



Program Latihan dasar Mengontrol Bola dalam permainan Sepak Bola di SSB Praya Barat

Riza Umami

Pendidikan Olahraga, Fakultas Keolahraaan dan Kesehatan Masyarakat
Universitas Pendidikan Mandalika

Abstrak (Indonesia)

(Times New Roman 10, spasi 1, spacing before 10 pt, after 2 pt)

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelatihan dasar dalam mengontrol bola dalam bermain sepak bola. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertempat di SSB Paraya Barat. Metode pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan cara memberikan pelatihan dasar dalam mengontrol bola pada saat bermain sepak bola. Adapun hasil yang telah dicapai dari pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai wadah tempat berlatih bermain sepak bola dan mengurangi aktifitas yang dilakukan melalui hp ataupun media social lainnya.

Kata Kunci

Latihan Dasar,
Controlling Bola, Praya Barat.

Pendahuluan (12pt)

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu mata kuliah interdisipliner yang wajib ditempuh mahasiswa program S-1 yang diselenggarakan perguruan tinggi. Hal ini bertujuan untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa melalui pengalaman nyata di masyarakat dan menyiapkan mahasiswa untuk mengasah kemampuannya secara langsung dengan pemain sepak bola setelah lulus. Sesuai dengan pengertiannya, KKN dilaksanakan di SSB praya barat dengan tujuan untuk memajukan dan melatih kemampuan melalui berbagai program kerja yang dirancang secara sengaja, terencana, dan sistematis. Yaitu pengabdian masyarakat. Program KKN dari Universitas Pendidikan Mandalika (UNDIKMA) merupakan salah satu bentuk implikasi pengabdian pengurus. Tidak hanya untuk kepentingan pengurus, diharapkan KKN juga dapat memberikan manfaat besar untuk mahasiswa dan lembaga. Secara umum, KKN memiliki tiga tujuan pokok yaitu berkaitan dengan kepentingan sebagai berikut:

1. Memberikan motivasi keadek-adek SSB Praya Barat agar selalu berlatih dan berlatih supaya hari besoknya menjadi pemain sepak bola yang berkuatitas di kacahnasional maupun internasional.
2. Mahasiswa mampu mendapatkan pengalaman belajar dan mengembangkan kompetensi berkomunikasi dan berhubung langsung dengan anak yang masih tergolong usia dini.
3. Lembaga Berkaitan dengan ini lembaga mampu meningkatkan hubungan antara perguruan tinggi dengan pemerintah daerah, instansi terkait. Mahasiswa perlu membuat rencana program kerja agar kegiatan KKN dapat terlaksana sesuai dengan rencana yang terprogram dan terarah. Rencana program kerja disusun berdasarkan hasil observasi yang dilakukan sebelum penerjunan mahasiswa kelokasi. Pengumpulan data dilakukan mahasiswa dengan metode wawancara, dokumentasi, dan melakukan observasi kelokasi. Dari hasil observasi, mahasiswa menyeleksi dan merancang program kerja dengan 5 mempertimbangkan prinsip *easible* (praktis), *acceptable* (dapat diterima), *sustainable* (berkelanjutan), dan *participatif*.



Berdasarkan observasi, maka dapat menentukan program kerja KKN individu yang akan dilaksanakan, meliputi program fisik, program non fisik, dan program tambahan. Adapun yang terdapat dalam laporan ini adalah laporan program individu yang berisikan program-program kelompok sebagai penanggung jawab utama dan keseluruhan program individu.

Permasalahan mitra yang saat ini terjadi adalah berkurangnya peminat sekolah sepak bola dikarenakan pandemi yang sangat panjang, oleh karena itu banyak yang berhenti latihan. Oleh karena itu kami melakukan program promosike SD disekitaran Desa Penujak, dengan cara ini semoga bias menggairahkan minat untuk sekolah sepak bola. Selain itu mengajak adek-adek yang sudah berhenti latihan untuk latihan kembali seperti biasanya, solusi ini adalah cara terbaik untuk mengembalikan semangat latihan kepada adek-adek

Metode Pengabdian (12pt)

Solusi dari permasalahan yang ada terjadi di SSB Praya Barat adalah dengan cara mengikuti Sparing Partnert atau pertandingan antar SSB, dan kembali melakukan promosi ke social media bahwa SSB praya barat kembali aktif latihan. Maka dari itu pengurus SSB Praya Barat sering-sering mengikuti pertandingan agar adek-adek antusias dalam mengikuti sekolah sepak bola.

Hasil dan Pembahasan (12pt)

Dalam kegiatan latihan SSB Praya Barat ini kami melakukannya sesuai dengan proker masing-masing ,untuk proker bersama kita melaksanakannya dengan cara pergi salah satu sekolah untuk melakukan promosi terhadap siswa-siswa yang mau mengikuti sekolah sepak bola di SSB PRAYA BARAT. Metode pelaksaan kegiatan latihan ini dilakukan pada hari Rabu dan Minggu. Pada hari rabu biasanya latihan seperti biasa dan pada hari Minggu biasanya diadakan sparing partner, yang biasanya dilaksanakan di lapangan penujak, atau adek-adek SSB yang bertamu ketempat SSB lainnya. Pada saat latihan semua mahasiswa menjalankan programnya masingmasing, dimana saya memprogramkan Latihan kiper di antaranya

- Control bola dengan kaki bagian dalam
- Control bola dengan kaki bagian luar
- Control bola dengan kaki bagian punggung
- Menghalau bola Control bola dengan paha, perut, serta dada

Latihan ini adalah dasar dari permainan sepak bola, melatih adek-adek SSB sangat bermanfaat untuk kedepannya, karena kalau diasah dari usia dini mempermudah dalam bermain sepak bola pada saat dewasa nantinya. Melalui kegiatan yang di laksanakan mahasiswaKKN-T di SSB Praya Barat dapat membantu pelatih yang terlibat dalam program KKN-T yang telah di buat oleh mahasiswa KKN-T , salah satu program yang di buat oleh mahasiswa KKN-T adalah melakukan kepelatihan sepak bola kepada adek-adek yang masih duduk dibangku SD dan SMP, program tersebut sangat bermanfaat bagi adek khususnya di SSB Praya Barat.Dengan adek pelatihan sepak bola yang di buat oleh mahasiswa KKN-T di SSB Praya Barat dapat di manfaat sebagai wadah tempat berlatih bermain sepak bola dan mengurangi aktifitas yang di lakukan melalui hp ataupun media social



Kesimpulan (12pt)

Penulis menyimpulkan bahwa kegiatan KK-T pada tahun ini berbeda karena KKN berada saat pandemic covid-19. Namun tidak mengubah semangat penulis untuk melakukan KKN. Dengan bekerjasama dengan pejabat dan mitra daerah penulis mendapatkan permasalahan di SSB Praya Barat yang harus segera di carikan solusi. Salah satunya yaitu permasalahan dalam hal kurangnya minat anak karna kuranya dukunganya orang tua.Untuk saat ini solusi yang sudah diberikan yaitu melalui kegiatan sosialisasi kesekolah dan orang tuanya.

Saran (12pt)

Dari berbagai uraian penulis mengharapkan dukungan dari semua kalangan kepala desa, sekolah maupun masyarakat sekitar agar dapat menumbuh kembangkan kerjasama dalam bidang sepak bola karna banyak sekali anak yang mempunyai sekil bermain sepak bola suatu saat nanti bias mengharumkan nama desa setempat dan SSB Praya Barat..

Daftar Pustaka

- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kemdikbud RI DP2M Dikti. (2013). *Panduan & Format Usulan Hibah KKN- PPM*. Jakarta:
- Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Dirjen Pendidikan Tinggi. LPPM. (2019). *Pedoman KKN Tematik IKIP Mataram*. Mataram: IKIP Mataram.
- LPPM UNY. (2013). *Panduan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Rizka, M. A., et al. (2019). *Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik “Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pendidikan”*. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram