



SOSIALISASI KOORDINASI MATA DAN KAKI PADA PASSING DAN STOPPING SSB UIR PEKANBARU

Toktong Parulian¹, Purba Andi Wijaya², Rohima³

Universitas Islam Riau

E-mail: 1toktong@edu.uir.ac.id

Article History:

Received: 09-10-2023

Revised: 18-10-2023

Accepted: 20-11-2023

Keywords:

Passing dan Stopping;
koordinasi; sepakbola

Abstract; *Football is a high intensity sport with a playing time of 2x45 minutes. For this reason, the game of football requires extraordinary basic skills. One of the main skills in this game is passing and stopping. Problems on the field are that many athletes make mistakes so that the ball doesn't flow smoothly. Many players make passing and stopping errors. This is thought to be due to a lack of passing and stopping practice. The solutions offered by the researchers are: 1) explain in theory the extent of the importance of passing and stopping in football and the various forms of passing training, 2) create a training program to improve passing, 3) implement an example of a program to improve passing and stopping training in football games. The results of this service: From the socialization that has been carried out, everything has gone well and smoothly, although there are a few obstacles where not all SSB UIR participants or children are present at the socialization so that children who are not present at the socialization do not receive knowledge or input from the service team for improvement. and stop it*

PENDAHULUAN

Pembangunan Indonesia bisa dimulai dari berbagai bidang, salah satunya adalah di bidang olahraga. Olahraga adalah satu wadah untuk mencapai prestasi (Candra & Rumini, 2016). Pembinaan olahraga harus dilakukan secara berkesinambungan, mulai dari tingkat pusat sampai ke tingkat daerah (Muhammad Sidik et al., 2021). Pembinaan dan pengembangan olahraga bisa dilakukan di lembaga-lembaga keolahragaan ataupun lembaga pendidikan yang salah satunya bisa dilakukan di tingkat perguruan tinggi (Soegiyanto, 2013). Olahraga prestasi bisa ditingkatkan di berbagai cabang olahraga, salah satunya adalah cabang olahraga sepakbola (Komaini, 2019). Sepakbola bisa dimulai di level rendah seperti di sekolah sepakbola (SSB) sampai kepada club – club profesional. Di tingkat pendidikan, sepakbola juga dijadikan sebagai salah satu mata kuliah pada perguruan tinggi, juga pada tingkat sekolah, sepakbola juga diajarkan di club club luar sekolah seperti misal SSB, Akademi sepakbola atau club sepakbola.

Ada berbagai teknik yang digunakan dalam bola yang menuntut atlet untuk memiliki keterampilan yang baik. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang menjelaskan bahwa Setiap

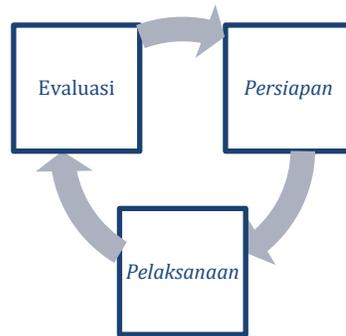


pemain bola harus menguasai keterampilan dasar bola. Permainan bola basket terdiri dari beberapa teknik dasar yakni dribble, passing dan shooting. Dalam mendukung berjalannya teknik dengan baik tentu didukung oleh teknik dasar yang baik pula. Sepakbola ada beberapa teknik dasar yang harus dikembangkan untuk meningkatkan keterampilan bermain bola. Diantaranya adalah passing dan stopping (Sudirman et al., 2022). Keterampilan passing dan stopping harus dilatih secara maksimal. Latihan passing dan stopping salah satunya bisa dilaksanakan dengan melakukan latihan koordinasi, salahsatunya adalah koordinasi mata dan kaki. Latihan koordinasi mata dan kaki harus dilakukan dalam upaya peningkatan keterampilan passing dan stopping. Koordinasi mata dan kaki berguna untuk melatih konsentrasi passing dan stopping, sehingga dengan pengetahuan pentingnya latihan koordinasi mata dan kaki bisa meningkatkan teknik dasar passing dan stopping yang pada akhirnya bisa bermain bola dengan benar. Latihan koordinasi adalah proses peningkatan kemampuan melakukan gerakan fisik secara sistematis dan progresif untuk mempertahankan atau meningkatkan tingkat kebugaran jasmani dan mencapai tingkat kemampuan kerja fisik yang maksimal (Muin et al., 2019). Tujuan utamanya adalah memaksimalkan potensi fungsional atlet dan mengembangkan kemampuan biomotor mereka sepenuhnya..

Untuk meningkatkan passing dan stopping perlu dilakukan latihan latihan yang tepat. Permasalahan di lapangan yang ditemui atlet masih banyak yang melakukan kesalahan bertanding, ini mengakibatkan performa atlet menurun serta strategi yang telah disusun tidak dapat di aplikasikan secara maksimal. Oleh karena itu, diperlukan program latihan yang benar dan pemahaman tentang teori passing dan stopping. Tujuan pada pengabdian kepada masyarakat ini yakni untuk melakukan latihan secara langsung baik teori maupun praktek sejauhmana passing dan stopping ini sangat penting dipelajari dan diaplikasikan supaya nantinya berdampak positif terhadap atlet SSB UIR Pekanbaru

METODE

Metode pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode konvensional dengan sosialisasi kepada atlet secara langsung. Adapun sampel pada pengabdian ini yakni SSB Universitas Islam Riau yang berjumlah 20 orang. Pengabdian ini dilaksanakan di lapangan stadion mini Universitas Islam Riau. Dalam pengabdian ini dibentuk tiga macam urutan tahapan yang akan disampaikan oleh pengabdian kepada atlet SSB Universitas Islam Riau Pekanbaru yakni; 1) tahap persiapan, menjelaskan secara teori sejauhmana pentingnya passing dan stopping pada sepakbola dan macam-macam bentuk latihan passing, 2) Tahap dua, menjelaskan program latihan peningkatan passing 3) tahap tiga, mengaplikasikan contoh program peningkatan latihan passing dan stopping dalam permainan bola. Berikut alur pengabdian di bawah ini dengan skema berikut:



Gambar 1. Urutan Pengabdian

HASIL

Metode persiapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan berupa Koordinasi mata dan kaki terhadap passing dan stopping SSB UIR. Adapun pelaksanaan penyuluhan ini membahas secara teori dan praktek secara langsung. Berikut langkah-langkah yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan spesifik yang dihadapi oleh mitra, berikut urutan yang akan di jalankan pada pengabdian kepada masyarakat yaitu SSB UIR Pekanbaru, 1) survey lapangan, 2) membuat spanduk, 3) meminta izin pemakaian ruangan, 4) mempersiapkan ruangan, 5) mempersiapkan infokus dan latop, 6) menyusun susunan acara pengabdian masyarakat, 7) mengimpormasikan kepada peserta pengabdian

Pelaksanaan kegiatan ini sudah dilakukan di SSB UIR. Pelaksanaannya dalam bentuk penyuluhan yang membahas pengetahuan teori dan praktek kepada anak – anak SSB UIR Pekanbaru. Adapun langkah – langkah atau prosedur yang telah dilakukan adalah membagi kelompok teori dan praktek. Penyampain materi dan praktek dibantu oleh tiga asisten yang masing – masing dibagi dalam kelompok yang berbeda namun dengan sample yang sama di setiap materi yang ada. Kepada anak – anak SSB UIR telah diberikan pemahaman tentang pentingnya melakukan teknik dasar passing dan stopping sehingga bisa bermain bola dengan benar. Salahsatu latihan yang dicontohkan dan dipraktekkan adalah latihan koordinasi mata dan kaki. Penyuluhan ini terlaksana dengan lancar tanpa kendala. Anak – anak SSB UIR sangat antusias, begitu juga dengan para pelatih yang ada SSB UIR sangat senang dan merasa terbantu dengan adanya kegiatan ini. Pelaksanaannya berjalan sesuai target. Ketiga asisten: Dufri, Purba Andi sukses mentransformasikan ilmunya masing – masing pada penyuluhan ini sesuai dengan tema masing – masing. Diharapkan setelah adanya kegiatan penyuluhan ini, anak – m anak SSB semakin berkembang permainannya terutama dalam melakukan teknik dasar passing dan stopping.

Evaluasi Setelah kegiatan dilaksanakan, terlihat ada beberapa kelemahan – kelemahan anak SSB Uir dalam melakukan teknik dasar passing dan stopping. Terlihat pada saat melakukan passing, bola hasil passing banyak tidak terarah, begitu juga dalam hal stopping, bolanya sering tampak tidak terkontrol. Ke depan, diharapkan kepada anak – anak SSB Uir akan lebih giat lagi memaksimalkan latihan – latihan yang lebih bervariasi khususnya variasi latihan passing dan stopping sehingga bisa bermain lebih maksimal. Kemudian juga pengetahuan dasar sepakbola seperti passing juga masih harus terus diberikan kepada anak – anak SSB UIR sebab masih ada diantara mereka yang belum memahami bagaimana langkah – langkah melakukan passing yang benar. Selanjutnya belajar di ruangan juga harus lebih sering untuk memahami teori bermain bolanya khususnya pada teknis dasar paasing dan



stopping, sebab selama ini mereka lebih sering melakukan praktek langsung di lapangan dimana dikawatirkan teknik dasarnya tidak bisa berkembang karena ketidaktahuan prosedur teorinya. Berikut dokumentasi pengabdian di bawah ini:



DISKUSI

Sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan di lapangan yang luas dan datar, biasanya dengan 11 pemain dalam setiap tim (Muhammad Sidik et al., 2021). Tujuannya adalah mencetak gol dengan menggiring atau melepaskan bola ke gawang lawan, sementara pemain lawan berusaha mencegahnya (Utomo, 2021). Tim dengan jumlah gol terbanyak pada akhir pertandingan adalah pemenangnya. Permainan ini menggunakan bola bundar yang terbuat dari bahan seperti kulit atau bahan sintetis. Pemain hanya boleh menggunakan kaki, kepala, atau tubuh mereka yang lain untuk mengoper dan mengendalikan bola. Mereka tidak boleh menggunakan tangan atau lengan mereka, kecuali kiper yang dapat menggunakan tangan mereka dalam area gawang.

Sepak bola melibatkan berbagai aspek, termasuk teknik mengoper, menggiring bola, mendribel, tendangan, kepandaian dalam bertahan dan menyerang, serta strategi tim (Adirahma & Margono, 2018). Pertandingan sepak bola biasanya terdiri dari dua babak dengan istirahat di antaranya. Waktu tambahan dan adu penalti dapat digunakan jika hasilimbang diperlukan. Dalam permainan sepak bola bukan hanya sekedar teknik saja tetapi juga kondisi fisik salah satunya koordinasi (Hasanudin, 2018). Dalam konteks passing, mata pemain yang melepas bola harus fokus pada target yang diinginkan. Hal ini penting untuk mengarahkan bola dengan akurat ke rekan setim. Posisi dan teknik kaki juga memegang peran penting. Kaki harus mampu mengeksekusi teknik yang sesuai dengan jenis passing yang diinginkan, seperti passing pendek atau passing panjang.

Sosialisasi yang baik di SSB akan mencakup latihan yang membantu pemain mengembangkan koordinasi mata-kaki untuk meningkatkan akurasi passing. Ketika pemain menerima bola, mata mereka harus selalu fokus pada bola itu sendiri, memantau pergerakan,



kecepatan, dan arahnya. Teknik kaki, termasuk penggunaan bagian dalam atau luar kaki dan pengaturan posisi kaki, sangat penting untuk mengendalikan bola dengan baik. Latihan yang berkaitan dengan menghentikan bola harus ditekankan dalam sosialisasi di SSB, membantu pemain untuk memahami peran kunci koordinasi mata-kaki dalam mengendalikan bola.

Dengan fokus pada latihan dan pembelajaran yang memadai dalam SSB, pemain dapat meningkatkan koordinasi mata dan kaki mereka. Hal ini memungkinkan untuk lebih akurat dalam mengirim dan mengendalikan bola, yang merupakan keterampilan dasar yang penting dalam sepak bola. Sebagai hasilnya, pemain dapat lebih efektif dalam berpartisipasi dalam permainan, menjaga penguasaan bola, dan berkontribusi pada kesuksesan tim mereka. Penting untuk diingat bahwa sosialisasi yang baik dalam SSB harus mencakup latihan yang berfokus pada aspek-aspek kondisi fisik salah satunya adalah koordinasi. Dengan demikian, pemain akan memiliki dasar yang kuat untuk mengembangkan keterampilan sepak bola yang lebih kompleks seiring berjalannya waktu. Kesimpulannya, koordinasi mata dan kaki dalam passing dan stopping adalah komponen vital dalam membentuk pemain sepak bola yang kompeten dan berhasil di lapangan. Penelitian sebelumnya menjelaskan salah satu olahraga untuk meningkatkan passing dan stopping, namun sebaiknya dilakukan melalui program latihan yang benar karena latihan (Busyairi & Ray, 2018). Selanjutnya kutipan lain menjelaskan beberapa cara meningkatkan passing dan stopping yang bisa dilakukan, yaitu (Pomatahu, 2015) latihan koordinasi mata kaki, latihan juggling, pemahaman teori passing dan stopping, menjalankan program latihan

Implikasi dalam pengabdian ini, Pemain yang memahami dan mempraktikkan koordinasi mata dan kaki dengan baik akan memiliki dasar keterampilan dasar yang lebih kuat. Tim dalam SSB akan menjadi lebih kuat dengan pemain yang memiliki kemampuan koordinasi mata dan kaki yang baik dalam passing dan stopping. Pemberian pemahaman yang baik tentang koordinasi mata dan kaki sejak dini dapat membantu pemain muda dalam pengembangan mereka, memberikan landasan yang kuat. Pengelola dan pelatih SSB dapat merancang program latihan yang lebih efektif. Artikel ini dapat merangsang pengabdian lebih lanjut dalam bidang yang sama atau sejenis, membantu kita memahami lebih dalam mengenai pengajaran dan pembelajaran sepak bola. Artikel ini memberikan wawasan penting tentang bagaimana sosialisasi koordinasi mata dan kaki memengaruhi perkembangan pemain sepak bola di SSB. Hal ini memperjelas peran kunci mata dan kaki dalam keterampilan dasar sepak bola, yang merupakan landasan yang sangat penting untuk menjadi pemain sepak bola yang sukses.

KESIMPULAN

Dari sosialisasi yg telah dilakukan semua sudah berjalan baik dan lancar, walau ada sedikit kendala dimana tdk semua peserta atau anak2 SSB UIR hadir pada saat sosialisasi sehingga anak2 yg tdk hadir saat sosialisasi tdk mendapat ilmu atau masukan masukan dari tim pengabdian utk perbaikan keterampilan passing dan stoppingnya. Kemudian ke depan utk mensiasati kondisi itu, pengabdian berikutnya sebaiknya di lakukan selama dua hari sehingga anak2 SSB UIR bisa lebih maksimal memahami kegiatan sosialisasinya. Namun secara keseluruhan sudah berjalan baik. Juga utk para pelatih di SSB UIR telah kita berikan program latihan yg benar utk dpt mereka ajarkan pada anak2 SSB UIR sehingga harapannya ke depan anak2 SSB UIR keterampilan khususnya passing dan stopping bisa lebih meningkat.



PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih kepada tim, pelatih dan official SSB Universitas Islam Riau Kota Pekanbaru telah memberikan waktu kepada saya mulai dari pengabdian sampai akhir pengabdian berakhir.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Busyairi, B., & Ray, H. R. D. (2018). Perbandingan Metode Interval Training dan Continuous Run terhadap Peningkatan Vo2max. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 76. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v3i1.10128>
- [2] Candra, A. R. D., & Rumini. (2016). Pembinaan Prestasi di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(2).
- [3] Hasanudin, I. (2018). Analisis Kemampuan Shooting Dala, Permainan Sepak Bola. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 9(1), 11–19. <https://doi.org/10.33659/cip.v11i1.285>
- [4] Komaini, A. (2019). Usaha Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera dalam Cabang Olahraga Sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Dan Pendidikan Jasmani*, 18(23), 1–126. <http://repository.unp.ac.id/6525/>
- [5] Muhammad Sidik, N., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2021). Pengaruh Latihan Sepakbola Empat Gawang Terhadap Kemampuan Passing Stopping Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Islam Karawang. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 60–67. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.4434>
- [6] Muin, M., Nur, A., & Akhmady, A. L. (2019). Analisis Kondisi Fisik Atlet Pomnas Cabang Olahraga Bulutangkis Maluku Utara Tahun 2019. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(5). <https://doi.org/10.58258/jupe.v4i5.863>
- [7] Pomatahu, A. (2015). *Untuk Kesehatan Paru*. Gorontalo: Ideas Publishing.
- [8] Septiandika Adirahma, A., & Margono, A. (2018). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Plyometric Incline Push-up Depth Jump dan Medicine Ball Chest Pass terhadap Peningkatan Prestasi Tolak Peluru ditinjau dari Rasio Panjang Lengan. *Uns Press*, 1–15.
- [9] Soegiyanto, K. (2013). Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga. *Keikutsertaan Masyarakat Dalam Kegiatan Olahraga*, 3(1). <https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2656>
- [10] Sudirman, Syahrudin, & Sahabuddin. (2022). Tingkat Keterampilan Gerak Dasar Sepakbola Pada Siswa Sma Negeri 2 Majene. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 2(1), 43–52. <https://doi.org/10.35706/joker.v2i1.6479>
- [11] Utomo, S. (2021). Pengaruh program Latihan Kelincahan dan Koordinasi Mata-tangan untuk Meningkatkan Gerak Dasar Menggiring dalam Bolatangan pada Siswa Kelas XI. *Cendekia*, 6(2), 10–23.