



Available online at:

<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jpom/article/view/14223>

<https://doi.org/10.26877/jpom.v4i1.14223>

## **Coaching Clinic Teknik Dasar Sepakbola Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama**

**Andriadi<sup>1</sup>, Dedy Putranto<sup>2</sup>**

PJKR, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

### **Article Info**

*Article History :*

*Received 2022-12-23*

*Revised 2023-02-06*

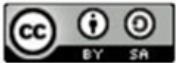
*Accepted 2023-05-30*

*Available 2023-05-30*

*Keywords :*

*Coaching Clinic, Keterampilan  
Sepakbola*

*This is an open access article  
under the CC-BY-SA license.*



### **Abstract**

Abstract contains a brief description of the partner's problem and the objective of community services, the methods and results. It primarily focuses on the results. It should be written in English and Bahasa Indonesia. The abstract's length should be a minimum of 150 words and a maximum of 300 words in a single space, and be confined within single paragraph. The left and right margins of the paragraph should be narrower than the main text. The first line of the abstract is not indented, but the keywords that directly follow the paragraph should be italicized and indented. Use past tense in English abstract, with the exception of conclusions or recommendation. Define all the abbreviations or acronyms. Keywords can be 3-5 of single words or phrases that illustrate the problem and or the contents. No period after the keywords.

Latar belakang kegiatan Pengabdian ini bahwa siswa di SMP N 2 Riau Silip belum mengetahui tentang model latihan coaching clinic sepakbola dan juga belum terorganisir pola latihan yang baik sehingga siswa melaksanakan latihan hanya sebatas hobi tanpa adanya bimbingan dari seorang ahli maupun pelatih. Coaching Clinic sepakbola merupakan salah satu program yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang benar kepada para pemain sehingga dapat meningkatkan keterampilan bermain sepakbola. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini berupa demonstrasi dan latihan. Peserta yang mengikuti kegiatan merupakan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 30 orang. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa siswa di SMP N 2 Riau silip merasa antusias dan senang selama mengikuti kegiatan yang dilakukan dari awal hingga akhir. Selain itu para siswa juga semakin memahami tentang cara melakukan teknik dasar sepakbola seperti menggiring bola, mengoper dan mendangan ke gawang dengan benar.

## A. PENDAHULUAN

Pembinaan sepak bola telah merata dan berkembang dengan pesat di tanah air, namun prestasi sepak bola kita belum mampu memberikan hasil yang terbaik. Pencapaian prestasi di tingkat daerah maupun nasional diperlukan pembinaan dari tingkat dasar sampai dengan tingkat atas dengan kata lain Proses pembinaan memerlukan waktu yang sangat lama. Pembinaan atlet dimulai dari usia dini akan memberikan dampak yang baik bagi prestasi atlet tersebut (Ghozali et al., 2017).

Banyak olahraga prestasi yang populer di masyarakat Indonesia, salah satunya adalah olahraga sepak bola. Untuk melahirkan atlet sepakbola yang berkualitas haruslah memperhatikan pembinaan yang baik dan benar sejak usia dini, sehingga akan terbentuk atlet yang hebat (Alimudin, 2022). Menurut Taks et al dalam (Jumain et al., 2021) Pembinaan dan *coaching clinic* dapat memberikan peningkatan prestasi dan pengembangan olahraga. Sepak bola merupakan olahraga semua lapisan masyarakat, karena dapat dimainkan oleh anak-anak, dewasa, dan orang tua. Seorang pemain sepak bola sangat membutuhkan penguasaan teknik dasar sepakbola yang baik untuk mencapai prestasi (Sandika & Mahfud, 2021). Keberhasilan pembentukan dasar gerakan, kualitas fisik seperti kekuatan, kecepatan, dan daya tahan mempunyai peran yang sangat penting (Abdullaeva, 2022).

*Coaching clinic* sepak bola merupakan kegiatan yang sifatnya memberikan pelatihan singkat yang bertujuan dapat meningkatkan pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan dasar bermain sepak bola. Selain itu melalui kegiatan *coaching clinic* yang baik dan terarah dapat memberikan pelatihan yang baik pula sehingga dapat berguna dikemudian hari. Dengan *coaching clinic* juga dapat memberikan pengetahuan baru terkait dengan teknik dasar bermain sepakbola. (Wawan J, Ilham, 2018). Proses pelatihan keterampilan bermain sepak bola pada anak-anak dan remaja merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat seseorang dalam cabang olahraga sepak bola (Mubarok & Ramadhan, 2019).

Tujuan dari *coaching clinic* adalah agar para siswa dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bermain sepakbola, terutama dalam aspek teknik dasarnya. Salah satu sebagai dasar pembibitan atlet bisa menggunakan model ideal sistem pembinaan ekstrakurikuler sepakbola. (Sudarmono et al., 2018). Di Bangka Belitung, olahraga sepakbola menjadi salah satu olahraga yang paling banyak diminati di masyarakat, hal ini dibuktikan dengan banyaknya club sepakbola di setiap desa serta banyaknya pertandingan yang diselenggarakan. Namun tindak lanjut dari pertandingan tersebut belum ada sehingga bagi pemain yang memiliki potensi tidak dapat tersalurkan ke jenjang yang lebih tinggi. Begitu juga bagi anak-anak dari tingkat dasar sampai dengan menengah. Kegiatan ini memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada peserta sehingga peserta sangat antusias dalam menerima materi teori maupun materi praktik yang diberikan langsung dari pelatih nasional yang berlisensi.

Berdasarkan analisis situasi, bahwa permasalahan yang dihadapi para pemain sepakbola yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Riau Silip Kecamatan Riau Silip berjumlah 32 siswa. Pelatih dan siswa belum mengetahui dan belum paham bentuk-bentuk model Latihan sepakbola yang baik. Hal ini dikarenakan sistem pembinaan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Riau Silip tersebut tidak terorganisir dan tanpa adanya pelatih yang melatih dalam proses latihannya, padahal minat dan bakat anak-anak sangat tinggi sekali dalam permainan sepakbola. Latihan hanya dilakukan sebatas bermain saja dan dipandu oleh guru olahraga yang belum memiliki lisesnsi kepelatihan sepakbola. Latihan dilakukan dengan cara yang belum profesional dan hanya

mengandalkan hobi semata tanpa adanya bimbingan langsung dari ahli sepakbola dibidangnya. Hal ini berdampak pada masih minimnya prestasi sepakbola SMP Negeri 1 Riau Silip baik ditingkat pelajar yaitu O2SN dan POPDA. Oleh karena itu melalui lembaga pendidikan Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung dan Prodi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi akan turut serta memberikan pelatihan melalui kegiatan pengabdian masyarakat di Kabupaten Bangka, khususnya pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Riau Silip Kecamatan Riau Silip.

Minimnya pelaku olahraga sepakbola yang belum memiliki sertifikat pelatih berlisensi sepakbola di daerah Kabupaten Bangka khususnya di Kecamatan Riau Silip menjadi salah satu faktor penyebab minimnya prestasi di wilayah tersebut. Pelatih memiliki peran penting dalam mencetak atlet berprestasi (Pratama & Usra, 2020). Di sisi lain sebagian besar masyarakat pelaku olahraga sepakbola dikecamatan riau silip juga kurang memiliki kesempatan untuk mengikuti pelatihan pelatih baik di tingkat daerah maupun nasional. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya melalui kegiatan *coching clinic* untuk meningkatkan kemampuan dalam bermain sepakbola di sekolah SMP Negeri 1 Riau Silip.

## **B. PELAKSANAAN DAN METODE**

Metode merupakan suatu cara yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan (Bhalla Prem, 2017). Metode pelaksanaan dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang dikerjakan dengan cara tertentu demi tercapainya target yang telah ditentukan sebelumnya (Evasari et al., 2019). Metode yang akan dilakukan dalam untuk mendukung realisasi program ini berupa *coaching clinic* sepak bola. Tim pengabdian terdiri dari 4 orang dan peserta dalam kegiatan ini berjumlah 30 peserta. Kegiatan ini guna meningkatkan sumber daya manusia pada cabang olahraga sepak bola yang akan ditransfer ke mitra diuraikan dengan langkah-langkah sebagai berikut: (1) *hardskill* mitra: mengadakan *coaching clinic* pada SMP Negeri 1 Riau Silip (2) manajemen: merencanakan kegiatan *coaching clinic* kepada mitra, mengaktualisasi kegiatan dengan baik dan lancar, mengontrol kegiatan *coaching clinic*.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari kegiatan pengabdian dilakukan untuk mendukung realisasi program ini berupa *coaching clinic* sepak bola. Secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut:

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan mengumpulkan seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Riau Silip.



Gambar 1. Pengarahan kepada peserta didik

Sebelum kegiatan dimulai, dosen memberikan arahan terlebih dahulu kepada seluruh peserta untuk terkait dengan teknis pelaksanaan dilapangan. Pengarahan di berikan oleh bapak Andriadi dan Dedy Putranto. Kegiatan ini dilaksanakan di lapangan sepakbola desa Riau Silip Kabupaten Bangka. Saat memberikan arahan, siswa sangat antusias hal ini juga sangat terlihat pada keaktifan seluruh peserta dengan memberikan respon dan pertanyaan tentang kegiatan *coaching clinic* sepakbola. Dosen menjelaskan seluruh rangkaian kegiatan *coaching clinic* lebih ditekankan pada teknik dasar sepakbola yaitu mengumpan, menggiring dan *shooting*. Kegiatan ini hanya dibatasi pada 3 teknik dasar tersebut dikarenakan mengingat keterbatasan biaya dan tempat pelaksanaan. Setelah selesai memberikan arahan kemudian peserta di arahkan untuk melakukan teknik dasar yang pertama yakni passing bola. Hal ini bisa dilihat pada gambar di bawah.



Gambar 2. Peserta melakukan gerakan teknik dasar *passing*

Materi yang pertama diberikan yaitu passing sepakbola. Sebelum peserta melakukan dan mempraktikkan gerakan passing, narasumber terlebih dahulu menjelaskan bagaimana cara melakukan passing yang benar sesuai dengan teori atau langkah-langkah melakukan teknik passing sepakbola. Narasumber juga memberikan contoh terlebih dahulu dengan mempraktikkan gerakan passing secara berpasangan. Setelah peserta diberikan contoh kemudian seluruh peserta langsung dibagi menjadi 3 kelompok yang saling berpasangan dengan jarak 5 m – 10 m. Sesuai dengan Instruksi peserta melakukan gerakan passing secara

berpasangan.

Tahapan berikutnya peserta mempraktikkan gerakan menggiring bola yang bisa dilihat pada gambar berikut:



Gambar 3. Peserta melakukan gerakan teknik dasar *dribbling*

Materi yang kedua yaitu tentang teknik dasar menggiring bola. Pada materi ini masih sama dengan diawali narasumber terlebih dahulu menjelaskan dan memberikan contoh tentang gerakan menggiring bola dengan benar sesuai dengan konsep, teori dan langkah-langkah menggiring bola. Setelah selesai memberikan contoh kemudian peserta di bagi sesuai dengan kelompok yang sudah di tentukan. Lalu seluruh peserta melakukan gerakan menggiring bola sesuai dengan instruksi narasumber. Setelah selesai melakukan gerakan teknik menggiring bola kemudian siswa melanjutkan kembali materi yang ketiga yaitu teknik dasar *shooting* sepakbola yang dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Peserta melakukan gerakan teknik dasar *Shooting*

Materi yang ketiga yaitu tentang teknik dasar *shooting* sepakbola. Pada materi ini masih sama dengan diawali narasumber terlebih dahulu menjelaskan dan memberikan contoh tentang gerakan *shooting* sepakbola dengan benar sesuai dengan konsep, teori dan langkah-langkah menggiring bola. Setelah selesai memberikan contoh kemudian peserta di bagi sesuai dengan kelompok yang sudah di tentukan. Lalu seluruh peserta melakukan gerakan teknik dasar *shooting* sepakbola sesuai dengan instruksi narasumber.

Langkah pendekatan atau rencana kegiatan pengabdian terkait dengan *coaching clinic* teknik dasar sepak bola dalam meningkatkan sumber daya manusia pada cabang olahraga sepak bola.

Mitra dalam pelaksanaan program ini mendapatkan materi dari pemateri, dilanjutkan dengan praktik. Setelah itu diberi evaluasi dalam bentuk *passing*, *dribbling* dan *shooting* ke gawang untuk tiap-tiap mitra, setelah mitra menyelesaikan pelatihan mitra diharuskan mempraktikkan langsung sebagai bentuk mencari pengalaman dan meningkatkan keterampilan. Materi pertama yang diberikan yaitu tentang *passing* sepakbola. Secara keseluruhan saat peserta melakukan gerakan *passing* masih banyak kelemahan serta kekurangan yaitu tentang kekuatan otot tungkai peserta. Namun narasumber bisa langsung memberikan evaluasi kepada peserta dan memberikan saran serta motivasi sehingga peserta secara perlahan memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan. Hal demikian juga saat peserta melakukan atau mempraktikkan gerakan *dribbling* dan *shooting*. Secara garis besar peserta sangat antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian materi yang diberikan. Karena adanya keterbatasan pengetahuan peserta dalam memahami gerakan teknik dasar sepakbola sehingga membuat peserta kurang lebih percaya diri. Upaya dari narasumber tetap memberikan penguatan kepada seluruh peserta agar peserta selalu termotivasi dalam melaksanakan kegiatan *coaching clinic* sehingga tujuan akhir yang diharapkan bisa tercapai secara maksimal.

#### D. PENUTUP

##### Simpulan

Hasil kegiatan pengabdian *coaching clinic* sepak bola di SMP Negeri 2 Riau Silip dapat di simpulkan sebagai berikut :

1. Siswa dapat memahami tentang model-model latihan teknik dasar permainan sepakbola.
2. Siswa dapat menerapkan berbagai model latihan teknik dasar sepakbola baik dalam latihan ataupun dalam permainan.
3. Siswa dapat mengembangkan ketrampilan sepakbola mereka.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Abdullaeva, B. P. (2022). *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding Analysis of the Level of Proficiency in the Elements of Playing Football by Children of Senior Preschool Age*. 110–115.
- Alimudin, M. (2022). *Pelatihan Sepakbola Coaching Clinic Di Manokwari*. 2(04), 109–113.
- Bhalla Prem. (2017). *Tatacara Ritual dan Tradisi Hindu*. (Surabaya: Paramita, 2010). *Paramita*, 3(1), 78–95.
- Evasari, A. D., Utomo, Y. B., & Ambarwati, D. (2019). *Pelatihan Dan Pemanfaatan E-Commerce Sebagai Media Pemasaran Produk UMKM Di Desa Tales Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten*

Kediri. *Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 75.  
<https://doi.org/10.32503/cendekia.v1i2.603>

- Ghozali, P., Sulaiman, & Pramono, H. (2017). Pembinaan Olahraga Sepakbola di Klub Indonesia Muda Purwokerto Kabupaten Banyumas. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(7), 76–82. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes%0APembinaan>
- Jumain, J., Wahyudhi, A. S. B., Baan, A. B., & Agusman. (2021). Coaching Clinic Teknik Dasar Sepak Bola Bagi Anak-Anak. *GERVASI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 127–136. <http://www.journal.ikipgripta.ac.id/index.php/gervasi/article/view/2079>
- Mubarok, M. Z., & Ramadhan, R. (2019). Analisis Tingkat Vo2Max Pemain Sepak Bola Darul Ma'Arif Indramayu. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 39–45.
- Pratama, R. R., & Usra, M. (2020). *PENINGKATAN KUALITAS PELATIH CABANG OLAHRAGA*. 10, 103–108.
- Sandika, A., & Mahfud, I. (2021). Penerapan Model Latihan Daya Tahan Kardiovaskuler With The Ball Permainan Sepak Bola SSB BU Pratama. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 32–36. <https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.859>
- Sudarmono, M., Annas, M., & Hanani, S. (2018). Sistem pembinaan ekstrakurikuler sepakbola di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Penjakora*, 5(1), 64–75. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/14478>
- Wawan J, Ilham, A. O. (2018). Sosialisasi dan Coaching Clinic teknik Dasar Futsal Pada SMP N 11 Kota Jambi. *Cerdas Sifa*, 2(1), 9–15.