

## Analisis Momen Pola Menyerang, Bertahan dan Transisi pada Timnas Indonesia U-19 Vs Bulgaria

Herlambang Fajar Wibowo<sup>a</sup>, Widiyanto<sup>b</sup>, Mahir Dwi Nugroho<sup>c</sup>

<sup>abc</sup>Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

**Correspondence:** Herlambangfajarwibowo@gmail.com

**Received:** 11 Jan 2021 **Accepted:** 08 Apr 2021 **Published:** 30 Apr 2021

### Abstract

The aim of this research is to analyze the game patterns of the U-19 Indonesian National Team and can be an inspiration and reference for football coaches and staff, especially in paying attention to game patterns. This is a qualitative research using the observation method. Data were collected through non-participant observation. The results showed the game patterns of the U-19 Indonesian National Team when doing defensive, attacking and transition moments. When defending, the national team did a defensive moment with a low zone with a 1-4-4-2 formation with flat technique. For attacking moment, they did a build up attack or build up from the goalkeeper to the front. For transition moments of attacking to defend they carried out a pattern of returning to the position zone, and for a moment of transition to defending to attacking they carried out a counterattack strategy. In this study, it was found that a lack of determination by Indonesian national team players in implementing a negative transition strategy that to be late to return to base, it is advisable to increase the physical condition of the players with different training methods, because the physical condition needs of soccer players vary depending on position.

**Keywords:** attack; Bulgaria; defense; Indonesian national team; soccer analysis; transition.

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pola permainan Timnas Indonesia U-19 dan dapat menjadi inspirasi dan referensi bagi pelatih dan staff sepakbola terutama dalam memperhatikan pola permainan. Penelitian ini menggunakan metode studi dokumen dan data dikumpulkan melalui observasi non partisipan. Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan pola permainan Timnas Indonesia U-19 saat melakukan momen bertahan, menyerang dan transisi. Saat bertahan, Timnas Indonesia U-19 menerapkan momen bertahan dengan zona rendah dengan formasi 1-4-4-2 dan teknik *flat*. Ketika menyerang Timnas Indonesia U-19 melakukan *build up* dari kiper sampai ke depan, dan terkadang melakukan bola panjang dari kiper langsung ke pemain depan. Ketika transisi negatif, Timnas Indonesia U-19 melakukan pola kembali ke zona posisi yaitu dengan kembali ke zona rendah pertahanan. Sedangkan untuk transisi positif, Timnas Indonesia U-19 melakukan strategi serangan balik. Dalam penelitian tersebut didapati kurangnya determinasi para pemain Timnas Indonesia U-19 dalam menerapkan strategi transisi negatif yang cenderung terlambat untuk kembali ke *base*, maka dianjurkan untuk menambah kondisi fisik pemain dengan metode latihan yang berbeda, karena kebutuhan kondisi fisik pemain sepakbola berbeda-beda tergantung posisinya.

**Kata kunci:** analisis sepakbola; bertahan; Bulgaria; menyerang; momen; timnas Indonesia; transisi.

## 1. Pendahuluan

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat populer di seluruh dunia (Lepschy et al., 2018; Sawe, 2018). Maka dari itu pembahasan tentang sepakbola dari segi manapun akan selalu menarik. Bahkan

sepakbola dijadikan media promosi oleh pemerintah dan ilmuwan di seluruh dunia untuk menggaungkan hidup sehat dengan beraktivitas fisik di setiap lapisan masyarakat (Hammami et al., 2016; Milanović et al., 2015; Parnell et al., 2016). Khususnya dalam level sepakbola kompetisi atau dengan orientasi kemenangan, maka sepakbola memerlukan beberapa faktor yang sangat kompleks untuk mencapai tujuan tersebut. Ada beberapa faktor yang terus berkaitan sepanjang performa tim sepakbola baik secara individu maupun secara keseluruhan seperti faktor teknik, taktik, mental dan psikologi (Anam, Khoiril, 2013; Bizzini et al., 2013; Sarmiento et al., 2014). Selain itu kondisi pemain dan seorang pelatih yang cerdas juga sangat penting sebagai pendukung untuk mencapai kemenangan (Utama et al., 2017), sebab dengan pelatih yang cerdas diharapkan mampu memberikan pengaruh dan mampu mengangkat performa tim untuk memperoleh kemenangan, merencanakan strategi dan memberikan konsep taktik yang efektif.

Tidak berhenti sampai itu, di era revolusi industri 4.0 tantangan sains dan teknologi kian mengeksplorasi dunia olahraga tak terkecuali sepakbola yang terdampak hingga memberikan pengaruh, menjadi sepakbola kontemporer (Impellizzeri & Meyer, 2016; Spitz et al., 2020). Seperti penggunaan *VAR*, *Goal Line Technology* hingga penggunaan alat-alat *fitness* dan fisioterapis yang mutakhir. Selain itu sumbangan ilmu pengetahuan secara masif datang dari para ilmuwan dan akademisi, yang meneliti tentang berbagai wacana sepakbola terkini, yang mampu memberikan gagasan terbaru tentang perkembangan dunia sepakbola. Kaitannya dalam penelitian kali ini khusus tertuju pada sebuah analisis pertandingan sepakbola untuk mengevaluasi kinerja tim. Sejumlah 57 artikel tentang analisis pertandingan sepakbola telah direview, dan ternyata analisis pertandingan masih dominan pada analisis statistik, seperti persentase *ball possession*, jumlah *shooting*, jumlah *passing*, dan lain-lain (Sarmiento et al., 2014). Padahal ada aspek yang tidak kalah penting untuk dikaji selain strategi yaitu taktik permainan sepakbola (Janković et al., 2011).

Sepanjang pertandingan sepakbola akan terjadi perpindahan yang disebut dengan momen permainan sepakbola. Menurut kurikulum pembinaan sepakbola Indonesia, ada tiga momen penting (fase) dalam suatu pertandingan yang dikenal dengan momen bertahan, menyerang, dan transisi. Selanjutnya dalam momen transisi dibagi menjadi dua, yaitu momen transisi positif dan momen transisi negatif (Delgado-bordonau & Mendez-Villanueva, 2012; Fitranto & Budiawan, 2019). Momen permainan menyerang ialah menyerang daerah lawan dengan serangan (Pramdhan et al., 2020) agar dapat mencetak gol sebanyak mungkin di daerah lawan. Menyerang dalam permainan sepakbola adalah dengan cara memegang bola dengan persentase sebesar mungkin dan dapat dilakukan dari bawah, tengah sampai ke depan atau bisa disebut dengan bangun serangan. Fase ini biasa disebut dengan *Build Up* (Fitranto & Budiawan, 2019). Momen permainan bertahan ialah fase mencegah lawan agar tidak mencetak gol ke gawang tim. Momen bertahan sangat penting bagi tim yang sedang menyerang maupun sedang bertahan (Cobanoglu & Terekli, 2018) Fase pertahanan ini sangat penting dalam hal kesuksesan tim (Knudsen & Andersen, 2015). Tujuan dari fase bertahan ialah menetralkan peluang lawan, sebagai contoh dengan cara melakukan man marking, *compact defense* atau zona bertahan paling rendah. Sedangkan momen permainan sepakbola transisi negatif ialah ketika penyerangan kehilangan bola sehingga bertransformasi secepat mungkin untuk membuat strategi bertahan, pentingnya transisi telah dicatat dalam beberapa penulis karena dalam situasi transisi negatif ini sangat rentan terjadi gol (C. Casal et al., 2016). Sementara itu transisi positif ialah ketika melakukan momen bertahan selanjutnya bertransformasi ke momen menyerang. Lebih lengkap penelitian ini akan mengulas tentang Timnas Indonesia U-19.

Timnas Indonesia U-19 pada bulan september 2020 berada di Kroasia untuk mengikuti sebuah uji coba atau turnamen mini internasional, sekaligus melakukan sebuah pemusatan latihan TC (*training center*) untuk persiapan piala AFC U-19 ketika sebelum pandemi yang rencananya akan digelar pada bulan Oktober tahun 2020 dan untuk mempersiapkan tim pada ajang bergengsi yaitu Piala Dunia U-20 pada tahun 2021 yang berlangsung di Indonesia. Timnas Indonesia U-19 saat ini mempunyai

pelatih dengan tingkat disiplin yang tinggi, pelatih yang berasal dari Korea Selatan ini pernah membawa Timnas Korea Selatan untuk tampil di ajang Piala Dunia 2018 dan mampu membuat rekor dengan mengalahkan negara finalis Piala Dunia tahun 2014 sekaligus juara pada era tersebut yaitu Jerman. Pada saat melakoni uji coba laga perdana, Timnas Indonesia U-19 mengalami kekalahan dengan skor cukup telak 0-3 atas Bulgaria yang berlangsung pada hari Sabtu tanggal 5 September 2020. Hasil cukup memuaskan pada pertandingan berikutnya ketika Timnas Indonesia U-19 menahan imbang Arab Saudi di lanjutan uji coba turnamen internasional di Kroasia tersebut dengan skor 1-1, setelah turnamen usai Timnas Indonesia U-19 baru dapat memetik kemenangan perdana ketika uji coba melawan Timnas U-19 Qatar di Kroasia. Pada laga awal ketika Timnas Indonesia U-19 melawan Bulgaria, menjadi sorotan publik sepakbola Indonesia karena merupakan debut Shin Tae Yong bersama Timnas Indonesia U-19 di Turnamen Internasional dan dapat diasumsikan bahwa dengan pelatih berkualitas pun atau dengan *track record* cemerlang kelas Piala Dunia tidak bisa merubah performa tim secara instan, sehingga perlu adanya evaluasi dan perubahan secara bertahap karena banyak faktor yang mempengaruhi kemenangan tim dalam sepakbola (Lepschy et al., 2018; Lago-Ballesteros & Lago-Peñas, 2010). Dalam hasil kekalahan tersebut, bisa menjadi sebuah jawaban yang satir kepada federasi sepakbola Indonesia yang selalu menginginkan hasil tim yang instan dengan beberapa kali mengevaluasi dan selalu mengganti pelatih kepala.

Berdasarkan uraian di atas maka diperlukan sebuah pengamatan dan analisis untuk mengetahui bagaimana pola momen menyerang, bertahan dan transisi pada Timnas Indonesia U-19, seperti yang telah diulas sebelumnya bahwa penelitian analisis pertandingan sudah banyak dilakukan namun lebih banyak berfokus pada kemampuan individu atau analisis kinerja, seperti penelitian yang dilakukan oleh Fajrin et al., (2021) dalam *literature review*, dan jarang ditemukan penelitian tentang taktik (momen) permainan menyerang, bertahan dan transisi.

## 2. Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah analisis dokumen. Data dalam penelitian ini dihimpun melalui sebuah media elektronik ataupun video pertandingan Timnas Indonesia U-19 vs Bulgaria yang telah diunduh. Selanjutnya dilakukan sebuah pengamatan terkait bagaimana cara bermain menyerang, bertahan dan transisi dari Timnas Indonesia U-19 melawan Bulgaria. Dalam pertandingan tersebut sumber yang didapatkan dari sebuah hasil rekaman dan *youtube* serta dari stasiun televisi nasional yang menyiarkan pertandingan tersebut di turnamen *International Cup* pada tahun 2020 yang berlangsung di Kroasia.

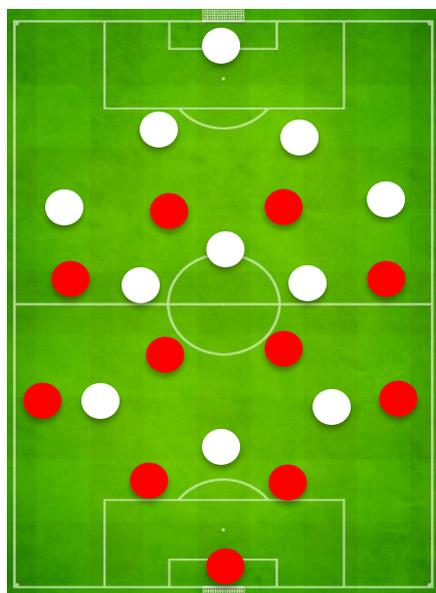
Desain penelitian dibagi menjadi sebuah tiga tahapan yaitu tahap persiapan, rekaman, dan analisis. Pada tahap persiapan, penulis mempersiapkan semua alat yang ada seperti laptop, jaringan internet dan mempersiapkan alat tulis. Tahap kedua ialah mengunduh rekaman, sedangkan tahapan ketiga ialah menganalisis video dengan mengambil sebuah momen pada pertandingan tersebut yang berkaitan dengan momen menyerang, momen bertahan dan momen transisi. Dalam analisis tersebut penulis menggunakan cara observasi non partisipan dengan menganalisis momen-momen permainan Timnas Indonesia U-19 melawan Bulgaria. Untuk mendapatkan sebuah hasil dan memperoleh data dalam penelitian ini dicatat sebagai bahan mentah untuk dilakukan penyempurnaan analisis.

## 3. Hasil

Pertandingan Timnas Indonesia U-19 melawan Bulgaria merupakan adalah laga pertama dalam uji coba internasional. Pada laga tersebut diperoleh hasil penelitian yang akan dijabarkan berdasarkan hasil pengamatan selama 90 menit pertandingan berlangsung.

### a. Formasi Permainan

Pertama kedua tim tersebut menerapkan formasi bermain yang berbeda. Timnas Indonesia U-19 menggunakan formasi 1-4-4-2 datar dengan menggunakan dua penyerang dan empat gelandang dan empat bertahan. Sedangkan tim Bulgaria menggunakan formasi 1-4-3-3 sebagaimana yang diilustrasikan gambar di bawah ini (Timnas Indonesia U-19 (Merah) dan Bulgaria (Putih)).

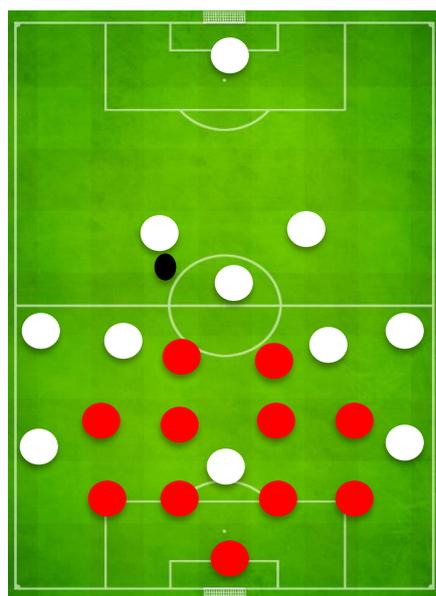


Gambar 1. Formasi Pertandingan

### b. Momen Bertahan

Pada babak pertama Timnas Indonesia U-19 melakukan zona bertahan di bawah dengan bermain secara disiplin. Timnas Indonesia U-19 tidak bermain dengan *zona marking* atau pun dengan *pressure*, karena pelatih ingin menerapkan sistem gaya bertahan. Organisasi pergeseran pun dilakukan dengan rapi ketika pemain Bulgaria masuk di area bertahan Timnas Indonesia U-19, pemain Timnas Indonesia U-19 pun segera menutup jalur *passing* pemain Bulgaria tersebut. Namun pemain Timnas Indonesia U-19 tidak lupa untuk melakukan *cover* pemain Bulgaria yang masuk ke dalam daerah pertahanan. Timnas Indonesia U-19 pun di babak pertama mampu menahan perlawanan Bulgaria dengan kedisiplinan dalam konsepsi strategi bertahan. Pada menit 15, pemain Bulgaria berusaha untuk membuka jalan dengan cara memancing untuk memperlebar jarak pertahanan dari Timnas Indonesia U-19 namun karena Timnas mampu menjaga kerapatan dengan *deep defense* maka sulit bagi lawan untuk masuk ke area kotak pinalti. Timnas lawan berusaha untuk melakukan serangan di area pertahanan menggunakan serangan dari sayap, di setiap lini pertahanan Timnas Indonesia U-19 selalu berusaha untuk memenangkan jumlah pemain yang di setiap lini misalnya 4v3, 3v2 2v1 jadi di setiap lini pertahanan pemain Timnas Indonesia U-19 selalu menang jumlah. Hal itu yang menguntungkan jika pemain Timnas Indonesia U-19 kalah dalam 1v1 sehingga ada pemain yang dapat melakukan *cover* di setiap lini.

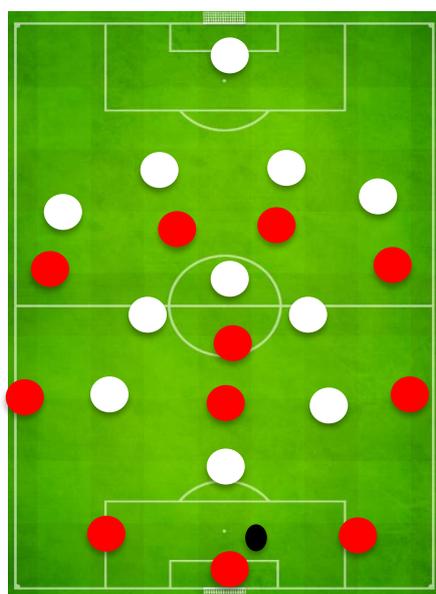
Hampir di babak pertama dan kedua Timnas Indonesia U-19 menggunakan formasi tersebut. Pertahanan itu dilakukan untuk mengurangi resiko kebobolan. Pada babak kedua Timnas Indonesia U-19 kebobolan melalui sebuah *set pieces* atau bola mati yang dilakukan Bulgaria.



**Gambar 3. Momen Bertahan**

### c. Momen menyerang

Saat momen Penyerangan Timnas Indonesia U-19 melakukan organisasi *Build Up*. Pada babak pertama Timnas Indonesia U-19 melakukan serangan yang dimulai dari kiper dengan permainan umpan umpan pendek. Ketika menyerang, Timnas Indonesia U-19 merubah formasi menjadi 1-2-3-1-2-2 dengan berusaha untuk melakukan serangan lewat sayap, namun ketika tim Bulgaria melakukan *pressing*, pemain Timnas Indonesia U-19 melakukan umpan panjang ke *striker* atau langsung ke depan. *Striker* berusaha untuk memenangkan bola atas agar bisa memanfaatkan serangan dari bola atas.



**Gambar 4. Build Up**

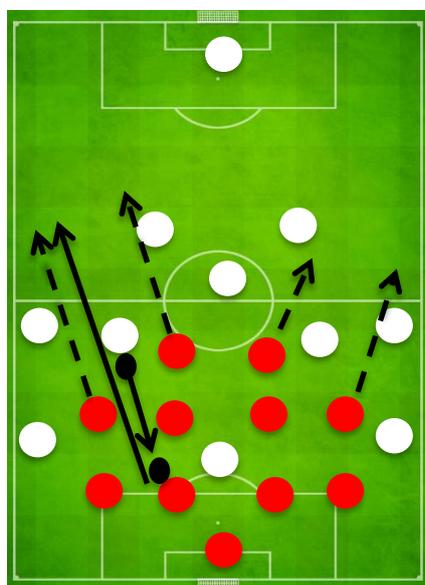
Di babak pertama serangan Timnas Indonesia U-19 hampir selalu putus dan dapat diintercep oleh pemain Bulgaria. Serangan Timnas Indonesia U-19 selalu gagal di zona pertama karena gagal memanfaatkan umpan atas dari bek pemain Indonesia yang kalah pada bola *heading*, karena tidak

adanya kombinasi atau kreativitas pemain timnas Indonesia. Mereka selalu bermain dengan umpan panjang.

Babak kedua Timnas Indonesia U-19 mulai merasakan hambatan ketika menyerang. Pemain Timnas Indonesia U-19 sulit untuk berkembang di babak kedua, lemah dalam duel 1v1 dan selalu kalah jumlah ketika melakukan serangan di setiap lini permainan. Hal ini yang dapat dimanfaatkan oleh Bulgaria untuk selalu menekan ke atas ketika pemain Timnas Indonesia U-19 melakukan permainan *Build Up*.

#### d. Transisi positif dan negatif

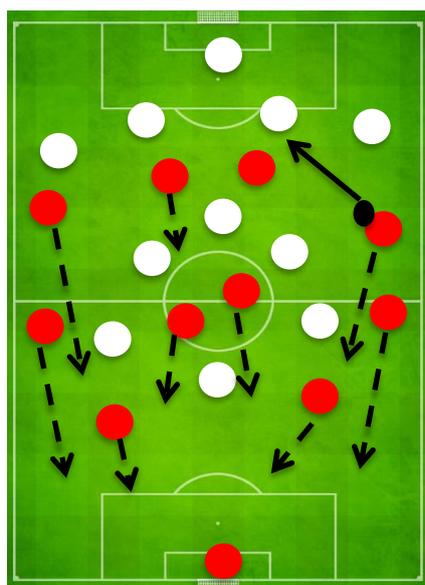
Babak pertama untuk transisi positif pemain Timnas Indonesia U-19 berusaha untuk menunggu tim lawan untuk masuk di area pemain Timnas Indonesia U-19. Pemain Timnas Indonesia U-19 berusaha untuk melakukan taktik serangan balik atau *counter attack* ke arah sayap dengan memanfaatkan kecepatan dari pemain sayap umpan panjang atau *long ball*. Pemain timnas Indonesia U-19 berusaha untuk cepat melakukan *counter attack* saat tim Bulgaria kehilangan bola, sambil melakukan serangan atau *long ball* di area yang kosong.



**Gambar 5. Transisi Menyerang**

Untuk melakukan transisi negatif pemain Timnas Indonesia U-19 saat melakukan serangan namun kehilangan bola saat melakukan *passing* pemain timnas U-19 arahan Shin Tae Yong berusaha untuk melakukan organisasi bertahan kembali di area bertahan timnas, mereka berusaha untuk kembali di zona bawah dan menunggu pemain Bulgaria U-19 untuk melakukan serangan kembali.

Timnas Indonesia U-19 saat transisi negatif berusaha untuk menjaga zona bertahan. Namun di babak kedua transisi negatif dari Timnas Indonesia U-19 tidak begitu baik, masih banyak pemain yang terlambat untuk kembali di zona pertahanan, area bek kiri kita sering mengalami keterlambatan dalam kembali keposisi atau *reposition*, pemain terlambat untuk melakukan *cover* dan *marking* pemain Bulgaria. Pemain Timnas Indonesia U-19 ketika menyerang namun salah melakukan *passing* pemain berusaha untuk melakukan formasi awal yaitu 1-4-2-2 dengan *flat*.



**Gambar 6. Transisi Bertahan**

#### 4. Pembahasan

Secara holistik keberhasilan atau faktor penentu kemenangan dalam sebuah tim sangat beragam, mulai dari kerja sama tim (Lago-Ballesteros & Lago-Peñas, 2010), performa individu, keadaan fisiologis pemain, kebugaran, hingga lingkungan sangat menentukan (Yustika, 2018; Lesinski et al., 2017). Namun secara parsial beberapa aspek perlu diperhatikan bahkan sangat riskan apabila diabaikan. Sebagai contoh dalam permainan sepakbola modern atau kontemporer dikenal dengan istilah momentum sepakbola menyerang, bertahan, dan transisi (Delgado-bordonau & Mendez-Villanueva, 2012; Fitranto & Budiawan, 2019). Bisa dikatakan bahwa salah satu kunci dari permainan yang efektif adalah dengan memperhatikan momentum sepakbola menyerang, bertahan dan transisi atau mengubah cara bermain dari menyerang ke bertahan atau bertahan ke menyerang secara taktis dan cepat.

Pada pertandingan antara Timnas Indonesia U-19 vs Bulgaria dalam uji coba internasional dengan hasil akhir dimenangkan oleh Bulgaria dengan skor 0-3 telah dianalisis terkait momen menyerang, bertahan dan transisi dengan aliran permainan seperti berikut; ketika menyerang, pemain Timnas Indonesia U-19 menggunakan taktik *build up* atau dimulai dari kiper menggunakan umpan-umpan pendek perlahan ke atas, formasi berubah menjadi 1-2-3-1-2-2. Untuk menusuk ke jantung pertahanan Timnas Indonesia U-19 selalu mengandalkan sisi sayap yang memang pada dasarnya tipikal pemain Timnas Indonesia U-19 sangat cepat dalam permainan sayap, dan sesekali Timnas Indonesia U-19 melakukan *long pass* ke striker atau pemain depan langsung apabila *pressing* dari Bulgaria sangat ketat dan tidak ada celah untuk umpan-umpan pendek. Selanjutnya pada momen bertahan Timnas Indonesia U-19 menggunakan strategi *deep defense* dengan pertahanan zona bawah dengan pertahanan yang disiplin dan rapat, pemain Timnas Indonesia U-19 selalu berusaha menutup celah aliran *passing* Bulgaria dan di setiap lini Timnas Indonesia U-19 selalu berusaha untuk unggul dalam jumlah pemain misalnya 4v3, 3v2 2v1. Hal itu yang menguntungkan jika pemain Timnas Indonesia U-19 kalah dalam 1v1 sehingga ada pemain yang dapat melakukan *cover* di setiap lini. Selanjutnya dalam momen transisi positif Timnas Indonesia U-19 berusaha menunggu pemain Bulgaria masuk ke area Timnas Indonesia U-19 untuk selanjutnya menerapkan *counter attack* atau serangan balik kepada Bulgaria dengan *long ball* atau menusuk lewat ruang kosong yang ditinggalkan oleh pemain Bulgaria kebanyakan melewati sayap dengan permainan cepat. Untuk transisi negatif pemain Timnas Indonesia U-19 selalu berusaha kebalik ke pertahanan zona bawah dengan rapat

namun didapatkan kecenderungan momen transisi negatif atau mengubah cara bermain dari menyerang ke bertahan yang cenderung terlambat.

Menurut analisis dalam pertandingan ini beberapa kesalahan dari pemain sisi kiri pertahanan Timnas Indonesia U-19 untuk kembali ke posisi yaitu terlihat terlambat untuk kembali ke *base* merefleksikan kurangnya kondisi fisik yang prima para pemain Timnas Indonesia U-19. Dengan seperti itu ada dua kemungkinan, yaitu dengan hanya kondisi fisik dan yang kedua adalah tentang *game interruption* (gangguan dalam permainan), karena untuk mendukung terciptanya permainan yang baik memerlukan kondisi fisik yang prima (Azmi & Kusnanik, 2018), seperti kembali ke posisi secara cepat dan salah satu komponennya adalah tentang kecepatan dan kelincahan (Sijunjung, 2020). Apabila kecenderungan faktornya tentang kondisi fisik maka harus ditambah porsi latihan fisik sesuai dengan posisi spesifik pemain karena kebutuhan akan kondisi fisik setiap pemain berbeda-beda (Bujnovsky et al., 2019), sementara apabila faktor kecenderungannya tentang *game interruption* maka disarankan untuk menguasai *possession ball dengan* baik bahkan akan menunjang kesuksesan tim (C. A. Casal et al., 2017), karena *game interruption* itu adalah jeda permainan efektif seperti terjadi pelanggaran, bola di luar permainan, atau pun mengulur waktu sehingga kondisi fisik (kecepatan) pemain yang sudah stabil akan turun karena jeda permainan terlalu banyak (permainan efektif) (Linke et al., 2018). Dengan demikian komponen kondisi fisik tetap harus diperhatikan baik dalam fase persiapan maupun dalam fase taktik permainan.

Momentum transisi negatif merupakan taktik sangat penting untuk terciptanya permainan yang sangat efektif dan merupakan salah satu indikator terpenting dalam keberhasilan performa bertahan dalam sepakbola, karena merubah secara cepat permainan dari menyerang ke dalam bertahan (M. et al., 2014; Barreira et al., 2014). Menurut (Nugroho & Tomoliyus, 2019) kembali ke posisi pada permainan invasi merupakan aspek penting maka latihan tentang kembali ke posisi juga diperlukan untuk terciptanya permainan yang maksimal.

#### 4. Simpulan dan Rekomendasi

Momen bertahan Timnas Indonesia U-19 menggunakan zona pertahanan rendah dengan 1-4-4-2, selanjutnya dalam momen penyerangan Timnas Indonesia U-19 mengandalkan *build up* atau bangun serang dari kiper, berman umpan-umpan pendek, sementara untuk transisi didapatkan beberapa kesalahan dalam melakukan transisi negatif karena keterlambatan beberapa pemain Timnas Indonesia U-19 untuk kembali ke posisi.

Penggunaan momen bertahan zona rendah 4-4-2 dengan rapat sangat efektif untuk mempertahankan skor bahkan hingga peluit panjang babak pertama skor masihimbang. Di babak kedua Timnas Indonesia U-19 terlihat mulai mengalami penurunan permainan terutama ketika kembali ke posisi pada momen transisi negatif. Dalam momen tersebut beberapa kali pemain sisi kiri Timnas Indonesia U-19 mengalami keterlambatan untuk kembali ke posisi. Dalam analisis kemungkinan besar didapatkan masalah terkait kondisi fisik dan *game interruption* (gangguan permainan) maka disarankan bagi pelatih untuk memperhatikan momen transisi negatif dengan pengkondisian fisik pemain yang berbeda dalam artian setiap posisi pemain berbeda porsi latihan kondisi fisik dan untuk menguasai *ball possession* apabila kecenderungan penurunan kecepatan dalam kembali ke posisi dari gangguan permainan atau *game interruption*. Tetapi keduanya juga sangat berhubungan.

#### Daftar Pustaka:

- Ardiyanto, H., & Fajaruddin, S. (2019). Tinjauan atas artikel penelitian dan pengembangan pendidikan di Jurnal Keolahragaan. *Jurnal Keolahragaan*.  
<https://doi.org/10.21831/jk.v7i1.26394>

- Azmi, K., & Kusnanik, N. W. (2018). Effect of Exercise Program Speed, Agility, and Quickness (SAQ) in Improving Speed, Agility, and Acceleration. *Journal of Physics: Conference Series*. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/947/1/012043>
- Barreira, D., Garganta, J., Guimarães, P., MacHado, J., & Anguera, M. T. (2014). Ball recovery patterns as a performance indicator in elite soccer. *Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part P: Journal of Sports Engineering and Technology*. <https://doi.org/10.1177/1754337113493083>
- Bizzini, M., Junge, A., & Dvorak, J. (2013). Implementation of the FIFA 11+ football warm up program: How to approach and convince the Football associations to invest in prevention. *British Journal of Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2012-092124>
- Bujnovsky, D., Maly, T., Ford, K., Sugimoto, D., Kunzmann, E., Hank, M., & Zahalka, F. (2019). Physical Fitness Characteristics of High-level Youth Football Players: Influence of Playing Position. *Sports*. <https://doi.org/10.3390/sports7020046>
- Casal, C. A., Maneiro, R., Ardá, T., Marí, F. J., & Losada, J. L. (2017). Possession zone as a performance indicator in football. The game of the best teams. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01176>
- Casal, C., Andujar, M., Losada, J., Ardá, T., & Maneiro, R. (2016). Identification of Defensive Performance Factors in the 2010 FIFA World Cup South Africa. *Sports*. <https://doi.org/10.3390/sports4040054>
- Çobanoğlu, H. O., & Terekli, M. S. (2018). Affects of Defense Unit on Score (Goals) in Soccer. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences*. <https://doi.org/10.18826/usecabd.401683>
- Delgado-bordonau, J. L., & Mendez-Villanueva, A. (2012). Tactical Periodization. *Soccer Journal*.
- Fajrin, S. N., Mahayati, D. S., Studi, P., Program, F., Tiga, D., Kesehatan, F. I., Pembangunan, U., & Veteran, N. (2021). *Indonesian Journal of Physiotherapy*. 1(1), 6–12.
- Fitranto, N., & Budiawan, R. (2019). Analisis menyerang timnas futsal putri indonesia pada piala AFF women futsal championship tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*. <https://doi.org/10.21009/jsce.03103>
- Hammami, A., Chamari, K., Slimani, M., Shephard, R. J., Yousfi, N., Tabka, Z., & Bouhleb, E. (2016). Effects of Recreational soccer on physical fitness and health indices in sedentary healthy and unhealthy subjects. *Biology of Sport*. <https://doi.org/10.5604/20831862.1198209>
- Impellizzeri, F. M., & Meyer, T. (2016). Science and medicine in football: progress & evolution. *Journal of Sports Sciences*, 34(24), 2175. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1234674>
- Janković, A., Leontijević, B., Jelušić, V., Pašić, M., & Mićović, B. (2011). Influence of tactics efficiency on results in serbian soccer super league in season 2009/2010. *Journal of Physical Education and Sport*, 11(1), 32–41.
- Knudsen, N. S., & Andersen, T. B. (2015). Methodology to detect gaps in a soccer defence. *International Journal of Computer Science in Sport*.
- Lago-Ballesteros, J., & Lago-Peñas, C. (2010). Performance in team sports: Identifying the keys to success in soccer. *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.2478/v10078-010-0035-0>
- Lepschy, H., Wäsche, H., & Woll, A. (2018). How to be Successful in Football: A Systematic Review. *The Open Sports Sciences Journal*. <https://doi.org/10.2174/1875399x01811010003>

- Lesinski, M., Prieske, O., Helm, N., & Granacher, U. (2017). Effects of soccer training on anthropometry, body composition, and physical fitness during a soccer season in female elite young athletes: A prospective cohort study. *Frontiers in Physiology*. <https://doi.org/10.3389/fphys.2017.01093>
- Linke, D., Link, D., Weber, H., & Lames, M. (2018). Decline in match running performance in football is affected by an increase in game interruptions. *Journal of Sports Science and Medicine*.
- M., V., S., N., & A., H. (2014). Defensive transition in soccer - are prompt possession regains a measure of success? A quantitative analysis of German Fußball-Bundesliga 2010/2011. *Journal of Sports Sciences*.
- Milanović, Z., Pantelić, S., Čović, N., Sporiš, G., & Krustrup, P. (2015). Is Recreational Soccer Effective for Improving V̇O<sub>2</sub>max? A Systematic Review and Meta-Analysis. In *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0361-4>
- Nugroho, M. D., & Tomoliyus, T. (2019). Validation of performance assessment instrument on futsal game in extracurricular activities. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v5i2.12992](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i2.12992)
- Parnell, D., Cope, E., Bailey, R., Krustrup, P., & Curran, K. (2016). Football and physical health: what do we know? *Sport in Society*. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1207787>
- Pengembangan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun. (2013). *Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun*. <https://doi.org/10.15294/miki.v3i2.4377>
- Pramdhan, K., Tarmizi, T. A., & Yunisal, P. (2020). *Tingkat pemahaman taktik dan strategi pemain sepakbola The level of understanding of football players' tactics and strategies*. 2(1), 97–108.
- Sarmiento, H., Marcelino, R., Anguera, M. T., Campaniço, J., Matos, N., & Leitão, J. C. (2014). Match analysis in football: a systematic review. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.898852>
- Sawe, B. E. (2018). *The Most Popular Sports In The World*. World Atlas.
- Sijunjung, P. F. C. (2020). 1, 2 1,2. 2, 549–564.
- Spitz, J., Wagemans, J., Memmert, D., Williams, A. M., & Helsen, W. F. (2020). Video assistant referees (VAR): The impact of technology on decision making in association football referees. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1809163>
- Utama, M. W., Insanisty, B., & Syafrial, S. (2017). Analisis kemampuan teknik dasar bermain sepakbola pada pemain usia 16 tahun. *Kinestetik*. <https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.3471>
- Yustika, G. P. (2018). Sepakbola di ketinggian: literature review. *Jurnal Riset Kesehatan*. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i1.3206>