

MODEL LATIHAN *FLOORBALL* YONGS UNTUK PEMULA



YONGKY DWI ADI PRIYANTO
7216130975

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Memperoleh Gelar Magister

PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2020

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd.
Tanggal: 20-8-2020

Pembimbing II



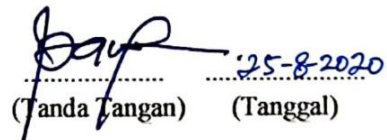
Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd.
Tanggal: 24-8-2020

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd.
(Ketua)¹



27-8-2020
(Tanda Tangan) (Tanggal)

Dr. Ramdan Pelana, S.Or. M.Or.
(Sekretaris)²





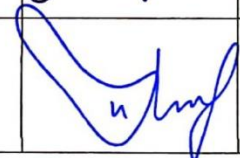


25-8-2020
(Tanda Tangan) (Tanggal)

Nama : Yongky Dwi Adi Priyanto
No. Reg : 7216130975
Tanggal Lulus :

1. Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN
ATAS HASIL PERBAIKAN TESIS**

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr. Ramdan Pelana, S.Or. M.Or. (Ketua Sidang)		25-8-2020
2	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd. (Pembimbing I)		20-8-2020
3	Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd. (Pembimbing II)		24-8-2020
4	Dr. Johansyah Lubis, M.Pd. (Penguji)		20-8-2020
5	Dr. Ir. Fatah Nurdin, MM. (Penguji)		25-8-2020
Nama : Yongky Dwi Adi Priyanto No. Reg. : 7216130975 Tanggal Lulus :			

PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Jakarta, Juli 2020



Yongky Dwi Adipriyanto



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Yongky Dwi Adi Priyanto
NIM : 7216130975
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : pakyongky@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Model Latihan *Floorball* Yongs Untuk Pemula

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 31 Agustus 2020

Penulis

Yongky Dwi Adi Priyanto

MODEL LATIHAN *FLOORBALL* YONGS UNTUK PEMULA

YONGKY DWI ADI PRIYANTO

ABSTRAK

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan produk berupa model latihan *floorball* untuk atlet pemula dan memperoleh data empiris tentang efektivitas model latihan *floorball* efektif dalam meningkatkan teknik dasar *passing*, *dribbling* dan *shooting floorball* untuk pemula. Pendekatan penelitian pengembangan model latihan ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Borg dan Gall. Hasil analisis kebutuhan menunjukkan bahwa model latihan *floorball* sangat dibutuhkan oleh para pelatih dan atlet dalam menunjang latihan teknik dasar *floorball*. Hasil pengembangan model latihan *floorball* berdasarkan validasi 5 ahli diperoleh 27 model dari 30 model yang peneliti susun. Hasil uji coba kelompok kecil kemudahan dan ke menarikan model latihan *floorball* diperoleh nilai 81,683% (sangat baik) dan 76,31% (baik). Hasil uji coba kelompok besar, kemudahan dan ke menarikan model latihan *floorball* diperoleh nilai 77,28% (baik) dan 74,48% (baik). Keefektifan model yang dikembangkan dinyatakan efektif untuk digunakan. Berdasarkan dari hasil perbandingan antara nilai *pretest* dan *posttest* yang diberikan kepada atlet secara keseluruhan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil latihan *floorball* (*passing*, *dribbling* dan *shooting*) untuk atlet pemula setelah diberikan 27 model latihan *floorball* yang peneliti susun.

Kata Kunci: Model latihan, *floorball*, *passing*, *dribbling*, *shooting*, atlet pemula

YONGS FLOORBALL TRAINING MODELS FOR BEGINNERS

YONGKY DWI ADI PRIYANTO

ABSTRACT

The general objective of this research is to generate a product which serves as a model for floorball training practice aimed at beginner athletes. This research also yields empirical data regarding the extent of effectiveness in developing basic floorball techniques in passing, dribbling, and shooting for beginners. The research methodology approach implemented in exploring the floorball training practice model is adopted from Borg and Gall research and development model. Needs analysis opening survey for the research suggested a training practice model for learning the sport floorball is strongly needed by both coaches and athletes in supporting training for basic floorball techniques. The research outcome of the training practice model is based on validation by five experts on 27 training practice models of 30 training practice models conducted by the researcher. The results of small-scale population testing for 'ease' and 'interest' show scores of 81.683% (very good) and 76.31% (good) respectively; Large-scale population testing for the same purposes exhibited scores of 77.28% (good) and 74.48% (good) respectively. Thus, the extent of the training practice model effectiveness is concluded to be positive and strong. On the grounds of comparison between pre-testing and post-testing administered to subjects who participated in the research, it can be surmised that there was a clear distinction/improvement in the abilities of beginner athletes (in passing, dribbling, and shooting) who participated in the said 27 floorball practice model held by the researcher.

Kata Kunci: *Training model, floorball, passing, dribbling, and shooting, beginner athletes*

PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Jakarta, Agustus 2020

Yongky Dwi Adi Priyanto

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan nikmat dan anugrah Nya yang senantiasa selalu diberikan kepada kita hamba Nya serta karena berkah dan hidayah Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul “Model Latihan *Floorball Yongs* untuk Pemula” yang merupakan salah satu syarat memperoleh gelar magister Pendidikan pada program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada pihak-pihak yang terkait dalam penyusunan tesis ini.

- 1) Dr. Komarudin, M.Si, sebagai Rektor Universitas Negeri Jakarta.
- 2) Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd, sebagai Direktur PPs Universitas Negeri Jakarta.
- 3) Dr. Ramdan Pelana, M.Or. selaku Sekretaris Prodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana UNJ dan Koordinator S2 Program studi Pendidikan Olahraga
- 4) Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd Pembimbing 1 yang telah banyak meluangkan waktu dan tidak bosan-bosannya dalam memberikan bimbingan sehingga dapat terwujudnya tesis ini.
- 5) Prof. Dr. H. Moch. Asmawi, M.Pd sebagai Pembimbing 2 atas arahannya dan bimbingannya kepada penulis dalam penyusunan tesis ini
- 6) Dosen Program Pascasarjana UNJ Prodi Pendidikan Olahraga yang telah memberikan sejuta ilmu dan pengalaman kepada penulis.
- 7) Teman-teman S2 dan S1 seluruh mahasiswa pendidikan olahraga atas pertemanan, dukungan dan motivasi.
- 8) Keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan, motivasi, doa dan sekaligus selalu menghibur yang tidak pernah lelah

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dengan kerja keras, doa, dukungan, dan bantuan dari semua pihak baik yang disadari atau tidak sangatlah berperan penting dalam terselesaikannya tesis ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat, terutama bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian selanjutnya.

Jakarta, Agustus 2020

Y.D.A.P

ACKNOWLEDGEMENT

*Praise and thanksgiving, the author says the presence of God Almighty for all His abundance of favors and gifts that are always given to His servants and because of His blessings and guidance, the author can complete this thesis with the title “**Yongs Floorball Training Models For Beginners**” which is one of the conditions for obtaining a master's degree in Education at the Postgraduate Program in Jakarta State University.*

Thank you also the author said to the parties involved in the preparation of this thesis.

- 1) Dr. Komarudin, M.Si, as daily executive officer of the State University Chancellor*
- 2) Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd, as the daily executive officer of the Director of PPs, Jakarta State University.*
- 3) Dr. Ramdan Pelana, M.Or. as Secretary of the UNJ Postgraduate Program in Sport Education and S2 Sports Education Study Program Coordinator*
- 4) Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd Advisor 1 who has spent a lot of time and is not bored in giving guidance so that this dissertation can be realized.*
- 5) Prof. Dr. H. Moch. Asmawi, M.Pd as Counselor 2 for his direction and guidance to the author in the preparation of this thesis*
- 6) Postgraduate Program Lecturer at UNJ Sports Education Study Program who has provided a million knowledge and experience to the author*
- 7) S2 and S1 friends all sports education students on friendship, support and motivation.*
- 8) Beloved families who always provide support, motivation, prayer and at the same time always entertain those who are never tired.*

The author is fully aware that with hard work, prayers, support, and assistance from all parties, whether they realize it or not, play an important role in completing the thesis this. The author hopes that this research can be useful, especially for other researchers who want to conduct further research.

Jakarta, August 2020

Y.D.A.P

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
KATA PENGANTAR	vi
ACKNOWLEDGMENT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Pembatasan Penelitian	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Signifikansi Penelitian	6
F. Kebaruan Penelitian (<i>State Of The Art</i>)	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Latar Belakang Teori	13
1. Konsep Pengembangan Model	13
2. Model Latihan	34
B. Penelitian-Penelitian yang Relevan	46
C. Kerangka Teori	50
1. Keterampilan Gerak	50
2. Teknik Dasar <i>Floorball</i>	55
3. <i>Floorball Yongs</i>	70
4. Karakteristik Atlet Pemula	71
D. Rancangan Model	76
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	81
B. Desain Penelitian	81
C. Sampel	89

D. Penyusunan Instrumen Penelitian	92
E. Data dan Teknik Analisis Data	98
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan Model.....	103
B. Kelayakan Model.....	166
C. Efektivitas Model.....	169
D. Pembahasan	172
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan.....	179
B. Implikasi.....	180
C. Saran.....	180
DAFTAR RUJUKAN	183
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Skema Prosedur Pengembangan Model Dari Borg & Gall	18
Gambar 2.2 Model Dick & Carey	22
Gambar 2.3 Model 4D (<i>four-D model</i>)	26
Gambar 2.4 Model Kemp	28
Gambar 2.5 Model ADDIE	29
Gambar 2.6 Posisi Grip	58
Gambar 2.7 Posisi Badan saat Passing	60
Gambar 2.8 Posisi Siap Saat Melakukan <i>Passing</i>	61
Gambar 2.9 Posisi <i>Dribbling</i> Bola	65
Gambar 2.10 Posisi <i>Shooting</i>	66
Gambar 2.11 Langkah-Langkah Penggunaan Metode <i>Research and Development (R & D)</i>	77
Gambar 2.12 Rancangan Model Latihan <i>Floorball Yongs</i>	80
Gambar 3.1 Tes <i>Passing Floorball</i>	93
Gambar 3.2 Tes <i>Dribbling Floorball</i>	94
Gambar 3.3 Tes <i>Shooting Floorball</i>	96
Gambar 4.1 Draft Model Latihan <i>Passing "One 5"</i>	108
Gambar 4.2 Draft Model Latihan <i>Passing "Four 1"</i>	109
Gambar 4.3 Draft Model Latihan <i>Passing "Parabola"</i>	110
Gambar 4.4 Draft Model Latihan <i>Passing "Ping Pong Pass Kick"</i>	111
Gambar 4.5 Draft Model Latihan <i>Passing "Triangle Pass"</i>	112
Gambar 4.6 Draft Model Latihan <i>Passing "Simple Bounce"</i>	113
Gambar 4.7 Draft Model Latihan <i>Passing "Long Parabola"</i>	114
Gambar 4.8 Draft Model Latihan <i>Passing "Intercept"</i>	115
Gambar 4.9 Draft Model Latihan <i>Passing "Cross Pass"</i>	116
Gambar 4.10 Draft Model Latihan <i>Passing "Back Pass"</i>	117
Gambar 4.11 Draft Model Latihan <i>Dribbling "Fast Down"</i>	118
Gambar 4.12 Draft Model Latihan <i>Dribbling "free dribble 30 detik"</i>	119
Gambar 4.13 Draft Model Latihan <i>Dribbling "Simple Run"</i>	120
Gambar 4.14 Draft Model Latihan <i>Dribbling "Change Driver"</i>	121
Gambar 4.15 Draft Model Latihan <i>Dribbling "Drop Step"</i>	122
Gambar 4.16 Draft Model Latihan <i>Dribbling "Kick and Drive"</i>	113

Gambar 4.17	Draft Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Fast Spin</i> ”	124
Gambar 4.18	Draft Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Speed and Back</i> ”	125
Gambar 4.19	Draft Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Speed and Side</i> ”	126
Gambar 4.20	Draft Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Side Back</i> ”	127
Gambar 4.21	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Left Simple Shooting</i> ”	129
Gambar 4.22	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Right Simple Shooting</i> ”	130
Gambar 4.23	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Center Simple Shooting</i> ”	131
Gambar 4.24	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>First Time Shooting</i> ”	132
Gambar 4.25	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Drag Shooting Left</i> ”	133
Gambar 4.26	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Drag Shooting Right</i> ”	134
Gambar 4.27	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Flight Shooting</i> ”	135
Gambar 4.28	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Break Hand Shooting</i> ”	136
Gambar 4.29	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Spin Shooting</i> ”	137
Gambar 4.30	Draft Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Back Pass</i> ”	138
Gambar 4.31	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>One 5</i> ”	139
Gambar 4.32	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Four 1</i> ”	140
Gambar 4.33	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Parabola</i> ”	141
Gambar 4.34	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Triangle Pass</i> ”	142
Gambar 4.35	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Simple Bounce</i> ”	143
Gambar 4.36	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Long Parabola</i> ”	144
Gambar 4.37	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Intercept</i> ”	145
Gambar 4.38	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Cross Pass</i> ”	146
Gambar 4.39	Model Latihan <i>Passing</i> “ <i>Back Pass</i> ”	147
Gambar 4.40	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Fast Down</i> ”	148
Gambar 4.41	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>free dribble 30 detik</i> ”	149
Gambar 4.42	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Change Driver</i> ”	150
Gambar 4.43	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Drop Step</i> ”	151
Gambar 4.44	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Kick and Drive</i> ”	152
Gambar 4.45	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Fast Spin</i> ”	153
Gambar 4.46	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Speed and Back</i> ”	154
Gambar 4.47	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Speed and Side</i> ”	155
Gambar 4.48	Model Latihan <i>Dribbling</i> “ <i>Side Back</i> ”	156
Gambar 4.49	Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Left Simple Shooting</i> ”	157
Gambar 4.50	Model Latihan <i>Shooting</i> “ <i>Right Simple Shooting</i> ”	158

Gambar 4.51 Model Latihan <i>Shooting</i> “Center Simple Shooting”	159
Gambar 4.52 Model Latihan <i>Shooting</i> “Drag Shooting Left”	160
Gambar 4.53 Model Latihan <i>Shooting</i> “Drag Shooting Right”	161
Gambar 4.54 Model Latihan <i>Shooting</i> “Flight Shooting”	162
Gambar 4.55 Model Latihan <i>Shooting</i> “Break Hand Shooting”	163
Gambar 4.56 Model Latihan <i>Shooting</i> “Spin Shooting”	164
Gambar 4.57 Model Latihan <i>Shooting</i> “Back Pass”	165



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Subjek Penelitian	92
Tabel 3.2 Daftar Validasi Ahli Model Latihan <i>Floorball</i>	98
Tabel 3.3 Kriteria Hasil Kesimpulan Model Latihan <i>Floorball</i> Untuk Atlet Pemula	102
Tabel 4.1 Ringkasan Hasil Evaluasi Ahli Model latihan <i>Passing</i>	167
Tabel 4.2 Ringkasan Hasil Evaluasi Ahli Model latihan <i>Dribbling</i>	167
Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Evaluasi Ahli Model latihan <i>Shooting</i>	168
Tabel 4.4 Hasil Analisis Data Uji Coba Kelompok Kecil	170
Tabel 4.5 Hasil Analisis Data Uji Coba Kelompok Besar	170
Tabel 4.6 Uji Perbedaan Efektivitas Model Latihan <i>Floorball</i>	171



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Analisis Kebutuhan Model Latihan <i>Floorball</i>	187
Lampiran 2. Uji Justifikasi Ahli	215
Lampiran 3. Uji Coba Kelompok Kecil dan Kelompok Besar	259
Lampiran 4. Uji Perbedaan Efektivitas Model Latihan <i>Floorball</i>	273
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	285
Lampiran 6. Surat-Surat Penelitian	291
Lampiran 7. Riwayat Hidup	303

