

COACHING CLINIC TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA SMP NEGERI 1 TANASITOLO KABUPATEN WAJO

Muhammad Hasbillah¹, Herman², Tri Angriawan³, Ikadarny⁴, Achmad Karim⁵

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi STKIP YPUP Makassar

^{4,5}Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar

email: muhammadhasbillah@stkip.ypup.ac.id

Abstrak

Permainan sepakbola merupakan permainan yang sangat digemari oleh seluruh masyarakat Indonesia. Dari anak-anak sampai orang dewasa, semua sangat menyukai olahraga sepakbola ini. Untuk menghasilkan Tim Nasional yang kuat dan berprestasi di masa depan, olahraga sepakbola harus diperkenalkan dan dibina sejak usia dini. Di lingkungan sekolah, sepakbola juga menjadi olahraga yang sangat populer di kalangan siswa-siswa, khususnya di SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo. Penguasaan teknik dasar yang baik akan sangat menunjang penampilan seorang pemain di lapangan. Sasaran yang ingin dicapai pada kegiatan *Coaching Clinic* Teknik Dasar Permainan Sepakbola ini adalah siswa-siswa yang tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler permainan sepakbola di SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo. Metode yang digunakan pada kegiatan *Coaching Clinic* ini yaitu ceramah, demonstrasi, tanya jawab, praktek, dan evaluasi. Adapun hasil yang dicapai pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah: 1) Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar permainan sepakbola. 2) Semua peserta *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo memiliki pengetahuan yang baik mengenai peraturan dan ketentuan yang berlaku dalam permainan sepakbola.

Kata kunci: *Coaching Clinic*, Teknik Dasar, Sepakbola

Abstract

The game of football is a game that is very popular with all Indonesian people. From children to adults, everyone loves football. To produce a strong and outstanding National Team in the future, football must be introduced and nurtured from an early age. In the school environment, football is also a very popular sport among students, especially at SMP Negeri 1 Tanasitolo, Wajo Regency. Good mastery of basic techniques will greatly support the appearance of a player on the field. The target to be achieved in this Coaching Clinic activity of Basic Techniques of the Game of Football is students who are members of extracurricular activities of the game of football at SMP Negeri 1 Tanasitolo Wajo Regency. The methods used in this Coaching Clinic activity are lectures, demonstrations, questions and answers, practice, and evaluation. The results achieved in this community service activity are: 1) All participants of the coaching clinic activities for basic football techniques at SMP Negeri 1 Tanasitolo, Wajo Regency have good knowledge and skills in the implementation of basic football techniques. 2) All participants of the coaching clinic of basic football techniques of SMP Negeri 1 Tanasitolo Wajo Regency have good knowledge of the rules and regulations that apply in the game of football.

Keywords: Coaching Clinic, Basic Techniques, Football

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di Indonesia. Baik di lingkungan masyarakat sampai di lingkungan sekolah, semuanya sangat menggemari olahraga yang satu ini. Menurut Najwa (2020) dalam (Pradiksa & Prianto, 2022) permainan bola, atau biasanya dikenal dengan pertandingan Sepakbola adalah mengarah pada kompetisi antara dua tim yang terdiri dari sebelas orang pemain. Satu orang dari masing-masing tim di khususkan untuk menjaga gawang. Angka skor diperoleh saat salah seorang pemain berhasil memasukkan bola ke gawang dengan tendangan atau sundulan. Hal ini sejalan dengan pendapat (Danurwindo, Putera, Sidik, & Prahara, 2017) yang menyatakan bahwa tujuan permainan sepakbola yakni mencari kemenangan dengan cara cetak gol lebih banyak daripada kebobolan.

Untuk menghasilkan Tim Nasional yang kuat dan berprestasi di masa depan, maka olahraga sepakbola harus diperkenalkan dan dibina sejak usia dini. Penanganan anak usia dini, merupakan usia emas dari rangkaian pembinaan sepak bola yang berjenjang. Pemain usia dini harus dibina dengan hati-hati, di mana pola dan metode latihan harus disesuaikan dengan tingkat usianya (Primasoni, 2017). Dalam permainan sepakbola, penguasaan teknik dasar merupakan faktor utama keberhasilan seorang pemain. Menurut Bozkurt (2020) dalam (Irfan, Yenes, Irawan, & Oktavianus, 2020) menyatakan bahwa teknik gerak sepakbola terdiri dari berbagai macam keterampilan dasar seperti berlari, menggiring bola, mengoper dan menembak, yang disebut juga keterampilan teknis.

Sekolah berperan penting dalam mengembangkan sepakbola di masyarakat khususnya pada level akar rumput. Sepakbola di sekolah merupakan alat dan metode yang baik bagi guru untuk mengajak murid-murid dari berbagai kalangan usia dan kemampuan untuk aktif dan menikmati olahraga (Kemendikbud, 2019). Seperti halnya di SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo, pembinaan sepakbola usia dini diselenggarakan melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan hasil observasi pada pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo, masih ada beberapa kendala yang sering dihadapi oleh siswa seperti pelaksanaan teknik dasar permainan sepakbola yang masih kurang maksimal dan masih rendahnya pengetahuan siswa mengenai peraturan-peraturan terbaru permainan sepakbola. Dengan adanya beberapa kendala yang terjadi ini maka kami tertarik untuk melaksanakan sebuah kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul “*Coaching Clinic* Teknik Dasar Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo”.

Dengan diadakannya kegiatan *Coaching Clinic* ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan bermain sepakbola siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo. Para siswa juga diharapkan bermain sepakbola sesuai dengan peraturan-peraturan yang berlaku dalam permainan sepakbola. Dengan begitu semua pemain akan menampilkan permainan yang maksimal dan tidak menutup kemungkinan salah satu dari mereka akan menjadi seorang pemain sepakbola profesional di masa yang akan datang.

METODE

Kegiatan *Coaching Clinic* ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah, demonstrasi, tanya jawab, praktek, dan evaluasi. Metode ini digunakan untuk memudahkan siswa berinteraksi dengan pelatih, guru, dan teman sebayanya. Metode ini juga memudahkan siswa untuk mempraktekkan teknik dasar permainan sepakbola dengan baik dan benar. Dengan begitu gerakan yang dihasilkan siswa juga jauh lebih maksimal.

Selanjutnya mitra yang dilibatkan pada kegiatan *Coaching Clinic* Teknik Dasar Permainan Sepakbola ini adalah SMP Negeri 1 Tanasitolo yang terletak di Kelurahan Baru Tancung, Kecamatan Tanasitolo, Kabupaten Wajo, Provinsi Sulawesi Selatan dan menyandang akreditasi A. Sasaran dari kegiatan *Coaching Clinic* ini adalah siswa-siswa yang tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler permainan sepakbola di SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo.

Kegiatan *Coaching Clinic* Teknik Dasar Permainan Sepakbola ini dilaksanakan pada tanggal 18 September 2023 sampai dengan tanggal 23 September 2023 di lapangan Sepakbola Bentengpola Tancung yang merupakan lapangan sepakbola terdekat dari SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo. Adapun tahapan kegiatan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

1. Penyampaian materi

Pada tahap ini dilaksanakan dengan cara mengumpulkan para peserta *coaching clinic* di dalam suatu ruangan (kelas). Setelah berkumpul, para peserta diberikan penjelasan mengenai materi kegiatan serta berbagi pengetahuan dan informasi terkait dengan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola. Selanjutnya diadakan sesi tanya jawab yang dilakukan melalui dialog dengan memberikan kesempatan kepada siswa yang ingin bertanya atau berbagi pengalaman dan berusaha mencari solusi yang tepat dan inovatif atas permasalahan terkait dengan materi yang disampaikan.

2) Praktek

a. Pemanasan

Kegiatan pemanasan sebelum melakukan olahraga dapat memberikan manfaat bagi tubuh untuk meningkatkan kondisi tubuh menjadi lebih baik dan mengurangi resiko cedera pada tubuh (Jatra et al., 2022). Latihan pemanasan dapat dilakukan dengan cara statis maupun dinamis dalam berbagai macam variasi tergantung dari tujuan yang hendak dicapai.

b. Latihan inti

Latihan teknik dasar menendang bola (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*).

c. Pendinginan

Kegiatan pendinginan ini wajib untuk dilakukan karena gerakan pendinginan setelah melakukan kegiatan olahraga dapat membantu tubuh menormalkan kembali tekanan darah dan menormalkan detak jantung secara perlahan (Jatra et al., 2022). Kegiatan pendinginan ini juga akan membuat tubuh relaks setelah melakukan aktivitas olahraga.

Adapun indikator yang ingin dicapai pada pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo adalah sebagai berikut: (1) Peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan teknik dasar menendang bola (*kicking*), menghentikan bola (*stopping*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*) dalam permainan sepakbola dengan benar; (2) Peserta diharapkan dapat mengetahui peraturan dan ketentuan yang berlaku dalam permainan sepakbola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo diselenggarakan pada tanggal 7 Januari – 14 Januari 2023 di lapangan Betteng Pola Tancung, Kecamatan Tanasitolo Kabupaten Wajo. Kegiatan ini diikuti oleh seluruh siswa yang tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo.

Dari hasil kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mendapatkan suatu jawaban bahwa untuk mempraktekkan suatu teknik dasar permainan sepakbola, pelaksanaannya tidak terlalu sulit dan senantiasa berjalan dengan lancar sesuai dengan yang diharapkan. Kegiatan coaching clinic ini juga tidak disia-siakan oleh para peserta dalam hal ini siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo, para peserta sangat antusias dengan materi yang diberikan, lebih disiplin, lebih percaya diri, dan sangat bergembira selama kegiatan coaching clinic ini berlangsung. Hal ini sejalan dengan pendapat (Kemendikbud, 2019) yang mengemukakan bahwa Olahraga tim seperti sepak bola dapat mengajarkan kompetensi/nilai hidup. Beberapa contoh kompetensi yang bisa diperoleh dari kegiatan olahraga adalah kemampuan untuk bersikap penuh tanggung jawab, berkomunikasi dengan baik, berlaku adil, dan menyelesaikan konflik secara damai. Melalui latihan fisik yang berkualitas, anak-anak dan kaum muda juga dibimbing untuk mengasah kepribadian, kepercayaan diri, serta kesiapan untuk memimpin. Dengan demikian, mereka akan mampu mengembangkan potensi diri serta berkontribusi pada pembangunan berkelanjutan.

Keberhasilan yang dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Sepakbola Siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo, sebagai berikut:

1. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar menendang bola pada permainan sepakbola. *Passing* dan *shooting* adalah hal yang sering dilakukan pemain pada saat melakukan teknik menendang bola. Menurut Primasoni (2017) mengumpan bola atau yang biasa dikenal dengan istilah *passing* merupakan teknik memindahkan bola dari satu titik ke titik lain (teman ke teman). Mengumpan bola juga merupakan sebuah bentuk komunikasi dan terjadi di dalam sepakbola. Mengumpan bola dikatakan telah terjadi dengan baik jikalau bola sampai pada tujuan dan tidak sulit untuk diterima teman. Pada sebuah pertandingan sepakbola mengumpan bola biasa terjadi secara: horisontal, vertikal, dan diagonal. Sedangkan *shooting* atau menendang ke gawang merupakan sebuah usaha seseorang untuk melakukan tembakan bola ke arah gawang. Biasanya menendang ke gawang menggunakan punggung kaki, karena bagian inilah yang memungkinkan tembakan menjadi keras (Primasoni, 2017).
2. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar menghentikan bola pada permainan sepakbola. Teknik menghentikan bola biasa juga disebut dengan teknik mengontrol bola. Menurut Scheunemann (2012) mengontrol atau menghentikan bola adalah menerima dan mengarahkan bola secara tepat di udara atau di lapangan. Dalam perkembangan sepakbola modern, *ball control* tidak hanya untuk menghentikan bola yang datang, tetapi bagaimana pemain juga berusaha untuk menguasai bola sepenuhnya sehingga lawan sulit merebutnya (Bahtra, 2022).

3. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar menggiring bola pada permainan sepakbola. *Dribbling* bola merupakan salah satu teknik yang penting di dalam permainan sepakbola, *dribbling* dapat mempermudah bagi seorang dalam mengatur tempo, mengumpan, menerima bola, mengganggu pertahanan lawan dan melakukan gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan (Saputra & Yenes, 2019) dalam (Irfan et al., 2020).
4. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar menyundul bola pada permainan sepakbola. Teknik dasar menyundul bola ini memang sangat penting untuk dikuasai seorang pemain karena pada saat bermain sepakbola, bola akan sesekali berada di udara. Menurut Scheunemann (2012), mengarahkan bola dengan kepala dengan tujuan untuk menjaukan bola dari gawang, *passing*, atau mencetak gol.
5. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar lemparan ke dalam pada permainan sepakbola. Menurut Yulifri (2010:97) dalam (Saputra, Indah, & Siska, 2021) menyatakan bahwa melempar bola merupakan salah satu bagian teknik yang diperlu diketahui setiap pemain. Dari segi teknik melempar bola merupakan suatu usaha untuk menghidupkan bola mati karena keluar dari garis samping yang sebelumnya disentuh oleh salah seorang pemain.
6. Semua peserta kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan sepakbola memiliki pengetahuan yang baik mengenai peraturan dan ketentuan yang berlaku dalam permainan sepakbola.



Gambar 1. Penyampaian materi sebelum dimulainya kegiatan



Gambar 2. Pelaksanaan teknik dasar menendang bola



Gambar 3. Pelaksanaan teknik dasar menggiring bola

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: a) semua peserta kegiatan coaching clinic teknik dasar permainan sepakbola SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo memiliki pengetahuan dan keterampilan yang baik pada pelaksanaan teknik dasar permainan sepakbola. b) Semua peserta coaching clinic teknik dasar permainan sepakbola SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo memiliki pengetahuan yang baik mengenai peraturan dan ketentuan yang berlaku dalam permainan sepakbola.

SARAN

Dengan terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Sepakbola pada Siswa SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo ini, diharapkan menjadi motivasi bagi sekolah-sekolah di Kabupaten Wajo agar senantiasa melakukan pembinaan sepakbola usia dini sehingga akan menghasilkan generasi-generasi yang berkualitas untuk cabang olahraga sepakbola di masa yang akan datang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami dari tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo yang telah memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan kegiatan Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Sepakbola ini. Terima kasih juga kami ucapkan kepada pihak pengelola lapangan sepakbola Benteng Pola Tancung yang telah memfasilitasi kami lapangan sepakbola, serta semua pihak yang ikut membantu mulai dari hari pertama sampai berakhirnya kegiatan Coaching Clinic ini sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahtra, R. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola*.
- Danurwinda, Putera, G., Sidik, B., & Prahara, J. L. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepak Bola Indonesia*. 166. Retrieved from www.pssi.org
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan teknik dasar sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720–731. Retrieved from <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/664>
- Jatra, R., Sari, M., Haqqi, M., Muafa, F. F., Importance, T., Heating, O., ... Regency, S. (2022). *Pada Guru Olahraga Dayaun*. 5(1).
- Kemendikbud. (2019). Panduan Sepak Bola untuk Semua di Sekolah. *Panduan Sepak Bola Untuk Semua Di Sekolah*.
- Pradiksa, B., & Prianto, D. A. (2022). Presepsi Masyarakat Terhadap Sepakbola Indonesia di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(2), 53–59. Retrieved from www.surveiIndonesia.com
- Primasoni, N. (2017). *Pedoman melatih sepakbola anak usia dini berkarakter*. 100. Retrieved from [http://staffnew.uny.ac.id/upload/198405212008121001/penelitian/buku sepakbola karakter.pdf](http://staffnew.uny.ac.id/upload/198405212008121001/penelitian/buku%20sepakbola%20karakter.pdf)
- Saputra, R., Indah, D., & Siska. (2021). KEMAMPUAN TEKNIK DASAR LEMPARAN KE DALAM ATLET SEPAKBOLA CLUB PERSIRAJA FC KECAMATAN BANGUN PURBA. *Jurnal Sport Rokania*, 1(1), 38–44.
- Scheunemann, T. S. (2012). Kurikulum & Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia: Untuk Usia Dini (U5-U12), Usia Muda (U13-U20) & Senior. *Pssi*, 278.