

Implementasi Media Bantu Dalam Berlatih Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Club SSB Remacob Gowa**M. Adam Mappaompo^{1*}, Andi Rizal²⁾, Muh. Syahrul Saleh³⁾, Poppy Elisano Arfanda⁴⁾, Ians Aprilo⁵⁾, Iskandar⁶⁾, Juhanis⁷⁾**^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas Negeri Makassar, Indonesia*Email Korespondensi : m.adam.mappaompo@unm.ac.id**Abstrak**

Pengabdian kepada masyarakat ini di laksanakan dalam bentuk pengenalan dan pengetahuan tentang pelatihan implementasi media bantu dalam berlatih menggiring bola dalam permainan sepakbola pada club ssb remacob gowa. Kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan teknik dasar menggiring bola melalui penggunaan media bantu, untuk Meningkatkan kecepatan dan presisi dalam menggiring bola, Meningkatkan kepercayaan diri: Melalui latihan yang fokus pada penggunaan media bantu. Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini dibagi atas dua kegiatan yaitu kegiatan penjelasan secara teori dilakukan selama satu hari yaitu menjelaskan tentang model pemanasan dalam sepakbola dan kegiatan praktek dan pelaksanaan dilakukan selama 5 hari. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa para peserta dapat menerima materi Para peserta dapat menerima materi dan mampu mempraktekkan pelatihan teknik dasar menggiring bola melalui media bantu pada pemain Club SSB Remacob dengan baik, Seluruh peserta dapat memperoleh informasi yang memadai tentang dasar-dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu yang akan digunakan, Meningkatkan pengetahuan para pemain Club SSB Remacob Kab, Gowa tentang judul, menit, pemain, tujuan dalam setiap bentuk teknik dasar menggiring bola melalui media bantu. Peserta memahami betapa berharga dan berwawasannya informasi yang ditawarkan

Kata Kunci: *media bantu, Latihan, menggiring bola***PENDAHULUAN**

Salah satu bentuk olahraga yang sangat disukai dan terkenal adalah sepak bola. permainan sepak bola antara dua tim, masing-masing dengan maksimal sebelas pemain, salah satunya adalah penjaga gawang (Prabowo, 2014). Salah satu ciri khas permainan sepak bola adalah olahraga tim yang memerlukan kerja sama tim yang mendasar. Pemain sepak bola dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain sepak bola yang memiliki fundamental yang baik biasanya juga tampil di level tinggi. Pemain sepak bola harus memiliki beberapa keterampilan dasar, termasuk menendang, menghentikan, menggiring bola, menyundul, lemparan ke dalam, dan menjaga gawang. (penjaga gawang) (Mappaompo et al., 2021)

Salah satu keterampilan teknis dasar yang paling penting dalam sepak bola adalah menggiring bola. Tujuan dari teknik dasar dribbling sepak bola adalah menggerakkan bola ke depan secepat dan sesering mungkin. Punggung kaki, bagian luar kaki, kaki samping, dan penempatan kaki lainnya semuanya dapat digunakan saat menggiring bola. Mengatur tempo permainan atau mencari peluang untuk mengoper atau menembak ke arah gawang lawan merupakan kegunaan umum dari dribbling. Untuk menjaga bola, pemain bisa menggiring bola ke area terbuka atau menjebak lawan, Ketika seorang pemain mencoba membawa bola di ruang terbatas sambil dikelilingi oleh lawan, hal itu disebut menggiring bola (amir supriadi, 2015). Scheuneman dalam (Aji & Tuasikal, 2020) menjelaskan bahwa,

teknik menggiring si kulit bundar (dribbling) merupakan teknik mengontrol bola dengan lekat dengan memanfaatkan keterampilan dua kaki dan secara terus menerus mengubah arah lintasan bola sehingga sulit direbut lawan

Kemampuan menggiring bola dengan baik akan membuat pemain dapat dengan cepat melancarkan serangan ke lapangan lawan dan mencetak gol. Agar efektif, seorang pemain sepak bola harus menguasai metode dribbling yang tercantum di bawah ini: Awalan, sentuhan bola, langkah, postur, dan tindak lanjut hanyalah beberapa contoh. Jika seorang pemain ingin mengasah dan meningkatkan kemampuan dribblingnya, mereka harus memiliki komponen tersebut

Implementasi media bantu dalam berlatih menggiring bola pada permainan sepakbola Club SSB Remacob Kabupaten Gowa didasarkan pada beberapa latar belakang yang menjadi motivasi untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang sangat penting dikuasai oleh pemain. Dengan mengimplementasikan media bantu dalam latihan menggiring bola, diharapkan dapat membantu pemain Club SSB Remacob Kabupaten Gowa dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar mereka. Alat bantu pelatihan dapat membantu pemain dalam mengembangkan teknik menggiring bola. Beberapa alat bantu yang dapat digunakan antara lain koni, bola keranjang, dan kaki-kaki bambu. Koni dapat digunakan untuk membuat rintangan di lapangan, bola keranjang dapat digunakan untuk melatih kelincihan dan kecepatan, sedangkan kaki-kaki bambu dapat digunakan untuk melatih teknik menggiring bola di antara rintangan. Menurut Amiruddin dalam (Ramlan Sahputera Sagala & Dicky Edwar Daulay, 2020) Ketika media demonstratif hadir pada saat penyampaian materi oleh guru, maka siswa akan lebih mudah memahami pengajaran atau informasi. Baik bagi siswa maupun guru, penggunaan media dalam proses belajar mengajar sangatlah bermanfaat (Saniah & Pujiastuti, 2021).

Berdasarkan uraian di atas, implementasi media bantu dalam berlatih menggiring bola pada permainan sepakbola Club SSB Remacob Kabupaten Gowa diharapkan dapat membantu pemain dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar mereka, menyediakan metode latihan yang beragam, meningkatkan efektivitas latihan, dan menghindari kebosanan dalam latihan. Hal ini diharapkan dapat membawa hasil yang baik bagi Club SSB Remacob Kabupaten Gowa dalam kompetisi sepak bola yang diikuti

METODE PELAKSANAAN

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

1. Metode ceramah dan penyampaian materi yang sifatnya teoretik.
2. Demonstrasi: Berikan contoh kepada pemain untuk berlatih berbagai model atau metode dasar menggiring Bola.
3. Diskusi: Memberikan kesempatan untuk tanya jawab dari peserta.
4. Evaluasi: Mengamati minat dan kesungguhan pemain dalam melakukan latihan ..

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 pemain membentuk dua baris di dekat sisi lapangan dan saling berhadapan, dengan jarak antara dengan jarak 11M sampai 13 M. Setiap pemain membawa satu bola. Pemain pertama dibaris satu berlari secara lurus sambil tetap menguasai bola. Saat ia menggiring bola ke baris disisi seberang, pemain pertama di baris seberang tersebut berlari sambil tetap menguasai bola ke sisi seberang, sehingga menciptakan momentum latihan . pemain 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 pemain
- d. Kemajuan : Drill ini bisa dilaksanakan dengan satu bola saja untuk semua pemain, setiap pemain menghentikan bola dengan telapak kaki dan bola dibiarkan di tempatnya untuk diambil pemain berikutnya.

3. Latihan 2

- a. Tujuan : Berlari dan menggiring dalam lapangan yang dibatasi
- b. Pengaturan latihan: Para pemain dibagi menjadi beberapa kelompok yang harus berlomba dalam pertandingan slalom (zig-zag). Slalom ini ditan-dai 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 pemain 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 pemain 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 pemain menjalanidrill 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 : Pemain 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 pemain berikutnya mengambil alih dengan cara mengambil bola dari pemain pertama tadi dan

menggiringnya kesisi seberang . para pemain 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 pemain harus berlari sambil tetap menguasai bola lebih lama

5. Latihan 4

- a. Tujuan: Berlari dengan dan tanpa menggiring bola
- b. Pengaturan latihan: Para pemain 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. Pemain pertama berlari sambil menggiring bola menuju kelompok yang tidak membawa bola dan menghentikannya untuk diambil pemain berikutnya. Lalu, pemain 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 pemain 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 pemain 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 pemain pertama dari dua baris yang berseberangan secara diagonal membawa satu bola. Sebuah cone diletakkan di tengah lapangan. Pemain yang membawa bola harus menggiringnya menuju baris seberang, dan menghentikannya untuk diambil pemain berikutnya. Pemain pertama tadi terus berlari, namun kali ini tanpa bola, menuju cone di tengah lapangan, lalu kembali ke tempat asalnya. Semua pemain harus berlari dengan cepat.
- c. Peralatan: Lima cone, dua bola

HASIL DAN PEMBAHASAN

Para peserta dapat menerima materi dan mampu mempraktekkan pelatihan teknik dasar menggiring bola melalui media bantu pada pemain Club SSB Remacob Kab,Gowa dengan baik.Seluruh peserta dapat memperoleh informasi yang memadai tentang dasar-dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu yang akan digunakan.Meningkatkan pengetahuan para pemain Club SSB Remacob Kab,Gowa tentang judul, menit, pemain, tujuan dalam setiap bentuk teknik dasar menggiring bola melalui media bantu.

Media bantu dalam sepakbola merujuk pada berbagai alat, peralatan, atau objek yang digunakan dalam pelatihan dan latihan sepakbola untuk membantu pemain dalam mengembangkan keterampilan, meningkatkan pemahaman taktis, atau mensimulasikan situasi permainan. Media bantu ini dapat digunakan untuk berbagai tujuan, seperti

pelatihan teknis, peningkatan kondisi fisik, dan pengembangan pemahaman taktis. Media kini berfungsi sebagai platform komunikasi. Penggunaan media untuk mengkomunikasikan ide dan pemikiran semakin meningkat. (Joel Aprizal Siboro, 2019) Alat yang berguna untuk menjelaskan bagian-bagian program pembelajaran komprehensif yang sulit diungkapkan guru secara lisan adalah media Soepartono, 2000 dalam (Sayuti & Prihanto, 2015).

Media bantu dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola adalah alat atau objek yang digunakan untuk melatih pemain dalam mengembangkan keterampilan dribbling mereka. Dribbling adalah keterampilan penting dalam sepakbola yang melibatkan pemain mengontrol dan menggerakkan bola dengan kaki mereka saat bergerak melintasi lapangan. Penggunaan media bantu dapat membantu pemain mengasah teknik dribbling mereka dalam berbagai situasi permainan. Berikut adalah beberapa media bantu yang umum digunakan dalam pelatihan menggiring bola dalam permainan sepakbola:

1. **Konestansi (Cones):**

- Cones adalah media bantu yang sering digunakan untuk melatih dribbling dalam berbagai pola dan lintasan.
- Pemain dapat berlatih melewati koni, mengelilinginya, atau membentuk pola dribbling yang kompleks.
- Ini membantu pemain mengembangkan kontrol bola, pergerakan, dan perubahan arah saat menggiring bola.

2. **Pita Pembatas (Agility Tapes):**

- Pita pembatas dapat digunakan untuk membentuk lintasan atau rintangan yang harus diatasi oleh pemain saat mereka menggiring bola.
- Pemain harus fokus pada keterampilan dribbling mereka sambil menghindari pita pembatas.
- Ini membantu meningkatkan kelincahan, koordinasi mata-kaki, dan pengambilan keputusan cepat.

3. **Manekin (Mannequin):**

- Manekin digunakan untuk mensimulasikan pemain lawan atau rintangan di lapangan.
- Pemain dapat berlatih menggiring bola mengelilingi manekin atau melalui celah antara manekin, yang mengasah keterampilan dribbling mereka dalam situasi permainan yang lebih realistis.

4. **Kotak Dribbling (Dribbling Box):**

- Kotak dribbling adalah area kecil yang dikelilingi oleh koni atau tanda-tanda.
- Pemain dapat berlatih menggiring bola di dalam kotak, memfokuskan pada kontrol bola, perubahan arah, dan perubahan kecepatan.
- Latihan ini membantu meningkatkan keterampilan dribbling di area sempit, yang berguna dalam situasi permainan yang padat.

5. Bola Pengontrol (Control Ball):

- Bola pengontrol adalah bola yang dirancang khusus dengan pola atau alur karet yang memberikan perlawanan tambahan saat menggiring bola.
- Pemain harus lebih fokus pada kontrol bola mereka saat menggunakan bola pengontrol, sehingga meningkatkan keterampilan teknis mereka.

6. Latihan dengan Pemain Lawan (1 vs. 1, 2 vs. 2, dll.):

- Menggunakan pemain lawan sebagai media bantu adalah cara efektif untuk melatih dribbling dalam situasi permainan nyata.
- Latihan 1 vs. 1 atau 2 vs. 2 memungkinkan pemain untuk berlatih menggiring bola sambil menghadapi tekanan dari pemain lawan.

Penggunaan media bantu ini dalam pelatihan menggiring bola dapat membantu pemain mengasah keterampilan mereka, meningkatkan kelincahan, kontrol bola, dan pemahaman tentang situasi permainan. Konsistensi dalam latihan dan fokus pada pengembangan keterampilan teknis adalah kunci untuk menjadi pemain yang lebih baik dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola



Gambar 1. Proses Latihan menggiring menggunakan media bantu

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa materi pelatihan memberi hasil yang sangat memuaskan dimana seluruh pamanin sss Club Remacob Kab,Gowa mendapatkan hasil yang sangat memuaskan dari materi pelatihan karena mereka dapat memahami dan secara efektif mempraktikkan dasar-dasar menggiring bola dengan menggunakan media bantu, Menggunakan media bantu, meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan wawasan pemain tentang metode dasar menggiring bola, Peserta games sangat termotivasi untuk ikut serta serta Peserta selalu bersemangat untuk mengikuti pelatihan teknik dasar menggiring bola menggunakan media bantu karena mengetahui informasi yang diberikan sangat bermanfaat bagi mereka

Ucapan Terima Kasih

kegiatan ini tentunya tidak terlepas dari berbagai kekurangan dan keterbatasan kami oleh kerennya ucapan terima kasih, layaklah kami haturkan kepada bapak Rektor Universitas Negeri Makassar, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar, Ketua Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar, Para dosen dan pengampuh mata kuliah sepakbola serta para pengurus, pelatih dan para pemain SSB Remacob yang telah terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, F. W., & Tuasikal, A. R. S. (2020). Pembelajaran Dasar Dribbling Sepakbola dengan Pendekatan Kooperatif Team Games Tournament Pada Siswa. *JPOK, UNiversitas Negeri Surabaya*, 8(3), 17–28.
- amir supriadi. (2015). HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIIRNG BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 151(1), 10–17.
- joel aprizal siboro. (2019). PENGEMBANGAN LATIHAN BERBASIS TAKTIK DALAM SEPAKBOLA MENGGUNAKAN ANDROID. *Skripsi*, 2(1), 1–19. http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZ0tx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS_
- Mappaompo, A., Burhanuddin, S., & Abbas, I. (2021). *Pengaruh Latihan Tendangan Bola Bergerak Terhadap Hasil Tendangan Kearah Gawang Pada Siswa Man 1 Sinjai (Studi Eksperimen Pada Siswa Man 1 Sinjai)*. 1110–1116.
- Prabowo, A. (2014). Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar dan Kondisi Fisik pada Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Rantai Baja Kota Purwodadi Tahun 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health, and Recreation of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 3(11), 1420–1425.
- Ramlan Sahputera Sagala, & Dicky Edwar Daulay. (2020). Pengembangan Media Bantu Latihan Bertahan Pada Bola Voli Tahun 2019. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 115–126. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.371>
- Saniah, S. L., & Pujiastuti, H. (2021). Analisis Penggunaan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Keaktifan Belajar Siswa Di SD Bakung III. *Jurnal Sosialisasi: Jurnal Hail Pemikiran, Penelitian, Dan Pengembangan Keilmuan Sosiologi Pendidikan*, 8(2), 76–80.
- Sayuti, P., & Prihanto, J. B. (2015). *PENERAPAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR TEKNIK PASSING KAKI Pragito Sayuti Junaidi Budi Prihanto merangsang siswa untuk bereaksi terhadap penjelasan guru (Soepartono)*. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 71–74.
- 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 Pemain 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