kegiatan ini diterima dengan baik oleh masyarakat dan populer sebagai bentuk lomba atau sekadar hiburan yang membangun interaksi sosial. Hal ini menciptakan rasa persaudaraan karena permainan ini dapat dilakukan bersama-sama dengan orang di sekitar (Alaska & Hakim, 2021). Untuk dianggap sebagai olahraga tradisional, suatu kegiatan harus memenuhi dua kriteria utama, yaitu harus memiliki unsur "olahraga" dan juga unsur "tradisional". Ini mencakup memiliki warisan tradisi yang telah berkembang selama beberapa generasi, serta terkait dengan aspek budaya tradisional suatu bangsa secara menyeluruh (Juwanda & Hermanzoni, 2020).

Perkembangan olahraga tradisional saat ini masih dianggap bukan sesuatu yang penting. Padahal jika dicermati secara historis bahwa dari olahraga tradisional kita dapat mengambil banyak nilai-nilai dasar dalam kehidupan. Olahraga tradisional merupakan strategi budaya untuk menguatkan karakter bangsa. Harapan kedepan peran serta olahraga tradisional sebagai perekat persatuan dan kesatuan bangsa dapat dukungan dari berbagai pihak terkait pelestarian serta pemanfaatan objek strategis dalam membentuk jati diri bangsa (Majid et al., 2019).

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan olahraga tradisional merupakan permainan yang dilakukan turun temurun yang dimainkan dari generasi ke generasi untuk menciptakan sebuah kesenangan yang memiliki banyak nilai-nilai sosial serta dapat memperkuat karakter bangsa. Permasalahan yang terjadi di Kabupaten Lampung

Barat adalah mulai dilupakan dan hilangnya generasi muda memainkan permainan dan olahraga tradisional khas daerah kabupaten Lampung Barat karena banyak yang terkena dampak dari kemajuan teknologi informasi dan perkembangan sosial media.

Meskipun permainan dan olahraga tradisional telah mengalami penurunan popularitas, masih terdapat individu di Indonesia, terutama di wilayah terpencil seperti Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung, yang tetap menjalankan permainan dan olahraga tradisional. Meskipun demikian, pengaruh permainan modern juga mulai merambah dan menggerus keberlanjutan tradisi tersebut. Lampung Barat memiliki permainan tradisional yang unik dan jarang ditemui di daerah lain. Hal ini terkait dengan karakteristik geografis Kabupaten Lampung Barat yang melibatkan wilayah yang luas, sekitar 33.368,14 Km^2 , yang didominasi oleh pegunungan, perbukitan, dan hutan. Keadaan alam ini menciptakan lingkungan yang menjadi tempat masyarakat bermain

Penelitian ini merupakan penelitian keterbaharuan karena belum ada sama sekali yang meneliti dan mengangkat olahraga tradisional Paku Sukha khas Kabupaten Lampung Barat. Pentingnya penelitian ini guna untuk merevitalisasi olahraga tradisional paku sukha supaya tidak hilang tergerus olah zaman.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk merevitalisasi olahraga tradisional *Paku Sukha* di Kabupaten Lampung Barat bagaimana sejarah olahraga tradisional paku sukha, cara peraturan permainannya, alat yang digunakan. Dengan harapan setelah ini akan menjadi referensi bagi peneliti lain atau masyarakat apabila ingin dimainkan Kembali.

METODE PENELITIAN

Sesuai dengan masalah yang ingin diteliti yaitu profil olahraga tradisional *paku sukha* di kecamatan belalau kabupaten lampung barat provinsi lampung. Sehingga Metode Penelitian Yang Digunakan Adalah Metode Deskriptif Dengan Pendekatan Kualitatif. Menurut Rukajat didalam Witara et al., (2023) Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menggambarkan fenomena yang terjadi secara realistik, nyata dan kekinian, karena penelitian ini terdiri dari membuat uraian, gambar atau lukisan secara sistematis, faktual dan tepat mengenai fakta, ciri dan hubungan antara fenomena yang dipelajari. Menurut Purba didalam Witara et al., (2023) Penelitian deskriptif adalah pengumpulan data untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan tentang status terakhir subjek penelitian, yang merupakan metode penelitian faktual tentang status sekelompok orang, suatu objek, suatu keadaan, sistem pemikiran atau peristiwa dalam saat ini. dengan interpretasi yang benar.

Metode penelitian kualitatif deskriptif digunakan untuk menggambarkan dengan rinci kondisi alamiah dari suatu variabel, gejala, atau keadaan (Sugiyono, 2016). Subyek penelitian ini mencakup anak-anak dan tokoh budaya yang berada di Kabupaten Lampung Barat. Pendekatan pengumpulan data dilakukan melalui metode wawancara, observasi, dan dokumentasi (Sugiyono, 2015). Dalam pengumpulan data, peneliti pertama-tama melakukan observasi atau pengamatan. Observasi dalam penelitian ini menggunakan pendekatan observasi partisipatif dengan kategori partisipasi pasif. Dalam partisipasi pasif, peneliti mengunjungi lokasi kegiatan orang yang akan diamati namun tidak secara aktif terlibat dalam kegiatan tersebut. Ini menjadi salah satu teknik pengumpulan data dalam penelitian. Pada tahap observasi peneliti ditemani 1 orang masyarakat kabupaten lampung barat yang mempermudah peneliti pada saat melakukan penelitian. Selanjutnya, peneliti menggunakan teknik wawancara sebagai metode pengumpulan data. Teknik ini digunakan ketika peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk mengidentifikasi permasalahan yang akan diteliti, sekaligus untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dari responden. Pengumpulan data melalui wawancara didasarkan pada laporan tentang diri sendiri atau self-report, atau paling tidak pada pengetahuan dan keyakinan pribadi. Dalam tahap ini, peneliti melakukan wawancara dengan seorang tokoh masyarakat Kabupaten Lampung Barat dan kemudian melanjutkan wawancara satu per satu dengan narasumber. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan teknik studi dokumentasi sebagai metode pencatatan peristiwa yang telah terjadi. Dokumentasi dapat berupa tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari individu. (Sugiyono, 2015).

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh masyarakat di Kecamatan Belalau, Kabupaten Lampung Barat. Adapun sampel yang dipilih terdiri dari tokoh budaya, tokoh adat, tokoh masyarakat, dinas kebudayaan, dan masyarakat di Kecamatan Belalau. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat pengumpulan data, seperti handphone dan formulir catatan yang telah disiapkan. Setelah semua data berhasil dikumpulkan dan dikelompokkan sesuai dengan kategori masing-masing, langkah selanjutnya adalah pengolahan data menggunakan teknik analisis. Untuk memastikan keabsahan data, dilakukan analisis normatif terhadap informasi yang diperoleh melalui studi dokumenter. Teknik analisis data melibatkan ketelitian pengamatan dan pendekatan triangulasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejarah Olahraga Tradisional *Paku Sukha*

Olahraga tradisional *Paku Sukha* dijumpai khususnya di daerah Lampung Barat yang berada di daratan kecamatan Belalau. Olahraga tradisional *Paku Sukha* terbentuk karena keseharian masyarakat mencari nafkah dengan memanfaatkan hasil hutan. Pada dahulu kala setelah pulang bekerja dari kebun (dakhak), sawah dan ladang sejak matahari terbit hingga sore hari para pemuda selalu berkumpul ditengah lapangan luas berinisiatif untuk membuat permainan untuk menghilangkan kejenuhan dan penat setelah seharian bekerja. Dengan memanfaatkan sumber daya alam dari hasil hutan yang melimpah yaitu dengan menggunakan batang *Paku Sukha*.

Paku Sukha merupakan tumbuhan sejenis pakis yang tumbuh liar di daerah daratan Belalau dan sekitaran daerah pegunungan pesagi. Masyarakat melakukan olahraga tradisional *Paku Sukha* dengan cara mengumpulkan batang tumbuhan *Paku* dianyam sehingga berbentuk seperti bola takraw atau bola voli. Bola tersebut di lempar dengan menggunakan *Injang* (Kain Sarung) sebagai media untuk memainkannya.

Setiap permainan dan olahraga tradisional yang berasal dari kebiasaan masyarakat biasanya mencakup berbagai nilai budaya dan nilai sosial. Hal yang sama berlaku pada olahraga tradisional *Paku Sukha*. Nilai budaya yang terkandung dalam olahraga tradisional *Paku Sukha*, seperti kebersamaan, tercermin pada saat masyarakat selesai menjalankan rutinitas harian mereka. Mereka berkumpul sebagai bentuk kehidupan bersama di lingkungan mereka, yang membawa kegembiraan untuk meredakan kelelahan setelah beraktivitas sepanjang hari. (Saputra, 2022). Nilai sosial yang tercermin dalam olahraga tradisional *Paku Sukha* adalah semangat gotong royong. Hal ini terlihat dari partisipasi aktif masyarakat dalam penyelenggaraan olahraga tersebut, dimana mereka bersama-sama mengumpulkan batang *Paku*, membawa sarung, dan membantu dalam persiapan lapangan. Semua itu dilakukan bersama-sama untuk menjamin kelancaran pelaksanaan olahraga tradisional *Paku Sukha*.

Alat yang digunakan dalam Olahraga Tradisional *Paku Sukha*

1. Bola



Gambar 1. Bola dan Tumbuhan *Paku Sukha* (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Bola terbuat dari jenis tumbuhan paku/pakis sukha yang tumbuh liar di daerah pegunungan maupun daratan Lampung Barat. Batang pakis yang di kumpulkan lalu dianyam berbentuk bulat seperti bola yang memiliki ukuran keliling lingkaran 60-65 cm.

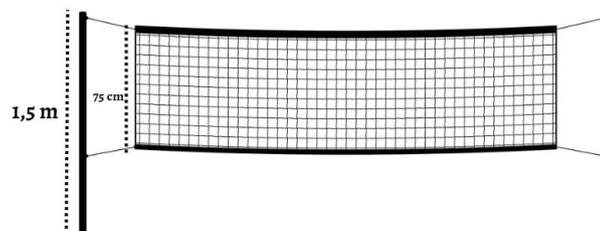
2. *Injang* (Kain Sarung)



Gambar 2. *Injang*/Kain Sarung (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Kain sarung atau masyarakat Kabupaten Lampung Barat menyebutnya dengan nama *Injang* sebagai alat untuk pelempar bola *Paku Sukha*.

3. Net

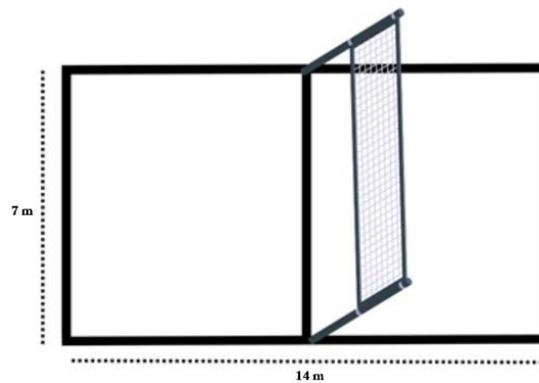


Gambar 3. Net Olahraga Tradisional *Paku Sukha* (Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Net merupakan pembatas antar tim pada saat olahraga tradisional *Paku Sukha* berlangsung, Net yang digunakan adalah berukuran lebar net 75 cm dengan ketinggian net 150 cm.

4. lapangan

Olahraga tradisional *Paku Sukha* biasa dilakukan dilapangan berumput, tanah atau berpasir seperti di pantai. Lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 7 x 14 meter dengan garis lapangan dibuat menggunakan tali rapia atau di garis menggunakan batu memanfaatkan area lapangan tersebut.



Gambar 4. Area Lapangan Olahraga Tradisional *Paku Sukha*

(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Peraturan Olahraga Tradisional *Paku Sukha*

Olahraga Tradisional *Paku Sukha* terdiri dari dua tim yang saling berlawanan, satu tim terdiri dari 5 orang pemain. 4 orang pemain memegang dua *Injang* (Kain sarung) sehingga menjadi 2 pasang dalam satu tim mereka ini berada di dalam lapangan permainan (Saputra, 2022) sedangkan 1 orang lagi bertugas sebagai pelempar bola kepada salah satu pemain yang berada di dalam lapangan pada setiap awal permainan serta saat mengumpulkan hasil bola dari poin yang akan didapat.

Sebelum permainan dimulai permainan diundi dengan cara masing-masing para peserta berkumpul dan saling berpelukan untuk dengan mempertahankan bola agar tidak di ambil oleh regu lawan, apabila bola tersebut dapat diambil regu lawan maka regu tersebut menjadi tim yang memainkan bola pertama kali.



Gambar 5. Sedang melakukan Olahraga Tradisional *Paku Sukha* (Sumber : <https://lampung.tribunnews.com/> diakses tanggal 1 bulan April 2022)

Setelah didapatkan tim yang memainkan bola pertama kali masing-masing kelompok menuju daerahnya masing-masing untuk menjaga daerah nya yang di batasi oleh net. Pada awal permainan tim yang mendapatkan giliran bermain di oper bola oleh temanya yang berada di pinggir net secara lambung. Bola yang diberikan oleh teman tersebut langsung menyebrangkan bola ke daerah lawan menggunakan *Injang* tanpa menahannya terlebih dahulu, tim yang menerima harus melemparkan bola menggunakan *Injang* kembali ke daerah lawan tanpa menahan bola tersebut. Setiap tim berusaha untuk melemparkan bola *Paku Sukha* menggunakan *Injang* ke daerah lawan agar tidak jatuh ke dalam area lapangan sendiri dan bola yang dilemparkan berusaha supaya tidak keluar dari area lapangan lawannya agar mendapatkan poin atau nilai. salah satu kelompok yang tidak dapat menyebrangkan bola ke area lapangan lawan maka kelompok lawan yang mendapatkan poin/nilai satu. Ketika memulai kembali permainan maka selalu diawali dengan lemparan bola melambung dari teman satu tim yang berada di dekat net kepada pemain yang ada didalam lapangan tersebut atau di permainan bola voli sering disebut dengan servis.

Jika bola jatuh di area kelompok yang kalah, aturan yang berlaku adalah kelompok yang kalah tidak diizinkan untuk mengambil bola *Paku Sukha* dari tanah dengan cara menangkapnya. Sebagai gantinya, mereka harus menggunakan *Injang* (kain sarung). Cara ini melibatkan memegang ujung-ujung *Injang* dengan kedua tangan dan memberikannya kepada lawan yang berada di dekat net.. Dalam olahraga tradisional *Paku Sukha* Pada saat tertentu diperbolehkan menggunakan kepala untuk mengembalikan bola ke daerah lawan. Poin tertinggi dalam permainan *Paku Sukha* yaitu point sembilan,

apabila salah satu kelompok lebih terdahulu mencapai poin Sembilan maka berhak menjadi pemenang dalam permainan *Paku Sukha*.

Pembahasan

Berdasarkan hasil eksplorasi olahraga Tradisional Paku Sukha adalah permainan tradisional yang berasal dari masyarakat Kecamatan Belalau, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Permainan ini menekankan pada kemampuan fisik, ketangkasan, ketepatan, keseimbangan, dan kerjasama tim sebagai unsur utama dalam pelaksanaannya. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Setia Darma Majid (Majid et al., 2019) Permainan dan olahraga tradisional merupakan kegiatan yang dilakukan dengan mengolah dan mengeksplorasi kemampuan dan keterampilan fisik, mental dan sosial anak-anak, dalam bentuk permainan-permainan dan olahraga tradisional, dalam suasana kebersamaan, gotong royong, saling tolong menolong, disiplin, berjuang dan bekerja dalam tim, bersaing secara sehat dan jujur, mampu menumbuhkan dan membentuk karakter generasi muda yang unggul dan berdaya saing.

Olahraga Tradisional Paku Sukha merupakan salah satu bentuk olahraga tradisional yang memiliki akar dalam budaya Lampung Barat, Provinsi Lampung. Nama "Paku Sukha" berasal dari bahasa Lampung, di mana "Paku" berarti "Paku" dan "Sukha" berarti "berani" atau "berani melawan". Dengan demikian, olahraga ini mencerminkan keberanian dan semangat budaya masyarakat Lampung Barat (Eris, 2023).

Sampai saat ini, respons dari pemerintah belum menunjukkan adanya bantuan untuk olahraga tradisional Paku Sukha, meskipun olahraga ini sangat membutuhkan perhatian khusus pemerintah untuk mendukung pengembangannya. Tanggapan positif dari masyarakat telah terlihat, dan dukungan mereka terhadap olahraga tradisional Paku Sukha sangat kuat. Faktor pendukung, terutama pendanaan dan sarana prasarana, memainkan peran kunci dalam perkembangan setiap cabang olahraga. Saat ini, pendanaan berasal dari inisiatif swadaya masyarakat lokal yang memberikan bantuan seoptimal mungkin.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Olahraga tradisional merupakan permainan yang timbul dari warisan tradisi masyarakat, yang terinspirasi oleh lingkungan alam, budaya, dan kultur masyarakat setempat. Kebudayaan yang melekat dalam masyarakat menjadi suatu aset penting bagi

bangsa untuk dijaga agar tidak tergerus oleh dampak globalisasi. Salah satu contoh olahraga tradisional yang khas dan patut dilestarikan adalah Paku Sukha, sebuah olahraga yang bersumber dari kearifan lokal masyarakat Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung. Paku Sukha melibatkan elemen-elemen seperti tumbuhan pakis/paku, Injang (kain sarung), net, dan lapangan sebagai media permainannya.

Dalam olahraga tradisional Paku Sukha, setiap tim terdiri dari 10 pemain, dengan pembagian masing-masing kelompok terdiri dari 5 orang. Dalam satu tim, empat orang pemain bertugas memegang dua Injang (Kain Sarung), membentuk dua pasang di dalam lapangan permainan. Sementara itu, satu orang lainnya bertugas sebagai pelempar bola, yang melemparkan bola kepada salah satu pemain di dalam lapangan pada awal permainan dan saat mengumpulkan hasil bola dari poin yang akan didapat.

Tujuan setiap kelompok adalah mencapai poin sembilan untuk memenangkan permainan. Hal ini menunjukkan bahwa Paku Sukha merupakan olahraga yang melibatkan kerjasama tim dan keterampilan individual untuk mencapai target skor tertentu.

Saran

1. Bagi Pemerintah, harus lebih gencar untuk mensosialisasikan kembali olahraga tradisional *Paku Sukha* kepada masyarakat dan pelajar agar permainan ini tetap terjaga dan tidak punah. Selain itu pemerintah membuat kajian-kajian mendalam mengenai permainan ini, lalu permainan ini dilakukan Hak Paten permainan olahraga tradisional Kabupaten Lampung Barat
2. Bagi Masyarakat, harus lebih giat untuk memainkan olahraga tradisional *Paku Sukha* kembali pada saat waktu-waktu tertentu supaya olahraga tradisional tetap terjaga
3. Bagi Peneliti selanjutnya bersama pemerintah membuat kajian mendalam tentang olahraga tradisional *Paku Sukha* Kabupaten Lampung Barat. Serta membantu pemerintah untuk menggali lagi potensi Permainan Tradisional yang lainnya di Kabupaten Lampung Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alaska, A., & Hakim, A. A. (2021). Analisis Olahraga Tradisional Lompat Tali Dan Engklek Sebagai Peningkat Kebugaran Tubuh Di Era New Normal (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 141-151.
- Armanjaya, S., & Rachman, F. (2022). Peningkatan Minat Berolahraga Melalui Penerapan Olahraga Tradisional Gobak Sodor. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 4(3), 148-154.

- Ashari, A. (2019). Perbandingan Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Hadang, Terompah Panjang, Egrang Terhadap Peningkatan Daya Tahan, Kecepatan, Dan Keseimbangan Pada Siswa Ekstrakurikuler Sd Impres 1 Tenga Kabupaten Bima Ntb. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 231-239. <https://doi.org/https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v6i2.897>
- Bernhardin, D. (2021). Pengaruh Olahraga Permainan Tradisional Hadang terhadap Kelincahan Siswa. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 3(1), 79-85.
- Eris, M. (2023, October). *Paku Sukha, Simbol Keberanian dan Persatuan dalam Budaya Lampung Barat*. Koropak.Co.Id. <https://koropak.co.id/19676/paku-sukha-simbol-keberanian-dan-persatuan-dalam-budaya-lampung-barat>
- Hadjarati, H., & Haryanto, I. A. (2020). Identifikasi Permainan Dan Olahraga Tradisional Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(3), 127-135.
- Juwanda, A., & Hermanzoni. (2020). Olahraga Tradisional Buru Babi Di Kenagarian Geragahan Lubuk Basung. *Jurnal Patriot*, 2(1), 38-47.
- Khamdani, A. (2010). *Olahraga Tradisional Indonesia*. PT. Mancanan Jaya Cemerlang.
- Kurniawan, A. W. (2019). *Olahraga dan Permainan Tradisional*. Wineka Media.
- Majid, S. D., Umam, C., Rahmat, A., Zakaria, E., & Rachman, F. (2019). *Olahraga Tradisional Membangun Karakter Bangsa*. PT. Kanca Kreasi Selaras.
- Merliza, P. (2021). Studi Etnomatematika: Eksplorasi Konsep Matematika pada Permainan Tradisional Provinsi Lampung. *Suska Journal of Mathematics Education*, 7(1), 21-30.
- Nur, H. (2013). Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 3(1).
- Rachman, F., & Prasetyo, A. (2022). Pengaruh Olahraga Tradisional Dalam Meningkatkan Kelincahan Siswa SMPN 25 Pesawaran. *JUPE: Jurnal Physical Education UNILA*, 11(3).
- Rachman, F., Ramadhan, Z. F., & Armanjaya, S. (2023). Pelestarian Olahraga Tradisional Melalui Festival Permainan Tradisional Se-Kota Bandar Lampung. *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 157-163.
- Rachman, F., Suharto, T. H., & Ramadhan, Z. F. (2023). Traditional Sport "Sepit-Sepitan" in Bali Province. *Journal RESPECS (Research Physical Education and Sport)*, 5(2), 341-347.
- Rahesti, N., Irawan, F. A., & Chuang, L.-R. (2023). Analisis permainan tradisional dalam pelestarian budaya: Systematic literatur review. *Jurnal Pedagogi Olahraga Dan Kesehatan*, 4(1), 22-29.
- Rahmat, Z. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Lempar Kaleng Terhadap Kemampuan Motorik Anak Kelompok B Tk Al-Ikhlas Lamlhom Lhoknga Aceh Besar. *Jurnal Penjaskesrek*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v4i1.773>
- Rumawatine, Z. (2020). Identifikasi Olahraga Tradisional Di Kabupaten Seram Bagian Barat. *JARGARIA SPRINT: Journal Science of Sport and Healt*, 2(1), 17-30.

- Safrizal. (2021). Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Kedisiplinan Siswa Madrasah Aliyah Negeri 2 Banda Aceh. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(2), 443-451. <https://doi.org/https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v9i2.1932>
- Saputra, B. Z. (2022, October 2). *Paku Sugha Olahraga Tradisional Lampung Barat seperti Voli, Pemain Pakai Sarung*. Tribunlampungbarat.Com.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syahran, R. (2015). Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya. *Jurna; Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 1(1), 84-92. <https://koropak.co.id/19676/paku-sukha-simbol-keberanian-dan-persatuan-dalam-budaya-lampung-barat>
- Witara, K., Gunawan, I. G. D., & Maisarih, S. (2023). *Metodologi Penelitian Bidang Pendidikan : Panduan Praktis*. PT. Green Pustaka Indonesia.