



Sosialisasi Permainan Sepakbola Modern untuk Menambah Pemahaman Bermain Sepakbola Masyarakat Jampang Kulon

Vicki Ahmad Karisman¹, Agus Santosa², Ali Budiman³, Dedi Supriadi⁴, Akhmad Olih Solihin⁵, Gita Febria Friskawati⁶, Diky Hadyansah⁷, Rama Adha Septiana⁸, Heru Sulistiadinata⁹, Andy Supriady¹⁰, Dedi Kurnia¹¹

Abstrak. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pemahaman bermain sepakbola era modern kepada masyarakat di Jampang Kulon. Metode kegiatan pengabdian ini adalah metode ceramah dan praktek. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 120 orang siswa SMA Negeri 1 Jampang Kulon. Dengan adanya kegiatan pengabdian berupa sosialisasi permainan sepakbola moder kepada siswa ini dihaapkan akan menambah wawasan dan mampu memunculkan atlet-atlet sepakbola potensial dari daerah Jampang Kulon yang dapat mengukir prestasi di kancah internasional dan memiliki keterampilan sepakbola yang sesuai dengan kebutuhan atau tuntutan era..

Pendahuluan

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer diseluruh dunia yang dimainkan secara beregu yang menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan terkecuali penjaga gawang [1]. Permainan sepakbola dimainkan pada lapangan yang lebih luas dari lapangan olahraga lainnya. Ukuran lapangan sepakbola yang berstandar internasional yaitu memiliki panjang 100-110 m dan lebar 65-75 m dengan aktu permainan normal 2x45 menit, jika permainan berlangsung imbang maka ada tambahan waktu 2x15 menit dan jika masih imbang akan dilakukan tendangan pinalti dengan penedang awal 5 pemain setiap timnya.

Dengan lapangan yang luas dan waktu yang lama pemain harus pintar mengatur pengeluaran energi dan sebisa mungkin memanfaatkan peluang untuk mencitptakan gol. Agar penampilan pemain dapat konsisten dan tim berhasil dalam suatu pertandingan maka pemain harus bekerjasama satu dengan yang lainnya [2].

Seiring dengan berkembangnya zaman, permainan sepakbola pun ikut berubah baik itu dalam segi strategi, taktik, pola bermain, dan lain sebagainya [3]. Tak hanya itu, ciri khas olahraga sepakbola modern saat ini sangan bervariasi dan sangat menarik untuk ditonton, seperti adanya konsep permainan tiki-taka, konsep permainan bertahan 'parkir bis', maupun yang lainnya menambah warna tersendiri bagi pesepakbolaan dunia. Agar sebuah tim mampu berkompetitif dengan tim lainnya di dalam sebuah kejuaraan maka pemain maupun pelatih harus mampu melakukan pola permainan yang lebih kekinian. Pola permainan tersebut salah satunya bisa berakibat pada penambahan peran pada masing-masing posisi pemain seperti halnya build-up play yang bisa dimulai dari full back, atau

bahkan dari seorang penjaga gawang. Hal lainnya seperti peran penjaga gawang yang kerap kali maju keluar dari kotak penalty untuk membuang bola dalam hal ini disebut dengan sweeping goal keeper juga sering digunakan dalam permainan sepakbola modern saat ini.

Maka dari itu akan sulit bagi tim nasional sepakbola di Indonesia apabila hanya menerapkan konsep permainan yang monoton dan terlanjur kaku dengan konsep permainan zaman dulu. Untuk meraih prestasi yang maksimal, pemain harus mampu beradaptasi dengan konsep permainan modern yang biasanya diterapkan oleh pelatih-pelatih berkelas internasional. Hal tersebut mungkin sudah terbiasa bagi para atlet sepakbola yang memang bermain di club atau sekolah sepakbola yang berada di daerah perkotaan, karena rata-rata pelatih mereka memiliki sertifikat lisensi dari organisasi nasional atau bahkan internasional.

Lain halnya dengan pesepakbolaan di daerah pelosok atau pedesaan. Yang mana para pemain atau masyarakat yang bermain sepakbola hanya mengandalkan bakat alam seperti bakat fisik maupun bakat teknik yang mereka pelajari secara autodidak atau hanya dilatih oleh pelatih local yang bahkan tidak memiliki lisensi sama sekali. Hal tersebut sangatlah disayangkan mengingat para pemain yang berbakat yang berasal dari daerah pelosok akan kurang mampu bersaing dengan pemain lainnya yang berasal dari perkotaan dan dilatih pelatih berlisensi karena kekurang pengetahuannya akan prinsip bermain sepakbola modern dan proses adaptasi yang tidak mudah. Sehingga bakat-bakat alamiah tersebut tidak dapat berkembang dan dimanfaatkan secara optimal.

Maka dari itu, program pengabdian kepada masyarakat yang mengusung tema “Sosialisasi Permainan Sepakbola Modern untuk Menambah Pemahaman Bermain Sepakbola Masyarakat Jampang Kulon” dilakukan, tidak lain agar menambah pemahaman dan ilmu baru bagi para atlet atau pemain sepakbola terkait dengan konsep permainan sepakbola modern, juga agar bakat-bakat alami masyarakat pedesaan khususnya dalam sepakbola semakin berkembang dan dapat bersaing dengan yang lainnya.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adlah metode ceramah dan praktek. Ceramah berupa pemaparan materi mengenai sepakbola modern di dalam ruang kelas selama 90 menit, dilanjut praktek di lapangan selama 2 x 45 menit. Partisipan terdiri dari 45 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Jampang Kulon, Kabupaten Sukabumi, Provinsi Jawa Barat.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pertama yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dalam sesi teori yang dilaksanakan di ruang aula SMA Negeri 1 Jampang Kulon. Pada sesi ini seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepakbola dan futsal menjadi partisipan.

Materi pertama yang diberikan meliputi materi latihan kondisi fisik. Sepeti diketahui kondisi

fisik merupakan salah satu factor yang sangat penting bagi atlet terutama untuk mendulang prestasi yang optimal [4]–[7]. Setiap atlet sepakbola haruslah memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik . Baik itu berupa daya tahan aerobik, kekuatan, kecepatan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, power, maupun yang lainnya. Pemilihan bentuk latihan kondisi fisik haruslah disesuaikan dengan kebutuhan cabang olahraganya.

Dalam olahraga sepakbola tidak hanya teknik saja yang harus dilatih oleh seorang pelatih [8], melainkan kemampuan kondisi fisik atletnya pun harus dilatih dengan baik. Karena dengan kondisi fisik yang baik, atlet akan mampu melaksanakan program latihan dengan maksimal, sehingga tuntutan meningkatnya kemampuan teknik dan sebagainya akan tercapai. Terlebih untuk pencapaian prestasi si atlet itu sendiri.

Materi berikutnya pada sesi teori kali ini adalah materi strategi dan penempatan posisi pemain sepakbola. Seperti yang diketahui sepakbola merupakan olahraga permainan yang dimainkan secara berkelompok, yang mana dalam permainannya membutuhkan strategi yang tepat dan efektif agar sebuah tim dapat memperoleh kemenangan. Setiap menjalankan strategi tersebut masing-masing pemain memiliki tugas pokok dan harus mengetahui bagaimana dan kemana dia berlari, bagaimana hal yang harus dia perbuat agar strategi tersebut berjalan efektif [9].

Tanpa kompetensi pemain dan pemahaman dia dalam menjalani instruksi tentunya strategi yang diterapkan tidak akan berjalan dengan baik. Hal ini lah yang sangat penting dan harus dipahami betul oleh setiap pemain terlebih dalam era permainan sepakbola modern. Di era modern ini tidak hanya perihal fisik dan teknik saja yang diperlukan, merupakan perihal intelegensi dan kognisi setiap atlet sangatlah diperlukan.

Sesi berikutnya adalah sesi praktek di lapangan. Pada sesi ini setiap atlet diberikan kesempatan untuk turut bermain dalam game 11 vs 11 dengan posisinya masing-masing. Instruktur memberikan pengarahan terhadap hal apa yang harus dilakukan oleh setiap pemain pada setiap posisinya, bagaimana konsep build defendse, build offense pada permainan sepakbola modern diperagakan pada sesi ini. Terlihat beberapa pemain memang sangat kebingungan, sehingga setiap ada kesalahan pemahaman pemain di lapangan permainan diberhentikan sejenak oleh instruktur untuk menekankan kembali instruksi dan apa yang seharusnya dilakukan oleh pemain. Berikut ini adalah dokumentasi kegiatan yang berlangsung:



Gambar 1. Kegiatan praktek pengabdian



Gambar 2. Kegiatan praktek pengabdian



Gambar 3. Foto bersama

Simpulan Dan Saran

Lingkungan pedesaan hanyalah terpencil perihal demografis saja, sejatinya banyak potensi-potensi pemain sepakbola yang sangat berbakat dan kelak bisa membawa dan menghaumkan nama bangsa Indonesia di kancah internasional. Maka dari itu perhatian khusus dari para praktisi dan akademisi untuk memunculkan, menjaga, dan mengorbitkan pemain berbakat tersebut sangatlah diperlukan. Bukti keseriusan akademisi STKIP Pasundan salah satunya dengan kegiatan ini yang diharapkan kedepannya pesepakbolaan di wilayah pedesaan dapat semakin meningkat, kompetitif, dan modern.

Daftar Pustaka

- [1] A. H. Handoko, "Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola," *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, vol. 14, no. 1, pp. 64–80, 2018, doi: 10.21831/jorpres.v14i1.19982.
- [2] A. D. Goodman, C. Etzel, J. E. Raducha, and B. D. Owens, "Shoulder and elbow injuries in soccer goalkeepers versus field players in the National Collegiate Athletic Association, 2009–2010 through 2013–2014," *Phys. Sportsmed.*, vol. 46, no. 3, pp. 304–311, 2018, doi: 10.1080/00913847.2018.1462083.
- [3] T. Scheneumann, *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: Dioma, 2005.
- [4] N. Nawir, "Kontribusi Kekuatan Otot Tangan Dan Daya Tahan Otot Lengan Dengan Kemampuan Memanah Jarak 30 Meter Pada Atlet Panahan Sulawesi Selatan," *J. Pendidik. Kepeleatihan Olahraga*, vol. 2, no. 3, pp. 122–132, 2011.
- [5] R. E. Priyono and A. A. Yudi, "Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Jauhnya Tendangan Long Pass," *J. Patriot*, pp. 554–564, 2018.
- [6] F. J. Rahman, "Peningkatan daya tahan, kelincahan, dan kecepatan pada pemain Futsal: studi eksperimen metode circuit training," *J. Sport. J. Penelit. Pembelajaran*, vol. 4, no. 2, pp. 264–279, 2018.
- [7] E. Nurhidayah, S. Rahayu, and M. Waluyo, "Sumbangan Power Otot Lengan, Kekuatan Genggaman, Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Kekuatan Tungkai Terhadap Kemampuan Tembakan Penalti pada Hockey," *J. Sport Sci. Fit.*, vol. 3, no. 1, pp. 31–36, 2014.
- [8] R. A. Septiana, A. Santosa, and A. Budiman, "Model Pembelajaran Sepakbola bagi Anak Usia Dini," *Musamu*, vol. 03, no. 02, pp. 134–140, 2021, doi: 10.35724/mjpes.v.
- [9] W. A. Yuniyar, N. Kusmaedi, and T. Juliantine, "IMPELEMENTASI SPORT EDUCATION MODEL DAN FAIR PLAY GAME TERHADAP SOCIAL SKILL SISWA DAN KETERAMPILAN BERMAIN TENIS MEJA," *J. ILMU KEOLAHRAGAAN*, vol. 19, no. 1, pp. 63–68.