



Pelatihan Teknik Dasar Menggiring Bola dalam Sepakbola melalui Media Bantu pada Siswa MAN 1 Sinjai

Adam Mappaompo¹, Arifuddin Usman²

¹Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

²Jurusan Penjaskesrek, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Abstrak. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pengenalan dan pengetahuan tentang pelatihan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu. Kegiatan ini bertujuan untuk: (1) Untuk memperkenalkan teknik dasar Menggiring bola.(2). Untuk mengetahui antusias dan respons siswa dalam mengikuti pelatihan teknik dasar Menggiring bola.(3). Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa dalam mengikuti pelatihan.(4). Untuk mengetahui adanya perubahan dalam mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu. Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini dibagi atas dua kegiatan yaitu : (1) kegiatan penjelasan secara teori dilakukan selama satu hari yaitu menjelaskan tentang teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu.dan (2) kegiatan praktek, dilakukan selama 5 hari. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa (1). Materi pelatihan sangat memberi hasil yang memuaskan bagi para peserta karena dapat mengerti dan mampu dipraktikkan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu dengan baik (2).Menambah pengetahuan dan pemahaman serta wawasan para siswa tentang teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu.(3) Motivasi tinggi yang dimiliki para siswa untuk mengikuti kegiatan .(4). Peserta menyadari bahwa materi yang diberikan sangat bermanfaat bagi diri mereka sehingga selalu bersemangat dalam mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu.

Kata kunci: aksesoris, pakaian bodo, kualitas, kuantitas, produksi

Abstract. Devotion to the public was in implementing in the form of the introduction of engineering training and knowledge about the dribble in football through the medium help. This event is aimed to: (1) to introduce basic technique. dribble (2).To know enthusiastic and response training students in primary dribble. technique (3).To understand the extent of understanding. students in training (4).To know that the changes in training techniques dribble by using the medium help. This event is aimed to 1: () to introduce basic techniques dribble . () 2 .Enthusiastic and response to your students in training techniques the dribble . () 3 .To understand the extent of understanding of students in training camp . () 4 .To know that the changes in training techniques using basic dribble medium help. Program activities devotion to the community is separated into two main activities which were: (1) activities description in the theory was conducted over one days from today, explain basic techniques dribble in football through the medium of bantu.dan (2) the activity of the practice of , done for 5 days. The devotion to () people show that 1 .The training material very give satisfactory results for participants in being able to understand and able to basic technique practiced dribble in football through the help well (2 .menambah) knowledge and understanding and information the students about the techniques the dribble in football through the help(3) highly motivated owned the students to follow activities . (4) .Beneficiaries realized that the material given very useful for them that selalu excited in following training technique basic dribble in football through the medium of help.

Keywords: accessories, bodo clothes, quality, quantity, production

I. PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bermain

sepakbola yang baik siswa dibekali dengan teknik dasar yang baik pula.Siswa yang memiliki teknik dasar yang baik, siswa tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.Adapun beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki oleh seorang siswa sepakbola adalah menendang

(*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyudul (*heading*), merebut (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*), dan menjaga gawang (*goalkeeping*)

Salah satu unsur teknik dasar sepakbola yang sangat penting yakni menggiring bola. Menggiring bola adalah teknik dasar sepakbola yang dimaksudkan untuk membawa bola dengan cara menendang sesering mungkin dan secepatnya. Teknik menggiring bola dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam, dengan sisi kaki bagian luar, serta dapat dilakukan dengan menggunakan sisi kaki bagian depan atau punggung kaki. Menggiring bola biasa dilakukan untuk mengatur tempo permainan atau juga dapat dilakukan untuk mencari peluang melakukan umpan atau melakukan tembakan ke gawang lawan.

Penguasaan teknik menggiring bola suatu kesebelasan akan mudah melakukan penyerangan ke daerah lapangan lawan untuk dapat menciptakan gol. Komponen-komponen teknik menggiring bola yang harus dikuasai oleh setiap siswa sepakbola agar memperoleh hasil, terdiri dari: (a) awalan, (b) sentuhan bola, (c) langkah kaki, (d) sikap badan, (e) gerak lanjutan. Komponen tersebut merupakan suatu keharusan bagi setiap siswa bila ingin menguasai dan meningkatkan keterampilan menggiring bola

Olahraga sepakbola merupakan mata pelajaran penjas disekolah yang harus dilulusi oleh siswa. Berbagai teknik dasar permainan sepakbola yang dipelajari dalam proses pembelajaran, teknik keterampilan menggiring bola merupakan dasar yang harus dikuasai oleh siswa guna dapat bermain sepakbola secara benar. Untuk mendukung keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola dalam proses pembelajaran sepakbola, maka perlu dilakukan pengembangan dalam proses belajar mengajar yang tepat agar tujuan pembelajaran keterampilan menggiring bola pada permainan sepakbola dapat dicapai secara optimal

Sekolah MAN 1 Negeri Sinjai merupakan salah sekolah yang memiliki segudang prestasi dan diantaranya pada cabang olahraga khususnya sepakbola. Karna disetiap pelaksanaan kegiatan yang dilakukan oleh DEPAG selalu ambil bagian dan sekolah MAN 1 selalu tampil sebagai juara dan bahkan sebagian siswa yang ikut bermain selalu terpilih memperkuat tim sepakbola kab Sinjai baik ditingkat pelajar maupun di tingkat Nasional dan

semua itu tidak lepas dari proses pembinaan yang dilakukan oleh guru penjas

Media bantu yang digunakan dalam pemberian teknik dasar menggiring bola dapat meningkatkan kemampuan siswa, Briggs berpendapat bahwa media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi/materi pembelajaran seperti:buku,film,video dan sebagainya.Berdasarkan definisi tersebut, media pembelajaran memiliki manfaat yang besar dalam memudahkan siswa mempelajari materi pelajaran. Salah satu media bantu digunakan adalah ,Bola,sumpritan,cuns, dan tiang, dapat membantu didalam proses kegiatan pembelajaran penjas karena adapat memberi rangsangan,motivasi dan kegiinginan siswa didalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan memaksimalkan fungsi dari media bantu tentunya guru dapat atau sangat membantu siswa dalam melakukan gerakan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

B. Permasalahan Mitra

Pengetahuan dan pemahaman tentang teknik dasar menggiring bola pada permainan sepakbola secara teknis belum diketahui oleh siswa MAN 1 Sinjai. siswa tidak bisa menjelaskan secara konseptual tentang apa yang telah dipraktekkan, yakni menggiring bola, siswa kurang mampu menganalisis sendiri kelemahannya dalam mempraktekkan menggiring bola,dan guru kurang menggunakan media bantu dalam memotivasi belajar siswa dalam upaya meningkatkan hasil menggiring bola

C. Target

1. Untuk memperkenalkan teknik dasar menggiring bola dengan melalui media bantu.
2. Untuk mengetahui antusias dan respons siswa dalam mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu.
3. Untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa dalam mengikuti pelatihan tentang teknik dasar menggiring bola.
4. Untuk mengetahui adanya perubahan dalam mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu

D. Luaran

1. Para Peserta dapat memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang keterampilan

- teknik dasar menggiring bola melalui media bantu .
2. Mampu meningkatkan motivasi para siswa tentang pelatihan keterampilan teknik dasar menggiring bola dengan menggunakan media
 3. Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi pengambil kebijakan agar senantiasa memperhatikan dan mengembangkan olahraga sepakbola dikalangan siswa.
 4. Menjadi masukan bagi pengurus dan MAN 1 Sinjai agar bentuk pelatihan dapat berkelanjutan

II. METODE YANG DIGUNAKAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode demonstrasi dan ceramah akan diuraikan sebagai berikut :

1. Metode ceramah dan penyampaian materi yang sifatnya teoretik.
2. Demonstrasi: Memberikan contoh kepada para siswa untuk mempraktekan berbagai bentuk model atau gerakan teknik dasar menggiring bola.
3. Diskusi: Memberi kesempatan bagi peserta untuk melakukan tanya jawab .
4. Evaluasi: Melihat minat dan kesungguhan dari para siswa dalam mengikuti kegiatan pelatihan.

Adapun materi pelatihan adalah sebagai berikut:

1. Hari Pertama Metode ceramah dan penyampaian makalah: terutama menyangkut penyampaian materi yang sifatnya teoretik
2. Latihan 1
 - a. **Tujuan** : berlari sambil tetap menguasai bola dengan menjaga kecepatan
 - b. **Pengaturan Latihan** : Para siswa membentuk dua baris di dekat sisi lapangan dan saling berhadapan, dengan jarak antara dengan jarak 11M sampai 13 M. Setiap siswa membawa satu bola. Siswa pertama di baris satu berlari secara lurus sambil tetap menguasai bola. Saat ia menggiring bola ke baris disisi seberang, siswa pertama di baris seberang tersebut berlari sambil tetap menguasai bola ke sisi seberang, sehingga menciptakan momentum latihan . siswa sebaiknya berlatih menggunakan dua kaki sambil meningkatkan tempo atau berlari dengan jarak yang lebih jauh sehingga daerah yang dicakup saat membawa bola lebih luas
 - c. **Peralatan** : Empat cone , satu bola setiap siswa

- d. **Kemajuan** : Drill ini bisa dilaksanakan dengan satu bola saja untuk semua siswa, setiap siswa menghentikan bola dengan telapak kaki dan bola dibiarkan di tempatnya untuk diambil siswa berikutnya.
3. Latihan 2
 - a. **Tujuan** : Berlari dan menggiring dalam lapangan yang dibatasi
 - b. **Pengaturan latihan**: Para siswa dibagi menjadi beberapa kelompok yang harus berlomba dalam pertandingan slalom (*zig-zag*). Slalom ini ditandai dengan tiang-tiang yang diletakkan di lapangan, dengan jarak masing- masing 1 sampai 2 yard (sekitar 0,9 sampai 1, 8 m). Setiap kelompok dibagi lagi menjadi dua, dan setiap separuh kelompok berdiri di salah satu ujung deretan slalom. Setiap siswa bergiliran untuk menggiring bola dengan cara yang ditentukan pelatih (misalnya kaki kiri saja, kaki kiri bergantian dengan kaki kanan, atau teknik lain yang pernah diajarkan), lalu dilanjutkan oleh rekan sekelompoknya yang ada di sisi seberang. Setiap siswa harus menggiring bola sebanyak yang telah ditentukan dan tim tercepat yang menyelesaikan lomba ini menjadi pemenang.
 - c. **Peralatan**: Dua cone, enam sampai delapan tiang bendera.
 - d. **Kemajuan**: Tempo bisa ditingkatkan, atau deretan slalom bisa dibuat menjadi lebih sulit untuk dilewati dengan memperkecil jarak antar tiang. Pastikan siswa menjalankan *drill* dengan cara yang aman, yaitu bergerak dengan kecepatan tertentu sedemikian, hingga mereka tidak saling bertabrakan.
 4. Latihan 3
 - a. **Tujuan** : Mengambil alih dan berlari sambil tetap menguasai bola
 - b. **Pengaturan Latihan** : Siswa dibagi menjadi empat kelompok , dan setiap kelompok berdiri berbaris sedemikian hingga membentuk tanda panjang dengan jarak sekitar 14 M sampai 23 . Satu bola diberikan kepada dua kelompok yang berdekatan . setiap kelompok bergiliran untuk berlari sambil tetap menguasai bola menuju barisan disebatang, dan siswa berikutnya mengambil alih dengan cara mengambil bola dari siswa pertama tadi dan menggiringnya ke sisi seberang . para siswa harus berhati-hati

supaya tidak saling bertabrakan saat berlari cepat sambil tetap menguasai bola

c. **Peralatan** : Cone, dua bola

d. **Kemajuan** : Tambah luas lapangan, sehingga para siswa harus berlari sambil tetap menguasai bola lebih lama

5. Latihan 4

a. **Tujuan**: Berlari dengan dan tanpa menggiring bola

b. **Pengaturan latihan**: Para siswa dibagi menjadi empat kelompok, dan setiap kelompok berdiri berbaris di setiap sudut lapangan berukuran 20 x 20 yard (sekitar 18,25 x 18,25 m). Dua kelompok yang berdiri berseberangan (secara diagonal) diberi satu bola. Siswa pertama berlari sambil menggiring bola menuju kelompok yang tidak membawa bola dan menghentikannya untuk diambil siswa berikutnya. Lalu, siswa pertama tadi berlari-lari kecil tanpa menggiring bola mengelilingi lapangan (pastikan ia berlari disekeliling lapangan secara maksimal) sampai ke tempat asalnya.

c. **Peralatan** : Empat cone, dua bola

d. **Kemajuan**: Selama latihan *drill*, pelatih bisa menambahkan satu bola untuk dua kelompok lain dan empat siswa pertama berlari bersama-sama, sambil tetap menguasai bola untuk meningkatkan tempo latihan

6. Latihan 5

a. **Tujuan**: Berlari sambil menggiring bola dan dengan cepat mengubah arah

b. **Pengaturan latihan**: Seperti *drill* 14 dan 15, para siswa dibagi menjadi empat kelompok, dan setiap kelompok berdiri berbaris di setiap sudut lapangan berukuran 20 x 20 yard (sekitar 18,25 x 18,25 m). Setiap siswa pertama dari dua baris yang berseberangan secara diagonal membawa satu bola. Sebuah *cone* diletakkan di tengah lapangan. Siswa yang membawa bola harus menggiringnya menuju baris seberang, dan menghentikannya untuk diambil siswa berikutnya. Siswa pertama tadi terus berlari, namun kali ini tanpa bola, menuju *cone* di tengah lapangan, lalu kembali ke tempat asalnya. Semua siswa harus berlari dengan cepat.

Peralatan: Lima cone, dua bola.

III. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

A. Hasil yang Dicapai

1. Para peserta dapat menerima materi pelatihan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu pada siswa man 1 sinjai dengan baik dan mampu dipraktekkan
2. Seluruh peserta dapat meningkatkan pengetahuan yang cukup tentang teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu yang akan dilakukan.
3. Meningkatkan pengetahuan para siswa MAN 1 Sinjai tentang judul, menit, siswa, tujuan dalam setiap bentuk teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu
4. Para Peserta menyadari bahwa materi yang diberikan dapat menambah wawasan yang sangat berarti dan bermanfaat

B. Faktor Pendukung

1. Dukungan pihak dalam hal ini kepala sekolah, guru penjas dan pembina olahraga MAN 1 Sinjai sehingga pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar
2. Dukungan dari tim pemateri dalam memberikan materi sesuai dengan jadwal kegiatan
3. Besarnya minat dari para siswa selama berlangsungnya kegiatan dapat berjalan dengan lancar

C. Faktor Penghambat

1. Penentuan jadwal pelatihan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu dilaksanakan pada sore hari, .
2. Pada saat pelaksanaan kegiatan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu terkadang masih ada peserta yang sering telat waktu.
3. Terbatasnya waktu kegiatan pelatihan serta sarana dan prasarana yang masih sangat minim

IV. KESIMPULAN

1. Materi pelatihan sangat memberi hasil yang memuaskan bagi parapeserta karena dapat mengerti dan mampu dipraktekkan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu dengan baik



SEMINAR NASIONAL HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

"Peluang dan tantangan pengabdian kepada masyarakat yang inovatif di era kebiasaan baru"

ISBN: 978-623-7496-57-1

2. Menambah pengetahuan dan pemahaman serta wawasan para siswa tentang teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu.
 3. Motivasi tinggi yang dimiliki para siswa untuk mengikuti kegiatan .
- Peserta menyadari bahwa materi yang diberikan sangat bermanfaat bagi diri mereka sehingga selalu bersemangat dalam mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola dalam sepakbola melalui media bantu
- Mielke Danny, *Dasar – Dasar Sepakbola Cara yang Lebih Baik untuk Mempelajari*, United Stated : Human Kinetics, 2005
- Meliuas Mau, *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*, Yogyakarta 2014
- Zein Muhammad, *Peraturan Permainan* Jakarta: PSSI, 2009
- Depdiknas . *Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional*2003

UCAPAN TERIMA KASIH

Keberhasilan kegiatan ini tentunya tidak terlepas dari berbagai kekurangan dan keterbatasan kami oleh kerennanya ucapan terimakasih, layaklah kami haturkan kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Makassar
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar
3. Ketua Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar
4. Kepala Sekolah, Guru, pembina dan siswa MAN 1 Sinjai
5. Semua pihak yang telah terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Justinus Laksana, 2011. *Taktik dan Strategi Sepakbola*. Be Champion. Jakarta
- Clive Gifford, *Panduan Dasar Teknik, Latihan, dan Taktik*, PT Intan Sejati, (2007),
- Al-hadiqie Muhdor, Zidane, *Menjadi Siswa Sepakbola Profesional, Teknik, Strategi, Taktik Menyerang dan Bertahan*, Katapena, 2013
- Koger, Robert , *latihan Andal Sepak Bola Remaja, Latihan dan Keterampilan andal untuk Pertandingan Dasar yang lebih Baik*.Klaten : Macanan Jaya Cemerlang, 2007
- Lukman, *Teknik Bermain Sepakbola dan Futsal*, Visi 7,2009
- Luxbacher, A. Joseph, *Sepakbola Langkah – langkah maju menuju sukses*, Jakarta : RajaGrafindo Persada, 2012