



Coaching Clinic Pelatih Basket

Rama Adha Septiana¹, Ade Ranjaya², Nawwafal Fakhor³, Angga Kurnia⁴

^{1,2,3,4}Program Studi PJKR, STKIP Pasundan

Abstrak. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan dalam melatih Basket kepada masyarakat Komplek perumahan Pondok Mulya Melatiwangi. Metode kegiatan PKM ini disampaikan melalui ceramah yang kemudian dilanjutkan dengan praktek lapangan. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 21 orang yang tersebar di Komplek perumahan pondok mulya melatiwangi. Pengukuran pemahaman tentang cara melatih Basket dilakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan. Dari hasil pengukuran sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan, didapat hasil bahwa adanya peningkatan pemahaman yang diperoleh oleh masyarakat yang menerima materi pelatihan pelatih basket. Pelatihan ini sangat membantu masyarakat Komplek perumahan pondok mulya melatiwangi akan pemahaman dan keterampilan yang harus dimiliki seorang pelatih basket.

Kata kunci: Coaching Clinic, basket.

Pendahuluan

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima pemain yang saling bertanding mencentak poin dengan memasukan bola ke keranjang (ring) lawan [1]. dimana pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan keterampilan teknik yang baik serta mempunyai kelincahan yang tinggi [2]. Olahraga ini bertujuan untuk membangun keterampilan, membutuhkan persyaratan refleks yang cepat, kecepatan berfikir dan ketepatan passing, shooting dan dribbling [3], serta merupakan permainan yang menarik untuk dimainkan oleh anak-anak maupun orang dewasa [4]. Olahraga ini adalah salah satu fase dari proses pendidikan total dan memanfaatkan dorongan aktivitas yang melekat pada setiap individu untuk mengembangkan seseorang secara alami, neuromuskular, intelektual, dan emosional [5], dengan tujuan melatih untuk bergerak dan berpikir lebih cepat dengan bermain di tempat yang kecil [6].

Olahraga ini sendiri mulai masuk ke Indonesiadan masyarakat mulai mengenal dengan baik dan menjamurnya klub-klub basket pada tahun 2000-an [7]. Seiring berjalannya waktu, olahraga basket kini semakin digemari oleh masyarakat luas [8], khususnya di komplek perumahan pondok mulya melatiwangi. Animo masyarakat terhadap olahraga ini terlihat dari semakin maraknya sarana dan prasarana yang didirikan oleh perusahaan swasta ataupun hasil swadaya masyarakat [9]. Hasil survey lapangan yang dilakukan, menemukan bahwa lapangan basket terutama saat sore hari selalu penuh oleh berbagai kalangan dari anak anak sampai dewasa. Selain itu, olahraga ini juga bukan hanya digemari oleh kalangan putra saja, namun juga kalangan putri [10]. Hal tersebut merupakan salah satu indikasi yang menandakan bahwa olahraga ini menjadi salah satu olahraga yang memberikan dampak positif bagi berkembangnya budaya olahraga khususnya bagi masyarakat di komplek perumahan pondok mulya melatiwangi ini.

Perkembangan serta minat masyarakat komplek perumahan pondok mulya melatiwangi terhadap olahraga basket perlu menjadi perhatian semua pihak. Diperlukan pengelolaan yang baik terhadap sarana prasarana olahraga basket di perumahan ini sehingga masyarakat dapat melakukan olahraga ini secara bebas dan nyaman tanpa kendala yang berarti terkait sarana dan prasarana yang ada. Hasil akhir yang didapatkan apabila semua kalangan secara konsisten dan ikut berperan aktif terhadap keberlangsungan olahraga basket ini. Perlu upaya lebih, demi terwujudnya prestasi di bidang

olahraga basket di pondok mulya melatiwangi ini. Selain pengelolaan sarana dan prasarana, diperlukan juga pengelolaan organisasi yang baik demi terwujudnya prestasi olahraga di bidang basket ini.

Minat masyarakat terhadap olahraga basket khususnya dari kalangan anak-anak dan remaja tidak akan tersalurkan dengan baik manakala tidak disertai dengan pelatihan keterampilan basket oleh pelatih yang kompeten di bidang basket. Demi terwujudnya anak muda yang berprestasi di bidang olahraga basket di pondok mulya melatiwangi ini, maka diperlukan pelatih yang terampil dan memiliki keahlian yang mumpuni dalam melatih basket. Dari hasil observasi, diketahui bahwa pelatih yang sudah membina dan melatih kebanyakan berasal dari masyarakat setempat yang telah memiliki pengalaman bermain basket. Padahal untuk menjadi seorang pelatih yang cakap dan ahli di bidangnya, bukan hanya diperlukan pengalaman dalam bermain basket, namun juga harus dibekali dengan pengetahuan yang di dapatkan dari pelatihan / *coaching clinic*, sehingga mereka memiliki pemahaman dan keterampilan melatih basket yang baik. Oleh sebab itu, tujuan diselenggarakannya PKM ini adalah untuk memberikan pelatihan menjadi pelatih basket. Manfaat dari kegiatan pelatihan ini diharapkan masyarakat yang berada di komplek perumahan pondok mulya melatiwangi baik yang sudah menjadi pelatih basket ataupun masyarakat secara luas yang berkeinginan menjadi pelatih basket mempunyai pemahaman dan keterampilan dalam melatih basket.

Metode

Kegiatan PKM ini diawali dengan menginformasikan kepada kelompok mitra terkait rencana pelaksanaan PKM. Selanjutnya dengan bantuan kelompok mitra, penulis kemudian berkomunikasi dan berkoordinasi dengan pengelola (pimpinan) untuk memperoleh data tentang jumlah peserta yang akan mengikuti kegiatan pelatihan, sehingga jadwal dan pola pelatihan dapat disesuaikan dengan jumlah peserta. Kegiatan PKM ini dikemas dalam bentuk pelatihan (disampaikan dengan metode ceramah dan dilanjutkan dengan praktek lapangan). Adapun rinciannya sebagai berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan Setiap Kegiatan

No	Materi	Metode
1	Pengertian basket dan sejarah basket	Presentasi dan tanya jawab
2	Kriteria kepelatihan untuk kategori usia 6-18 Tahun	Presentasi dan tanya jawab
3	Penyusunan program latihan	Presentasi, tanya jawab dan praktek
4	Tahapan-tahapan dari sesi latihan Basket	Presentasi dan tanya jawab
5	Tahapan-tahapan dalam proses melatih	Presentasi dan tanya jawab
6	<i>Laws of The Game</i>	Presentasi dan tanya jawab
7	Topik: <i>Control</i>	Demonstrasi dan praktek
8	Topik: <i>Passing</i>	Demonstrasi dan Praktek
9	Topik: <i>Dribbling</i>	Demonstrasi dan Praktek
10	Topik: <i>Shooting</i>	Demonstrasi dan Praktek

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat yang diberikan merupakan bagian dari upaya menyebarkan pengetahuan tentang pemahaman dan keterampilan latihan bola basket kepada masyarakat sekitar. Dari hasil pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan, diketahui bahwa pemahaman peserta terhadap materi pelatihan mengalami peningkatan. Pengetahuan yang diperoleh dapat digunakan oleh pelatih bola basket atau pelatih masa depan sebagai tindakan pencegahan untuk meningkatkan dan/atau meningkatkan praktik pembinaan saat ini atau di masa depan. Pengukuran yang positif menunjukkan tercapainya tujuan dari kegiatan PKM yang dilakukan. Melalui kegiatan PKM ini akan terus dilakukan upaya dari berbagai komunitas untuk menyelenggarakan kegiatan pembinaan pelatih dan calon pelatih bola basket

secara berkelanjutan dan berkelanjutan, serta diharapkan dapat menghasilkan pelatih dan calon pelatih bola basket yang profesional. Mengingat besarnya potensi dan minat masyarakat di sini terhadap olahraga bola basket, sangat disayangkan potensi ini tidak dimanfaatkan dengan baik. Diperlukan ketersediaan pelatih yang baik dari berbagai aspek, diikuti dengan ketersediaan sumber daya manusia serta sarana dan prasarana. Mengingat betapa pentingnya pelatih dalam mencapai prestasi yang optimal bagi pemain bola basket, maka sudah sepantasnya membangun generasi pelatih yang kompeten dan profesional. masa depan. Baik buruknya pemain dalam kompetisi adalah cerminan dari apa yang pelatih berikan kepada mereka dalam latihan. Hal ini sesuai dengan pandangan Harsono bahwa apa yang dilakukan atlet dalam bertanding mencerminkan apa yang dilakukan pelatih dalam Latihan [10]. Ikatan yang terjalin antara pemain dan pelatih adalah salah satu hasil yang diperoleh pelatih dari keterampilan dan profesionalisme mereka dalam pembinaan bola basket.

Simpulan dan Saran

Kesimpulan

Dari kegiatan PKM di Komplek Perumahan Pondok Mulya Melatiwangi tentang pelatihan pelatibasket, dapat ditarik kesimpulan:

1. Kegiatan pelatihan basket berdampak positif pada masyarakat
2. Kegiatan pelatihan ini dapat menambah pemahaman dan keterampilan melatih khususnya dalam bidang olahraga basket.

Saran

Mengingat keterbatasan penyelenggaraan kegiatan, maka diperlukan peran aktif semua pihak untuk melaksanakan pelatihan pelatih basket secara terprogram dan kontinyu guna meningkatkan prestasi basket di Komplek Perumahan Pondok Mulya Melatiwangi ke arah yang lebih baik.

Daftar Pustaka

- [1] heri rustanto, "MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SHOOTING BOLA BASKET DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA GAMBAR Heri Rustanto," p. 12, 2015.
- [2] A. Abdul Ra'uf, "Survey kemampuan passing, dribbling, dan shooting dalam permainan bola basket pada tim bola basket putri UPTD SMK Negeri 1 Boyolangu Tulungagung tahun ajaran 2016/2017," p. 9, 2016.
- [3] A. Rohendi and A. Budiman, "Pengaruh Latihan Permainan Bola Basket, Futsal dan Motivasi Berprestasi terhadap Kebugaran Jasmani," *J. Olahraga*, vol. 5, no. 2, pp. 102–110, 2019, doi: 10.37742/jo.v5i2.101.
- [4] A. Zakaria, R. Adha, and Dedi, "the Basic Movement of Basketball Movement Through Application of Model Personalized System of Instruction (Psi) Based on Electronic Module (E-Modul)," *J. Sampurasun Interdiscip. Stud. Cult. Herit.*, vol. 04, no. 02, pp. 95–107, 2018, doi: 10.23969/sampurasun.v4i02.1160.
- [5] A. A. Malik and I. Rubiana, "Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa," *J. Sport (Sport, Phys. Educ. Organ. Recreat. Training)*, vol. 3, no. 2, pp. 79–84, 2019, doi: 10.37058/sport.v3i2.1238.
- [6] T. R. Putra, "Penerapan Permainan Bola Basket Untuk Meningkatkan Hasil Belajar (Studi Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 2 Nganjuk Tahun Ajaran 2013 / 2014)," *Pendidik. Olahraga dan Kesehat.*, vol. 02, pp. 398–401, 2014.
- [7] D. Kurnia, "Jurnal Olahraga," *J. Olahraga*, vol. 1, no. 2, pp. 41–51, 2016, [Online]. Available: <http://jurnalolahraga.stkipasundan.ac.id/index.php/jurnalolahraga%0APengaruh>.
- [8] R. A. Septiana, "Keterampilan Shooting Freethrow," *J. Olahraga*, vol. 2, no. 1, pp. 17–23, 2016, doi: 10.37742/jo.v2i1.59.
- [9] E. Nurajab, "Jurnal Olahraga," *J. Olahraga*, vol. 1, no. 2, pp. 41–51, 2016, [Online]. Available: <http://jurnalolahraga.stkipasundan.ac.id/index.php/jurnalolahraga%0APengaruh>.
- [10] dedi kurnia, "Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Dribbling Bolabasket Dengan Metode Drill Dedi Kurnia PJKR STKIP PASUNDAN Abstrak Vol . 04 No . 02 / Musamus Journal of Physical Education and

Sport (MJPES) Tahun,” *MUSAMUS J. Phys. Educ. Sport*, vol. 04, no. 02, pp. 239–245, 2022, doi: 10.35724/mjpes.v.