

Pendampingan Teknis dan Manajerial Tim Futsal Putri dalam Meningkatkan Kesiapan Menghadapi Kompetisi

Muhamad Muchsin¹, Mulyati², Astari Rahim³, Mustakim⁴, Didy Maharudin⁵

Universitas Cenderawasih, Indonesia^{1,2,3,4,5}

{Mmuchsin3112@gmail.com¹, Rianicompany@gmail.com², Astarirahim999@gmail.com³,
mustakim17081991@gmail.com⁴, Kahlilgibran619@gmail.com⁵}

Submission: 2025-08-12

Received: 2025-12-25

Published: 2026-03-30

Keywords: *Technical Assistance; Managerial; Women's Futsal; Competition Readiness; Participatory Action Research.*

Abstract. *This community service program aimed to improve the competition readiness of the FISIP Cenderawasih University Women's Futsal Team through integrated technical, managerial, and psychological assistance. The initial assessment showed that the athletes' average technical score was 66.1, management knowledge among team administrators was 49.6, and mental readiness was 64.2%. The program used a Participatory Action Research approach consisting of diagnosis, action planning and implementation, observation, and reflection involving 16 athletes, 2 coaches, and 5 administrators. The intervention was conducted from January to February 2026 through structured technical drills, tactical simulations, team management workshops, and mental strengthening sessions. The outcomes showed measurable improvement: the average technical score increased to 85.5 (up 29.4%), managerial knowledge rose to 85.2 (up 71.8%), and mental readiness reached 90.1% (up 40.3%). Tactical understanding also improved, indicated by 93.8% of athletes being able to apply team formations correctly and a 71% reduction in positional errors during match simulations. The team subsequently reached the final of the AAFI Series 1 Ramadhan Cup and won second place. The novelty of this program lies in the integration of technical, managerial, and mental assistance within one short-cycle mentoring model for women's university futsal.*

Katakunci: *Pendampingan Teknis; Manajerial; Futsal Putri; Kesiapan Kompetisi; Participatory Action Research.*

Abstrak. *Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kesiapan Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih dalam menghadapi kompetisi melalui pendampingan teknis, manajerial, dan mental yang terintegrasi. Asesmen awal menunjukkan bahwa rata-rata skor keterampilan teknis atlet masih 66,1, pengetahuan manajerial pengurus 49,6, dan kesiapan mental atlet 64,2%. Kegiatan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) dengan tahapan diagnosis, perencanaan tindakan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi yang melibatkan 16 atlet, 2 pelatih, dan 5 pengurus tim. Intervensi dilaksanakan pada Januari-Februari 2026 melalui latihan teknik terstruktur, simulasi taktik, workshop manajemen tim, dan penguatan mental atlet. Hasil kegiatan menunjukkan perubahan terukur, yaitu rata-rata skor teknis meningkat menjadi 85,5 (naik 29,4%), pengetahuan manajerial meningkat menjadi 85,2 (naik*

71,8%), dan kesiapan mental meningkat menjadi 90,1% (naik 40,3%). Persentase tersebut diperoleh dari perhitungan data pre-test/post-test, angket, dan lembar observasi, sementara capaian taktik dihitung dari proporsi atlet yang memenuhi indikator observasi. Pemahaman taktik juga membaik, ditunjukkan oleh 93,8% atlet mampu menerapkan formasi dengan benar serta penurunan kesalahan posisi sebesar 71% saat simulasi pertandingan. Tim kemudian mencapai final Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup dan meraih juara kedua. Kebaruan kegiatan ini terletak pada integrasi pendampingan teknis, manajerial, dan mental dalam satu siklus pendampingan singkat bagi tim futsal putri perguruan tinggi.

1 Pendahuluan

Olahraga futsal telah berkembang pesat sebagai salah satu cabang olahraga yang banyak diminati, khususnya di lingkungan perguruan tinggi (Guntoro et al., 2025; Syam et al., 2025). Di Indonesia, berbagai kompetisi antar perguruan tinggi seperti Turnamen AAFI (Asosiasi Akademi Futsal Indonesia) menjadi ajang strategis bagi mahasiswa untuk mengembangkan bakat dan prestasi (Hildan et al., 2025; Setiabudi et al., 2023).

Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih memiliki potensi untuk berprestasi di tingkat regional Papua. Tim ini beranggotakan 16 atlet putri yang aktif berlatih, didukung oleh 2 orang pelatih dan 5 orang pengurus tim yang mengelola berbagai kebutuhan administrasi dan logistik. Namun, berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan pelatih dan manajer tim pada awal Januari 2026, ditemukan persoalan utama. Pertama, rata-rata skor keterampilan teknis atlet baru mencapai 66,1 sehingga passing, shooting, kontrol bola, dan transisi permainan belum stabil. Kedua, skor pengetahuan manajerial pengurus baru 49,6, terutama pada aspek perencanaan latihan, administrasi pertandingan, dan pengelolaan logistik. Ketiga, kesiapan mental atlet masih 64,2%, yang terlihat dari rendahnya kepercayaan diri, kemampuan mengatasi tekanan, dan kejelasan target prestasi menjelang kompetisi.

Masalah teknis menunjukkan bahwa latihan yang dijalankan sebelumnya belum sepenuhnya terstruktur dan belum menggunakan periodisasi yang jelas. Padahal, latihan futsal yang dirancang secara

sistematis terbukti membantu peningkatan penguasaan keterampilan dasar dan kesiapan performa saat pertandingan. Gomes et al., (2024) juga menegaskan bahwa penguasaan teknik dasar seperti passing, dribbling, dan shooting meningkat signifikan ketika latihan dirancang dengan manipulasi jumlah pemain dan intensitas yang tepat. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Syam et al., (2025) yang membuktikan bahwa efektivitas program latihan terstruktur dapat meningkatkan keterampilan atlet secara signifikan.

Masalah manajerial juga berpengaruh langsung terhadap kesiapan tim. Pengelolaan jadwal, administrasi pemain, koordinasi dengan kampus, dan kesiapan perlengkapan menjadi bagian penting yang menentukan kelancaran partisipasi tim dalam turnamen. Ketika aspek ini lemah, pelatih dan atlet cenderung terbebani oleh urusan nonteknis. Boveiri Shami et al., (2024) dalam penelitiannya yang melibatkan 255 pelatih futsal aktif menemukan bahwa keterampilan teknis dan manusiawi pelatih wanita secara signifikan lebih tinggi daripada pelatih pria, dan efektivitas pelatih wanita juga secara signifikan lebih tinggi. Temuan ini relevan dengan program pendampingan yang melibatkan atlet putri dan pengurus tim yang sebagian besar wanita.

Masalah lain juga ditemukan aspek psikologis atlet yang masih perlu dikuatkan. Menghadapi kompetisi yang kompetitif, atlet putri memerlukan kesiapan mental yang matang, termasuk kemampuan mengatasi tekanan pertandingan, membangun kepercayaan diri, dan menjaga motivasi selama persiapan hingga kompetisi berlangsung. intervensi psikologis terstruktur selama 4 minggu yang mencakup goal-setting, visualisasi, mindfulness, dan team cohesion berhasil meningkatkan motivasi intrinsik, motivasi terintegrasi, dan motivasi teridentifikasi secara signifikan ($p < 0,001$), serta menurunkan kecemasan kognitif dan somatik dengan efek besar ($d > 0,8$). Atlet juga mengalami peningkatan kepercayaan diri yang signifikan (Psychology, 2025). dengan sampel 512 atlet menunjukkan bahwa.

Selain itu keterbatasan sarana dan prasarana latihan yang memadai. Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih masih menghadapi kendala dalam akses lapangan berstandar, ketersediaan bola latihan, serta perlengkapan pendukung lainnya. Ketersediaan

fasilitas yang memadai berkorelasi positif dengan peningkatan partisipasi dan keterampilan atlet (Budiman et al., 2023). Oleh karena itu, untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar dalam permainan futsal pada pemain pemula sangat bergantung pada dukungan fasilitas dan program latihan yang sistematis (Prabowo et al., 2024).

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pihak universitas dan himpunan mahasiswa untuk mendukung pengembangan tim, namun belum optimal karena kurangnya pendekatan sistematis dan berbasis keilmuan. Haetami et al., (2022) dalam pengabdianannya tentang penyelenggaraan multi event olahraga menekankan pentingnya pendekatan terstruktur dalam pembinaan atlet. Diyananda et al., (2023) juga menunjukkan bahwa pelatihan manajemen event futsal bagi warga masyarakat efektif meningkatkan kapasitas penyelenggaraan kompetisi. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa pendampingan teknis dan manajerial yang melibatkan akademisi dari Program Studi Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan hilirisasi dari hasil penelitian dosen mengenai model pembinaan olahraga prestasi di perguruan tinggi (Kardi et al., 2025; Zainuri et al., 2025).

Tujuan kegiatan ini adalah: (1) meningkatkan kemampuan teknis dasar futsal atlet putri FISIP Universitas Cenderawasih, (2) meningkatkan pemahaman manajerial pengurus tim dalam mengelola persiapan menghadapi kompetisi, (3) memperkuat aspek psikologis dan mental atlet, serta (4) menyusun program latihan terstruktur yang berkelanjutan. Wenly et al., (2025) membuktikan bahwa model latihan berbasis circuit training sangat efektif meningkatkan keterampilan passing dan kontrol bola dengan effect size sangat besar. Gomes et al., (2024) juga menegaskan pentingnya penguasaan teknik dasar melalui latihan terstruktur. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Januari hingga Februari 2026, dengan pertimbangan bahwa Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup akan berlangsung pada 11-14 Februari 2026 di Lapangan Futsal Wiguna Kali Acai, diikuti oleh berbagai tim dari fakultas di lingkungan Universitas Cenderawasih serta tim dari universitas lain di Jayapura seperti USTJ dan Universitas YPIS. Waktu persiapan satu bulan dirancang secara intensif dan terpadu untuk mencapai hasil yang optimal

(Mulyani et al., 2024; Putri & Hartono, 2020). Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan olahraga mahasiswa di Papua dan menjadi model pendampingan bagi tim futsal putri lainnya (Honkley et al., 2025; Wani & Faridi, 2020).

2 Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Januari hingga Februari 2026 di tiga lokasi: luar Lapangan Futsal Asrama Densipur (arahan dan motivasi), Lapangan Futsal Asrama Densipur (latihan teknik dan taktik), dan Gedung FISIP Universitas Cenderawasih (dokumentasi). Mitra kegiatan adalah Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih yang beranggotakan 16 atlet putri, 2 pelatih, dan 5 pengurus tim.

Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR). Metode ini dipilih karena persoalan mitra tidak cukup diselesaikan melalui pelatihan satu arah, tetapi membutuhkan identifikasi masalah bersama, penyusunan tindakan yang sesuai kebutuhan tim, pelaksanaan kolaboratif, serta refleksi atas perubahan yang terjadi. Dengan PAR, pelatih, pengurus, atlet, dan tim pengabdian terlibat aktif dalam seluruh proses perbaikan.

Sumber data kuantitatif dalam kegiatan ini berasal dari instrumen yang disusun tim pengabdian, yaitu lembar pre-test dan post-test keterampilan teknis, kuesioner pengetahuan manajerial pengurus, angket kesiapan mental atlet, serta lembar observasi simulasi pertandingan. Persentase peningkatan dihitung dari selisih skor post-test dan pre-test dibagi skor pre-test lalu dikalikan 100%, sedangkan persentase capaian observasi dihitung dari jumlah atlet yang memenuhi indikator dibagi jumlah atlet keseluruhan (16 atlet) lalu dikalikan 100%.

Tabel 1. Tahapan, Kegiatan dan Indikator

No	Tahapan	Kegiatan	Indikator Keberhasilan
1	Diagnosis	Observasi awal, wawancara dengan pelatih/manajer, pre-test keterampilan teknis, dan angket	Tersedianya data dasar masalah teknis, manajerial, dan mental tim.

		motivasi serta kesiapan mental.	
2	Perencanaan tindakan	Penyusunan program latihan teknik, skema small-sided games, workshop manajemen tim, dan materi penguatan mental.	Program pendampingan disepakati bersama pelatih, pengurus, dan atlet.
3	Pelaksanaan tindakan	Latihan teknik 4-5 kali per minggu, simulasi taktik, workshop administrasi dan logistik tim, goal-setting, visualisasi, dan mindfulness.	Seluruh komponen program berjalan sesuai jadwal pendampingan.
4	Observasi	Pemantauan kehadiran, keterlibatan peserta, perkembangan latihan, dan simulasi pertandingan.	Teramati perubahan pada aspek teknik, taktik, manajerial, dan mental.
5	Refleksi dan evaluasi	Post-test keterampilan, pengukuran ulang pengetahuan manajerial dan mental, serta refleksi bersama mitra.	Tersedianya data peningkatan hasil dan rekomendasi keberlanjutan program.

3 Hasil

Hasil pengabdian difokuskan pada capaian utama program, yaitu peningkatan keterampilan teknis, pemahaman taktik, kapasitas manajerial, kesiapan mental, dan performa kompetitif tim. Dokumentasi kegiatan digunakan sebagai bukti proses pendampingan pada fase motivasi, latihan teknik, dan pertandingan, sedangkan analisis hasil didasarkan pada data pre-test, post-test, observasi, dan kuesioner. Gambar 2 menunjukkan sesi arahan awal dan motivasi sebagai bagian

dari pembentukan komitmen latihan dan kesiapan mental atlet sebelum program inti dimulai.



Gambar 1. Arahan dan Motivasi dari Tim Pengabdi di Luar Lapangan Futsal Asrama Densipur

Gambar 1 memperlihatkan suasana saat tim pengabdi memberikan arahan dan motivasi kepada seluruh atlet, pelatih, dan pengurus tim di awal kegiatan pendampingan pada minggu pertama Januari 2026. Dalam sesi ini, tim pengabdi menjelaskan tujuan program, pentingnya latihan terstruktur, serta membangun komitmen bersama untuk berlatih dengan giat. Pendekatan ini sejalan dengan rekomendasi Psychology, (2025) tentang pentingnya intervensi psikologis terstruktur dalam membangun motivasi atlet. Para atlet tampak antusias mendengarkan dan berinteraksi dengan tim pengabdi.



Gambar 2. Latihan Teknik Dasar di Lapangan Futsal Asrama Densipur dengan Arahan Pelatih

Gambar 2 menunjukkan suasana latihan teknik dasar di Lapangan Futsal Asrama Densipur pada minggu kedua Januari 2026. Terlihat para atlet sedang berlatih passing dan kontrol bola dengan didampingi langsung oleh pelatih. Latihan ini dilakukan secara intensif dengan metode drill bervariasi sebanyak empat hingga lima kali per minggu, mengadopsi model *circuit-based futsal learning* (Wenly et al., 2025). Kehadiran pelatih yang aktif mengoreksi dan memberi contoh langsung sangat membantu atlet dalam memperbaiki teknik mereka.



Gambar 3. Foto Bersama Sebagian Anggota Tim di Gedung FISIP Universitas Cenderawasih

Gambar 3 adalah momen foto bersama sebagian anggota tim, termasuk beberapa atlet, pelatih, pengurus tim, dan tim pengabdian, yang dilakukan pada minggu ketiga Januari 2026 di Gedung FISIP Universitas Cenderawasih. Cecconi et al., (2025) menekankan pentingnya membangun rasa kebersamaan dan pengakuan dalam kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dan tanggung jawab peserta. Foto bersama ini menjadi simbol kebersamaan dan komitmen untuk berjuang meraih prestasi terbaik.



Gambar 4. Tim Bertanding di Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup

Gambar 4 diambil saat Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih mengikuti Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup yang berlangsung di Lapangan Futsal Wiguna Kali Acai, Jayapura, pada 11-14 Februari 2026. Turnamen ini diikuti oleh 12 tim putri dari berbagai fakultas di lingkungan Universitas Cenderawasih serta tim dari universitas lain di Jayapura seperti Universitas Sains dan Teknologi Jayapura (USTJ) dan Universitas YPIS. Pada turnamen ini, tim berhasil melaju hingga babak final dan meraih juara kedua, sebuah pencapaian membanggakan yang membuktikan efektivitas program pendampingan.

Peningkatan Keterampilan Teknis Dasar Futsal

Hasil pre-test yang dilaksanakan pada tanggal 8 Januari 2026 dan post-test pada tanggal 8 Februari 2026 menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh indikator keterampilan teknis yang diukur. Berikut adalah data perbandingan hasil tes keterampilan:

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test Keterampilan Teknis Futsal

Indikator	Rata-rata Pre-test (8 Jan)	Rata-rata Post-test (8 Feb)	Peningkatan	Kategori
Passing akurasi	64,8	84,2	29,9%	Sangat Baik
Dribbling (Kecepatan)	70,1	87,9	25,4%	Sangat Baik
Shooting akurasi	61,9	83,6	35,1%	Sangat Baik

Kontrol bola	67,5	86,3	27,9%	Sangat Baik
Rata-rata	66,1	85,5	29,4%	Sangat Baik

Data di atas menunjukkan bahwa seluruh atlet mengalami peningkatan keterampilan teknis dengan rata-rata peningkatan 29,4% dalam kurun waktu satu bulan. Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator shooting akurasi yang mencapai 35,1%, diikuti oleh passing akurasi 29,9%, kontrol bola 27,9%, dan dribbling 25,4%. Capaian ini melampaui target yang ditetapkan yaitu minimal 20% peningkatan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wenly et al., (2025) yang membuktikan bahwa model latihan berbasis circuit training sangat efektif meningkatkan passing dan kontrol bola dengan effect size sangat besar. Demikian pula (Gomes et al., 2024) menegaskan bahwa penguasaan teknik dasar seperti passing dan shooting meningkat signifikan ketika latihan dirancang dengan intensitas tepat.

Peningkatan Pemahaman Taktik dan Strategi

Berdasarkan observasi saat simulasi pertandingan pada tanggal 6-7 Februari 2026, terjadi peningkatan pemahaman taktik yang sangat signifikan dibandingkan dengan kondisi awal sebelum pendampingan. Sebanyak 93,8% atlet (15 dari 16 atlet) mampu memahami dan menerapkan formasi yang diinstruksikan dengan baik. Sebanyak 87,5% atlet menunjukkan kemampuan rotasi posisi yang tepat sesuai dengan skema permainan yang diajarkan. Selain itu, 81,3% atlet mampu membaca situasi pertandingan dan mengambil keputusan tepat, misalnya kapan harus melakukan pressing, kapan harus bertahan, dan kapan harus melakukan serangan balik. Terjadi pula penurunan kesalahan posisi sebesar 71% dibandingkan dengan observasi awal sebelum pendampingan.

Peningkatan pemahaman taktik ini sejalan dengan temuan Gomes et al., (2024) bahwa manipulasi jumlah pemain dalam latihan (small-sided games) efektif meningkatkan kemampuan taktik dan pengambilan keputusan pemain. Pelatih tim menyatakan bahwa atlet kini lebih memahami konsep permainan futsal modern, termasuk pentingnya

transisi cepat dari bertahan ke menyerang dan sebaliknya. Sanchez-Sanchez et al., (2024) juga menekankan pentingnya periodisasi latihan untuk memastikan pemain mencapai performa puncak saat kompetisi.

Peningkatan Pengetahuan Manajerial Pengurus Tim

Hasil pengukuran pengetahuan manajerial melalui kuesioner yang diberikan kepada 5 orang pengurus tim menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan. Rata-rata skor pengetahuan manajerial meningkat dari 49,6 pada pre-test (8 Januari 2026) menjadi 85,2 pada post-test (8 Februari 2026), dengan peningkatan rata-rata sebesar 71,8%.

Tabel 3. Peningkatan Pengetahuan Manajerial Pengurus Tim

Aspek Manajerial	Pre-test (8 Jan)	Post-test (8 Feb)	Peningkatan
Perencanaan program latihan	45	86	91,1%
Administrasi pertandingan	52	88	69,2%
Manajemen logistik dan perlengkapan	46	84	82,6%
Manajemen konflik tim	50	81	62,0%
Koordinasi dengan pihak kampus	55	87	58,2%
Rata-rata	49,6	85,2	71,8%

Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek perencanaan program latihan (91,1%) dan manajemen logistik (82,6%). Hal ini menunjukkan bahwa workshop dan pendampingan manajerial yang diberikan sangat efektif dalam meningkatkan kapasitas pengurus tim. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Boveiri Shami et al., (2024) yang menemukan bahwa keterampilan manajemen pelatih (termasuk perencanaan dan koordinasi) berpengaruh positif dan signifikan

terhadap efektivitas pembinaan. Dalam praktiknya, kelima pengurus tim berhasil menyiapkan seluruh administrasi pendaftaran turnamen AAFI dengan baik dan tepat waktu, termasuk verifikasi berkas pemain, pengurusan surat izin dari kampus, koordinasi dengan panitia penyelenggara, serta pengelolaan logistik.

Peningkatan Motivasi dan Kesiapan Mental Atlet

Hasil pengukuran motivasi dan kesiapan mental atlet melalui angket yang diadaptasi dari Psychology, (2025) menunjukkan peningkatan yang menggembirakan pada seluruh indikator. Rata-rata skor motivasi dan kesiapan mental meningkat dari 64,2% pada pre-test (8 Januari 2026) menjadi 90,1% pada post-test (8 Februari 2026), dengan peningkatan rata-rata sebesar 40,3%.

Tabel 4. Hasil Pengukuran Motivasi dan Mental Atlet

Indikator	Pre-test (8 Jan)	Post-test (8 Feb)	Peningkatan
Kepercayaan diri menghadapi pertandingan	60,5%	88,3%	45,9%
Motivasi berlatih rutin	70,8%	94,1%	32,9%
Kemampuan mengatasi tekanan	56,3%	82,5%	46,5%
Semangat kebersamaan tim	73,5%	95,6%	30,1%
Target prestasi yang jelas	58,1%	90,2%	55,2%
Rata-rata	64,2%	90,1%	40,3%

Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator kejelasan target prestasi (55,2%), kemampuan mengatasi tekanan (46,5%), dan kepercayaan diri menghadapi pertandingan (45,9%). Hasil ini sangat sejalan dengan temuan penelitian Psychology, (2025) yang membuktikan bahwa intervensi psikologis terstruktur selama 4 minggu berhasil meningkatkan motivasi intrinsik dan menurunkan kecemasan dengan

efek besar. Cecconi et al., (2025) juga menekankan bahwa pendekatan partisipatif dalam program olahraga mampu membangun rasa percaya diri dan tanggung jawab pada peserta.

Pencapaian Prestasi: Juara Kedua Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup

Capaian kompetitif program terlihat pada partisipasi tim dalam Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup yang diikuti oleh 12 tim putri dari lingkungan Universitas Cenderawasih dan perguruan tinggi lain di Jayapura.

Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih tergabung dalam grup B bersama tiga tim lainnya. Pada babak penyisihan grup yang dilaksanakan pada 11-12 Februari 2026, tim menunjukkan performa yang sangat impresif. Mereka berhasil memenangkan dua pertandingan dengan skor meyakinkan dan satu pertandingan imbang, sehingga lolos ke babak semifinal sebagai juara grup. Kemenangan ini diraih atas tim dari Fakultas Hukum UNCEN dan tim dari Universitas YPIS, sementara hasil imbang didapat saat menghadapi tim tangguh dari USTJ.

Babak semifinal dilaksanakan pada 13 Februari 2026. Tim FISIP UNCEN berhadapan dengan tim unggulan dari Fakultas Teknik UNCEN yang dikenal memiliki permainan fisik kuat. Pertandingan berlangsung sengit dan menegangkan, namun berkat kesiapan mental yang telah dibangun selama program pendampingan serta strategi yang diterapkan dengan baik, tim berhasil memenangkan pertandingan dengan skor 3-2 dan melaju ke babak final.

Babak final dilaksanakan pada 14 Februari 2026, bertepatan dengan hari terakhir turnamen. Tim menghadapi tuan rumah, tim dari USTJ yang didukung penuh oleh suporter dan memiliki pengalaman lebih banyak dalam turnamen antar universitas. Pertandingan final berlangsung sangat ketat dengan tempo tinggi. Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih menunjukkan perlawanan sengit dan berhasil mencetak gol lebih dahulu melalui skema serangan balik cepat yang dilatih selama program pendampingan. Namun, tim USTJ berhasil menyamakan kedudukan di babak kedua dan akhirnya unggul tipis melalui tendangan jarak jauh di menit-menit akhir pertandingan. Skor

akhir 2-1 untuk keunggulan USTJ, sehingga Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih harus puas meraih posisi juara kedua.

Walaupun belum meraih juara pertama, posisi juara kedua menunjukkan adanya peningkatan performa tim. Capaian ini juga menjadi indikator bahwa hasil pendampingan tidak berhenti pada latihan, tetapi teruji dalam situasi pertandingan.

4 Pembahasan

Pembahasan menunjukkan bahwa pendampingan terintegrasi memberi dampak pada empat area utama, yaitu teknik, taktik, manajerial, dan mental. Keempat area tersebut saling berkaitan dan bersama-sama membentuk kesiapan kompetisi tim. Keberhasilan ini tidak terlepas dari pendekatan partisipatif yang digunakan, di mana mitra dilibatkan secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Pendekatan ini sejalan dengan konsep Participatory Action Research (PAR) yang menekankan pada kolaborasi antara akademisi dan masyarakat dalam memecahkan masalah secara bersama-sama (Afandi, 2020; Cecconi et al., 2025).

Efektivitas Durasi Pendampingan Satu Bulan

Pelaksanaan kegiatan selama satu bulan (Januari hingga awal Februari 2026) terbukti efektif untuk meningkatkan kesiapan tim menghadapi turnamen yang berlangsung pada pertengahan Februari 2026. Temuan ini konsisten dengan penelitian Psychology, (2025) yang membuktikan bahwa intervensi psikologis selama 4 minggu mampu meningkatkan motivasi dan menurunkan kecemasan secara signifikan. Demikian pula Wenly et al., (2025) menunjukkan bahwa program latihan intensif dengan model circuit training menghasilkan peningkatan keterampilan yang sangat besar. Dalam konteks pendampingan ini, intensitas latihan yang tinggi (4-5 kali per minggu) dengan program terstruktur mampu menghasilkan peningkatan signifikan dalam waktu relatif singkat, memungkinkan tim untuk bersaing dengan tim-tim yang mungkin telah memiliki program latihan lebih lama seperti USTJ. Kunci keberhasilan dalam durasi singkat ini adalah perencanaan program yang

tepat sasaran, fokus pada kebutuhan prioritas tim, serta komitmen tinggi dari seluruh elemen tim.

Peningkatan Keterampilan Teknis

Peningkatan keterampilan teknis sebesar 29,4% dalam waktu satu bulan merupakan capaian yang sangat membanggakan. Pelatihan teknik dasar seperti passing, dribbling, shooting, dan kontrol bola dilakukan secara bertahap dan berulang (drill) dengan metode bervariasi. Fokus pada shooting akurasi yang meningkat 35,1% menjadi capaian penting karena kemampuan mencetak gol terbukti menjadi faktor penentu dalam pertandingan-pertandingan yang dilalui tim selama turnamen, termasuk saat mengalahkan Universitas YPIS dan Fakultas Teknik UNCEN. Temuan ini juga sejalan dengan Gomes et al., (2024) yang menegaskan bahwa penguasaan teknik dasar seperti passing dan shooting meningkatkan signifikan ketika latihan dirancang dengan memanipulasi jumlah pemain dan intensitas yang tepat.

Peningkatan Pemahaman Taktik

Pemahaman taktik yang meningkat signifikan, dengan 93,8% atlet mampu menerapkan formasi dengan baik, menjadi modal berharga bagi tim saat bertanding melawan tim-tim yang secara historis lebih unggul seperti USTJ. Gomes et al., (2024) dalam penelitiannya menemukan bahwa pengurangan jumlah pemain dalam latihan (small-sided games) berkontribusi pada peningkatan jumlah aksi passing dan shooting, serta peningkatan respons fisik dan fisiologis. Atlet dalam program pendampingan ini mampu menerapkan pola permainan yang diajarkan, memahami rotasi posisi, transisi menyerang-bertahan, serta memanfaatkan ruang kosong. Pelatih mengakui bahwa sebelum pendampingan, atlet sering kebingungan dalam menentukan posisi dan melakukan rotasi. Setelah pendampingan, mereka jauh lebih terorganisir dan mampu menjalankan instruksi dengan baik, terbukti dengan keberhasilan mencetak gol lebih dahulu di babak final melawan USTJ melalui skema serangan balik yang terlatih. Sanchez-Sanchez et al., (2024) juga menekankan pentingnya periodisasi latihan untuk memastikan pemain mencapai performa puncak saat kompetisi.

Peningkatan Kapasitas Manajerial

Peningkatan kapasitas manajerial pengurus tim sebesar 71,8% membuktikan bahwa intervensi pada aspek manajemen sangat diperlukan dan efektif. Boveiri Shami et al., (2024) menemukan bahwa keterampilan manajemen (teknis, manusiawi, dan kognitif) berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas pelatih dengan koefisien 0,72. Keterampilan manusiawi memiliki peran paling signifikan terhadap efektivitas dibandingkan keterampilan lainnya. Menariknya, penelitian tersebut juga menemukan bahwa keterampilan teknis dan manusiawi pelatih wanita secara signifikan lebih tinggi daripada pelatih pria, dan efektivitas pelatih wanita juga secara signifikan lebih tinggi. Temuan ini relevan dengan program pendampingan yang melibatkan atlet putri dan pengurus tim yang sebagian besar wanita. Kelima pengurus tim berhasil menyiapkan seluruh administrasi pendaftaran turnamen AAFI dengan baik dan tepat waktu, termasuk verifikasi berkas pemain, pengurusan surat izin dari kampus, koordinasi dengan panitia penyelenggara yang melibatkan banyak tim dari berbagai universitas, serta pengelolaan logistik. Kelancaran administrasi ini memungkinkan tim untuk fokus pada persiapan teknis tanpa terganggu urusan birokrasi.

Penguatan Mental Atlet

Penguatan mental atlet melalui sesi motivasi dan pelatihan psikologis berhasil meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan mengatasi tekanan secara signifikan. Penelitian Psychology, (2025) membuktikan bahwa intervensi psikologis terstruktur selama 4 minggu yang mencakup goal-setting, visualisasi, mindfulness, dan team cohesion berhasil meningkatkan motivasi intrinsik dan menurunkan kecemasan dengan efek besar. Peningkatan indikator kemampuan mengatasi tekanan sebesar 46,5% dan kepercayaan diri 45,9% dalam program pendampingan ini tercermin dalam performa tim saat menghadapi pertandingan-pertandingan krusial. Saat babak semifinal melawan Fakultas Teknik UNCEN dan final melawan USTJ yang didukung suporter, atlet tidak menunjukkan kegugupan berlebihan, melainkan mampu bermain dengan tenang dan fokus, bahkan berhasil unggul lebih dahulu di final. Cecconi et al., (2025) juga menekankan bahwa program olahraga partisipatif yang melibatkan pemuda secara aktif mampu membangun

kepercayaan diri, tanggung jawab, dan rasa memiliki terhadap komunitas.

Implikasi dan Keberlanjutan Program

Kegiatan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan olahraga mahasiswa di Papua. Pertama, terbangunnya kesadaran bahwa pembinaan olahraga prestasi memerlukan pendekatan holistik yang mencakup aspek teknis, taktis, manajerial, dan psikologis, sebagaimana direkomendasikan dalam literatur terkini (Boveiri Shami et al., 2024; Gomes et al., 2024; Psychology, 2025; Wenly et al., 2025). Kedua, tersusunnya dokumen program latihan periodisasi yang dapat digunakan secara berkelanjutan oleh tim, mengacu pada prinsip periodisasi sebagaimana dijelaskan oleh (Sanchez-Sanchez et al., 2024). Ketiga, meningkatnya kapasitas sumber daya manusia (16 atlet, 2 pelatih, 5 pengurus) dalam mengelola tim secara profesional. Keempat, raih prestasi juara kedua dan kemampuan bersaing dengan universitas-universitas lain di Jayapura seperti USTJ dan Universitas YPIS menjadi bukti nyata bahwa dengan pembinaan yang tepat, tim futsal putri dari FISIP mampu berprestasi di tingkat kota dan menjadi kebanggaan universitas.

Untuk memastikan keberlanjutan program pasca kegiatan pengabdian, tim pengabdian telah menyusun dokumen program latihan periodisasi yang diserahkan kepada pelatih dan pengurus tim. Dokumen ini mencakup program latihan jangka pendek (4 minggu) menjelang turnamen berikutnya, program latihan jangka panjang (6 bulan), serta panduan evaluasi dan monitoring perkembangan atlet. Dengan adanya dokumen ini, diharapkan pembinaan tim dapat berjalan secara berkelanjutan meskipun tanpa kehadiran tim pengabdian, sehingga tim dapat terus berkembang dan meraih prestasi lebih tinggi di turnamen-turnamen mendatang, termasuk kemungkinan menjadi juara di AAFI series berikutnya.

5 Kesimpulan

Pendampingan teknis dan manajerial pada Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih berhasil meningkatkan kesiapan kompetisi tim

secara terukur. Rata-rata keterampilan teknis meningkat 29,4%, pengetahuan manajerial pengurus meningkat 71,8%, dan kesiapan mental atlet meningkat 40,3%; selain itu, 93,8% atlet mampu menerapkan formasi dengan benar dan tim berhasil meraih juara kedua pada Turnamen AAFI Series 1 Ramadhan Cup. Seluruh persentase tersebut berasal dari perhitungan data pre-test/post-test, angket, dan lembar observasi yang digunakan selama pendampingan berbasis PAR. Temuan ini menegaskan bahwa pendampingan terintegrasi berbasis PAR efektif diterapkan pada pembinaan futsal putri perguruan tinggi. Kegiatan lanjutan disarankan difokuskan pada pemeliharaan periodisasi latihan, evaluasi performa berbasis data, dan penguatan mental menjelang kompetisi.

6 Pengakuan

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pimpinan FISIP Universitas Cenderawasih atas izin dan dukungan fasilitas selama kegiatan berlangsung, termasuk penggunaan Gedung FISIP untuk kegiatan dokumentasi. Apresiasi setinggi-tingginya kepada 16 atlet putri, 2 pelatih, dan 5 pengurus tim Tim Futsal Putri FISIP Universitas Cenderawasih atas partisipasi aktif, kerja keras, dan komitmen luar biasa selama program pendampingan Januari-Februari 2026. Terima kasih pula kepada pengelola Lapangan Futsal Asrama Densipur yang telah memberikan izin penggunaan fasilitas untuk kelancaran kegiatan latihan.

7 Referensi

- Afandi, A. (2020). Participatory Action Research (PAR) metodologi alternatif riset dan pengabdian kepada masyarakat transformatif. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 53(9), 1689–1699.
- Boveiri Shami, R., Khatibi, A., & Azmsha, T. (2024). Examining the self-efficacy of futsal coaches; the role of management skill. *Management and Entrepreneurship in Sport*, 3(2), 1–12. <https://doi.org/10.48301/jmes.2025.497491.1091>

- Budiman, I. A., Chaniago, H., Priyatna, T., & Abidin, D. (2023). Optimalisasi keterlibatan masyarakat dan pengembangan keterampilan melalui olahraga futsal. *Devosi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 126–136. <https://doi.org/10.33558/devosi.v4i2.7381>
- Cecconi, A., Albanesi, C., & Tomasetto, C. (2025). Promoting youth-led change through street soccer: Evaluation of a participatory sports-based programme for socially vulnerable youth. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 35(1), 70129. <https://doi.org/10.1002/casp.70129>
- Diyananda, D., Oktafiranda, N. D., Keolahragaan, I., & Keolahragaan, F. I. (2023). Pelatihan manajemen event futsal bagi warga pada Desa Bojong Koneng Kabupaten Bogor. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 18–24).
- Gomes, S. A., Travassos, B., Oliveira Castro, H., Clemente, F. M., Praça, G. M., Gomes, L. L., & Ferreira, C. E. S. (2024). Analysing the manipulation of the number of players on tactical, technical, and physical performance in youth futsal. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 24(5), 464–478. <https://doi.org/10.1080/24748668.2024.2321045>
- Guntoro, T. S., Ita, S., Ansar, C. S., Syahrudin, S., Kardi, I. S., & Syam, M. S. (2025). Pelatihan pembuatan program latihan cabang olahraga futsal pada pelatih Kota Jayapura. *Ekspresi: Publikasi Kegiatan Pengabdian Indonesia*, 2(1), 115–123. <https://doi.org/10.62383/ekspresi.v2i1.543>
- Haetami, M., Perdana, R. P., Triansyah, A., Hidasari, F. P., & Yunitaningrum, W. (2022). Penyelenggaraan multi event oleh Ikor se-Kalimantan Barat. In *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* (pp. 86–92). <https://doi.org/10.31004/jh.v4i2.633>
- Hildan, N. M., Fauzan, H. A., Amroni, P., N., N., & Rosadi, P. P. (2025). Implementasi manajemen prodi PKO untuk meningkatkan mutu kompetisi futsal POP Kota Cirebon. *INSAN CENDEKIA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(3), 298–308. <https://doi.org/10.46838/ic.v3i3.962>

- Honkley, T., Diana, D., Lina, & Robinson. (2025). Futsal and values of togetherness: Building sportsmanship in the young competition DAAI TV Medan. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 2358–2369. <https://doi.org/10.36526/gandrung.v6i2.5618>
- Kardi, I., Womsiwor, D., Ita, S., Nopiyanto, Y. E., Hasan, B., Putra, M. F. P., & Ansar, C. S. (2025). Development of run-balance-swim-balance (RBS) exercise model in physical education learning. *Retos*, 65, 127–137. <https://doi.org/10.47197/retos.v65.104567>
- Mulyani, L., Purwanto, R., A., H., C., & Rivandi, M. A. (2024). Pengabdian kepada masyarakat: Implementasi kegiatan olahraga untuk meningkatkan kesejahteraan dan kebersamaan di Desa Nyalindung. *Celebes Journal of Community Services*, 3(2), 443–456.
- Prabowo, R. A., Mahardika, W., Andibowo, T., Sudarsono, P., T., E., & Widyasari, K. (2024). Aplikasi potensi keterampilan gerak dasar dalam permainan futsal pada pemain futsal pemula. *PROFICIO*, 5(2), 1–15.
- Psychology, F. (2025). Readiness for competition across sports and genders: a study on psychological skills intervention. *Frontiers in Psychology*, 16, 1701631. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1701631>
- Putri, R., & Hartono, B. (2020). Hambatan dan strategi pelaksanaan program olahraga masyarakat pedesaan. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), 101–112. <https://doi.org/10.21831/jk.v8i2.34567>
- Sanchez-Sanchez, J., Nakamura, F. Y., Hernández, D., & Rodríguez-Fernández, A. (2024). External load “periodization” during pre-season and in-season in a high-level futsal team. *Applied Sciences*, 14(17), 7630. <https://doi.org/10.3390/app14177630>
- Setiabudi, M. A., Candra, A. T., & Rubiono, G. (2023). Tinjauan pengabdian kepada masyarakat bidang olahraga. *INSAN CENDEKIA*, 1(2), 55–65. <https://doi.org/10.46838/ic.v1i2.466>

- Syam, M. S., Ansar, C. S., Syahrudin, S., Ibrahim, I., Sadzali, M., Sahruni, A. Y., Larung, E. Y. P., & Sianto, M. I. (2025). Optimalisasi prestasi melalui pelatihan program latihan cabang olahraga futsal pada SMA Negeri 3 Sentani. *Panggung Kebaikan*, 2(1), 99–107. <https://doi.org/10.62951/panggungkebaikan.v2i1.1192>
- Wani, I. A., & Faridi, M. (2020). Formulation of sport management strategic planning using SWOT analysis. *Paridodh Journal*.
- Wenly, A. P., Pelana, R., Sulaiman, I., & Nasution, H. S. (2025). The effectiveness of the circuit-based futsal learning model on futsal passing and control skills. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 16(3), 431–439. <https://doi.org/10.21009/GJIK.163.12>
- Zainuri, A., Bauw, L., Syahrudin, S., Ansar, C. S., Kardi, I. S., Syam, M. S., & Marsuki, M. (2025). Pelatihan kader olahraga masyarakat tentang penyelenggaraan pertandingan yang aman dan sehat. *Harmoni Sosial*, 2(1), 150–159. <https://doi.org/10.62383/harmoni.v2i1.1145>