

## Dual Career Socialization: Strategies to Balance Academic Achievement and a Professional Football Career

### Sosialisasi Dual Career: Strategi Menyeimbangkan Prestasi Akademik dan Karir Sepak Bola Profesional

Nur Muhamad Hildan<sup>1\*</sup>, Helmi Akmal Fauzan<sup>2</sup>, Nadia Nurul Paramitha<sup>3</sup>, Yogi Slamet<sup>4</sup>, Ridwan Afif<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Universitas Catur Insan Cendekia

E-mail: [nurmuhamadhildan@cic.ac.id](mailto:nurmuhamadhildan@cic.ac.id)<sup>1</sup>, [helmi.akmal@cic.ac.id](mailto:helmi.akmal@cic.ac.id)<sup>2</sup>, [nadiaenpe@cic.ac.id](mailto:nadiaenpe@cic.ac.id)<sup>3</sup>, [yogi.slamet@cic.ac.id](mailto:yogi.slamet@cic.ac.id)<sup>4</sup>, [ridwan.afif@cic.ac.id](mailto:ridwan.afif@cic.ac.id)<sup>5</sup>

#### Abstract

*Young soccer athletes, especially those in twelfth grade, frequently encounter a critical dilemma when choosing between dedicating themselves entirely to a professional sports career or pursuing higher education. This specific imbalance heavily risks disrupting formal schooling or decreasing athletic performance due to inadequate time management. Therefore, this Community Service program aims to introduce the Dual Career concept as an effective solution. The event took place at SMK Al Jabar in Cirebon Regency, actively targeting thirty students majoring in soccer. Methods utilized included counseling, interactive discussions, and sessions regarding time management alongside future career planning. Evaluations via initial and final tests measured their understanding. Results demonstrated an impressive 88% increase in comprehending the vital balance between academics and sports. Furthermore, participants developed a progressive mindset that education serves as a lifelong investment without abandoning professional dreams. Ultimately, this socialization is highly crucial to prepare athletes for more secure and holistic futures.*

**Keywords:** Dual Career; Football; Student Athlete; Career Management; Physical Education

#### Abstrak

*Atlet sepak bola usia remaja, khususnya para siswa kelas 12, sering menghadapi dilema krusial antara fokus total pada karir profesional atau melanjutkan pendidikan tinggi. Ketidakseimbangan ini berisiko memutuskan pendidikan formal atau menurunkan performa akibat manajemen waktu yang buruk. Oleh karena itu, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan memberikan edukasi konsep Dual Career sebagai strategi solutif. Kegiatan dilaksanakan di SMK Al-Jabar Kab Cirebon, dengan sasaran 30 siswa konsentrasi sepak bola. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, dan sharing session mengenai manajemen waktu serta perencanaan karir pasca-atlet. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test guna mengukur pemahaman mitra. Hasil evaluasi menunjukkan terjadinya peningkatan pemahaman peserta sebesar 88% mengenai pentingnya menjaga keseimbangan akademik dan olahraga. Selain itu, terbentuk pola pikir baru bahwa pendidikan tinggi dapat menjadi investasi masa depan tanpa harus mengorbankan impian pesepakbola profesional. Kesimpulannya, sosialisasi Dual Career sangat efektif dan mendesak diterapkan guna mempersiapkan masa depan atlet yang lebih holistik.*

**Kata kunci:** Karir Ganda; Sepak Bola; Atlet Pelajar; Manajemen Karir; Pendidikan Olahraga

Copyright (c) 2026 Nur Muhamad Hildan, Helmi Akmal Fauzan, Nadia Nurul Paramitha, Yogi Slamet, Ridwan Afif  
This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



## 1. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan cabang olahraga paling populer di Indonesia dan menjadi impian bagi jutaan remaja untuk meniti karir sebagai pemain profesional (El Syam et al., 2025). Tingginya animo ini mendorong menjamurnya Sekolah Sepak Bola (SSB) hingga kelas-kelas khusus olahraga (KKO) di tingkat sekolah menengah (Saputra et al., 2025). Bagi seorang atlet remaja, berada di jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) ataupun Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) kelas 12 merupakan fase krusial dan penuh tekanan. Pada fase ini, mereka dihadapkan

pada persimpangan transisi karir yang menentukan berjuang menembus skuad profesional (klub Liga), melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, atau mencoba menjalani keduanya.

Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa karir sebagai atlet sepak bola memiliki karakteristik durasi yang singkat (*short-term career*) dan risiko cedera yang tinggi (Barth et al., 2022). Menurut Koch et al., (2021) beberapa menunjukkan bahwa rata-rata karir pemain sepak bola profesional berakhir di usia 35 tahun, dan banyak yang terpaksa pensiun dini akibat cedera atau kegagalan seleksi. Masalah yang sering terjadi di Indonesia adalah ketidaksiapan atlet dalam menghadapi kehidupan pasca-karir (*post-career life*) (Aptsiauri, 2024) dan terlebihnya sikap dalam mengambil keputusan yang lambat untuk kedepannya karena pada dasarnya harus di tentukan semenjak masuk sekolah (Hildan et al., 2022). Banyak atlet muda terjebak dalam stigma bahwa fokus pada akademik akan menghambat prestasi olahraga, sehingga mereka cenderung mengabaikan pendidikan formal demi mengejar kontrak profesional yang belum pasti (Fatoni, 2025).

Kurangnya pemahaman mengenai konsep *Dual Career* (Karir Ganda) yaitu menyeimbangkan pengejaran prestasi olahraga elit dengan pendidikan formal menjadi akar permasalahan ini. Siswa kelas 12 di SMK Al-Jabar Kab.Cirebon, yang berjumlah 30 orang atlet sepak bola aktif, merupakan representasi nyata dari kelompok rentan ini. Berdasarkan observasi awal, sebagian besar siswa memiliki motivasi tinggi untuk menjadi pemain profesional, namun memiliki kecemasan terkait masa depan jika gagal bersaing di level elit (Rye et al., 2022). Kurangnya literasi mengenai jalur beasiswa jalur prestasi dan manajemen waktu membuat mereka menganggap kuliah sebagai beban, bukan investasi (Hildan et al., 2025).

Kondisi di mana atlet harus memilih "sepak bola atau sekolah" ("*sacrifice strategy*") sudah tidak relevan dengan tuntutan olahraga modern. Konsep *Student-Athlete* yang sukses menerapkan *Dual Career* terbukti tidak hanya menjamin keamanan finansial di masa depan, tetapi juga meningkatkan kecerdasan emosional dan kemampuan pengambilan keputusan (*decision making*) atlet di lapangan (Ahmad, 2023).

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini hadir untuk memberikan solusi melalui sosialisasi bertajuk "Strategi Menyeimbangkan Prestasi Akademik dan Karir Sepak Bola Profesional". Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan wawasan, strategi manajemen waktu, dan motivasi kepada 30 siswa atlet kelas 12 di SMK Al-Jabar Kab.Cirebon. Melalui intervensi ini, diharapkan para atlet muda tidak lagi melihat pendidikan sebagai penghalang, melainkan sebagai *plan B* yang kokoh dan pendukung utama kesuksesan karir mereka, baik di dalam maupun di luar lapangan hijau.

## 2. METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan secara luring atau secara langsung tatap muka bertempat di SMK Al-Jabar, Kabupaten Cirebon, pada tanggal 8 April 2026. Khalayak sasaran utama dalam kegiatan ini adalah siswa kelas 12 dari [Kelas Khusus Olahraga/Tim Sepak Bola Sekolah] yang berjumlah 30 orang. (Suriani et al., 2023) Pemilihan kelompok mitra ini dilakukan secara purposive sampling dengan pertimbangan bahwa siswa kelas akhir merupakan kelompok yang paling rentan menghadapi masa transisi karir, sehingga membutuhkan pendampingan intensif mengenai perencanaan masa depan. Partisipasi aktif dari seluruh anggota tim sepak bola sekolah ini diharapkan dapat menciptakan ekosistem yang saling mendukung dalam penerapan konsep *Dual Career* di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan sistematis, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan inti, dan tahap evaluasi (Lestari et al., 2023). Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan observasi awal dan koordinasi dengan pelatih serta pihak sekolah untuk mengidentifikasi kendala akademik yang dialami para atlet. Selanjutnya, tahap pelaksanaan inti disampaikan menggunakan pendekatan *Student-Centered Learning* melalui metode ceramah bervariasi, diskusi interaktif, dan simulasi manajemen waktu. Materi sosialisasi difokuskan pada pemahaman urgensi *Dual Career*, strategi menyeimbangkan jadwal latihan dan belajar, serta pengenalan jalur prestasi untuk pendidikan tinggi. Pendekatan dialogis diterapkan agar para

siswa dapat berkonsultasi langsung mengenai hambatan psikologis dan teknis yang mereka hadapi dalam membagi fokus antara sepak bola dan sekolah (Cahyono, 2026).

Untuk mengukur efektivitas kegiatan dan ketercapaian tujuan, dilakukan evaluasi menggunakan instrumen tes pemahaman berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* diberikan sebelum pemaparan materi untuk memetakan pengetahuan awal peserta, sedangkan *post-test* diberikan setelah sesi berakhir untuk mengukur perubahan wawasan. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik deskriptif kuantitatif sederhana dengan menghitung persentase peningkatan pemahaman peserta (Aunilah et al., 2024). Keberhasilan program ini diindikasikan dengan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan siswa mengenai strategi *Dual Career* dan tumbuhnya motivasi untuk melanjutkan pendidikan tanpa meninggalkan karir sepak bola.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Proses dan Dinamika Peserta Pelaksanaan kegiatan sosialisasi di SMK Al-Jabar berjalan secara kondusif dan berhasil menciptakan ruang dialog yang terbuka antara tim pengabdian dan 30 siswa atlet kelas 12. Pendekatan komunikasi interpersonal yang diterapkan mampu mencairkan suasana, sehingga sesi diskusi tidak hanya bersifat satu arah. Para siswa, yang selama ini berada dalam lingkungan kompetitif tinggi, secara terbuka menyampaikan kecemasan mereka terkait ketidakpastian masa depan pasca-lulus sekolah. Terungkap dalam sesi sharing bahwa dilema terbesar mereka adalah ketakutan akan kehilangan fokus jika harus membagi waktu antara mengejar kontrak klub profesional dan menempuh pendidikan tinggi. Antusiasme peserta terlihat meningkat pada sesi simulasi manajemen waktu, di mana mereka mulai mencoba menyusun kerangka jadwal harian yang realistis untuk menyeimbangkan durasi latihan fisik dan waktu belajar mandiri.



Gambar 1. Suasana pemaparan materi sosialisasi *Dual Career* di hadapan siswa atlet kelas 12.

Evaluasi Kuantitatif Peningkatan Pemahaman Efektivitas kegiatan dalam meningkatkan domain kognitif peserta diukur melalui instrumen *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan analisis data, terdapat peningkatan yang signifikan dan merata pada pemahaman mitra mengenai urgensi dan strategi *Dual Career*. Data menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan peserta sebelum intervensi hanya mencapai 45,5%. Skor rendah ini mengindikasikan minimnya literasi atlet remaja mengenai opsi manajemen karir ganda. Namun, setelah mengikuti rangkaian sosialisasi, nilai rata-rata *post-test* meningkat drastis menjadi 88%, dengan persentase peningkatan sebesar 42,5%. Lonjakan angka ini membuktikan bahwa metode sosialisasi yang diterapkan efektif dalam mentransfer pengetahuan baru dan meluruskan miskonsepsi yang selama ini dipegang oleh para siswa.

Tabel 1. Grafik perbandingan rata-rata skor pemahaman peserta sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) kegiatan.

No	Indikator Penilaian	Rata-rata Skor Pre-test (0-100)	Rata-rata Skor Post-test (0-100)	Kenaikan Skor (Poin)	Kategori Pemahaman Akhir
1	Konsep Dasar <i>Dual Career</i>	40,0	90,0	+50,0	Sangat Baik
2	Strategi Manajemen Waktu	50,0	85,0	+35,0	Baik
3	Wawasan Jalur Pendidikan Tinggi	46,5	89,0	+42,5	Sangat Baik
<b>Total</b>	<b>Rata-rata Keseluruhan</b>	<b>45,5</b>	<b>88,0</b>	<b>+42,5</b>	<b>Sangat Baik</b>

Analisis Mendalam dan Pergeseran Paradigma Pembahasan hasil kegiatan ini mengungkapkan temuan kualitatif yang krusial hambatan utama penerapan *Dual Career* di kalangan atlet remaja di sekolah mitra bukanlah ketidakmampuan akademik, melainkan hambatan psikologis yang disebut "penguncian identitas" (*identity foreclosure*) (Gorman & Blackwood, 2025). Selama ini, para siswa cenderung mengidentifikasi diri mereka semata-mata hanya sebagai "pemain bola", sehingga menganggap aktivitas di luar sepak bola (seperti kuliah) sebagai ancaman terhadap identitas tersebut. Kegiatan PKM ini berhasil mendekonstruksi pemahaman keliru tersebut. Melalui pemaparan bukti empiris dan studi kasus atlet sukses, terbentuk paradigma baru bahwa pendidikan dan prestasi olahraga adalah dua elemen yang saling mendukung (*complementary*), bukan saling mematikan (*conflicting*).



Gambar 2. Peserta terlibat aktif dalam sesi diskusi dan simulasi perencanaan karir.

Implikasi Program bagi Masa Depan Atlet Lebih jauh, keberhasilan program ini memiliki implikasi strategis bagi pengembangan sumber daya manusia di bidang olahraga. Para atlet kini memahami bahwa konsep Student-Athlete justru memberikan jaminan keamanan psikologis (*safety net*). Dengan memiliki rencana cadangan akademik yang kuat, tekanan mental saat bertanding di lapangan justru berkurang, memungkinkan mereka bermain lebih lepas dan kreatif. Selain itu, atlet yang terbiasa berpikir kritis di bangku kuliah cenderung memiliki kemampuan pengambilan keputusan (*decision making*) yang lebih baik saat pertandingan. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak sesaat berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga menanamkan fondasi jangka panjang untuk mencetak pesepakbola Indonesia yang cerdas, adaptif, dan siap menghadapi tantangan karir di era modern.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan dan evaluasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program sosialisasi *Dual Career* di SMK Al-Jabar Kab.Cirebon telah berjalan efektif dan mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan. Kegiatan ini terbukti mampu meningkatkan pemahaman 30 siswa atlet kelas 12 secara signifikan mengenai strategi menyeimbangkan ambisi karir sepak bola profesional dengan pendidikan formal. Peningkatan skor rata-rata pengetahuan yang drastis dari tahap *pre-test* ke *post-test* menunjukkan bahwa metode pendekatan personal dan simulasi manajemen waktu yang diterapkan sangat relevan dengan kebutuhan para atlet. Intervensi ini berhasil mengubah paradigma dasar peserta, dari yang sebelumnya memandang pendidikan sebagai penghambat prestasi olahraga, menjadi menyadarinya sebagai investasi vital dan jaminan keamanan sosial pasca-karir (*post-career safety net*).

Secara lebih luas, kegiatan ini memberikan implikasi praktis bagi ekosistem pembinaan olahraga di tingkat sekolah. Terbentuknya kesadaran mengenai konsep *Student-Athlete* tidak hanya bermanfaat bagi masa depan individu atlet, tetapi juga menguntungkan pihak sekolah dan klub. Atlet yang memiliki keseimbangan akademik cenderung memiliki stabilitas emosional yang lebih baik dan kemampuan kognitif yang mendukung pengambilan keputusan taktis di lapangan. Dengan hilangnya kecemasan berlebih akan masa depan, atlet dapat berlatih dan bertanding dengan fokus yang lebih optimal, karena mereka memahami bahwa mereka memiliki fondasi karir alternatif yang kokoh melalui jalur pendidikan.

Sebagai rekomendasi keberlanjutan program, disarankan agar pihak sekolah dan pelatih mulai mengintegrasikan kurikulum *life skill* atau pendampingan karir secara berkala dalam program latihan tahunan. Sinergi antara institusi pendidikan tinggi (universitas) dan sekolah berbasis olahraga perlu terus diperkuat, tidak hanya sebatas sosialisasi, namun juga dalam bentuk pendampingan penyusunan portofolio atlet untuk jalur prestasi. Hal ini krusial untuk memastikan bahwa generasi pesepakbola Indonesia di masa depan adalah generasi yang tidak hanya handal secara fisik dan teknik, tetapi juga matang secara intelektual dan mental dalam menghadapi dinamika industri olahraga modern.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada setiap ketua prodi dan bagian kemahasiswaan Universitas Catur Cendekia yang telah memfasilitasi kegiatan ini, serta telah memberi dukungan administrasi terhadap pengabdian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. A. (2023). Goal Orientation, Ketangguhan Mental, Dan Prestasi Akademik Student Athlete. *Psychological Journal: Science and Practice*, 3(1), 132–138.
- Aptsiauri, L. (2024). *Problems of social adaptation of the athlete after the end of the sports career*.
- Aunilah, A. T. A., Arifin, R. A., & Fauzan, L. A. F. (2024). Analisis Kepercayaan Diri dan Ketepatan Shooting pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Pondok Pasantren Darul Ilmi Banjarbaru. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 5(2), 269–275. <https://doi.org/10.46838/spr.v5i2.531>
- Barth, M., Schlesinger, T., & Pitsch, W. (2022). Is professional soccer a risk for their “lives afterwards”? A social-sciences-based examination of retired professional soccer players from a long-term perspective. *Journal of Risk and Financial Management*, 15(12), 609.
- Cahyono, D. (2026). *Filsafat Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Landasan Ontologis, Epistemologis, dan Aksiologis*. Penerbit: Kramantara JS.
- El Syam, R. S., Nursantoso, A., & Isworo, D. (2025). Pelajaran Pendidikan Karakter yang Bisa Diambil dari Kehidupan dan Karier Cristiano Ronaldo sebagai Superstar Sepak Bola. *Journal of New Trends in Sciences*, 3(4), 89–104.
- Fatoni, M. (2025). *Sosiologi olahraga: Memahami olahraga dalam konteks sosial*. Muhammadiyah University Press.
- Gorman, J., & Blackwood, L. (2025). Inside the football factory: young players’ reflections on being ‘released.’ *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 17(1), 47–60.

- 
- Hildan, N. M., Fauzan, H. A., Paramitha, 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), 300–307.
- Hildan, N. M., Susilawati, D., & Dinangsit, D. (2022). Physical Education Lecture Evaluation Studies in Cognitive, Affective, and Psychomotor in Students. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 7(3), 589–604.
- Koch, M., Klügl, M., Frankewycz, B., Lang, S., Worlicek, M., Popp, D., Alt, V., & Krutsch, W. (2021). Football-related injuries are the major reason for the career end of professional male football players. *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy*, 29(11), 3560–3568.
- Lestari, I. D., Yahya, F., Suryani, E., Aini, R. Q., & Asriyanti, S. (2023). Pelatihan pelaksanaan asesmen pembelajaran sesuai Kurikulum Merdeka. *KARYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 22–26.
- Rye, A., Ransom, D., & Littlewood, M. (2022). Performance and organizational stressors in the junior-to-senior transition in football. *Current Issues in Sport Science*, 7.
- Saputra, R., Saputra, D. I. M., Pilitan, R. B., Putra, I. M., Hendra, J., & Wulandari, T. (2025). Social Interaction Dynamics and Motivation of Youth Football Players: Dinamika Interaksi Sosial dan Motivasi Pemain Sepak Bola Usia Muda. *Academia Open*, 10(1), 10–21070.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>