

Sosialisasi dan Praktik Latihan Teknik Dasar Bermain Futsal bagi Siswa SD Negeri 3 Jeumpa Kabupaten Bireuen

Syukran Hidayat^{1*}, Iskandar Iskandar², Tawakal Tawakal³

² Guru Pendidikan Jasmani pada SD Negeri 3 Jeumpa Kabupaten Bireuen - Aceh

^{2,3} Dosen Universitas Islam Kebangsaan Indonesia (UNIKI) Bireuen - Aceh

*) e-mail: syukran1112@gmail.com

DOI:
10.51179/ajce.v2i2.

Article history

Received:
August 28, 2023

Revised:
September 2, 2023

Accepted:
September 5, 2023

Key Word:
Socialization, Training,
Basic Futsal Sports
Techniques.



© 2022
Oleh authors. Aceh Journal
of Community Engagement
(AJCE). Artikel ini bersifat
open access yang didistri-
busikan di bawah syarat dan
ketentuan Creative Commons
Attribution-ShareAlike 4.0
International License

ABSTRACT: *Futsal is one of the many sports that is popular with society today besides football. Various aspects support the success of playing futsal such as physical, technical, tactical and mental aspects. Technique is an integral part of the sport of futsal, including passing, controlling, dribbling and shooting, which supports the success of tactics to achieve game goals. Therefore, socialization, guidance and training are correct and directed so that the substance and rules contained in the game of futsal are known and implemented by the players. Especially for beginners. So socialization and training were carried out in the service activities of lecturers and Physical Education teachers for students at SDN 3 Jeumpa, Bireuen Regency. The material is related to the basic rules and techniques in the game of futsal. As a result of socialization and training, participants understand and can practice the correct way to play futsal.*

ABSTRAK: Futsal merupakan salah satu cabang dari sekian banyak olahraga yang diminati oleh masyarakat saat ini selain sepakbola. Berbagai aspek sebagai penunjang keberhasilan bermain futsal seperti aspek fisik, teknik, taktik, dan mental. Teknik merupakan bagian yang integral dalam olahraga futsal, baik *passing*, *controlling*, *dribbling*, dan *shooting*, yang merupakan penunjang keberhasilan berjalannya taktik untuk mencapai tujuan permainan. Oleh karenanya, sosialisasi, pembinaan, dan pelatihan yang benar dan terarah sehingga substansi dan aturan yang terkandung dalam permainan futsal diketahui dan dijalankan pemain. Apalagi bagi pemula. Maka dilakukan sosialisasi dan pelatihan dalam kegiatan pengabdian dosen dan guru Pendidikan Jasmani pada murid SDN 3 Jeumpa Kabupaten Bireuen. Materinya berkaitan dengan aturan dan Teknik dasar dalam permainan futsal. Hasil sosialisasi dan latihan, membuat peserta memahami dan dapat mempraktikkan cara yang benar dalam permainan olahraga futsal.

PENDAHULUAN

Olahraga futsal kini makin populer, bukan saja di kalangan remaja dan dewasa, termasuk anak-anak usia dini pada jenjang pendidikan sekolah dasar. Futsal memiliki keistimewaan tersendiri, gerakan berpindah secara cepat dengan berlari setiap waktu dan ukuran lapangan yang lebih kecil dari sepak bola merupakan ciri khas dari olahraga ini (Sera et al., 2011; Sinatriyo et al., 2020). Oleh karena itu Futsal merupakan salah satu cabang dari sekian banyak olahraga yang diminati oleh masyarakat saat ini selain sepakbola (Festiawan et al., 2019; Wicaksono et al., 2020).

Menurut Mulyono (2017) futsal salah satu olahraga yang termasuk bentuk permainan bola besar. Sepak bola futsal yang dimainkan di dalam ruangan dengan tim dan bersifat dinamis. Sebenarnya, olahraga Futsal

sudah jauh hari diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930 oleh Juan Carlos Ceriani saat piala dunia digelar di Uruguay. Olahraga tersebut dalam bahasa portugis disebut Futebol De Salao (Jaya, 2008).

Tujuan dari permainan futsal adalah untuk menciptakan peluang dan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan untuk memenangkan pertandingan. Dalam hal ini, ada berbagai aspek sebagai penunjang keberhasilan bermain futsal seperti aspek fisik, teknik, taktik, dan mental (Tirtayasa et al., 2020).

Teknik merupakan bagian yang integral dalam olahraga futsal. Pada futsal, teknik terdiri dari *passing*, *controlling*, *dribbling*, dan *shooting* (Festiawan, 2020), yang merupakan penunjang keberhasilan berjalannya taktik untuk mencapai tujuan permainan (Naser et al., 2017).

Oleh karenanya, perlu pelatihan sejak usia dini (anak-anak). Karena olahraga ini merupakan suatu kegiatan fisik yang pada dasarnya mengandung sifat permainan dan bersifat berjuang melawan diri sendiri dengan orang lain atau berbaaur dengan alam. Sebagaimana dinyatakan oleh Saryono (2007) futsal merupakan aktivitas permainan invasi (*invasion games*) beregu yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang dan bola yang relatif lebih kecil dari permainan sepakbola yang mensyaratkan kecepatan gerak, menyenangkan dan aman dimainkan serta kemenangan regu ditentukan oleh jumlah terbanyak mencetak gol ke gawang lawannya.

Kegiatan olahraga menjadi bagian yang sangat dibutuhkan, dalam mendewasakan anak dan bermain dengan kawan seumurnya. Oleh karenanya, SD Negeri 3 Jeumpa di Kabupateen Bireuen, menjadikan olahraga ini sebagai pelajaran ekstra kurikuler. Karena olahraga futsal sangat berpengaruh terhadap aktifitas gerak seseorang dan menimbulkan rasa sensitif dan psikomotorik anak, sebelum anak berkembang lebih lanjut.

Kegiatan olahraga tidak hanya memiliki makna sebagai sarana untuk kesehatan jasmani saja, tetapi olahraga dapat digunakan sebagai sarana pendidikan, prestasi dan juga olahraga sebagai alat pemersatu. Peranan olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting, maka harus diadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga sejak usia muda.

Mengingat olahraga futsal adalah suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang kontak fisik. *Sliding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dengan lebih kurang 90% merupakan permainan *passing*, dan aspek lainnya (Tenang. 2008) maka perlu sosialisasi, pembinaan, dan pelatihan yang benar dan terarah sehingga substansi dan aturan yang terkandung dalam permainan futsal dapat dijalankan sebagaimana mestinya.

Maka berkaitan dengan itu, kelompok guru beserta dosen Pendidikan Jasmani pada FKIP Universitas Islam Kebangsaan Indonesia (UNIKI) kabupaten Bireuen provinsi Aceh, melakukan sosialisasi dan pelatihan pemula bermain futsal sesuai panduan pada siswa SD Negeri 3 Jeumpa Kabupaten Bireuen.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada siswa/murid Sekolah Dasar (SD) Negeri 3 Jeumpa kabupaten Bireuen. Yang pelaksanaannya sekaligus dengan kegiatan “pelajaran olah raga” yang dilaksanakan di lapangan halaman sekolah setempat. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan sekaligus pelatihan selama 2 hari pada tanggal 12-13 Agustus 2023, di ikuti sejumlah 12 peserta.

Tahapan kegiatan terdiri atas:

- (1) Tahap Perencanaan, yakni menentukan dan menyusun Materi sosialisasi, penentuan waktu dan tempat serta komunikasi dengan khalayak sasaran. Juga Tim Pengabdian berkoordinasi dengan Kepala sekolah SDN 3 Jeumpa dan guru olahraga sekolah setempat, serta murid yang menjadi objek pengabdian, juga memastikan peralatan dan lapangan yang digunakan pada kegiatan nanti
- (2) Tahap Pelaksanaan, mengumpulkan murid/siswa yang tergabung dalam kegiatan sosialisasi dan pelatihan lengkap dengan kostum olahraga yang biasa digunakan pelajaran olahraga. Tim pengabdian melakukan sosialisasi dengan memberikan materi ceramah dan praktek tentang Teknik futsal pada

peserta. Kemudian melakukan Latihan langsung, sesuai dengan materi dan tahapan bermain futsal pemula.

- (3) Tahap Evaluasi, berupa diskusi, tanya jawab dan mendapat umpan balik dari peserta (murid/siswa) serta menilai akan kemampuan bermain futsal sesuai dengan materi pelajaran yang diberikan.

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi;

- (1) Ceramah dan diskusi tentang sosialisai aturan, cara dan manfaat bermain futsal, dan
- (2) Praktik tentang teknis bermain futsal, yakni kemampuan dasar yang baik, seperti mengumpan, menerima, menggiring, menembak dan menyundul bola serta bekerja dalam tim.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1). Kegiatan sosialisasi dalam bentuk pemaparan materi tentang Futsal dan Aturan

a). Peraturan Bola Futsal

Ukuran Bola Futsal

Bola harus berbentuk bulat terbuat dari kulit atau bahan lainnya minimum diameter 62 cm, dan maximum 64 cm, berat bola pada saat pertandingan dimulai minimum 400 gram dan maximum 440 gram, tekanannya sama dengan 0,6-0,9 atmosfer (600-900g/cm²). Bola tidak boleh memantul kurang dari 50 cm atau lebih dari 65 cm pada saat melambung ketika jatuh dari ketinggian 2 meter (Lhaksana, 2012).



Gambar 1. Bola Futsal Gambar 2. Sosialisasi Futsal di SDN 3 Jeumpa, Bireuen

Jumlah Pemain Futsal

Menurut Jaya (2008), dalam setiap pertandingan dimainkan oleh dua tim, masing-masing tim terdiri dari lima pemain, salah satu diantaranya adalah penjaga gawang. Pergantian pemain dapat dilakukan sewaktu-waktu selama pertandingan berlangsung dengan mengikuti peraturan kompetensi resmi yang dikeluarkan oleh FIFA, konfederasi atau asosiasi. Jumlah pemain cadangan atau pemain pengganti maximum tujuh orang pemain.

Jumlah pemain selama pertandingan berlangsung tidak dibatasi. Seorang pemain yang telah diganti dapat masuk kembali kedalam lapangan untuk menggantikan pemain lainnya. Pergantian pemain dapat dilakukan pada saat bola didalam atau diluar permainan dengan mengikuti persyaratan sebagai berikut:

- (1) Pemain yang ingin meninggalkan lapangan harus melakukannya di daerah pergantiannya sendiri.
- (2) Pemain yang ingin memasuki lapangan harus melakukannya pada daerah pergantiannya sendiri, tetapi dilakukan setelah pemain yang diganti telah melewati batas lapangan.
- (3) Pergantian pemain sangat bergantung kepada kewenangan wasit, apakah dipanggil untuk bermain atau tidak.

Perlengkapan Pemain Futsal

Seorang pemain tidak boleh menggunakan peralatan atau memakai apapun yang membahayakan dirinya sendiri atau pemain lainnya, termasuk bentuk perhiasan apapun. Dasar perlengkapan yang diwajibkan dari seorang pemain adalah: 1) Seragam atau kostum. 2) Celana pendek apabila pemain memakai celana dalam stretch pants, warnanya harus sama dengan celana pendek utama. 3) Kaos kaki. 4) Pengaman kaki (*shinguards*). 5) Sepatu dengan model yang diperkenankan untuk dipakai terbuat dari kain atau kulit lunak atau sepatu gimnastik dengan sol karet atau terbuat dari bahan yang sejenisnya. Penggunaan sepatu adalah wajib (Jaya, 2008).

b). Teknik Dasar Futsal

Teknik dasar merupakan fundamental atau langkah pertama dalam mencapai suatu target yang ingin dicapai. Hal ini dapat dibuktikan, pada suatu tim atau individu mempunyai teknik yang baik otomatis penampilan akan lebih efisien dan efektif. Adapun Teknik dasar yang diajarkan adalah:

1). Mengumpan (*Passing*)

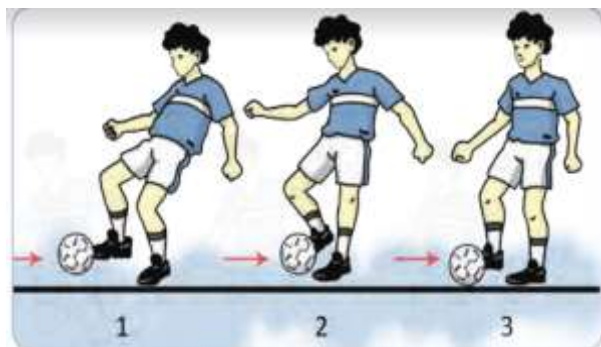
Mengumpan atau *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain (Lhaksana, 2012). Menurut Rahmani (2014) *Passing* merupakan teknik mengoper bola dari satu pemain kepada pemain lain dalam satu tim. Mengoper bola dalam futsal harus dengan kecepatan tinggi karena lapangan futsal tidak terlalu luas sehingga seluruh gerakan yang lambat. Keberhasilan mengumpan ditentukan oleh kualitasnya, yakni: 1) Keras, 2) Akurat dan 3) Mendatar.

Tenang (2008) *passing* adalah menendang bola dengan pelan maupun keras dengan terarah (akurasi) ke kawan guna untuk dilanjutkan untuk mencetak gol. Ini juga merupakan bagian tersulit karena perlu kematangan dan kecerdikan pemain dalam mengoper bola agar tidak bisa dijangkau atau direbut oleh lawan.

Cara *passing*; (1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, buka kaki yang untuk mengumpan. (2) Posisi kaki ditekuk keluar sehingga kalau dilihat dari depan posisi kaki, bagian dalam akan nampak kelihatan. (3) Gerakan dimulai dengan mendorong kaki ke depan dengan perkenaan bola pada kaki bagian dalam dengan arah bola menuju ke pemain yang diinginkan. (4) Gunakan kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*. (5) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat. (6) Kaki dalam dari atas diarahkan ketengah bola (jantung) dan ditekan kebawah agar bola tidak melambung. (7) Diteruskan dengan gerakan lanjutan, di mana setelah melakukan *passing* ayunan kaki jangan dihentikan. (8) Efek putaran bola yang dipemain timbulkan ketika menedang bola dengan menggunakan kaki bagian dalam adalah putaran bola akan mengarah kearah dalam posisi tubuh kita.



Gambar 3. Teknik Dasar *Passing*



Gambar 4. Mengontrol Bola (*controlling*)

2). Menahan Bola (*Controlling*)

Menurut Marhendro, et al (2009) *controlling* adalah kemampuan pemain saat menerima bola, kemudian berusaha menguasai bola sampai saat pemain tersebut akan melakukan gerakan selanjutnya terhadap bola. Gerakan selanjutnya tersebut seperti mengumpan, menggiring, ataupun menembak ke gawang. Sesuai dengan karakteristik permainan futsal, maka teknik *controlling* yang dominan digunakan adalah dengan

kaki, meskipun dapat dilakukan dengan semua anggota tubuh badan selain tangan. Menurut Lhaksana (2012) teknik dasar dalam keterampilan *control* (menahan bola) haruslah menggunakan telapak kaki (*sole*).

Hal yang harus dilakukan dalam melakukan menahan bola: 1) Selalu lihat dan jaga keseimbangan pada saat datangnya bola. 2) Sentuh atau tahan dengan menggunakan telapak kaki (*sole*), agar bolanya diam tidak bergerak dan mudah dikuasai.

3). Menggiring (*Dribbling*)

Teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Dalam permainan futsal telapak kaki, kaki bagian luar dan bagian punggung kaki. Akan tetapi telapak kaki dengan alasan permukaan lapangan yang rata, sehingga bola harus sepenuhnya dikuasai (Lhaksana, 2012)

Hal yang perlu diketahui dalam teknik menggiring bola yaitu: (1) Kuasai bola serta jaga jarak dengan lawan. (2) Jaga keseimbangan badan pada saat *dribbling*. (3) Fokuskan pandangan setiap kali bersentuhan dengan bola. (4) Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan.



Gambar 5. Menggiring (*Dribbling*) Bola



Gambar 6. *Shooting* Bola

4). Menembak Bola (*Shooting*)

Menembak bola atau *shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol. Ini disebabkan seluruh pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol dan memenangkan pertandingan atau permainan. *Shooting* dapat dibagi menjadi dua Teknik (Lhaksana, 2012), yaitu:

- (a) Teknik *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki; a) Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki lurus menghadap arah gawang, bukan kaki yang untuk menendang. b) Gunakan bagian punggung kaki untuk melakukan *shooting*. Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di tengah tengah bola pada saat punggung kaki menyentuh bola. c) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat.
- (b) Teknik *Shooting* Menggunakan Ujung Kaki; a) Posisikan badan agak dicondongkan ke depan. b) pada saat melakukan *shooting* perkenaan kaki tepat di ujung sepatu atau ujung kaki. c) Teruskan dengan gerakan lanjutan, setelah sentuhan dengan bola dalam melakukan *shooting*, ayunan kaki jangan dihentikan.

2). Kegiatan Latihan Teknik Dasar Futsal dan Kerjasama Tim

Latihan merupakan suatu aktivitas yang diberikan atau dilakukan oleh individu dengan tujuan meningkatkan kemampuan yang dimilikinya (Suganda, 2017). Pemberian latihan adalah bagian yang penting karena akan memberikan efek pada peningkatan suatu keterampilan, terutama *passing* dan *shooting* (Festiawan, 2020). Semakin sering berlatih dengan unit latihan yang sesuai akan berdampak baik kepada pemain.



Gambar 7. Peserta melakukan Pemanasan



Gambar 8. Latihan Futsal di SDN 3 Jeumpa Bireuen

Metode latihan teknik dasar dari *passing*, *control*, *dribbling* dan *shooting* dengan pendampingan langsung merupakan suatu metode yang dirasa efektif untuk memecahkan permasalahan keterampilan dasar bermain futsal. Juga latihan melalui pendekatan taktik dan strategi dapat meningkatkan keterampilan dasar passing pada permainan futsal (Festiawan, 2020).

Taktik dan strategi merupakan suatu rencana yang dikonsepsi oleh seseorang dalam menghadapi masalah yang akan dilaluinya. Keterampilan teknik dapat mendorong dalam kemampuan (skill) individu seseorang. Sedangkan taktik dapat merancang strategi bermain sehingga pola bermain futsal bisa berjalan dengan baik saat menyerang maupun bertahan.

Kegiatan pelatihan dilakukan langsung setelah sosialisasi materi dan mengenal Teknik dasar futsal dan dilanjutkan di hari kedua. Pengabdian membagi kelompok murid dalam 2 regu, masing-masing 6 orang. Yaitu setiap regu bermain 5 orang dan cadangan 1 orang.

Hasil pelatihan bermain langsung futsal pada murid/siswa di SDN 3 Jeumpa Kabupaten Bireuen, adalah sebagai berikut:

1) **Kemampuan *Passing***; Pada hari pertama, menunjukkan suatu hasil yang beragam, artinya terlihat berbagai permasalahan seperti kesalahan perkenaan kaki pada bola sehingga passing yang dituju tidak sesuai sasaran, sulitnya dalam mengontrol bola sehingga bola keluar atau berhasil direbut dengan mudah oleh lawan, dan sulit untuk mencari ruang passing untuk memindahkan bola. Namun pada hari kedua, kesalahan dasar telah mulai diperbaiki dan permainan pun mulai lancar. Karena, sebelum berlaga dua regu, dilakukan terlebih dahulu pemanasan dengan metode latihan passing aktif. Dan hal ini mampu meningkatkan hasil keterampilan dasar passing futsal karena pada kegiatan praktik sesuai dengan pola latihan yang telah disusun dalam program latihan, metode ini siswa bebas melakukan gerakan yang selalu berpindah-pindah saat melakukan passing. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa futsal merupakan olahraga yang dinamis dan mengutamakan perpindahan posisi secara cepat untuk mencari ruang dengan berlari (Beato et al., 2017).

2) **Kemampuan Menahan Bola (*Controlling*)**;

Teknik dasar bermain futsal baik *passing* dan *control* harus menjadi modal dasar pemain. Hal ini menjadi penekanan dalam latihan, ini dikarenakan bahwa 80% teknik yang digunakan dalam permainan futsal adalah *passing-controlling*. Peranan *passing* dan *controlling* sangat penting (Luxbacher, 2004) dalam permainan futsal dikarenakan dua alasan, pertama kesempatan mengolah bola sehingga daerah pertahanan lawan terbuka, kedua mempertahankan bola agar tetap berada dalam penguasaan tim (Scheunemann, 2009). Tetapi jika tidak diimbangi dengan *controlling* yang baik maka kondisi tersebut tidak akan terjadi. *Passing-controlling* yang akurat dan tepat akan memberikan peluang menghasilkan skor bagi timnya.

Dalam Latihan awal, masalah menahan bola atau control masih agak sulit secara keseluruhan. Hanya beberapa murid (peserta) yang sudah menunjukkan kebolehannya. Pada hari kedua Latihan, karena sudah dimatangkan dengan pemanasan *person per person* sebelum bermain, disamping mereka sudah lebih mengenal teman dalam regunya.

Latihan controlling futsal ini meliputi, (1) *Passing Statis*, (2) *Balance Passing Control*, (3) *Triangle*, (4) *Back and Forth*, (5) *All Direction*, (6) *Square*, (7) *Diagonal*, (8) *Push Passing*, dan (9) *Change Position*. Nampak sangat berbeda kemajuannya dari hari pertama Latihan. Hasil evaluasi, 65% sudah dapat memainkan teknik menahan bola atau control bola, walaupun belum sempurna.

3) Kemampuan Menggiring (*Dribbling*);

Menurut Andri (2009) Teknik dasar menggiring bola merupakan teknik yang penting dan mutlak harus dimiliki oleh setiap pemain. Menggiring bola adalah suatu usaha memindahkan bola dari satu daerah ke daerah lain atau dengan berliku-liku untuk menghindari lawan serta diusahakan agar bola tetap bergulir dalam penguasaannya dan menjaga bola agar selalu terlindungi dari sergapan lawan ketika permainan berlangsung.

Latihan pada hari pertama, dalam penguasaan tehnik-tehnik dasar dalam permainan futsal, terutama menggiring bola yang terlalu mudah ditebak oleh lawannya, kemampuan dalam melakukan gerakan-gerakan tipuan untuk menghindari lawan yang terkesan kaku, kurang cepat mengubah arah badan dan kurangnya kelincahan saat melakukan *dribbling*, begitu juga penguasaan bola terhadap kaki masih sering terlepas saat melakukan karena banyak siswa yang mudah kehilangan bola, ketika *dribbling* bola masih jauh dari jangkauan kaki dan pandangannya masih tertuju pada bola.

Untuk mendapatkan kemampuan *dribbling* yang baik, maka pada Latihan hari kedua dengan mengkombinasikan dua bentuk Latihan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* yaitu dengan latihan zig-zag kombinasi ball feeling.

Oleh karena itu agar teknik *dribbling* dapat dilakukan dengan baik dalam permainan futsal, maka bagian-bagian tubuh yang terlibat dalam gerakan *dribbling* harus dikombinasikan dengan baik. Contohnya dengan harus mempunyai rasa terhadap bola, kelincahan, kecepatan tinggi, keseimbangan, tenaga, dan waktu yang dikeluarkan untuk melakukan *dribbling* lebih efektif dan efisien serta hasil yang dicapai dapat lebih baik.

Berdasarkan dari hasil latihan terevaluasi bahwa latihan zig-zag kombinasi ball feeling memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* siswa / murid peserta latihan, seperti yang dijelaskan Siswanto (dalam Hamdani, 2015) bahwa “zig-zag adalah gerakakan lari berbelok-belok mengikuti lintasan lari zig-zag dapat digunakan untuk meningkatkan kelincahan, karena unsur gerak yang terkandung dalam latihan zig-zag merupakan komponen gerak kelincahan yaitu lari dengan mengubah arah dan posisi tubuh, kecepatan, keseimbangan yang juga merupakan komponen gerak kelincahan”.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi menurut murid dari hasil wawancara dengan beberapa peserta menyatakan sangat bermanfaat, selain mengetahui apa sebenarnya futsal dan Teknik dasar bermain futsal, juga dapat Latihan dengan langsung berlaga di damping pelatih (pengabdian).

Juga penjelasan yang sangat rinci dan lugas, sebagian besar peserta sosialisasi sangat mengerti dan langsung menyatakan senang bermain futsal.

Bagi tim kelompok pengabdian dengan acara sosialisasi ini telah membantu mensosialisasi program kementerian pendidikan kebudayaan riset dan teknologi, juga Menpora.

Dan dengan pelatihan yang dilaksanakan pada kegiatan pengabdian ini, murid (peserta) terbantu, bahwa selama ini banyak kesalahan mendasar dalam teknik dan taktik bermain futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, I. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Akcaya.
- Asriady Mulyono, M. (2017). *Buku Pintar Futsal*, Jakarta : Anugrah.
- Beato, M., Coratella, G., Schena, F., & Hulton, A. T. (2017). Evaluation of the external & internal workload in female futsal players. *Biology of Sport*, 34(3), 227–231. <https://doi.org/10.5114/biol sport>.
- Festiawan, R. (2020). Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/>
- Festiawan, R., Nurcahyo, P. J., & Pamungkas, H. J. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan Long Pass pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(1), 18– 22. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/miki.v9i1.20666>
- Hamdani, A. (2018). Pengaruh Metode Latihan Variasi Terhadap Passing Atas Permainan Bola Voli Siswa Kelas VIII-A SMPN 4 Ujung Batu Timur. *Skripsi*. Riau: Universitas Islam Riau.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Jaya, Asmar. 2008. *Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips permainan*, Yogyakarta: Pustaka timur
- John D. Tenang (2008), *Mahir Bermain Futsal*, Jakarta: Dar Mizan
- Laksana, Justinus (2012). *Taktik dan strategi futsal modern*, Jakarta: Be champion
- Lhaksana, Justinus. (2008). *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta: PT Raih Asa Sukses
- Luxbacher Joseph. (2004). *Sepak Bola Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Marhaendro, A. S. D., & Saryono (2012). *Tes Futsal FIK Jogja*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Murhananto (2008), *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta: Kawan Pustaka
- Rahmani (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Scheunemann, T. (2009). *Futsal For Winner*. Malang: Dioma Publishing
- Sera, N. D., Mark, L. W., & Aron, J. M. (2011). Time-Motion Analysis Of International and National Level Futsal. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(3), 646–651.
- Sinatriyo, D., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Kusnandar, K., & Heza, F. N. (2020). Keseimbangan dan Kelentukan Pergelangan Kaki: Bagaimanakah Korelasinya dengan Kemampuan Shooting Sepakbola? *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(1), 6–12.
- Subekti, M., Adiatmika, I. P. G., & Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017). Physical and physiological demands of futsal. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 15(2), 76–80. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2017.09.001>
- Suganda, M. A. (2017). Pengaruh Latihan Lingkaran Pinball Terhadap Ketepatan Passing Datar dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler Di SMK YPS Prabumulih. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 16(1), 57–61
- Tirtayasa, P. K. R., Santika, I. G. P. N. A., Festiawan, R. (2020). Barrier Jump Training to Leg Muscle Explosive Power. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 9(3), 173–177. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/active.v9i3.41145>
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., & Widanita, N. (2020). Evaluasi Penerapan Pendekatan Saintifik Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Teknik Dasar Passing Sepak Bola Evaluation of Application of Scientific Approach In Physical Education Learning Basic Technical Material For Football Passing. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 41–54