



Sosialisasi Pentingnya Pemanasan Stretching Dalam Melatih Teknik Dasar Passing Futsal

Muhammad Heryawan Zohiri

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat
Universitas Pendidikan Mandalika
Email: muhammadhery@gmail.com

Abstrak

Salah satu masalah yang menarik menurut saya adalah terkait kurangnya ketepatan kekuatan dalam saat menendang pada permainan futsal pada anak-anak di desa Pesanggrahan. Yang dimana anak-anak di desa Pesanggrahan pada saat passing cara passingnya masih kurang dan kekuatan dalam saat menendang masing di bawah rata-rata. Adapun metode sosialisasi yang dilakukan adalah dengan mengobservasi pemain. Sehingga nantinya mereka dapat bermain futsal dengan tehnik yang benar bahkan dapat berujung pada kemenangan jika mereka mengikuti perlombaan.

Kata Kunci

Sosialisasi, Stretching,
passing Futsal

Pendahuluan

Desa Pesanggrahan memiliki penduduk mencapai 2572 Kepala Keluarga mayoritas dari penduduknya menganut agama Islam, ini bisa dilihat dari banyaknya masjid yang ada di sepanjang jalan, tercatat desa Pesanggrahan memiliki 5 masjid besar sebagai tempat ibadah masyarakatnya. Permasalahan di setiap desa itu pasti selalu ada dan itu lumrah sehingga disanalah peran pemerintah desa untuk mengatasi segala permasalahan yang terjadi di lingkungan masyarakat. Tidak terkecuali dengan Desa Pesanggrahan yang dimana masyarakatnya sangat beragam baik dari segi suku atau etnis, agama, mata pencaharian dan lain sebagainya.

Dari semua permasalahan yang kelompok KKN temukan di Desa Pesanggrahan, permasalahan yang ada bukan tidak bisa diselesaikan oleh pihak desa akan tetapi dalam menyelesaikan permasalahan yang ada membutuhkan waktu yang tidak singkat, dengan menjalin kerjasama yang baik antara masyarakat dan pemerintah tentu permasalahan yang ada bisa lebih cepat terselesaikan. Salah satu masalah yang menarik menurut saya adalah terkait kurangnya ketepatan kekuatan dalam saat menendang pada permainan futsal pada anak-anak di desa Pesanggrahan. Yang dimana anak-anak di desa Pesanggrahan pada saat passing cara passingnya masih kurang dan kekuatan dalam saat menendang masing dibawah rata-rata.

Menurut Muhajir (2016) dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan diterbitkan Kemdikbud, passing adalah gerakan mengoper bola kepada rekan se regu sebagai langkah awal untuk menyusun serangan kepada regu lawan. Masalah yang dihadapi oleh Desa Pesanggrahan seperti masalah Kurangnya passing kegiatan futsal pada anak-anak Desa Pesanggrahan kurangnya pepohonan sebagai pencegah erosi, kurangnya pemahaman masyarakat terhadap penyakit menular dan manajemen kandang serta kurangnya pengetahuan warga dan pengunjung terhadap tempat tinggal masing-masing kepala wilayah. Tentunya membutuhkan solusi yang dimana itu adalah sebuah peluang bagi kami untuk ikut membantu

meringankan permasalahan yang ada. Untuk kegiatan sosialisasi permainan dan latihan dasar passing untuk futsal sangat diperlukan oleh remaja di desa ini.

Metode Pengabdian

Dalam pelaksanaan Program Peningkatan Kemampuan bermain Futsal remaja dan anak ini melalui metode kegiatan berikut:

1. Melakukan penyuluhan kepada peserta tentang teknik passing permainan Futsal
2. Melakukan koordinasi dengan Mitra terkait penyuluhan futsal.
3. Melakukan kegiatan pelatihan di lapangan.
4. Melakukan pelaporan kegiatan KKN Tematik Berbasis Karya Ilmiah 2022 kepada Mitra.
5. Jadwal kegiatan pelatihan peningkatan kemampuan futsal.

Hasil dan Pembahasan

Dalam rangka mencapai hal di atas, maka desain pembelajaran menjadi sangat penting. Proses belajar mengajar merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan guru sebagai pemeran utama atau aktornya pendidikan. Hal ini mengandung arti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan tergantung pada kreativitas guru dalam melaksanakan proses pembelajaran khususnya dalam menyampaikan materi. Jika dihubungkan dengan kreativitas guru maka salah satunya adalah bagaimana guru menggunakan metode pembelajaran sehingga dapat meningkatkan kemampuan serta tidak hanya menguasai teori saja melainkan mampu untuk mengaplikasikan dilapangan. Pembelajaran ini sangat penting dalam penyampaian atau penyajian materi pelajaran yang dapat mendukung serta memotivasi siswa dalam menerima materi

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan sebelumnya penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar passing Permainan futsal Pada Remaja Dan Anak-anak”.



Gambar: Latihan futsal

Terlaksananya program kerja penulis yang temanya tentang upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar permainan futsal pada remaja dan anak-anak. Terdapat antusias yang sangat luar biasa dari remaja dan anak-anak Desa pesanggrahan pada saat mengunjungi lapangan futsal. Karena tema ini dapat digunakan sebagai pendekatan pembelajaran bermain



yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar permainan futsal pada remaja dan anak-anak diantaranya adalah pendekatan pembelajaran bermain perorangan dan beregu. Dari hasil penelitian ini secara tidak langsung kondisi tersebut dapat membentuk kepribadian remaja dan anak-anak

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) yang berlokasi di Desa Sembalun Timba Gading, Kecamatan Sembalun, Kabupaten Lombok Timur ini adalah bahwa kegiatan KKN dengan memberikan pelatihan tehnik dasar sepak takraw kepada remaja dan anak-anak untuk menciptakan generasi muda yang berkompeten dalam bermain futsal selain itu dapat meningkatkan kapasitas pernapasan, aktivitas motorik yang besar dan manfaat lainnya. Kondisi sekarang ini remaja dan anak-anak banyak bermain hp, tidur, dan kurang melakukan aktivitas yang produktif dengan adanya kegiatan pelatihan ini dapat meminimalisir hal tersebut.

Saran

Masyarakat Desa Sembalun Timba Gading hendaknya mengerti bahwa kegiatan KKN-T bukan hanya untuk kepentingan pribadi mahasiswa tetapi kepentingan masyarakat desa setempat sehingga diharapkan kerjasamanya agar lebih antusias dan mau mengikuti berbagai kegiatan yang diadakan oleh mahasiswa KKN-T.

Daftar Pustaka

- Buku Panduan, 2022, *KKN Tematik Merdeka Belajar*, Kampus Merdeka (KKN-MBKM UNDIKMA).
- Ditjen Dikti. (2022) *Buku Panduan Merdeka - Belajar Kampus Merdeka*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kemdikbud RI
- Firman. (2014). *Analisis Perbandingan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola dan Pemain Futsal*. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan.
- Rizka, M. A., et al. (2019). *Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik “Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pendidikan”*. Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram