



PENDIDIKAN DAN PEMBERDAYAAN **PROGRAM AGILITY DAN PASSING PENDEK**

R. Yoendy Pranata Demung Melela
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat
Universitas Pendidikan Mandalika

Abstrak

Pelaksanaan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pelatihan dan pemberdayaan program agility dan passing pendek di desa Sembalun Timba Gading. Metode pelatihan yang digunakan yakni dengan membrikan latihan bermain sepakbola diperlukan lapangan yang rata, berumput, dan berbentuk persegi empat (panjang). Adapun hasil yang diperoleh selama pelaksanaan kegiatan ini adalah perlahan-lahan anak-anak dan para pemuda mengerti dan memahami dasar dari permainan sepak bola, serta memiliki sedikit keterampilan dalam bermain sepak bola. Ini merupakan hasil pencapaian dari semua pelaksanaan pelatihan kegiatan pada program kerja individu olahraga warga desa mengetahui serta mampu meningkatkan kemampuan dasar dalam tekni bagi anak-anak, warga desa Sembalun Timba Gading kecamatan Sembalun.

Kata Kunci

Agility, Passing pendek
Massage, Desa Sembalun
Timba Gading

Pendahuluan

Desa Sembalun Timba Gading merupakan salah satu dari 6 desa yang ada di kecamatan Sembalun, Kabupaten Lombok Timur, Provinsi Nusa Tenggara Barat. Desa Sembalun Timba Gading terletak pada ketinggian 1200 m. Di atas permukaan laut. Memiliki luas wilayah 720.000. ha, dengan jumlah penduduk pada tahun 2022 sebesar 2876 jiwa dengan jumlah laki-laki 1455 jiwa dan perempuan 1421 jiwa.

Letak Desa Sembalun Timba Gading sangat strategis. Dikelilingi bukit dengan panorama yang indah. Membuat desa ini sebagai salah satu desa wisata yang selalu dikunjungi baik wisatawan Domestik maupun wisatawan mancanegara. Terutama pengunjung wisata yang akan melakukan pendakian Gunung Rinjani, karena Desa Timba Gading termasuk salah satu jalur yang terdekat dan mudah untuk melakukan pendakian ke Gunung Rinjani.

Desa Sembalun Timba Gading merupakan sebuah desa kecil yang dulunya bagian dari Desa Sembalun Lawang. Namun karena pemekaran desa, desa ini berdiri sendiri dengan mengembangkan potensi-potensi yang ada di desa ini sebagai desa wisata. Sembalun Timba Gading sendiri berada tepat di titik 0 km kecamatan Sembalun.



Gambar 1.2 Bukit Selong, Timba Gading

Kegiatan perekonomian di desa Sembalun Timba Gading dalam dua tahun terakhir mengalami peningkatan yang cukup menggembirakan, dan berdampak terhadap peningkatan pendapatan masyarakat. Kegiatan ekonomi masyarakat hanya ditopang oleh sektor pertanian. Dalam perkembangannya, perekonomian diperdagangan dan peternakan juga mulai berkembang dengan pesat. Sehingga selain sektor pertanian, sektor perdagangan dan peternakanpun memberikan kontribusi yang cukup besar bagi penyerapan tenaga kerja.

Di samping itu, salah satu minat dari anak-anak sampai para pemuda yaitu permainan sepak bola. Tetapi dalam hal ini ternyata masih banyak dari mereka memiliki pengetahuan yang kurang tentang permainan sepak bola dikarenakan tidak adanya pelatihan khusus untuk dasar permainan sepak bola serta tidak adanya pelatih yang handal dalam segi permainan sepak bola. Para pemuda dan anak-anak hanya bisa mengandalkan latihan melalui media sosial seperti menonton YouTube.



Gambar 1.2 Permainan Sepak Bola



Solusi yang ditawarkan untuk memecahkan permasalahan mitra yakni mengadakan program kerja mandiri untuk pelatihan dasar bidang permainan sepak bola. Tujuannya yaitu untuk melatih anak-anak dan para pemuda dalam mengetahui dasar dari permainan sepak bola.

Selain itu kami juga mengajarkan kepada mereka pentingnya pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, penjas bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk. Tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak-anak dan para pemuda akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktifitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mental.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah selalu mencakup tiga aspek yaitu aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor, dimana ketiga aspek tersebut saling berkaitan tidak dapat di pisahkan. Lutan (2001, hlm. 1) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani itu sendiri.

Metode Pengabdian

Menurut Joko Purwanto (2004:34), pengertian sepak bola adalah suatu bentuk permainan beregu yang menggunakan bola besar, dimainkan oleh dua regu, dan tiap-tiap regu terdiri dari 11 pemain. Dalam permainan sepakbola, para pemain menggunakan kemahirannya, yaitu dengan kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota badannya. Selain itu untuk bermain sepakbola diperlukan lapangan yang rata, berumput, dan berbentuk persegi empat (panjang).

Seperti diungkapkan Danny Mielke dalam permainan sepak bola diharapkan supaya berhasil melakukan permainan sepak bola, kamu harus mempersiapkan segala sesuatunya. Persiapan ini meliputi pakaian dan perlengkapan yang kamu kenakan dan gunakan, beberapa tingkatan latihan fisik, ketrampilan tingkat dasar dalam olah raga ini, dan kemauan sendiri untuk mempelajari ketrampilan baru serta menantang diri sendiri dalam batasan kemampuan fisikmu (Danny Mielke 2007:iv).

Dalam hal ini metode yang digunakan yaitu metode kooperatif. Asma (2006: 11) mengatakan bahwa pembelajaran kooperatif merupakan salah satu model pembelajaran yang terstruktur dan sistematis, dimana kelompok-kelompok kecil bekerja sama untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Slavin (dalam Asma, 2006: 11) mendefinisikan belajar kooperatif sebagai berikut “Cooperative learning methods share the idea that students work together to learn and are responsible for their teammates learning as well as their own”. Definisi ini mengandung pengertian bahwa dalam belajar kooperatif siswa belajar bersama, saling menyumbang pemikiran dan bertanggung jawab terhadap pencapaian hasil belajar secara individu maupun kelompok.



Hasil dan Pembahasan

Kegiatan yang dilaksanakan pada hari minggu untuk anak-anak dan para pemuda dalam pelaksanaan pelatihan dasar agility (kelincahan) dan passing berjalan dengan baik. Dan perlahan-lahan anak-anak dan para pemuda mengerti dan memahami dasar dari permainan sepak bola, serta memiliki sedikit keterampilan dalam bermain sepak bola. Ini merupakan hasil pencapaian dari semua pelaksanaan pelatihan kegiatan pada program kerja individu olahraga. Selain keterampilan yang dicapai, para pemuda dan anak-anak juga dapat melaksanakan program jasmani dengan olahraga ringan seperti berjogging, senam pagi maupun sore, dll.

Perlahan-lahan masyarakatpun ikut mengikuti semua program yang kami laksanakan. Dengan cara inilah kami dapat lebih mendekatkan diri kepada para pemuda, anak-anak serta orang tua. Dapat mensosialisasikan betapa pentingnya kesehatan jasmani dan betapa pentingnya kebugaran tubuh.





Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelatihan Perlahan-lahan masyarakatpun ikut mengikuti semua program yang kami laksanakan. Dengan cara inilah kami dapat lebih mendekatkan diri kepada para pemuda, anak-anak serta orang tua. Dapat mensosialisasikan betapa pentingnya kesehatan jasmani dan betapa pentingnya kebugaran tubuh.

Saran

Berdasarkan temuan temuan dalam pelaksanaan latihan Saran yang dapat kami berikan adalah tetap jaga sportifitas dan tetap semangat dalam melaksanakan kegiatan yang telah kami lakukan. Teruslah berlatih sampai bisa dan belajar dengan banyak orang serta belajar dari pengalaman.

Daftar Pustaka

- IKIP. Metode Kooperatif Serta Shooting Dalam Permainan Sepak Bola, hal. 32, 2011
- RRSH Pujingsih - **Jurnal Paedagogy**, 2021 - e-journal.undikma.ac.id
- Gazali, N. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. *Journal Sport Area*, 1(1), 56-62. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1\(1\).373](https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(1).373)
- Rizka, M. A. (2019). Buku Saku Pedoman Program KKN Tematik “Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Pendidikan”. *Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat. IKIP Mataram.*