

## ANALISIS PERMAINAN *SMALL SIDED GAMES* PADA USIA 10-12 TAHUN SSB PUTRA DEBES TABANAN BALI

Rio Oktabrian Ginting<sup>1</sup>, Wasti Danardani<sup>2</sup>, Luh Putu Tuti Ariani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Pendidikan Ganesha, Bali.

[rioginting2002@gmail.com](mailto:rioginting2002@gmail.com)

**Abstract**

*This study aims to analyze the application of Small Sided Games to basic football technique skills in players aged 10–12 years at SSB Putra Debes, Tabanan, Bali. The research used in this study is a type of quantitative descriptive research. The data collection technique in this study uses tests and measurements. The population in this study is all SSB Putra Depas Bali athletes in 2025 totaling 16 people. The data analysis used is a descriptive analysis of the percentage. The results showed that the passing skills of the entire team were in the very good category with a percentage of 81.25% to good with a percentage of 18.75%. that control skills are in the good or very good category for all teams, with Team D again showing the highest average with a percentage of 56.25%, followed by Team C, Team A, and Team B with a percentage of 43.75%. The results showed that passing skills obtained the highest results with the dominance of the good to excellent category. These findings indicate that the characteristics of Small Sided Games that demand fast ball circulation and cooperation between players are able to effectively improve passing ability.*

**Keywords:** *Small Side Games, Fottball*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan permainan Small Sided Games terhadap keterampilan teknik dasar sepak bola pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes Tabanan Bali. penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet ssb putra debes bali tahun 2025 yang berjumlah 16 orang. analisis data yang digunakan adalah analisis deksriptif presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing pada seluruh tim berada pada kategori sangat baik dengan persentase 81,25% hingga baik dengan persentase 18,75%. bahwa keterampilan *control* berada pada kategori baik maupun sangat baik pada seluruh tim, dengan Tim D kembali menunjukkan rata-rata tertinggi dengan persentase 56,25%, disusul Tim C, Tim A, dan Tim B dengan persentase 43,75%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing memperoleh hasil tertinggi dengan dominasi kategori baik hingga sangat baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa karakteristik Small Sided Games yang menuntut sirkulasi bola secara cepat dan kerja sama antarpemain mampu meningkatkan kemampuan passing secara efektif.

**Kata Kunci:** *Small Side Games, Sepak Bola*

Submitted: 2026-06-12	Revised: 2026-06-19	Accepted: 2026-06-29
-----------------------	---------------------	----------------------

**PENDAHULUAN**

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di dunia dan memiliki perkembangan yang sangat pesat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Popularitas sepak bola tidak hanya terlihat dari tingginya jumlah penggemar, tetapi juga dari semakin banyaknya program pembinaan usia dini yang diselenggarakan oleh sekolah sepak bola (SSB), akademi, maupun klub sepak bola. Pembinaan usia dini menjadi fondasi penting dalam menciptakan atlet sepak bola yang berkualitas karena pada tahap inilah keterampilan teknik, pemahaman permainan, serta karakter olahraga mulai dibentuk secara sistematis. Keberhasilan pembinaan pemain usia muda sangat bergantung pada metode latihan yang diterapkan, khususnya metode yang mampu mengakomodasi karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak (Ghozali et al., 2017).

Usia 10–12 tahun merupakan salah satu tahap penting dalam pembinaan sepak bola karena berada pada fase perkembangan keterampilan gerak dasar menuju keterampilan olahraga yang lebih spesifik. Pada rentang usia ini, anak mulai memiliki kemampuan koordinasi yang lebih baik, kemampuan memahami instruksi yang meningkat, serta kesiapan untuk mempelajari teknik dan taktik permainan yang lebih kompleks. Oleh karena itu, proses latihan harus dirancang secara

menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Latihan yang terlalu monoton dan berorientasi pada pengulangan teknik secara terisolasi sering kali menyebabkan rendahnya motivasi berlatih serta kurangnya keterlibatan aktif pemain dalam proses pembelajaran (Syahroni et al., 2019).

Dalam permainan sepak bola, keterampilan teknik dasar merupakan komponen yang sangat penting untuk dikuasai oleh setiap pemain. Teknik dasar seperti *passing*, *control*, dan *shooting* menjadi fondasi utama yang menentukan kualitas permainan individu maupun tim. Kemampuan *passing* yang baik memungkinkan pemain melakukan distribusi bola secara efektif, kemampuan *control* membantu pemain mempertahankan penguasaan bola dalam berbagai situasi permainan, sedangkan kemampuan *shooting* berperan dalam menciptakan dan menyelesaikan peluang menjadi gol (Widiyono et al., 2022). Penguasaan ketiga teknik dasar tersebut menjadi salah satu indikator keberhasilan proses pembinaan pemain usia dini.

Seiring perkembangan ilmu kepelatihan olahraga, berbagai metode latihan telah dikembangkan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran teknik sepak bola. Salah satu metode yang banyak digunakan dalam pembinaan sepak bola modern adalah *Small Sided Games* (SSG). *Small Sided Games* merupakan bentuk permainan sepak bola yang dimodifikasi dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dibandingkan permainan standar serta menggunakan ukuran lapangan yang disesuaikan dengan tujuan latihan (Chandra et al., 2025). Metode ini dirancang untuk menciptakan situasi permainan yang menyerupai pertandingan sesungguhnya sehingga pemain dapat mengembangkan keterampilan teknik, taktik, fisik, dan mental secara bersamaan dalam satu aktivitas latihan.

Menurut (Fadchurrohman, 2016) *Small Sided Games* memiliki sejumlah keunggulan dibandingkan metode latihan konvensional. Pengurangan jumlah pemain menyebabkan frekuensi sentuhan bola meningkat sehingga setiap pemain memperoleh kesempatan yang lebih besar untuk melakukan operan, menerima bola, menggiring bola, maupun melakukan penyelesaian akhir. Selain itu, ukuran lapangan yang lebih kecil menciptakan intensitas permainan yang tinggi sehingga pemain dituntut untuk berpikir dan mengambil keputusan dengan cepat. Kondisi tersebut memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual karena pemain mempelajari teknik dasar dalam situasi permainan yang nyata, bukan hanya melalui latihan yang bersifat terisolasi.

Pendekatan latihan berbasis permainan seperti *Small Sided Games* juga sejalan dengan konsep pembelajaran modern yang menempatkan pemain sebagai pusat proses latihan (*player-centered approach*). Dalam pendekatan ini, pemain tidak hanya berperan sebagai pelaksana instruksi, tetapi juga dituntut untuk aktif mencari solusi terhadap berbagai permasalahan yang muncul selama permainan berlangsung. Dengan demikian, proses latihan tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan teknik, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir taktis, pengambilan keputusan, komunikasi, serta kerja sama antarpemain. Karakteristik tersebut menjadikan *Small Sided Games* sangat relevan untuk diterapkan pada kelompok usia 10–12 tahun yang sedang berada dalam fase perkembangan keterampilan dan pemahaman bermain.

Meskipun demikian, efektivitas *Small Sided Games* dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar pemain usia dini masih perlu dianalisis secara lebih mendalam pada berbagai konteks pembinaan. Setiap sekolah sepak bola memiliki karakteristik pemain, program latihan, dan lingkungan pembinaan yang berbeda sehingga hasil penerapan metode latihan dapat bervariasi. Oleh karena itu, evaluasi terhadap implementasi *Small Sided Games* menjadi penting untuk mengetahui sejauh mana metode tersebut mampu mendukung pengembangan keterampilan teknik dasar pemain dalam situasi pembinaan yang nyata.

SSB Putra Debes Tabanan Bali merupakan salah satu sekolah sepak bola yang aktif melakukan pembinaan pemain usia muda melalui berbagai program latihan dan kompetisi. Dalam proses latihan, penerapan *Small Sided Games* menjadi salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan kualitas permainan pemain. Namun demikian, belum terdapat data yang menggambarkan secara spesifik bagaimana hasil penerapan *Small Sided Games* terhadap keterampilan teknik dasar pemain usia 10–12 tahun di SSB tersebut. Informasi ini penting sebagai

bahan evaluasi bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan pemain.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis permainan Small Sided Games pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes Tabanan Bali. Analisis difokuskan pada keterampilan teknik dasar sepak bola yang meliputi *passing*, *control*, dan *shooting* selama pelaksanaan *Small Sided Games*. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai efektivitas penerapan *Small Sided Games* dalam pembinaan sepak bola usia dini serta menjadi referensi bagi pelatih, pembina, dan akademisi olahraga dalam mengembangkan metode latihan yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas pemain muda.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh informasi yang lebih komprehensif mengenai kontribusi *Small Sided Games* terhadap pengembangan keterampilan teknik dasar pemain sepak bola usia 10–12 tahun. Selain memberikan manfaat secara praktis bagi proses pembinaan di SSB Putra Debes Tabanan Bali, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah mengenai penerapan metode latihan berbasis permainan dalam konteks pembinaan sepak bola usia dini di Indonesia. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu dasar dalam upaya peningkatan kualitas pembinaan sepak bola nasional yang berkelanjutan dan berbasis pada pendekatan ilmiah.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang memperlihatkan data dalam bentuk angka yang kemudian mendeskripsikan secara jelas terkait gejala, fenomena atau peristiwa tertentu, yaitu tentang Analisis Permainan *Small Sided Games* Pada Usia 10-12 tahun SSB Putra Debes Tabanan Bali dengan menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet ssb putra debes bali tahun 2025 yang berjumlah 16 orang. analisis data yang digunakan adalah analisis deksriptif presentase. Analisis deskriptif presentase merupakan analisis yang hanya menggambarkan atau mendeskripsikan data yang terkumpul tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Irfansyah & Hariyoko, 2023).

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Frekuensi yang sedang dicari

F = Jumlah frekuensi

N = Jumlah responden

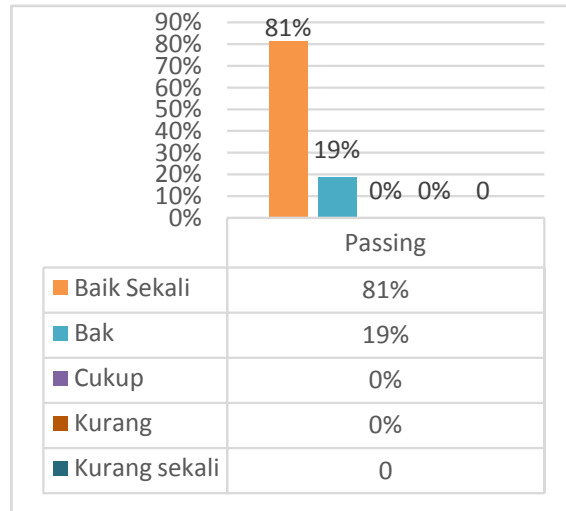
## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

**Tabel 1.** Distribusi presentase keterampilan passing

No	Interval	Kategori	Jumlah Pemain	Presentase
1	≥ 21	Baik Sekali	13	81,25%
2	17-20	Baik	3	18,75%
3	13-16	Cukup	0	0%
4	9-12	Kurang	0	0%
5	<8	Kurang sekali	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>16</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel distribusi presentase untuk item penilaian *passing* diatas, diperoleh hasil dari ke 16 orang tersebut yang berada pada kategori baik sekali sebanyak 13 orang dengan presentase yaitu 81,25% dan 3 orang berada pada kategori baik dengan presentase yaitu 18,75%,. Selanjutnya data diatas dapat digambarkan dalam bentuk diagram dibawah ini.



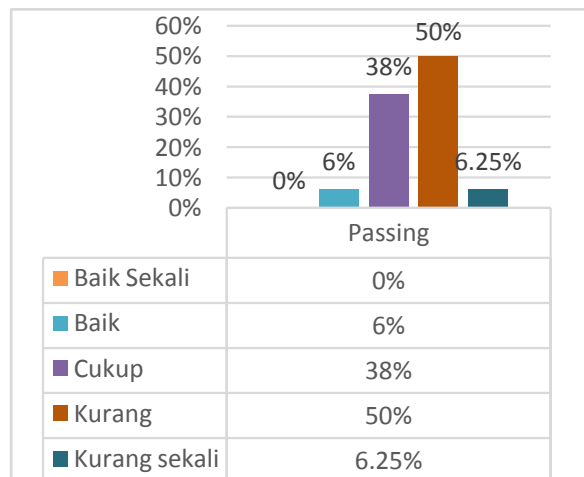
**Gambar 1.** Diagram distribusi presentase passing

Selanjutnya adalah tabel distribusi presentase keterampilan dan diagram pada item tes *shooting*.

**Tabel 2.** Distribusi presentase keterampilan shooting

No	Interval	Kategori	Jumlah Pemain	Presentase
1	≥ 21	Baik Sekali	0	0%
2	17-20	Baik	1	6,25%
3	13-16	Cukup	6	37,5%
4	9-12	Kurang	8	50%
5	<8	Kurang sekali	1	6,25%
<b>Jumlah</b>			<b>16</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel distribusi presentase untuk item penilaian *shooting* diatas, diperoleh hasil dari ke 16 orang tersebut yang berada pada kategori baik sebanyak 1 orang dengan presentase yaitu 6,25%, 6 orang berada pada kategori cukup dengan presentase yaitu 37,5%, 8 orang berada pada kategori kurang dengan presentase 50% dan 1 orang pada kategori kurang sekali dengan presentase 6,25%. Selanjutnya data diatas dapat digambarkan dalam bentuk diagram dibawah ini.



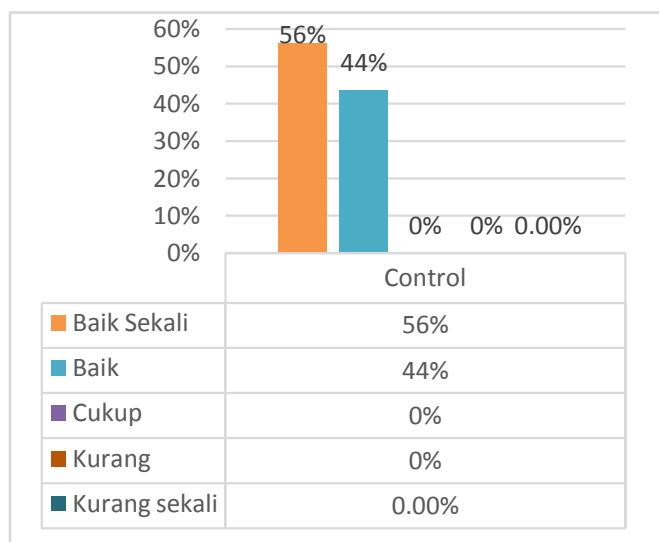
**Gambar 2.** Diagram distribusi presentase shooting

Selanjutnya adalah tabel distribusi presentase keterampilan dan diagram pada item tes *control*.

**Tabel 3.** Distribusi presentase keterampilan control

No	Interval	Kategori	Jumlah Pemain	Presentase
1	≥ 21	Baik Sekali	9	56,25%
2	17-20	Baik	7	43,75%
3	13-16	Cukup	0	0%
4	9-12	Kurang	0	0%
5	<8	Kurang sekali	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>16</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel distribusi presentase untuk item penilaian *control* diatas, diperoleh hasil dari ke 16 orang tersebut yang berada pada kategori sangat baik sebanyak 9 orang dengan presentase yaitu 56,25%, dan 7 orang berada pada kategori baik dengan presentase yaitu 43,75%, Selanjutnya dari data diatas dapat digambarkan dalam bentuk diagram dibawah ini.



**Gambar 3.** Diagram distribusi presentase control

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa *Small Sided Games* efektif dalam meningkatkan keterampilan *passing* dan *control* pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes. Hal ini disebabkan karena dalam format permainan kecil, setiap pemain lebih sering menyentuh bola, membuat keputusan cepat, dan berinteraksi dengan rekan setim. Di sisi lain, keterampilan shooting masih berada pada kategori cukup. Hal ini dapat dijelaskan karena dalam *Small Sided Games*, orientasi permainan lebih menekankan pada penguasaan bola, transisi cepat, dan kombinasi passing. Kesempatan melakukan shooting muncul lebih sedikit dibanding situasi pertandingan normal. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa *Small Sided Games* sangat cocok digunakan sebagai metode latihan dasar bagi pemain usia dini, khususnya untuk mengembangkan kemampuan passing dan control sebagai fondasi utama permainan sepak bola.

**Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan *Small Sided Games (SSG)* terhadap keterampilan teknik dasar sepak bola pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes Tabanan Bali. Teknik dasar yang dianalisis meliputi passing, control, dan shooting, yang merupakan fondasi utama dalam pembinaan sepak bola usia dini. Pembahasan ini difokuskan pada interpretasi hasil penelitian yang telah diperoleh, serta mengaitkannya dengan konsep teoritis dan karakteristik

perkembangan anak usia 10–12 tahun. Usia 10–12 tahun merupakan fase penting dalam perkembangan keterampilan motorik anak. Penerapan permainan *Small Sided Games* terhadap keterampilan teknik dasar sepak bola pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes Tabanan Bali berdasarkan hasil pengukuran *passing*, *control*, dan *shooting* yang telah diperoleh. Usia 10–12 tahun merupakan fase penting dalam perkembangan motorik anak, di mana koordinasi, keseimbangan, serta kemampuan mengontrol gerak mengalami perkembangan yang signifikan, sehingga metode latihan yang diterapkan harus mampu menstimulasi aktivitas gerak secara optimal, bersifat menyenangkan, dan memberikan kesempatan belajar yang tinggi (Rivandi et al., 2025). *Small Sided Games* merupakan salah satu pendekatan latihan yang sesuai dengan karakteristik tersebut karena memodifikasi permainan sepak bola ke dalam bentuk yang lebih sederhana melalui pengurangan jumlah pemain, ukuran lapangan, dan aturan permainan, sehingga setiap pemain memiliki peluang lebih besar untuk terlibat aktif dan berinteraksi langsung dengan bola (Azkarullah et al., 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan *passing* pada seluruh tim berada pada kategori sangat baik dengan persentase 81,25% hingga baik dengan persentase 18,75% dengan rata-rata tertinggi ditunjukkan oleh Tim D, diikuti oleh Tim B, Tim C, dan Tim A, yang mengindikasikan bahwa *Small Sided Games* sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* pemain usia dini. Selain *passing*, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa keterampilan *control* berada pada kategori baik maupun sangat baik pada seluruh tim, dengan Tim D kembali menunjukkan rata-rata tertinggi dengan persentase 56,25%, disusul Tim C, Tim A, dan Tim B dengan persentase 43,75%. *Control* merupakan kemampuan dasar yang sangat penting karena menjadi penghubung antara menerima bola dan melakukan tindakan selanjutnya seperti *passing* atau *shooting*, sehingga kemampuan ini harus dikembangkan secara optimal sejak usia dini. Tingginya nilai *control* pada penelitian ini menunjukkan bahwa *Small Sided Games* memberikan stimulus yang kuat terhadap peningkatan kemampuan kontrol bola karena pemain memperoleh kesempatan berulang untuk melakukan *control* dalam berbagai situasi permainan yang nyata (Hrp et al., n.d.).

Berbeda dengan *passing* dan *control*, keterampilan *shooting* pada penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata yang lebih rendah pada seluruh tim, meskipun masih berada pada kategori cukup. Tim A menunjukkan rata-rata *shooting* tertinggi dibandingkan tim lainnya, sedangkan Tim B dan Tim D memiliki nilai rata-rata yang sama dan relatif lebih rendah. Rendahnya nilai *shooting* dibandingkan dengan *passing* dan *control* dapat dijelaskan melalui karakteristik permainan *Small Sided Games* yang lebih menekankan pada penguasaan bola, pergerakan, dan kerja sama tim dibandingkan dengan penyelesaian akhir. Dalam format permainan ini, kesempatan melakukan *shooting* memang ada, namun tidak sebanyak frekuensi *passing* dan *control*, sehingga stimulus latihan terhadap kemampuan *shooting* menjadi lebih terbatas. Selain itu, *shooting* merupakan teknik yang paling kompleks karena melibatkan koordinasi antara kekuatan otot, keseimbangan tubuh, akurasi arah, dan timing yang tepat, yang pada usia 10–12 tahun masih berada dalam tahap perkembangan. Faktor kekuatan fisik yang belum optimal juga menjadi salah satu penyebab rendahnya nilai *shooting*, karena anak belum mampu menghasilkan tenaga maksimal secara konsisten saat melakukan tendangan ke gawang.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini sejalan dengan teori dan konsep pembinaan sepak bola usia dini yang menekankan pentingnya penguasaan teknik dasar melalui pendekatan bermain, di mana anak belajar secara aktif dalam suasana yang menyenangkan dan kompetitif. *Small Sided Games* terbukti mampu meningkatkan intensitas sentuhan bola, kualitas pengambilan keputusan, serta keterlibatan pemain dalam permainan, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap perkembangan keterampilan teknik dasar sepak bola.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penerapan permainan Small Sided Games pada pemain usia 10–12 tahun di SSB Putra Debes Tabanan Bali, dapat disimpulkan bahwa Small Sided Games merupakan metode latihan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar sepak bola, khususnya passing dan control. Penerapan permainan dengan jumlah pemain yang lebih sedikit dan ukuran lapangan yang diperkecil memberikan intensitas sentuhan bola yang tinggi serta meningkatkan keterlibatan aktif pemain dalam permainan, sehingga kemampuan penguasaan bola dan akurasi passing berkembang secara optimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan passing memperoleh hasil tertinggi dengan dominasi kategori baik hingga sangat baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa karakteristik Small Sided Games yang menuntut sirkulasi bola secara cepat dan kerja sama antarpemain mampu meningkatkan kemampuan passing secara efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azkarullah. (2025). Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Keterampilan Passing Control Tim Futsal Askot Payakumbuh. *Jurnal Gladiator*. Volume 5 (8). <https://doi.org/10.24036/gltdor2076011>
- Chandra, K. C. A. K., Artanayasa, I. W., & Mashuri, H. (2022). League 3 of Indonesia Bali Zone: Shots and patterns of scoring a goal. *Journal Sport Area*, 7(2), 204–213. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7\(2\).9464](https://doi.org/10.25299/sportarea.2022.vol7(2).9464)
- Fadchurrohman, M. (2016 ). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Keterampilan. repository UNY.
- Ghozali, P., Pramono, H., Maarif, Mt. N., Banyumas, K., Tengah, J., Pendidikan Olahraga, P., Negeri Semarang, U., & Artikel, S. (2017). Journal of Physical Education and Sports Pembinaan Olahraga Sepakbola di Klub Indonesia Muda Purwokerto Kabupaten Banyumas. In 76 JPES (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Hrp, W. S., Kurniawan, R., Nova, A., & Keterampilan, A. H. (n.d.). Pengaruh Variasi Latihan Passing On Target Terhadap Passing Futsal PADA CLUB ADI PUTRA FC LANGSA Abstrak : Permasalahan dalam penelitian pada atlet klub Futsal Adi Putra FC terlihat masih seringnya terjadi kesalahan pada saat melakukan passing ke teman , .
- Ridho Bahtra, Moch. Asmawi, Widiastuti, Firmansyah Dlis (2020). Improved VO2Max: The Effectiveness of Basic Soccer Training at a Young Age. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(3), 97 - 102. DOI: 10.13189/saj.2020.080304.
- Syahroni, M., Dwi Pradipta, G., & Kusumawardhana, B. (2019). Analisis Pembinaan Prestasi terhadap Manajemen Olahraga Sekolah Sepakbola (SSB) Se- Kabupaten Pati Tahun 2019. In *Journal Of Sport Science And Education* (Vol. 4, Issue 2). OCTOBER
- Ghozali, P., Pramono, H., Maarif, Mt. N., Banyumas, K., Tengah, J., Pendidikan Olahraga, P., Negeri Semarang, U., & Artikel, S. (2017). Journal of Physical Education and Sports Pembinaan Olahraga Sepakbola di Klub Indonesia Muda Purwokerto Kabupaten Banyumas. In 76 JPES (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Widiyono, I. P., Effendi, S., & Susanto, A. (2022). Pengaruh Motivasi Terhadap Keterampilan Bermain Futsal Pada Pemain Walet Muda Futsal Academy U – 16 Kebumen. *JOSEPHA: Journal of Sport Science And Physical Education*, 3(1), 1–9.