



LATIHAN TEKNIK DASAR KONTROL UNTUK SISWA U8 – U15

Atha Hidayat Amrullah
Pendidikan Olahraga, FIKKM, UNDIKMA

Abstrak

PSG Junior Soccer School adalah sekolah sepak bola yang berdiri sejak tahun 2009 di desa Gondang. PSG ini masih terus membina anak muda untuk bermain sepak bola dengan beberapa kategori usia yaitu U19, U17, U15 sampai yang termuda U12. Terdapat dua metode yang kami gunakan dalam pengabdian ini, yaitu: latihan mandiri dan latihan umum. Dimana maksud dari latihan mandiri adalah peserta didik dapat melihat video simulasi melalui hp atau televisi di rumah. latihan umum yaitu peserta didik mengikuti arahan dan latihan yang akan diberikan oleh pelatih. Dalam hal ini membutuhkan kerjasama antara pelatih dan peserta didik guna membangun suasana latihan yang lebih kompak dan seriusan.

Kata Kunci

isi, format, artikel.

Pendahuluan

PSG Junior Soccer School adalah sekolah sepak bola yang berdiri sejak tahun 2009 di desa Gondang, Kecamatan Gangga, Kabupaten Lombok Utara. Lembaga ini berdiri untuk membina anak muda khususnya di desa Gondang dalam hal olahraga permainan sepak bola. Sekolah sepak bola ini sudah mengukir beberapa prestasi seperti menjadi juara pertama pada U15 Glory Cup tingkat kabupaten tahun 2014, juara kedua U12 Askab Lombok Utara tahun 2020, dan mengirim salah satu peserta didik untuk seleksi TIMNAS U17 tingkat BALINUSRA tahun 2020.

Selain itu, PSG Junior Soccer School juga mencetak banyak pemain muda yang dapat dimanfaatkan Tim Sekolah untuk mengikuti kompetisi sepak bola antar siswa seperti O2Sn dan Liga Pendidikan. Selain tim dari sekolah, para pemain muda PSG Jr. ini juga banyak dipanggil atau lolos seleksi untuk membela tim dari kabupaten untuk mengikuti Porprov, Liga Nusantara, Piala Soeratin, Liga 3 dan lain – lain.

Pada tahun ini PSG Junior Soccer School masih terus membina anak muda untuk bermain sepak bola dengan beberapa kategori usia yaitu U19, U17, U15 sampai yang termuda U12. Mahasiswa KKN-T tahun ini diberikan kepercayaan untuk bergabung dalam pembinaan peserta didik U15 kebawah.

Dengan jumlah peserta didik yang cukup banyak menjadi kelebihan tersendiri bagi PSG Jr. karena pada saat latihan kita dapat memberikan variasi yang cukup beragam untuk menunjang kelengkapan materi latihan. Selain itu beberapa peserta didik juga sudah memiliki bakat alami dalam bermain sepak bola.

Kelebihan lain yang dimiliki PSG Jr. adalah manajemen organisasi yang baik sehingga alur pendaftaran dan pendataan peserta didik teratur. Koordinasi dengan pemerintah desa setempat yang baik juga sangat membantu proses pertumbuhan PSG Junior Soccer School ini.



Sebagai salah satu lembaga kependidikan yang berdiri di lingkungan masyarakat berkembang, tentu akan ada permasalahan tersendiri yang dihadapi selama berdirinya PSG Junior Soccer School 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 peserta didik, masih belum ada lapangan sepak bola yang cukup luas untuk latihan sehari-hari karena di desa Gondang sendiri lapangan umum belum bisa beroperasi dengan semestinya pasca gempa tahun 2018 sehingga kami hanya memanfaatkan lahan yang ada dan terbatas untuk latihan.

Adapun beberapa masalah intern yang kami hadapi selama delapan minggu ini yaitu kurangnya bola untuk latihan, peserta didik yang masih sering terlambat pada saat latihan atau kurang disiplin, kurangnya teknik dasar control peserta didik disebabkan lebih fokus memberi materi teknik dasar passing, shooting, dribbling, dan hanya menjadikan materi control sebagai selingan dari proses materi diatas, sehingga menyebabkan masalah terhadap gerakan dasar control yang tidak terlatih secara maksimal. Adapun teknik dasar control yang belum dikuasai oleh peserta didik meliputi : control bola dengan kaki bagian dalam, control bola dengan kaki bagian luar, control bola dengan paha dan control bola dengan dada.

Metode Pengabdian

Terdapat dua metode yang kami gunakan dalam pengabdian ini, yaitu: latihan mandiri dan latihan umum. Dimana maksud dari latihan mandiri adalah peserta didik dapat melihat video simulasi melalui hp atau televisi dirumah. Hal ini juga bertujuan untuk mempermudah peserta didik belajar dan juga penggunaan hp oleh peserta didik menjadi teratur, peserta didik tidak hanya menggunakan hp untuk main game dan social media saja.

Maksud dari latihan umum yaitu peserta didik mengikuti arahan dan latihan yang akan diberikan oleh pelatih. Dalam hal ini membutuhkan kerjasama antara pelatih dan peserta didik guna membangun suasana latihan yang lebih kompak dan serius.

Metode yang digunakan dalam melakukan latihan ini adalah:

1. Kontrol Bola Dengan Kaki Bagian Dalam
 - a. pelatih membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok
 - b. 1 kelompok terdiri dari 2 orang
 - c. 1 orang sebagai server dan 1 orang sebagai penerima bola
 - d. server dan penerima bola diberi jarak minimal 5 meter
 - e. waktu yang diberikan untuk melakukan gerakan ini selama 2 menit yang dilakukan secara bergantian
 - f. setelah melakukan secara bergantian peserta didik diberi waktu istirahat selama 4 menit
 - g. setelah istirahat peserta didik disuruh mengulang lagi materi yang diberikan sampai sekiranya peserta didik menguasai materi tersebut



2. Kontrol Bola Dengan Kaki Bagian Luar
 - a. pelatih membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok
 - b. 1 kelompok terdiri dari 2 orang
 - c. 1 orang sebagai server dan 1 orang sebagai penerima bola
 - d. server dan penerima bola diberi jarak minimal 5 meter
 - e. waktu yang diberikan untuk melakukan gerakan ini selama 2 menit yang dilakukan secara bergantian
 - f. setelah melakukan secara bergantian peserta didik diberi waktu istirahat selama 4 menit
 - g. setelah istirahat peserta didik disuruh mengulang lagi materi yang diberikan sampe sekiranya peserta didik menguasai materi tersebut
3. Kontrol Bola Dengan Paha
 - a. pelatih membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok
 - b. 1 kelompok terdiri dari 2 orang
 - c. 1 orang sebagai server dan 1 orang sebagai penerima bola
 - d. server dan penerima bola diberi jarak minimal 5 meter
 - e. waktu yang diberikan untuk melakukan gerakan ini selama 2 menit yang dilakukan secara bergantian
 - f. setelah melakukan secara bergantian peserta didik diberi waktu istirahat selama 4 menit
 - g. setelah istirahat peserta didik disuruh mengulang lagi materi yang diberikan sampe sekiranya peserta didik menguasai materi tersebut
4. Kontrol Bola Dengan Dada
 - a. pelatih membagi peserta didik menjadi beberapa kelompok
 - b. 1 kelompok terdiri dari 2 orang
 - c. 1 orang sebagai server dan 1 orang sebagai penerima bola
 - d. server dan penerima bola diberi jarak minimal 5 meter
 - e. waktu yang diberikan untuk melakukan gerakan ini selama 2 menit yang dilakukan secara bergantian
 - f. setelah melakukan secara bergantian peserta didik diberi waktu istirahat selama 4 menit
 - g. 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 peserta didik, minggu awal peserta didik masih terlihat kaku dalam melakukan gerakan control, tapi kami masih konsisten untuk tetap melaksanakan metode latihan diatas dan akhirnya setelah kurang lebih 15 hari sudah terlihat ada perubahan segi control peserta didik. Dimana awalnya mereka hanya fokus dalam tehnik



dribbling, passing dan shooting pun kini juga semangat dalam mendalami tehnik control, dan saya sangat mengapresiasi peserta didik karna selain menerima materi di lapangan latihan peserta didik juga mendalami hasil latihan mereka dirumah, antusiasme peserta didik dalam menerima materi juga menjadi dorongan untuk kami lebih semangat mengajar peserta didik.

Hasil dari latihan control juga kelihatan efeknya pada saat laga uji coba antara PSG Jr. melawan SSB Gemilang Jumat 29 Otober 2021 di lapangan sementara Gondang dalam 7 vs 7 dan dimenangkan oleh PSG Jr. dengan skor 7-1, disini kami memerhatikan jalannya pertatndingan dimana kekurangan pemain SSB Gemilang sama yaitu tehnik control.

Rata” kesalahan yang kami lihat adalah kesalahan kontrol yang mengakibatkan sering terjadinya bola pantul dari pemain belakang SSB Gemilang. Disini terlihat jelas perbandingan antara pemain PSG Jr. dengan pemain SSB Gemilang dimana kekalahan SSB gemilang kebanyakan disebabkan oleh kesalahan control bola yang dilakukan oleh pemain belakang SSB gemilang.

Kesimpulan

Setiap lembaga yang terfokus pada bidang pendidikan usia anak tentu memiliki masalah yang cukup banyak terutama pada peserta didik itu sendiri, namun setiuasi inilah yang mendorong tenaga pengajar untuk berfikir lebih ekstra serta mampu menyesuaikan diri dengan setiap karakter peserta didik. Beberapa masalah intern kami di PSG Junior Soccer School ini memiliki solusinya tersendiri, dengan memanfaatkan potensi yang ada semua masalah sejauh ini masih bisa diatasi.

Berdasarkan hasil analisa yang kami lakukan pada BAB II, permasalahan tersebut adalah permasalahan yang paling mendasar dalam lembaga kependidikan seperti sekolah sepak bola, sehingga perlu adanya tindakan yang akurat. Dalam hal ini bisa kami simpulkan bahwa solusi yang sudah kami terapkan sangat efektif untuk meningkatkan semangat dan motivasi peserta didik dalam latihan. Sebagai dasar simpulan kami adalah perubahan pada pola latihan peserta didik yang semakin membaik secara perlahan di setiap pertemuan, dilanjutkan dengan peningkatan setiap peserta didik baik itu dari teknik dasar, kebugaran, dan mental bermain. Dasar lanjutan pada simpulan kami mengenai program penganugrahan siswa terbaik adalah penilaian secara langsung oleh pelatih, asisten pelatih, pengurus PSG Jr., Wali siswa dan siswa itu sendiri dengan hasil survei yang menunjukkan rata – rata memberi tanggapan sangat setuju pada BAB V.

Harapan kami selanjutnya adalah semoga program ini bisa dilakukan secara berkelanjutan di PSG Jr. Soccer School sehingga memberikan manfaat bagi lembaga, peserta didik, dan masyarakat. Kemudian bisa diterapkan oleh sekolah sepak bola yang lain khususnya di kabupaten Lombok Utara.

Saran



Berdasarkan penelitian di atas, maka perlu di sampaikan beberapa saran yang berhubungan dengan penelitian ini sebagai berikut :

1. Kepada orang tua agar tetap berperan aktif dalam memberikan pandangannya kepada PSG Jr. yaitu dengan mengusulkan membentuk forum musyawarah antara orang tua dengan pihak PSG Jr. untuk membahas perkembangan pembinaan anak demi meningkatkan prestasi sehingga ada forum di SSB ini yang dapat menampung aspirasi orang tua. Setiap bulannya ada masukan dan pandangan – pandangan orang tua dapat memberikan kemajuan lembaga.
2. Kepada PSG Jr. agar terus menampung dan memberikan hasil terhadap pandangan – pandangan orang tua tentang pengelolaan dalam mengembangkan latihan sepak bola dimana orang tua menginginkan hasil laporan perkembangan latihan anaknya.
3. Kepada orang tua diharapkan mendukung program PSG Jr. untuk lebih berprestasi yaitu dengan cara membayar uang latihan anak tepat waktu yang nantinya dipergunakan untuk membenahi fasilitas perlengkapan untuk menuju prestasi yang lebih baik.
4. Kepada orang tua agar memberikan kepercayaan kepada pelatih dalam hal penyusunan pemain dalam melakukan laga uji coba atau pertandingan.
5. Hasil penelitian ini merupakan hal yang bermanfaat bagi pengurus PSG Junior Soccer School dan pelatih sebagai bahan kajian untuk memahami tentang apa yang dibutuhkan dan diinginkan peserta didik. Harapannya sebagai pengurus dan pelatih dapat memahami serta mengerti keinginan mereka sebagai tujuan yang sebenarnya dari kegiatan olahraga ini dapat tercapai.
6. Kepada pengurus PSG Junior Soccer School agar dapat membuat laporan bulanan tentang banyak siswa, prestasi, dan program kerja sehingga tercapainya tujuan untuk membentuk SSB yang professional.
7. Kepada para pembaca diharapkan setelah selesai membaca laporan karya ilmiah ini dapat melanjutkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang luas.

Daftar Pustaka

- DitjenDikti. (2020) Buku Panduan Merdeka - BelajarKampus Merdeka. DirektoratJenderal 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.
- Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan.
- Rizka, M. A., et al. (2019). *Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik*
- Sucipto. 2000. *Sepak Bola*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta
- Sarumpaet, dkk. 1992. *Permainan Besar*. Jakarta : Depdikbud
- Undang-UndangRepublik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen.
- Undang-UndangNomor 12 Tahun 2012 tentangPerguruan Tinggi.