

LAPORAN PKM

**SOSIALISASI NILAI-NILAI SIPAKATAU, SIPAKALEBBI, DAN
SIPAKAINGE MELALUI AKTIVITAS OLAHRAGA REKREASI**



TIM PENGUSUL

KETUA	: Ifin Efendi, S.Pd.,M.Pd	NIDN	: -
ANGGOTA	: Dr. Muhammad Sulfa, M.Pd.	NIDN	: 0903089101
	Adelvin Sangkalabu	NIM	: 2389201002
	Abd Risal	NIM	: 2489201002
	Aldy	NIM	: 2489201005

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS CAHAYA PRIMA
TAHUN 2023**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGABDIAN MASYARAKAT UNIVERSITAS CAHAYA PRIMA

1. Judul Kegiatan : Sosialisasi Nilai-nilai Sipakatau, Sipakalebbi, Dan Sipakainge malalui aktivitas Olahraga, rekreasi
2. Ketua Tim Pengabdian :
 - a. Nama Lengkap : Ifin Efendi, S.Pd., M.Pd
 - b. NIDN : -
 - c. Jabatan/golongan : Dosen Tetap
 - d. Program Studi : Ilmu Keolahragaan
 - e. Bidang Keahlian : Pencak Silat, Kebugaran Jasmani, Pendidikan Jasmani, Fisiologi Olahraga
 - f. Alamat Surel :
- Anggota Tim Penyusul :
 - a. Jumlah Anggota : 4
 - b. Nama Anggota 1/ Bidang Keahlian : Dr. Muhammad Sulfa, M.Pd.
 - c. Nama Anggota 2/ Bidang Keahlian : Adelvin Sangkalabu
- Lokasi Kegiatan :
 - a. Wilayah mitra (Desa/Kecamatan) : Desa Lappo Ase
 - b. Kabupaten Kota : Kabupaten Bone
 - c. Provinsi : Sulawesi Selatan
- Luaran Yang dihasilkan :
- Periode Pelaksanaan : 1 Oktober 2023
- Biaya Total : Rp. 3.000.000

Menyetujui
Dekan



Dr. M. Awaluddin A., S.Sos, M.Si.
NIDN. 0922098505

Watampone, 5 Oktober 2023
Ketua Pengabdian



Ifin Efendi, S.Pd., M.Pd
NIDN.

Mengetahui,
Ka. LPPM



Dr. Yusriadi, M.Si.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN ii

DAFTAR ISI..... iii

KATA PENGANTAR 1

BAB I PENDAHULUAN..... 3

 1.1 Latar Belakang 3

 1.2 Permasalahan Mitra..... 4

 1.3 Tujuan Penelitian..... 5

 1.4 Manfaat Penelitian..... 6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7

 2.1 Kebugaran Jasmani 7

 2.2 Aktivitas Fisik dan Kesehatan..... 8

 2.3 Kearifan Lokal Bugis 10

 2.4 Senam Kebugaran Berbasis Budaya 12

 2.5 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat..... 13

BAB III 14

METODE PENELITIAN..... 14

 3.1 Lokasi dan Waktu Pelaksanaan..... 14

 3.2 Sasaran Kegiatan 14

 3.3 Tahapan Pelaksanaan Kegiatan..... 14

BAB IV HASIL PENELITIAN 16

 4.1 Pelaksanaan Kegiatan..... 16

 4.2 Hasil Kegiatan 16

 4.3 Pembahasan 17

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 19

 5.1 Kesimpulan..... 19

 5.2 Saran..... 19

DAFTAR PUSTAKA 20

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang berjudul "Sosialisasi Nilai-Nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge melalui Aktivitas Olahraga Rekreasi" dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan mengimplementasikan hasil penelitian dan keilmuan di bidang olahraga kepada masyarakat.

Kegiatan ini dilaksanakan sebagai upaya memperkenalkan kembali nilai-nilai budaya Bugis yang meliputi Sipakatau (saling memanusikan), Sipakalebbi (saling menghargai), dan Sipakainge (saling mengingatkan) melalui berbagai aktivitas olahraga rekreasi. Nilai-nilai tersebut diharapkan mampu memperkuat karakter masyarakat sekaligus mendorong terciptanya budaya hidup sehat, aktif, serta menjunjung tinggi sportivitas.

Pelaksanaan kegiatan melibatkan dosen dan mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Cahaya Prima bersama masyarakat Kabupaten Bone. Antusiasme peserta menunjukkan bahwa olahraga rekreasi dapat menjadi media yang efektif dalam menanamkan nilai budaya lokal kepada berbagai kelompok usia.

Semoga laporan ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di masa mendatang.

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini, khususnya Universitas Cahaya Prima, pemerintah setempat, tokoh masyarakat, mahasiswa, dan seluruh peserta kegiatan.

Watampone, 11 Mei 2024

Tim Pelaksana

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang memiliki kekayaan budaya yang sangat beragam. Setiap daerah memiliki nilai-nilai luhur yang diwariskan secara turun-temurun sebagai pedoman dalam kehidupan bermasyarakat. Di Sulawesi Selatan, khususnya masyarakat Bugis, dikenal tiga nilai budaya yang menjadi landasan dalam membangun hubungan sosial, yaitu **Sipakatau**, **Sipakalebbi**, dan **Sipakainge**. Ketiga nilai tersebut mengandung makna saling memanusiakan, saling menghormati, dan saling mengingatkan dalam kebaikan.

Perkembangan globalisasi dan kemajuan teknologi memberikan dampak terhadap perubahan perilaku masyarakat. Interaksi sosial yang semakin berkurang, meningkatnya penggunaan gawai, serta menurunnya aktivitas fisik menyebabkan nilai-nilai budaya lokal mulai kurang dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, rendahnya aktivitas fisik juga berpengaruh terhadap meningkatnya risiko penyakit tidak menular dan menurunnya kualitas kesehatan masyarakat.

Olahraga rekreasi merupakan salah satu aktivitas yang tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga mampu membangun interaksi sosial, kerja sama, disiplin, sportivitas, dan karakter positif. Aktivitas olahraga yang dilakukan secara berkelompok memberikan ruang bagi masyarakat untuk saling berkomunikasi, bekerja sama, menghargai sesama, dan menjaga keharmonisan sosial.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Cahaya Prima berupaya mengintegrasikan olahraga rekreasi dengan nilai-nilai budaya Bugis sehingga olahraga tidak hanya menjadi sarana peningkatan kesehatan, tetapi juga media pendidikan karakter berbasis kearifan lokal. Kegiatan ini sejalan dengan roadmap penelitian Program Studi Ilmu Keolahragaan tahun 2024 yang berfokus pada pengembangan sport science, pendidikan karakter, dan potensi lokal.

Melalui sosialisasi dan praktik olahraga rekreasi, masyarakat diharapkan mampu memahami makna Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge serta menerapkannya dalam

kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, kegiatan ini dapat mendukung terwujudnya masyarakat yang sehat, aktif, berkarakter, dan tetap menjaga kelestarian budaya lokal.

1.2 Permasalahan Mitra

1. Menurunnya pemahaman masyarakat terhadap nilai-nilai budaya Bugis.
2. Kurangnya media edukasi budaya berbasis aktivitas fisik.
3. Rendahnya aktivitas olahraga rekreasi di lingkungan masyarakat.
4. Kurangnya kegiatan yang mengintegrasikan olahraga dengan pendidikan karakter.
5. Belum optimalnya peran perguruan tinggi dalam penguatan budaya lokal melalui olahraga.
6. Rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya hidup aktif dan sehat.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai nilai-nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge melalui kegiatan olahraga rekreasi berbasis kearifan lokal.

Tujuan Khusus

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang nilai budaya Bugis.
2. Menumbuhkan sikap saling menghargai dalam aktivitas olahraga.
3. Mengembangkan olahraga rekreasi berbasis budaya lokal.
4. Meningkatkan partisipasi masyarakat dalam aktivitas fisik.
5. Memperkuat karakter masyarakat melalui olahraga.
6. Mendukung pelestarian budaya Bugis melalui pendekatan sport science.

1.4 Manfaat Penelitian

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini diharapkan memberikan manfaat yang luas bagi masyarakat, perguruan tinggi, maupun pemerintah daerah.

1.4.1 Bagi Masyarakat

- Meningkatkan pengetahuan mengenai budaya Bugis.
- Menumbuhkan perilaku hidup aktif dan sehat.
- Mempererat hubungan sosial antarwarga.
- Meningkatkan kepedulian terhadap pelestarian budaya lokal.

1.4.2 Bagi Universitas

- Mengimplementasikan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
- Meningkatkan kerja sama dengan masyarakat.
- Mengembangkan hilirisasi hasil penelitian Program Studi Ilmu Keolahragaan.

1.4.3 Bagi mahasiswa

- Mengembangkan kemampuan pengabdian kepada masyarakat.
- Meningkatkan pengalaman dalam penerapan ilmu keolahragaan.
- Menumbuhkan jiwa kepemimpinan dan kepedulian sosial.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kebugaran Jasmani

Olahraga rekreasi merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang dilakukan secara sukarela dengan tujuan memperoleh kesenangan, kebugaran, kesehatan, relaksasi, dan interaksi sosial. Berbeda dengan olahraga prestasi yang berorientasi pada pencapaian hasil kompetitif, olahraga rekreasi lebih menekankan pada aspek partisipasi masyarakat tanpa memandang usia, jenis kelamin, latar belakang pendidikan, maupun tingkat kemampuan fisik. Melalui olahraga rekreasi, setiap individu memperoleh kesempatan untuk melakukan aktivitas fisik secara menyenangkan sehingga mampu meningkatkan kualitas kesehatan sekaligus mempererat hubungan sosial antarmasyarakat **(Republik Indonesia, 2022)**.

Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan menjelaskan bahwa olahraga rekreasi merupakan kegiatan olahraga yang dilaksanakan berdasarkan kegemaran dan kemampuan masyarakat dengan tujuan meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani, kegembiraan, serta memperkuat hubungan sosial. Oleh karena itu, olahraga rekreasi memiliki peran penting dalam membentuk masyarakat yang aktif bergerak, produktif, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Aktivitas tersebut dapat dilakukan dalam berbagai bentuk seperti senam bersama, jalan santai, permainan tradisional, outbound, fun games, hingga olahraga berbasis komunitas yang melibatkan partisipasi seluruh lapisan masyarakat **(Republik Indonesia, 2022)**.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas olahraga rekreasi memberikan manfaat yang sangat luas, baik dari aspek fisiologis, psikologis, maupun sosial. Dari aspek fisiologis, olahraga rekreasi mampu meningkatkan daya tahan jantung dan paru-paru, memperbaiki komposisi tubuh, meningkatkan kekuatan otot, serta menurunkan risiko

penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes melitus, obesitas, dan penyakit jantung. Dari aspek psikologis, aktivitas fisik terbukti mampu mengurangi stres, kecemasan, dan depresi, serta meningkatkan rasa percaya diri dan kebahagiaan. Sementara itu, dari aspek sosial, olahraga rekreasi menjadi media yang efektif dalam membangun kerja sama, komunikasi, kepedulian sosial, dan rasa persaudaraan antarpeserta (**Bompa & Buzzichelli, 2019**).membentuk karakter positif.

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, olahraga rekreasi tidak hanya dipandang sebagai aktivitas fisik semata, tetapi juga sebagai media edukasi yang mampu menyampaikan berbagai nilai kehidupan kepada masyarakat. Melalui permainan kelompok, peserta belajar mengenai kerja sama, kepemimpinan, disiplin, tanggung jawab, toleransi, dan sportivitas. Nilai-nilai tersebut menjadi lebih mudah dipahami karena peserta mengalaminya secara langsung selama proses permainan berlangsung. Oleh sebab itu, olahraga rekreasi menjadi pendekatan yang sangat relevan dalam kegiatan pengabdian yang bertujuan menanamkan nilai-nilai budaya lokal kepada masyarakat (**Lutan, 2019**).

2.2 Nilai Sipakatau dalam Budaya Bugis

Masyarakat Bugis dikenal sebagai salah satu suku di Indonesia yang memiliki sistem nilai budaya yang kuat dan diwariskan secara turun-temurun. Salah satu nilai yang menjadi landasan kehidupan sosial masyarakat Bugis adalah **Sipakatau**. Secara etimologis, kata *Sipakatau* berasal dari kata *tau* yang berarti manusia, sedangkan awalan *sipa-* mengandung makna saling. Dengan demikian, Sipakatau dapat diartikan sebagai sikap saling memanusiakan sesama tanpa membedakan suku, agama, status sosial, usia, maupun latar belakang ekonomi. Nilai ini mengajarkan bahwa setiap manusia memiliki harkat dan martabat yang harus dihormati sehingga hubungan sosial dapat terjalin secara harmonis (**Mattulada, 2015**).

Dalam kehidupan masyarakat Bugis, Sipakatau menjadi pedoman dalam berinteraksi sehari-hari. Nilai tersebut tercermin dalam perilaku menghormati orang lain, menjaga tutur kata, menghindari tindakan yang merendahkan martabat seseorang, serta membangun hubungan sosial yang dilandasi rasa kekeluargaan. Budaya saling menghormati tersebut telah menjadi identitas masyarakat Bugis dan menjadi salah satu faktor yang menjaga

keharmonisan kehidupan sosial di berbagai lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, Sipakatau tidak hanya dipahami sebagai konsep budaya, tetapi juga sebagai pedoman moral yang diterapkan dalam berbagai aktivitas kehidupan (**Pelras, 1996**).

Nilai Sipakatau memiliki relevansi yang sangat tinggi dengan dunia olahraga. Dalam aktivitas olahraga, setiap individu dituntut untuk menghormati lawan, rekan satu tim, pelatih, wasit, maupun penonton. Sikap tersebut mencerminkan penghargaan terhadap martabat manusia tanpa memandang kemampuan fisik maupun prestasi yang dimiliki. Melalui olahraga, peserta belajar bahwa setiap orang memiliki kesempatan yang sama untuk berkembang, memperoleh penghargaan, dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik secara adil. Oleh karena itu, olahraga menjadi salah satu media yang efektif untuk menanamkan nilai Sipakatau kepada masyarakat sejak usia dini hingga dewasa (**Lutan, 2019**).

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, nilai Sipakatau diterapkan melalui berbagai permainan kelompok yang mengharuskan peserta saling membantu, bekerja sama, dan menghargai kemampuan setiap anggota kelompok. Fasilitator memberikan pemahaman bahwa keberhasilan dalam permainan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu, tetapi juga oleh kemampuan setiap peserta dalam memperlakukan orang lain secara manusiawi. Pendekatan tersebut diharapkan mampu membangun karakter masyarakat yang lebih peduli, toleran, dan menghargai keberagaman dalam kehidupan sehari-hari (**Mutohir & Maksum, 2020**).

Selain itu, penerapan nilai Sipakatau melalui olahraga rekreasi mampu memperkuat solidaritas sosial di tengah masyarakat. Aktivitas fisik yang dilakukan secara bersama-sama memberikan kesempatan kepada peserta untuk berinteraksi secara langsung, membangun komunikasi yang positif, serta mengembangkan rasa saling percaya. Dengan demikian, olahraga rekreasi tidak hanya memberikan manfaat terhadap kesehatan fisik, tetapi juga berkontribusi dalam membangun kehidupan sosial yang harmonis sesuai dengan nilai-nilai budaya Bugis (Bompa & Buzzichelli, 2019).

2.3 Nilai Sipakalebbi dalam Kehidupan Bermasyarakat

Selain Sipakatau, masyarakat Bugis juga mengenal nilai **Sipakalebbi** yang berarti saling menghormati, saling menghargai, dan saling memuliakan. Nilai ini menekankan

pentingnya memberikan penghargaan kepada setiap individu atas kemampuan, usaha, maupun kontribusinya dalam kehidupan bermasyarakat. Sikap saling menghormati menjadi fondasi utama dalam menciptakan hubungan sosial yang harmonis dan penuh rasa kekeluargaan **(Mattulada, 2015)**.

Masyarakat Bugis dikenal sebagai salah satu kelompok etnis di Sulawesi Selatan yang memiliki sistem nilai budaya yang kuat dan masih dipertahankan hingga saat ini. Menurut (Dalam budaya Bugis, penghormatan tidak hanya diberikan kepada orang yang memiliki kedudukan lebih tinggi, tetapi juga kepada teman sebaya, anak-anak, maupun tamu yang datang berkunjung. Sikap tersebut diwujudkan melalui penggunaan bahasa yang santun, perilaku yang sopan, serta penghargaan terhadap pendapat dan hak orang lain. Nilai Sipakalebbi membentuk karakter masyarakat yang menjunjung tinggi etika, toleransi, dan saling menghargai dalam setiap bentuk interaksi sosial **(Pelras, 1996)**).

Dalam aktivitas olahraga rekreasi, nilai Sipakalebbi diwujudkan melalui penghargaan terhadap kemampuan setiap peserta tanpa memandang tingkat kebugaran atau keterampilan yang dimiliki. Seluruh peserta diberikan kesempatan yang sama untuk berpartisipasi, memperoleh bimbingan, serta menyampaikan pendapat selama kegiatan berlangsung. Sikap menghargai tersebut mampu menciptakan suasana olahraga yang menyenangkan sehingga seluruh peserta merasa diterima dan dihargai sebagai bagian dari kelompok **(Lutan, 2019)**.

Penerapan nilai Sipakalebbi juga terlihat ketika peserta memberikan apresiasi kepada kelompok lain yang berhasil menyelesaikan permainan dengan baik. Meskipun terdapat unsur kompetisi dalam beberapa permainan, tujuan utama kegiatan bukanlah menentukan pemenang, melainkan membangun rasa persaudaraan dan memperkuat hubungan sosial antarpeserta. Oleh karena itu, setiap kemenangan maupun kekalahan diterima dengan sikap sportif dan penuh rasa hormat terhadap lawan maupun rekan satu tim **(Mutohir & Maksum, 2020)**.

Melalui kegiatan olahraga rekreasi berbasis budaya lokal, masyarakat diharapkan semakin memahami bahwa penghargaan terhadap sesama merupakan modal utama dalam menciptakan lingkungan yang damai, sehat, dan produktif. Nilai Sipakalebbi menjadi salah

satu karakter yang penting untuk terus dilestarikan di tengah perkembangan masyarakat modern yang semakin heterogen (**Bompa & Buzzichelli, 2019**).

2.4 Nilai Sipakainge dalam Pembentukan Karakter

Nilai budaya Bugis lainnya yang tidak kalah penting adalah **Sipakainge**, yaitu sikap saling mengingatkan dalam kebaikan. Nilai ini mengandung makna bahwa setiap anggota masyarakat memiliki tanggung jawab moral untuk mengingatkan sesama apabila melakukan kesalahan atau tindakan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Proses saling mengingatkan dilakukan dengan cara yang santun, bijaksana, dan penuh rasa kekeluargaan sehingga tidak menimbulkan konflik dalam kehidupan bermasyarakat (**Mattulada, 2015**).

Dalam perspektif pendidikan karakter, Sipakainge merupakan bentuk kepedulian sosial yang mampu membangun budaya saling menjaga dan saling mendukung. Individu tidak hanya bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri, tetapi juga memiliki kepedulian terhadap keselamatan, kesehatan, dan kesejahteraan orang lain. Nilai tersebut sangat relevan diterapkan dalam kehidupan masyarakat modern yang membutuhkan kerja sama dan solidaritas tinggi (**Pelras, 1996**).

Penerapan Sipakainge dalam olahraga rekreasi terlihat melalui kebiasaan peserta untuk saling mengingatkan mengenai pentingnya melakukan pemanasan sebelum berolahraga, menggunakan teknik gerakan yang benar, menjaga keselamatan selama permainan, serta menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui aktivitas tersebut, peserta belajar bahwa keberhasilan suatu kelompok sangat dipengaruhi oleh kepedulian setiap anggota terhadap anggota lainnya (**Lutan, 2019**).

Dalam kegiatan pengabdian ini, fasilitator secara aktif mengajak peserta berdiskusi mengenai pentingnya budaya saling mengingatkan dalam keluarga maupun lingkungan masyarakat. Peserta diberikan berbagai contoh situasi yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, kemudian diminta mendiskusikan bagaimana nilai Sipakainge dapat diterapkan secara bijaksana. Pendekatan ini membantu peserta memahami bahwa budaya saling mengingatkan bukanlah bentuk menyalahkan, melainkan wujud kepedulian terhadap sesama (**Mutohir & Maksum, 2020**).

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Desa Lappo Ase, Kabupaten Bone, Provinsi Sulawesi Selatan. Lokasi ini dipilih karena masyarakatnya masih memiliki ikatan yang kuat dengan budaya Bugis, namun diperlukan upaya untuk memperkuat kembali pemahaman generasi muda terhadap nilai-nilai budaya tersebut melalui kegiatan yang menarik dan bermanfaat.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada bulan 13 April 2024- 7 mei 2024 di Balai Desa Lappo Ase dan lapangan desa sebagai lokasi praktik olahraga rekreasi. Pemilihan lokasi mempertimbangkan kemudahan akses masyarakat, ketersediaan fasilitas, serta dukungan dari pemerintah desa sehingga kegiatan dapat berjalan secara efektif

3.2 Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Desa Lappo Ase yang terdiri atas berbagai kelompok usia dan latar belakang. Peserta dipilih karena memiliki peran penting dalam pelestarian budaya lokal sekaligus sebagai pelaku utama dalam penerapan pola hidup sehat melalui olahraga rekreasi.

3.3 Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui empat tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut.

3.3.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan langkah awal yang menentukan keberhasilan kegiatan pengabdian. Pada tahap ini tim pelaksana melakukan koordinasi dengan Kepala Desa Lappo Ase beserta perangkat desa mengenai waktu pelaksanaan, jumlah peserta, lokasi kegiatan, serta kebutuhan sarana dan prasarana. Selain itu, tim juga melakukan observasi lapangan untuk mengetahui kondisi masyarakat serta mengidentifikasi permasalahan yang berkaitan dengan rendahnya aktivitas olahraga rekreasi dan pemahaman terhadap nilai-nilai budaya Bugis.

Selanjutnya tim menyusun modul sosialisasi, bahan presentasi, leaflet edukasi, instrumen evaluasi, serta menyiapkan berbagai peralatan olahraga rekreasi yang akan

digunakan selama kegiatan. Persiapan dilakukan secara matang agar seluruh rangkaian kegiatan dapat berlangsung sesuai tujuan yang telah ditetapkan.

3.3.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan diawali dengan registrasi peserta, pembagian leaflet, serta pembukaan kegiatan oleh moderator. Selanjutnya Ketua Tim Pengabdian menyampaikan tujuan kegiatan, manfaat kegiatan, serta harapan agar peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan aktif. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai konsep olahraga rekreasi, pentingnya aktivitas fisik, serta nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge sebagai bagian dari budaya Bugis.

Setelah penyampaian materi, peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok untuk mengikuti praktik olahraga rekreasi. Kegiatan praktik meliputi senam bersama, permainan estafet, permainan kerja sama, permainan tradisional Bugis, dan aktivitas kelompok lainnya yang dirancang untuk menanamkan nilai saling menghargai, saling membantu, dan saling mengingatkan. Selama kegiatan berlangsung, fasilitator memberikan penjelasan mengenai hubungan setiap permainan dengan nilai budaya yang sedang dipelajari sehingga peserta dapat memahami penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Pada akhir sesi praktik, seluruh peserta mengikuti diskusi kelompok dan refleksi mengenai pengalaman yang diperoleh selama mengikuti kegiatan. Peserta diberikan kesempatan menyampaikan pendapat mengenai manfaat olahraga rekreasi sebagai media pelestarian budaya serta menyampaikan komitmen untuk menerapkan nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge dalam kehidupan bermasyarakat.

3.3.3 Tahap Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan serta mengukur peningkatan pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung, sesi tanya jawab, diskusi kelompok, dan pengisian angket kepuasan peserta. Instrumen evaluasi meliputi tingkat kehadiran,

partisipasi aktif, pemahaman materi, kemampuan bekerja sama, serta penerapan nilai budaya selama mengikuti permainan olahraga rekreasi

Hasil evaluasi menjadi dasar bagi tim pelaksana dalam menyusun rekomendasi untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian berikutnya. Selain itu, hasil evaluasi juga digunakan untuk mengetahui efektivitas metode yang digunakan dalam menyampaikan materi kepada masyarakat.

3.3.4 Tahap Tindak Lanjut

Sebagai bentuk keberlanjutan program, tim pengabdian bersama pemerintah Desa Lappo Ase menyusun rencana tindak lanjut berupa pembentukan kelompok olahraga rekreasi berbasis masyarakat. Kelompok tersebut diharapkan mampu melaksanakan kegiatan olahraga secara rutin sekaligus menjadi media pelestarian nilai-nilai budaya Bugis melalui aktivitas fisik.

Tim pengabdian juga menyerahkan modul edukasi kepada pemerintah desa sebagai bahan sosialisasi lanjutan sehingga masyarakat dapat mempelajari kembali materi yang telah diberikan. Dengan adanya tindak lanjut tersebut, manfaat kegiatan diharapkan tidak berhenti setelah program selesai, tetapi terus berkembang sebagai budaya hidup sehat berbasis kearifan lokal.

3.3.5 Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi:

1. **Ceramah**, untuk menyampaikan materi mengenai olahraga rekreasi dan nilai-nilai budaya Bugis.
2. **Diskusi interaktif**, untuk memberikan kesempatan kepada peserta bertanya dan berbagi pengalaman.
3. **Demonstrasi**, berupa contoh penerapan nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge dalam aktivitas olahraga.
4. **Praktik langsung**, melalui permainan olahraga rekreasi secara berkelompok.
5. **Pendampingan**, selama kegiatan berlangsung agar peserta mampu menerapkan materi yang diberikan.
6. **Evaluasi**, melalui observasi, angket, dan refleksi peserta

3.3.6 Indikator Keberhasilan

Keberhasilan kegiatan diukur berdasarkan indikator berikut:

No	Indikator	Target
1	Kehadiran peserta	≥ 90%
2	Keaktifan peserta	≥ 85%
3	Pemahaman terhadap nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge	≥ 80%
4	Kemampuan menerapkan nilai budaya dalam permainan	≥ 80%
5	Kepuasan peserta terhadap kegiatan	≥ 85%

BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada **Sabtu, 20 Juli 2024** di Balai Desa dan Lapangan Desa Lappo Ase. Kegiatan diikuti oleh **40 orang peserta** yang terdiri atas tokoh masyarakat, aparat desa, anggota PKK, pemuda Karang Taruna, mahasiswa, dan masyarakat umum. Kegiatan berlangsung mulai pukul **08.00 sampai dengan 12.00 WITA** dan dipandu oleh tim dosen serta mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Cahaya Prima.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan proses registrasi peserta, pembagian leaflet edukasi, serta penyampaian informasi mengenai tujuan kegiatan. Selanjutnya acara dibuka oleh moderator, dilanjutkan sambutan Kepala Desa Lappo Ase dan Ketua Tim Pengabdian. Dalam sambutannya, Kepala Desa menyampaikan apresiasi terhadap pelaksanaan kegiatan karena dinilai mampu memperkenalkan kembali nilai-nilai budaya Bugis kepada masyarakat melalui pendekatan yang menarik dan mudah dipahami.

Setelah pembukaan, tim pengabdian menyampaikan materi mengenai pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan, konsep olahraga rekreasi, serta makna nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge dalam kehidupan masyarakat Bugis. Materi disampaikan menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi sehingga peserta dapat mengemukakan pengalaman dan pandangannya mengenai penerapan nilai budaya dalam kehidupan sehari-hari (**Lutan, 2019**).

Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan praktik olahraga rekreasi berupa senam bersama, permainan estafet, permainan kerja sama kelompok, permainan tradisional Bugis, dan aktivitas kelompok lainnya. Setiap permainan dirancang untuk menumbuhkan kerja sama, komunikasi, sportivitas, serta kepedulian antarpeserta. Selama praktik berlangsung, fasilitator menjelaskan hubungan antara setiap aktivitas dengan nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge sehingga peserta memperoleh pengalaman belajar secara langsung (**Mutohir & Maksum, 2020**).

Pada akhir kegiatan dilakukan sesi refleksi dan diskusi bersama. Peserta menyampaikan kesan serta manfaat yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan. Sebagian besar peserta menyatakan bahwa kegiatan tersebut memberikan pengalaman baru mengenai cara melestarikan budaya Bugis melalui aktivitas olahraga yang menyenangkan. Selain itu, peserta berharap kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkala sebagai bagian dari program pembinaan masyarakat.

4.2 Hasil Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan dengan antusias. Kehadiran peserta mencapai **100%** dari jumlah undangan yang telah disebarkan. Seluruh peserta mengikuti kegiatan mulai dari pembukaan hingga penutupan tanpa meninggalkan lokasi sebelum kegiatan selesai. Hal ini menunjukkan bahwa materi dan metode yang digunakan mampu menarik minat masyarakat untuk berpartisipasi secara aktif (**Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi, 2024**).

Berdasarkan hasil observasi tim pelaksana, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai makna Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge setelah mengikuti kegiatan. Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian peserta hanya memahami nilai tersebut sebagai bagian dari adat istiadat masyarakat Bugis. Namun setelah memperoleh materi dan mengikuti praktik olahraga rekreasi, peserta mampu menjelaskan makna setiap nilai serta memberikan contoh penerapannya dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam aktivitas olahraga.

Hasil evaluasi juga menunjukkan adanya peningkatan kerja sama antarpeserta selama permainan berlangsung. Peserta saling membantu menyelesaikan tantangan kelompok, memberikan dukungan kepada anggota yang mengalami kesulitan, serta menghargai hasil permainan kelompok lain. Perubahan perilaku tersebut menunjukkan bahwa olahraga rekreasi dapat menjadi media yang efektif dalam menanamkan nilai-nilai karakter berbasis budaya lokal (**Lutan, 2019**).

Selain itu, masyarakat memberikan tanggapan yang sangat positif terhadap metode pelaksanaan kegiatan. Peserta menyampaikan bahwa penyampaian materi yang dipadukan dengan praktik langsung membuat mereka lebih mudah memahami isi materi dibandingkan

hanya melalui ceramah. Permainan yang dilakukan secara berkelompok juga meningkatkan interaksi sosial antarwarga sehingga tercipta suasana yang penuh kebersamaan.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan observasi, wawancara singkat, dan angket kepuasan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan telah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan pada tahap perencanaan.

Tabel 4.1 Hasil Evaluasi Kegiatan

No	Indikator	Target	Hasil
1	Kehadiran peserta	$\geq 90\%$	100%
2	Keaktifan peserta	$\geq 85\%$	95%
3	Pemahaman materi	$\geq 80\%$	92%
4	Kerja sama peserta	$\geq 80\%$	94%
5	Kepuasan peserta	$\geq 85\%$	96%

4.3 Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan olahraga rekreasi merupakan media yang efektif dalam menyampaikan nilai-nilai budaya kepada masyarakat. Aktivitas fisik yang dilakukan secara berkelompok menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sehingga peserta lebih mudah memahami dan menginternalisasi nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge. Temuan ini sejalan dengan pendapat Lutan (2019) yang menyatakan bahwa olahraga merupakan media pendidikan karakter yang efektif karena peserta memperoleh pengalaman belajar secara langsung melalui aktivitas fisik (**Lutan, 2019**).

Nilai Sipakatau tampak selama peserta saling membantu anggota kelompok tanpa membedakan usia maupun kemampuan fisik. Seluruh peserta memperoleh kesempatan yang sama untuk mengikuti setiap permainan sehingga tercipta suasana yang inklusif dan saling menghargai. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa olahraga mampu menjadi media untuk

menumbuhkan rasa kemanusiaan serta memperkuat hubungan sosial di tengah masyarakat (Mattulada, 2015).

Nilai Sipakalebbi terlihat ketika peserta memberikan penghargaan kepada kelompok lain yang berhasil menyelesaikan permainan. Seluruh peserta menerima hasil permainan dengan sikap sportif dan tetap menjaga hubungan baik antarkelompok. Perilaku tersebut menunjukkan bahwa penghormatan terhadap sesama dapat dibangun melalui aktivitas olahraga yang dirancang secara edukatif (Pelras, 1996).

Sementara itu, nilai Sipakainge tercermin melalui kebiasaan peserta saling mengingatkan mengenai aturan permainan, keselamatan selama aktivitas berlangsung, serta pentingnya menjaga kesehatan melalui olahraga secara rutin. Budaya saling mengingatkan tersebut menjadi salah satu bentuk kepedulian sosial yang sangat penting dalam membangun masyarakat yang sehat dan harmonis **(Mutohir & Maksum, 2020)**.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil mengintegrasikan olahraga rekreasi dengan pelestarian budaya Bugis. Program ini tidak hanya meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai nilai-nilai budaya lokal, tetapi juga mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup aktif, sehat, serta menjunjung tinggi nilai kebersamaan dalam kehidupan sehari-hari. Hasil kegiatan ini diharapkan menjadi dasar bagi pelaksanaan program pengabdian lanjutan yang lebih luas dengan melibatkan sekolah, komunitas olahraga, dan pemerintah daerah sehingga pelestarian budaya melalui olahraga dapat dilakukan secara berkelanjutan **(Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi, 2024)**.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul "Sosialisasi Nilai-Nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge melalui Aktivitas Olahraga Rekreasi" telah terlaksana dengan baik di Desa Lappo Ase, Kabupaten Bone. Kegiatan ini mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya nilai-nilai budaya Bugis sebagai pedoman dalam kehidupan bermasyarakat melalui pendekatan olahraga rekreasi yang edukatif dan partisipatif.

Selain meningkatkan pengetahuan peserta, kegiatan ini juga mendorong tumbuhnya sikap saling menghargai, saling memanusiaikan, dan saling mengingatkan yang tercermin selama pelaksanaan aktivitas olahraga rekreasi. Dengan demikian, olahraga rekreasi dapat menjadi media yang efektif untuk menanamkan nilai-nilai karakter sekaligus melestarikan budaya lokal.

5.2 Saran

- Pemerintah Desa diharapkan dapat menyelenggarakan kegiatan olahraga rekreasi secara rutin sebagai sarana pembinaan karakter dan pelestarian budaya lokal.
- Masyarakat diharapkan menerapkan nilai Sipakatau, Sipakalebbi, dan Sipakainge dalam kehidupan sehari-hari serta membiasakan diri melakukan aktivitas olahraga secara teratur.
- Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Cahaya Prima Bone diharapkan dapat mengembangkan kegiatan pengabdian serupa dengan cakupan peserta yang lebih luas sehingga manfaatnya dapat dirasakan oleh lebih banyak masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Canton, H. (2021). World tourism organization—UNWTO. In *The Europa directory of international organizations 2021* (hal. 393–397). Routledge.
- Djaja, N., Ratimanjari, N. G., & Wiraharja, A. P. R. S. (2024). Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Penyakit Tidak Menular, dan Gizi Seimbang pada Warga Desa Wates Jaya. *Mitramas: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 123–132.
- Giriwijoyo, H. Y. S. S. (2021). *Ilmu kesehatan olah raga*.
- Giriwijoyo, S., Ray, H. R. D., & Sidik, D. Z. (2020). *Kesehatan, olahraga, dan kinerja*. books.google.com.
- Gunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hubungan kualitas tidur dengan kebugaran jasmani siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 43–52.
- Lutan, R. (2001). Asas-asas pendidikan jasmani. *Jakarta: Depdiknas*.
- Mattulada, P. (1995). *Dr “Latoa: Satu Lukisan Analitis terhadap Antropologi Politik Orang Bugis”–Hasanuddin University Press*. Makassar.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. *Jakarta: rineka cipta*, 193.
- Organization, W. H. (2024). *Global levels of physical inactivity in adults: off track for 2030*. World Health Organization.
- Pelras, C. (2006). *Manusia Bugis, Jakarta: Nalar bekerjasama dengan Forum Jakarta-Paris*. Jakarta: EFOQ.
- Rahadian, A., Ma'mun, A., Berliana, B., Nuryadi, N., Mutohir, T. C., & Irianto, D. P. (2021). Gerakan sport for all kunci keberhasilan olahraga Indonesia. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1(1), 78–95.

	UNIVERSITAS CAHAYA PRIMA (UNCAPI) FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UNIT PENJAMINAN MUTU (UPM) KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI NOMOR SK: 657/E/O/2023 TANGGAL 9 AGUSTUS 2023 Jl. Jend. Urip Sumoharjo Km 1.5 Watampone universitascayahayaprima@gmail.com	Kode/No :
		Tanggal: 25 September 2023
	Formulir Mutu SURAT TUGAS PKM	Revisi : 00 Halaman 1 dari 24

SURAT TUGAS

Nomor : 021/UNCAPI.ST/IKR/IX/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini

N a m a : Dr. M. Awaluddin A.,S.Sos, M.Si.

NIDN : 0922098505

Jabatan : Dekan

Dasar Penugasan : Surat Tugas PKM

Menugaskan kepada :

N a m a : Efin Efendi,S.Pd.,M.Pd.

Jabatan : Dosen

NIDN : -

Untuk terlibat dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : 1 Oktober 2023

Waktu : 08.00 WITA - Selesai

Tempat : Desa Lappo Ase, Kabupaten Bone, Sulawesi Selatan

Tema Pengabdian : Pelatihan Senam Kebugaran Berbasis Kearifan Lokal Bugis untuk Masyarakat Usia Produktif

Surat tugas ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab dan setelah kegiatan selesai menyeter tiga rangkap laporan pengabdian, masing-masing satu rangkap untuk rektor, satu rangkap untuk dekan dan satu rangkap untuk ketua prodi

Watampone, 25 September 2023
Dekan

Dr. M. Awaluddin A.,S.Sos, M.Si.
NIDN. 0922098505

Tembusan Kepada Yth.:

1. Ketua Yayasan Perguruan Cahaya Prima
2. Rektor Universitas Cahaya Prima
3. Ketua Prodi
4. Kepada yang bersangkutan;
5. A r s i p.

Lampiran 2. Rincian Anggaran Kegiatan

No	Uraian	Volume	Harga Satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
A. Belanja Bahan Habis Pakai				
1	Konsumsi peserta	40 orang	20.000	800.000
2	Snack narasumber	2 orang	30.000	60.000
3	Air mineral	2 dus	30.000	60.000
4	ATK (kertas, pulpen, spidol, map)	1 paket	250.000	250.000
Subtotal A				1.170.000
B. Belanja Publikasi dan Dokumentasi				
5	Spanduk kegiatan	1 buah	250.000	250.000
6	Cetak leaflet edukasi	40 lembar	5.000	200.000
7	Dokumentasi dan cetak foto	1 paket	200.000	200.000
Subtotal B				650.000
C. Peralatan dan Perlengkapan				
8	Sewa sound system	1 unit	350.000	350.000
9	Peralatan permainan olahraga rekreasi	1 paket	400.000	400.000
Subtotal C				750.000

Rekapitulasi Anggaran

Uraian	Jumlah (Rp)
Subtotal A	1.170.000
Subtotal B	650.000
Subtotal C	750.000
TOTAL ANGGARAN	2.570.000

Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan

