



Pembinaan Olahraga Futsal Usia 11-16 Tahun di Club Female Football Project Kota Batu

Futsal Sports Coaching for Ages 11-16 at Club Female Football Project Batu City

Herlina Dwi Agestin, Febrilia Putri Mulyanti, Rhanika Rizkika Dewayan, Merin Yunika Adelia, Yulingga Nanda Hanief
Universitas Negeri Malang, Indonesia

*Email: herlina.dwi.2006316@students.um.ac.id, febrilia.putri.2006316@students.um.ac.id,
merin.yunika.2006316@students.um.ac.id, rhanika.rizkika.2006316@students.um.ac.id,
yulingga.hanief.fik@um.ac.id

*Correspondence: Herlina Dwi Agestin

DOI:

10.59141/comserva.v3i1.734

ABSTRAK

Pembinaan futsal yang ada di Jawa Timur mungkin masih kurang dari pada daerah lain tetapi hal ini dapat diatasi apabila pembinaan futsal disetiap club lebih diperhatikan dan diperbaiki lagi dari semua faktor yang dapat mempengaruhi ataupun menghambat dalam proses pembinaan. Namun, pada club Female Football Project kota Batu mengalami masalah dalam pembinaan futsal putri terutama dalam pembinaan kategori usia 11 – 16 hal ini disebabkan oleh banyak faktor seperti jadwal latihan, motivasi latihan, gerak motorik yang dimiliki masing – masing individu dan ketersediaan pelatih yang sedikit. Tujuan kegiatan ini adalah untuk melakukan observasi dan analisis mengenai keberhasilan pembinaan olahraga futsal yang ada di Jawa Timur. Metode yang digunakan adalah kegiatan pengabdian masyarakat Magang MBKM selama 4 – 5 bulan. Hasil observasi dan analisis yang didapatkan, masih banyak hal yang perlu diperbaiki dalam pembinaan futsal di club Female Football Project terutama dalam menangani masalah penurunan motivasi latihan pada atletnya dikarenakan pembinaan kemampuan dasar futsal tidak akan berjalan dengan baik ketika motivasi latihan pada atlet menurun dan tentunya perlu lebih memperhatikan mengenai psikologi olahraga agar dapat lebih memperhatikan kesehatan mental atletnya karena akan berpengaruh kepada prestasi atlet dan club.

Kata Kunci: Pembinaan; Futsal; Olahraga

ABSTRACT

Futsal coaching in East Java may still be lacking compared to other regions, but this can be overcome if futsal coaching in each club pays more attention to and improves upon all the factors that can influence or hinder the coaching process. However, the Female Football Project club in Batu city is experiencing problems in coaching girls' futsal, especially in fostering the 11-16 age category. This is caused by many factors such as training schedules, training motivation, motor movements each individual has and the availability of few coaches. The purpose of this activity is to make observations and analyzes regarding the success of fostering futsal sports in East Java. The method used is the MBKM Internship community service activities for 4-5 months. The results of the observations and analysis obtained, there are still many things that need to be improved in futsal coaching at the Female Football Project club, especially in dealing with the problem of decreasing training motivation in athletes because basic futsal skills development will not work well when training motivation in athletes decreases and of course more

needs to be done. pay attention to sports psychology in order to pay more attention to the mental health of athletes because it will affect the achievements of athletes and clubs.

Keywords: *Coaching; Futsal; Sports*

PENDAHULUAN

Perkembangan pembinaan olahraga dapat dilihat dari prestasi – prestasi yang diraih atlet maupun club ditingkat internasional maupun nasional. Pada olahraga futsal dalam proses perkembangan pembinaan olahraga dapat kita lihat dari permainan dan prestasi yang diraih oleh atlet putra-putri Indonesia di berbagai pertandingan seperti timnas putra Indonesia yang berhasil menjadi runner-up di Piala AFF Futsal 2022 dan timnas putri Indonesia yang hampir menjuarai kejuaraan NSDF Womens Futsal 2022 (Pratama, 2022). Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui bahwa prestasi yang diraih oleh atlet Indonesia masih belum maksimal, hal ini bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya kurang maksimalnya pembinaan olahraga futsal yang ada di Indonesia (Imansyah, 2017).

Pembinaan futsal di Indonesia mungkin menghadapi berbagai permasalahan seperti kurangnya sarana dan prasarana yang memadai, kurangnya pemahaman psikologi olahraga yang dapat menunjang mental atlet, kurang berjalannya pertandingan tingkat nasional maupun daerah dan masih banyak lagi faktor – faktor yang dapat mempengaruhi atau menghambat dalam proses pembinaan futsal (Handoko, 2021; Wijayanto, 2022b). Di Provinsi Jawa Timur prestasi futsal yang diraih mungkin masih dibawah provinsi lain salah satunya provinsi Jawa Barat, hal ini dapat kita ketahui dari kompetisi – kompetisi nasional seperti pada pergelaran PON Papua 2022 tim futsal Jatim harus mengakui keunggulan tim futsal Jabar dipertandingan semi final sehingga memupuskan harapan tim futsal Jatim untuk meraih medali emas di cabor ini. Berdasarkan hasil tersebut, dapat diketahui bahwa pembinaan futsal yang ada di Jawa Timur mungkin masih kurang dari pada daerah lain tetapi hal ini dapat diatasi apabila pembinaan futsal disetiap club lebih diperhatikan dan diperbaiki lagi dari semua faktor yang dapat mempengaruhi ataupun menghambat dalam proses pembinaan.

Female Football Project (FFP) merupakan salah satu club futsal di Kota Batu yang melakukan pembinaan futsal terutama pada futsal putri. Dalam pembinaan ini FFP membagi menjadi 2 kategori yaitu, kategori usia 11 – 16 tahun dan usia 16 – 22 tahun. Dalam pembinaan di club ini terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi atau menghambat terutama dalam kategori usia 11–16 tahun diantaranya, jadwal latihan, motivasi latihan, gerak motorik yang dimiliki masing – masing individu dan ketersediaan pelatih yang sedikit.

Selain itu, salah satu faktor utama yang menghambat proses pembinaan terutama dalam kategori usia 11 – 16 tahun adalah hanya terdapat satu pelatih yang membina atau melatih (Tuwianto, 2018), sedangkan pada kategori ini banyak faktor yang perlu diperhatikan dari kemampuan dasar, gerak motorik dan mental, terlebih lagi pada usia ini masih terbilang usia untuk bersenang – senang apabila pembinaan tidak dilaksanakan dengan baik maka akan berdampak buruk bagi mereka.

Berdasarkan observasi yang kami lakukan di club Female Football Project kota Batu, dapat diketahui bahwa masih banyak anak – anak yang memiliki kemampuan dasar, dan gerak motorik dibawah teman-temannya yang lain, hal ini mungkin disebabkan karena pelatih hanya memantau beberapa anak yang sudah berkembang lebih baik, mengingat hanya satu pelatih dan banyak anak-anak yang dilatih itu sangat wajar apabila pelatih tidak dapat memantau semua anak didiknya. Sehingga anak-anak yang tidak terpantau dengan baik akan sedikit tertinggal dari teman lainnya yang sudah berkembang terlebih dahulu.

Berdasarkan hal-hal tersebut, dalam proses pembinaan olahraga diperlukan setidaknya 2 pelatih atau lebih agar proses pembinaan olahraga lebih efektif dan pemantuan kepada setiap atlet lebih maksimal agar proses pengembangan disetiap anak berjalan dengan baik (Agara & Faruk, 2022; Utomo, 2020). Melalui kegiatan pengabdian masyarakat di club Female Football Project yang dilaksanakan selama 4-5 bulan ini bertujuan untuk membantu memantau dan meningkatkan kemampuan dasar, gerak motori dan mental anak-anak, supaya dapat berkembang dengan baik dibawah pembinaan Female Football Project kota Batu.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Malang yang sudah terdaftar dalam kegiatan Program MBKM. Kegiatan ini dilakukan selama 4 – 5 bulan dengan beberapa tahap yaitu, tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Peserta kegiatan ini adalah anak – anak Female Football Project kota Batu yang berusia 11 – 16 tahun.

Tahap perencanaan dilakukan melalui koordinasi tim pengabdian dengan mitra yaitu Manajemen Female Football Project. Koordinasi ini meliputi perencanaan pelaksanaan kegiatan, waktu pelaksanaan dan peserta yang akan menjadi sasaran kegiatan. Pada tahap ini tim pengabdian juga mulai melakukan penyusunan program latihan yang nantinya akan didiskusikan kembali dengan pelatih utama agar saat melaksanakan kegiatan tidak terjadi kesalah pahaman.

Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan ini kami membagi tugas tim pengabdian sesuai dengan kemampuan yang dimiliki masing – masing individu. Hal ini bertujuan agar pemantuan dan pengembangan kemampuan dasar serta gerak motorik pada peserta dapat dilaksanakan dengan baik. Pelaksanaan Program Latihan dilakukan setiap seminggu 2 kali. Di setiap akhir latihan terdapat sesi sharing session atau evaluasi agar mempermudah peserta untuk mengetahui perkembangannya disetiap latihan. Selanjutnya kami juga mengadakan pertandingan uji coba setiap 2 bula sekali untuk mengetahui sampai mana kemampuan futsal yang dimiliki oleh setiap peserta. Selain itu, untuk mengetahui tingkat motivasi latihan pada peserta kami memberikan kuesioner secara manual pada peserta untuk mengetahui faktor – faktor yang menyebabkan penurunan motivasi latihan pada mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan Dasar Futsal

1. Passing



Gambar 1. Grafik Kemampuan Dasar Passing Di setiap Minggunya

Berdasarkan gambar 1. dari hasil kegiatan yang dilakukan, didapatkan hasil kemampuan dasar passing peserta di setiap minggunya. Pada bulan september dari minggu pertama sampai minggu keempat kemampuan passing peserta mulai mengalami kenaikan dari 40% menjadi 60%, bahkan mengalami peningkatan dibulan selanjutnya sampai 70%, hal ini dikarenakan setiap peserta mengikuti program latihan dengan baik dan selalu datang di setiap sesi latihan, namun setelah memasuki minggu keempat di bulan oktober kemampuan passing peserta mulai menurun dikarenakan dari sebagian peserta tidak mengikuti latihan dengan baik dan sering absen dari sesi latihan.

2. Kontrol

Dari hasil kegiatan yang dilakukan, didapatkan hasil kemampuan dasar kontrol peserta disetiap minggunya yang dapat dilihat pada gambar 2.

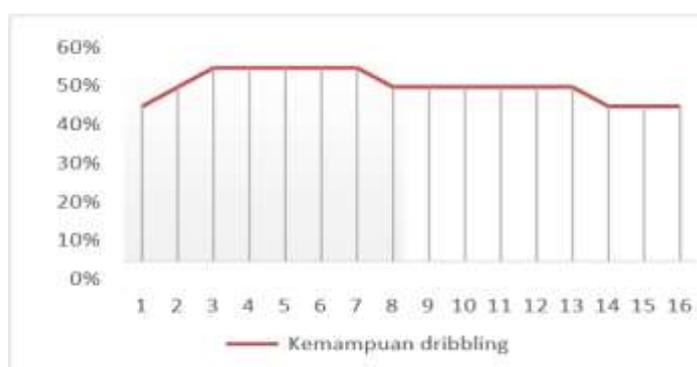


Gambar 2. Grafik Kemampuan Dasar Kontrol Di setiap Minggunya

Berdasarkan data di atas, pada bulan september dari minggu pertama sampai minggu ketiga bulan oktober kemampuan kontrol peserta meningkat dari 30% sampai 40% tapi kemampuan ini tidak meningkat terlalu signifikan, hal ini dikarenakan setiap peserta mengikuti program latihan dengan baik dan selalu datang di setiap sesi latihan meskipun dalam pelatihan kemampuan kontrol ini sedikit terhambat karena banyak peserta yang salah dalam melakukan kontrol bola, namun setelah memasuki minggu keempat di bulan oktober kemampuan kontrol peserta mulai menurun dikarenakan dari sebagian peserta tidak mengikuti latihan dengan baik dan sering absen dari sesi latihan.

3. Dribbling

Dari hasil kegiatan yang dilakukan, didapatkan hasil kemampuan dasar dribbling peserta disetiap minggunya yang dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Grafik Kemampuan Dasar Dribbling Di setiap Minggunya

Berdasarkan data di atas, pada bulan september dari minggu pertama sampai minggu ketiga bulan oktober kemampuan dribbling peserta meningkat dari 40% sampai 50% tapi kemampuan ini tidak

meningkat terlalu signifikan, hal ini dikarenakan setiap peserta mengikuti program latihan dengan baik dan selalu datang di setiap sesi latihan meskipun begitu dalam pelatihan kemampuan dribbling ini sedikit ada hambatan karena masih banyak peserta yang mengalami kesulitan saat melakukan dribbling, namun setelah memasuki minggu keempat di bulan oktober kemampuan dribbling peserta mulai menurun dikarenakan dari sebagian peserta tidak mengikuti latihan dengan baik dan sering absen dari sesi latihan.

4. Shooting

Dari hasil kegiatan yang dilakukan, didapatkan hasil kemampuan dasar shooting peserta di setiap minggunya yang dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4. Grafik Kemampuan Dasar Shooting Di setiap Minggunya

Motivasi Latihan

Dikarenakan banyaknya peserta yang mulai tidak datang disesi latihan, kami mulai mengadakan kuesioner untuk mencari tahu penyebab penurunannya motivasi latihan terhadap peserta. Dan berikut ini hasil dari kegiatan yang dilakukan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Kuesioner Motivasi Latihan

No.	Nama	Usia (Tahun)	Jawaban
1.	VOK	11	Kurangnya teman saat latihan
2.	CDK	11	Kurangnya teman saat latihan
3.	RS	11	Tidak bisa membagi waktu
4.	ACVN	12	Pelatih kurang tegas di dalam lapangan
5.	VAK	13	Sedang ada masalah dengan teman sebaya/keluarga
6.	MPK	14	Tidak bisa membagi waktu
7.	SA	14	Kurangnya teman saat latihan
8.	NNA	15	Kurangnya teman saat latihan
9.	ADAPZ	15	Sedang ada masalah dengan teman sebaya/keluarga
10.	SMES	16	Kurangnya teman saat latihan

Berdasarkan data tabel 1. Hasil kuesioner, dari 10 peserta yang mengisi kuesioner didapat hasil sebagai berikut: (1) kurangnya teman saat latihan: 4 jawaban; (2) tidak bisa membagi waktu: 2 jawaban; (3) sedang ada masalah dengan teman sebaya/keluarga: 2 jawaban; (4) pelatih kurang tegas saat berada dilapangan: 1 jawaban. Dapat diketahui bahwa kurangnya teman saat latihan dapat menjadi salah satu

faktor utama peserta kurang termotivasi saat mengikuti latihan. Hal ini mungkin dikarenakan pada usia ini terlebih lagi futsal olahraga beregu mungkin peserta perlu banyak interaksi dengan teman sebayanya agar tidak terlalu terbebani ataupun bosan saat melaksanakan materi latihan yang diberikan oleh pelatih karena pada usia ini memang masih dalam masa bersenang – senang dan pembentukan karakter (Alfiyan & Rokhmah, 2018).

Selain itu, juga terdapat beberapa jawaban yang dipilih cukup menarik seperti sedang ada masalah dengan teman sebaya/keluarga dengan alasan yang cukup spesifik. Dari jawaban yang dipilih kita bisa tahu meskipun itu anak – anak kita juga tetap harus memperhatikan kesehatan mental atau psikisnya karena ini dapat mempengaruhi suasana hatinya yang berdampak terhadap motivasi latihannya (Makarim, 2022; Mylsidayu, 2022).

Keberhasilan dalam pembinaan futsal sangat bergantung pada faktor - faktor seperti pembinaan atlet yang berkualitas, kualitas pelatih, jadwal latihan dan program latihan yang tersusun secara sistematis, serta dukungan ilmu pengetahuan dan sarana prasarana (Saharullah, 2021; Wiratama, 2019). Dari hasil observasi dan analisis diatas masih banyak hal yang perlu diperbaiki dalam pembinaan futsal putri Female Football Project kota Batu terutama dalam menangani masalah penurunan motivasi latihan pada atletnya dikarenakan pembinaan kemampuan dasar futsal tidak berjalan dengan baik ketika motivasi latihan pada atlet menurun dan tentunya perlu lebih memperhatikan mengenai psikologi olahraga agar dapat lebih memperhatikan kesehatan mental atletnya (Ilham, 2021; Wijayanto, 2022a). Karena berkembangnya suatu club maupun atlet itu bergantung pada pembinaan itu sendiri (Wibowo et al., 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari kegiatan observasi dan analisis melalui kegiatan pengabdian masyarakat Magang MBKM mengenai pembinaan futsal putri Female Football Project kota Batu selama 4 – 5 bulan masih banyak hal yang perlu diperbaiki dalam pembinaan futsal terutama dalam menangani masalah penurunan motivasi latihan pada atletnya dikarenakan pembinaan kemampuan dasar futsal tidak berjalan dengan baik ketika motivasi latihan pada atlet menurun dan tentunya perlu lebih memperhatikan mengenai psikologi olahraga agar dapat lebih memperhatikan kesehatan mental atletnya karena akan berpengaruh kepada prestasi atlet dan club.

DAFTAR PUSTAKA

- Agara, W. A., & Faruk, M. (2022). Manajemen Pembinaan Olahraga Futsal Kabupaten Gresik. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(1), 58–62.
- Alfiyan, A., & Rokhmah, A. M. (2018). Periodisasi Perkembangan Masa Kanak-kanak Awal. *Periodisasi Perkembangan Masa Kanak-Kanak Awal*, 1–13.
- Handoko, A. A. (2021). *Evaluasi Pembinaan Sekolah Sepakbola (SSB) Trio Muda*.
- Ilham, Z. (2021). Peranan psikologi olahraga terhadap atlet. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 274–282.
- Imansyah, Y. (2017). Industri Olahraga Unggulan Mengangkat Citra Kualitas Produk Indonesia. *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Indonesia 7 Oktober 2017*, 112.
- Makarim, F. R. (2022). *Ini Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental Remaja*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/ini-pentingnya-menjaga-kesehatan-mental-remaja>
- Mylsidayu, A. (2022). *Psikologi olahraga*. Bumi Aksara.
- Pratama, I. S. (2022). *Hasil NSDF Womens Futsal 2022: Timnas Futsal Putri Indonesia Gagal Juara, Usai Ditahan Imbang Thailand*. Bola.Okezone.Com. <https://bola.okezone.com/read/2022/04/26/51/2585650/hasil-nsdf-womens-futsal-2022-timnas-futsal-putri-indonesia-gagal-juara-usai-ditahan-imbang-thailand>
- Saharullah, D. R. (2021). *Evaluasi Program Pembinaan Olahraga*. UPT Pepustakaan.
- Tuwianto, P. E. (2018). Faktor-Faktor Pendukung Dan Penghambat Prestasi Klub Bola Voli Yuso Yogyakarta. *Pend. Kepelatihan Olahraga-SI*, 7(1).
- Utomo, U. (2020). *Pembinaan Prestasi Olahraga Adaptif*. Anugrah jaya.
- Wibowo, K., Hidayatullah, M. F., & Kiyatno, K. (2017). Evaluasi Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Basket di Kabupaten Magetan. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 9–15.
- Wijayanto, A. (2022a). *Kompetensi Pelatih Olahraga Di Era Digital*.
- Wijayanto, A. (2022b). *Refleksi Pon Xx Dan Peparnas Xvi Papua*.
- Wiratama, P. (2019). Soccer Coaching. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(02), 101–110.



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).