



TRIBUN KSD

EDISI 01

AGUSTUS 2026

EDISI PERDANA

KENAPA LATIHAN ANAK ANDA DIBUAT SEPERTI ITU

Setiap aturan yang dipasang pelatih dalam satu sesi latihan punya satu tujuan: membuat satu hal terjadi berulang kali. Edisi pertama ini menjelaskan hal apa saja itu, dan apa yang dijaga pelatih supaya tidak meleset.

Kalau Anda pernah berdiri di pinggir lapangan dan bertanya-tanya kenapa anak-anak hanya boleh menyentuh bola satu kali, kenapa lapangannya dibuat lebih sempit, atau kenapa gol dari arah tertentu dihitung dua, buletin ini dibuat untuk menjawabnya.

Kami memilih menjelaskan cara kerja, bukan sekadar melaporkan hasil. Alasannya sederhana. Orang tua yang tahu apa yang sedang dilatih akan mendukung dengan cara yang tepat, dan dukungan seperti itu jauh lebih berpengaruh pada anak daripada laporan nilai apa pun.

CATATAN DARI TECHNICAL DIRECTOR

Tribun KSD terbit sebulan sekali. Isinya tetap sama: satu penjelasan tentang cara pelatih menyusun latihan, satu bagian tentang apa artinya untuk anak Anda, dan kabar ringkas dari akademi serta Liga Utara.

Yang tidak akan Anda temukan di sini adalah nilai atau peringkat pemain. Di Koci Soccer Development, kemampuan anak tidak diubah menjadi angka. Perkembangannya kami laporkan dalam bentuk catatan pengamatan, karena itu yang jujur menggambarkan permainan.

WILANDER

CEO & Technical Director, Koci Soccer Development



SATU ATURAN, SATU HAL YANG JADI LEBIH SERING

Latihan bukan kumpulan permainan yang dipilih asal. Setiap aturan di dalamnya dipasang supaya satu hal terjadi jauh lebih sering daripada di pertandingan.

 1 PELATIH PASANG ATURAN Contoh: gol yang lahir setelah bola melewati pemain depan dihitung dua.	 2 SATU HAL JADI LEBIH SERING Anak-anak lebih sering mencoba memainkan bola ke depan, tidak berputar di belakang terus.	 3 PELATIH MENGAWASI SISI LAINNYA Jangan sampai yang menguat malah kebiasaan mengumpan ke depan tanpa melihat dulu.
--	---	---

KENAPA LANGKAH KETIGA TIDAK BOLEH DILEWAT

Latihan yang diulang terus tidak bisa memilih mana yang benar. Apa pun yang paling sering terjadi, itulah yang lama-lama jadi kebiasaan.

Kembali ke contoh tadi. Kalau nilai dua itu terlalu menggoda dan tidak ada yang menegur, sebagian anak berhenti melihat apakah jalannya terbuka. Mereka mengumpan ke depan karena berhadiah, bukan karena saat itu tepat. Dibiarkan berminggu-minggu, yang terlatih justru kebiasaan yang keliru.

Karena itu pelatih Koci Soccer Development menulis dua kolom sebelum sesi dimulai. Kolom kiri berisi hal yang ingin dibuat lebih sering, kolom kanan berisi kebiasaan salah yang bisa ikut muncul karena aturan yang sama. Keduanya diamati selama latihan, dan yang muncul di kolom kanan dibetulkan hari itu juga.

YANG INGIN DIBUAT LEBIH SERING	YANG HARUS DIAWASI
Anak memainkan bola ke depan lebih sering	Mengumpan ke depan tanpa melihat jalannya terbuka atau tidak
Anak menentukan tujuan sebelum menerima bola	Bola dilepas asal cepat, tanpa tujuan
Lembar prediksi sesi. Diisi pelatih sebelum latihan dimulai, lalu dipakai sebagai daftar amatan selama latihan berjalan.	

APA ARTINYA BUAT ANAK ANDA

Latihan yang terasa susah sering kali memang disengaja. Kalau anak pulang dan bilang tadi susah sekali, itu belum tentu tanda dia tidak mampu. Aturan yang mempersulit dipasang justru supaya dia terpaksa memakai cara yang sedang dilatih.

Latihan yang terlihat lancar juga belum tentu yang terbaik. Sesi yang bolanya jarang hilang kadang bukan tanda anak-anak sedang berkembang, melainkan tanda tantangannya sedang ringan. Latihan yang berantakan di menit-menit awal justru sering pertanda ada hal baru yang sedang dipelajari.

TIGA HAL YANG BISA ANDA LIHAT DARI PINGGIR LAPANGAN



MENENGOK SEBELUM BOLA DATANG

Anak menoleh ke kiri dan kanan sebelum bola sampai kepadanya, bukan sesudahnya.



MEMILIH SENDIRI

Dia menentukan mau dibawa ke mana bolanya, bukan menunggu diberi tahu.



MENCOBA LAGI SETELAH GAGAL

Kehilangan bola lalu langsung mau mencoba lagi, tidak berhenti bermain.



SATU PERMINTAAN KAMI

Sebisa mungkin jangan meneriakkan perintah dari pinggir, seperti "tendang", "maju", atau "oper sekarang". Perintah itu mengambil alih pilihan yang justru sedang dilatih. Anak jadi terbiasa menunggu suara dari luar, dan kebiasaan itu paling sulit dihilangkan. Menyemangati tetap boleh, dan sangat membantu.