



Memperbaiki Metode Latihan Dalam Tehnik Dasar Control Untuk Tim Bomber FC

Dermawan Yosaputra

Program Studi Pendidikan Olahraga, FIKKM Universitas Pendidikan Mandalika
Alamat e-mail (Dermawan@gmail.com)

Abstrak

Tujuan pengabdian ini adalah memperbaiki metode Latihan Teknik dasar control dalam permainan sepakbola pada tim Bomber Fc, metode yang digunakan adalah observasi dan pelatihan, dan hasil pengabdian berupa meningkatnya Teknik dasar control tim Bomber dalam permainan sepakbola.

Kata Kunci

Metode, Latihan, Teknik dasar, Control.

Pendahuluan

Sebagai salah satu lembaga kependidikan yang berdiri di lingkungan masyarakat berkembang, tentu akan ada permasalahan tersendiri yang dihadapi selama berdirinya tim BOMBER FC ini, selama kurang lebih delapan minggu kami melakukan kegiatan disini ada banyak sekali permasalahan yang dapat dibagi menjadi permasalahan eksternal dan internal. Beberapa permasalahan eksternal yang kami temui seperti masih adanya beberapa pihak yang belum memberikan kepercayaan penuh kepada lembaga terkait pola latihan yang diberikan kepada tim sepak bola BOMBER FC.

Namun dalam program KKN-T kali ini kami akan lebih terfokus pada permasalahan intern yang ada untuk mengembangkan kualitas latihan dengan segala keterbatasan yang ada. Adapun beberapa masalah intern yang kami hadapi selama delapan minggu ini yaitu tim sepak bola BOMBER FC yang masih sering terlambat pada saat latihan atau kurang disiplin, kurangnya tehnik dasar control. Adapun tehnik dasar control yang belum dikuasai oleh tim sepak bola BOMBER FC meliputi : control bola dengan kaki bagian luar, control bola dengan paha dan control bola dengan dada.

Metode Pengabdian

Disini kami akan menggunakan 2 metode yaitu : latihan mandiri dan latihan umum. Yang dimana latihan mandiri adalah tim sepak bola dapat melihat video simulasi melalui hp atau televisi dirumah. Hal ini juga bertujuan untuk mempermudah tim sepak bola tersebut belajar dan bisa juga menggunakan hp dengan sebaik baiknya tidak hanya digunakan untuk bermain game atau hal lainnya.. Sedangkan latihan umum yaitu tim sepak bola mengikuti arahan dan latihan yang akan diberikan oleh pelatih. Dalam hal ini membutuhkan kerjasama antara pelatih dan tim sepak bola tersebut guna membangun suasana latihan yang lebih tetap kompak dan akan tetap terlihat serius dalam melakukan latihan sepak bola. Berikut dibawah ini ada metode yang digunakan dalam latihan tim sepak bola BOMBER FC.

Metode yang digunakan dalam melakukan latihan ini adalah :

1. Kontrol bola dengan kaki bagian dalam
2. Kontrol bola dengan kaki bagian luar
3. Kontrol bola dengan paha
4. Kontrol bola dengan dada
 - a. Pelatih membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok, satu kelompok terdiri dari dua orang, satu orang sebagai server dan satu orang sebagai penerima bola.
 - b. Server dan penerima bola diberi jarak minimal 5 meter



- c. Waktu yang diberikan untuk melakukan gerakan ini selama 2 menit yang dilakukan secara bergantian, setelah melakukan secara bergantian peserta didik diberi waktu istirahat selama 4 menit
- d. Setelah istirahat peserta didik disuruh mengulang lagi materi yang diberikan sampe sekiranya peserta didik menguasai materi tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Alhamdulillah terkait hasil yang dicapai selama kami menerapkan metode yang diatas cukup ada perubahan dalam segi control bola. Setelah kurang lebih 15 hari sudah terlihat ada perubahan segi control tim sepak bola BOMBER FC. Dimana awalnya mereka hanya fokus dalam tehnik dribbling, passing dan shooting pun kini juga semangat dalam mendalami tehnik control, dan saya sangat mengapresiasi tim sepak bola karna selain menerima materi di lapangan latihan tim sepak juga mendalami hasil latihan mereka dirumah, antusiasme tim sepak bola ini dalam menerima materi juga menjadi dorongan untuk kami lebih semangat mengajar tim sepak bola. Hasil dari latihan control juga kelihatan efeknya pada saat laga uji coba. Rata-rata kesalahan yang kami lihat adalah kesalahan control yang mengakibatkan sering terjadinya bola pantul dari pemain belakang.

Kesimpulan

Program KKN-t UNDIKMA 2021 yang berlangsung selama 2 bulan, yang dimulai pada tanggal 27 september 2021 sampai dengan 20 november 2021 yang berlokasi di Desa Beru, kecamatan BrangRea, Kabupaten Sumbawa Barat, NTB. Dalam kegiatan program KKN-t ini telah terlaksana dengan baik dan lancer. Dari laporan KKN-t ini ada salah satu lembaga kependidikan yang berdiri di lingkungan masyarakat berkembang, tentu akan ada permasalahan tersendiri yang dihadapi selama berdirinya tim sepak bola BOMBER FC di desa beru, selama kurang lebih delapan minggu kami melakukan kegiatan disini ada banyak sekali permasalahan yang dapat dibagi menjadi permasalahan eksternal dan internal. Beberapa permasalahan eksternal yang kami temui seperti masih adanya beberapa pihak yang belum memberikan kepercayaan penuh kepada lembaga terkait pola latihan yang diberikan kepada tim sepak bola BOMBER FC. Namun dalam program KKN-t kali ini kami akan lebih terfokus pada permasalahan intern yang ada untuk mengembangkan kualitas latihan dengan segala keterbatasan yang ada. Dan kesimpulan dalam adanya program KKN-t mahasiswa dapat bersosialisasi dengan masyarakat dan mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di masyarakat. Sehingga mahasiswa dapat mengambil hikmah dan belajar di masyarakat serta mengambil manfaatnya.

Saran

Dari hasil laporan KKN tematik ini, maka saran-saran yang dapat dikemukakan adalah bagi para pelatih dan pembina tim sepak bola BOMBER FC agar menerapkan Match analysis yang dimana dalam setiap pertandingan yang diikuti sebagai menambah wawasan tim sepak bola BOMBER FC guna menunjang performa tim. Berkaitan juga dengan apa yang dilakukan mahasiswa KKN-t pada tahun 2021 ini, sebaiknya Tim sepak bola BOMBER FC memperbaiki dari segi teknik dasar control karena dominan gagal. Dan bagi mahasiswa KKN-t selanjutnya berharap agar dapat menyempurnakan hasil KKN-t dengan wawasan dan cangkupan yang luas.



Daftar Pustaka

Rizka, M. A., et al. (2020). Buku Pedoman Program KKN Tematik “KKN TEMATIK Berbasis Karya Ilmiah”. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. Universitas Pendidikan Mandalika

<https://lensantb.com/lanjutan-liga-ii-bomber-fc-desa-beru-brang-rea-ksb-kembali-turunkan-dua-bintang-pemain-nasional/>

https://id.wikipedia.org/wiki/Desa_Beru,_Brang_Rea,_Sumbawa_Barat

<https://kabarmediacitra.com/seru-besok-sore-bomber-fc-diuji-persisam-junior-di-seteluk-cup/>