

Coaching Clinic : Pelatih Futsal Bagi Calon Sarjana Olahraga di Kabupaten Bojonegoro

Coaching Clinic: Futsal Coach for Sports Bachelor Candidates in Bojonegoro Regency

Mohamad Da'i¹, Rohmad Apriyanto², Vesti Dwi Cahyaningrum³, Hilmy Aliriad⁴, Adi S⁵

¹²³⁴Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, ⁵Universitas Negeri Semarang

e-mail: ¹dai@unugiri.ac.id, ²rohmadapriyanto87@gmail.com,

³vestidwibk@unugiri.ac.id, ⁴hilmy@unugiri.ac.id, ⁵adis@mail.unnes.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pengalaman bagi calon sarjana olahraga di Kabupaten Bojonegoro dalam melatih futsal melalui kegiatan *coaching clinic*. Pelatihan ini diharapkan dapat menciptakan pelatih-pelatih futsal yang kompeten dan siap untuk berkontribusi dalam perkembangan futsal di Kabupaten Bojonegoro. Penelitian ini menggunakan metode pelatihan yang melibatkan sesi teori untuk memberikan pengetahuan dasar tentang futsal, praktek di lapangan untuk mengasah keterampilan teknik dan taktik, serta diskusi interaktif untuk mendalami strategi dan teknik futsal. Pelatih profesional di bidang futsal diundang untuk memberikan materi dan bimbingan kepada para peserta. Sasaran dalam *coaching clinic* ini adalah mahasiswa yang sedang menempuh perkuliahan di bidang olahraga dan berdomisili di Kabupaten Bojonegoro yang berjumlah 30 orang. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan mahasiswa dalam melatih futsal, baik dari segi teknik maupun strategi. Selain itu, terbentuk jaringan dan komunitas pelatih futsal yang solid di Kabupaten Bojonegoro, yang diharapkan dapat berkontribusi pada perkembangan dan prestasi futsal di daerah tersebut. Kegiatan ini juga membuka peluang bagi mahasiswa untuk mengembangkan karir mereka sebagai pelatih futsal profesional di masa depan. Kesimpulannya, *coaching clinic* ini memberikan manfaat besar dalam membangun kapasitas dan kualitas pelatih futsal di Kabupaten Bojonegoro

Kata Kunci: Coaching Clinic; Pelatih Futsal; Sarjana Olahraga

Abstract: This research aims to provide knowledge and experience for prospective sports graduates in Bojonegoro Regency in training futsal through coaching clinic activities. This training is expected to create futsal coaches who are competent and ready to contribute to the development of futsal in Bojonegoro Regency. This research uses a training method that involves theory sessions to provide basic knowledge about futsal, practice in the field to hone technical and tactical skills, and interactive discussions to explore futsal strategies and techniques. Professional coaches in the field of futsal are invited to provide material and guidance to the participants. The target group for this coaching clinic is 30 students who are studying sports and live in Bojonegoro Regency. The results of this activity show a significant increase in students' understanding and

skills in training futsal, both in terms of technique and strategy. Apart from that, a solid network and community of futsal coaches has been formed in Bojonegoro Regency, which is expected to contribute to the development and achievements of futsal in the area. This activity also opens up opportunities for students to develop their careers as professional futsal coaches in the future. In conclusion, this coaching clinic provides great benefits in building the capacity and quality of futsal coaches in Bojonegoro Regency

Keywords: *Coaching Clinic; Futsal Coach; Bachelor of Sports*

A. Pendahuluan

Olahraga futsal telah berkembang pesat dan menjadi salah satu cabang olahraga yang digemari oleh berbagai kalangan, khususnya di Indonesia [1]. Futsal merupakan varian sepak bola yang dimainkan di lapangan yang lebih kecil dengan jumlah pemain yang lebih sedikit [2]. Popularitas futsal terus meningkat seiring dengan pertumbuhan liga futsal profesional dan kejuaraan futsal di berbagai tingkatan, mulai dari sekolah, perguruan tinggi, hingga level nasional dan internasional [3]. Di Kabupaten Bojonegoro, olahraga futsal juga mengalami perkembangan yang signifikan. Berbagai turnamen dan kompetisi futsal rutin diselenggarakan untuk menampung minat dan bakat para pemain muda. Namun demikian, tantangan besar yang dihadapi adalah kurangnya pelatih futsal yang berkualitas dan terlatih di daerah tersebut [4].

Masalah ini menjadi perhatian serius karena pelatih memiliki peran krusial dalam mengembangkan keterampilan dan bakat pemain. Pelatih yang berkualitas tidak hanya menguasai teknik dasar futsal, tetapi juga memahami strategi permainan, kemampuan manajerial, dan pendekatan psikologis yang tepat dalam melatih pemain [5]. Sayangnya, di Kabupaten Bojonegoro, banyak pelatih yang belum mendapatkan pelatihan yang memadai, sehingga kemampuan mereka dalam melatih masih terbatas. Kondisi ini berdampak pada perkembangan futsal di daerah tersebut, dimana prestasi dan kualitas permainan para pemain futsal masih belum optimal [6]. Oleh karena itu, diperlukan upaya nyata untuk meningkatkan kompetensi para pelatih futsal melalui program pelatihan yang terstruktur dan berkualitas.

Dalam konteks inilah, program coaching clinic pelatih futsal bagi mahasiswa olahraga Kabupaten Bojonegoro dirancang dan dilaksanakan. Program ini bertujuan untuk memberikan pelatihan intensif kepada para mahasiswa yang memiliki minat dan potensi dalam bidang kepelatihan futsal. Coaching clinic ini diharapkan dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan kualitas pelatih futsal di Kabupaten Bojonegoro, sehingga dapat mendukung perkembangan futsal di daerah tersebut secara berkelanjutan. Sasaran utama dari program ini adalah mahasiswa olahraga yang memiliki latar belakang pendidikan dan minat yang kuat dalam bidang olahraga, khususnya futsal. Melalui program ini, diharapkan mereka dapat mengembangkan keterampilan kepelatihan yang komprehensif, mencakup aspek teknis, taktis, manajerial, dan psikologis.

Pelaksanaan coaching clinic ini melibatkan pelatih-pelatih futsal profesional yang memiliki pengalaman dan keahlian di tingkat nasional dan internasional. Para pelatih ini diundang untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman mereka kepada para peserta.

Program ini dirancang dengan metode yang holistik, mencakup sesi teori, praktek di lapangan, dan diskusi interaktif. Sesi teori bertujuan untuk memberikan pemahaman dasar mengenai konsep dan prinsip permainan futsal, strategi dan taktik, serta aspek-aspek manajerial dalam kepelatihan. Sementara itu, sesi praktek di lapangan fokus pada pengembangan keterampilan teknis seperti dribbling, passing, shooting, dan defending, serta penerapan strategi dalam situasi permainan nyata. Diskusi interaktif memungkinkan peserta untuk bertukar pikiran, mengajukan pertanyaan, dan mendapatkan feedback langsung dari para pelatih profesional.

Evaluasi keterampilan dan pengetahuan peserta dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan untuk mengukur efektivitas program. Hasil evaluasi ini akan menjadi dasar untuk menyempurnakan program pelatihan di masa mendatang. Berdasarkan pengalaman dari pelaksanaan coaching clinic sebelumnya, hasilnya menunjukkan bahwa peserta mengalami peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan keterampilan kepelatihan mereka. Peningkatan ini tidak hanya terlihat dari aspek teknis dan taktis, tetapi juga dari aspek manajerial dan psikologis. Para peserta mengaku lebih percaya diri dan siap untuk menerapkan ilmu yang mereka peroleh dalam melatih tim futsal di sekolah, kampus, atau klub mereka.

Lebih dari sekadar meningkatkan kompetensi individu, program coaching clinic ini juga memiliki dampak yang lebih luas dalam membangun komunitas pelatih futsal di Kabupaten Bojonegoro. Melalui jaringan yang terbentuk, para pelatih dapat saling berbagi informasi, pengalaman, dan sumber daya, yang pada gilirannya akan memperkuat ekosistem futsal di daerah tersebut. Komunitas pelatih yang solid akan menjadi tulang punggung dalam mengembangkan dan memajukan futsal di Kabupaten Bojonegoro. Oleh karena itu, penting bagi pemerintah daerah, institusi pendidikan, dan organisasi olahraga untuk mendukung dan menyelenggarakan program-program pelatihan seperti coaching clinic ini secara berkelanjutan.

Pada akhirnya, keberhasilan program coaching clinic pelatih futsal bagi mahasiswa olahraga Kabupaten Bojonegoro diharapkan dapat menjadi model bagi daerah-daerah lain yang menghadapi tantangan serupa. Dengan meningkatkan kualitas pelatih futsal, kita dapat mendorong perkembangan futsal yang lebih baik, menciptakan pemain-pemain berkualitas, dan meraih prestasi yang lebih tinggi di berbagai level kompetisi. Program ini merupakan langkah awal yang penting menuju masa depan futsal yang lebih cerah di Kabupaten Bojonegoro dan Indonesia secara keseluruhan.

B. Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode partisipatif, di mana mahasiswa olahraga, dosen, dan pelatih profesional bekerja sama [7]. Alur kegiatan dimulai dengan tahap persiapan yang mencakup koordinasi dengan pengurus cabang olahraga futsal di Kabupaten Bojonegoro, klub futsal, dan pemerintah daerah serta pemetaan kebutuhan. Tahap berikutnya adalah sosialisasi program melalui media sosial, brosur, dan pengumuman di klub futsal dan kampus, dilanjutkan dengan seleksi peserta yang memiliki komitmen dan potensi menjadi pelatih

futsal. Pelaksanaan *coaching clinic* berlangsung selama satu hari, dengan sesi teori di pagi hari, praktek di lapangan pada siang hari, dan diskusi serta evaluasi di sore hari. Materi teori meliputi dasar-dasar futsal, strategi permainan, manajemen tim, dan aspek psikologis dalam kepelatihan, sementara praktek fokus pada teknik-teknik dasar dan simulasi permainan. Evaluasi dilakukan melalui observasi, tes tertulis, dan praktek untuk mengukur pemahaman dan keterampilan peserta [8]. Tahap akhir adalah evaluasi menyeluruh dan refleksi, di mana data dan feedback dari peserta serta pelatih digunakan untuk menyusun laporan akhir dan membentuk komunitas pelatih futsal yang akan melanjutkan inisiatif ini. Dengan metode dan alur kegiatan yang terstruktur, diharapkan program ini dapat meningkatkan kualitas pelatih futsal di Kabupaten Bojonegoro dan mendorong perkembangan olahraga futsal di daerah tersebut.

C. Hasil dan Pembahasan

Coaching Clinic Pelatih Futsal bagi Mahasiswa Olahraga Kabupaten Bojonegoro dimulai pada pukul 08:00 dengan registrasi dan pembukaan, dilanjutkan dengan sesi diskusi kelas yang mencakup pengantar futsal, teknik dasar, dan potensi profesi pelatih futsal. Setelah istirahat pukul 10:00, peserta mempelajari teknik dasar lanjutan hingga waktu makan siang pada pukul 12:00. Sesi sore dimulai pukul 13:00 dengan materi taktik, strategi permainan, dan manajemen tim, dilanjutkan dengan istirahat pukul 14:30. Setelah itu, peserta melanjutkan dengan sesi analisis pertandingan dan kondisi fisik pemain, diakhiri dengan aspek psikologis dalam futsal dan simulasi pertandingan. Kegiatan ditutup pada pukul 17:00 dengan evaluasi dan pembagian sertifikat kepada peserta.

Sesi Diskusi

Materi yang diberikan mengenai peraturan pertandingan futsal adalah *Law of the Game* tahun 2021/2022 [9]. Materi ini disampaikan oleh Sdr. Agung Triyoni Prasetyo, seorang pelatih futsal nasional asal Kabupaten Bojonegoro yang memiliki Lisensi Level 1 Nasional, dan dipandu oleh Bpk. Mohamad Da'i selaku dosen di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Adapun materi yang disampaikan meliputi:

- Potensi Profesi Pelatih Futsal di Kabupaten Bojonegoro;
- Peraturan pertandingan permainan futsal yang mencakup: lapangan, bola, pemain;
- Teknik bertahan dan menyerang;
- Penyusunan program latihan.

Pembelajaran berlangsung dengan baik dan terjadi komunikasi dua arah antara pemateri dengan peserta *coaching clinic*.



Gambar 1. Sesi Diskusi Dalam Kelas

Sesi Praktek Lapangan

Kegiatan praktik lapangan dilaksanakan setelah peserta menerima materi di kelas. Tujuannya adalah untuk menguji tingkat pemahaman dan penerimaan terhadap materi yang telah diberikan, sekaligus melatih kepercayaan diri peserta dalam memberikan instruksi saat pertandingan. Sesi praktek lapangan ini mencakup pemanasan, latihan teknik dasar seperti dribbling, passing, shooting, dan control, serta latihan taktik dan strategi seperti formasi, pressing, dan serangan balik cepat. Selain itu, peserta juga akan menjalani latihan kondisi fisik untuk meningkatkan kecepatan, kekuatan, dan koordinasi. Evaluasi dilakukan melalui observasi dan feedback, diikuti dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Praktek lapangan berjalan dengan baik, walaupun ada beberapa peserta yang belum mampu membuat keputusan tentang situasi yang terjadi di dalam lapangan. Menurut pemateri, ini hal yang wajar karena faktor jam terbang. Dengan proses yang berulang-ulang situasi ini akan diatasi dengan baik.



Gambar 1. Sesi Praktek lapangan

Hasil Observasi dan Evaluasi

Berdasarkan observasi dan evaluasi yang dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan, terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan peserta. Berikut ini adalah hasil observasi yang diringkas dalam bentuk tabel:

Tabel 1. Hasil Pre Tes dan Post Tes

| Aspek yang di nilai | Sebelum Pelatihan | Sesudah Pelatihan |
|------------------------|-------------------|-------------------|
| Pemahaman Dasar Futsal | 3.2 | 4.7 |
| Strategi Permainan | 3.1 | 4.7 |
| Manajemen Tim | 2.9 | 4.6 |
| Aspek Psikologis | 3.0 | 4.5 |

Dari tabel di atas, terlihat bahwa semua aspek yang dinilai mengalami peningkatan yang signifikan. Pemahaman dasar futsal, yang awalnya memiliki skor rata-rata 3.2, meningkat menjadi 4.7. Selain itu, strategi permainan yang awalnya memiliki skor rata-rata 3.1 meningkat menjadi 4.7, manajemen tim dari 2.9 menjadi 4.6, dan aspek psikologis dari 3.0 menjadi 4.5.

Hasil observasi dan evaluasi ini menunjukkan bahwa metode partisipatif yang digunakan dalam *coaching clinic* ini berhasil meningkatkan keterampilan dan pengetahuan peserta. Keterlibatan aktif peserta dalam setiap sesi pelatihan, baik teori maupun praktek, serta kesempatan untuk berdiskusi langsung dengan pelatih profesional, memberikan dampak positif yang signifikan. Dengan adanya peningkatan ini, diharapkan para peserta dapat menerapkan ilmu yang mereka peroleh dalam melatih tim futsal di komunitas mereka, sehingga dapat meningkatkan prestasi futsal di Kabupaten Bojonegoro.

Selain itu, pembentukan komunitas pelatih futsal yang solid sebagai hasil dari kegiatan ini juga merupakan pencapaian penting [10]. Komunitas ini akan menjadi wadah bagi para pelatih untuk saling berbagi informasi, pengalaman, dan sumber daya, yang akan memperkuat ekosistem futsal di Kabupaten Bojonegoro. Dukungan berkelanjutan dari pemerintah daerah, institusi pendidikan, dan organisasi olahraga sangat diperlukan untuk memastikan keberlanjutan program ini dan untuk mencapai dampak jangka panjang yang diharapkan [11].

D. Simpulan

Coaching clinic ini adalah inisiatif yang sangat penting untuk meningkatkan kualitas pelatih futsal di Indonesia, khususnya di Kabupaten Bojonegoro. Dengan fokus pada peningkatan pengetahuan teoritis, keterampilan praktis, dan pengembangan soft skills, program ini diharapkan mampu mencetak pelatih futsal yang kompeten dan profesional. Hasil dari program ini tidak hanya berdampak pada individu peserta, tetapi juga pada perkembangan futsal di Kabupaten Bojonegoro secara keseluruhan. Dengan adanya pelatih yang berkualitas, diharapkan prestasi tim-tim futsal di daerah ini akan

semakin meningkat, membawa nama baik Kabupaten Bojonegoro di kancah nasional maupun internasional.

Referensi

- [1] S. Supiati, A. Awaluddin, dan F. Ferawati, “Minat Siswa Pada Ekstrakurikuler Olahraga Futsal,” *J. Olahraga Dan Kesehatan. Indones.*, vol. 2, no. 1, hal. 34–39, 2021.
- [2] M. Da’i, R. Apriyanto, H. Aliriad, U. Nahdlatul Ulama Sunan Giri, dan U. Negeri Semarang, “Pengaruh Peran Orang Tua Dan Pelatih Terhadap Pembentukan Karakter Atlet Usia 15 Tahun,” *Nusant. Res. J. Hasil-hasil Penelit. Univ. Nusant. PGRI Kediri*, vol. 10, no. 2, hal. 182–191, 2023, [Daring]. Tersedia pada: <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor>
- [3] Y. E. Nopiyanto dan S. Raibowo, “Pelatihan Olahraga Futsal sebagai Sarana Mengurangi Aktivitas Game Online pada Anak-Anak di Kelurahan Mangunharjo,” *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian. Kpd. Masyarakat)*, vol. 1, no. 2, hal. 114–124, 2020.
- [4] A. B. Putro dan A. Widodo, “Analisis Tingkat Pemahaman Peraturan Permainan Futsal Para Pelatih Futsal Di Kabupaten Ponorogo,” *J. Kesehat. Olahraga*, vol. 8, no. 3, hal. 139–146, 2020.
- [5] A. Sugiarto, “Sinergitas Pelatih dengan Atlet Dalam Upaya Meraih Prestasi Puncak,” *CENDIKIA*, vol. 4, no. 2, hal. 127–142, 2020.
- [6] I. Hermawan, U. Maslikah, M. Masyhur, dan G. Jariono, “Pelatihan Kondisi Fisik Pelatih Cabang Olahraga Kota Depok Jawa Barat Dalam Menghadapi Persiapan PORPROV 2022,” in *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2020, hal. SNPPM2020P-371.
- [7] M. Djauhari, R. Abi Kumara, A. Putri, A. Yusuf, M. Adi, dan R. Ayu, “Pendekatan Partisipatif Dalam Memberdayakan Pemasaran Online UMKM di Kampung Krupuk Sukolilo Surabaya,” *Prapanca J. Abdimas*, vol. 1, no. 1, hal. 28–36, 2021.
- [8] S. H. Waskito, “Evaluasi Kondisi Fisik Pemain futsal SMAN 1 Sidoarjo,” *J. Prestasi Olahraga*, vol. 4, no. 9, hal. 144–150, 2021.
- [9] A. Limbong, A. F. Ridlo, dan T. Iskandar, “Peningkatan Kualitas Bermain Dalam Cabang Olahraga Futsal,” *An-Nizam*, vol. 1, no. 2, hal. 103–110, 2022.
- [10] R. A. Prabowo, “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Atlet Futsal Utp Surakarta,” *J. Kreat. Olahraga*, vol. 1, no. 1, hal. 28–36, 2023.
- [11] I. L. Lorenza dan A. A. Sihabudin, “Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Pembinaan Prestasi Olahraga Oleh Komite Olahraga Nasional Indonesia di Kabupaten Ciamis,” *Moderat J. Ilm. Ilmu Pemerintah.*, vol. 8, no. 4, hal. 856–867, 2022.