

RULE OF THE GAME OF ORGANIZING YOUTH FOOTBALL PLAYER COMPETITIONS: CAN IMPROVE LEVEL OF ENJOYMENT IN COACHING INTERACTIONS?

Sulistiyono^{1*}, Sumaryanto¹, Sigit Nugroho¹, Louie Gula²

¹Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

²Saint Joseph College, Philippines

Corresponding author: sulistiyono@uny.ac.id

Abstract

The level of enjoyment in participating in sports activities is one component that causes young athletes to decide to stop or become more motivated to pursue sports activities. Practicing and participating in competitions are the main activities in sports coaching interactions towards optimal performance. This study aims to determine the effect of modifying the match rules implemented in youth soccer competitions on the level of enjoyment of players. Using an experimental method with 20 soccer schools participating in a competition with modified game rules. Players registered by his team amounted to an average of 13.8 players aged 9-12 years. The number of players who are willing to fill out the pleasure level questionnaire is 238 players. Each player was asked to fill out a questionnaire before and after the competition, the questionnaire was analyzed using the mean and percentage test technique. The results of data analysis showed the average score before participating in the competition was 4.10 while after participating in the competition it was 4.47, which means an increase of 8.88%. The results showed that the level of enjoyment of the players increased after participating in the competition. Modification of the rule of the game in competition affects the level of enjoyment of players in the interaction of youth soccer coaching. Coaches, administrators, and match organizers are expected to have a positive paradigm of thinking and policy making towards the organization of competitions for young soccer players.

Keywords: *modified rule of the game, enjoyment, football, young players.*

MODIFIKASI RULE OF THE GAME PENYELENGGARAAN KOMPETISI PEMAIN SEPAK BOLA USIA MUDA: DAPATKAH MENINGKATKAN TINGKAT KESENANGAN PEMAIN DALAM INTERAKSI PEMBINAAN?

Abstrak

Tingkat kesenangan dalam mengikuti kegiatan olahraga merupakan salah satu komponen yang menyebabkan atlet usia muda memutuskan berhenti atau semakin termotivasi menekuni kegiatan olahraga. Berlatih dan mengikuti pertandingan merupakan aktivitas utama dalam interaksi pembinaan olahraga menuju prestasi optimal. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh modifikasi peraturan pertandingan yang diimplementasikan pada kompetisi sepak bola usia muda terhadap tingkat kesenangan pemain. Menggunakan metode eksperimen dengan 20 sekolah sepak bola mengikuti kompetisi dengan peraturan permainan yang telah dimodifikasi. Pemain yang didaftarkan oleh timnya berjumlah rata-rata 13,8 pemain berusia 9-12 tahun. Jumlah pemain yang mengisi kuisoner tingkat kesenangan berjumlah 238 Pemain. Setiap pemain diminta mengisi kuisoner sebelum dan setelah kompetisi, kuisoner tersebut dianalisis dengan teknik uji *mean* dan persentase. Hasil analisis data menunjukkan skor rata-rata sebelum mengikuti kompetisi 4,10 sedangkan setelah mengikuti kompetisi menjadi 4,47, yang berarti terjadi peningkatan 8,88%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesenangan pemain mengalami peningkatan setelah mengikuti kompetisi. Modifikasi *rule of the game* pada kompetisi berpengaruh terhadap tingkat kesenangan pemain dalam interaksi pembinaan sepak

bola usia muda. Pelatih, pengurus, panitia penyelenggara pertandingan diharapkan memiliki paradigma berpikir dan pengambilan kebijakan yang positif terhadap penyelenggaraan kompetisi pada pemain sepak bola usia muda.

Kata kunci : modifikasi *rule of the game*, kesenangan, sepak bola, pemain usia muda.

PENDAHULUAN

Berlatih olahraga yang dilakukan anak-anak dapat menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan, namun pada sisi lain pengalaman berlatih dan berkompetisi dalam aktifitas pembinaan olahraga dapat mengakibatkan kelelahan dan perasaan tidak nyaman. Atlet usia muda mengalami perkembangan dan tekanan yang meningkat sesuai dengan semakin banyaknya jam pelatihan dan kompetisi (Reverberi *et al*, 2020). Permasalahan yang dialami oleh atlet usia muda menyebabkan anak-anak atau pemain usia muda berhenti berpartisipasi dalam kegiatan olahraga yang sebelumnya digeluti. Fraser-Thomas *et al* (2018) menemukan 20-50% atlet usia muda di beberapa negara memutuskan untuk berhenti dari kegiatan olahraga terorganisasi yang bertujuan untuk mencapai prestasi maksimal. Tingkat keputusan berhenti berolahraga yang tinggi dapat menimbulkan ancaman bagi tujuan organisasi kesehatan untuk meningkatkan partisipasi mengikuti aktivitas fisik (Møllerlökken *et al*, 2015). Persoalan yang menjadi perhatian yaitu atlet usia muda akan kehilangan kesempatan untuk menikmati manfaat dari kegiatan olahraga (Fraser-Thomas *et al*, 2018).

Penelitian Crane & Temple (2015) menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang berhenti berpartisipasi dalam latihan olahraga terjadi karena aktifitas olahraga tidak memberikan kesenangan. Tingkat kesenangan merupakan salah satu komponen yang menyebabkan atlet usia muda memutuskan berhenti atau sebaliknya semakin termotivasi untuk melakukan aktivitas olahraga. Lagestad & Sørensen (2018) menyatakan rasa senang yang dialami pemain usia muda dalam mengikuti kompetisi olahraga menjadi salah satu faktor yang sangat penting untuk mencegah keputusan berhenti dari latihan atau aktif berpartisipasi dalam olahraga. Kompetisi olahraga yang menyenangkan merupakan salah satu prediktor penyebab atlet usia muda untuk bertahan dalam aktifitas pembinaan olahraga. Hasil penelitian Olmedilla *et al*, 2019 menunjukkan keterampilan mental berhubungan dengan kinerja atlet, manajemen *stress* terkait dengan evaluasi kinerja, serta kualitas sumber daya manusia yang terlibat berhubungan kualitas proses yang akan dialami atlet usia muda. Pengendalian *stress* dapat membantu pemain sepak bola remaja untuk mengelola *stress* berkompetisi menggunakan program pelatihan psikologis, (Olmedilla *et al*, 2019)

Cabang olahraga yang mengakibatkan pengaruh positif seperti tingkat kesenangan untuk atlet usia muda yaitu cabang olahraga sepak bola. Tjomsland *et al* (2015) menjelaskan bahwa sepak bola sebagai olahraga yang bersifat olahraga tim yang dapat mengharuskan sikap kerjasama dengan teman satu tim dan umpan balik dari anggota tim, aspek sosial tersebut menjadi prediktor penting dari perasaan senang. Tjomsland *et al* (2015) dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa kesenangan merupakan pengalaman yang dirasakan pemain sepak bola, karena pemain sepak bola merasakan hal-hal seperti kebersamaan dan berkolaborasi dengan teman satu tim, memiliki pelatih yang mendukung, dan mempelajari keterampilan baru. Hal tersebut membuat pemain usia muda merasa menjadi lebih baik, bersemangat, bahagia, dan berkonsentrasi penuh dan terus berpartisipasi dalam aktivitas olahraga tim.

Program pembinaan olahraga terhadap atlet usia muda dimana melakukan aktifitas mempelajari keterampilan dan memperoleh kesenangan adalah faktor terpenting yang berkaitan dengan keterlibatan olahraga remaja (McCarthy & Jones, 2007). Persatuan Sepakbola (badan pengatur sepak bola di Inggris) telah menyarankan bahwa perkembangan psikososial remaja dan kenikmatan adalah aspek penting dari pengalaman yang diperoleh dari berlatih dan berkompetisi dalam sepak bola (Harwood, 2008). Kenikmatan berperan penting

dalam pengalaman olahraga peserta dan merupakan alasan utama mengapa remaja mempertahankan partisipasi dalam olahraga (Fraser-Thomas, Côte, & Deakin, 2008). Sisi positif sepak bola yang menyenangkan bagi pelakunya, namun terdapat sisi negatif yang sering dialami para pemain usia muda yaitu karena peraturan kompetisi yang tidak memberikan kesenangan bagi para pemain usia muda. Hal tersebut dapat memperbesar potensi putus atau berhenti berpartisipasi dalam kegiatan olahraga.

Menurut García-Angulo *et al* (2020) dengan menggunakan aturan kompetisi olahraga yang tidak diadaptasikan dengan karakteristik pemain usia muda akan berefek negatif pada proses latihan dan perkembangan, pertumbuhan pemain. Peraturan kompetisi dan pertandingan khusus pada atlet usia muda harus diadaptasikan dengan memperhatikan tingkat kedewasaan dan keterampilan pemain serta wajib memfasilitasi ruang yang bersifat progresif, menantang, dan bisa dicapai oleh berbagai tahapan pengembangan pemain. Kompetisi yang diselenggarakan pada cabang sepak bola (olahraga tim) berbeda dengan kompetisi pada cabang olahraga yang bersifat individu misalnya istilah pemain pengganti (cadangan) hanya ada pada olahraga bersifat tim. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh modifikasi peraturan permainan dan pertandingan sepak bola pada penyelenggaraan kompetisi sepakbola pemain usia muda terhadap tingkat kesenangan pada pemain sepak bola usia muda.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan perlakuan yang diberikan pada sampel. Perlakuan terhadap sampel berupa peraturan pertandingan yang didesain peneliti dengan memperhatikan faktor sosial pembinaan sekolah sepak bola, faktor pendanaan tim dalam mengikuti kompetisi, faktor psikologis, dan faktor pertumbuhan dan perkembangan pemain usia 9-12 tahun. Peraturan yang ditetapkan pada pertandingan kompetisi pada dasarnya terkait ukuran lapangan, ukuran gawang, jumlah pemain, dan ukuran bola yang sesuai format kompetisi untuk pemain usia 9-12 tahun, letak perbedaannya pada aturan pergantian pemain. Seluruh pemain yang dimasukkan dalam daftar susunan pemain harus dimainkan, pemain pengganti (cadangan) harus masuk pada babak kedua, kecuali jika pemain mengalami cedera saat sedang bertanding, pemain cadangan boleh masuk menggantikan. Kompetisi dilaksanakan selama delapan minggu. Pelaksanaan pertandingan dengan peraturan yang dimodifikasi oleh peneliti dilakukan setiap hari minggu. Setiap sampel merasakan atmosfer pertandingan sebanyak 8-12 kali, dan pada setiap pertandingan melawan tim lawan minimal memiliki pengalaman bermain 15 menit.

Populasi penelitian ini yaitu para pemain sepak bola yang berusia 9-12 tahun (Rata $10,8 \pm 0,28$ tahun) yang aktif latihan dan mengikuti kompetisi antar sekolah sepak bola yang diselenggarakan oleh komite usia muda Asosiasi Kabupaten PSSI Sleman. Sampel berjumlah 238 pemain yang bersedia mengisi kuesioner sebelum dan setelah mengikuti kompetisi. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kesenangan pemain sepak bola usia muda dalam interaksi latihan dan kompetisi yaitu kuesioner. Alat ukur berupa kuisoner dikembangkan oleh peneliti. Alat ukur memiliki validitas 0,86 dan reliabelitas 0,93. Peneliti dalam upaya mengumpulkan data bekerjasama dengan para pelatih yang menangani tim sekolah sepak bola, pelatih membantu memberikan penjelasan pada para pemain tentang tujuan dan bagaimana mengisi kuesioner penelitian. Pelatih diharapkan memberi penjelasan pada sampel dan meminta mengisi kuisoner dengan jujur. Peneliti mengirimkan kuisoner melalui aplikasi whatsapp kepada para pelatih. Pelatih melalui grup *WhatsApp* orang tua pemain memberikan informasi terkait kuesioner yang akan diisi oleh para sampel. Para pelatih bertugas memotivasi para pemain agar bersedia mengisi kuesioner sehingga terkumpul 238 data baik pada sebelum dan sesudah kompetisi. Data yang dihasilkan dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik uji *paired sample t-test* dan persentase dengan program SPSS 20 pada tingkat signifikansi sebesar 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh modifikasi peraturan permainan pada penyelenggaraan kompetisi sepak bola terhadap tingkat kesenangan pemain usia muda yang melibatkan 20 tim sekolah sepak bola dengan 298 pemain sepak bola usia muda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa modifikasi *rule of the game* (aturan permainan) pada kompetisi sepak bola usia 9-12 tahun meningkatkan tingkat kesenangan pemain sepak bola usia muda dalam interaksi pembinaan sepak bola. Sebanyak 234 sampel dengan jenis kelamin laki-laki pemain sepak bola yang berusia 9-12 tahun berasal dari 15 sekolah sepak bola berpartisipasi pada penelitian ini dengan rata-rata profil tinggi badan, berat badan, dan indeks massa tubuh dapat dibaca pada Tabel 1. Lima sekolah sepak bola yang berpartisipasi dalam kompetisi tidak bersedia mengisi kuisioner yang dikirimkan oleh peneliti.

Tabel 1. Profil Tinggi Badan, Berat Badan, dan Indeks Massa Tubuh

Rata-rata		
Tinggi Badan	Berat Badan	Indek Massa Tubuh
154.80	48.62	19.32

Berdasarkan perhitungan yang menggunakan bantuan *software* SPSS 20 menggambarkan rata-rata tinggi badan sampel sebesar 154.80, rata-rata berat badan sampel berapa pada angka 48.62, dan 19.32 menunjukkan rata-rata indek massa tubuh sampel. Berdasarkan nilai rata-rata indeks massa tubuh menerangkan bahwa rata-rata sampel yang mengikuti penelitian ini mempunyai rata-rata berat badan yang ideal.

Berasarkan kuesioner yang telah diisi responden dalam penelitian ini berjumlah 238 pemain sepakbola usia muda yang berpartisipasi dalam kompetisi yang didisain khusus oleh tim peneliti. Data tingkat kesenangan sebelum dan sesudah kompetisi didapatkan dari seluruh responden dimana peneliti bekerjasama dengan tim pelatih setiap klub sepak bola, sekolah sepakbola untuk membantu menyebarkan kuisioner melalui media *WhatsApp*. Seluruh data tersebut dianalisis menggunakan uji *paired sample t-test* dengan bantuan *software* SPSS 20 pada tingkat signifikansi sebesar 5% untuk mengetahui pengaruh modifikasi *rule of the game* pada kompetisi terhadap tingkat kesenangan sampel. Hasil dari analisis yang sudah dilakukan oleh peneliti dapat baca pada Tabel 2.

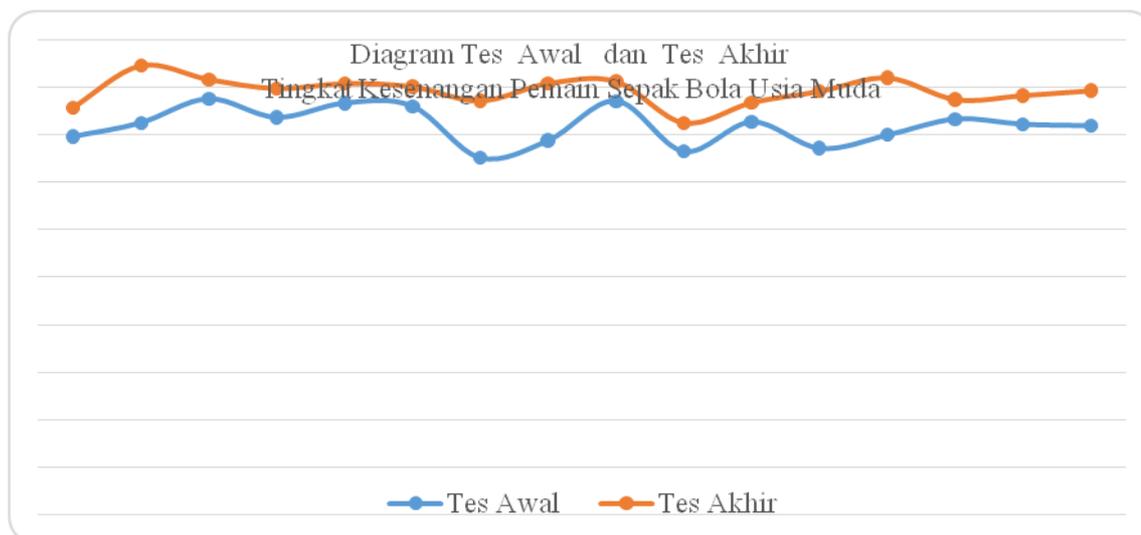
Tabel 2. Hasil Uji Analisis Data dengan Teknik *Paired Samples Test*

		Paired Differences		Df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation			
Pair 1	Kesenangan sebelum Kesenangan sesudah	-0.36062	0.17437	-8.272	15	0

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,00 yang berarti model kompetisi dimana peraturan permainannya dilakukan modifikasi, penyesuaian sesuai dengan kondisi fisik, psikologis anak-anak usia 9-12 tahun berpengaruh terhadap tingkat kesenangan. Nilai *mean paired differences* yaitu 0,36 yang berarti selisis sebelum dan setelah responden mengikuti kompetisi sebesar rata-rata 0,36, maka modifikasi peraturan permainan dapat dinyatakan salah satu upaya agar tingkat kesenangan pada atlet usia muda dapat ditingkatkan. Kesenangan diprediksi meminimalkan keputusan berhenti berpartisipasi dalam latihan atau aktifitas olahraga. Kondisi yang sangat memprihatinkan jika terjadi pada atlet usia muda yang memiliki bakat istimewa.

Hasil analisis data menunjukkan skor rata-rata tingkat kesenangan sampel sebelum mengikuti kompetisi sebesar 4,10 dan sedangkan skor rata-rata tingkat kesenangan sampel setelah mengikuti kompetisi 4,47 hal itu menggambarkan bahwa tingkat kesenangan pemain

secara umum mengalami peningkatan. Sekolah Sepak Bola (SSB) yang mengalami peningkatan tingkat kesenangan paling tinggi yaitu SSB X dengan skor peningkatan 0,6 point, sedangkan SSB dengan peningkatan terendah yaitu SSB Y dengan skor peningkatan 0,2 point. Skor rata-rata tingkat kesenangan dari lima belas (15) sekolah sepak bola yang berpartisipasi dalam kompetisi semuanya menunjukkan peningkatan, seperti dapat dibaca pada gambar 1.



Gambar 1. Diagram Gambaran Perbandingan Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Skor Rata-Rata Tingkat Kesenangan Pemain Sepak Bola Usia Muda setelah Berpartisipasi pada Model Kompetisi yang Peraturannya Dimodifikasi Berdasarkan Sekolah Sepak bola.

Gambar 1 yang mendiskripsikan gambaran peningkatan tingkat kesenangan sampel setelah mengikuti kompetisi yang aturannya dimodifikasi. Garis berwarna biru menunjukkan tingkat kesenangan sebelum mengikuti kompetisi dan garis warna orange menunjukkan tingkat kesenangan sampel setelah mengikuti kompetisi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Brown *et al* (2017) dengan jumlah subjek sebanyak 458 pemain usia 9-10 tahun dari 3 liga Australian *Football League* (AFL) junior Victoria yang menerapkan modifikasi aturan dengan kualitas berbeda yaitu tinggi, sedang dan rendah. Data diperoleh dari analisis video notasi dan observasi lapangan pada 33 pertandingan, selain itu subjek juga mengisi kuesioner untuk mengukur sudut pandangan terhadap permainan yang menyenangkan, kompetensi, persaingan dan kemenangan. Modifikasi peraturan bermain meningkatkan keterlibatan subjek untuk berpartisipasi dalam permainan yang berhubungan dengan persepsi terhadap kompetensi dan kesenangan. Keterlibatan berpartisipasi menghasilkan lebih banyak kesempatan mengembangkan keterampilan dan mempertahankan subjek untuk terus bermain sepak bola.

Peningkatan keterlibatan berpartisipasi ketika pertandingan berlangsung, menurut García-Angulo *et al* (2020) karena efektivitas adaptasi aturan bermain misalnya jumlah pemain dikurangi, pengecilan ukuran lapangan, dan ukuran gawang diperkecil pada kompetisi menghasilkan frekuensi jumlah gerakan menendang yang lebih banyak saat menguasai bola. Peningkatan terjadi disebabkan oleh jarak antar pemain yang dekat dan mengurangi gerakan menggiring bola, hal itu yang akan menghasilkan peningkatannya pada penggunaan zona lateral lapangan, dan peningkatan pada jumlah gerakan menendang ke arah gawang, operan, dan intersep. Modifikasi peraturan pada model kompetisi yang disusun peneliti, yaitu mengharuskan setiap pemain yang didaftarkan pada setiap pertandingan wajib dimainkan. Hasil modifikasi yaitu pemain mengalami dan memiliki penampilan lebih lama, secara langsung dan tidak langsung mengakibatkan perasaan percaya diri, kompeten, kehadiran,

kenikmatan, dan untuk terus bermain pada masa yang akan datang. Individu yang berkinerja lebih baik merasa lebih percaya diri dan mengarah pada kenikmatan yang lebih besar. Kenikmatan ditemukan memediasi hubungan antara kinerja pemain dan kemauan untuk memainkan *exergame*, (Limperos & Schmierbach, 2016).

Manfaat modifikasi peraturan bermain sepak bola pemain usia muda, tidak hanya dirasakan oleh pemain berposisi pemain belakang, gelandang, atau pemain depan tetapi juga memberikan manfaat kepada penjaga gawang, Ortega-Toro *et al* (2018) membuktikannya dengan melakukan penelitian dengan menilai penjaga gawang. Modifikasi aturan (ukuran lapangan, jumlah pemain, dan ukuran gawang) menghasilkan peningkatan partisipasi penjaga gawang dalam hal intervensi dan kontak bola, serta dalam variabilitas gerakan yang dilakukan. Partisipasi penjaga gawang yang lebih tinggi disebabkan serangan oleh tim lawan memiliki frekuensi lebih banyak dan penjaga gawang lebih banyak dalam mengalami aktifitas menangkap bola pada saat diserang lawan. Modifikasi aturan pertandingan pada penelitian ini yang mengharuskan setiap pemain yang namanya terdaftar pada susunan pemain harus dimainkan, memberikan dampak positif pada tingkat keterlibatan pemain di atas lapangan pertandingan. Keterlibatan pemain yang lebih tinggi menuju pada motivasi yang lebih meningkat dan lebih banyak kegembiraan dalam bermain sepak bola (Lex *et al*, 2022).

Keterlibatan pemain dalam berpartisipasi dalam tim, menurut Tjomsland *et al* (2015) sebagai sisi yang integral dari kinerja sebuah tim. Permainan membutuhkan keterampilan dan kompetensi yang saling melengkapi diantara anggota tim, bermain sepak bola mempunyai peluang untuk menghasilkan kesenangan, bahkan ketika pemain mungkin tidak terlalu terampil. Tuntutan kepada pemain sepak bola tidak hanya mengembangkan kemampuan fisik, tetapi juga harus mengembangkan keterampilan dalam berkolaborasi dan berkomunikasi. Peningkatan jumlah keterlibatan pemain seperti kebersamaan dan kolaborasi yang merupakan aspek sosial, pada akhirnya akan meningkatkan keterampilan dan meningkatkan kesenangan bermain sepak bola, sehingga akan memotivasi pemain sepak bola usia muda untuk terus berpartisipasi dalam kegiatan sepak bola. Kesenangan merupakan respons afektif positif terhadap pengalaman berolahraga yang menggambarkan kebahagiaan dan perasaan suka secara umum (Scanlan *et al*, 2016). Rasa senang sebagai prediktor utama yang berkaitan dengan keputusan pemain usia muda untuk berhenti dari kegiatan olahraga, baik dalam jangka pendek ataupun jangka panjang, maka dapat dinyatakan dengan adanya respons afektif positif yang semakin besar terhadap pengalaman olahraga, semakin besar kemauan untuk bertahan dalam kegiatan olahraga (Yperen *et al*, 2022).

Perkembangan psikososial, Brown *et al* (2017) menyatakan anak-anak yang berusia 10-13 tahun atau disebut remaja awal mengalami tahap konvergensi citra tubuh dan terjadinya keterampilan motorik sehingga dengan berpartisipasi pada kegiatan olahraga memberikan kesempatan awal untuk merasakan kemandirian dan kebebasan. Memodifikasi aturan pertandingan pada kompetisi sepak bola usia muda merupakan langkah yang tepat untuk memberikan ruang bagi para pemain usia muda dalam meraih kemandirian dan kebebasan. Seiring meningkatnya kebersamaan dan kolaborasi antar pemain satu tim dilapangan saat pertandingan, hubungan sosial yang baik untuk keberlanjutan partisipasi dalam olahraga (Ullrich-Perancis & Smith, 2009). Kondisi dan kemampuan tim sepak bola dalam kerjasama dan semangat tim sangat penting untuk mengembangkan keterampilan setiap pemain pada tingkat yang tidak jauh berbeda, karena anak-anak mempunyai karakteristik yang apabila seorang anak menyadari jika dirinya tertinggal atau merasa ditinggalkan dalam hal tingkat keterampilan bermain sepak bolanya, maka anak tersebut mengalami perasaan ketidakserasian dengan teman-teman satu timnya (Molinero *et al*, 2009). Hal lain yang menggambarkan manfaat memodifikasi aturan pertandingan pada kompetisi sepak bola usia muda yaitu membangun suasana tim dengan menghubungkan antara persepsi kompetensi (keterampilan) dan kesenangan melalui 3 hal, yaitu:

1. Pemain semakin sering menguasai, terlibat dalam permainan maka akan banyak memberikan kesempatan kepada pemain untuk meningkatkan keterampilannya dan mempelajari keterampilan baru,
2. Banyaknya kesempatan untuk membangun serangan ke gawang lawan dan bertahan mengantisipasi serangan lawan, maka berkerjasama dan kolaborasi antar pemain satu tim akan semakin terbentuk serta meningkatkan keterampilan komunikasi pemain.
3. Peluang untuk terjadinya banyak gol semakin besar, sehingga akan semakin sering pula para pemain usia muda dalam satu tim untuk melakukan perayaan gol bersama-sama yang akan memicu meningkatkan kesenangan dan kebersamaan antar pemain.

Faktor lainnya yang menjadikan para pemain usia muda mendapatkan kesenangan yaitu mempunyai pelatih yang mendukung. Martin *et al* (2014) mengutarakan bahwa pelatih sebagai agen sosial yang berperan penting menciptakan suasana positif pada tindakan dan keyakinan pemain usia muda dalam aktivitas olahraga. Modifikasi aturan bahwa setiap pemain harus bermain (terlibat dalam setiap pertandingan tim), mengharuskan pelatih untuk berinteraksi (mengarahkan, memotivasi, melakukan pendekatan) kepada semua pemainnya dan modifikasi lapangan pertandingan menjadi lebih kecil pada kompetisi menciptakan posisi pelatih untuk memberikan intruksi kepada pemainnya menjadi lebih mudah dan suara pelatih dapat didengar pemain dengan jelas. Kompetisi atau pertandingan olahraga bagi pemain usia muda merupakan pengalaman yang berharga, namun dapat mengalami perubahan dengan alasan tingkatan tujuan kompetisi tersebut diselenggarakan, bisa sebagai rekreasi, pengembangan, dan performa (Camiré, 2015). Pengembangan terhadap sisi-sisi positif pada olahragawan usia muda adalah persoalan yang membutuhkan solusi, dan harus dikembangkan hingga terus bertumbuh sampai dewasa, dan terus dibawa sebagai bagian masyarakat yang.

Peraturan Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2020 Tentang Peta Jalan Percepatan Pembangunan Persepakbolaan Nasional pada Area Prioritas Perubahan yang salahsatunya menjelaskan terkait sistem kompetisi, pemerintah menerapkan bentuk penyelenggaraan kompetisi-kompetisi terkhususnya untuk pemain usia muda berada pada konteks pembudayaan dan pendidikan yang dibangun secara berkelanjutan. Interaksi pembinaan sepak bola usia muda diharapkan memiliki paradigma berpikir dan pengambilan kebijakan yang positif untuk meminimalkan pemain usia muda berhenti berolahraga atau *drop out* olahraga sepak bola yang ditekuninya. Nikolaienko *et al* (2021) menyatakan tiga elemen yang berhubungan dan melengkapi untuk program pelatihan jangka panjang pemain sepak bola usia muda, yaitu sistem pelatihan berupa mode pelatihan dan teknologi pelatihan, sistem untuk pelatihan berupa isi latihan yang diberi pelatih, dan terakhir sistem kompetisi berupa mode dan format kompetisi yang tepat.

Montesano *et al* (2016) menyatakan bahwa selain melatih keterampilan sepak bola, sekolah sepak bola juga harus sebagai wadah pendidikan bagi pemain usia muda untuk mengembangkan kepercayaan pada kemampuan mereka sendiri dengan program latihan yang menghibur, menarik, dan valid secara edukatif sesuai usia dan tingkat kematangan pemain. Pelatih tidak boleh bersikap otoriter dalam kepelatihan, melainkan harus berwibawa, tidak boleh terlalu permisif, berempati, menjadi motivator untuk pemain, merangsang, dan antusias. Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia (PSSI) menjelaskan bahwa kompetisi usia muda merupakan salahsatu dari tiga pilar kunci sukses pembinaan sepak bola usia muda. Lagestad & Sørensen (2018) menyatakan kenikmatan pelatihan olahraga terorganisir menurun pada usia atlet sekitar 14-19, sedangkan kenikmatan tetap konstan atau stabil apabila berkaitan dengan kompetisi olahraga. Kompetisi menjadi sumber utama yang mempunyai peran vital untuk meningkatkan kenikmatan dalam olahraga, walaupun kenikmatan proses pelatihan juga penting.

Kompetisi sepak bola usia muda sebagai wadah untuk mempromosikan tujuan sepak bola usia muda, yaitu aktivitas fisik, kesenangan, keterampilan hidup (kemandirian, manajemen konflik dan interaksi yang bertujuan dengan orang lain), permainan yang adil dan kesehatan yang baik. Hasil penelitian Orbach *et al* (2021) menyatakan peran mempromosikan tujuan sepak bola usia muda harus dibagikan pada staf pelatih dan pengurus klub untuk meningkatkan motivasi atlet muda sebagai upaya melanjutkan olahraga kompetitif dan untuk mengurangi tingkat putus latihan dari olahraga. Motivasi intrinsik berupa kemenangan dan kesehatan, berpengaruh lebih kuat dalam olahraga tim dibandingkan dengan olahraga individu. Beberapa perbedaan dapat dilihat ketika membandingkan olahraga tim dan individu. Kompetisi usia muda tidak boleh berorientasi pada ego dan mempromosikan hasil menang adalah segalanya, karena menurut *US Youth Soccer Coaching Education Department* (2014: 37) hal tersebut sering menjadikan pemain usia muda tidak mencoba tugas baru, tetapi bahkan memicu pemain usia muda untuk melanggar aturan agar bisa menang. Kompetisi harus dikonsepsi untuk mempromosikan kerjasama yang memberdayakan pemain dengan keterampilan pemecahan masalah yang kreatif, keterampilan komunikasi yang semakin baik, lebih banyak berbagi emosi dan rasa tim yang meningkat.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa modifikasi *rule of the game* berpengaruh terhadap tingkat kenikmatan pemain sepak bola usia muda. Peningkatan kenikmatan disebabkan karena peningkatan keterlibatan subjek penelitian (pemain sepak bola usia muda) berpartisipasi dalam pertandingan yang menghasilkan lebih banyak kesempatan bagi subjek untuk mengembangkan keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dan mempertahankan subjek untuk tidak berhenti bermain sepak bola. Kompetisi menjadi sumber utama untuk meningkatkan kenikmatan pemain sepak bola usia muda, sehingga pembinaan sepak bola usia muda diharapkan memiliki paradigma berpikir dan pengambilan kebijakan yang positif terhadap penyelenggaraan kompetisi pada pemain sepak bola usia muda, kompetisi harus mempromosikan tujuan sepak bola usia muda, dan meminimalkan pemain sepak bola usia muda untuk berhenti berolahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Brown, H., Phillips, P., & Encel, K. (2017). The impact of modified rules on involvement and psychosocial influences on afl junior football players. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 20(1). <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2017.01.211>
- Brown, K. A., Patel, D. R., & Darmawan, D. (2017). Participation in sports in relation to adolescent growth and development. *Translational Pediatrics*. 6(3), 150-159. <http://dx.doi.org/10.21037/tp.2017.04.03>
- Camiré, M. (2015). Reconciling competition and positive youth development in sport. *Staps*. 109(3), 25-39.
- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*. 21(1), 114-131. <https://doi.org/10.1177/1356336X14555294>
- Fraser-Thomas, J., Falcão, W., & Wolman, L. (2018). *Understanding take-up, drop-out and drop-off in youth sport in: Green k and smith a (eds) routledge handbook of youth sport*. London: Routledge.
- García-Angulo, A., Palao, J. M., Giménez-Egido, J. M., García-Angulo, F. J., & Ortega-Toro, E. (2020). Effect of the modification of the number of players, the size of the goal,

- and the size of the field in competition on the play actions in u-12 male football. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(518), 1-13.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17020518>
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 2020 Tentang Peta Jalan Percepatan Pembangunan Persepakbolaan Nasional*. Jakarta: KEMENKO-PMK.
- Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Undang-undang Republik Indonesia No 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: KEMENPORA.
- Lagestad, P., & Sørensen, A. (2018). Longitudinal changes in sports enjoyment among adolescents. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 18(1), 89-97.
<https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01011>
- Lex, H., Simon, M., & Schwab, S. (2022). Insights into the application of soccer specific actions in established and new game forms of youth soccer. *German Journal of Exercise and Sport Research*. 52, 168-172.
<https://doi.org/10.1007/s12662-021-00748-0>
- Limperos, A. M., & Schmierbach, M. (2016). Understanding the relationship between exergame play experiences, enjoyment, and intentions for continued play. *Games for Health Journal*, 5(2), 100–107. <https://doi.org/10.1089/g4h.2015.0042>
- Martin, E. M., Ewing, M. E., & Gould, D. (2014). Social agents' influence on self-perceived good and bad behavior of american youth involved in sport: developmental level, gender, and competitive level effects. *The Sport Psychologist*. 28, 111-123.
<http://dx.doi.org/10.1123/tsp.2013-0005>
- Molinero, O., Salguero, A., Álvarez, E., & Márquez, S. (2009). Reasons for dropout in youth soccer: a comparison with other team sports. *European Journal of Human Movement*. 22, 21-30
- Møllerløgken, N. E., Lorås, H., & Vorland, P. A. (2015). A systematic review and meta analysis of dropout rates in youth soccer. *Perceptual and Motor Skills: Physical Development and Measurement*. 121(3), 913-922.
- Montesano, P., Tafuri, D., & Mazzeo, F. (2016). The drop-outs in young players. *Journal of Physical Education and Sport*. 16(4), 1242-1246.
<https://doi.org/10.7752/jpes.2016.04197>
- Nikolaienko, V., Maksymchuk, B., Donets, I., Oksom, P., Verbyn, N., Shemchuk, V., & Maksymchuk, I. (2021). Cycles of training sessions and competitions of youth football players. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*. 13(2), 423-441. <https://doi.org/10.18662/rrem/13.2/429>
- Olmedilla, A., Moreno-Fernández, I. M., Gómez-Espejo, V., Robles-Palazón, F. J., Verdú, I., & Ortega, E. (2019). Psychological intervention program to control stress in youth soccer players. *Frontiers in Psychology*, 10, 1–8.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02260>
- Orbach, I., Gutin, H., Hoffman, N., & Blumenstein, B. (2021). Motivation in competitive sport among female youth athletes. *Psychology*, 12(06).
<https://doi.org/10.4236/psych.2021.126057>
- Ortega-Toro, E., García-Angulo, A., Giménez-Egido, J. M., García-Angulo, F. J., & Palao, J. M. (2018). Effect of modifications in rules in competition on participation of male

- youth goalkeepers in soccer. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 13, 1040–1047. <https://doi.org/10.1177/1747954118769423>
- Reverberi, E., D'Angelo, C., Littlewood, M. A., & Gozzoli, C. F. (2020). Youth football players' psychological well-being: The key role of relationships. *Frontiers in Psychology*. 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567776>
- Scanlan, T. K., Chow, G. M., Sousa, C., Scanlan, L. A., and Knifsend, C. A. (2016). The development of the sport commitment questionnaire-2. *Psychol. Sport Exercise*. 22, 233-246. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.002>
- Tjomsland, E. H., Larsen, T., Holsen, I., Ronglan, L. T., Samdal, O., & Wold, B. (2015). Enjoyment in youth soccer: Its portrayals among 12- to 14-year-olds. *Soccer & Society*. 17(6), 1-15. <http://dx.doi.org/10.1080/14660970.2015.1100894>
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise*. 10(1), 87-95. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.06.007>
- US Youth Soccer Coaching Education Department. (2014). US Youth Soccer Player Development Model. Amerika Serikat. https://cdn2.sportngin.com/attachments/document/0090/7006/US_Youth_Soccer_Player_Development_Model.pdf
- Yperen, N. W. V., Jonker, L., & Verbeek, J. (2022). Predicting dropout from organized football: A prospective 4-year study among adolescent and young adult football players. *Frontiers in Sports and Active Living*. 3, 1-7. <http://dx.doi.org/10.3389/fspor.2021.752884>