



Dampak Pelatih Berlisensi terhadap Peningkatan Prestasi Sekolah Sepak Bola Mitra Persada Cilongok Banyumas

Didi Wakhyudi¹, Iif Firmana^{2*}

¹⁻² Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kuningan

*Penulis Korespondensi: iif@umkuningan.ac.id

Abstract. *This study is motivated by the important role of licensed coaches in implementing the Filanesia curriculum to improve the quality of early-age football development. The purpose of this study is to examine and analyze the significance of the impact of training programs implemented by licensed coaches on the improvement of holistic performance (technical, tactical, physical, and mental aspects) of students at the Mitra Persada Football School (SSB) in Cilongok, Banyumas. The method used in this study is a quantitative experimental approach with a Pre-Experimental Design, specifically the One-Group Pretest-Posttest Design. The population consisted of 25 students from the Mitra Persada Football School aged 13–15 years. The sampling technique used was purposive sampling, resulting in a final sample of 15 students. Data collection instruments included performance tests and questionnaires that had been validated by experts with a feasibility level of 95% (categorized as “Very Feasible”). The collected data were analyzed using the Paired Sample T-Test and N-Gain Score effectiveness test with the help of SPSS version 26. The results showed an overall improvement in performance, with the average pretest score of 58.40 increasing to 79.20 in the posttest. The Paired Sample T-Test results indicated a significance value (Sig. 2-tailed) of $0.000 < 0.05$, meaning that H_0 was rejected and H_a was accepted. Furthermore, the effectiveness test using the N-Gain Score resulted in a value of 0.50 (50%), which falls into the “Moderate” or fairly effective category. Thus, it can be concluded that there is a positive and highly significant impact of licensed coach training programs on improving the performance of early-age athletes at SSB Mitra Persada Cilongok Banyumas.*

Keywords: *Early-Age Athlete Performance; Filanesia Curriculum; Football School; Licensed Coaches; N-Gain Score.*

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya peran pelatih berlisensi dalam mengimplementasikan kurikulum Filanesia guna meningkatkan kualitas pembinaan sepak bola usia dini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji dan menganalisis signifikansi dampak penerapan program latihan oleh pelatih berlisensi terhadap peningkatan prestasi holistik (aspek teknis, taktis, fisik, dan mental) siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Mitra Persada Cilongok Banyumas. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimen dengan rancangan Pre-Experimental Design berjenis *One-Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian adalah siswa SSB Mitra Persada Kelompok Umur (KU) 13-15 tahun yang berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, sehingga diperoleh sampel akhir sebanyak 15 siswa. Instrumen pengumpulan data berupa tes unjuk kerja dan kuesioner yang telah divalidasi oleh ahli dengan tingkat kelayakan 95% atau kategori "Sangat Layak". Data lapangan kemudian dianalisis menggunakan uji Paired Sample T-Test dan uji efektivitas N-Gain Score dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan prestasi secara klasikal dari nilai rata-rata awal (pretest) sebesar 58,40 menjadi 79,20 pada saat posttest. Hasil uji hipotesis Paired Sample T-Test membuktikan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) adalah sebesar $0,000 < 0,05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Selain itu, hasil uji efektivitas program melalui N-Gain Score menunjukkan angka 0,50 (50%) yang tergolong dalam kategori "Sedang" atau cukup efektif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat dampak yang positif dan sangat signifikan dari penerapan program pelatih berlisensi terhadap peningkatan prestasi atlet usia dini di SSB Mitra Persada Cilongok Banyumas.

Kata Kunci: Kurikulum Philanesia; Pelatih Berlisensi; Pengembangan Performa Atlet Usia Dini; Sekolah Sepak Bola; Skor N-Gain.

1. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga terpopuler yang memikat perhatian masyarakat dari berbagai kalangan usia di seluruh dunia. Untuk membangun ekosistem sepak bola yang kuat dan berprestasi, pembinaan sejak usia dini melalui Sekolah Sepak Bola (SSB) menjadi fondasi yang sangat krusial. Keberhasilan proses pembinaan usia dini ini tidak terlepas dari

peran sentral seorang pelatih yang bertindak sebagai ujung tombak di lapangan (Pratama, 2024).

Di Indonesia, arah pembinaan sepak bola telah distandarisasi melalui pembaruan kurikulum yang dikenal dengan Filosofi Sepak Bola Indonesia (Filanesia). Kurikulum ini menjabarkan tahapan pembinaan secara spesifik berdasarkan kelompok usia dengan pendekatan holistik, yang mengintegrasikan aspek teknis, taktis, fisik, dan mental dalam setiap sesi latihan (Efendi, Wahyudi, & Utomo, 2023). Untuk dapat mengaplikasikan kurikulum modern ini dengan tepat, seorang pelatih dituntut memiliki kualifikasi formal yang dibuktikan melalui lisensi kepelatihan resmi. Pelatih berlisensi tidak sekadar memvonis kesalahan atlet (*direct coaching*), melainkan harus mampu mengevaluasi dan merangsang pengambilan keputusan (*decision making*) pemain sesuai dengan tuntutan Filanesia.

Namun, fenomena di lapangan menunjukkan adanya kesenjangan (*gap research*). Masih banyak pihak yang tampil sebagai pelatih di level SSB tanpa melalui pendidikan formal kepelatihan, sehingga pemahaman dan implementasi terhadap kurikulum Filanesia belum berjalan secara maksimal (Permadi & Nugroho, 2022). Akibatnya, pelatih sering kali menerapkan metode konvensional dan kesulitan dalam mengidentifikasi serta mengevaluasi program latihan yang terstruktur. Hal ini tentu dapat menghambat peningkatan kemampuan dan prestasi atlet usia dini.

Kondisi pembinaan ini juga menjadi perhatian khusus di Sekolah Sepak Bola (SSB) Mitra Persada Cilongok Banyumas. Sebagai salah satu wadah pembinaan usia dini, SSB Mitra Persada tengah berupaya meningkatkan kualitas latihannya dengan menggunakan jasa pelatih yang telah memiliki lisensi resmi dari PSSI. Walaupun secara teoritis pelatih berlisensi diyakini mampu mendongkrak performa anak asuhnya, pengukuran empiris secara kuantitatif mengenai seberapa besar efektivitas peningkatan prestasi yang dihasilkan oleh pelatih berlisensi di SSB ini belum pernah dilakukan. Kebanyakan penelitian terdahulu mengenai Filanesia lebih berfokus pada tingkat pemahaman pelatih secara deskriptif (Efendi, 2021), tanpa menguji secara eksperimental dampak nyatanya terhadap prestasi atlet di lapangan.

Oleh karena itu, kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini adalah mengukur secara terukur dan objektif dampak program latihan pelatih berlisensi terhadap prestasi atlet (yang mencakup aspek teknis, taktis, fisik, dan mental) menggunakan pendekatan tes lapangan eksperimental (One-Group Pretest-Posttest).

2. KAJIAN PUSTAKA

Sepakbola dan Prestasi Sepak Bola Usia Dini

Sepak bola merupakan antara cabang sukan berpasukan yang paling kompleks dan dinamik di dunia. Pada hakikatnya, sukan ini menuntut tahap koordinasi motor yang sangat tinggi, ketahanan sistem kardiovaskular yang optimum, serta keupayaan integrasi antara aspek fizikal, teknik mekanika, taktik, dan ketahanan mental yang berlangsung secara serentak di atas padang. Menurut Kusuma (2023), hakikat sukan bola sepak moden tidak lagi sekadar menendang bola secara melulu ke arah pintu gol lawan. Sebaliknya, ia telah berevolusi menjadi sebuah pertunjukan kecerdasan spatial (ruang), pengurusan tempo permainan, dan kelajuan dalam proses pembuatan keputusan (*decision making*) semasa berada di bawah tekanan tinggi. Sukan ini secara berterusan menuntut setiap pemain untuk bergerak dengan efisien, bukan sahaja semasa sedang menguasai bola (*on the ball*), malah pergerakan tanpa bola (*off the ball movement*) juga menjadi elemen penentu bagi mencipta kelebihan berangka (*overload*) di kawasan-kawasan kritikal padang. Oleh yang demikian, pembinaan bakat di peringkat usia dini menjadi asas paling penting bagi menanam kefahaman mekanika pergerakan dan visi permainan yang tepat sejak dari awal lagi.

Sekolah Sepakbola

Sekolah Sepak Bola (SSB) merupakan institusi pendidikan sukan bukan formal yang bertindak sebagai makmal pertama dalam usaha mencungkil, menyaring, dan mendidik bakat-bakat muda secara berstruktur. Menurut Maulana dan Ratimiasih (2021), SSB bukan sekadar sebuah tempat persinggahan untuk kanak-kanak berkumpul dan mengeluarkan peluh pada waktu petang. Lebih daripada itu, ia adalah sebuah wadah pembinaan berpusat yang wajib memiliki sistem pengurusan yang telus dan kurikulum yang berjenjang. Di dalam persekitaran SSB, kanak-kanak mula didedahkan dengan iklim pertandingan yang sihat dan teratur. Mereka diajar tentang erti disiplin taktik, kepentingan semangat berpasukan (*teamwork*), pengurusan emosi semasa menang atau kalah, serta nilai-nilai tanggungjawab yang akan menjadi bekalan utama sekiranya mereka melangkah ke kancah bola sepak profesional kelak.

Peran Pelatih Berlisensi dalam Pembinaan

Di dalam mana-mana struktur pembangunan sukan yang bersistematik, jurulatih atau pelatih memegang peranan sebagai tulang belakang dan penentu utama kepada kualiti "produk" atau atlet yang dilahirkan. Khusus bagi bola sepak di peringkat usia pembinaan, pelantikan jurulatih yang memiliki lesen rasmi (seperti Lesen D Nasional, C AFC, dan ke atas) merupakan suatu keperluan mutlak dan bukannya satu keistimewaan. Permadi dan Nugroho (2022) menyatakan bahawa jurulatih yang berlesen memiliki kelebihan daya saing (*competitive*

advantage) yang ketara, terutamanya dalam aspek penguasaan ilmu sains sukan (*sports science*) dan keilmuan pedagogi. Mereka telah didedahkan dengan ilmu berkaitan fisiologi manusia, pemakanan sukan, dan pencegahan kecederaan yang telah diseragamkan dan dinilai oleh badan induk bola sepak. Ini membezakan mereka daripada jurulatih konvensional yang selalunya hanya melatih berdasarkan sangkaan, naluri, atau sekadar meniru corak latihan dari internet tanpa memahami bebanan yang sesuai untuk kanak-kanak.

3. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-experimental. Pemilihan metode kuantitatif dengan pendekatan pre-experimental ini secara khusus bertujuan untuk merekam jejak kemampuan siswa, memberikan intervensi nyata, dan mengukur secara pasti seberapa besar dampak dari perlakuan (*treatment*) yang diberikan. Perlakuan yang dimaksud adalah penerapan kurikulum program latihan oleh pelatih berlisensi PSSI selama satu periode tertentu, yang hasilnya bermuara pada upaya peningkatan prestasi siswa—baik dari aspek penguasaan teknis, pemahaman taktis, ketahanan fisik, maupun kematangan mental. Dalam penelitian ini, populasi yang ditetapkan adalah seluruh siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Mitra Persada Cilongok Banyumas yang berada pada Kelompok Umur (KU) 13-15 tahun. Berdasarkan data administratif yang diperoleh, total populasi pada kelompok umur tersebut berjumlah 25 siswa. Dari total populasi sebanyak 25 siswa, terdapat 10 siswa yang harus gugur karena faktor ketidakhadiran yang tidak konsisten serta kendala kesehatan selama proses latihan. Dengan demikian, jumlah sampel yang terpilih dan memenuhi syarat sebagai subjek penelitian ini adalah sebanyak 15 siswa. Mengingat jumlah populasi yang relatif terbatas dan adanya kebutuhan akan konsistensi selama proses eksperimen lapangan, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*.

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	,091	15	,200 [*]	,980	15	,969
Posttest	,145	15	,200 [*]	,942	15	,408

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Gambar 1. Hasil Uji Normalitas.

Berdasarkan output SPSS pada tabel Tests of Normality di atas, kriteria pengambilan keputusan didasarkan pada nilai probabilitas (Sig.). Jika nilai Sig. > 0,05, maka data berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig.) Shapiro-Wilk untuk kelompok data pretest adalah sebesar 0,969, sedangkan untuk kelompok data posttest adalah sebesar 0,408.

Karena kedua nilai signifikansi tersebut jauh lebih besar dari taraf kesalahan 0,05 ($0,969 > 0,05$ dan $0,408 > 0,05$), maka Hipotesis Nol (H_0) diterima, yang berarti data penelitian ini terbukti berdistribusi secara normal. Dengan terpenuhinya syarat normalitas ini, pengujian hipotesis dapat dilanjutkan menggunakan statistik parametrik.

Uji Hipotesis (Paired Sample T-Test)

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	58,40	15	7,808	2,016
Posttest	79,20	15	7,033	1,816

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	15	,974	,000

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest - Posttest	-20,800	1,859	,480	-21,830	-19,770	-43,326	14	,000

Gambar 2. Hasil Uji – T.

Berdasarkan output tabel Paired Samples Test di atas, analisis difokuskan pada perbandingan t-hitung dengan t-tabel, atau lebih praktisnya dengan melihat nilai probabilitasnya (Sig. 2-tailed). Hasil pengolahan data menunjukkan nilai t-hitung sebesar -43,326 dengan degree of freedom (df) sebesar 14.

Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) yang didapatkan adalah sebesar 0,000. Merujuk pada dasar pengambilan keputusan statistik, apabila nilai Sig. < 0,05, maka Hipotesis Nol (H₀) ditolak dan Hipotesis Alternatif (H_a) diterima. Karena nilai Sig. 0,000 < 0,05, maka secara empiris terbukti bahwa terdapat dampak yang sangat signifikan dari program latihan pelatih berlisensi terhadap peningkatan prestasi (aspek teknis, taktis, fisik, dan mental) siswa Sekolah Sepak Bola Mitra Persada Cilongok Banyumas.

Uji N-Gain

Meskipun uji-t telah mengonfirmasi adanya dampak yang signifikan, pengujian dirasa belum lengkap jika tidak mengukur seberapa besar daya guna atau persentase efektivitas dari dampak tersebut. Oleh karena itu, peneliti menggunakan uji Normalized Gain (N-Gain Score). Perhitungan N-Gain didasarkan pada selisih antara rata-rata skor posttest dengan pretest, dibagi dengan selisih antara skor ideal maksimal (100) dengan pretest.

Berikut adalah rincian perhitungan matematisnya:

- Rata-rata Posttest = 79,20
- Rata-rata Pretest = 58,40
- Skor Ideal Maksimal = 100

$$\text{Rumus N-Gain} = (\text{Posttest} - \text{Pretest}) / (\text{Skor Maksimal} - \text{Pretest})$$

$$N\text{-Gain} = (79,20 - 58,40) / (100 - 58,40)$$

$$N\text{-Gain} = 20,80 / 41,60$$

$$N\text{-Gain} = 0,50 \text{ (atau 50\%)}$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diperoleh indeks N-Gain sebesar 0,50. Merujuk pada kriteria klasifikasi efektivitas N-Gain menurut Hake (dalam Kusuma, 2023), rentang nilai $0,30 \leq g < 0,70$ masuk ke dalam kategori "Sedang". Hal ini menginterpretasikan bahwa penerapan program latihan dari pelatih berlisensi PSSI tergolong cukup efektif (50%) dalam mendongkrak performa anak-anak di lapangan.

Pembahasan

Sebelum membahas lebih jauh mengenai signifikansi peningkatan prestasi, perlu ditegaskan bahwa seluruh instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui uji validitas isi (expert judgment) oleh dosen ahli. Hasil uji ahli menunjukkan tingkat kelayakan sebesar 95% (kategori Sangat Layak). Hal ini memberikan legitimasi kuat

bahwa instrumen tes fisik, teknis, serta kuesioner mental dan taktis yang digunakan sudah sangat valid, aman, dan proporsional untuk anak usia 13-15 tahun, sehingga data skor yang diperoleh di lapangan dapat dipertanggungjawabkan keabsahannya secara ilmiah.

Berdasarkan penjabaran analisis data statistik di atas, penelitian ini secara meyakinkan telah membuktikan bahwa kehadiran pelatih yang memiliki lisensi resmi memberikan lonjakan progres yang nyata pada pembinaan atlet usia dini di SSB Mitra Persada. Kenaikan rata-rata skor kemampuan kelas dari 58,40 menjadi 79,20 bukanlah sebuah kebetulan yang terjadi secara instan, melainkan buah dari pendekatan pedagogi dan ilmu keolahragaan yang dirancang secara sistematis, terukur, dan berkelanjutan. Peningkatan ini tidak hanya terekam pada perbaikan mekanika teknis semata, tetapi juga termanifestasi kuat pada kematangan taktis dan ketangguhan mental siswa.

Penemuan empiris ini sangat selaras dengan landasan teori kepelatihan modern yang menegaskan bahwa pelatih berlisensi memiliki keunggulan kompetitif yang membedakannya dari pelatih amatir. Pada saat pengambilan data awal (*pretest*), peneliti mengobservasi fenomena yang jamak terjadi di level akar rumput: siswa memiliki energi yang besar, namun sering kebingungan dalam mengambil keputusan (*decision making*). Mereka sering kali salah momentum saat harus mengoper (*passing*) atau saat harus menggiring bola (*dribbling*), serta mudah kehilangan fokus dan mental saat tertinggal poin. Hal ini terjadi karena mereka selama ini dibina dengan metode konvensional yang minim pemahaman spasial (Harsono, 2015; Efendi, 2021).

Namun, dinamika tersebut perlahan berubah setelah pelatih berlisensi mengimplementasikan metode latihan berbasis kurikulum Filanesia (Filosofi Sepak Bola Indonesia). Kurikulum ini tidak memisahkan antara latihan fisik, teknik, dan taktik, melainkan mengintegrasikannya ke dalam situasi permainan sesungguhnya (*game-based training*) (Weinberg & Gould, 2015; Maksun, 2022). Atmosfer latihan yang dibangun oleh pelatih berlisensi tidak lagi bersifat *direct coaching* (memberi instruksi langsung secara berteriak-teriak yang justru mematikan kreativitas anak). Alih-alih langsung memvonis dan memarahi siswa saat melakukan kesalahan, pelatih berlisensi menggunakan pendekatan *freeze*—yakni membekukan permainan sejenak dan melontarkan pertanyaan reflektif untuk merangsang atlet agar mampu memecahkan masalahnya sendiri (*problem solving*) (Bompa & Buzzichelli, 2015; Kusuma, 2023).

Koreksi presisi yang menstimulasi kecerdasan inilah yang menjadi faktor utama keberhasilan program. Siswa mulai mengerti konsep kapan harus bergerak mencari ruang

(aspek taktis), memiliki stamina yang terkontrol berkat periodisasi latihan yang benar (aspek fisik), dan yang paling penting, kepercayaan diri mereka meningkat karena merasa didukung, bukan sekadar dihakimi (aspek mental). Rangkaian perubahan positif inilah yang terekam dengan jelas pada skor posttest dan dibuktikan secara mutlak melalui signifikansi Paired Sample T-Test sebesar 0,000.

Lebih lanjut, pencapaian indeks efektivitas N-Gain sebesar 50% (kategori sedang/cukup efektif) juga merupakan angka yang sangat realistis dan prestisius dalam dunia olahraga. Pembinaan sepak bola adalah proses jangka panjang yang tidak bisa menyentuh angka efektivitas 100% hanya dalam satu siklus latihan. Peningkatan sebesar 50% dalam rentang waktu eksperimen yang relatif singkat ini menjadi legitimasi saintifik yang tak terbantahkan bahwa SSB Mitra Persada Cilongok Banyumas telah berada di jalur pembinaan yang benar. Penelitian ini menegaskan bahwa untuk mencetak talenta sepak bola yang unggul secara fisik, matang secara teknik, cerdas secara taktik, dan tangguh secara mental, keterlibatan tangan dingin seorang pelatih yang memiliki lisensi berstandar nasional adalah sebuah kebutuhan mutlak, bukan sekadar pilihan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah, hasil pengolahan data statistik, dan pembahasan komprehensif mengenai dampak pelatih berlisensi di Sekolah Sepak Bola (SSB) Mitra Persada Cilongok Banyumas, dapat disimpulkan bahwa instrumen tes unjuk kerja (fisik dan teknik) serta kuesioner yang digunakan untuk mengukur variabel prestasi telah melalui uji validitas ahli (expert judgment) dengan tingkat kelayakan sebesar 95%, sehingga termasuk dalam kategori “sangat layak” dan dapat digunakan secara valid serta aman pada atlet usia 13–15 tahun. Tingkat prestasi awal siswa sebelum diberikan program latihan oleh pelatih berlisensi masih tergolong belum optimal, yang dibuktikan dengan rata-rata skor pretest sebesar 58,40, di mana mayoritas atlet masih memiliki kelemahan dalam pengambilan keputusan dan penguasaan teknik dasar di bawah tekanan. Setelah diberikan program latihan yang intensif dan terstruktur oleh pelatih berlisensi PSSI, terjadi peningkatan prestasi yang signifikan dengan rata-rata skor posttest mencapai 79,20, yang menunjukkan keberhasilan pendekatan pelatihan berbasis kurikulum Filanesia yang bersifat holistik. Secara statistik, hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$), sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari penerapan program latihan pelatih berlisensi terhadap peningkatan prestasi siswa. Selain itu, hasil perhitungan N-Gain Score

sebesar 0,50 menunjukkan bahwa program tersebut berada pada kategori “sedang” atau cukup efektif.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan bagi manajemen dan pelatih SSB Mitra Persada untuk terus meningkatkan kualitas kepelatihan dengan mendorong pelatih mengikuti jenjang lisensi yang lebih tinggi, seperti dari Lisensi D Nasional ke Lisensi C AFC, serta secara konsisten menerapkan metode latihan yang mengintegrasikan aspek fisik, teknik, taktik, dan mental melalui pendekatan game-based training sesuai kurikulum Filanesia. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan menggunakan desain yang lebih kompleks, seperti quasi-experimental dengan melibatkan kelompok kontrol sebagai pembanding, serta memperluas jumlah sampel dan kelompok umur, misalnya pada kategori usia 17 tahun, guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif dan valid dalam konteks kompetisi yang lebih tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvian, M., & Syafii, I. (2021). Analisis pembinaan sekolah sepakbola (SSB) usia dini Widoro Kandang Tuban. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(11), 110-116.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization training for sports* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization training for sports* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Efendi, A. Y., Wahyudi, A. N., & Utomo, A. W. B. (2023). Tingkat pemahaman pelatih sekolah sepakbola di Kabupaten Ngawi terhadap kurikulum sepakbola Indonesia Filanesia. *Global Education Journal*, 1(4), 344-362. <https://doi.org/10.59525/gej.v1i2.256>
- Efendi, M. U. (2021). Implementation of the philosophy curriculum in Sidoarjo district football school. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 103-110.
- Efendi, M. U. (2021). Implementation of the philosophy curriculum in Sidoarjo district football school. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 103-110.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kusuma, A. (2023). *Evaluasi kinerja atlet sepak bola: Dari teori ke praktik lapangan*. Yogyakarta: Pustaka Olahraga Nusantara.
- Kusuma, A. (2023). *Evaluasi kinerja atlet sepak bola: Dari teori ke praktik lapangan*. Yogyakarta: Pustaka Olahraga Nusantara.
- Lestari, W., & Saputra, R. (2024). *Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ilmu keolahragaan dan kepelatihan*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Maksum, A. (2022). *Metodologi penelitian dalam olahraga dan pendidikan jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2022). *Metodologi penelitian dalam olahraga dan pendidikan jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maulana, F., & Ratimiasih, Y. (2021). Manajemen dan pembinaan sekolah sepak bola (SSB) kelompok umur 14 tahun se-Kecamatan Tahunan. *JPAS: Journal of Physical Activity and Sports*, 1(1), 89-100. <https://doi.org/10.53869/jpas.v1i1.18>
- Naldi, R., & Irawan, R. (2020). Upaya meningkatkan keterampilan shooting sepak bola menggunakan metode drill pada SSB. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 105-113.
- Permadi, A., & Nugroho, W. A. (2022). Survei pemahaman kurikulum pembinaan sepak bola Indonesia usia dini pada pelatih di Jawa Tengah. *Journal of Sport and Exercise Science*, 5(2), 112-120.
- Pratama, F. Y. (2024). Profil penerapan kurikulum Filanesia di Akademi Sepak Bola Kota Semarang. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(4), 231-240.
- Randika, T. S. (2022). Tingkat pemahaman pelatih sekolah sepakbola (SSB) terhadap kurikulum pembinaan sepakbola Indonesia Filanesia di Kabupaten Indramayu. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 5(2), 112-120.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Widiastuti. (2022). *Tes dan pengukuran olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.