
**PELATIHAN BALL POSSITION DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA
PEMAIN PUTRA USIA SEKOLAH DASAR SSB BEGAJAH SUKOHARJO**

Pipit Fitriya yulianto¹, Aan Budi Santoso², Wisnu Mahardika³

Universitas Tunas Pembangunan

p.f.yulianto@gmail.com

Abstract

To play ball well, players are equipped with good basic techniques. Players who have good basic techniques tend to be able to play football well. Mastery of basic techniques is a requirement that must be possessed by players. The success of a team in each match is determined by the mastery of basic techniques, therefore without mastering the basics of football techniques and skills properly, then it will not be able to carry out the principles of playing football. This community service is to implement a ball position training program which aims to improve the competence and communication skills of early age athletes (Elementary School) at SSB Begajah Sukoharjo. The results of the dedication show that there is an enthusiasm for the trainer to learn and implement the training program that has been created and designed together. In addition, during the implementation of the program, the athletes from Begajah SSB also showed quite high interest and enthusiasm because they had never received a similar training program.

Keywords: Ball Position, Pasing, Communication

Abstrak

Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik, pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu syarat yang harus dimiliki oleh para pemain. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar, oleh karena itu tanpa menguasai dasar-dasar teknik dan keterampilan sepakbola dengan baik untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola. Pengabdian masyarakat ini adalah mengimplementasikan program latihan ball position yang tujuannya untuk meningkatkan kemampuan passing dan komunikasi bagi atlet usia dini (Sekolah Dasar) di SSB Begajah Sukoharjo. Hasil pengabdian menunjukkan adanya antusias pelatih untuk belajar dan mengimplementasikan program latihan yang sudah dibuat dan dirancang bersama, selain itu pada saat pelaksanaan program atlet dari SSB Begajah juga menunjukkan minat dan antusias yang cukup tinggi karena mereka belum pernah mendapatkan program latihan sejenis.

Kata kunci : Ball Position, Pasing, Komunikasi

Submitted: 2020-12-12	Revised: 2021-12-20	Accepted: 2021-01-05
------------------------------	----------------------------	-----------------------------

Pendahuluan

Sepakbola adalah Permainan yang dilakukan oleh dua regu terdiri dari 11 orang pemain (Sukatamsi, 2011) selain itu sepakbola adalah olahraga yang bisa dimainkan kapan saja dan dimana saja oleh seluruh orang di dunia ini tanpa terkecuali orang yang memiliki berkebutuhan khusus, sepakbola juga pada saat ini sudah menjadi salah satu gaya hidup dan pekerjaan untuk sebagian besar masyarakat di dunia ini, karena sepakbola adalah olahraga yang paling populer di dunia. Salah satu Industri olahraga terbesar di dunia adalah pada cabang sepakbola, karena selain banyak penggemar yang fanatic juga mampu menghibur para penonton baik secara langsung dilapangan ataupun melalui media elektronik. Dalam perkembangan permainan ini dapat dimainkan di luar (*outdoor*) atau di dalam (*in door*) (Sucipto dkk, 2013).

Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi seorang pemain sepakbola yaitu bagaimana pemain tersebut dapat dapat menguasai teknik dasar permainan sepakbola

yang baik dan benar. Teknik dasar yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepakbola akan dapat bermain dengan baik di segala posisinya (Sutresna, 2011:17). Teknik dasar yang harus dimiliki salah satunya adalah *passing*, agar dapat memiliki hasil *passing* yang baik.

Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik, pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu syarat yang harus dimiliki oleh para pemain. Keberhasilan suatu tim dalam setiap pertandingan ditentukan oleh penguasaan teknik dasar, oleh karena itu tanpa menguasai dasar-dasar teknik dan keterampilan sepakbola dengan baik untuk selanjutnya tidak akan dapat melakukan prinsip-prinsip bermain sepakbola, tidak dapat melakukan pola-pola permainan atau pengembangan taktik modern dan tidak akan dapat pula membaca permainan (Tarigan, Beltasar, 2013).

Menurut Nuryadi (2010:23), mengoper (*passing*) berarti memindahkan bola dari kaki ke kaki pemain lain atau teman kita, dengan cara menendangnya. Ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan.

Kesebelasan sepakbola yang baik dan tangguh adalah suatu kesebelasan sepakbola yang semua pemainnya menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, cepat, cermat dan tepat pada sasaran, sasaran pada teman maupun sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan (Chan, F., & Indrayeni, Y., 2018). Cepat disini diartikan pemain harus menguasai semua gerakan-gerakan bagian-bagian dan teknik dasar bermain sepakbola dan terampil memainkan bola dalam segala situasi dan posisi di setiap permainan, tidak melakukan gerakan-gerakan yang tidak perlu, kecuali memperlambat gerakan juga akan membuang waktu dan tenaga.

Faktor penghambat munculnya pemain-pemain sepakbola yang berbakat tersebut salah satunya karena kurangnya pengetahuan dan kurangnya menguasai teknik dasar sepakbola yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola, Dalam hal ini termasuk di jenjang-jenjang lembaga pendidikan formal. Hal tersebut terjadi dimungkinkan karena pihak pemerintah dan pihak sekolah khususnya kurang memperhatikan, menggalakkan program di bidang olahraga, dan mengadakan pembinaan olahraga sepakbola kepada siswa. Maka dari itulah *passing* perlu diajarkan sejak dini agar calon atlit maupun atlit mendapatkan pemahaman yang mendasar lebih cepat.

Permasalahan mitra

Mitra dalam pengabdian ini adalah SSB Begajah Sukoharjo merupakan SSB yang cukup berkembang di Sukoharjo khususnya di desa Begajah Kec. Sukoharjo Kab. Sukoharjo. Diantara permasalahan yang di hadapi oleh mitra pengabdian ini diantaranya adalah :

1. Komunikasi pada saat pertandingan sepakbola masih kurang, khususnya untuk SSB Begajah pada usia dini.
2. Pada saat pertandingan masih banyak salah *passing* dan *passing* yang tidak akurat.

METODE PELAKSANAAN

1. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah atlit usia dini (usia Sekolah Dasar) yang berumur antara 10-13 tahun SSB Bergajah. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 bulan dengan memberikan pelatihan dan motivasi melalui pelatihan ball position untuk meningkatkan keterampilan komunikasi dan passing dalam permainan sepakbola.

a. Langkah-langkah Prosedur Kerja

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi masyarakat yaitu atlit usia dini (usia Sekolah Dasar) yang berumur antara 10-13 tahun SSB Bergajah masih lemah dalam kemampuan passing baik passing bawah maupun atas serta kurangnya komunikasi saat bertanding sepakbola. Pelaksanaan Kegiatan pengabdian ini berupa penyampaian materi dan praktek langsung melalui sistem modifikasi baik latihan maupun sarana dan prasarana. Sedangkan untuk penambahan pemahaman tentang teknik dasar sepakbola lainnya dilakukan melalui FGD (*focus group discussion*) dan diakhiri musyawarah bersama pelatih, dilanjut penerapan modifikasi latihan. Tahapan kegiatan dan langkah solusikegiatanProgram Kemitraan Masyarakatini meliputi:

1) TahapI: Sosialisasi Program Program Kemitraan Masyarakat

Pelaksana pengabdian melakukan sosialisasi kepada pengelola SSB Bergajah tentang akan dilaksanakan pengabdian terkait permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Pelaksana pengabdian bersama pelatih SSB menyusun jadwal dan program latihan yang akan di laksanakan.

2) TahapII: Pelatihan dan Penyuluhan

Kegiatan tahap ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan passing dan komunikasi pada saat bertanding sepakbola. Pelatihan dan penyuluhan diberikan sesuai dengan jadwal yang sudah di buat disesuaikan dengan kondisi dan psikologi atlit usia dini SSB Begajah Sukoharjo.

3) TahapIII: Monitoring dan Evaluasi

Tujuan kegiatan pada tahap ini adalah untuk mengevaluasi kegiatan yang sudah diberikan melalui pelatihan, penataran dan pendampingan dalam program pelatihan ball position agar dapat berjalan berkelanjutan di SSB Bergah sukoharjo.

2. Partisipasi Mitra

- a. Pengelola SSB Begajah Sukoharjo ikut berpartisipasi dalam program latihan yang sudah dibuat bersama oleh pelatih dan pelaksana pengabdian dari FKIP UTP Surakarta.
- b. Pelatih SSB Begajah Sukoharjo ikut mensupport program latihan dan antusias dalam FGD untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan terkait metode latihan ball position.
- c. Atlit usia dini SSB Begajah Sukoharjo Antusias dan aktif dalam melaksanakan program latihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Realisasi Pemecahan masalah

a. Persiapan Kegiatan pengabdian pada masyarakat

Sebelum kegiatan dilaksanakan maka dilakukan persiapan-persiapan sebagai berikut:

- 1) Observasi kemampuan awal skill atlit usia dini SSB Begajah Sukoharjo.
- 2) Mengobservasi sarana dan prasarana SSB Begajah yang menunjang pelaksanaan kegiatan pelatihan sepakbola.
- 3) Menyusun jadwal pelaksanaan dan lamanya kegiatan pengabdian.
- 4) Menentukan dan mempersiapkan materi yang akan disampaikan.

b. Pelaksanaan kegiatan pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pengabdian berlangsung pada bulan November 2020 dari jam 15.00 WIB s.d 17.00 WIB, dengan dihadiri atlit usia dini SSB Begajah Sukoharjo. Kegiatan berupa penyampaian sosialisasi materi dan praktek langsung pelatihan ball position.

- 1) Modifikasi sarana dan prasarana alat ukur lemak tubuh ibu-ibu PKK desa Tubanrejo.

Kegiatan presentasi melalui wujud pemberian materi kepada pelatih tentang program latihan melalui sistem *focus group discouision* antara pengurus, pelatih, atlet dan pematery, dimana Pematery menyampaikan teknis secara tepat bagaimana cara menyusun sistem program latihan yang tepat. Dalam hal ini banyak sekali beberapa masalah yang harus diselesaikan, maka perlu adanya musyawarah bersama dalam menyelesaikan sarana prasarana penunjang kegiatan.

- 2) Modifikasi latihan ball position.

Kegiatan ini berlangsung di lapangan desa Begajah Kecamatan Sukoharjo. Kegiatan ini berlangsung antara jam 15.00 sampai 17.00, antusiasme dalam mengikuti pelatihan luar biasa karena banyak yang menginginkan agar atlit dapat meningkatkan ketepatan passing dan komunikasi dalam team saat pertandingan.

- 3) Modifikasi Program klub SSB Begajah Sukoharjo.

Penerapan program latihan permainan sepakbola dengan metode ball position SSB Begajah Sukoharjo dapat membantu pelatih, utamanya dalam mengantisipasi kurang pahamiannya pelatih SSB Begajah Sukoharjo dan atlit usia dini yang belum pernah mendapatkan latihan ball position. Ball position yang diterapkan pelaksana pengabdian sedikit dimodifikasi disesuaikan dengan usia atlit dan kondisi lapangan.

JADWAL PROGRAM LATIHAN

Hari latihan	Jenis Latihan	Jam	Penjelasan latihan	ket.
Selasa	Holistik/ menyeluruh	14.30-16.30	<ul style="list-style-type: none"> Pemanasan/warm-up statis dan dinamis Koordinasi Kelincahan dan kecepatan Kombinasi passing dan back pass Positioning Game (5 v 5 + 3) Area 30x40 m Coaching point: <ol style="list-style-type: none"> Awareness/kesiapan Kwalitas / Bobot passing Positif Passing kedepan Moving / Timing Support Komunikasi 	15mnt 30 mnt 25 mnt 40 mnt
			<ul style="list-style-type: none"> Pemanasan/warm-up statis dan dinamis Koordinasi Kelincahan Kombinasi passing gerak dan back pass Positioning Game (7 v 7) Area 40x60 m Coaching point: <ol style="list-style-type: none"> Pandangan, Perioritas passing kedepan Kombinasi Passing untuk bikin gol Jaga jarak support Komunikasi 	15mnt 30 mnt 25 mnt 40 mnt
			<ul style="list-style-type: none"> Pemanasan/warm-up statis dan dinamis Daya tahan Ball felling Kombinasi passing gerak Positioning Game (9 v 9) Area ¾ lapangan Coaching point: <ol style="list-style-type: none"> Pandangan, Perioritas passing kedepan Kombinasi Passing untuk bikin gol Jaga jarak support Komunikasi 	15mnt 30 mnt 25 mnt 40 mnt
			<ul style="list-style-type: none"> Pemanasan/warm-up statis dan dinamis Strenght: plank depan, plank samping kanan kiri, full plank, squat Ball felling, kombinasi passing dan 	15mnt 20 mnt 35 mnt
			dribble <ul style="list-style-type: none"> Ball posession (6 v 3) Area 20 x 20 m (3) Merah + (3) Putih pertahankan sentuhan. 3 Tim Biru bertahan segera merebut bola. Tim yang direbut bolanya segera bergantian bertahan Coaching point: <ol style="list-style-type: none"> Kwalitas / Bobot passing Sentuhan pertama menentukan arah passing selanjutnya Timing Support komunikasi 	45 mnt
Kamis	Holistik/ menyeluruh	14.30-16.30	<ul style="list-style-type: none"> Pemanasan/warm-up statis dan dinamis Koordinasi kelincahan dan kecepatan Ball felling, kombinasi passing dan dribble Ball posession (5 v 5 + 2) Area setengah lapangan <ol style="list-style-type: none"> Buat beberapa grid sesuai jumlah pemain 5 pemain Merah pertahankan sentuhan 5 pemain Biru bertahan segera merebut bola, bola di injak di pinggir garis, 2 pemain netral membantu tim yang menguasai bola Coaching point: <ol style="list-style-type: none"> Kwalitas / Bobot passing posession positif passing kedepan Timing Support komunikasi 	

2. Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran yang dipilih adalah atlit usia dini dan pelatih SSB Begajah Sukoharjo.

Relevansi bagi Mitra

Kegiatan pengabdian ini memiliki relevansi dengan kebutuhan pelatih dan atlit SSB Begajah Sukoharjo. Berdasarkan hasil survey sebelum pelaksanaan:

- a. Belum pernah diadakan program latihan.
- b. Kemampuan passing dan komunikasi pada saat pertandingan sepakbola masih lemah sehingga diperlukan latihan yang cocok untuk mengatasinya.
- c. Kurangnya modifikasi program latihan SSB Begajah Sukoharjo.

3. Hasil Kegiatan

a. Hasil Lokakarya dan pelatihan

Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini memberikan hasil sebagai berikut:

- 1) Program latihan Ball position untuk SSB Begajah Sukoharjo.
- 2) Modifikasi latihan Ball position untuk SSB Begajah Sukoharjo.

b. Faktor pendukung dan faktor penghambat

Beberapa faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian pada SSB Begajah usia dini ini adalah besarnya kemauan pelatih untuk lebih paham dan menguasai program latihan, antusias atlit usia dini pada SSB Begajah Sukoharjo. Sedangkan faktor penghambatnya adalah terbatasnya waktu dan sarana pendukung untuk mengimplementasikan program latihan masih minim.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Dari kegiatan pengabdian pada masyarakat, pelatihan ball position untuk meningkatkan kemampuan passing dan komunikasi ini dapat disimpulkan bahwa:

- a. Program latihan ball position terlaksana dengan baik.
- b. Modifikasi program latihan ball position terlaksana dengan baik.
- c. Pelaksanaan program latihan membuat atlit antusias dan mampu meningkatkan ketepatan passing dan komunikasi atlit usia dini SSB Begajah Sukoharjo.

2. Saran

Mengingat besarnya manfaat kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, maka selanjutnya perlu:

- a. Sering mengadakan pelatihan dan latihan secara intensif untuk menambah IPTEK Sepakbola.
- b. Penambahan sarana prasarana yang lebih baik dalam mendukung prestasi.

DAFTAR PUSTAKA

Sucipto, dkk. (2013). *Sepakbola*. Depdiknas. Dirjen Dikdasmen. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Sukatamsi. (2001). *Permainan Besar I Sepak Bola*. Jakarta : Universitas Terbuka.

Chan, F., & Indrayeni, Y. (2018). Meningkatkan Kemampuan Passing Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Pendekatan TGFU Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 11 Muaro Jambi. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(2), 186-197

Djoko Pekik Irianto, (2012). *Dasar Kepeleatihan*. Hal 65. Yogyakarta: FIK-UNY.

Nuryadi. (2010). *Permainan Sepak Bola*. Jurusan Pendor. FPOK. UPI

Satriya, J.S. Dikdik & Imanudin Iman. (2007). *Metodologi Kepeleatihan Olahraga*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.

Tarigan, Beltasar. (2013). *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran Sepak Bola. Konsep dan Metode*. Depdiknas Dirjen Dikdasmen.

Sutresna, Nina. (2011). *Sosiologi Olahraga*. Jurusan PKO. FPOK. UPI.