

Pengembangan Model Program Ekstrakurikuler Futsal Adaptif untuk Mendukung Kepercayaan Diri Siswa dengan Hambatan Fisik

Author:

Bakti Djailani¹

Pujaningsih²

Affiliation:

Universitas Negeri
Yogyakarta^{1,2}

**Corresponding
email**

[baktidjailani.2025@
student.uny.ac.id](mailto:baktidjailani.2025@student.uny.ac.id)

Histori Naskah:

Submit: 2026-07-16

Accepted: 2026-08-03

Published: 2026-08-08



*This is an Creative Commons
License This work is licensed
under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif untuk mendukung kepercayaan diri siswa dengan hambatan fisik di SMP Negeri 3 Sangatta Utara. Penelitian menggunakan metode Research and Development (R&D) skala terbatas dengan model ADDIE yang meliputi tahap analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian terdiri atas guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) sekaligus pembina ekstrakurikuler sebagai praktisi serta satu siswa dengan hambatan fisik sebagai subjek uji coba terbatas. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, angket penilaian praktisi, angket kepraktisan, serta lembar observasi perilaku kepercayaan diri. Data dianalisis menggunakan teknik deskriptif kualitatif dan kuantitatif sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan berupa model program ekstrakurikuler futsal adaptif dalam enam sesi kegiatan dinyatakan layak digunakan berdasarkan hasil validasi instrumen dan memperoleh penilaian praktisi sebesar 73% dengan kategori layak. Produk juga memperoleh tingkat kepraktisan sebesar 75% dengan kategori praktis, sedangkan keterlaksanaan program berada pada rentang 69%–75% pada setiap sesi. Selain itu, hasil observasi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan perilaku kepercayaan diri siswa dari 31% pada sesi awal menjadi 64% pada sesi akhir. Dengan demikian, model program ekstrakurikuler futsal adaptif dinilai layak, praktis, dan berpotensi menjadi panduan implementasi kegiatan ekstrakurikuler yang mendukung pengembangan kepercayaan diri siswa dengan hambatan fisik di sekolah inklusif.

Kata kunci: Ekstrakurikuler Futsal Adaptif; Hambatan Fisik; Kepercayaan Diri; Model Pengembangan; Pendidikan Inklusif.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan hak setiap warga negara, termasuk peserta didik penyandang disabilitas. Di Indonesia, penyelenggaraan pendidikan inklusif telah memiliki landasan hukum yang kuat melalui Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas, serta Peraturan Pemerintah Nomor 13 Tahun 2020 tentang Akomodasi yang Layak bagi Peserta Didik Penyandang Disabilitas. Regulasi tersebut menegaskan bahwa pendidikan tidak hanya menjamin akses peserta didik untuk bersekolah, tetapi juga menjamin kesempatan belajar, partisipasi, dan penyediaan akomodasi yang layak sesuai karakteristik serta kebutuhan setiap peserta didik. Dalam perspektif pendidikan inklusif, keberhasilan layanan pendidikan tidak hanya diukur dari diterimanya peserta didik berkebutuhan khusus di sekolah reguler, tetapi juga dari sejauh mana sekolah mampu menghilangkan hambatan yang mengurangi partisipasi mereka dalam seluruh aktivitas sekolah. UNESCO (2020) menegaskan bahwa pendidikan inklusif menuntut penghapusan berbagai hambatan agar semua peserta didik dapat belajar dan berpartisipasi secara bermakna. Dengan demikian, seluruh kegiatan sekolah,

termasuk kegiatan ekstrakurikuler, perlu dirancang secara adaptif sehingga mampu mengakomodasi keberagaman kemampuan peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian penting dari proses pendidikan karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan kemampuan sosial, emosional, kepemimpinan, serta rasa percaya diri melalui pengalaman langsung di luar pembelajaran akademik. Bagi siswa dengan hambatan fisik, kegiatan ekstrakurikuler menjadi media untuk membangun hubungan sosial, memperoleh pengalaman keberhasilan, serta meningkatkan keterlibatan dalam kehidupan sekolah. Sebaliknya, apabila kegiatan ekstrakurikuler belum dirancang secara adaptif, siswa dengan hambatan fisik berpotensi mengalami keterbatasan partisipasi meskipun telah belajar di sekolah inklusif. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diminati di tingkat sekolah menengah pertama adalah futsal. Sebagai olahraga beregu, futsal menuntut komunikasi, kerja sama, keberanian mengambil keputusan, dan interaksi sosial antarpemain. Aktivitas tersebut memiliki potensi untuk mendukung perkembangan psikososial peserta didik, termasuk kepercayaan diri. Namun demikian, potensi tersebut belum tentu dapat dirasakan oleh siswa dengan hambatan fisik apabila kegiatan masih menggunakan aturan, alat, durasi, maupun intensitas permainan yang sama seperti futsal reguler. Dalam pendidikan jasmani adaptif, aktivitas olahraga perlu dimodifikasi agar setiap peserta didik dapat berpartisipasi secara aman, aktif, dan bermakna melalui penyesuaian aturan permainan, peralatan, lapangan, durasi, maupun peran pemain (Sherrill, 2004; Winnick & Porretta, 2017).

Dalam penelitian ini, kepercayaan diri dipahami sebagai keyakinan siswa untuk berani mencoba, terlibat, berinteraksi, dan mengambil peran dalam kegiatan futsal adaptif. Konsep tersebut sejalan dengan teori *self-efficacy* (Bandura, 1997) yang menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya akan memengaruhi keberanian dalam melakukan suatu aktivitas, menghadapi tantangan, dan mempertahankan usaha ketika mengalami kesulitan. Oleh karena itu, penyediaan pengalaman belajar yang berhasil melalui aktivitas yang sesuai dengan kemampuan siswa diperkirakan dapat mendukung perkembangan kepercayaan diri mereka. Perspektif tersebut juga sejalan dengan *International Classification of Functioning, Disability and Health* (ICF) yang memandang disabilitas sebagai hasil interaksi antara kondisi individu dengan lingkungan, aktivitas, dan partisipasi sosial (World Health Organization, 2001). Artinya, keterbatasan partisipasi siswa dengan hambatan fisik tidak semata-mata disebabkan oleh kondisi tubuhnya, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang belum memberikan dukungan maupun modifikasi yang sesuai. Dengan demikian, pengembangan program ekstrakurikuler yang adaptif menjadi salah satu bentuk akomodasi untuk mengurangi hambatan partisipasi siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian penting dari proses pendidikan karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan kemampuan sosial, emosional, kepemimpinan, serta rasa percaya diri melalui pengalaman langsung di luar pembelajaran akademik. Bagi siswa dengan hambatan fisik, kegiatan ekstrakurikuler menjadi media untuk membangun hubungan sosial, memperoleh pengalaman keberhasilan, serta meningkatkan keterlibatan dalam kehidupan sekolah. Sebaliknya, apabila kegiatan ekstrakurikuler belum dirancang secara adaptif, siswa dengan hambatan fisik berpotensi mengalami keterbatasan partisipasi meskipun telah belajar di sekolah inklusif. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diminati di tingkat sekolah menengah pertama adalah futsal. Sebagai olahraga beregu, futsal menuntut komunikasi, kerja sama, keberanian mengambil keputusan, dan interaksi sosial antarpemain. Aktivitas tersebut memiliki potensi untuk mendukung perkembangan psikososial peserta didik, termasuk kepercayaan diri. Namun, potensi tersebut belum tentu dapat dirasakan oleh siswa dengan hambatan fisik apabila kegiatan masih menggunakan aturan, alat, durasi, maupun intensitas permainan yang sama seperti futsal reguler. Dalam pendidikan jasmani adaptif, aktivitas olahraga perlu dimodifikasi agar

setiap peserta didik dapat berpartisipasi secara aman, aktif, dan bermakna melalui penyesuaian aturan permainan, peralatan, lapangan, durasi, maupun peran pemain (Sherrill, 2004; Winnick & Porretta, 2017). Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 3 Sangatta Utara menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler futsal telah dilaksanakan secara rutin bagi siswa kelas VII dan VIII. Namun, pelaksanaannya masih menggunakan pola latihan yang bersifat umum dan belum disertai modifikasi yang mempertimbangkan kebutuhan siswa dengan hambatan fisik. Kondisi tersebut menyebabkan siswa dengan kondisi *genu varum* mengalami hambatan dalam mengikuti kegiatan, terutama berkaitan dengan rasa aman saat bergerak, keberanian berpartisipasi dalam aktivitas fisik, kekhawatiran terhadap penilaian teman sebaya, serta keterbatasan dalam memenuhi tuntutan gerak pada permainan futsal reguler. Upaya yang dilakukan sekolah selama ini masih terbatas pada pemberian motivasi agar siswa bersedia mengikuti kegiatan, tanpa didukung oleh program latihan yang dirancang secara sistematis sesuai karakteristik peserta didik maupun pedoman pelaksanaan ekstrakurikuler futsal adaptif yang dapat dijadikan acuan oleh pembina.

Berbagai penelitian sebelumnya telah melaporkan bahwa olahraga adaptif maupun aktivitas fisik memberikan manfaat terhadap perkembangan fisik, sosial, dan psikologis peserta didik penyandang disabilitas (Deng et al., 2025; Yang et al., 2022). Penelitian lain juga menunjukkan adanya hubungan positif antara aktivitas fisik dengan peningkatan *self-esteem*, *self-concept*, maupun *self-confidence*. Akan tetapi, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada manfaat aktivitas fisik secara umum. Penelitian yang secara khusus mengembangkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang sistematis, kontekstual, operasional, dan sesuai dengan karakteristik siswa dengan hambatan fisik pada jenjang sekolah menengah pertama masih sangat terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang menghasilkan produk pembelajaran atau panduan implementasi yang dapat digunakan secara langsung oleh pembina ekstrakurikuler di sekolah inklusif. Berdasarkan kesenjangan tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana mengembangkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang layak, praktis, dan sesuai dengan kebutuhan siswa dengan hambatan fisik di SMP Negeri 3 Sangatta Utara. Secara ilmiah, penelitian ini menjadi penting karena memberikan kontribusi dalam pengembangan model pendidikan jasmani adaptif berbasis kegiatan ekstrakurikuler yang mengintegrasikan prinsip pendidikan inklusif, modifikasi aktivitas fisik, pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), dan dukungan sosial dalam satu kerangka program yang terstruktur. Model yang dihasilkan diharapkan dapat memperkaya kajian pendidikan inklusif, sekaligus menyediakan produk implementatif yang dapat direplikasi dan disesuaikan pada sekolah inklusif lainnya. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan mengembangkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif bagi siswa dengan hambatan fisik di SMP Negeri 3 Sangatta Utara. Produk yang dikembangkan berupa model program beserta perangkat implementasinya yang diharapkan layak digunakan sebagai panduan bagi pembina ekstrakurikuler dalam menyelenggarakan kegiatan futsal yang aman, adaptif, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Selain itu, model yang dikembangkan diharapkan mampu mendukung berkembangnya kepercayaan diri siswa melalui pengalaman partisipasi yang bermakna dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah inklusif.

Studi Literatur

Pendidikan Inklusif dan Siswa dengan Hambatan Fisik

Pendidikan inklusif dipahami sebagai sistem pendidikan yang menjamin seluruh peserta didik memperoleh kesempatan belajar dan berpartisipasi secara setara tanpa diskriminasi. (UNESCO, 2020) menekankan bahwa keberhasilan pendidikan inklusif tidak hanya diukur dari terbukanya akses ke sekolah, tetapi juga dari kemampuan sekolah menghilangkan hambatan yang membatasi kehadiran, partisipasi, dan pencapaian belajar peserta didik. Prinsip tersebut sejalan dengan Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas yang mewajibkan penyediaan akomodasi yang layak agar peserta didik penyandang

disabilitas dapat mengikuti proses pendidikan secara optimal. Perspektif tersebut diperkuat oleh *International Classification of Functioning, Disability and Health* (ICF) yang memandang bahwa keterbatasan partisipasi tidak semata-mata disebabkan oleh kondisi fisik individu, tetapi merupakan hasil interaksi antara karakteristik individu dengan lingkungan tempat mereka beraktivitas (World Health Organization, 2001). Dengan demikian, rendahnya partisipasi siswa dengan hambatan fisik tidak selalu mencerminkan keterbatasan kemampuan mereka, melainkan dapat menunjukkan bahwa lingkungan pembelajaran belum memberikan dukungan dan penyesuaian yang memadai. Sintesis ketiga perspektif tersebut menunjukkan bahwa penyelenggaraan pendidikan inklusif menuntut sekolah tidak hanya menyediakan akses pendidikan, tetapi juga merancang lingkungan belajar dan kegiatan nonakademik yang adaptif. Dalam konteks kegiatan ekstrakurikuler, kebutuhan tersebut menjadi semakin penting karena keberhasilan partisipasi siswa sangat dipengaruhi oleh modifikasi aktivitas, penyediaan akomodasi yang layak, serta dukungan sosial dari guru dan teman sebaya. Oleh karena itu, pengembangan model program ekstrakurikuler futsal adaptif menjadi salah satu bentuk implementasi prinsip pendidikan inklusif untuk meningkatkan kesempatan berpartisipasi siswa dengan hambatan fisik secara aman, aktif, dan bermakna.

Program Ekstrakurikuler Futsal Adaptif

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian dari proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan potensi, minat, bakat, karakter, serta keterampilan sosial peserta didik. Dalam pendidikan inklusif, kegiatan ekstrakurikuler perlu dirancang berdasarkan prinsip aksesibilitas sehingga dapat diikuti oleh seluruh peserta didik, termasuk siswa dengan hambatan fisik. Salah satu kegiatan yang memiliki potensi untuk mendukung perkembangan sosial dan psikologis peserta didik adalah futsal karena melibatkan kerja sama, komunikasi, interaksi sosial, serta pengambilan keputusan secara kelompok. Dalam pendidikan jasmani adaptif, futsal tidak hanya dipandang sebagai aktivitas olahraga, tetapi juga sebagai sarana membangun pengalaman belajar yang sesuai dengan kemampuan fungsional setiap peserta didik melalui modifikasi aturan permainan, penggunaan peralatan, ukuran lapangan, durasi permainan, intensitas aktivitas, maupun pembagian peran (Sherrill, 2004; Winnick & Porretta, 2017). Secara konseptual, modifikasi tersebut berfungsi mengurangi hambatan partisipasi sehingga siswa memiliki kesempatan yang lebih besar untuk terlibat secara aktif, menyelesaikan tugas gerak, dan memperoleh pengalaman keberhasilan (*mastery experience*). Menurut (Bandura, 1997), pengalaman keberhasilan merupakan sumber utama terbentuknya *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas. Selain itu, interaksi dengan teman sebaya dan dukungan dari pembina selama kegiatan olahraga juga memberikan *social persuasion* yang memperkuat keyakinan diri peserta didik. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat partisipasi siswa dalam kegiatan futsal adaptif, semakin besar peluang mereka memperoleh pengalaman positif yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan kepercayaan diri. Berdasarkan sintesis tersebut, hubungan antara program ekstrakurikuler futsal adaptif dan kepercayaan diri tidak hanya terjadi melalui aktivitas olahraga semata, tetapi melalui mekanisme berkurangnya hambatan partisipasi, meningkatnya keterlibatan aktif, munculnya pengalaman keberhasilan, dan terbentuknya keyakinan terhadap kemampuan diri. Oleh karena itu, pengembangan model program futsal adaptif diharapkan mampu menjadi sarana implementasi pendidikan inklusif sekaligus mendukung perkembangan kepercayaan diri siswa dengan hambatan fisik.

Kepercayaan Diri pada Siswa dengan Hambatan Fisik

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu aktivitas dan menghadapi tantangan yang dihadapi. Bandura (1997) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang

diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Keyakinan tersebut berkembang melalui pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), pengamatan terhadap keberhasilan orang lain (*vicarious experience*), persuasi sosial (*social persuasion*), serta kondisi fisiologis dan emosional yang positif. Dalam konteks pendidikan inklusif, kepercayaan diri menjadi faktor penting yang memengaruhi keberanian siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran maupun aktivitas nonakademik. Bagi siswa dengan hambatan fisik, kepercayaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi individu, tetapi juga oleh kesempatan berpartisipasi dan dukungan lingkungan sekolah. Hasil *systematic review* yang dilakukan oleh (Sedláčková et al., 2025) menunjukkan bahwa pengalaman partisipasi yang inklusif, dukungan guru dan teman sebaya, serta lingkungan belajar yang responsif berkontribusi terhadap meningkatnya rasa percaya diri, penerimaan diri, dan keterlibatan sosial siswa dengan hambatan fisik. Sebaliknya, hambatan lingkungan, stereotip, dan terbatasnya kesempatan mengikuti berbagai aktivitas sekolah dapat menurunkan keyakinan diri serta mengurangi partisipasi mereka dalam kehidupan sekolah. Berdasarkan sintesis tersebut, kepercayaan diri pada siswa dengan hambatan fisik dipandang sebagai hasil interaksi antara faktor personal dan pengalaman sosial yang diperoleh selama berpartisipasi dalam lingkungan pendidikan. Oleh karena itu, penyediaan kegiatan ekstrakurikuler futsal yang adaptif diperkirakan dapat menjadi sarana untuk memberikan pengalaman keberhasilan, meningkatkan interaksi sosial, dan memperkuat keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya.

Pengembangan Model Program Ekstrakurikuler

Pengembangan model program dalam penelitian pendidikan bertujuan menghasilkan produk yang tidak hanya memiliki landasan konseptual yang kuat, tetapi juga layak dan praktis untuk diterapkan oleh pengguna. Model pengembangan ADDIE dipandang sesuai karena menyediakan tahapan yang sistematis melalui analisis kebutuhan, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi sehingga produk yang dihasilkan dapat disesuaikan dengan karakteristik pengguna dan konteks penerapannya (Branch, 2009; Molenda, 2003). Pendekatan ini memungkinkan proses revisi dilakukan secara berkelanjutan berdasarkan hasil validasi dan uji coba sehingga meningkatkan kualitas produk yang dikembangkan. Dalam konteks pendidikan inklusif, pengembangan program ekstrakurikuler tidak cukup hanya berorientasi pada penyusunan rangkaian aktivitas, tetapi juga harus mempertimbangkan kebutuhan peserta didik dengan karakteristik yang beragam. Prinsip pendidikan jasmani adaptif menekankan bahwa modifikasi terhadap aturan permainan, penggunaan peralatan, ukuran lapangan, durasi aktivitas, maupun peran peserta didik diperlukan untuk mengurangi hambatan partisipasi dan memberikan kesempatan belajar yang setara (Sherrill, 2004; Winnick & Porretta, 2017). Temuan (Dubon et al., 2023) juga menunjukkan bahwa partisipasi olahraga siswa penyandang disabilitas sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sekolah serta tersedianya program aktivitas fisik yang dirancang sesuai dengan kemampuan fungsional peserta didik. Selain mempertimbangkan aspek aksesibilitas, pengembangan model pada penelitian ini juga didasarkan pada teori *self-efficacy* (Bandura, 1997). Melalui kegiatan futsal yang telah dimodifikasi, siswa diharapkan memperoleh pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), dukungan dari pembina dan teman sebaya (*social persuasion*), serta pengalaman berpartisipasi yang positif. (Usher et al., 2023) menegaskan bahwa pengalaman belajar yang memberikan kesempatan berhasil dan umpan balik positif merupakan faktor penting dalam mengembangkan *self-efficacy* peserta didik. Oleh karena itu, model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang dikembangkan tidak hanya berfungsi sebagai pedoman teknis pelaksanaan kegiatan, tetapi juga sebagai intervensi pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan partisipasi, memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri, dan mendukung berkembangnya kepercayaan diri siswa dengan hambatan fisik di sekolah inklusif.

Kajian Penelitian yang Relevan

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik dan olahraga adaptif memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan psikososial peserta didik penyandang disabilitas. (Bang et al., 2020) menemukan bahwa partisipasi olahraga berhubungan dengan peningkatan *self-esteem* dan keterikatan terhadap sekolah (*school engagement*). Hasil serupa dilaporkan oleh (Yang et al., 2022) yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik berkorelasi positif dengan *self-concept* dan kualitas hidup anak maupun remaja penyandang disabilitas. Selain itu, (Dubon et al., 2023) menegaskan pentingnya penyediaan olahraga adaptif yang mempertimbangkan keselamatan dan kemampuan fungsional peserta didik, sedangkan (Deng et al., 2025) menunjukkan bahwa dukungan guru, lingkungan sekolah, dan pengorganisasian aktivitas merupakan faktor utama yang memengaruhi partisipasi siswa dengan disabilitas dalam aktivitas fisik. Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut masih berfokus pada manfaat olahraga adaptif atau aktivitas fisik secara umum. Belum banyak penelitian yang mengembangkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang sistematis, operasional, dan siap diterapkan di sekolah menengah pertama bagi siswa dengan hambatan fisik. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui pengembangan model program ekstrakurikuler futsal adaptif beserta perangkat implementasinya yang dirancang berdasarkan prinsip pendidikan inklusif dan pendidikan jasmani adaptif, dengan tujuan mendukung berkembangnya kepercayaan diri siswa melalui pengalaman partisipasi yang aman, bertahap, dan bermakna.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) skala terbatas (*mini R&D*) dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahap *analysis*, *design*, *development*, *implementation*, dan *evaluation* (Branch, 2009). Model ini dipilih karena memberikan tahapan yang sistematis dalam mengembangkan produk pendidikan berupa model program ekstrakurikuler futsal adaptif beserta perangkat implementasinya bagi siswa dengan hambatan fisik. Tahap *analysis* dilakukan melalui observasi, wawancara dengan guru PJOK/pembina ekstrakurikuler, serta studi dokumentasi untuk mengidentifikasi kebutuhan program dan karakteristik siswa. Tahap *design* meliputi penyusunan tujuan program, struktur kegiatan, materi latihan, modifikasi permainan, perangkat pelaksanaan, serta instrumen penelitian. Pada tahap *development*, produk awal disusun kemudian dilakukan validasi instrumen oleh validator yang ditetapkan sesuai ketentuan Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta, yang terdiri atas dosen ahli sesuai bidang keilmuan dan praktisi pendidikan. Masukan validator digunakan sebagai dasar revisi sebelum produk diimplementasikan. Tahap *implementation* dilakukan melalui uji coba terbatas terhadap produk yang telah direvisi, sedangkan tahap *evaluation* dilakukan dengan menganalisis hasil implementasi, respons pengguna, serta temuan selama uji coba sebagai dasar penyempurnaan produk akhir. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Sangatta Utara. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu guru PJOK sekaligus pembina ekstrakurikuler sebagai praktisi pengguna produk serta satu siswa dengan hambatan fisik yang memiliki kondisi *genu varum* sebagai subjek uji coba terbatas. Penggunaan satu subjek dilakukan karena penelitian ini merupakan pengembangan skala terbatas (*mini R&D*) yang berfokus pada uji kelayakan dan kepraktisan awal produk, bukan pengujian efektivitas. Selain itu, kondisi siswa dengan karakteristik yang sesuai di lokasi penelitian sangat terbatas sehingga seluruh subjek yang memenuhi kriteria dijadikan peserta uji coba.

Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semiterstruktur, dokumentasi, angket penilaian praktisi, angket kepraktisan pengguna, dan lembar observasi perilaku kepercayaan diri. Angket penilaian praktisi digunakan untuk menilai aspek kesesuaian isi, kemudahan penggunaan, keterlaksanaan, dan kebermanfaatan produk, sedangkan angket kepraktisan mengukur kemudahan implementasi, kejelasan petunjuk, efisiensi pelaksanaan, dan keberterimaan produk oleh pengguna. Lembar observasi kepercayaan diri disusun berdasarkan indikator keberanian mengikuti aktivitas, inisiatif berpartisipasi, interaksi dengan

teman sebaya, kemampuan menyampaikan pendapat, dan keyakinan menyelesaikan tugas selama kegiatan ekstrakurikuler. Instrumen penelitian divalidasi melalui *expert judgment* untuk menilai kesesuaian isi, kejelasan indikator, dan keterbacaan instrumen sebelum digunakan dalam pengumpulan data. Seluruh saran validator digunakan sebagai dasar penyempurnaan instrumen sehingga layak digunakan pada tahap uji coba. Data dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan kuantitatif sederhana. Data kualitatif dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Sementara itu, data kuantitatif dianalisis menggunakan skor, persentase, dan kategori kelayakan serta kepraktisan produk. Hasil uji coba digunakan untuk mengevaluasi keterlaksanaan program, kualitas implementasi, respons pengguna, dan potensi dukungan model terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa sebagai dasar penyempurnaan produk akhir.

Hasil

Hasil Pengembangan Produk Awal

Hasil pengembangan produk diawali dengan analisis kebutuhan melalui wawancara dengan guru PJOK, wawancara dengan siswa, dan observasi kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 3 Sangatta Utara. Hasil analisis menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler futsal telah berjalan secara rutin, namun belum memiliki program yang dirancang secara adaptif bagi siswa dengan hambatan fisik. Guru menyampaikan bahwa struktur kegiatan masih perlu dikembangkan agar mampu mengakomodasi kebutuhan siswa secara lebih optimal. Sementara itu, hasil wawancara dengan siswa menunjukkan adanya rasa malu, kurang percaya diri, dan keraguan untuk berpartisipasi dalam kegiatan futsal. Observasi juga menunjukkan bahwa meskipun sarana dan prasarana cukup memadai, siswa dengan hambatan fisik belum terlibat secara aktif karena belum tersedia modifikasi aktivitas maupun strategi pendampingan yang sesuai. Temuan tersebut menunjukkan perlunya pengembangan program ekstrakurikuler futsal yang lebih adaptif, aman, dan partisipatif. Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, dikembangkan produk awal berupa **model** program ekstrakurikuler futsal adaptif dalam bentuk panduan operasional bagi guru PJOK atau pembina ekstrakurikuler. Produk memuat rasional dan tujuan program, karakteristik sasaran, petunjuk pelaksanaan, prinsip modifikasi aktivitas, strategi penguatan kepercayaan diri, prosedur keselamatan, serta panduan evaluasi. Model disusun dalam enam sesi bertahap yang meliputi orientasi dan pembentukan rasa aman, latihan gerak dasar dan kontrol bola, latihan kerja sama melalui operan, permainan kecil adaptif berbasis peran, *mini game* adaptif, serta permainan terpandu yang diakhiri dengan refleksi dan penguatan pengalaman keberhasilan siswa. Program ini dirancang untuk meningkatkan partisipasi siswa melalui pengalaman berhasil, dukungan sosial, dan kesempatan berperan sesuai kemampuan fungsionalnya.

Tabel 1. Rancangan Sesi Model Program Ekstrakurikuler Futsal Adaptif

Sesi	Fokus Kegiatan	Target Partisipasi dan Kepercayaan Diri
1	Orientasi, pengenalan aturan adaptif, dan rasa aman	Siswa berani hadir, mengenal situasi, dan mencoba aktivitas awal
2	Kontrol bola dan mobilitas sesuai kemampuan	Siswa berani mencoba tugas gerak dan menerima modifikasi
3	Operan, menerima bola, dan kerja sama sederhana	Siswa mulai berinteraksi dan bekerja sama dengan teman
4	Permainan kecil adaptif berbasis peran	Siswa berani mengambil peran dan bertahan dalam permainan singkat
5	Mini game adaptif berbasis peran	Siswa menunjukkan inisiatif, tanggung jawab peran, dan pengalaman berhasil

6	Permainan terpadu, refleksi, dan penguatan	Siswa menunjukkan keberanian, interaksi, dan sikap positif terhadap kemampuan diri
---	--	--

Secara konseptual, desain program disusun secara bertahap. Tahap awal menekankan rasa aman dan penerimaan. Tahap berikutnya menekankan keberanian mencoba tugas gerak sederhana. Setelah itu, siswa diarahkan untuk mulai berinteraksi, bekerja sama, dan menjalankan peran dalam permainan. Pada tahap akhir, siswa didorong untuk menunjukkan inisiatif, bertahan dalam kegiatan, dan mengekspresikan pengalaman atau kebutuhannya secara sederhana. Alur ini disesuaikan dengan tujuan pengembangan kepercayaan diri dalam konteks partisipasi ekstrakurikuler. Prinsip pelaksanaan program meliputi aksesibilitas, keamanan, fleksibilitas, partisipasi bermakna, penguatan positif, dan kolaborasi. Prinsip-prinsip tersebut menjadi dasar dalam menentukan bentuk aktivitas, intensitas kegiatan, durasi, aturan permainan, jumlah pemain, penggunaan alat, bentuk pendampingan, dan target keberhasilan individual. Dengan demikian, keberhasilan program tidak hanya dinilai dari kemampuan teknis bermain futsal, tetapi juga dari keberanian siswa untuk hadir, mencoba, berinteraksi, menjalankan peran, menerima dukungan, dan mengikuti kegiatan sampai selesai.

Hasil Uji Coba Produk

Hasil uji coba produk menunjukkan bahwa seluruh instrumen penelitian telah dinyatakan layak digunakan berdasarkan hasil validasi instrumen sebelum pengumpulan data. Selain itu, hasil penilaian praktisi terhadap model program ekstrakurikuler futsal adaptif memperoleh skor 41 dari skor maksimum 56 atau sebesar 73%, sehingga termasuk dalam kategori layak dan praktis. Hasil tersebut menunjukkan bahwa produk yang dikembangkan dinilai telah sesuai dengan kebutuhan sekolah serta dapat digunakan sebagai panduan awal dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler futsal adaptif bagi siswa dengan hambatan fisik.

Tabel 2. Hasil Penilaian Produk oleh Praktisi

Penilai	Skor Perolehan	Skor Maksimum	Persentase	Kategori	Saran
Guru olahraga/pembina ekstrakurikuler futsal	41	56	73%	Layak/praktis	Menyesuaikan waktu kegiatan dengan kondisi sekolah

Hasil uji coba menunjukkan bahwa model program ekstrakurikuler futsal adaptif memiliki tingkat kelayakan, keterlaksanaan, dan kepraktisan yang baik. Penilaian praktisi memperoleh persentase sebesar 73% dengan kategori layak/praktis, keterlaksanaan program pada enam pertemuan berada pada rentang 69%–75% dengan kategori terlaksana, sedangkan angket kepraktisan memperoleh persentase sebesar 75% dengan kategori praktis. Meskipun pada pertemuan ketiga terjadi penurunan keterlaksanaan karena kondisi fisik siswa yang kurang fit, secara umum program dapat diimplementasikan sesuai alur yang dirancang. Temuan ini menunjukkan bahwa produk dapat digunakan sebagai panduan pelaksanaan ekstrakurikuler futsal adaptif di sekolah, dengan tetap memperhatikan fleksibilitas waktu, kondisi siswa, dan penyesuaian teknis selama kegiatan berlangsung.

Tabel 3. Hasil Angket Kepraktisan Pengguna

Responden	Skor Perolehan	Skor Maksimum	Persentase	Kategori
Pembina ekstrakurikuler futsal	30	40	75%	Layak/praktis

Selama enam sesi implementasi, keterlaksanaan program berada pada rentang 69%–75%, yang menunjukkan bahwa sebagian besar komponen kegiatan dapat dilaksanakan sesuai dengan rancangan. Penurunan keterlaksanaan pada pertemuan ketiga dipengaruhi oleh kondisi fisik siswa yang kurang fit sehingga beberapa aktivitas harus disesuaikan. Meskipun demikian, pada pertemuan berikutnya keterlaksanaan kembali meningkat, menunjukkan bahwa model yang dikembangkan cukup fleksibel untuk diterapkan sesuai kondisi peserta didik. Perkembangan perilaku kepercayaan diri siswa juga menunjukkan kecenderungan yang positif selama pelaksanaan program. Persentase hasil observasi meningkat dari 31% pada pertemuan pertama menjadi 64% pada pertemuan keenam. Meskipun terjadi penurunan sementara pada pertemuan ketiga, tren keseluruhan menunjukkan peningkatan keberanian siswa untuk mengikuti kegiatan, mencoba tugas gerak, berinteraksi dengan teman sebaya, menerima peran dalam permainan, dan mengikuti instruksi pembina. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemberian aktivitas secara bertahap melalui modifikasi aturan permainan, intensitas latihan, durasi kegiatan, dan pembagian peran mampu menciptakan pengalaman partisipasi yang lebih aman dan bermakna bagi siswa.

Tabel 4. Hasil Observasi Perilaku Kepercayaan Diri Siswa

Pertemuan	Skor	Persentase	Keterangan Singkat
1	15/48	31%	Siswa belum berani bergabung penuh dalam latihan
2	20/48	42%	Siswa masih canggung, tetapi mulai mau ikut kegiatan
3	16/48	33%	Siswa tidak fit sehingga waktu kegiatan dikurangi
4	25/48	52%	Siswa mulai masuk sendiri ke area lapangan
5	28/48	58%	Siswa mulai menunjukkan interaksi positif
6	31/48	64%	Siswa menunjukkan usaha yang lebih kuat mengikuti instruksi

Meskipun uji coba hanya melibatkan satu subjek sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan maupun digunakan untuk menguji efektivitas produk secara statistik, temuan ini memberikan bukti awal bahwa model program ekstrakurikuler futsal adaptif memiliki tingkat kelayakan dan kepraktisan yang baik serta menunjukkan potensi dalam mendukung perkembangan perilaku kepercayaan diri siswa dengan hambatan fisik. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan jumlah subjek yang lebih besar dan desain eksperimen diperlukan untuk menguji efektivitas model secara lebih komprehensif.

Revisi Produk

Revisi produk dilakukan berdasarkan masukan praktisi dan hasil uji coba terbatas. Perbaikan utama difokuskan pada penyesuaian fleksibilitas waktu pelaksanaan kegiatan agar lebih sesuai dengan kondisi sekolah, kesiapan fisik dan emosional siswa, serta situasi di lapangan. Hasil uji coba menunjukkan bahwa durasi dan intensitas kegiatan perlu disesuaikan secara situasional tanpa mengurangi tujuan program. Revisi ini semakin memperkuat prinsip adaptif dalam model yang dikembangkan, sehingga program dapat diterapkan secara lebih aman, nyaman, dan realistis sesuai karakteristik siswa dengan hambatan fisik.

Tabel 5. Ringkasan Revisi Produk

Sumber Masukan/Temuan	Bagian Produk yang Direvisi	Bentuk Revisi
Praktisi	Alokasi waktu kegiatan	Menegaskan bahwa durasi sesi bersifat fleksibel dan dapat disesuaikan dengan jadwal sekolah
Uji coba pertemuan ketiga	Prinsip keselamatan dan fleksibilitas	Menambahkan penekanan bahwa pembina dapat mengurangi waktu atau intensitas ketika siswa tidak fit

Temuan keterlaksanaan	Petunjuk penggunaan produk	Menegaskan perlunya asesmen singkat terhadap kondisi fisik dan emosional siswa sebelum kegiatan dimulai
-----------------------	----------------------------	---

Berdasarkan Tabel 5, revisi difokuskan pada penyempurnaan aspek implementasi, bukan pada perubahan struktur maupun tujuan program. Masukan praktisi menunjukkan perlunya penegasan bahwa alokasi waktu setiap sesi bersifat fleksibel sehingga dapat disesuaikan dengan jadwal sekolah. Selain itu, temuan uji coba pada pertemuan ketiga memperlihatkan bahwa kondisi fisik siswa memengaruhi keterlaksanaan kegiatan, sehingga pada produk akhir ditambahkan ketentuan mengenai penyesuaian durasi dan intensitas latihan apabila siswa tidak berada dalam kondisi fisik yang optimal. Hasil observasi selama implementasi juga menunjukkan pentingnya melakukan asesmen singkat terhadap kondisi fisik dan emosional siswa sebelum kegiatan dimulai sebagai dasar dalam menentukan bentuk aktivitas yang akan diberikan. Secara keseluruhan, revisi yang dilakukan bersifat operasional dan bertujuan meningkatkan kemudahan implementasi tanpa mengubah komponen inti model. Penyempurnaan tersebut memperkuat karakter adaptif produk karena memberikan ruang bagi pembina ekstrakurikuler untuk menyesuaikan pelaksanaan kegiatan dengan kondisi siswa dan lingkungan sekolah, sehingga program menjadi lebih aman, praktis, dan realistis untuk diterapkan pada konteks pendidikan inklusif.

Kajian Produk Akhir

Produk akhir yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang telah melalui tahapan analisis kebutuhan, pengembangan, validasi, uji coba terbatas, dan revisi. Hasil penilaian praktisi, uji kepraktisan, serta keterlaksanaan program menunjukkan bahwa produk memenuhi kriteria layak untuk diimplementasikan sebagai panduan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler futsal adaptif di sekolah inklusif. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa model yang dikembangkan telah sesuai dengan kebutuhan pengguna dan dapat diterapkan dengan penyesuaian terhadap kondisi sekolah serta karakteristik peserta didik. Keunggulan utama produk terletak pada integrasi prinsip pendidikan inklusif, pendidikan jasmani adaptif, dan teori *self-efficacy* ke dalam satu model program yang operasional. Berbeda dengan kegiatan futsal reguler, model ini memberikan fleksibilitas kepada pembina untuk melakukan modifikasi terhadap aturan permainan, durasi kegiatan, intensitas latihan, penggunaan peralatan, maupun pembagian peran sesuai kemampuan fungsional siswa. Pendekatan tersebut memungkinkan setiap peserta didik memperoleh kesempatan berpartisipasi secara aktif, aman, dan bermakna tanpa menghilangkan tujuan utama kegiatan ekstrakurikuler.

Hasil uji coba terbatas juga memperlihatkan adanya kecenderungan perkembangan perilaku kepercayaan diri siswa selama mengikuti enam sesi kegiatan. Perubahan tersebut tercermin dari meningkatnya keberanian siswa untuk bergabung dalam latihan, mencoba tugas gerak, berinteraksi dengan teman sebaya, menerima peran dalam permainan, serta mengikuti instruksi pembina secara lebih mandiri. Secara konseptual, perkembangan tersebut menunjukkan bahwa penyediaan aktivitas yang sesuai dengan kemampuan siswa, disertai penguatan positif dan pengalaman keberhasilan secara bertahap, berpotensi mendukung berkembangnya keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya. Meskipun demikian, hasil penelitian perlu diinterpretasikan sesuai dengan ruang lingkup penelitian pengembangan skala terbatas. Uji coba hanya melibatkan satu subjek dan belum menggunakan desain eksperimen maupun kelompok pembandingan sehingga temuan yang diperoleh belum dapat digunakan untuk menyimpulkan efektivitas produk secara luas. Oleh karena itu, model program ekstrakurikuler futsal adaptif ini diposisikan sebagai produk awal yang telah memenuhi aspek kelayakan dan kepraktisan, serta memiliki potensi untuk diterapkan dan disempurnakan melalui penelitian lanjutan yang melibatkan jumlah subjek lebih besar, berbagai karakteristik hambatan fisik, dan konteks sekolah yang lebih beragam.

Pembahasan

Penelitian ini menghasilkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang dinilai layak dan praktis untuk digunakan sebagai panduan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa dengan hambatan fisik di sekolah inklusif. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penyusunan program yang didasarkan pada analisis kebutuhan pengguna, prinsip pendidikan inklusif, dan pendidikan jasmani adaptif mampu menghasilkan produk yang sesuai dengan konteks sekolah. Hal ini memperkuat pandangan (Sherrill, 2004; Winnick & Porretta, 2017) bahwa modifikasi aktivitas merupakan prasyarat penting agar peserta didik dengan hambatan fisik dapat berpartisipasi secara optimal dalam kegiatan olahraga. Namun demikian, penelitian ini tidak hanya menerapkan prinsip modifikasi aktivitas sebagaimana dijelaskan dalam kedua teori tersebut, tetapi juga mengintegrasikannya ke dalam suatu model program yang sistematis, dilengkapi perangkat implementasi, strategi penguatan positif, prosedur keselamatan, dan mekanisme evaluasi sehingga lebih mudah diterapkan oleh pembina ekstrakurikuler. Keterlaksanaan program yang relatif konsisten selama enam sesi menunjukkan bahwa model yang dikembangkan memiliki fleksibilitas implementasi sesuai kondisi sekolah dan karakteristik peserta didik. Penyesuaian terhadap durasi, intensitas latihan, aturan permainan, maupun pembagian peran memungkinkan pembina tetap melaksanakan kegiatan meskipun kondisi fisik siswa berubah selama proses pembelajaran. Temuan ini mendukung hasil *systematic review* (Deng et al., 2025) yang menunjukkan bahwa partisipasi aktivitas fisik siswa penyandang disabilitas dipengaruhi oleh faktor sekolah, termasuk dukungan guru, pengorganisasian kegiatan, ketersediaan fasilitas, dan fleksibilitas pelaksanaan program. Akan tetapi, penelitian ini memberikan penjelasan yang lebih operasional dengan menunjukkan bahwa fleksibilitas tersebut dapat diwujudkan melalui modifikasi program yang terencana, bukan sekadar melalui penyesuaian spontan selama kegiatan berlangsung. Dengan demikian, keberhasilan implementasi tidak hanya bergantung pada kompetensi pembina, tetapi juga pada tersedianya panduan yang memberikan alternatif modifikasi sesuai kondisi peserta didik.

Kepraktisan produk menunjukkan bahwa model yang dikembangkan dapat digunakan oleh pembina ekstrakurikuler tanpa memerlukan perubahan besar terhadap sarana dan prasarana sekolah. Karakteristik tersebut penting karena salah satu kendala penyelenggaraan pendidikan inklusif adalah keterbatasan sumber daya dan belum tersedianya perangkat pembelajaran yang adaptif. (Sedláčková et al., 2025) menjelaskan bahwa pengalaman belajar siswa dengan hambatan fisik sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan sekolah dan kemampuan guru dalam menciptakan kesempatan berpartisipasi secara bermakna. Hasil penelitian ini memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa penyediaan model program yang sistematis dapat menjadi salah satu bentuk dukungan lingkungan sekolah untuk meningkatkan kualitas partisipasi siswa dalam kegiatan nonakademik. Temuan penelitian juga menunjukkan adanya kecenderungan perkembangan perilaku kepercayaan diri siswa selama mengikuti program ekstrakurikuler futsal adaptif. Perubahan tersebut tidak semata-mata dipengaruhi oleh keterlibatan dalam aktivitas olahraga, tetapi lebih berkaitan dengan pengalaman partisipasi yang dirancang secara bertahap. Pada tahap awal, siswa diberikan aktivitas dengan tingkat kesulitan rendah sehingga memperoleh kesempatan untuk mencoba tanpa tekanan kompetisi. Setelah siswa mulai merasa nyaman, kompleksitas aktivitas ditingkatkan melalui latihan kerja sama, permainan adaptif, dan pemberian tanggung jawab sesuai kemampuan. Pola bertahap tersebut memungkinkan siswa memperoleh pengalaman keberhasilan secara berulang sehingga meningkatkan keyakinan terhadap kemampuannya sendiri.

Mekanisme tersebut sejalan dengan teori *self-efficacy* (Bandura, 1997) yang menjelaskan bahwa *mastery experience* merupakan sumber utama terbentuknya keyakinan diri. Keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas gerak sederhana, menerima bola, mengoper kepada teman, maupun menjalankan peran dalam permainan menjadi pengalaman nyata yang memperkuat persepsi bahwa dirinya mampu

berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Selain pengalaman keberhasilan, pemberian umpan balik positif oleh pembina dan dukungan teman sebaya selama kegiatan juga berperan sebagai bentuk *social persuasion* yang memperkuat perkembangan *self-efficacy*. Penjelasan tersebut diperkuat oleh (Usher et al., 2023) yang menyatakan bahwa kesempatan untuk berhasil, umpan balik yang konstruktif, dan lingkungan belajar yang mendukung merupakan faktor penting dalam pengembangan *self-efficacy* peserta didik. Temuan penelitian ini juga konsisten dengan hasil penelitian (Bang et al., 2020; Yang et al., 2022), dan (Equinet et al., 2025) yang menunjukkan bahwa partisipasi dalam olahraga berhubungan dengan peningkatan *self-esteem*, *self-concept*, serta kesejahteraan psikologis remaja. Akan tetapi, terdapat perbedaan penting dengan penelitian-penelitian tersebut. Sebagian besar penelitian terdahulu menelaah hubungan antara partisipasi olahraga dan aspek psikologis secara umum, sedangkan penelitian ini berfokus pada pengembangan model program yang menjelaskan bagaimana peningkatan kepercayaan diri dapat difasilitasi melalui modifikasi aktivitas, pemberian pengalaman keberhasilan, dan penguatan sosial dalam konteks kegiatan ekstrakurikuler. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menunjukkan adanya potensi hubungan antara olahraga dan kepercayaan diri, tetapi juga menawarkan mekanisme implementasi yang dapat diterapkan oleh sekolah.

Hasil penelitian juga memperkuat konsep pendidikan inklusif yang dikemukakan UNESCO (2020) dan WHO (2001) bahwa hambatan partisipasi peserta didik tidak semata-mata disebabkan oleh kondisi individu, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan belajar yang tersedia. Dalam penelitian ini, perubahan perilaku siswa tidak terjadi karena adanya perubahan pada kondisi fisik siswa, melainkan karena lingkungan kegiatan dimodifikasi agar sesuai dengan kemampuan fungsionalnya. Penyesuaian terhadap aturan permainan, penggunaan alat, pembagian peran, serta target keberhasilan memungkinkan siswa mengikuti kegiatan tanpa mengalami tekanan yang berlebihan. Temuan ini menunjukkan bahwa modifikasi lingkungan belajar merupakan strategi yang lebih efektif dibandingkan menuntut siswa menyesuaikan diri terhadap tuntutan aktivitas reguler. Kontribusi utama penelitian ini terletak pada pengembangan produk berupa model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang mengintegrasikan prinsip pendidikan inklusif, pendidikan jasmani adaptif, dan teori *self-efficacy* ke dalam satu panduan operasional. Berbeda dengan penelitian terdahulu yang sebagian besar mengevaluasi manfaat aktivitas fisik terhadap aspek psikososial peserta didik penyandang disabilitas, penelitian ini menghasilkan produk implementatif yang dapat langsung digunakan oleh pembina ekstrakurikuler dalam merancang kegiatan futsal yang aman, adaptif, dan sesuai dengan karakteristik siswa dengan hambatan fisik. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan kontribusi tidak hanya pada pengembangan teori mengenai hubungan aktivitas olahraga dan kepercayaan diri, tetapi juga pada penyediaan model implementasi yang dapat diterapkan dalam praktik pendidikan inklusif.

Meskipun demikian, hasil penelitian perlu diinterpretasikan sesuai dengan ruang lingkup penelitian pengembangan skala terbatas. Uji coba hanya melibatkan satu subjek dan belum menggunakan kelompok pembandingan sehingga temuan yang diperoleh belum dapat digunakan untuk menyimpulkan efektivitas produk secara luas. Oleh karena itu, kecenderungan peningkatan kepercayaan diri yang ditemukan lebih tepat dipandang sebagai bukti awal mengenai potensi keterpakaian model daripada sebagai bukti efektivitas intervensi. Penelitian selanjutnya perlu melibatkan jumlah subjek yang lebih besar, karakteristik hambatan fisik yang lebih beragam, serta desain eksperimen atau kuasi eksperimen agar efektivitas model dapat diuji secara lebih komprehensif. Selain itu, implementasi pada berbagai jenjang pendidikan dan konteks sekolah yang berbeda diperlukan untuk menguji konsistensi penerapan model dan memperluas generalisasi hasil penelitian.

Kesimpulan

Penelitian ini menghasilkan model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang memenuhi kriteria kelayakan dan kepraktisan sebagai panduan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bagi siswa dengan hambatan fisik di sekolah inklusif. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengintegrasian prinsip pendidikan inklusif, pendidikan jasmani adaptif, dan teori *self-efficacy* ke dalam satu model program mampu menghasilkan rancangan kegiatan yang memberikan kesempatan berpartisipasi secara aman, bertahap, dan bermakna sesuai kemampuan fungsional peserta didik. Dengan demikian, pengembangan kepercayaan diri siswa tidak hanya dipengaruhi oleh keterlibatan dalam aktivitas olahraga, tetapi juga oleh tersedianya lingkungan belajar yang adaptif, pengalaman keberhasilan yang berulang, serta dukungan sosial selama kegiatan berlangsung.

Kontribusi utama penelitian ini terletak pada dihasilkannya model program ekstrakurikuler futsal adaptif yang bersifat operasional dan dapat digunakan sebagai acuan bagi guru PJOK maupun pembina ekstrakurikuler dalam menyelenggarakan kegiatan olahraga yang lebih inklusif. Model ini memperkaya implementasi pendidikan inklusif pada ranah nonakademik dengan menyediakan alternatif program yang mengintegrasikan modifikasi aktivitas, prinsip keselamatan, strategi penguatan positif, dan evaluasi sederhana dalam satu kesatuan program. Meskipun demikian, hasil penelitian masih terbatas pada penelitian pengembangan skala kecil dengan uji coba pada satu subjek sehingga belum dapat digunakan untuk menyimpulkan efektivitas model secara luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya perlu menguji model pada jumlah subjek yang lebih besar, karakteristik hambatan fisik yang lebih beragam, serta menggunakan desain eksperimen atau kuasi eksperimen agar efektivitas, konsistensi, dan keterterapan model dapat dibuktikan pada berbagai konteks sekolah inklusif.

Referensi

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bang, H., Won, D., & Park, S. (2020). School engagement, self-esteem, and depression of adolescents: The role of sport participation and volunteering activity and gender differences. *Children and Youth Services Review*, 113, 105012. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105012>
- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer.
- Deng, Y., Li, X., Huang, J., Haegele, J. A., Smith, B., Williams, T. L., & Li, C. (2025). School-based factors influencing physical activity participation in children and adolescents with disabilities: A qualitative systematic review and meta-synthesis. *Disability and Health Journal*, 18(1), 101707. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2024.101707>
- Dubon, M. E., Tow, S., & Rabatin, A. E. (2023). Physical activity and sports participation among children and adolescents with disabilities. *Pediatric Clinics of North America*, 70(3), 603–614. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2023.01.009>
- Equinet, L., Enthoven, C., Jansen, P. W., & Rodriguez-Ayllon, M. (2025). The longitudinal association between sport participation and self-esteem in youth in the Netherlands: The role of sport type. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 28(2), 140–146. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2024.09.008>
- FIFA. (2024). *Futsal laws of the game 2024/25*. Fédération Internationale de Football Association. <https://www.fifa.com/>

- Hendricks, K. S. (2016). The sources of self-efficacy: Educational research and implications for music. Update: Applications of Research in Music Education, 35(1), 32–38. <https://doi.org/10.1177/8755123315576535>
- Molenda, M. (2003). In search of the elusive ADDIE model. Performance Improvement, 42(5), 34–36. <https://doi.org/10.1002/pfi.4930420508>
- Presiden Republik Indonesia. (2020). Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2020 tentang Akomodasi yang Layak untuk Peserta Didik Penyandang Disabilitas.
- Republik Indonesia. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Republik Indonesia. (2009). Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 70 Tahun 2009 tentang Pendidikan Inklusif bagi Peserta Didik yang Memiliki Kelainan dan Memiliki Potensi Kecerdasan dan/atau Bakat Istimewa.
- Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.
- Republik Indonesia. (2016). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas.
- Sedláčková, D., Kantor, J., & Belkin, L. (2025). The experiences of students with physical disabilities in inclusive education: A qualitative systematic review. Educational Research Review, 100715. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2025.100715>
- Sherrill, C. (2004). Adapted physical activity, recreation, and sport: Crossdisciplinary and lifespan (6th ed.). McGraw-Hill.
- UNESCO. (2020). Global education monitoring report 2020: Inclusion and education: All means all. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000373724>
- Usher, E. L., Butz, A. R., Chen, X.-Y., Ford, C. J., Han, J., Mamaril, N. A., Morris, D. B., Peura, P., & Piercey, R. R. (2023). Supporting self-efficacy development from primary school to the professions: A guide for educators. Theory Into Practice, 62(3), 266–278. <https://doi.org/10.1080/00405841.2023.2226559>
- Winnick, J. P., & Porretta, D. L. (Eds.). (2017). Adapted physical education and sport (6th ed.). Human Kinetics.
- World Health Organization. (2001). International classification of functioning, disability and health: ICF. World Health Organization.
- World Health Organization. (2007). International classification of functioning, disability and health: Children & youth version: ICF-CY. World Health Organization.
- Yang, W., Li, R., Sit, C. H.-P., & Yu, J. J. (2022). The associations among physical activity, quality of life, and self-concept in children and adolescents with disabilities: A moderated mediation model. Frontiers in Pediatrics, 10, 947336. <https://doi.org/10.3389/fped.2022.947336>