

Analisis Strategi Latihan Atlet Tuna Rungu Pada Cabor Futsal Di Daerah Istimewa Yogyakarta

Erick burhaein^{1*}, Maryanti²

¹ Pendidikan Olahraga, Universitas Maarif Nuhdatul Ulama

² Pendidikan Olahraga, Universitas Maarif Nuhdatul Ulama

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi latihan yang diterapkan pada atlet tuna rungu di cabang olahraga futsal di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara kepada pelatih futsal tuna rungu untuk menggali informasi terkait dimensi fisik, kognitif, sosial, dan emosional dalam program latihan mereka. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan fisik bagi atlet tuna rungu dilakukan menjelang kompetisi dan tidak rutin sepanjang tahun, dengan fokus pada peningkatan kekuatan fisik. Latihan taktik lebih banyak menggunakan metode visual untuk mengakomodasi keterbatasan pendengaran pemain, dan pengambilan keputusan cepat dilatih melalui drill berulang. Masalah komunikasi menjadi tantangan utama, yang diatasi dengan bantuan relawan penerjemah bahasa isyarat. Interaksi sosial antara tim futsal tuna rungu dan tim reguler juga memberikan dampak positif dalam perkembangan keterampilan dan rasa percaya diri. Selain itu, latihan fisik yang dilakukan juga turut mempersiapkan atlet secara psikologis untuk menghadapi tantangan dalam pertandingan. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar program latihan diperbaiki dengan menambah frekuensi latihan fisik, meningkatkan penggunaan teknologi untuk penyampaian taktik, serta pelatihan bahasa isyarat bagi pelatih untuk memaksimalkan komunikasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan untuk meningkatkan kualitas pelatihan dan prestasi atlet tuna rungu dalam futsal.

Kata Kunci: Strategi latihan, atlet tuna rungu, futsal, Daerah Istimewa Yogyakarta, komunikasi, taktik visual, latihan fisik, pengambilan keputusan, interaksi sosial, bahasa isyarat, pelatihan inklusi

Abstract

This study aims to analyze the training strategies applied to deaf athletes in futsal in the Special Region of Yogyakarta. This study uses a qualitative approach with an interview method with deaf futsal coaches to explore information related to the physical, cognitive, social, and emotional dimensions in their training program. Data collection was carried out using observation, interview, and documentation techniques. The results of the study indicate that physical training for deaf athletes is carried out before the competition and is not routine throughout the year, with a focus on

Correspondence author: Erick burhaein Universitas Maarif Nuhdatul Ulama, Indonesia.
Email: erick.burhaein@umnu.ac.id



increasing physical strength. Tactical training uses more visual methods to accommodate the players' hearing limitations, and quick decision-making is trained through repeated drills. Communication problems are the main challenge, which are overcome with the help of volunteer sign language interpreters. Social interaction between the deaf futsal team and the regular team also has a positive impact on the development of skills and self-confidence. In addition, the physical training carried out also helps prepare athletes psychologically to face challenges in the match. Based on the results of this study, it is recommended that the training program be improved by increasing the frequency of physical training, increasing the use of technology for delivering tactics, and sign language training for coaches to maximize communication. This study is expected to provide insight into improving the quality of training and achievements of deaf athletes in futsal.

Keywords: Training strategy, deaf athletes, futsal, Special Region of Yogyakarta, communication, visual tactics, physical training, decision making, social interaction, sign language, inclusive training

PENDAHULUAN

Olahraga mempunyai peran penting dalam kehidupan setiap individu, termasuk bagi penyandang disabilitas (Santi et al., 2016). menjelaskan bahwa penyandang disabilitas merupakan individu dengan keterbatasan fisik, mental, intelektual, atau sensorik yang bersifat jangka panjang. Pada saat menghadapi berbagai hambatan, kondisi ini dapat menghambat mereka untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dalam masyarakat dengan hak yang setara.

Olahraga penyandang disabilitas menjadi sarana untuk mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki, karena setiap orang memiliki kekurangan, tetapi juga kelebihan, kemampuan, dan keunikan. Sangat masuk akal bagi penyandang disabilitas untuk memilih untuk menjadi atlet karena olahraga memberikan hak bagi setiap orang, termasuk penyandang disabilitas, untuk berpartisipasi dan menunjukkan kemampuan mereka untuk bersaing. Penyandang disabilitas dapat mengeksplorasi kemampuan tersembunyi mereka melalui olahraga, sehingga para atlet dapat mewujudkan diri mereka keberhasilan mereka dalam mewujudkan potensi dapat dilihat dari prestasi yang diraihny (Santi et al., 2016).

Menurut Undang – Undang tentang sistem keolahragaan Nasional Bab 1 Pasal 1 ayat 16 “olahraga penyandang cacat adalah olahraga yang khusus dilakukan sesuai dengan kondisi kelainan fisik atau mental seseorang.” Hal ini diartikan bahwa olahraga disesuaikan dengan keadaan kecacatan seseorang. Olahraga disabilitas dalam hal ini tentunya olahraga yang mengacu pada pembinaan dan pencapaian prestasi. Karena disabilitas dapat bersaing dalam olahraga selayaknya orang normal, dan beberapa dari mereka dapat mengikuti kemampuan orang normal, olahraga disabilitas sekarang tidak lagi dipandang sebelah mata atau dipandang remeh. Hal ini sesuai dengan Pasal 30 dari Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional, yang menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga disabilitas atau cacat dimaksudkan untuk meningkatkan kesehatan, rasa percaya diri, dan prestasi dalam olahraga. (Purna et al., 2020)

Salah satu jenis keterbatasan berupa disabilitas pendengaran atau tuna rungu. Tuna rungu dalah seseorang yang mengalami kekurangan atau kehilangan kemampuan mendengar sebagian atau seluruhnya karena seluuruh alat pendengaran tidak berfungsi dengan baik, sehingga mereka tidak dapat menggunakan alat pendengaran mereka dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini memengaruhi kehidupan secara mendalam, terutama kemampuan berkomunikasi dengan orang lain.

Pembinaan olahraga bagi atlet disabilitas, terutama atlet dengan disabilitas pendengaran, memiliki peran penting dalam mengembangkan potensi dan kemampuan mereka di bidang olahraga. Atlet tuna rungu dari Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) telah menunjukkan prestasi gemilang di tingkat nasional, seperti yang terlihat pada Pekan Paralimpiade Nasional (Peparnas) di Palembang tahun 2018 dan Solo tahun 2023. Prestasi ini mencerminkan hasil dari pembinaan yang baik, meskipun tantangan dalam melatih atlet dengan disabilitas pendengaran tidaklah mudah. Kendala komunikasi, adaptasi metode pelatihan, serta kebutuhan akan pendekatan khusus menjadi beberapa tantangan yang harus dihadapi oleh pelatih.

Untuk mencetak atlet berprestasi, strategi latihan yang efektif sangatlah penting. Pelatihan yang disesuaikan dengan kebutuhan disabilitas pendengaran, seperti penggunaan isyarat visual, komunikasi non-verbal, dan pendekatan personal, dapat membantu para atlet mengatasi keterbatasan mereka dan mencapai potensi maksimal. Oleh karena itu, pemilihan pelatih yang memiliki pengalaman dan pemahaman mendalam tentang disabilitas pendengaran sangat krusial. Atlet yang berhasil menjadi juara nasional juga dipilih sebagai subjek penelitian, karena prestasi mereka mencerminkan penerapan strategi latihan yang tepat dan efektif, serta menunjukkan bagaimana pembinaan yang baik dapat mengubah tantangan menjadi kesempatan untuk berprestasi.

Berdasarkan penjabaran latar belakang tersebut, maka yang muncul terkait dengan pembinaan atlet disabilitas pendengaran pada cabang olahraga sepak bola di Daerah Istimewa Yogyakarta antara lain adalah tantangan komunikasi antara pelatih dan atlet yang disebabkan oleh keterbatasan kemampuan mendengar, serta bagaimana metode pelatihan dapat disesuaikan agar efektif bagi atlet disabilitas pendengaran. Selain itu, penting untuk mengevaluasi sejauh mana pelatih memiliki pemahaman dan pengalaman dalam melatih atlet tuna rungu, serta bagaimana mereka dapat mengadaptasi pendekatan latihan yang tepat untuk memaksimalkan potensi atlet. Pembinaan yang baik tentu akan mempengaruhi keberhasilan atlet, namun tantangan lain juga muncul terkait fasilitas dan akses yang memadai untuk atlet disabilitas pendengaran. Semua hal ini perlu dianalisis lebih lanjut untuk mengidentifikasi strategi latihan yang efektif yang dapat meningkatkan prestasi atlet disabilitas pendengaran di tingkat nasional, khususnya dalam cabang futsal. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Strategi Latihan Atlet Tuna Rungu Pada Cabang Futsal Di Daerah Istimewa Yogyakarta”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk

mendapatkan pemahaman mendalam tentang strategi latihan atlet disabilitas pendengaran pada cabor futsal di Daerah Istimewa Yogyakarta, yang telah berhasil menjadi juara nasional pada event Palembang 2018 dan Solo 2023. Partisipan dalam penelitian ini yaitu 2 pelatih yang berada dilingkungan atlet penyandang disabilitas pendengaran (tuna rungu) yang mendampingi kejuaraan diatas.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar dokumentasi wawancara, observasi yang telah divalidasi. Validitas ini menggunakan teknik dari Gregory dengan menggunakan 2 pendapat ahli. Hasil setelah melakukan validasi, skor hasil temuan validasi menunjukkan angka 0,81. Skor ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian tergolong memiliki validitas yang tinggi, sesuai dengan interpretasi ketentuan Gregory, yang mengindikasikan bahwa instrumen penelitian tersebut layak digunakan untuk pengumpulan data karena memenuhi standar validitas yang ditentukan. Penelitian ini menggunakan prosedur penelitian dengan cara pengumpulan data menggunakan rubrik, dokumentasi, wawancara dan observasi (dapat dilihat pada tabel 1).

Tabel 1. Rubrik dokumentasi, wawancara, dan Observasi

No.	Dimensi	Indikator	Butir
1	Dimensi Fisik dan Motorik	Indikator keseimbangan dan Kontrol Postur	1: 1. Atlet disabilitas pendengaran membutuhkan latihan berbasis vestibular untuk meningkatkan keseimbangan tubuh. 2. Latihan kontrol postur membantu atlet disabilitas pendengaran mengurangi pengaruh keterbatasan pendengaran pada kemampuan motorik.
		Indikator Kekuatan dan Stabilitas Fisik	2: 1. Latihan kekuatan tubuh bagian bawah bermanfaat untuk meningkatkan stabilitas fisik atlet disabilitas pendengaran saat menghadapi kontak fisik. 2. Latihan kekuatan otot secara rutin dapat mengurangi risiko cedera pada atlet disabilitas pendengaran dalam cabang olahraga fisik.

2.	Dimensi Kognitif dan Taktis	Indikator Pemahaman Taktik Visual	1:	1. 1. Atlet memanfaatkan instruksi visual untuk memahami taktik dan strategi permainan, baik untuk bertahan maupun menyerang dalam berbagai situasi di lapangan. 2. Penggunaan taktik visual membantu atlet untuk membaca situasi permainan dan posisi lawan, memungkinkan mereka untuk memilih strategi yang efektif.
		Indikator Memori Visual dan Pengambilan Keputusan Cepat	2:	1. 1. Atlet melatih memori visual untuk mengingat pola permainan dan posisi yang efektif dalam berbagai situasi, yang penting untuk koordinasi tim. 2. Latihan pengambilan keputusan cepat memungkinkan atlet merespons situasi kritis, seperti serangan cepat atau bertahan, dengan reaksi yang tepat dan sigap.
3.	Dimensi Komunikasi	Indikator Komunikasi Non - Verbal	1:	1. 1. Atlet disabilitas pendengaran memanfaatkan sinyal visual, seperti gerakan tangan dan bahasa isyarat, untuk berkomunikasi efektif antar pemain dan dengan pelatih. 2. Pelatih memberikan arahan melalui metode visual atau demonstrasi untuk memastikan atlet memahami instruksi yang diberikan.
		Indikator Interaksi Sosial dalam Tim	2:	1. 1. Latihan bersama memungkinkan atlet membaca gerakan tubuh dan ekspresi wajah rekan satu tim, memperkuat ikatan tim. 2. Aktivitas yang melibatkan kerja sama mendorong kerjasama, rasa saling percaya, dan toleransi antar pemain.
4.	Dimensi Emosional dan Psikologis	Indikator Kekuatan Fisik	1:	1. 1. Atlet menunjukkan kemampuan stabilitas fisik yang baik saat melakukan gerakan dengan tingkat konsentrasi tinggi. 2. Atlet memiliki kekuatan otot tubuh bagian bawah yang cukup untuk mendukung stabilitas dalam situasi kontak fisik.

Indikator Keseimbangan dan Koordinasi	2: 1. Atlet mampu melakukan gerakan-gerakan eksplosif seperti lari cepat dan lompatan dengan panduan visual yang tepat. 2. Atlet memiliki kontrol postur yang baik melalui latihan berbasis keseimbangan yang mendukung performa di lapangan.
---------------------------------------	--

Penelitian ini menggunakan prosedur serta analisis metode penelitian kualitatif, peneliti mampu menganalisis dan menggambarkan hasil penelitian secara kritis dan objektif. Berikut adalah tahapan-tahapan prosedur dan analisis penelitian(dikasih kutipan milanese: 1.) Penyusunan proposal dan persiapan penelitian Proposal penelitian berisi tentang gambaran umum penelitian, seperti rumusan masalah, kerangka berfikir, serta tempat dan waktu penelitian. Tahap berikutnya adalah mempersiapkan penelitian dengan mengurus izin untuk melaksanakan penelitian. 2.) Pengumpulan data dan analisis awal.

Pengumpulan data dilakukan di lokasi penelitian melalui berbagai metode seperti observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Setelah data terkumpul, data tersebut diklarifikasi, dianalisis, dan ditafsirkan untuk menentukan jawaban atas rumusan masalah. Setelah itu, analisis awal terhadap data tersebut. 3.) Analisis akhir dan penarikan kesimpulan Di tahap ini peneliti melakukan analisis ulang terhadap data yang sudah didapatkan dengan teliti dan jika ditemukan ketidaksesuaian, maka akan segera diperbaiki. Data dikelompokkan sesuai dengan masalah penelitian. Setelah dikelompokkan, mereka dimasukkan ke dalam analisis awal. Untuk mencapai kesimpulan, analisis akhir mengorganisir dan mengurutan data kembali ke dalam uraian dasar.4.) Laporan penelitian kualitatif akan dibuat menjadi karya ilmiah yang dapat dibaca oleh masyarakat umum yang ingin memperluas pengetahuan mereka jika data yang dikumpulkan disusun dengan tepat sesuai dengan pedoman penelitian kualitatif. ilmiah dapat mengaksesnya, laporan ini kemudian diperbanyak.

berdasarkan deskripsi data mengenai Analisis Strategi Latihan Atlet Tuna Rungu Pada Cabor Futsal Di Daerah Istimewa Yogyakarta..

HASIL

Penyajian hasil penelitian dilakukan dengan mengacu pada analisis yang dikembangkan oleh Gregory. Setelah peneliti melaksanakan wawancara dan observasi , berikut hasil data yang diperoleh:

Tabel 2. Hasil

No	Dimensi	Pertanyaan	Narasumber 1	Narasumber 2
1	Dimensi Fisik dan Motorik	Keseimbangan dan Kontrol Postur	Latihan keseimbangan dan kontrol postur tidak dimasukkan dalam program latihan karena pelatih menilai pemain sudah memiliki keseimbangan dan postur yang baik. (A1,T1)	Tidak ada hambatan yang signifikan terkait latihan keseimbangan, meskipun pelatih mengakui latihan fisik dilakukan hanya menjelang liga dan tidak secara rutin. (A1,T2)
2	Dimensi Kognitif dan Taktis	Pemahaman Taktik Visual	Pelatih menggunakan video dan isyarat untuk memperjelas taktik dan strategi dalam latihan. (A2,T1)	Pelatih menekankan pentingnya penggunaan taktik visual, karena pemain tuna rungu lebih mudah memahami melalui instruksi melalui penglihatan. (A2,T2)
		Memori	Tidak ada perbedaan	Latihan pengambilan keputusan yang cepat
		Visual dan	signifikan antara	keputusan yang cepat

			Pengambilan Keputusan Cepat	pemain tuna rungu dan reguler dalam hal taktik, yang membedakan adalah intensitas latihan yang diberikan. (A2,T1)	dilakukan dengan metode drill yang berulang-ulang, terutama dalam latihan menyerang (A2,T2)	
3	Dimensi Komunikasi	Komunikasi Non-Verbal	Pelatih kesulitan dalam berkomunikasi dengan pemain tuna rungu dan menyebutkan pentingnya membahas a isyarat. (A3,T1)	Pelatih mengakui kesulitan dalam berkomunikasi dengan pemain tuna rungu dan pelatih (A3,T2)	Relawan sebagai penerjemah untuk membantu komunikasi antara pemain dan pelatih (A3,T2)	berperan
		Interaksi Sosial dalam Tim	Aktivitas yang melibatkan kerja sama mendorong kerjasama, rasa saling percaya, dan toleransi antar pemain (A3,T1)	Tim futsal tuna rungu sering diajak sparing dengan tim reguler untuk meningkatkan keterampilan dan hubungan sosial antar pemain. (A3,T2)		
4	Dimensi Emosional dan Psikologis	Kekuatan Fisik	Latihan fisik dilakukan untuk meningkatkan kesiapan fisik dan mental pemain, dengan program yang mencakup jogging, push-up, dan sit-up. (A4,T1)	Atlet menunjukkan kemampuan stabilitas fisik yang baik saat melakukan gerakan dengan tingkat konsentrasi tinggi. (A4,T2)		
		Keseimbangan dan Koordinasi	Meski belum ada alat bantu khusus untuk pemain tuna rungu, kekuatan fisik	Atlet mampu melakukan gerakan-gerakan eksplosif seperti lari cepat dan lompatan		

yang baik dapat dengan panduan visual membantu yang tepat(A4,T2) mengurangi risiko cedera. (A4,T1)

PEMBAHASAN

Dimensi Fisik dan Motorik

Pelatih tidak memasukkan latihan keseimbangan dan kontrol postur dalam program latihan karena menilai bahwa pemain sudah cukup baik dalam aspek ini. Namun, dalam penelitian olahraga, latihan keseimbangan sangat penting, terutama untuk mencegah cedera (Anggraeni & Nurwansyah, 2021). Mengingat futsal adalah olahraga dengan intensitas tinggi yang melibatkan gerakan cepat dan perubahan arah, keseimbangan yang baik dapat membantu meningkatkan performa atlet. Oleh karena itu, meskipun pelatih merasa tidak perlu, latihan keseimbangan sebaiknya tetap dimasukkan secara berkala. Selain itu, terbatasnya waktu untuk latihan fisik yang dilakukan hanya menjelang liga menunjukkan kurangnya konsistensi dalam menjaga kebugaran pemain sepanjang tahun. Latihan fisik yang berkelanjutan akan membantu pemain lebih siap menghadapi beban fisik dalam kompetisi dan mengurangi risiko cedera. Praktik yang lebih teratur akan lebih efektif dalam mempertahankan performa fisik pemain secara keseluruhan (Nisa & Suwardi, 2021).

Dimensi Kognitif dan Taktis

Penggunaan taktik visual terbukti efektif dalam membantu pemain tuna rungu memahami strategi permainan. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa atlet dengan keterbatasan pendengaran lebih cenderung merespon visual daripada instruksi verbal (González-Boto et al., 2006). Penggunaan video dan isyarat juga menjadi metode yang efektif dalam pelatihan, karena dapat memperjelas taktik yang ingin disampaikan. Dengan cara ini, pemain dapat lebih cepat menangkap informasi dan menerapkannya dalam permainan. Latihan pengambilan keputusan yang cepat melalui drill berulang-ulang juga sangat baik untuk

membentuk respons otomatis pemain dalam situasi pertandingan. Teknik ini meningkatkan kemampuan pemain dalam mengambil keputusan secara cepat dan tepat, yang sangat penting dalam futsal yang membutuhkan reaksi cepat terhadap perubahan situasi permainan (Sukendro & Yuliawan, 2019).

Dimensi Komunikasi dan Sosial

Salah satu tantangan terbesar dalam pelatihan futsal untuk pemain tuna rungu adalah komunikasi. Keterbatasan dalam berkomunikasi secara verbal dapat menjadi hambatan dalam memberikan instruksi taktis secara efektif. Oleh karena itu, pelatih perlu memiliki pemahaman dasar tentang bahasa isyarat atau menggunakan relawan sebagai penerjemah. Kehadiran relawan ini sangat membantu dalam mengatasi hambatan komunikasi dan memastikan pesan yang disampaikan sampai dengan jelas kepada pemain. Dalam hal ini, komunikasi non- verbal sangat vital untuk keberhasilan pelatihan.

Interaksi sosial antara tim futsal tuna rungu dan tim reguler juga memberikan dampak positif. Melalui sparing bersama tim reguler, pemain tuna rungu tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis, tetapi juga memperkuat hubungan sosial mereka dengan pemain dari latar belakang yang berbeda. Hal ini akan meningkatkan rasa percaya diri mereka dan memperbaiki dinamika tim (Sheppard, 2019).

Dimensi Emosional dan Psikologis

Latihan fisik yang dilakukan dengan tujuan meningkatkan kekuatan fisik dan mental pemain dapat membantu mempersiapkan mereka baik secara fisik maupun psikologis untuk menghadapi tantangan di lapangan. Kekuatan fisik yang baik memang dapat mengurangi risiko cedera, namun lebih dari itu, latihan ini juga berfungsi untuk meningkatkan ketahanan mental pemain dalam menghadapi situasi sulit selama pertandingan. Namun, meskipun kekuatan fisik penting, pelatihan psikologis juga sangat diperlukan untuk membantu pemain tuna rungu menghadapi stres dan tekanan dalam pertandingan. Hal ini dapat membantu mereka tetap fokus

dan tidak terpengaruh oleh kondisi lingkungan yang mungkin berbeda dengan yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari (Rajendra et al., 2013)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai strategi latihan atlet tuna rungu pada cabang olahraga futsal di Daerah Istimewa Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang diterapkan masih memiliki beberapa kekurangan dan tantangan, terutama dalam aspek fisik, taktik, komunikasi, dan interaksi sosial. Latihan fisik yang dilakukan cenderung terbatas pada persiapan menjelang kompetisi, tanpa adanya latihan keseimbangan yang rutin, padahal aspek tersebut penting untuk meningkatkan performa dan mencegah cedera. Penggunaan taktik visual terbukti efektif dalam membantu pemain tuna rungu memahami strategi permainan, namun tantangan komunikasi menjadi hambatan utama, yang mana dapat diatasi dengan bantuan relawan sebagai penerjemah bahasa isyarat. Selain itu, interaksi sosial antara tim futsal tuna rungu dan tim reguler memberikan manfaat dalam meningkatkan keterampilan teknis dan memperkuat rasa percaya diri. Oleh karena itu, untuk meningkatkan efektivitas latihan, disarankan agar pelatihan dilakukan lebih rutin, dengan penekanan pada latihan fisik yang berkelanjutan, peningkatan pemahaman taktik melalui visual, serta penguatan komunikasi dengan pelatih melalui bahasa isyarat, agar atlet tuna rungu dapat lebih berkembang dan berprestasi optimal.

REFERENSI

Coratella, G., Beato, M., Milanese, C., Longo, S., Limonta, E., Rampichini, S., Ce, E., Bisconti, A. V., Schena, F., & Esposito, F. (2018). Specific adaptations in performance and muscle architecture after weighted jumpsquat vs. body mass squat jump training in recreational soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(4), 921–929. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002463>.

Dragijsky, M., Maly, T., Zahalka, F., Kunzmann, E., & Hank, M. (2017). Seasonal Variation of Agility, Speed and Endurance Performance in Young Elite Soccer Players. *Sports* 2017, Vol. 5, Page 12, 5(1), 12.

<https://doi.org/10.3390/SPORTS5010012>.

Ernata, Y. (2017). Analisis motivasi belajar peserta didik melalui pemberian reward dan punishment di sdn ngaringan 05 kec. Gandusari kab. Blitar. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (JP2SD)*, 5(2), 781–790.

Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik observasi (sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21–46.

Hasanah, S. A. N., Agustina, D., Ningsih, O., & Nopriyanti, I. (2024a). Teori Tentang Persepsi dan Teori Atribusi Kelley. *CiDEA Journal*, 3(1), 44–54.

Kharisma, C., & Faruk, M. (2022). Analisis Kondisi Fisik Tim Futsal Maestro Putri Tulungagung. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(5), 96–102.

Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 1–8.

Mahirah, B. (2017). Evaluasi belajar peserta didik (siswa). *Idaarah: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(2).

Mappasere, S. A., & Suyuti, N. (2019). Pengertian Penelitian Pendekatan Kualitatif.

Metode Penelitian Sosial, 33

Muryadi, A. D. (2017). Model evaluasi program dalam penelitian evaluasi. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 3(1).

Mylsidayu, A. (2022). Psikologi olahraga. Bumi Aksara.

Nugraha, U. (2019). Evaluasi Program Manajemen Klub Sepakbola Kota Jambi. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 8(2), 37–48.

Pramono, S. E., & Priambodo, A. (2024). ASPEK PSIKOLOGI MOTIVASI DALAM

PENCAPAIAN PRESTASI OLAHRAGA. Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Riset Sosial Humaniora, 4(1), 38–47.

Purna, S., Kardiyo, M., Or, S., & Angga, M. (2020). Kerangka pembinaan olahraga disabilitas. [https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=gbQHEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=](https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=gbQHEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=+Kerangka+pembinaan+olahraga+disabilitas.+&ots=9t1w2_FU5k&sig=G2U02kbb2Mo86IU0uhNqpl2mMkA)

[PA1&dq=+Kerangka+pembinaan+olahraga+disabilitas.+&ots=9t1w2_FU5k&sig](https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=gbQHEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=+Kerangka+pembinaan+olahraga+disabilitas.+&ots=9t1w2_FU5k&sig=G2U02kbb2Mo86IU0uhNqpl2mMkA)

[=G2U02kbb2Mo86IU0uhNqpl2mMkA](https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=gbQHEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=+Kerangka+pembinaan+olahraga+disabilitas.+&ots=9t1w2_FU5k&sig=G2U02kbb2Mo86IU0uhNqpl2mMkA)

Rahmah, A. A., & Nasryah, C. E. (2019). Evaluasi pembelajaran. Evaluasi Pembelajaran Retnawati, H. (2017). Teknik pengambilan sampel. Disampaikan Pada Workshop Update

Penelitian Kuantitatif, Teknik Sampling, Analisis Data, Dan Isu Plagiarisme, 1–7. Rukajat, A. (2018). Pendekatan penelitian kuantitatif: quantitative research approach.

Deepublish

Saharullah, S. P., MP, D., Wahyudin, S. P., Nawir, D., AIFO, M. K., & Nukhravi, D. R.

H. (2019). Pembinaan Olahraga Usia Dini (Edisi Revisi). UPT Pepustakaan. Santi, D. G., Soegiyanto, W. □, Prodi, N., Olahraga, P., & Semarang, N. (2016).

PEMBINAAN OLAHRAGA UNTUK PENYANDANG DISABILITAS DI NATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE SALATIGA. Journal of Physical Education and Sports, 5(1), 17–23. <https://doi.org/10.15294/JPES.V5I1.13274>.

Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kualitatif (S. Y. Suryandari, Ed.; 3rd ed.).

ALFABETA, CV.