

Model Pembinaan Sepak Bola Usia Dini Di Sekolah Sepak Bola Universitas Negeri Semarang: Studi Kasus Kualitatif

Muhammad Sabila Rosyad*, Wildan Eka Saputra, Muhammad Rashif Irhab Indrasta,
Limpad Nurrachmad

Jl. Raya Banaran, Sekaran, Kec. Gn. Pati, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia
Universitas Negeri Semarang

*Penulis korespondensi, Surel: rosyad875@students.unnes.ac.id

Paper received: 08-12-2025; revised: 17-12-2025; accepted: 06-01-2026

Abstract

This study analyzes the implementation of the curriculum, coaching styles, and environmental dynamics in the football development program for children aged 9–12 at the UNNES Football School (SSB). Using a qualitative approach with a case study design, data were gathered through field observations and in-depth interviews with a key informant—selected specifically for their comprehensive authority and strategic oversight of the program's pedagogical framework to ensure data depth. The findings reveal that SSB UNNES integrates Long-Term Athlete Development (LTAD) with a child-centered coaching model that prioritizes fundamental mastery and enjoyment over competitive results. This study identifies that the synergy between a democratic-facilitative coaching style and equipment modification is pivotal in fostering athlete autonomy. The research offers a novel contribution by establishing a specialized "University-Based Sport Pedagogy" model, demonstrating how higher education expertise can bridge the gap between theoretical LTAD frameworks and practical grass-roots football coaching.

Keywords: SSB UNNES; University-Based Pedagogy; Early Childhood Football; Democratic Coaching; LTA

Abstrak

Penelitian ini menganalisis implementasi kurikulum, gaya kepelatihan, serta dinamika lingkungan dalam program pembinaan sepak bola usia 9–12 tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) UNNES. Menggunakan pendekatan kualitatif desain studi kasus, data dikumpulkan melalui observasi lapangan dan wawancara mendalam dengan satu informan kunci yang dipilih secara sengaja (purposive) karena otoritas tunggal dan pemahaman komprehensifnya terhadap kebijakan pedagogis program guna menjamin kedalaman data primer. Temuan penelitian menunjukkan bahwa SSB UNNES mengintegrasikan Long-Term Athlete Development (LTAD) dengan model child-centered coaching yang memprioritaskan penguasaan teknik dasar dan kegembiraan di atas target kompetitif. Sinergi antara gaya kepelatihan demokratis-fasilitatif dan modifikasi peralatan menjadi faktor determinan dalam membangun kemandirian atlet. Kebaruan penelitian ini terletak pada formulasi model "Pedagogi Olahraga Berbasis Universitas," yang menunjukkan bagaimana peran institusi pendidikan tinggi dalam mengintegrasikan kerangka teori LTAD ke dalam praktik lapangan sepak bola usia dini secara terstruktur.

Kata kunci: SSB UNNES; Pedagogi Berbasis Universitas; Sepak Bola Usia Dini; Gaya Kepelatihan Demokratis; LTAD

1. Pendahuluan

Fase usia 9–12 tahun merupakan periode krusial dalam pengembangan atlet sepak bola, yang dalam literatur pedagogi olahraga sering dikaitkan dengan the sensitive period untuk penguasaan keterampilan motorik. Pada tahap ini, anak memiliki tingkat plastisitas koordinatif yang tinggi, yang memungkinkan mereka menyerap teknik-teknik dasar secara optimal sebelum memasuki fase spesialisasi remaja (Manalu et al., 2025). Meskipun istilah "Golden Age" populer digunakan untuk menggambarkan fase ini, dalam konteks ilmiah hal ini lebih

tepat dipahami sebagai jendela peluang (*window of opportunity*) di mana integrasi antara sistem saraf dan kemampuan gerak mencapai kapasitas belajar tertinggi (Woodman & Hardy, 2001). Sekolah Sepak Bola (SSB) pun hadir sebagai institusi garda terdepan yang memegang peran fundamental dalam membangun fondasi teknis dan psikologis atlet.

Namun, tinjauan literatur menunjukkan bahwa penelitian mengenai SSB selama ini masih terbatas pada aspek-aspek superfisial. Penelitian terdahulu cenderung berfokus pada dimensi kuantitatif seperti kondisi fisik atlet atau efektivitas sarana dan prasarana (Alvian & Syafii, 2020), serta aspek manajerial organisasi seperti perencanaan dan pengawasan (Susanto & Syafrianto, 2020). Fokus pada hasil uji keterampilan dan manajemen administratif ini mengabaikan proses inti yang terjadi di lapangan, yaitu dinamika belajar-mengajar.

Hingga saat ini, masih terdapat celah literatur (*research gap*) mengenai bagaimana interaksi pedagogis antara pelatih dan atlet serta implementasi kurikulum diterapkan secara operasional di lapangan (*however, little is known about the actual pedagogical interaction and operational curriculum delivery in grassroots football*) (Wahyu Edi Wijaya et al., 2021). Sebagian besar riset belum menyentuh aspek bagaimana instruksi pelatih diterjemahkan menjadi pengalaman belajar bagi anak-anak. Terlebih lagi, terdapat keunikan pada SSB yang bernaung di bawah institusi pendidikan tinggi, seperti SSB UNNES. Berada di bawah naungan universitas dengan latar belakang akademis keolahragaan memberikan potensi integrasi antara teori Sport Science dengan praktik lapangan yang lebih terukur dibandingkan SSB mandiri pada umumnya. (Williams & Hodges, 2005)

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam tiga pilar utama pembinaan di SSB UNNES: implementasi kurikulum yang selaras dengan tahap perkembangan anak, gaya kepelatihan demokratis yang mendorong kemandirian, serta dinamika lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan atlet secara holistik. Dengan fokus pada pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu mengungkap mekanisme pedagogis yang efektif dalam konteks pembinaan sepak bola berbasis akademis. (Atradinatal et al., 2023)

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi fenomena pembinaan di SSB UNNES secara mendalam dan holistik. Pemilihan informan dilakukan secara bertujuan (*purposive sampling*). Informan kunci (*key informant*) dalam penelitian ini adalah Pelatih Kepala SSB UNNES kelompok usia 9–12 tahun.

Meskipun hanya melibatkan satu informan kunci, hal ini dilakukan karena subjek tersebut merupakan pemegang otoritas tunggal dalam perancangan kurikulum, pengambilan keputusan teknis, serta pengawas utama seluruh implementasi program latihan di lapangan. Fokus pada informan kunci ini memungkinkan peneliti memperoleh data primer yang otoritatif dan mendalam mengenai filosofi dan strategi pedagogis yang diterapkan, yang kemudian divalidasi silang melalui data observasi lapangan.

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama:

1. Wawancara Mendalam: Dilakukan menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur. Fokus pertanyaan meliputi mekanisme integrasi LTAD dalam

latihan, alasan pemilihan gaya kepelatihan demokratis, serta strategi modifikasi peralatan untuk anak.

2. Observasi Lapangan: Peneliti melakukan observasi partisipatif pasif selama delapan sesi latihan (durasi 90 menit per sesi) dalam satu bulan penuh. Hal ini dilakukan untuk melihat konsistensi antara pernyataan informan dalam wawancara dengan tindakan instruksional nyata di lapangan.
3. Analisis Dokumen: Menelaah dokumen kurikulum tahunan dan rencana sesi latihan (session plan) untuk memverifikasi struktur program pembinaan.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik Thematic Analysis yang dijalankan secara sistematis melalui tahapan berikut:

1. Reduksi Data dan Coding: Data mentah dari transkrip wawancara dan catatan lapangan dipilah. Peneliti melakukan initial coding (coding terbuka) untuk mengidentifikasi konsep awal, diikuti dengan axial coding untuk menghubungkan kategori-kategori instruksi dan perilaku atlet.
2. Kategorisasi Tema: Mengelompokkan kode-kode tersebut ke dalam tiga tema besar: integrasi kurikulum, interaksi pedagogis, dan modifikasi lingkungan.
3. Penarikan Kesimpulan: Memadukan temuan dari berbagai sumber data untuk membangun narasi yang menjawab tujuan penelitian.

Validitas data dijamin melalui triangulasi teknik, yaitu membandingkan data hasil wawancara dengan fakta yang ditemukan selama observasi delapan sesi latihan. Selain itu, dilakukan member check dengan cara mengonfirmasi kembali draf transkrip dan temuan awal kepada informan untuk memastikan akurasi interpretasi peneliti. Keterbatasan mengenai jumlah informan diakui dalam penelitian ini dan akan dibahas lebih lanjut pada bagian simpulan sebagai ruang bagi penelitian selanjutnya

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Implementasi Kurikulum: Prioritas Teknik Dasar dan Modifikasi Peralatan

Berdasarkan analisis dokumen kurikulum dan wawancara, SSB UNNES menerapkan struktur latihan yang menitikberatkan pada technical mastery. Informan kunci (Pelatih A) menegaskan bahwa untuk kelompok usia 9–12 tahun, bobot latihan teknis mencapai 70%, sementara 30% sisanya adalah pengenalan posisi secara mengalir (Muttaqin, 2014). Materi utama meliputi passing, dribbling, dan shooting. Selain itu, peneliti mengamati penggunaan peralatan yang telah dimodifikasi, seperti bola nomor 4 (lebih ringan) dan gawang ukuran 2 x 4 meter. Pelatih A menyatakan, "Kami tidak ingin anak-anak kesulitan menendang bola yang terlalu berat karena itu akan merusak mekanika gerak mereka." (Weinberg & Gould, 2019)

Temuan ini menunjukkan bahwa SSB UNNES secara operasional telah mengadopsi prinsip Long-Term Athlete Development (LTAD), khususnya pada fase Learning to Train. Fokus pada teknik dasar sebelum taktik kompleks sangat krusial karena pada usia ini koordinasi motorik sedang berada pada puncaknya (Alfiansyah & Hariadi, 2025). Modifikasi peralatan yang dilakukan bukan sekadar teknis, melainkan strategi pedagogis untuk meningkatkan perceived competence (perasaan mampu) pada anak. Secara teoritis, ketika anak merasa mampu mengontrol bola yang sesuai dengan ukuran fisiknya, tingkat kegembiraan (fun) dan retensi mereka dalam olahraga sepak bola akan meningkat secara signifikan (Susanto & Syafrianto, n.d.).

3.2. Gaya Kepelatihan: Pendekatan Demokratis-Fasilitatif dan Kemandirian Atlet

Hasil observasi menunjukkan bahwa Pelatih A tidak menggunakan instruksi satu arah yang dominan (command style). Sebaliknya, ditemukan kecenderungan gaya democratic-facilitative. Indikator perilaku kemandirian yang ditemukan di lapangan antara lain:

1. Pengambilan Keputusan: Saat sesi game situation, pelatih membiarkan pemain memilih siapa yang mengambil tendangan sudut tanpa interupsi langsung.
2. Problem-Solving: Ketika seorang pemain salah melakukan posisi support, Pelatih A tidak berteriak memberikan instruksi, melainkan bertanya, "Menurutmu, di mana ruang kosong yang bisa membantu temanmu?"
3. Eksplorasi Posisi: Atlet diberikan rotasi posisi setiap minggu untuk merasakan peran yang berbeda, mulai dari pemain bertahan hingga penyerang.

Gaya kepelatihan ini selaras dengan konsep athlete-centered coaching. Dengan memberikan pertanyaan daripada instruksi langsung, pelatih merangsang kesadaran kognitif atlet terhadap situasi pertandingan. Menurut (Cattle et al., 2023), pendekatan ini sangat efektif untuk membangun "kecerdasan bertanding" sejak dini. Kemandirian yang terbentuk bukan hanya soal teknis, melainkan kemampuan atlet untuk memecahkan masalah (problem-solving) di bawah tekanan permainan. Hal ini membedakan SSB UNNES dengan klub tradisional yang cenderung otoriter, di mana atlet hanya menjadi pelaksana instruksi pelatih (Commons & Parker, 2010).

3.3. Dinamika Lingkungan: Sinergi Fasilitas dan Dukungan Sosial

Data lapangan menunjukkan bahwa lingkungan SSB UNNES sangat dipengaruhi oleh budaya akademis universitas. Orang tua yang hadir di pinggir lapangan diamati cenderung suportif dan tidak melakukan intervensi teknis (seperti berteriak menginstruksikan pemain)(SHAFIRA DESGA SAPUTRO, 2024). Pelatih A menyebutkan adanya pertemuan rutin dengan orang tua untuk menyamakan visi bahwa "kemenangan bukan prioritas utama di usia dini". Dari sisi fasilitas, penggunaan lapangan rumput sintetis berkualitas tinggi terbukti mempermudah distribusi bola (bola bergulir lebih stabil), yang membantu anak dalam mempelajari akurasi passing.

Dukungan orang tua yang tidak intervensionis merupakan faktor kunci dalam menjaga kesehatan mental atlet muda. Sinergi antara kepercayaan orang tua dan kepakaran pelatih menciptakan lingkungan belajar yang aman secara psikologis (psychologically safe environment). Selain itu, ketersediaan fasilitas yang representatif di lingkungan universitas memberikan keuntungan mekanis bagi perkembangan keterampilan (Ford et al., 2012). Lintasan bola yang stabil di lapangan sintetis meminimalisir variabel gangguan saat anak belajar teknik dasar, sehingga proses otomatisasi gerak menjadi lebih cepat dan risiko cedera akibat permukaan lapangan yang tidak rata dapat ditekan (Harvey & Jarrett, 2014).

4. Simpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa model pembinaan di SSB UNNES melampaui sekadar pelatihan fisik konvensional dengan mengintegrasikan kurikulum berbasis Long-Term Athlete Development (LTAD) ke dalam pendekatan pedagogi child-centered. Nilai tambah utama dari model ini terletak pada keberhasilan sinergi antara gaya kepelatihan demokratis-fasilitatif dengan lingkungan akademis universitas, yang mampu mengubah sesi

latihan menjadi ruang pemecahan masalah bagi atlet. Penggunaan modifikasi peralatan dan teknik bertanya (questioning) terbukti secara efektif mentransformasi penguasaan teknik dasar menjadi kecerdasan bertanding (game intelligence) sejak usia dini. Model "Pedagogi Olahraga Berbasis Universitas" ini menjadi bukti bahwa keterlibatan institusi pendidikan tinggi dapat meningkatkan standar kualitas pembinaan sepak bola akar rumput melalui penerapan teori Sport Science yang aplikatif. Bagi Pelatih: Strategi problem-solving melalui instruksi minim (pendekatan implicit learning) harus dipertahankan sebagai metode utama untuk membangun otonomi kognitif atlet, sehingga mereka tidak menjadi pemain yang hanya bergantung pada perintah pelatih. Bagi Lembaga: Penting bagi universitas untuk terus menyediakan akses fasilitas standar dan supervisi pakar sebagai bentuk pengabdian masyarakat. Hal ini memastikan keberlanjutan model pembinaan yang berbasis data dan riset di level sekolah sepak bola.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada penggunaan informan kunci tunggal dan desain studi kasus tunggal, yang mungkin membatasi tingkat transferabilitas hasil penelitian pada konteks SSB yang memiliki latar belakang non-akademis. Ketergantungan pada satu perspektif otoritas pelatih menuntut kehati-hatian dalam menggeneralisasi temuan ini ke lingkungan organisasi yang lebih luas. (This study is limited by the use of a single informant and a single case, which may restrict transferability to other football school contexts with different organizational structures).

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan perspektif atlet secara langsung melalui metode Focus Group Discussion (FGD) atau wawancara fenomenologi guna memahami pengalaman subjektif dan beban psikologis mereka selama proses pembinaan. Selain itu, studi komparatif antara SSB berbasis universitas dan SSB mandiri perlu dilakukan untuk menguji efektivitas model pedagogi ini secara lebih luas.

Daftar Rujukan

- Alfiansyah, F. N., & Hariadi, I. (2025). Penguatan teknik dasar sepak bola melalui program pelatihan ball feeling bagi anak usia dini di SSB Rabbani Putra Mandiri. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 71-77. <https://doi.org/10.56003/darmabakti.v1i2.606>
- Alvian, M., & Syafii, I. (2020). *Analisis pembinaan sekolah sepakbola (ssb) usia dini widoro kandang tuban*. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/81528>
- Atradinal, Bakhtiar, S., Rusdinal, Aziz, I., Emral, Sepriadi, Ningsih, M. S., Angelia, L., & Effendi, R. (2023). Development of a holistic football training model through SSB student talent identification. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(12), 3246-3252. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.12371>
- Cattle, A., Mosher, A., Mazhar, A., & Baker, J. (2023). Early specialization and talent development in figure skating: Elite coaches' perspectives. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 8(1), 013. <https://doi.org/10.36950/2023.1ciss013>
- Commons, G. S., & Parker, K. (2010). *Preferred Coaching Styles in Youth Sports: A Qualitative inquiry of Soccer Players from Generation Z*. <https://digitalcommons.georgiasouthern.edu/etd/115>
- Ford, P. R., Carling, C., Garces, M., Marques, M., Miguel, C., Farrant, A., Stenling, A., Moreno, J., Le Gall, F., Holmström, S., Salmela, J. H., & Williams, A. M. (2012). The developmental activities of elite soccer players aged under-16 years from Brazil, England, France, Ghana, Mexico, Portugal and Sweden. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1653-1663. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.701762>

- Harvey, S., & Jarrett, K. (2014). A review of the game-centred approaches to teaching and coaching literature since 2006. In *Physical Education and Sport Pedagogy* (Vol. 19, Issue 3, pp. 278–300). Routledge. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.754005>
- Manalu, N., Saragih, S. M., Aisyah, M., Sugiharto, R. S., Pendidikan, P. S., Kesehatan, J., & Rekreasi, D. (2025). Penerapan dasar-dasar ilmu kepelatihan dalam pembinaan pemain sepak bola usia dini. *Ilmiah Pendidikan Dasar*, 1–9. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/34239?hl=id-ID>
- Muttaqin, H. (2014). Implementasi Kurikulum Sepakbola Pssi Sesuai Kelompok Umur Dalam Pelatihan Usia 9-12 Tahun (U-12) Di Ssb Bojonegoro Oeh. *Junal Kesehatan Olahraga (Volume 11 No, 02 Nomor 03-2014, 1–8)*. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/10109/9888?hl=id-ID>
- SHAFIRA DESGA SAPUTRO. (2024). *Peran Pelatih Dan Orang Tua Dalam Peningkatan Prestasi Atlet Sepak Bola Di Ssb Football Academy (Gfa) Gunungkidul*.
- Susanto, N., & Syafrianto, D. (2020). Manajemen Pembinaan Olahraga Usia Dini Sekolah Sepakbola (Ssb) Gadjah Mada (Gama) Yogyakarta. *Sporta Santika*.
- Wahyu Edi Wijaya, A., Jejak, R., Kunci, K., Pembinaan, M., & Sepak Bola, S. (2021). MANAJEMEN PEMBINAAN PRESTASI DI SEKOLAH SEPAK BOLA Keterangan. In *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia* (Vol. 2, Issue 1). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Weinberg, R. S. ., & Gould, Daniel. (2019). Foundations of sport and exercise psychology. *Human Kinetics*, 663.
- Williams, A. M., & Hodges, N. J. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 637–650. <https://doi.org/10.1080/02640410400021328>
- Woodman, T., & Hardy, L. (2001). A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport. In *Organizational Stress In Elite Sport 207 Journal Of Applied Sport Psychology* (Vol. 13).