



PERENCANAAN PROGRAM LATIHAN SEPAKBOLA UNTUK MENGEMBANGKAN BAKAT DAN SKILL PADA PEMAIN

Muhammad Ilham Bayazid

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FIKKM, UNDIKMA

Abstrak

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada pemain sepak bola tentang bagaimana menyusun program Latihan yang tepat yang sesuai dengan kebutuhan. Metode yang dilakukan yaitu dengan observasi, edukasi dan pelatihan. Hasil pengabdian yaitu tersusun serta terlaksananya program Latihan sepak bola yang tepat sesuai kebutuhan pemain.

Kata Kunci

Perencanaan program, permainan sepak bola, skill bermain

Pendahuluan

Desa Gunungsari terdiri dari enam dusun yang masing masing dusun memiliki potensi unggulan yang berbeda-beda. Komoditi sektor pertanian yang berupa Tanaman Padi dan Palawija merupakan usaha produktif masyarakat Dusun Medas Desa yang secara turun temurun telah memberikan andil yang besar bagi peningkatan pendapatan dan kesejahteraannya. Hal ini dapat dipahami mengingat seluas 36 Ha lahan pertanian berada di dusun ini. Pengelolaan lahan pertanian sebagai mata pencaharian masyarakat dilakukan secara terorganisir dalam wadah Kelompok Tani Ingin Maju. Melalui kelompok inilah semua kegiatan pertanian di tata kelola sehingga produktifitas pertanian dari tahun ketahun tetap stabil bahkan mengalami peningkatan. Berkat kerja keras Kelompok serta dukungan dari para petani.

Program Budidaya Kacang tanah dilanjutkan juga kesemuanya dilaksanakan dengan penerapan ilmu dan tehnologi pertanian yang ada. Dengan keberhasilan kelompok tani ingin maju, kelompok tani dari desa-desa lain seringkali berkunjung dengan tujuan study banding agar keberhasilan itu dapat diterapkan didesa masing-masing. Mengenai Pemasaran hasil Pertanian tidaklah menjadi kesulitan karena para pengusaha langsung ke lokasi bertransaksi dengan para petani dan keberadaan Pasar Umum Gunungsari juga sangat mendukung kegiatan di sektor ini.

Sektor peternakan dengan jenis populasi ternak berupa Sapi menjadi komoditi unggulan desa juga terdapat di Dusun Medas Desa. Kegiatan di sektor ini prospeknya ke depan sangat menjanjikan disamping kondisi lingkungan sangat mendukung juga sistim Pengelolaannya berbasis kelompok. Kegiatan Peternakan dipusatkan di Kelompok Ternak Ingin maju dengan jumlah peternak 80 Orang dan jumlah ternak 210 ekor yang dipelihara secara kolektif pada kandang kumpul seluas 500 M².

Kurangnya kesadaran masyarakat Balekuwu untuk membuang sampah pada tempatnya. Pemerintah desa sangat menekankan masyarakat untuk tidak membuang sampah sembarangan tetapi masih banyak orang yang tanpa sadar membuang sampah sembarangan.



Penyediaan sarana prasarana menjadi problematika penting bagi Club Bola Ps.Balekuwu. Pembangunan infrastruktur yang terjadi diwilayah Balekuwu sangat minim sehingga menimbulkan banyak tuntutan kebijakan oleh masyarakat setempat terkait pembangunan sarana prasarana umum yang layak digunakan sehingga membuat pemain malas latihan.

Pernikahan dini di Dusun Balekuwu merupakan permasalahan yang tidak bisa diremehkan. Pernikahan dini menyebabkan berbagai permasalahan yang terjadi, salah satu dampak yang menonjol adalah mengenai putusnya pendidikan. Padahal pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi menjadi salah satu sarana yang penting untuk membawa kesejahteraan. Masa remaja bukanlah masa yang tepat untuk pernikahan namun untuk memandang dunia yang sangat luas. Disini orang tua memiliki andil yang besar untuk membimbing anaknya agar tidak terjebak dalam pernikahan muda.

Pada saat telah terjadi pernikahan dini maka kebanyakan seorang perempuan yang menikah tidak bisa melanjutkan pendidikannya. Secara psikologis hal ini tentunya tidak baik bagi kedua pihak karena mental belum cukup kuat untuk menghadapi jenjang pernikahan. Dilihat dari sisi biologis juga tidak baik karena perkembangan masih berada pada fase remaja apalagi dengan usia 15 tahun yang sangat rentan secara psikis dan biologis.

Metode Pengabdian

Metode pelaksanaan kegiatan merupakan prosedur awal yang ditempuh dalam melaksanakan suatu kegiatan *observasi*. perencanaan yang matang menjadi salah satu bentuk tercapainya tujuan kegiatan. Dalam melaksanakan kegiatan KKN sebagai salah satu bentuk mata kuliah wajib Universitas Mandalika Mataram, penulis memiliki metode tersendiri dalam memilih metode pelaksanaan kegiatan.

Berikut ini merupakan tahap metode pelaksanaan kegiatan :

1. Observasi

Melakukan observasi bagaimana keadaan ditengah masyarakat Balekuwu dan menganalisis apa penyebab permasalahan yang di hadapi masyarakat Balekuwu.

2. Metode edukasi

Edukasi kebugaran serta kesehatan jasmani untuk mendapatkan pengetahuan yang benar tentang cara meningkatkan kesehatan serta kebugaran jasmani dan menaikkan imunitas tubuh selama masa pandemi covid-19.

3. Metode pelatihan

Latihan sepak bola dilakukan pada sore hari bersama remaja dusun Balekuwu untuk meningkatkan daya tahan dan imunitas tubuh.

Hasil dan Pembahasan

Proses kegiatan melatih merupakan capaian hasil dari bentuk pengabdian penulis kepada Club bola Ps.Balekuwu yang ada di Dusun Balekuwu, Program latihan ini dapat



menambah skill/kemampuan fisik ataupun kekuatan fisik pada pemain bola. Hasil yang dicapai juga dapat mengasah skill pemain.

Dengan adanya kegiatan KKN yang dilakukan oleh penulis sebagai mahasiswa KKN tematik 2021 UNDIKMA dapat memberikan manfaat yang positif bagi masyarakat Dusun Balekuwu, Desa Gunungsari. Salah satunya Remaja Dusun Balekuwu menjadi lebih sadar akan pentingnya berolahraga untuk menjaga tubuh tetap sehat dan bugar. Kegiatan KKN Tematik 2021 yang dilaksanakan oleh penulis ini cukup terbilang efektif. Mengapa demikian ? Yaa, ada beberapa orang Masyarakat Dusun Balekuwu yang sadar akan pentingnya berolahraga. Remaja dan anak-anak yang tadinya hanya bermain game online setelah melakukan pendekatan dan memberi edukasi tentang olahraga yang menyenangkan, sekarang mereka sudah mulai berolahraga dan ada juga yang melakukan olahraga rekreasi. Bahwa ini menunjukkan adanya sedikit perubahan atau hasil yang didapat pada saat menjalankan program KKN selama dua bulan lamanya walaupun beberapa orang saja. Akan tetapi, dalam hal inilah batas kemampuan yang dimiliki penulis selaku mahasiswa KKN Tematik 2021 menjalankan program kerja lapangan guna ikut membantu dalam mengatasi permasalahan.

Kesimpulan

Penulis menyimpulkan bahwa kegiatan KKN pada tahun ini berbeda dengan tahun lalu dikarenakan situasi yang tidak mendukung dikala pandemi Covid-19. Untuk tahun ini dilakukan dilingkungan rumah. Namun tidak mengubah semangat penulis dalam berkegiatan KKN dengan bekerjasama dengan mitra kepala dusun medas bedugul, penulis mendapatkan permasalahan masyarakat yang harus segera dicarikan solusi. Salah satunya yaitu permasalahan dalam hal peningkatan kesadaran olahraga. Untuk saat ini solusi yang sudah diberikan yaitu melalui kegiatan edukasi tentang pentingnya berolahraga untuk menjaga tubuh tetap sehat dimasa pandemic covid 19

Saran

Dari berbagai uraian penulis mengharapkan dukungan dari semua kalangan civitas akademik maupun masyarakat agar dapat menumbuh kembangkan kerjasama dalam menyelesaikan setiap permasalahan yang ada dengan tetap mengedepankan kepentingan bersama dan orang banyak. Mengingat kesadaran masyarakat yang masih rendah maka kita selaku civitas akademik maupun aparat desa yang lain bisa meningkatkan kesadaran masyarakat melalui gebrakan kegiatan yang bisa dicontohkan oleh masyarakat sekitar.

Daftar Pustaka

Ismail, A. (2021). MEGA PENA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), 42-52.
M.Najamuddin, Yazid. (2021). Melatih club Sepak Bola (Ps.Balekuwu)..