



# Kas Hartadi Fokus Fisik dan Pertahanan

## ● PSIM DITUNGGU SEMEN PADANG

**YOGYA (MERAPI)** - PSIM Yogyakarta ditunggu Semen Padang di Stadion H.Agus Salim dalam laga pembuka babak 12 besar Grup X Liga 2 Sabtu (6/1/2024) sore. Kas Hartadi, pelatih Laskar Mataram, memprediksi laga akan berjalan berat.

Semen Padang, tim tersubur di babak fase grup, punya banyak striker dengan atribut dan pace menakutkan. Latihan persiapan pun mulai masuk ke area taktikal.

"Sekarang taktiknya masih bertahan. Karena main tandang kami pertahanannya harus kuat. Untuk itu harus diimbangi kekuatan fisik yang baik," kata Kas Hartadi.

Rully Hidayansyah, pelatih fisik PSIM mengamini Kas Hartadi. Sepekan sebelum masuk latihan taktik, ia sudah memberikan materi fisik yang mendukung program pelatih asal Surakarta itu. Rully juga memberi materi pemulihan bagi para pemain yang sempat dihantam cedera sembari memberi latihan fisik selama sepekan. Adapun materi yang diberikan seperti kemampuan ketahanan



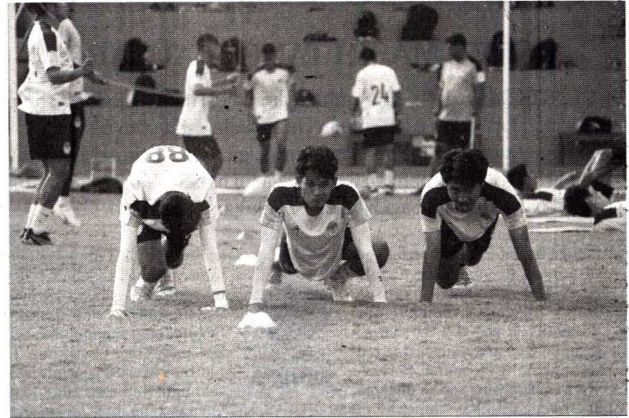
fisik, dari intensitas rendah, menengah, sampai tinggi.

Hasilnya cukup baik dan memuaskan.

"Perkembangannya sejauh ini rata-rata pemain oke. Hanya ada beberapa pemain yang masih pemulihan. Sukarja sudah mulai adaptasi, gabung sama latihan,"

Targetnya melawan Semen Padang siap," ungkap Rully.

Setelah menghadapi Semen Padang, PSIM akan menjamu PSMS Medan di Stadion Mandala Krida Jumat (12/1/2024) lalu Persiraja di kandang lima hari berselang. Setelah itu mereka gantian bertandang ke kandang Persiraja lalu lima hari berselang kembali ke kandang menjamu Semen Padang kemudian menutup babak 12 besar di Stadion Baharoedin Siregar menantang PSMS



Para pemain PSIM saat menjalani Latihan jelang babak 12 besar Liga 2.

Medan Sabtu (3/2/2024) sore.

Jadwal padat itu membuat Kas Hartadi merancang program lainnya yakni pemulihan kondisi fisik para pemain. "Kalau di 12 besar itu lebih ke pemulihan

nanti fokus latihannya karena jadwal padat sekali. Semoga di 12 besar anak-anak tetap main stabil, konsisten, dan agresif seperti karakter yang pelatih kepala mau," sambung Rully. **(Des)-f**

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. PSIM Jogja	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 20 Januari 2025  
 Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**  
 NIP. 19690723 199603 1 005