

PELATIHAN TEKNIK DASAR PASSING PEMAIN MATAHARI FC GOWA**Iskandar¹, M. Said Zainuddin², M. Adam Mappaompo^{3*}, Ians Aprilo⁴,
Poppy Elisano Arfanda⁵**^{123*45} Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*m.adam.mappaompo@unm.ac.id

Article History:

Received: December 25th, 2024

Revised: February 10th, 2025

Published: February 15th, 2025

Abstract: *Passing is one of the basic techniques that plays a crucial role in the game of football. Mastering good passing techniques will increase the effectiveness of ball control and build more solid teamwork. Matahari FC Gowa Club faces obstacles in terms of accuracy, speed, and coordination of passing between players. Therefore, this training program is designed to improve basic passing skills through systematic training methods and game-based training. The methods used include short passing, long passing, and passing combinations in match situations. Evaluations are carried out before and after training to measure player development based on passing accuracy, decision-making speed, and teamwork effectiveness. The results show significant improvements in the technical and tactical aspects of players, especially in terms of passing accuracy and understanding of positions in the game. Thus, this basic passing technique training has proven effective in improving the performance of Matahari FC Gowa players. This program can be a model for other football clubs in developing player passing skills systematically*

Keywords: *Passing,
Training, Football*

Abstrak

Abstrak Passing merupakan salah satu teknik dasar yang memiliki peran krusial dalam permainan sepak bola. Penguasaan teknik passing yang baik akan meningkatkan efektivitas penguasaan bola serta membangun kerja sama tim yang lebih solid. Club Matahari FC Gowa menghadapi kendala dalam aspek akurasi, kecepatan, serta koordinasi passing antar pemain. Oleh karena itu, program pelatihan ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan dasar passing melalui metode latihan yang sistematis dan berbasis game-based training. Metode yang digunakan meliputi latihan short passing, long passing, serta kombinasi passing dalam situasi pertandingan. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan untuk mengukur perkembangan pemain berdasarkan akurasi passing, kecepatan pengambilan keputusan, serta efektivitas kerja sama tim. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam aspek teknis dan

taktis pemain, terutama dalam hal akurasi umpan dan pemahaman posisi dalam permainan. Dengan demikian, pelatihan teknik dasar passing ini terbukti efektif dalam meningkatkan performa pemain Matahari FC Gowa. Program ini dapat menjadi model bagi klub sepak bola lainnya dalam mengembangkan keterampilan passing pemain secara sistematis.

Kata Kunci: Passing, Pelatihan, Sepak Bola.

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang paling dikenal dan populer. Pertandingan sepak bola yang melibatkan dua tim, yang masing-masing terdiri dari seorang penjaga gawang dan tidak lebih dari sebelas pemain (Mappaompo et al., 2023). Salah satu teknik fundamental dalam sepak bola yang memiliki peran krusial dalam jalannya pertandingan adalah teknik passing. Passing merupakan keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain guna menjaga penguasaan bola dan membangun strategi serangan maupun pertahanan (Riyanto & Mulyana, 2024).

Dalam permainan sepak bola modern, penguasaan teknik passing yang baik dapat meningkatkan efektivitas permainan tim dan memaksimalkan peluang mencetak gol. Pemain sepak bola harus mampu bermain dengan baik dan mempelajari semua kemampuan dasar. Dengan kata lain, keterampilan setiap pemain dapat ditingkatkan untuk meningkatkan kualitas mereka. Pemain sepak bola harus tahu cara menendang, mengoper, menggiring bola, mengelabui lawan, dan melempar bola ke penjaga gawang, di antara keterampilan dasar lainnya. Mengoper bola merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai pemain. Menjadi atlet profesional akan lebih menantang bagi atlet yang belum kompeten dalam keterampilan mengoper. (Aziz et al., 2023), tim yang memiliki tingkat akurasi passing tinggi cenderung mendominasi penguasaan bola dan memiliki peluang lebih besar untuk meraih kemenangan. Oleh karena itu, pelatihan teknik dasar passing menjadi aspek yang sangat penting bagi setiap pemain, khususnya bagi tim amatir maupun profesional. Teknik passing yang baik merupakan landasan terciptanya alur permainan yang efisien dalam sepak bola, sebuah permainan yang sangat bergantung pada kerja sama pemain. (Podungge et al., 2024)

Club Matahari FC Gowa merupakan salah satu klub sepak bola yang terus berupaya meningkatkan kualitas permainan para pemainnya. Namun, berdasarkan hasil pengamatan awal, masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi dalam aspek teknik passing, seperti kurangnya akurasi umpan, koordinasi yang belum optimal, serta kurangnya pemahaman mengenai timing yang tepat dalam melakukan passing. Kendala-kendala ini dapat berdampak pada efektivitas permainan secara keseluruhan, sehingga diperlukan program pelatihan yang sistematis dan berbasis pada pendekatan ilmiah.

Pelatihan teknik dasar passing bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pemain dalam melakukan umpan dengan akurasi yang lebih baik, meningkatkan koordinasi antar pemain, serta membangun pemahaman taktis dalam permainan (Firmansyah & Widodo, n.d.). pelatihan memiliki efek yang menguntungkan bagi perkembangan karakter anak-anak selain meningkatkan kecakapan teknis. Teknik pelatihan yang digunakan harus konsisten dengan tujuan pelatihan untuk meningkatkan keberhasilan pemain dan menjamin pelatihan yang efisien. (Podungge et al., 2024).

Setiap pemain harus bisa mengoper karena hal itu akan memudahkan tim untuk menciptakan peluang mencetak gol (Ridho Predyawan1, Buyung Kusumawardhana2, n.d.) . pemain yang menjalani latihan passing yang intensif mengalami peningkatan dalam hal akurasi, kecepatan, serta pengambilan keputusan yang lebih baik saat bermain. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan oleh (Ridho Predyawan1, Buyung Kusumawardhana2, n.d.) menyebutkan bahwa latihan berbasis game-based approach dapat meningkatkan keterampilan passing secara lebih efektif dibandingkan dengan latihan konvensional.

Dengan adanya pelatihan teknik dasar passing yang terstruktur, diharapkan para pemain Matahari FC Gowa dapat mengalami peningkatan dalam aspek keterampilan teknis, pemahaman taktis, serta kesiapan mental dalam menghadapi pertandingan. Program ini juga diharapkan dapat menjadi model pembinaan yang efektif bagi klub-klub sepak bola lainnya dalam mengembangkan kualitas pemainnya. Oleh karena itu, pelaksanaan pelatihan ini menjadi langkah yang strategis dalam meningkatkan performa tim secara keseluruhan dan mendukung perkembangan sepak bola di tingkat daerah maupun nasional.

METODE

Club Matahari FC Gowa akan melaksanakan pelatihan keterampilan passing sepak bola sebanyak tiga kali seminggu selama enam minggu. Kegiatan dilaksanakan di eks Lapangan Sepak Bola PKG Kabupaten Gowa. Berikut tata cara pelaksanaan pengabdian Ketua tim akan memberikan materi dan contoh kepada.

Dua puluh pemain Club Matahari Fc Gowa diperlihatkan cara menggunakan taktik passing yang berbeda selama latihan. Hasil dari proyek pengabdian masyarakat yang sukses adalah pelaksanaan kegiatan yang lancar. Pembicara memberikan materi instruksi passing kepada pemain Club Matahari Fc Gowa sehingga mereka dapat berlatih passing selama latihan sepak bola.

Berikut adalah beberapa bentuk latihan yang umumnya digunakan dalam coaching klinik teknik passing (Yudianto, 2009):

1. Latihan Passing Jarak Pendek:

- **Deskripsi:** Pemain berpasangan berdiri dalam jarak pendek dan melakukan passing bola dengan fokus pada akurasi dan kecepatan.
- **Tujuan:** Meningkatkan keterampilan passing dan menerima bola dengan baik dalam jarak dekat.

2. Latihan Passing Jarak Menengah:

- **Deskripsi:** Pemain berpasangan atau berkelompok dalam formasi yang lebih luas, melakukan passing dalam jarak menengah.
- **Tujuan:** Meningkatkan kemampuan pemain dalam mengirim bola dengan akurat dalam situasi permainan yang lebih nyata.

3. Latihan Passing Jarak Jauh:

- **Deskripsi:** Pemain berfokus pada teknik passing jarak jauh, seperti passing panjang atau crossing.
- **Tujuan:** Meningkatkan presisi dan kecepatan dalam mengirim bola jarak jauh.

4. Latihan Teknik One-Touch Passing:

- **Deskripsi:** Pemain berusaha untuk melakukan passing dengan satu sentuhan, meningkatkan kecepatan dan aliran permainan.

- **Tujuan:** Meningkatkan respons cepat dan meningkatkan kecepatan permainan tim.
5. **Latihan Passing dengan Gerakan:**
 - **Deskripsi:** Pemain bergerak di sekitar lapangan sambil melakukan passing dengan rekan satu timnya.
 - **Tujuan:** Meningkatkan mobilitas dan pemahaman pemain terhadap pergerakan rekan setim dalam situasi permainan yang dinamis.
 6. **Latihan Teknik Passing dengan Rintangan:**
 - **Deskripsi:** Menambahkan rintangan atau cones sebagai tantangan tambahan selama latihan passing.

Tujuan: Meningkatkan presisi dan keterampilan pemain dalam mengatasi rintangan

HASIL

Pelatihan teknik dasar passing yang dilaksanakan di Club Matahari FC Gowa menunjukkan hasil yang positif. Para pemain mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa aspek utama, termasuk akurasi passing, kecepatan umpan, serta koordinasi antar pemain.

1. Peningkatan Akurasi Passing

Evaluasi sebelum dan sesudah pelatihan menunjukkan adanya peningkatan dalam akurasi passing pemain. Pemain lebih mampu mengontrol arah dan kekuatan umpan, sehingga meminimalisir kesalahan dalam penguasaan bola.

2. Kecepatan dan Ketepatan Umpan

Pemain menunjukkan perkembangan dalam melakukan passing cepat dengan keputusan yang lebih baik. Latihan intensif yang menekankan pada one-touch passing membantu meningkatkan tempo permainan.

3. Koordinasi dan Kerja Sama Tim

Latihan yang diterapkan tidak hanya berfokus pada keterampilan individu, tetapi juga pada koordinasi tim. Pemain lebih mampu membaca pergerakan rekan satu tim dan menyesuaikan umpan dengan baik.

4. Pemahaman Taktis dalam Passing

Pemain memahami kapan harus melakukan short passing atau long passing dalam situasi pertandingan. Hal ini membantu dalam membangun serangan yang lebih efektif dan mengurangi kehilangan bola yang tidak perlu

:



Gambar 1. Dokumentasi Pelaksanaan Passing

PEMBAHASAN

Pelatihan teknik dasar passing di Matahari FC Gowa bertujuan untuk meningkatkan akurasi, kecepatan, dan efektivitas passing dalam permainan. Setelah pelaksanaan pelatihan, hasil evaluasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa aspek utama, yaitu:

1. **Akurasi Passing** – Pemain lebih mampu mengontrol arah dan kekuatan umpan, sehingga mengurangi kesalahan dalam penguasaan bola.
2. **Kecepatan dan Ketepatan Umpan** – Latihan yang menekankan pada passing cepat dan one-touch passing membantu meningkatkan tempo permainan dan pengambilan keputusan.
3. **Koordinasi dan Kerja Sama Tim** – Pemain lebih mampu membaca pergerakan rekan satu tim dan menyesuaikan umpan dengan baik, meningkatkan efektivitas strategi tim.
4. **Pemahaman Taktis** – Pemain lebih memahami kapan harus menggunakan short passing atau long passing dalam situasi pertandingan, sehingga membangun serangan yang lebih efektif.

KESIMPULAN

Metode Latihan Passing di Club Matahari Fc Gowa, latihan telah terbukti menjadi cara yang efektif untuk meningkatkan kemahiran teknis, kerja sama tim, dan hasil pertandingan. Bersama para pelatih, para pemain telah berusaha keras untuk membuat kemajuan. Club Matahari Fc Gowa siap menghadapi lebih banyak tantangan dan berhasil di dunia sepak bola dengan lebih banyak ketekunan dan komitmen

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan pelatihan teknik dasar passing di Matahari FC Gowa. Terima kasih kepada para pemain yang telah berpartisipasi dengan dedikasi tinggi, para pelatih yang memberikan bimbingan, serta manajemen klub yang mendukung kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses evaluasi dan dokumentasi. Semoga hasil dari pelatihan ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kualitas permainan serta menjadi inspirasi bagi perkembangan sepak bola di tingkat Club dan komunitas

DAFTAR REFERENSI

- Aziz, N., Lufthansa, L., Arisandi, R. E., Findrananta, F. A., Jefanggi, E., & Widiyanti, L. (2023). Analisis Keterampilan Short Pass Dan Long Pass Sepakbola Pada Ssb Kaki Mas Malang. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education and Empowerment)*, 6(1), 2023. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed>
- Firmansyah, D., & Widodo, A. (n.d.). *STUDI LITERASI PENGARUH LATIHAN SMALL SIDE GAMES TERHADAP KETEPATAN PASSING BAWAH PADA PEMAIN SEPAK BOLA USIA 18 SAMPAI 23 TAHUN*.
- Mappaompo, M. A., Andi Rizal, Muh. Syahrul Saleh, Poppy Elisano Arfanda, Ians Aprilo, Iskandar, & Juhanis. (2023). Implementasi Media Bantu Dalam Berlatih Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Club SSB Remacob Gowa. *Jurnal Pengabdian*, 2(2), 59–66. <https://doi.org/10.58222/jp.v2i2.311>
- Podunge, R., Mile, S., Syam, A., Jasmani, P., Gorontalo, U. N., & Gorontalo, K. (2024). *Coaching Clinic Model Passing Sepak Bola pada Anak Sekolah Dasar*. 2(2), 88–94. <https://doi.org/10.37905/jardian.v2i2.29297>
- Ridho Predyawan¹, Buyung Kusumawardhana², H. H. R. T. (n.d.). *Journal of S.P.O.R.T.*
- Riyanto, A. I., & Mulyana, N. (2024). MODEL LATIHAN DRILL GUNA MENINGKATKAN AKURASI OPEN/SPIKE DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI DI SMA NEGERI 1 KADUGEDE. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(2), 828–844.
- Yudianto, L. (2009). *Taktik Bermain Sepakbola dan Futsal: Visi 7*. Andi.