

PELATIHAN PASSING DAN SHOOTING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA ANAK-ANAK

Zen Ali

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan
Kesehatan Masyarakat, Universitas Pendidikan Mandalika, Jalan Pemuda Nomor 59A,
Mataram, Nusa Tenggara Barat 83125, Indonesia

Email: ali.ejen@gmail.com

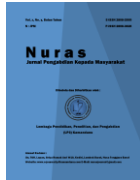
Submit: 25-05-2024; Revised: 08-06-2024; Accepted: 22-06-2024; Published: 26-07-2024

ABSTRAK: *Passing dan shooting adalah dua teknik berbeda dalam sepak bola. Ada enam teknik dasar dalam permainan sepak bola. Keenam teknik dasar sepak bola tersebut adalah menggiring bola (dribbling), menghentikan bola (controlling), mengumpan (passing), menembak (shooting), menyundul (heading), dan merebut bola (tackling). Seorang pesepak bola wajib menguasai keenam teknik dasar tersebut, termasuk passing dan shooting. Setelah melakukan observasi, terdapat beberapa permasalahan pada masyarakat Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, seperti banyaknya anak-anak Desa Pandan wangi yang menyukai permainan sepak bola menjadi ironi ketika tidak ada wadah untuk mengolah bakat dan potensinya. Tujuan dari pelatihan ini antara lain: 1) meningkatkan kemampuan teknis anak-anak dalam melakukan passing dan shooting dalam permainan sepak bola; 2) memperkenalkan konsep dasar permainan sepak bola kepada anak-anak, termasuk cara melakukan passing dan shooting yang baik dan benar; dan 3) menjadi salah satu upaya untuk mengembangkan potensi dan talenta sepak bola di tingkat desa, serta menggali minat masyarakat sekitar terhadap olahraga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah demonstrasi dan penjelasan, latihan berulang-ulang, dan pertandingan kecil (small-sided games). Hasil yang dicapai dari kegiatan ini adalah minat mereka yang semakin bertambah ditunjukkan dengan antusias yang semakin terlihat sejak awal dimulainya program sampai berakhirnya program pelatihan passing dan shooting pada permainan sepak bola anak-anak ini. Pelatihan passing dan shooting dalam permainan sepak bola bagi anak-anak di Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, adalah sebuah kegiatan yang memiliki tujuan penting dalam pengembangan keterampilan dan kecakapan fisik serta teknis para peserta muda. Sepak bola tidak hanya menjadi olahraga yang populer di kalangan anak-anak, tetapi juga membawa manfaat besar dalam hal pembentukan karakter dan kerjasama tim.*

Kata Kunci: Anak-anak, Passing, Pelatihan, Sepak Bola, Shooting.

ABSTRACT: *Passing and shooting are two distinct techniques in football. There are six basic techniques in football: dribbling, controlling, passing, shooting, heading, and tackling. A football player must master all six basic techniques, including passing and shooting. Observations have revealed issues in the community of Pandan Wangi Village, Jerowaru Subdistrict, East Lombok Regency, such as the irony of many children in Pandan Wangi Village who enjoy playing football but lack a platform to develop their talents and potential. The objectives of this training are: 1) to enhance children's technical skills in performing passing and shooting in football; 2) to introduce the basic concepts of football to children, including proper techniques for passing and shooting; and 3) to serve as an effort to develop football potential and talent at the village level, and to generate interest in sports within the local community. The methods used in this activity include demonstration and explanation, repeated practice, and small-sided games. The results of this activity show an increased interest among participants, as evidenced by growing enthusiasm from the start to the end of the passing and shooting training program for children. The passing and shooting training in football for children in Pandan Wangi Village, Jerowaru Subdistrict, East Lombok Regency, is an important activity for developing the skills and physical and technical abilities of young participants. Football not only becomes a popular sport among children but also brings significant benefits in terms of character development and teamwork.*

Keywords: Children, Passing, Training, Football, Shooting.



How to Cite: Ali, Z. (2024). Pelatihan *Passing* dan *Shooting* pada Permainan Sepak Bola Anak-anak. *Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 118-123. <https://doi.org/10.36312/nuras.v4i3.280>



Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is Licensed Under a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Desa Pandan Wangi dibentuk berdasarkan pemekaran dari Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur pada tanggal 1 November 2009 dengan status Desa Persiapan berdasarkan Peraturan Bupati Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pembentukan 49 Desa Persiapan di Kabupaten Lombok Timur. Data kependudukan Desa Pandan Wangi berdasarkan profil Desa Tahun 2017-2022 dapat dilihat pada Tabel 1.

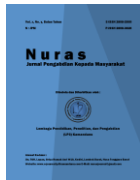
Tabel 1. Data Kependudukan Desa Pandan Wangi Berdasarkan Profil Desa Tahun 2017-2022.

No.	Tahun	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	2017	4.662 Jiwa	4.750 Jiwa	3.327 Jiwa
2	2018	3.543 Jiwa	3.887 Jiwa	9.430 Jiwa
3	2019	4.603 Jiwa	4.833 Jiwa	9.436 Jiwa
4	2020	4.652 Jiwa	4.992 Jiwa	9.644 Jiwa
5	2021	4.653 Jiwa	4.758 Jiwa	9.411 Jiwa
6	2022	4.871 Jiwa	4.974 Jiwa	9.845 Jiwa

Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Di banyak daerah, sepak bola bukan hanya sebagai hobi tetapi juga sebagai sarana untuk mengembangkan keterampilan fisik dan sosial anak-anak (Delivio, 2020; Santy, 2018). Desa Pandan Wangi, yang terletak di Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, adalah salah satu contoh komunitas yang memiliki antusiasme tinggi terhadap olahraga ini. Melalui kegiatan pelatihan seperti pelatihan *passing* dan *shooting*, anak-anak di desa ini memiliki kesempatan untuk mengasah kemampuan mereka dalam bermain sepak bola.

Pelatihan *passing* dan *shooting* memiliki peran penting dalam pengembangan teknik bermain sepak bola anak-anak (Alfani, 2023). *Passing*, atau umpan, adalah keterampilan dasar yang memungkinkan pemain untuk mengalirkan bola dengan kontrol ke rekan satu timnya (Hijriansyah, 2019). Di sisi lain, *shooting* atau tendangan merupakan kemampuan yang vital dalam mencetak gol, yang tidak hanya memerlukan kekuatan fisik tetapi juga presisi dan teknik yang baik. Dengan memperkuat keterampilan ini, anak-anak dapat merasakan kepuasan tersendiri dan lebih percaya diri saat bermain.

Desa Pandan Wangi sebagai lokasi kegiatan ini memiliki potensi besar untuk mengembangkan bakat-bakat sepak bola di tingkat lokal. Menurut Sutopo *et al.* (2022), dengan menyediakan pelatihan yang terstruktur dan berfokus pada teknik dasar seperti *passing* dan *shooting*, diharapkan anak-anak dapat membangun dasar yang kuat dalam bermain sepak bola. Hal ini tidak hanya



berdampak pada keterampilan individu mereka, tetapi juga pada pengembangan tim yang lebih solid dan kompetitif.

Selain aspek teknis, kegiatan pelatihan ini juga berperan dalam membentuk karakter anak-anak. Melalui sepak bola, mereka belajar tentang kerjasama, disiplin, dan sportivitas. Sahadi *et al.* (2022) menyatakan bahwa pelatihan yang dilakukan secara teratur dan terorganisir dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan positif ini. Dengan demikian, tidak hanya keterampilan bermain sepak bola yang berkembang, tetapi juga nilai-nilai positif yang mereka bawa dalam kehidupan sehari-hari.

Pentingnya pelatihan seperti ini juga terletak pada memfasilitasi inklusi sosial di komunitas. Indrawan & Aji (2019) menyatakan bahwa anak-anak dari berbagai latar belakang dapat bersatu dalam cinta mereka akan sepak bola, menjembatani perbedaan dan memupuk persaudaraan. Inisiatif ini tidak hanya tentang membangun atlet yang baik, tetapi juga tentang menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan pribadi yang sehat dan positif.

Tujuan dari pelatihan *passing* dan *shooting* ini tidak hanya untuk meningkatkan keterampilan teknis para peserta, tetapi juga untuk meningkatkan minat mereka terhadap olahraga. Menurut Abidin (2024), dengan memberikan pengalaman positif dan membangun fondasi yang kokoh dalam bermain sepak bola, diharapkan anak-anak akan tetap terlibat dalam aktivitas yang sehat dan bermanfaat ini secara berkelanjutan.

Dalam konteks ini, kegiatan pelatihan *passing* dan *shooting* pada permainan sepak bola anak-anak di Desa Pandan Wangi bukan sekadar sebuah kegiatan olahraga, tetapi sebuah investasi dalam masa depan mereka. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat dibangun generasi muda yang lebih sehat, lebih terampil, dan lebih menyatu dalam komunitas mereka melalui cinta mereka terhadap sepak bola.

Dengan memperkuat infrastruktur olahraga di Desa Pandan Wangi, seperti lapangan yang baik dan fasilitas pendukung lainnya, kegiatan pelatihan *passing* dan *shooting* dapat dijalankan dengan lebih efektif. Ariningsih *et al.* (2023) dan Hasanah *et al.* (2024) menyatakan bahwa hal tersebut akan memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk berlatih dalam lingkungan yang aman dan terstruktur, serta memotivasi mereka untuk terus berpartisipasi dalam kegiatan positif yang membangun keterampilan dan karakter. Tujuan dari kegiatan ini antara lain: 1) meningkatkan kemampuan teknis anak-anak dalam melakukan *passing* dan *shooting* dalam permainan sepak bola; 2) memperkenalkan konsep dasar permainan sepak bola kepada anak-anak, termasuk cara melakukan *passing* dan *shooting* yang baik dan benar; dan 3) menjadi salah satu upaya untuk mengembangkan potensi dan talenta sepak bola di tingkat desa, serta menggalang minat masyarakat sekitar terhadap olahraga.

METODE

Dalam pelatihan *passing* dan *shooting* pada permainan sepak bola untuk anak-anak di Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam suasana yang kondusif dan penuh semangat. Metode yang digunakan meliputi:

Demonstrasi dan Penjelasan

Pelatih mendemonstrasikan secara langsung bagaimana teknik *passing* dan *shooting* yang benar dilakukan juga memberikan penjelasan tentang teknik-teknik tersebut kepada para peserta.

Latihan Berulang-ulang

Anak-anak diberi kesempatan untuk melakukan latihan berulang-ulang dalam melakukan *passing* dan *shooting*. Hal ini bertujuan untuk memperbaiki teknik mereka secara bertahap.

Pertandingan Kecil (*Small-Sided Games*)

Anak-anak diminta untuk berpartisipasi dalam pertandingan kecil antar tim. Pertandingan ini dapat mengintegrasikan teknik-teknik yang telah dipelajari dalam situasi permainan yang lebih realistis.

HASIL DAN DISKUSI

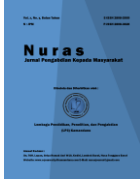
Kegiatan yang telah dilaksanakan antara lain: 1) latihan fisik; 2) mempelajari teknik menggiring bola (*dribbling*); 3) teknik menendang bola (*shooting*); 4) mempelajari teknik mengoper bola (*passing*); 5) teknik menghentikan bola; 6) teknik menyundul bola (*heading*); 7) teknik merebut bola; 8) mempelajari teknik menyapu bola; 9) pembelajaran teknik lemparan ke dalam; dan 10) mempelajari *juggling* bola.



Gambar 1. Kegiatan Melatih Sepak Bola pada Anak-anak di Desa Pandan Wangi.

Pelatihan *passing* dan *shooting* dalam permainan sepak bola bagi anak-anak di Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, adalah sebuah kegiatan yang memiliki tujuan penting dalam pengembangan keterampilan dan kecakapan fisik serta teknis para peserta muda. Sepak bola tidak hanya menjadi olahraga yang populer di kalangan anak-anak, tetapi juga membawa manfaat besar dalam hal pembentukan karakter dan kerjasama tim.

Kegiatan ini bertujuan untuk mengajarkan teknik dasar *passing* yang efektif, yang merupakan fondasi utama dalam strategi permainan tim. Anak-anak diajarkan bagaimana mengatur kekuatan dan arah *passing* dengan akurat, sehingga mereka dapat berkomunikasi lebih baik di lapangan. Hal ini tidak hanya membangun keterampilan individu tetapi juga memperkuat pemahaman akan pentingnya kerja sama dalam sebuah tim. Pendekatan ini memperkuat rasa percaya diri mereka dalam melakukan *passing* secara efektif selama pertandingan.



Pelatihan *shooting* atau menendang bola dengan tepat sasaran menjadi fokus penting dalam kegiatan ini. Anak-anak diajarkan teknik yang benar dalam mengontrol bola dan membidikkan tembakan ke gawang dengan presisi. Hal ini membantu mereka mengembangkan kemampuan motorik halus, konsentrasi, dan kepercayaan diri dalam situasi yang menuntut. Kegiatan ini juga menyediakan *platform* untuk membentuk nilai-nilai sportivitas dan *fair play* di antara peserta. Mereka diajarkan untuk menghormati lawan dan wasit, serta menghargai perbedaan dalam kemampuan individu. Ini tidak hanya merangsang pertumbuhan fisik mereka tetapi juga memupuk sikap mental yang positif dan tangguh dalam menghadapi tantangan.

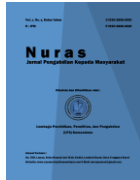
Melalui pelatihan ini, diharapkan anak-anak dapat memperoleh pengalaman berharga dalam menghadapi tekanan dan mengambil keputusan di lapangan. Mereka diberi kesempatan untuk belajar dari kesalahan dan meraih prestasi secara bertahap, sehingga meningkatkan motivasi mereka untuk terus berlatih dan berkembang dalam olahraga ini. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat segera dalam hal keterampilan sepak bola, tetapi juga berpotensi membuka peluang bagi mereka untuk berkompetisi di tingkat lokal atau bahkan lebih tinggi di masa depan. Ini adalah langkah awal yang penting dalam menanamkan cinta akan olahraga dan kebiasaan hidup sehat sejak dini di komunitas mereka.

SIMPULAN

Hasil dan diskusi dari kegiatan yang telah dilaksanakan dapat diambil beberapa simpulan antara lain: 1) kegiatan ini difokuskan pada pengembangan keterampilan dasar dalam sepak bola, yaitu *passing* (umpan) dan *shooting* (menembak bola ke arah gawang). Hal ini menunjukkan pentingnya membangun fondasi teknis yang kuat sejak dini pada anak-anak; 2) lokasi di Desa Pandan Wangi menunjukkan bahwa kegiatan ini ditujukan untuk anak-anak di lingkungan pedesaan, dengan harapan dapat memberikan kesempatan yang sama untuk belajar dan berkembang dalam olahraga sepak bola; dan 3) melalui pelatihan ini, diharapkan potensi anak-anak dalam olahraga dapat terus dikembangkan, yang pada akhirnya dapat memberikan dampak positif dalam aspek fisik, sosial, dan psikologis mereka.

SARAN

Saran yang dapat diberikan untuk kegiatan selanjutnya antara lain: 1) pastikan materi pelatihan mencakup dasar-dasar *passing* dan *shooting* yang sesuai dengan tingkat usia anak-anak. Sederhanakan teknik-teknik yang diajarkan agar mudah dipahami dan diterapkan oleh peserta; 2) pastikan lapangan atau tempat pelatihan dalam kondisi baik dan aman untuk digunakan. Sediakan peralatan sepak bola yang memadai seperti bola-bola sepak, gawang, dan peralatan lain yang diperlukan untuk latihan; dan 3) tentukan jadwal pelatihan yang memadai untuk anak-anak, biasanya sesuai dengan waktu luang mereka setelah sekolah. Jangan lupa istirahat dan waktu untuk minum agar anak-anak tetap segar dan tidak dehidrasi.



UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada pihak Desa Pandan Wangi, Kecamatan Jerowaru, Kabupaten Lombok Timur, yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

- Abidin, D. (2024). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga Rekreasi. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)*, 7(1), 1977-1985. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i1.25605>
- Alfani, R. (2023). Pengembangan Model Latihan *Passing* Berpasangan untuk Meningkatkan Keterampilan *Passing* dan Kerja Sama Tim pada Atlet Sepak Bola di Palembang. *Thesis*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ariningsih, N. L. T., Fitriani, H., & Safnowandi, S. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran *Student Teams Achievement Division* (STAD) terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Kognitif Siswa. *Educatoria : Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 3(4), 248-261. <https://doi.org/10.36312/educatoria.v3i4.214>
- Delivio, A. (2020). Dampak Permainan Sepak Bola dalam Menanamkan Perilaku Sosial Kelas V SD UA Rejang Lebong. *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Curup.
- Hasanah, L., Dewi, R. K., Maulida, A., Fanbilah, I. F., & Wardani, T. P. (2024). Model Kurikulum dengan Pendekatan Sentra pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 8(1), 83-96. <https://doi.org/10.17509/jpa.v8i1.71765>
- Hijriansyah, D. K. (2019). Pengaruh Latihan *Combine Drill Passing Training* terhadap Peningkatan Keterampilan *Passing* Bawah Pemain Sepak Bola Usia 14 Tahun di SSB Baturetno Bantul. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Indrawan, J., & Aji, M. P. (2019). Olahraga sebagai Sarana Pemersatu Bangsa dan Upaya Perdamaian Dunia. *Verity: Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*, 10(20), 64-86. <https://doi.org/10.19166/verity.v10i20.1459>
- Sahadi, S., Sunarti, N., & Puspitasari, E. (2022). Pengembangan Organisasi (Tinjauan Umum pada Semua Organisasi). *Moderat : Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 8(2), 399-412. <https://doi.org/10.25157/moderat.v8i2.2712>
- Santy, N. E. W. (2018). Perbandingan Permainan Tradisional dengan Permainan Modern terhadap Keterampilan Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 1 Rakam Tahun Ajaran 2017/2018. *Skripsi*. Universitas Hamzanwadi.
- Sutopo, W. G., Kurniawan, A., & Rozaki, M. U. (2022). Survei Teknik Dasar Bermain Sepak Bola pada Atlet Usia 13-16 Tahun di SSB Bharata Putra Sempor. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 15701-15710. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4873>