

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *PASSING* PADA  
PERMAINAN SEPAKBOLA UNTUK *GRASROOT* ANAK USIA  
10 SAMPAI 12 TAHUN**



**TEJE JUNAEDI**

**6315112132**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA**

Sekripsi yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam  
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**FAKULTAS ILMU OLAHRAGA**

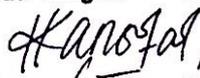
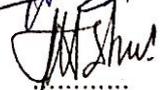
**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2018**

**LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING**

Nama	TandaTangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 197510092005011002		05-02-2018
Pembimbing II <u>Hj. Rina Ambar Dewanti, M.Pd</u> NIP. 197409042005012001		05-02-2018

**PERSETUJUAN PANITIA SKRIPSI**

	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Ketua</b> <u>Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, SE, M.Si</u> NIP. 197911092003122001		19-02-2018
<b>Sekretaris</b> <u>Drs. Satia Bagdia Ijatna, M.Pd</u> NIP. 196005091990031001		10-02-2018
<b>Anggota</b> <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 197510092005011002		05-02-2018
<u>Hj. Rina Ambar Dewanti, M.Pd</u> NIP. 197409042005012001		05-02-2018
<u>Dr. Mansur Jauhari, M.Si</u> NIP. 197408152005011003		12-02-2018

**Tanggal Lulus : 02 Febuari 2018**

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta merupakan hasil karya saya sendiri.

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

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Skripsi ini bukan hasil kerja saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lain sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Jakarta, 15 Februari 2018

Teje Junaedi  
Noreg. 6315112132

## ABSTRAK

**TEJE JUNAEDI, PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PASSING PADA PERMAINAN SEPAKBOLA UNTUK GRASROOT ANAK USIA 10 SAMPAI 12 TAHUN. Skripsi. Jakarta : Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, 2018.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *passing* untuk dapat dikembangkan, memperbaiki tehnik *passing* pada pemain sepakbola dan memberikan kemudahan pelatihan dalam memberikan materi latihan di sekolah sepakbola.

Pengumpulan data ini dilaksanakan di pesanggrahan, Jakarta Selatan pengambilan data dilaksanakan dilapangan sepakbola pesanggrahan jakarta selatan, pada tanggal 22 agustus 2017 sampai dengan 1 oktober 2017. Penelitian ini menggunakan tehnik *Reasearch and Development*. Di sepakbola dalam tehnik *passing*, populasi penelitian ini menggunakan 36 pemain dari 3 sekolah sepakbola, seperti *Abstrax football academy*.

Presentase dari kelayakan model latihan *passing* dari hasil penelitian di Sekolah Sepakbola untuk *Grasroots* anak usia 10 sampai 12 tahun. 90% kemudahan dan kesulitan 11,1% artinya pada kemampuan tehnik *passing* dan model *passing* ini layak digunakan dan dapat disebarluaskan sehingga dapat digunakan oleh pelatih di sekolah sepakbola.

## **KATA PENGANTAR**

Bismillahirrahmannirrahim, segala puji syukur ke hadirat ALLAH SWT atas segala nikmat, rahmat dan karunianya yang tercurah kepada peneliti, hingga akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul model latihan passing pada permainan sepakbola untuk grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun. Shalawat serta salam tak lupa sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat serta umatnya.

Dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini peneliti menyampaika ucapan terimakasih kepada Bapak Dr. Abdul Sukur, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Ibu Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, SE, M.Si selaku ketua Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd. selaku pembimbing I, Ibu Hj. Rina Ambar Dewanti, M.Pd. selaku pembimbing II dan Bapak Dr. Mansur Jauhari, M.Si sebagai pembimbing Akademik. Demikian juga peneliti mengucapkan terimakasih pada seluruh dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Tidak lupa penghargaan dan ucapan terimakasih yang begitu besar peneliti sampaikan kepada pelatih dan dosen sepakbola, Bapak Drs. Satia Bagdja Ijatna, M.Pd. Bapak Drs. Nursaelan Santoso, Bapak Hadi Rahmaddhani, S.Pd. bapak Muchtar Hendara Hasibuan, M.Pd, Bapak Andri Irawan, M.Pd dan Bapak Slamet Sukriandi, M.Pd, selaku Pembina Club Sepakbola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta.

Akhir kata, Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang terlibat ataupun yang belum disebutkan diatas. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan para pembaca. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna.

Jakarta, 15 Februari 2018

**Teje Junaedi**

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I Pendahuluan.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Perumusan Masalah .....	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	6
<b>BAB II Kajian teoritik .....</b>	<b>8</b>
A. Konsep pengembangan model .....	8
B. Konsep model yang dikembangkan .....	18
C. Kerangka Teoritik .....	18
D. Rancangan Model .....	36
<b>BAB III Metodologi Penelitian .....</b>	<b>38</b>
A. Tujuan Penelitian .....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan .....	39
D. Metode Penelitian .....	39
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	41
<b>BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan.....</b>	<b>46</b>
A. Pengembangan Model.....	46
B. Kelayakan Model.....	50

C. Pembahasan.....	52
<b>BAB V KESIMPULAN, SARAN DAN REKOMENDASI.....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Bagan Rancangan Model <i>flow chart</i> .....	11
Gambar 2.2 Bagan Rancangan Model <i>Flow Chart</i> .....	12
Gambar 2.3 Bagan Rancangan Model Flow Chart .....	15
Gambar 2.4 Gerakan <i>Passing</i> .....	24
Gambar 2.5 Passing Kaki Bagian Dalam .....	25
Gambar 2.6 Passing Bagian Kura-Kura/ Bagian Punggung kaki .....	25
Gambar 2.7 Passing Kaki Bagian Luar .....	26
Gambar 2.8 Otot Kaki Bagian Depan.....	27
Gambar 2.9 Otot Kaki Bagian Belakang .....	28
Gambar 3.0 Latihan kekuatan <i>passing</i> .....	30
Gambar 3.2 Bentuk Tubuh.....	35

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Hasil Analisis kebutuhan dan temuan Lapangan .....	46
Tabel 1.2 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan <i>Passing</i> .....	47
Tabel 1.3 Hasil Analisis Data Uji Coba Besar .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Ahli Pengembangan Model Latihan Passing...	59
Lampiran 2. Angket analisis Pemain Sepakbola.....	61
Lampiran 3. Surat keterangan penelitian .....	62
Lampiran 4. Validasi ahli.....	66
Lampiran 5. Model latihan Passing .....	67
Lampiran 6. Dokumentasi model Latihan Passing.....	92



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Bagan Rancangan Model <i>flow chart</i> .....	11
Gambar 2.2 Bagan Rancangan Model <i>Flow Chart</i> .....	12
Gambar 2.3 Bagan Rancangan Model Flow Chart.....	15
Gambar 2.4 Gerakan Passing.....	24
Gambar 2.5 Passing Kaki Bagian Dalam .....	25
Gambar 2.6 Passing Bagian Kura-Kura/ Bagian Punggung kaki .....	25
Gambar 2.7 Passing Kaki Bagian Luar .....	26
Gambar 2.8 Otot Kaki Bagian Depan .....	27
Gambar 2.9 Otot Kaki Bagian Belakang.....	28
Gambar 3.0 Latihan kekuatan <i>passing</i> .....	30
Gambar 3.2 Bentuk Tubuh .....	35

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Hasil Analisis kebutuhan dan temuan Lapangan.....	46
Tabel 1.2Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan <i>Passing</i> .....	47
Tabel 1.3 Hasil Analisis Data Uji Coba Besar .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Ahli Pengembangan Model Latihan Passing...	59
Lampiran 2. Angket analisis Pemain Sepakbola .....	61
Lampiran 3. Surat keterangan penelitian.....	62
Lampiran 4. Validasi ahli .....	66
Lampiran 5. Model latihan Passing .....	67
Lampiran 6. Dokumentasi model Latihan Passing .....	92

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim/klub di setiap pertandingannya. Masing-masing tim/klub terdiri dari 11 ini merupakan hal didalam permainan sepakbola untuk dapat bermain baik dalam permainan perlunya dasar yang baik bagi pemain dalam mengesekusi teknik dalam permainan sepakbola.

Menjadi pemain sepakbola tidaklah semudah seperti orang pikirkan, butuh keahlian dan teknik – teknik yang harus lengkap dimiliki untuk menjadi pemain sepakbola. Oleh karena itu, seorang pemain sepakbola harus diberikan latihan teknik dasar yang lengkap mulai dari *passing*, *dribling*, *heading* dan *shooting*.

Dalam sepakbola untuk dapat bermain sepakbola dengan baik pada permainan sepakbola ukuran lapangan usia 10 sampai 12 tahun dalam pertandingan dengan ukuran 45x60 meter dan untuk waktu bertanding 2x15 menit dan istirahat 5 menit. Sehingga dalam melatih anak usia ini pada usia 10 sampai 12 tahun perlunya memperhatikan ini karena kita akan tau waktu lamanya dalam melatih sehingga sesuai dengan tujuan yang ingin pelatih didalam menentukan program latihan.

Pemain sepakbola juga harus diajarkan teknik dasar seperti mulai dari usia dini sehingga saat dewasa dapat melakukan teknik tersebut dengan baik ini hal yang harus diperhatikan dengan baik karena ini berpengaruh saat bermain sepakbola, dengan pemahaman teknik dasar yang baik ini perlu banyaknya pengulangan maka dari itu perlu waktu yang lama sehingga dengan teknik dasar yang baik membuat pemain jadi lebih baik dalam bermain sepakbola. Untuk itu menjadi pemain sepakbola harus dimulai dari masuk sekolah sepakbola agar mendapatkan pelatihan yang baik dengan pelatih yang memahami pembinaan usia muda sehingga ini akan berpengaruh pada permainan sepakbolanya ini akan menjadikan pemain sepakbola usia dini yang menjadi generasi pemain sepakbola yang semakin hari semakin berkembang didalam permainan sepakbola.

Salah satu hal yang harus diutamakan dalam pembinaan usia dini ini adalah teknik *passing* dapat dilihat setiap pemain sepakbola harus memiliki teknik *passing* yang baik karena ini salah satu faktor penting dalam sepakbola maka dari itu dalam pembinaan usia muda perlu diajarkan secara detail teknik *passing* yang benar dan baik ini perlunya pelatih yang harus memahami dengan baik mulai bagaimana sentuhan dengan bola, tumpuan kaki dan ayunan sehingga teknik *passing* ini dilakukan dengan baik dan ini akan terus dilatih dalam latihan.

Aplikasinya untuk dapat menguji pemain sepakbola ialah dalam pertandingan ini akan terlihat teknik dasarnya apakah sudah baik dalam

mengesekusi teknik *passing* dan dalam pertandingan pelatih mengobservasi teknik passingnya sehingga ini sebagai bahan evaluasi didalam latihan teknik dasar terutama teknik *passing*, Dengan adanya pertandingan ini akan menguji sejauhmana pemain diusia dini mengesekusi *passing* dengan tekanan lawan hal ini sangat berpengaruh bagi pemain sepakbola usia dini untuk terbiasa dengan lawan, lebih seringnya pertandingan dengan diimbagin jadwal latihan yang terencana ini akan terlihat perkembangan anak tersebut dalam mengesekusi teknik dasar.

Pemain sepakbola usia 10-12 tahun dalam teknik dasar *passing* harus sudah baik didalam mengesekusnya karena diusia ini faktor terpenting didalam perkembangan sepakbolanya untuk mencapai tingkatan yang lebih sulit karena diusia ini akan masuk fase usia keemasa dan dimana harus baik dalam mengesekusi teknik dasar maka dari itu diusia ini akan ditingkatkan tingkat kesulitan dalam latihan karena pemain harus memahami taktik cara bermain ini harus sudah mulai ditanamkan sejak usia 10-12 tahun.

Pemain diusia 10-12 tahun dari kurikulum PSSI dengan teknik *passing* yang baik akan memudahkan dalam melakukan latihan sepakbola untuk penekanan-penekanan didalam latihan sehingga pemain dapat melakukan latihan secara kompleks dalam teknik *passing* ditunjang dari banyaknya pertandingan anak usia 10-12 tahun ini akan mengalami perkembangan yang baik diusia masuk fase keemasannya.

Untuk saat ini pelatih harus kreatif dalam pengembangan membuat program latihan mulai dari mudahnya pemain menangkap atau menerima program latihan yang diberikan sehingga pemain dapat melakukan latihan dengan baik banyaknya metode atau cara melatih sekarang ini dengan berkembangnya jaman pelatihan harus mempunyai alat yang bisa memudahkan didalam pengembangan latihan teknik dasar *passing*.

Pemain sepakbola dalam hal ini dituntut untuk memiliki teknik dasar yang baik maka untuk perkembangan pemain usia muda terutama usia 10 sampai 12 tahun ini perlu perlakuan khusus untuk dapat dikembangkan secara modern sehingga pemain dapat menerima latihan dengan baik dan ini akan memberikan dampak positif sehingga pemain dapat mengalami perkembangan didalam mengesekusi teknik *passing*. Oleh karena itu, peneliti mencoba mengangkat masalah ini dengan membuat pengembangan model latihan *passing* yang diharapkan dapat mempermudah dan memahami khususnya latihan teknik *passing* sepakbolausia 10 sampai 12 tahun.

Dipilihnya permasalahan ini karena pengembangan model latihan ini merupakan media latihan pemain sepakbola yang nantinya menjadi pengalaman dan berkembang menjadi otomatisasi gerak yang sangat berguna pada saat menendang bola dan memulai serangan dalam sepakbola menggunakan media audiovisual.

Dan menurut peneliti juga masih banyak pelatih sepakbola yang hanya memberikan materi latihan secara teori tetapi kurang dalam praktek, oleh

Karena itu media ini dibuat agar pemain tersebut bias memahami materi yang akan diberikan oleh pelatih. Karena saat ini masih sangat kurang variasi model latihan untuk pemain sepakbola, mungkin masih banyak pelatih–pelatih sekolah sepakbola atau SSB yang melihat media social seperti *youtube* dan lain – lain.

Pengembangan model ini dibuat oleh peneliti supaya memberikan variasi latihan dan mempermudah sekaligus mudah dipahami oleh anak – anak usia 10 sampai dengan 12 tahun, karena pengembangan model latihan teknik *passing* ini diibuat agar anak – anak tertarik dan bisa lebih mudah untuk diingat gerakan-gerakan latihannya. Beberapa pemain sepakbola memulai karirnya sebagai pesepakbola mulai dari mereka masih berusia belasan tahun seperti Andrea Pirlo, Xavi Hernandez dan Andres Inesta. Ketika mereka usia 10 – 12 tahun yang bernama andres inesta menjadi pemain tengah yang tidak tergantikan dan teknik *passing* dengan tingkat keberhasilan terbaik pada masanya hingga sekarang ini.

## **B. Fokus Penelitian**

Agar dicapai hasil optimal dari pengembangan model latihan *passing* sepakbola, maka fokus masalah pada penelitian ini adalah pengembangan model latihan *passing* dalam permainan sepakbola untuk sekolah sepakbola di Jakarta.

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

*“Bagaimana pengembangan model latihan dengan passing pada sepakbola untuk Grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun.*

### **D. Kegunaan Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperbanyak materi latihan yang bervariasi dan tentu saja tidak membosankan, sehingga dapat digunakan pada Pelatih sepakbola. Adapun kegunaan hasil penelitian ini nantinya antara lain:

- 1) Untuk mengetahui model yang di pakai dalam melatih *passing*,  
Memberikan pengetahuan kepada pelatih sepakbola
- 2) Memberikan suasana baru bagi anggota klub sepakbola dalam proses latihan, sehingga anggota merasa tidak jenuh;
- 3) Mempermudah anggota klub olahraga sepakbola dalam melakukan latihan;
- 4) Membantu upaya memajukan prestasi untuk pemain sepakbola meraih prestasi tertinggi.

## BAB II

### KAJIAN TEORITIK

#### A. Konsep Pengembangan Model

Secara umum penelitian diartikan sebagai suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistematis dan logis untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu.<sup>1</sup> Selain itu penelitian juga dapat disampaikan sebagai usaha yang diarahkan untuk mengetahui atau mempelajari fakta-fakta baru dan juga sebagai hasrat ingin tahu manusia.

Bentuk dari penelitian itu sendiri ada beberapa jenis yaitu penelitian dasar, penelitian terapan, penelitian evaluasi, penelitian mendesak dan penelitian pengembangan (*development research*). Dari beberapa jenis penelitian tersebut, penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Penelitian dan pengembangan adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan suatu produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut.<sup>2</sup> Penelitian dan pengembangan juga didefinisikan sebagai metode penelitian yang secara sengaja, sistematis, bertujuan atau diarahkan untuk mencaitemukan, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan, menguji keefektifan produk, model,

---

<sup>1</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, "Metode Penelitian Pendidikan". (Bandung: PPS UPI 2011), h.5.

<sup>2</sup> Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan", Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2011), h.407.

metode/strategi/cara, jasa, prosedur tertentu yang lebih unggul, baru, efektif, efisien, produktif, dan bermakna.<sup>3</sup>

Bagian dari penelitian dan pengembangan mengacu pada tahap penyelidikan dan eksperimen untuk menciptakan produk baru atau memperbaiki produk yang sudah ada. Brog & Gall dalam “*Research and Development*” menjelaskan bahwa *R&D* dalam pendidikan adalah sebuah model pengembangan berbasis industri dimana temuan penelitian digunakan untuk merancang produk dan prosedur baru, yang kemudian secara sistematis di uji dilapangan, di evaluasi, dan disempurnakan sampai mereka memenuhi kriteria tersebut, yaitu efektivitas, dan berkualitas.<sup>4</sup>

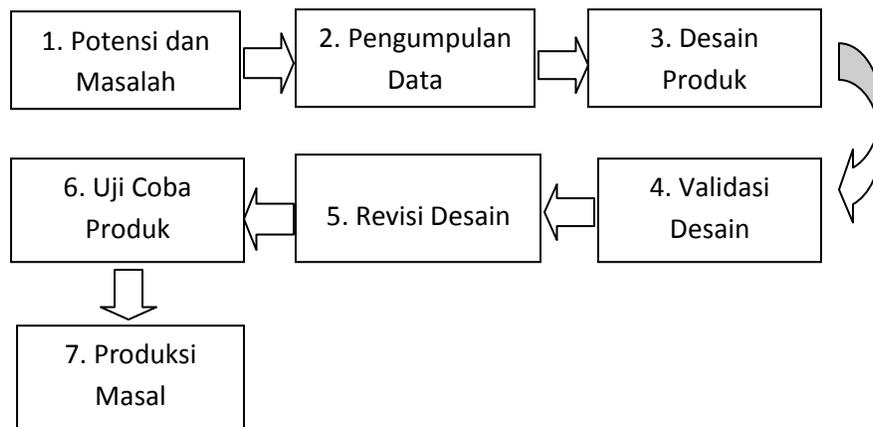
Maka dari beberapa definisi dari konsep model dari sugiono di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian pengembangan adalah suatu penelitian yang mendasarkan pada pembuatan suatu produk yang efektif yang diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan uji coba produk. Model pembelajaran atau latihan pola ataupun langkah-langkah yang meliputi analisis, pengembangan dan evaluasi hasil pembelajaran yang tujuannya mendapatkan hasil latihan yang optimal. Dalam penelitian ini peneliti akan mengembangkan model latihan *passing* pada permainan sepakbola, Dan berikut adalah rancangan model latihan *passing* dalam permainan sepakbola

---

<sup>3</sup>NusaPutra, “*Research&Development*”, (Jakarta:PT.RajaGrafindoPerasada,2011),h. 67

<sup>4</sup>*Ibid.*,h. 84

secara umum penelitian dan pengembangan ini yaitu : Potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk, uji coba produk, revisi desain, validasi desain, validasi desain, produksi masal. digambarkan dalam bagan yang dikutip dari Sugiyono:



Gambar 2.1 Bagan Rancangan Model *Flow Chart*.

Sumber : Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 409

- a) Potensi dan Masalah, potensi adalah segala sesuatu yang bila didayagunakan akan memiliki nilai tambah dan masalah adalah penyimpangan antara yang diharapkan dengan yang terjadi. Potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data empirik.
- b) Pengumpulan Data atau Mengumpulkan Informasi, adalah setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara faktual dan *uptode*. Desain Produk, adalah hasil akhir dari kegiatan ini adalah berupa desain produk

baru, yang lengkap dengan spesifikasinya, desain produk baru harus diwujudkan dengan gambar atau bagan, sehingga dapat digunakan sebagai pegangan untuk menilai dan membuatnya..

- c) Validasi Desain, merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk, dalam hal ini sistem rancangan kerja baru secara rasional akan lebih efektif dari yang lama atau tidak. Validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut.
- d) Perbaikan Desain, setelah desain produk, validasi melalui diskusi dengan pakar para ahli lainnya, maka akan diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain.
- e) Uji Coba Produk, seperti yang dikemukakan, kalau dalam bidang teknik, desain produk yang telah dibuat tidak bisa langsung diuji coba dulu, tetapi harus dibuat terlebih dulu, menghasilkan barang, dan barang tersebut diuji cobakan.<sup>5</sup>
- f) Produksi massal, mengimplementasikan dan menyebarkan produk melalui pertemuan atau jurnal ilmiah. Berkerjasama dengan penerbit atau

---

<sup>5</sup>Sukmadinata, "Metode Penelitian Pendidikan", (Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya, 2005), h. 164

instansi pemerintah untuk mensosialisasikan produk yang telah dikembangkan.

- g) Potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data empirik.

Potensi dan Masalah, potensi adalah Contoh dari masalah tersebut ialah hasil data yang ada dalam sekolah sepakbola dalam melakukan esekusi tehnik dasar masih banyak terjadi masalah dengan program yang tidak sesuai berikan oleh pelatih karena disetiap sekolah sepakbola memiliki masalah yang berbeda didalam membuat model latihan tehnik dasar.

Pengumpulan Data atau Mengumpulkan Informasi adalah contoh dari masalah tersebut dari hasil survey dilapangan perlunya membuat bentuk model latihan dan pelatih dapat mempariasikan berdasarkan situasi dan kemampuan pemainnya tersebut.

Desain Produk, adalah hasil akhir dari kegiatan ini contohnya ialah dari model latihan yang sudah dibuat perlunya tenaga ahli untuk melihat produk terseut agar dapat diketahui seberapa efektifnya model latihan tersebut untuk diaplikasikan kedalam lapangan oleh para pelatih-pelatih disekolah sepakbola.

Validasi Desain, merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk dari hasil keseluruhan pembuatan model latihan yang sudah diujicobakan ini perlunya proses untuk dapat diaplikasikan oleh banyak pelatih sepakbola.

Contohnya ialah setelah model latihan dibuat perlunya desain yang lebih baik agar model latihan dapat berjalan sesuai yang ingin diterapkan oleh pelatih sepakbola.

Uji Coba Produk contohnya ialah setelah model latihan dibuat perlunya desain yang lebih baik agar model latihan dapat berjalan sesuai yang ingin diterapkan oleh pelatih sepakbola.

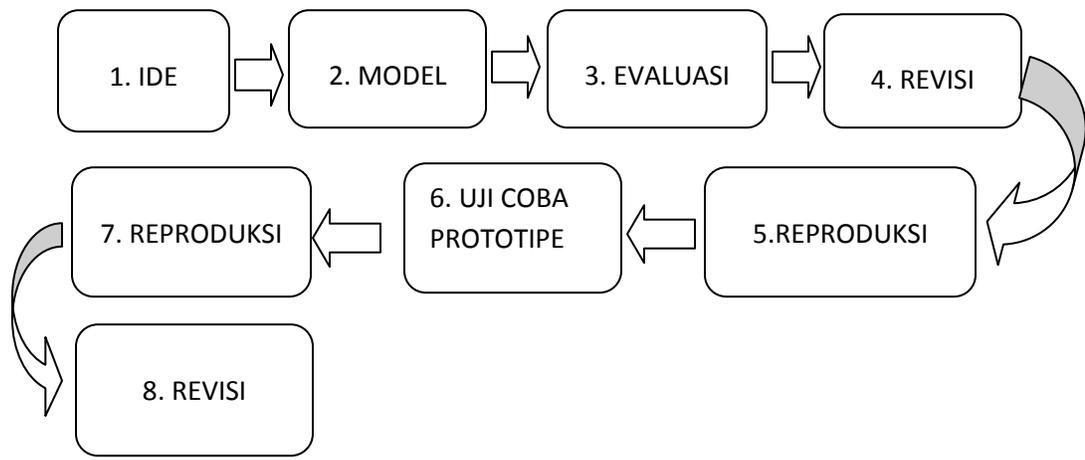
Produksi masal berkerja sama dengan penerbit atau instansi pemerintah untuk mensosialisasikan produk yang telah dikembangkan dan potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukan dengan data empirik.

Kemudian menurut Sukmadinata penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan.<sup>6</sup>Adapun rancangan model latihan *passing* dalam permainan sepakboladapat digambarkan juga dalam bagan seperti dikutip dari Arif S. Sadiman sebagai berikut yaitu : 1. Ide, 2. Model, 3. Evaluasi, 4. Revisi, 7. Referensi, 8.Revisi <sup>7</sup>

---

<sup>6</sup>Ibid. h. 165

<sup>7</sup>ArifS.Sadiman,"*Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*",(Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003), h. 6.



Gambar 2.2. Bagan Rancangan Model *Flow Chart*

Sumber : Arif S. Sadiman, "Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya", (Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003)

- 1) Pertama kali yang ditentukan adalah sebuah ide-ide yang akan dikembangkan, dengan mengumpulkan informasi sebagai landasan pemikiran untuk membuat konsep.  
Konsep yang akan dibuat dalam pengembangan model memberikan variasi latihan sehingga pelatih dapat memberikan latihan berbagai macam model latihan sesuai karakteristik anak tersebut
- 2) Pembuatan model latihan (rancangan produk), bentuk rancangan tersebut adalah model latihan. Seperti model drill dan variasi dalam model latihan drill *passing*.
- 3) Evaluasi, dimaksudkan untuk mengetahui apakah media ya dibuat dapat mencapai tujuan-tujuan yang telah ditetapkan atau tidak.

Contohnya dari model yang telah dibuat akan dilihat sejauh mana pemain sepakbola usia 11-12 tahun dapat menerima pengembangan model latihan tersebut ini akan dipilih yang dapat mencapai sesuai tujuan atau kereteria model latihan.

- 4) Revisi produk I, revisi dilakukan oleh ahli yang bersangkutan.

Dalam revisi produk yang berupa model latihan ini untuk memvalidasikan model perlu 3 ahli sepakbola yang berkompeten atau berpegalaman minimal berlisensi D,C,B dan A Nasional atau AFC sepakbola.

- 5) Produksi *prototipe*, dilakukan dengan mempraktekkan model latihan di lapangan. Contohnya ialah memberikan bentuk model sebenarnya dan dikembangkan untuk diujikan dalam latihan tanpa merubah model latihan sebenarnya yang sesuai tujuan.

- 6) Uji coba *prototipe*, pengujian terhadap subyek lapangan baik dalam uji coba tahap I maupun uji coba tahap II.

Untuk ujicoa tahap I ialah ujicoba kecil yang dibuat hanya menyesuaikan jumlah pemain yang ada didalam model untuk dapat dilihat tujuan model tersebut apakah sudah sesuai atau tidak.

Untuk tahap II ialah ujicoba besar yang melibatkan banyaknya jumlah pemain yang diujicobakan untuk dapat dilihat yang sesuai tujuan dalam pengembangan model latihan secara keseluruhan.

- 7) Revisi produk kedua, revisi dilakukan oleh ahli, guna memperoleh hasil yang sempurna.

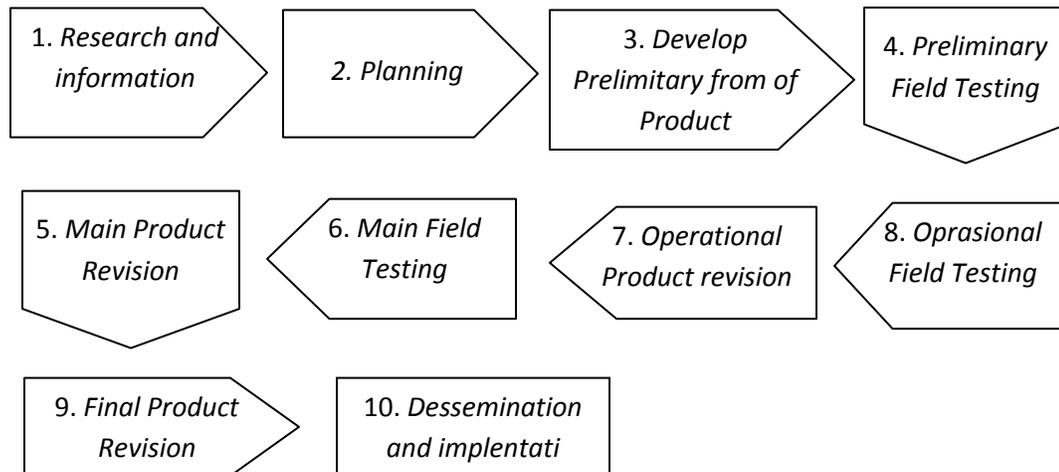
Dari hasil revisi produk kedua untuk mencapai kesempurnaan dapat dilihat oleh para ahli dilihat dengan pengamatan berupa tehnik tendangan pada bola, posisi badan, sentuhan bola dengan kaki dan tujuan yang mencapai target untuk mendapat kesempurnaan dari model latihan *passing*.

- 8) Reproduksi, penyempurnaan produk untuk menuju produk akhir yang diharapkan pada pengembangan.

Produk yang diharapkan ialah pemain dapat menerima pengembangan model latihan *passing* dengan berbagai variasi sesuai dengan tujuan juga dapat mengesekusi bola dengan baik dan pelatih akan dapat merikan bentuk-bentuk model latihan *passing* untuk mempermudah dan mecapai tujuan yang pelatih inginkan dalam latihan tehnik dasar *passing*.

Pengembangan model dalam bidang olahraga yang dipaparkan disini adalah model yang berasal dari pemikiran, masih bersifat konseptual dan pelaksanaannya terorganisir mulai dari perencanaan, pelaksanaan, sampai evaluasi akhirnya. Menurut *Borg and Gall* ada 10 (sepuluh) tahap yang harus dilalui dalam R&D tahap-tahap penelitian yang dikemukakan oleh *Borg and Gall* adalah 1. *Research and Information collection*, 2. *Planning*, 3. *Develop preliminary from of product*, 4. *Preliminary field testing*, 5. *Main product revision*, 6. *Main field testing*, 7. *Operational product revision*, 8. *Operational*

field testing, 9. Final product revision, 10. Dissemination and implementation.<sup>8</sup>



Gambar 2.3. Bagan Rancangan Model *Flow Chart*.

Sumber : *Borg snd Gall* (Sugiyono),” Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,”(Bandung: Alfabeta, 2011),h.298

Rancangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola dilakukan dengan metode penelitian dan pengembangan yang digambarkan dalam bagan menurut *Borg and Gall* seperti dikutip dari buku Sugiyono sebagai berikut kemudian menjelaskan secara rinci tiap langkah yang diuraikan diatas.

1. Melakukan penilitian pendahuluan (*prasurei*) untuk mengumpulkan informasi kajian pustaka, pengamatan kelas identifikasi permasalahan yang dijumpai dalam pembelajaran dan merangkum permasalahan.

<sup>8</sup> *Borg snd Gall* (Sugiyono),” Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,”(Bandung: Alfabeta, 2011),h.298

2. Melakukan perencanaan (identifikasi dan definisi keterampilan perumusan tujuan, penentuan urutan pembelajaran), dan uji ahli atau uji coba skala kecil, atau *expert judgement*.
3. Mengembangkan jenis atau bentuk produk awal meliputi: penyiapan materi pembelajaran, penyusunan buku pegangan, dan perangkat evaluasi.
4. Melakukan uji coba lapangan tahap awal. Pengumpulan data/informasi dengan menggunakan observasi, wawancara dan kuisioner, lalu dilanjutkan dengan analisis data.
5. Melakukan revisi terhadap produk utama berdasarkan masukan dan saran-saran hasil uji coba lapangan awal.
6. Melakukan uji coba lapangan utama.
7. Melakukan revisi terhadap produk operasional berdasarkan masukan dan saran-saran hasil uji coba lapangan utama.
8. Melakukan uji lapangan operasional dan data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan kuisioner.
9. Melakukan revisi terhadap produk akhir berdasarkan saran dalam uji coba lapangan.
10. Mendesiminasikan dan mengimplementasikan produk, melaporkan dan memperluas produk melalui pertemuan dan jumlah ilmiah, bekerja sama dengan penerbit buku untuk sosialisasi produk tersebut

## **B. Konsep model yang dikembangkan**

Pemain sepakbola dalam hal ini dituntut untuk memiliki teknik dasar yang baik maka untuk perkembangan pemain usia muda terutama usia 10 sampai 12 tahun ini perlu perlakuan khusus untuk dapat dikembangkan secara modern sehingga pemain dapat menerima latihan dengan baik dan ini akan memberikan dampak positif sehingga pemain dapat mengalami perkembangan didalam mengesekusi teknik *passing*. Peneliti menggunakan landasan dasar *passing* menurut *Robert Kogger*, Dengan langkah-langkah sebagai berikut ;

- 1) Passing Bepasangan
- 2) Passing permainan
- 3) Passing bertiga
- 4). Passing terget gawang<sup>9</sup>

## **C. Kerangka Teoritik**

### **1. Hakikat Model Latihan**

Dalam sepakbola sangat membutuhkan kerja sama tim dan latihan yang sistematis dan berulang-ulang, maka dari itu pelatih harus memiliki banyak variasi dan pemahaman tentang model latihan tehnik *passing*. Model latihan harus memudahkan pemain dalam latihan tehnik yang efektif, serta variasi yang banyak sesuai situasi pertandingan yang ada agar pemain tidak mengalami kejenuhan dalam berlatih dan memahami betul situasi yang terjadi sebenarnya dilapangan. model ini yang akan dibuat dan

---

<sup>9</sup> Ibid. h.32

dikembangkan agar memudahkan pelatih membuat variasi model latihan teknik *passing*.

Model adalah sebuah pola, rencana, atau contoh dari sesuatu yang akan dibuat atau dilakukan.<sup>10</sup> Secara umum istilah model dapat diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman atau acuan dalam melakukan kegiatan. Dalam pengertian lain model juga diartikan sebagai barang atau benda tiruan dari benda sungguhan, misalnya *globe* merupakan benda tiruan dari bumi. Uraian selanjutnya istilah model digunakan untuk menunjukkan model generik yang berarti umum dan mendasar yang dijadikan titik tolak pengembangan model yang lebih lanjut dalam artian lebih rumit dan artian lebih baru. Pengertian lain bahwa model adalah perencanaan yang menggambarkan proses yang di tempuh pada

Proses kegiatan agar dicapai perubahan spesifik pada perilaku seseorang seperti yang diharapkan.<sup>11</sup> Model yang digunakan biasanya untuk memudahkan memahami berbagai kegiatan guna menganalisis atau mendesain suatu kegiatan, karena model yang dibuat dapat memperjelas prosedur, hubungan, serta keadaan keseluruhan dari apa yang didesain tersebut. Maka dengan adanya model dapat diidentifikasi bagaimana cara-cara membuat perubahan dari ketidaksesuaian dari apa yang telah

---

<sup>10</sup> Wirawan, "Evaluasi, Model, Standard, Aplikasi dan Profesi," (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2012), h. 79

<sup>11</sup> Abdul Azis Wahab, "Metode dan Model-Model Mengajar Ilmu Pengetahuan Sosial (IPSI)", (Bandung, Alfabeta cv, 2007), h. 52

dirumuskan dan membuat yang lebih baik dan efisien. Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa model adalah sebuah gambaran tentang suatu kegiatan atau keadaan untuk menjelaskan suatu sistem atau konsep yang sudah didesain dan dapat dikembangkan ke sesuatu yang lebih baru dan lebih efisien.

Harsono mengemukakan bahwa “Latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya”.<sup>12</sup> Latihan olahraga pada hakekatnya adalah: 1) proses sistematis untuk menyempurnakan kualitas kinerja atlet berupa: kebugaran, keterampilan, dan kapasitas energi. 2) memperhatikan aspek pendidikan.

Pengertian latihan dari terminologi asing sering disebut dengan *training, exercise, practice* beberapa ahli mengemukakan pendapatnya tentang pengertian latihan olahraga sebagai berikut:

- 1) Proses penyempurnaan berolahraga melalui pendekatan ilmiah, khususnya prinsip-prinsip pendidikan, secara teratur dan terencana sehingga mempertinggi kemampuan dan kesiapan olahragawan.
- 2) Program pengembangan atlet untuk bertanding, berupa peningkatan keterampilan dan kapasitas energi.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>Yusuf Hadisasmata & Aip Syarifuddin, “*Ilmu Kepeleatihan Dasar*”, (Jakarta: B3PTKSM), h. 126

<sup>13</sup>Pelatihan pelatih fisik level 1. h. 1

- 3) Proses yang sistematis untuk meningkatkan kebugaran atlet dapat cabang olahraga yang dipilih.

Berdasarkan pada beberapa pengertian latihan tersebut dapat ditarik bahwa latihan olahraga pada hakekatnya adalah :

- a. Proses sistematis untuk menyempurnakan kualitas kinerja atlet berupa: kebugaran, keterampilan dan kapasitas energi
- b. Memperhatikan aspek pendidikan
- c. Menggunakan pendekatan ilmiah

Pada prinsip latihan penyusunan dan pelaksanaan program latihan hendaknya memperhatikan prinsip-prinsip yaitu : Partisipasi aktif, Perkembangan multilateral, Individual, Overload. sebagai berikut;

- a. Partisipasi aktif

Pencapaian prestasi merupakan panduan usaha atlet itu sendiri dan kerja keras pelatih, sehingga keduanya lah yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan program latihan untuk menghasilkan prestasi yang tinggi. Pelatih berkewajiban untuk mendidik atlet agar memiliki sikap bertanggung jawab, disiplin dan mandiri<sup>14</sup>.

- b. Perkembangan multilateral

Prestasi yang tangguh perlu dipersiapkan melalui peletakan dasar bangunan prestasi yang dilaksanakan pada tahap dasar yakni perkembangan multilateral. Tahap perkembangan multilateral diletakan pada awal program

---

<sup>14</sup>Pelatihan Fisik level 1. H. 9

pembinaan sebelum memasuki tahapan spesialisasi, yakni pada anak usia : 6 sampai 15 tahun, bertujuan : mengembangkan dan mengoreksi gerak dasar (jalan,lari,lompat,lempar dan tangkap).<sup>15</sup>

#### c. Individual

Setiap atlet memiliki potensi yang berbeda-beda dan berkarakter unik, setiap latihan menimbulkan respon yang berbeda pula. Untuk itu dalam penyusunan program latihan, pelatih perlu mempertimbangkan perbedaan individual.

#### d. Overload

untuk meningkatkan kemampuan atlet perlu latihan dengan beban lebih (Overload), yakni beban yang cukup menantang atau benar-benar membebani pada wilayah ambang batas kemampuan atlet

Untuk mencapai tujuan dalam latihan perlu proses yang dilakukan secara berulang-ulang dan sistematis dengan memperhatikan juga aspek kependidikan dan menggunakan pendekatan ilmiah selain itu peran pelatih juga sangat penting dalam menyusun program latihan yang bervariasi dan sesuai dengan kebutuhan atlet.<sup>16</sup>

Model-model latihan merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat menunjang atlet untuk menguasai materi latihan, dengan media ini seorang pelatih dapat memberikan latihan secara baku dan terperinci sesuai

---

<sup>15</sup> Pelatihan Fisik Level 1. H. 10

<sup>16</sup> Ibid. h.10

dengan tujuan latihan, sehingga atlet dapat mudah menguasai materi latihan, selain itu model latihan memudahkan bagi pelatih maupun guru penjas untuk dapat memberikan materi kepada atlet didiknya, secara tidak langsung tujuan pembelajaran akan tercapai.<sup>17</sup> Pengembangan model latihan merupakan proses jangka panjang secara kontinu dan berubah terus-menerus, karena model latihan akan berkembang berkaitan dengan pengembangan atletnya.<sup>18</sup>

Maka dari beberapa pendapat dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa Model latihan dapat diartikan sebuah cara mengorganisasikan suasana latihan untuk mencapai tujuan latihan. Model latihan harus memudahkan pemain untuk memahami konsep yang diberikan pelatih pada proses latihan. Model inilah yang nantinya akan dirancang dan dirumuskan dalam penelitian pengembangan yang menghasilkan sebuah produk berupa model latihan yang baru.

## **2. Hakikat teknik dasar passing**

Macam-macam teknik dasar *passing* dalam sepak bola, pengertian dan cara melakukannya. Selain menggiring dan menendang, pemain bola

---

<sup>17</sup> Andri Irawan,"*Tesis Model Latihan Menyerang Permainan Futsal*",(Jakarta: UNJ, 2014), h. 5

<sup>18</sup> Johansyah Lubis,"*Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*",(Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), h.20

juga harus menguasai teknik dasar *passing*. Teknik *passing* adalah teknik mengumpan atau mengoper bola ke teman setim. Dan untuk melakukan *passing* dalam sepak bola bagian tubuh yang paling tepat digunakan adalah kaki.<sup>19</sup>



Gambar 2.4 : Gerakan *passing*

Sumber : Dokumentasi Pribadi

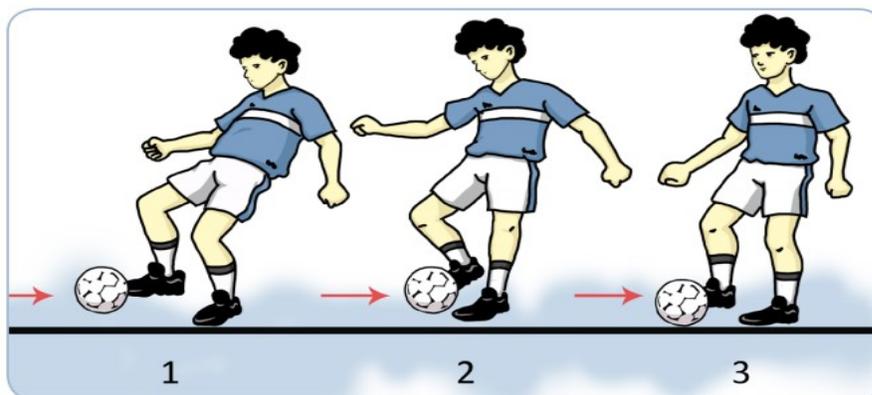
*Passing* adalah istilah yang sangat erat kaitannya dengan usaha untuk mengoper atau mengumpan bola ke rekan satu tim. Jadi *passing* adalah teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam sebuah permainan sepak bola. Teknik *passing* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain sepak bola agar pola permainan atau pola serangan yang dijalankan dapat berhasil dan berjalan dengan lancar. Secara umum terdapat 3 macam atau jenis *passing* dalam olahraga sepak bola, itu *passing* menggunakan kaki bagian dalam,

---

<sup>19</sup>Sepakbola taktik dan tehnik bermain. (Jakarta: PT. RajaGrafindo2004) hal. Hal. 1

passing menggunakan kaki bagian luar, dan *passing* menggunakan punggung kaki.

Seperti yang sudah ada dikurikulum PSSI, *passing* ada tiga jenis yaitu *passing* dengan kaki bagian dalam, luar dan kura-kura kaki. Di sini akan dijelaskan cara melakukannya. Cara Melakukan *Passing* Dengan Kaki Bagian Dalam gambar berikut <sup>20</sup>:



Gambar 2.5 : *Passing* kaki bagian Dalam  
Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik passing dalam sepakbola.

- a. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.
- b. Kakik sepak membentuk sudut 90 derajat dengan kaki tumpu
- c. Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- d. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- e. Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan
- f. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)<sup>21</sup>

<sup>20</sup>Dasar sepakbola modern(timo scheunemann). h. 32

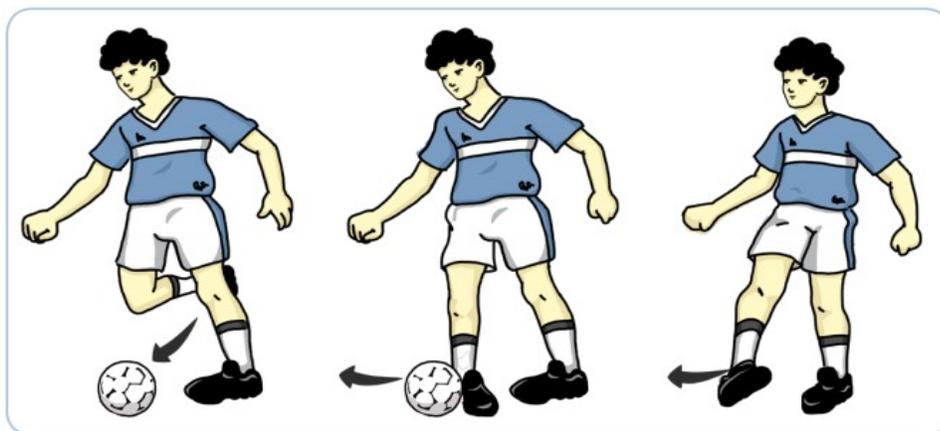
<sup>21</sup> Ibid. h.32



Gambar 2.6 : *Passing* kaki Bagian kura-kura/punggung kaki  
 Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik passing dalam sepakbola.

#### Cara Melakukan *Passing* Dengan Punggung/Kura-Kura Kaki

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
- Posisi badan sedikit condong kedepan
- Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)<sup>22</sup>



Gambar 2.7 : *Passing* kaki Bagian luar  
 Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik passing dalam sepakbola.

#### Cara Melakukan *Passing* Dengan Kaki Bagian Luar

- Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu

<sup>22</sup>Ibid. h.33

- c. Posisi badan sedikit condong kedepan
- d. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- e. Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- f. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)<sup>23</sup>

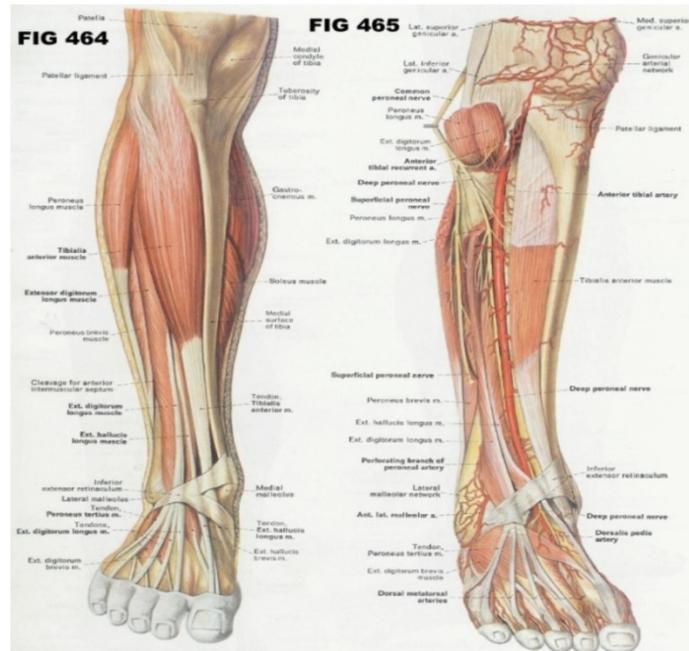
Selain itu kita juga perlu tahu otot-otot yang digunakan untuk melakukan tehnik gerakan *passing* otot-otot yang digunakan dari bagian tubuh keseluruhan lebih banyak menggunakan kaki mulai dari pinggang sampai telapak kaki. Karena banyaknya otot-otot yang berkerja saat melakukan *passing* maka dibagi menjadi 2 sisi :

- a) Sisi bagian depan kaki meliputi otot-otot primer/utama antara lain :
    - 1. *quadriceps femoris*
    - 2. *gastroc nemius*
    - 3. *tibialis anterior*
    - 4. *extensor hallucis longus*
  
  - b) Sisi bagian belakang kaki meliputi otot-otot primer/utama antara lain
    - 1. *gluteus*
    - 2. *biceps femuris*
    - 3. *semimembranosus*
    - 4. *gastroc nemius*<sup>24</sup>
- a. otot-otot sisi tungkai bagian depan tungkai kaki

---

<sup>23</sup>Dasar sepakbola modern(timo scheunemann). h. 32

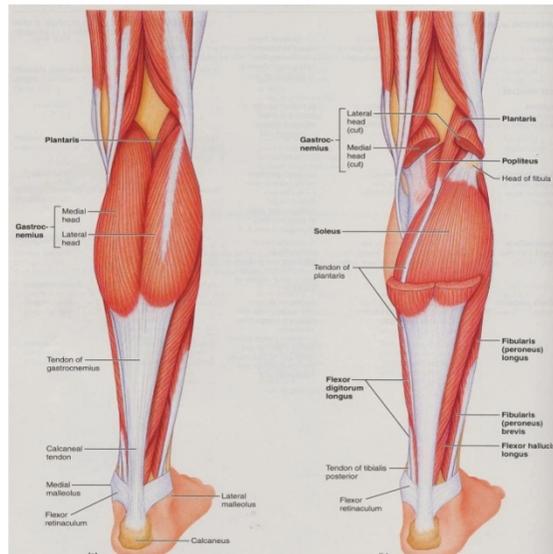
<sup>24</sup>Frederic delavier, strenght training anatomy, second edition (paris: By edition virgot, 2006), h.93.



Gambar 2.8 : otot kaki bagian depan  
 Sumber :Strenght training anatomy second edition

Secara anatomi gerakan tubuh manusia dalam menendang atau *passing* anggota tubuh yang menjadi pergerakan utama adalah anggota gerak bagian bawah yaitu tungkai. Sedangkan gerakan tangan hanya berayun untuk menjaga keseimbangan dan keserasian gerak tetapi tetap aja berkontraksi persendian bergerak mulai dari *fleksi* mulai dari persendian lutut dan panggul serta engkel kaki kananyang terangkat ke atas sedangkan pada saat melurus di kaki kiri terjadi ekstensi panggul, lutut dan engkel yang memberikan tolakan dan seterusnya hingga pergantian langkah kaki. Ketika kaki kiri berhenti, maka akan terjadi penahanan berat badan pada kaki kiri yang didukung oleh otot *hamstring*, *quadriceps*, *gluteus* dan *gastronocmeus*.

b. otot-otot sisi bagian belakang tungkai kaki



Gambar 2.9 : Otot kaki bagian belakang

Sumber : *Strenght training anatomy* second edition

Pada saat menendang bola pada kaki kanan maka poros pertama persendian terdapat pada sendi pinggul lutut sedikit *fleksi* yang digerakan oleh kelompok otot-otot *hamstring* yang juga ikut mengambil anjang-ancang dan sendi engkel lurus ekstensi yang dikontraksikan oleh otot-otot betis. Pada pergerakan menarik kaki tendangan dari belakang yang bertugas adalah otot *iliacus*, *anterior sup*, *illisprine*, *tensor fasciae*, atau kelompok *quadriceps extensor* bagian *froximal*. Sedangkan saat ekstensi lutut digerakan oleh *rectus femoris*, *vastus medialis*, *vectus lateralis* atau kelompok *quadriceps* bagian *distal*. Pada saat gerakan *follow trough*, otot-otot rileks dan menapakkan kaki seandainya sebagai gerakan lanjutan untuk menghindari resiko cedera.

d. bentuk latihan kekuatan otot untuk menunjang tehnik *passing*

Gambar 1. Latihan Otot perut bagian bawah



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Cara melakukannya dengan berpasangan dengan cara yang 1 tidur terlentang dengan ke dua kaki diangkat ke atas dan yang 1 nya memegang kakinya untuk didorong ke depan dan pemain yang tiduran menahan kaki jangan sampai tersentuh dimatras dan kaki dinaikan kembali, untuk latihan tersebut memsesuaikan karakteristik usia bisa dilakukandengan 10 sampai 15 repetisi dan 2 set cukup sebagai pengenalan untuk usia 10 sampai 12 tahun.

Latihan tersebut untuk penguatan otot bagian perut bawah (*Rectus Abdominis*). Karena bagian itu sangat berpengaruh terhadap kekuatan tehnik *passing*.

Gambar 2 Latihan otot Paha



Sumber : Dokumentasi Pribadi

Cara melakukannya berpasangan dan dengan berat badan yang sesuai, yang satu tidur dengan posisi kaki berada dibagian belakang posisi pasangannya setelah itu dorong kaki kedepan dan kembali seperti semula ini dilakukan menyesuaikan karakteristik usianya dengan 10 sampai 15 repetisi dan 2 set cukup sebagai pengenalan untuk usia 10 sampai 12 tahun. Latihan ini berguna untuk otot paha bagian depan (*Quadriceps*), paha bagian belakang (*Hamstring*) dan otot betis (*Gastrocnemius*). Latihan kekuatan ini saat berpengaruh pada kekuatan kaki untuk melakukan *passing*.

Gambar 3 Latihan kekuatan engkel dengan bola



Gambar 3.0 : latihan kekuatan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

Cara melakukannya berpasangan dilakukan menggunakan bola dan posisi kaki sedikit ditebuk dan bola dilempar untuk bisa menjaga posisinya dalam melakukan *passing*. Ini dilakukan menyesuaikan karakteristik usia 10 sampai 12 tahun. Latihan ini berguna untuk otot bagian paha bagian atas (Quadricep), paha bagian samping (*Vestus Medialis*) dan otot betis bagian samping (*Soleus*).

Demikian pengertian dan cara melakukan beberapa jenis *passing* dalam permainan sepak bola, jadi dalam sepakbola penting untuk melakukan tehnik *passing* karna dalam permainan sepakbola yang sering dilakukan adalah tehnik dasar *passing* untuk itu dengan cara latihan yang

tepat dalam melakukan tehnik *passing* akan memberikan pemain modal penting dalam suatu pertandingan sepakbola untuk itu perlu latihan yang detail agar pemain sepakbola bagus dalam melakukan tehnik *passing*.

### **3. Hakikat anak usia 12 tahun**

Sebagian orang menganggap perkembangan sebagai proses yang berbeda dari pertumbuhan. Pertumbuhan berarti perubahan kuantitatif yang mengacu pada jumlah, besar, luas yang bersifat kongkrit. Sedangkan perkembangan berarti perubahan kualitatif yang mengacu pada mutu fungsi organ – organ jasmaniah, bukan organ – organ jasmaniah itu sendiri. Dengan kata lain, penekanan arti kata perkembangan itu terletak pada penyempurnaan fungsi psikologis yang disandang oleh organ – organ fisik.

Jadi istilah perkembangan lebih dapat mencerminkan sifat yang khas mengenai gejala psikologi (kejiwaan) yang muncul. Sedangkan psikologis adalah hal yang berkenaan dengan psikologi, bersifat kejiwaan.

Pada kelompok umur 6 – 12 tahun, tekanan pada program –program latihan dan permainan harus pada kenikmatan bermain dan kesenangan bermain dengan dukungan peraturan – peraturan yang meringankan. Setiap aktivitas latihan harus berpusat pada pengembangan keterampilan yang luas tanpa tekanan pada keterampilan khusus atau posisi. Setiap aktivitas yang akan dilakukan dengan anak usia ini sebisa mungkin untuk member lingkungan belajar yang bersifat positif dan dorongan semangat dengan

pemberian penghargaan atas usaha, partisipasi, perbaikan keterampilan, interaksi social dan kerjasama tim yang baik.

Pada tahap dasar usia 11 – usia 13 tahun merupakan usia emas dalam proses belajar dalam hubungannya dengan pengembangan keterampilan gerak motorik seorang pemain muda. Selama tahap ini keterampilan dasar memainkan bola haruslah dikuasai oleh para pemain.

Usia 10-12 tahun adalah individu yang memasuki fase usia emas untuk belajar atau golden age learning<sup>25</sup>. Dengan kesempurnaan kordinasi yang didapat pada kelompok usia sebelumnya, pemain usia ini telah siap belajar berbagai macam tehnik dasar sepakbola.

Anak umur 10-12 tahun secara fisik memiliki karakteristik sendiri yang berbeda dengan kondisi fisik sebelumnya dan sesudahnya, mulai dari perubahan tinggi berat badan, serta proposi dan bentuk tubuh. Berdasarkan tipologi sheldon (hurlock 1980) ada kemungkinan bentuk primer tubuh anak usia 10-12 tahun yaitu :

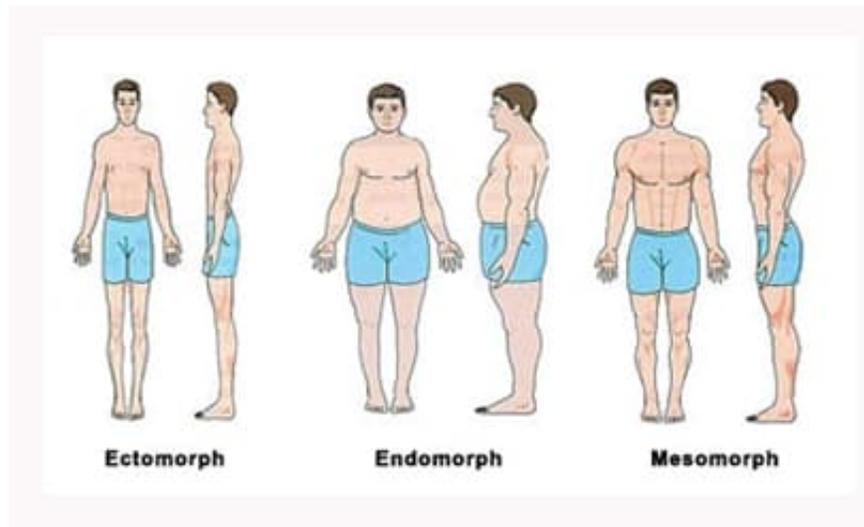
- a. *Endomorph* yakni tampak dari luar bentuk gemuk dan berat badan besar.
- b. *Mesomorph* yakni kelihatannya kokoh, kuat dan lebih besar.
- c. *Ectomorph* yakni tampak jangkung, dada pipih, lemak tak berotot<sup>26</sup>

Gambar sebagai berikut :

---

<sup>25</sup>Ganesha putra, Rahmad darmawan, jadi juara dengan sepakbola possession. (kickoff media: -RD Books, Jakarta,2012), hal. 110

<sup>26</sup> Tripologi seldom, Hurlock, 1980.



Gambar 3.3: Bentuk tubuh

Sumber :<http://tipe tubuh manusia ectomorph-endomorp-mesomorp.html>.

Selain karakteristik fisik, perkembangan dan kemampuan motorik anak usia 10-12 tahun juga mengalami perubahan. Perubahan terbagi menjadi motor gerakan kasar dan motorik gerakan halus. Motorik gerakan kasar berupa gerakan kordinasi gerakan tubuh seperti berlari, berjinjit, melompat bergantung, melempar dan menangkap, serta keseimbangan. Kegiatan ini dalam meningkatkan keterampilan kordinasi gerakan motorik kasar, sedangkan motorik halus berkembang secara pesat. Pada masa ini, anak usia 10-12 tahun sudah mampu mengkordinasikan gerakan visual motorik, seperti mengkordinasikan gerakan mata dan tangan, mata dengan kaki, lengan dan tubuh secara bersamaan.<sup>27</sup>

<sup>27</sup>Albany, Rusli Lutan , Belajar Keterampilan Motorik, ( jakarta : Departemen Pendidikan kebudayaan, jakarta 1996), hal 87

#### **D. Rancangan Model**

Suatu model dalam penelitian pengembangan dihadirkan dalam bagian prosedur pengembangan, yang biasa mengikuti model pengembangan yang dianut oleh peneliti. Model yang dapat juga memberikan kerangka kerja untuk pengembangan teori dan penelitian. Dengan mengikuti model tertentu yang dianut oleh peneliti maka akan diperoleh sejumlah masukan (*input*) guna dilakukan penyempurnaan produk yang dihasilkan, apakah berupa bahan ajar, media atau produk-produk yang lain.

- 1) Potensi dan Masalah, potensi adalah segala sesuatu yang bila didaya gunakan akan memiliki nilai tambah dan masalah adalah penyimpangan antara yang diharapkan dengan yang terjadi. Potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data empirik.
- 2) Pengumpulan Data atau Mengumpulkan Informasi, adalah setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara faktual dan *uptode*.
- 3) Desain Produk, adalah hasil akhir dari kegiatan ini adalah berupa desain produk baru, yang lengkap dengan spesifikasinya, desain produk baru harus diwujudkan dengan gambar atau bagan, sehingga dapat digunakan sebagai pegangan untuk menilai dan membuatnya.
- 4) Validasi Desain, merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk, dalam hal ini sistem rancangan kerja baru secara rasional akan lebih eektif dari yang lama atau tidak. Validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga

ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut.

- 5) Perbaiki Desain, setelah desain produk, validasi melalui diskusi dengan pakar para ahli lainnya, maka akan diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain.
- 6) Uji Coba Produk, seperti yang dikemukakan, kalau dalam bidang teknik, desain produk yang telah dibuat tidak bisa langsung diuji coba dulu, tetapi harus dibuat terlebih dulu, menghasilkan barang, dan barang tersebut diuji cobakan.<sup>28</sup>
- 7) Produksi massal, mengimplementasikan dan menyebarkan produk melalui pertemuan atau jurnal ilmiah. Berkerjasama sama dengan penerbit atau instansi pemerintah untuk mensosialisasikan produk yang telah dikembangkan. Potensi dan masalah yang dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data empirik.

---

<sup>28</sup>Sukmadinata, "Metode Penelitian Pendidikan", (Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Osdakarya, 2005), h. 164

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *passing* yang terbaru yang nanti akan dipakai oleh pelatih dalam menjalankan latihan, Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan model latihan teknik *passing* pada pemain sepakbola usia 10 sampai dengan 12 yang dapat diterima oleh pelatih dan bervariasi yang mudah diterima dalam latihan sepakbola.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat pengambilan data penelitian ini dilaksanakan di *Sekolah Sepakbola Abstrax football academy* Pesanggerahan, Jakarta Selatan.

Analisis kebutuhan dilakukan pada 22 Agustus 2017. Proses perencanaan produk dilakukan 02 September 2017. Validasi ahli dilakukan pada 15 September 2017. Revisi ahli dilakukan pada Waktu Pengambilan data pada penelitian ini dimulai pada tanggal 22 September 2017. Uji coba dilakukan pada 01 Oktober 2017 sampai dengan 18 november 2017.

### **C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan**

#### 1. Sasaran Penelitian

Sasaran model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola, subjek pada pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola ini adalah anggota sekolah sepakbola *Abstrax Football academy*, *Ssb Garecs* dan *Serpong City Soccer School*.

#### 2. Subjek Penelitian

Pemain sepakbola yang berusia sekitar 10 sampai dengan 12 tahun, ini diasumsikan dapat mempermudah pelaksanaan uji coba produk.

### **D. Metode penelitian**

Pengembangan model latihan *passing* untuk cabang olahraga sepakbola ini adalah dengan menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*Reasearch and Development*) dari buku Sugiyono, yaitu Metode penelitian dan pengembangan atau dalam bahasa inggrisnya *research and development* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut.<sup>1</sup>

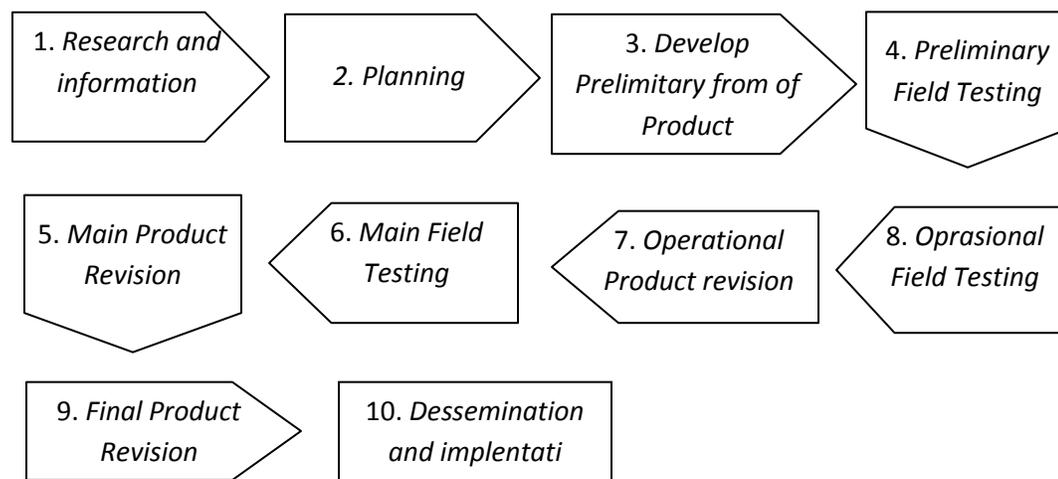
Hasil akhir dari penelitian ini adalah model latihan *passing*. Selain itu hasil dari penelitian pengembangan ini akan menghasilkan produk berupa desain latihan yang lengkap dan lebih spesifikasi ke cabang olahraga

---

<sup>1</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D(Bandung.Alfabeta,2011),h. 297

sepakbola, sehingga dapat digunakan sebagai pegangan dalam kegiatan latihan.

Menurut *Borg and Gall* ada 10 (sepuluh) tahap yang harus dilalui dalam R&D tahap-tahap penelitian yang dikemukakan oleh *Borg and Gall* adalah 1. *Research and Information collection*, 2. *Planning*, 3. *Develop preliminary from of product*, 4. *Preliminary field testing*, 5. *Main product revision*, 6. *Main field testing*, 7. *Operational product revision*, 8. *Operational field testing*, 9. *Final product revision*, 10. *Dissemination and impleme ntati*.<sup>2</sup>



Gambar 2.3. Bagan Rancangan Model *Flow Chart*.

Sumber : *Borg snd Gall* (Sugiyono),” Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,”(Bandung: Alfabeta, 2011),h.298

<sup>2</sup> *Borg snd Gall* (Sugiyono),” Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,”(Bandung: Alfabeta, 2011),h.298

## E. Langkah-langkah pengembangan model

Dalam langkah pengembangan model ini perlu langkah yang menyatakan masalah tersebut menjadikan sebuah penelitian untuk dapat dilanjutkan menjadi beberapa tahapan dalam langkah pengembangan didalam permasalahan peneliti.

### 1. Potensi dan Masalah

Teknik *passing* sangat penting dalam permainan sepakbola. Setiap pemain mempunyai teknik *passing* akan tetapi dalam teknik *passing* perlu kemauan lebih dan latihan yang berulang-ulang agar dapat memiliki teknik *passing* yang baik. Jika pemain memiliki teknik *passing* yang baik maka pemain dapat melakukan penguasaan bola didalam permaianaan sepakbola dan juga agar dapat mencetak gol.

Ketika pemain dalam melakukan teknik *passing* sering melakukan kesalahan bahkan secara teknik dasar pemain salah dalam mengesekusnya, maka dari itu perlunya variasi dalam latihan teknik *passing* dan pemain dapat menerima latihan tersebut dengan baik dan efektif di dalam latihan maka dari itu peneliii tertarik untuk melakukan penilitian tentang model latihan teknik *passing* pada olahraga permainan sepakbola agar dapat membantu pelatih dalam menyusun latihan teknik dalam permainan sepakbola.

## 2. Pengumpulan Data

Peneliti pada penelitian ini akan membuat produk berupa model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola. Dalam hal ini peneliti memerlukan informasi atau data tentang latihan teknik *passing* yang terjadi pada latihan sepakbola disekolah sepakbola dengan cara menganalisis teknik latihan *passing* baik secara langsung disekolah sepakbola tersebut.

Hasil analisis menunjukkan teknik latihan *passing* dalam permainan sepakbola menjadi hal yang sangat penting setiap pemain sepakbola. *passing* merupakan bagian penting dari penguasaan bola apabila teknik *passing* yang dilalukan mengalami kesalah atau pada latihan hanya itu-itu saja yang dilatih maka pemain tidaknakan mengalami perkembangan dalam teknik *passing* Jadi peneliti akan membuat model latihan teknik *passing* yang diharapkan dapat membantu meningkatkan latihan teknik *passing* agar pemain dapat mengalami perkembangan dalam melukukan teknik *passing*. Model latihan teknik *passing* tersebut adalah produk yang akan dihasilkan pada penelitian ini.

## 3. Desain Produk

Berdasarkan potensi dan masalah serta pengumpulan data yang terkait dengan model teknik latihan *passing* pada permainan sepakbola, maka untuk menghasilkan produk berupa model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola, peneliti harus membuat rancangan model latihan teknik *passing*. Rancangan model latihan teknik *passing* ini nantinya akan

berupa *storyboard script* yang dibuat di dalam kertas dengan produk Awal sebagai berikut;

1. *Passing* berpasangan
2. *Passing* berpasangan dengan gerakan ke ruang yang kosong
3. *Passing* dengan kombinasi dribling
4. *Passing* segitiga bergerak keruang yang kosong
5. *Passing* persegi bergerak keruang yang kosong
6. *Passing* persegi dengan tambah jumlah pemain
7. *Passing* persegi dengan bergerak ke sisi yang berbeda
8. *Passing* berpasangan dengan gerakan mundur dan maju
9. *Passing* bergerak *intersef* ke taget
10. *Passing* dengan pemain ditengan dengan gerakan *cek in/out*
11. *Passing* dengan 2 pemain tengah dengan gerakan *cek in/out*
12. *Passing move to the space* dengan 2 target passing
13. *Passing move to the space* dengan 4 target passing
14. *Passing move to the space* lari dengan cepat
15. *Passing move to the space* dengan 2 target passing
16. *Passing* persegi *move to the middel*
17. *Passing sprint passing sprint*
18. *Passing* permainan dengan 4 target
19. *Passing* dengan 4 target tujuan
20. *Passing* dengan 4 taget dengan 8 pemain

21. *Passing* dengan jarak jauh

22. *Passing* kordinasi

23. *Passing finishing*

24. *Passing move to space* dengan 2 target

25. *Passing* berpasangan dengan area persegi

26. *Passing* dengan terget tembok

27. *Passing* dengan terget gawang

28. *Passing* dengan area sirkel

29. *Passing* bebas dengan area persegi

30. *Passing* dengan 7 target

#### 4. Validasi Desain

Setelah penyusunan desain produk, desain tersebut akan dinilai apakah model latihan teknik *passing* yang dibuat bersifat relevan dan efektif. Validasi produk ini peneliti akan bekerja sama dengan ahli yang berkompeten di bidang olahraga sepakbola yaitu dosen dan kepala pelatih sepakbola, sebagai berikut 1. Awaludin, M.Pd 2. Jan Saragih 3. Umar Nalis.

#### 5. Revisi Desain

Setelah desain produk di validasi melalui penilaian dan diskusi dengan para ahli, maka diketahui kelemahan dan kesalahan dari model latihan teknik *passing* yang telah dibuat. Kelemahan dan kesalahan tersebut selanjutnya akan dikurangi dengan cara memperbaiki desain yang dilakukan oleh peneliti.

## 6. Uji Coba Produk

Tahap uji coba model merupakan bagian penting dalam penelitian dan pengembangan, yang disesuaikan setelah pengembangan model latihan selesai dilakukan. Uji coba model bertujuan untuk mengetahui apakah model yang dikembangkan layak digunakan atau tidak. Uji coba model juga melihat sejauh mana produk yang dibuat mencapai sasaran dan tujuan. Uji coba dilakukan dua kali, yaitu (1) uji coba terbatas dilakukan terhadap kelompok kecil sebagai pengguna model, (2) uji coba lapangan dengan kelompok besar.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pengembangan Model**

Hasil pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun ditulis dalam bentuk naskah yang dapat disajikan dalam bentuk-bentuk model latihan *passing* untuk usia 10 sampai 12 tahun.

##### **1. Hasil Analisa Kebutuhan**

Hasil pengembangan model latihan *passing* yang secara keseluruhan terdapat 2 tujuan umum yang hendak diungkap dalam studi pendahuluan atau analisa kebutuhan, yaitu :

- a) seberapa penting pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.
- b) kendala dan dukungan apakah yang dijumpai dalam pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

Model latihan *passing* yang akan dikembangkan merupakan hasil dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti dilapangan melalui observasi dan wawancara terhadap pelatih yang melatih di sekolah sepakbola. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti maka

diperoleh tujuan umum dari pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola anak usia 10 sampai 12 tahun, disamping beberapa tujuan umum peneliti juga dapat mengetahui beberapa karakteristik dari model latihan *passing* yang akan dikembangkan.

Dari hasil data yang dikumpulkan melalui wawancara dan angket kepada 36 pemain sepakbola kemudian diolah dan didekskripsikan rumusan penelitian yang dilakukan kepada pemain sepakbola dilaksanakan pada hari Jum'at 01 oktober 2017, dimana analisis kebutuhan bentuk angket di sekolah sepakbola *Abstrax Football Academy*. Hasil analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa: 1. Pemain yang berlatih dapat memahami latihan *passing* dengan baik, 2. Pemain dapat menerima latihan *passing* dengan tehnik dan esekusi yang baik, 3. Pemain mudah menerima penjelasan pada materi *passing* dari tingkat yang mudah menuju yang sulit, 4. Pemain mendapatkan berbagai variasi latihan *passing*. 5. Pemain setuju untuk pengembangan model-model latihan *passing* pada sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

Hasil hasil studi pendahuluan atau temuan lapangan selanjutnya akan didekskripsikan dan analisis sehingga hasil ini bersifat deskriptif dan analisis, dengan mengacu pada tujuan studi pendahuluan. Berikut ini akan dijabarkan mengenai hasil analisis kebutuhan dan temuan di lapangan yang diperoleh peneliti.

Tabel 4.1. Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan

No.	Butir Pertanyaan	Temuan
	Apa saja yang diberikan dalam Latihan <i>passing</i> sepakbola?	Pelatih hanya melakukan latihan yang monoton hanya sedikit variasi latihan <i>passing</i> sehingga pemain mengalami kebosanan saat latihan sepakbola
2	Apakah terdapat model-model latihan <i>passing</i> pada sepakbola yang sesuai karakteristik pada usia 10 sampai 12 tahun?	Didalam latihan pelatih perlunya menyesuaikan kebutuhan latihan sesuai apa yang dibutuhkan pemainnya yang sesuai usianya sehingga pemain dapat menerima latihan dengan baik.
3	Apakah terdapat sarana dan prasarana dalam latihan sepakbola?	Keterbatasannya pelatih dalam melatih butuhnya sarana yang baik dan perlengkapan yang cukup untuk dapat pemain menerima latihan dengan baik.
4	Apakah pemain bersemangat selama mengikuti latihan sepakbola?	Pemain sangat antusias dalam menerima latihan yang diberikan pelatih.
5	Upaya apa yang dilakukan pelatih dalam melatih pemain yang tidak bisa melakukan <i>passing</i> dengan baik?	Selama ini pelatih hanya melatih itu-itu saja kurangnya kreatifitas seorang pelatih sehingga pemain tidak mengalami peningkatan dalam tehnik <i>passing</i> sepakbola.
6	Apakah dibutuhkan model latihan <i>passing</i> sepakbola untuk gressroot anak usia 10 sampai 12 tahun?	Secara umum pelatih dan pemain membutuhkan berbagai model-model latihan sehingga pemain dapat mengalami perkembangan.

## 2. Model Final

1. *Passing* berpasangan
2. *Passing* berpasangan dengan gerakan ke ruang yang kosong
3. *Passing* dengan kobinasi dribling
4. *Passing* segitiga bergerak keruang yang kosong
5. *Passing* persegi bergerak keruang yang kosong
6. *Passing* persegi dengan tambah jumlah pemain
7. *Passing* persegi dengan bergerak ke sisi yang berbeda
8. *Passing* berpasangan dengan gerakan mundur dan maju
9. *Passing* bergerak *intersef* ke taget
10. *Passing* dengan pemain ditengan dengan gerakan *cek in/out*
11. *Passing* dengan 2 pemain tengah dengan gerakan *cek in/out*
12. *Passing move to the space* dengan 2 target passing
13. *Passing move to the space* dengan 4 target passing
14. *Passing move to the space* lari dengan cepat
15. *Passing move to the space* dengan 2 target passing
16. *Passing* persegi *move to the middel*
17. *Passing sprint passing sprint*
18. *Passing* permainan dengan 4 target
19. *Passing* dengan 4 target tujuan
20. *Passing* dengan 4 taget dengan 8 pemain

21. *Passing* dengan jarak jauh

22. *Passing* kordinasi

23. *Passing finishing*

24. *Passing move to space* dengan 2 target

25. *Passing* berpasangan dengan area persegi

## **B. Kelayakan Model**

Setelah mengumpulkan tahap pengumpulan data dan pembuatan draff model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun, langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji ahli dimana tujuan yang ingin dicapai yaitu mendapatkan kelayakan atau validasi model yang dibuat dengan penilaian langsung dari Ahli.

Peneliti menghadirkan 3 orang ahli dalam kelayakan penilaian model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun, dimana 3 orang ahli yang berprofesi sebagai pelatih sepakbola profesional yang berkompeten pada bidangnya, Adapun kesimpulan dari uji ahli yang dilakukan sebagai berikut.

Berdasarkan uji ahli yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bawasannya 25 variasi model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun layak digunakan dalam latihan sepakbola untuk usia 10 sampai 12 tahun.

Tabel. 4.2. Hasil Kesimpulan uji ahli Pengembangan Model latihan *passing*

No	Nama	Penerimaan model		Keterangan
		Penerimaan model	Valid/ tidak valid	
1	Model 1	Ya	Valid	Model sering digunakan dan harus lebih dikembangkan
2	Model 2	Ya	Valid	Layak diterapkan
3	Model 3	Ya	Valid	Layak diterapkan
4	Model 4	Ya	Valid	Layak diterapkan
5	Model 5	Ya	Valid	Layak diterapkan
6	Model 6	Ya	Valid	Diberikan contoh dan penjelasan agar cepat dipahami
7	Model 7	Ya	Valid	Layak diterapkan
8	Model 8	Ya	Valid	Layak diterapkan
9	Model 9	Ya	Valid	Layak diterapkan
10	Model 10	Ya	Valid	Layak diterapkan
11	Model 11	Ya	Valid	Layak diterapkan
12	Model 12	Ya	Valid	Layak diterapkan
13	Model 13			
14	Model 14	Ya	Valid	Layak diterapkan
15	Model 15	Ya	Valid	Layak diterapkan
16	Model 16	Ya	Valid	Layak diterapkan
17	Model 17	Ya	Valid	Diberikan contoh yang bagus sehingga dapat diterapkan dengan baik
18	Model 18	Ya	Valid	Layak diterapkan
19	Model 19	Ya	Valid	Layak diterapkan
20	Model 20	Ya	Valid	Layak diterapkan
21	Model 21	Ya	Valid	Layak diterapkan
22	Model 22	Ya	Valid	Layak diterapkan
23	Model 23	Ya	Valid	Layak diterapkan
24	Model 24	Ya	Valid	Layak diterapkan
25	Model 25	Ya	Valid	Layak diterapkan
26	Model 26	Tidak	Tidak Valid	Tidak Layak Diterapkan
27	Model 27	Tidak	Tidak Valid	Tidak Layak Diterapkan
28	Model 28	Tidak	Tidak Valid	Tidak Layak

				Diterapkan
29	Model 29	Tidak	Tidak Valid	Tidak Layak Diterapkan
30	Model 30	Tidak	Tidak Valid	Tidak Layak Diterapkan

Pada awalnya peneliti membuat 30 model pengembangan lalu dilakukan uji validitas dengan menggunakan uji justifikasi ahli dengan pelatih sepakbola setelah dilakukan uji validitas maka ahli mengatakan untuk lebih memfokuskan pada 25 model yang dinyatakan layak. Model passing pada sepakbola yang peneliti buat setelah dievaluasi ahli, kemudian mengalami revisi. Data yang diperoleh digunakan sebagai landasan dalam melakukan revisi.

### C. Pembahasan

Model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun yang dikembangkan dan dibuat oleh peneliti merupakan produk yang bertujuan untuk membantu pelatih dalam memberikan materi atau program fundamental dalam latihan sepakbola untuk meningkatkan tehnik *passing* dan variasi latihan passing sehingga pemain dapat berkembang dalam khususnya tehnik *passing* ini dibuat berdasarkan tingkat kebutuhan pemain sepakbola untuk anak usia 10 sampai 12 tahun.

Produk ini setelah dikaji mengenai beberapa kelemahan yang perlu pembenahan, maka dapat disampaikan beberapa keunggulan produk ini antara lain :

- a) Meningkatkan tehnik *passing* dan kualitas *passing* dalam berbagai variasi model latihan *passing*.
- b) Pemain menjadi lebih mudah menerima latihan dengan bentuk-bentuk model latihan *passing*.
- c) Model latihan *passing* menjadi lebih efektif dan menyesuaikan kebutuhan sekolah sepakbola tersebut.
- d) Membantu pelatih untuk memberikan materi atau program latihan.
- e) Sebagai refrensi dan bahan materi atau program latihan fundamental *passing*.
- f) Sumbang ilmu pengetahuan khususnya pelatih sekolah sepakbola.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian bahwa penelitian ini berhasil menghasilkan 25 model produk pengembangan model latihan *passing* yang sesuai dengan teori dan prinsip pada umumnya.

#### **B. Saran**

Pada bagian ini dikemukakan oleh peneliti sehubungan dengan pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun, adapun saran-saran yang dikemukakan meliputi saran pemanfaatan, saran desiminasi dan saran pengembangan lebih lanjut.

##### **1. Saran pemanfaatan**

Produk pengembangan ini adalah materi latihan sepakbola yang ditunjukkan untuk membantu pelatih memberikan program atau materi tentang *passing* pada permainan sepakbola. Dalam pemanfaatan sangat perlu dipertimbangkan situasi, kondisi dan sarana prasarana.

## 2. Saran pengembangan lebih lanjut

Dalam mengembangkan penelitian ini ke arah lebih lanjut, peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut :

- a. Untuk subyek penelitian sebaiknya dilakukan pada subyek yang lebih luas, itu pemain disekolah sepakbola maupun diakademi sepakbola yang digunakan sebagai kelompok ujicoba.
- b. Hasil pembuatan pengembangan model latihan *passing* pada sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun ini dapat disebarluaskan ke seluruh sekolah sepakbola atau akademi sepakbola di indonesia.

Demikian saran-saran terhadap pemanfaatan, desiminasi, maupun pengembangan produk lebih lanjut terhadap pembuatan pengembangan model latihan *passing* pada sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Azis Wahab,"Metode dan Model-Model mengajar Ilmu Pengetahuan Sosial (IPSI), Bandung,Alfabeta cv, 2007.
- Albany, Rusli Lutan, "Belajar Ketrampilan Motorik, Jakarta: Departemen Pendidikan Kebudayaan, Jakarta 1996.
- Andri Irawan,"Tesis Model Latihan Menyerang permainan Futsal",Jakarta: UNJ 2004.
- Arif S. Sadiman,"Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan dan Pemanfaatanya". Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003
- Bambang KS, metode sederhana melatih tehnik, 2003.
- Borg and Gall (Sugiono),"Metode Pendidikan, Pendekatan Kuantatif, Kualitatif dan R&D, Bndung: Alfabeta, 2011.
- Coaching curriculum Villa*2000, edition 2012.
- Ganesha Putra, Rahmad Darmawan,"Jadi Juara Dengan Sepakbola Possession. Kickoff Media: RD Books, Jakarta 2012
- Johansyah Lubis,"Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan", Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013
- Nusa putra, "*Reasearch & Development*, (Jakarta: PT Raja grafindo Perasada), 2011.
- Pelatihan fisik level 1 hal 1-10, jakarta: kementerian pemuda dan olahraga, tahun 2007.
- Sepakbola Taktik dan Tehnik Bermain. Jakarta: PT. Raja Grafindo,2004
- Sugiono,"Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" Bandung: Alfabeta, 2011
- Sukmadinata,"Metode Penelitian Pendidikan", Jakarta: PPS UPI dan PT Remaja Osdakarya, 2005
- Timo Schunemen, "Dasar Sepakbola Modern.
- Timo Scheunemann, Kurikulum & pedoman dasar sepakbola indonesia, 2012.

Wirawan, "Evaluasi, Model, Standart, Aplikasi dan Profesi, Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2012.

Yusuf Hadisaasmita & Aip Syariffudin, "Ilmu Pelatihan Dasar", Jakarta: B3KTSM.

Husdarta, model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan (Bandung: Alfabeta, 2013), h 3.

**LAMPIRAN 1.**

Hasil Kesimpulan uji ahli Pengembangan Model latihan *passing*

No	Nama	Penerimaan model		Keterangan
		Penerimaan model	Valid/ tidak valid	
1	Model 1	Tidak	valid	Model sering digunakan dan harus lebih dikembangkan
2	Model 2	Ya	valid	Layak diterapkan
3	Model 3	Ya	valid	Layak diterapkan
4	Model 4	Ya	valid	Layak diterapkan
5	Model 5	Ya	valid	Layak diterapkan
6	Model 6	Ya	valid	Diberikan contoh dan penjelasan agar cepat dipahami
7	Model 7	Ya	valid	Layak diterapkan
8	Model 8	Ya	valid	Layak diterapkan
9	Model 9	Ya	valid	Layak diterapkan
10	Model 10	Ya	valid	Layak diterapkan
11	Model 11	Ya	valid	Layak diterapkan
12	Model 12	Ya	valid	Layak diterapkan
13	Model 13			
14	Model 14	Ya	Valid	Layak diterapkan
15	Model 15	Ya	Valid	Layak diterapkan
16	Model 16	Ya	Valid	Layak diterapkan
17	Model 17	Ya	Valid	Diberikan contoh yang bagus sehingga dapat diterapkan dengan baik
18	Model	Ya	Valid	Layak diterapkan

	18			
19	Model 19	Ya	Valid	Layak diterapkan
20	Model 20	Ya	Valid	Layak diterapkan
21	Model 21	Ya	Valid	Layak diterapkan
22	Model 22	Ya	Valid	Layak diterapkan
23	Model 23	Ya	Valid	Layak diterapkan
24	Model 24	Ya	Valid	Layak diterapkan
25	Model 25	Ya	Valid	Layak diterapkan

**LAMPIRAN 2****Nama :****Kelompok usia :**

Jawablah dengan memberikan tanda silang (x) pada pertanyaan dengan jawaban pilihan ganda.

**Pertanyaan :**

1. Apakah anda dapat menerima model latihan *passing* pada sesi latihan sepakbola?
  - a. YA
  - b. TIDAK
2. Apakah anda pernah mendapatkan model latihan *passing* tersebut?
  - a. YA
  - b. TIDAK
3. Apakah anda kesulitan menerima latihan pada model latihan *passing* tersebut?
  - a. YA
  - b. TIDAK
4. Apakah anda senang dengan pengembangan model *passing* tersebut?
  - a. YA
  - b. TIDAK
5. Apakah anda setuju dengan pengembangan model latihan *passing* tersebut?
  - a. YA
  - b. TIDAK

TTD Testee

Nama:.....

## LAMPIRAN 1.

Hasil Kesimpulan uji ahli Pengembangan Model latihan *passing*

No	Nama	Penerimaan model		Keterangan
		Penerimaan model	Valid/ tidak valid	
1	Model 1	Tidak	valid	Model sering digunakan dan harus lebih dikembangkan
2	Model 2	Ya	valid	Layak diterapkan
3	Model 3	Ya	valid	Layak diterapkan
4	Model 4	Ya	valid	Layak diterapkan
5	Model 5	Ya	valid	Layak diterapkan
6	Model 6	Ya	valid	Diberikan contoh dan penjelasan agar cepat dipahami
7	Model 7	Ya	valid	Layak diterapkan
8	Model 8	Ya	valid	Layak diterapkan
9	Model 9	Ya	valid	Layak diterapkan
10	Model 10	Ya	valid	Layak diterapkan
11	Model 11	Ya	valid	Layak diterapkan
12	Model 12	Ya	valid	Layak diterapkan
13	Model 13			
14	Model 14	Ya	Valid	Layak diterapkan
15	Model 15	Ya	Valid	Layak diterapkan
16	Model 16	Ya	Valid	Layak diterapkan
17	Model 17	Ya	Valid	Diberikan contoh yang agus sehingga dapat diterapkan dengan baik
18	Model	Ya	Valid	Layak diterapkan

	18			
19	Model 19	Ya	Valid	Layak diterapkan
20	Model 20	Ya	Valid	Layak diterapkan
21	Model 21	Ya	Valid	Layak diterapkan
22	Model 22	Ya	Valid	Layak diterapkan
23	Model 23	Ya	Valid	Layak diterapkan
24	Model 24	Ya	Valid	Layak diterapkan
25	Model 25	Ya	Valid	Layak diterapkan



## Lampiran 3

### Surat Keterangan Validitas Ahli ( EXPERT JUDGEMENT)

Keterangan yang Bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Umar Nalis

Profesi :Pelatih

Menyatakan bahwa produk berupa model latihan passing pada permainan sepakbola untuk grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun yang disusun oleh :

Nama : Teje Junaedi

No.Reg : 6315112132

Judul Penelitian : **Pengembangan Model Latihan *Passing* Pada Permainan Sepakbola Untuk Anak Usia 10 Sampai 12 Tahun.**

Telah divalidasi dan dievaluasi untuk memenuhi syarat kelayakan penggunaan dalam ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan (Kelompok besar).

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagai mestinya.

Jakarta, 10 Oktober 2017



Umar Nalis

## Lampiran 4

### Surat Keterangan Validitas Ahli ( EXPERT JUDGEMENT)

Keterangan yang Bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Jan Saragih

Profesi : Pelatih

Menyatakan bahwa produk berupa model latihan passing pada permainan sepakbola untuk grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun yang disusun oleh :

Nama : Teje Junaedi

No.Reg : 6315112132

Judul Penelitian : **Pengembangan Model Latihan *Passing* Pada Permainan Sepakbola Untuk Anak Usia 10 Sampai 12 Tahun.**

Telah divalidasi dan dievaluasi untuk memenuhi syarat kelayakan penggunaan dalam ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan (Kelompok besar).

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagai mestinya.

Jakarta, 1 Oktober 2017



Jan Saragih

## Lampiran 5

### Surat Keterangan Validitas Ahli ( EXPERT JUDGEMENT )

Keterangan yang Bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Awaludin, M.Pd

Profesi : Pelatih

Menyatakan bahwa produk berupa model latihan passing pada permainan sepakbola untuk grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun yang disusun oleh :

Nama : Teje Junaedi

No.Reg : 6315112132

Judul Penelitian : **Pengembangan Model Latihan *Passing* Pada Permainan Sepakbola Untuk Anak Usia 10 Sampai 12 Tahun.**

Telah divalidasi dan dievaluasi untuk memenuhi syarat kelayakan penggunaan dalam ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan (Kelompok besar).

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagai mestinya.

Jakarta, 08 Oktober 2017



Awaludin, M.Pd

## DAFTAR PUSTAKA

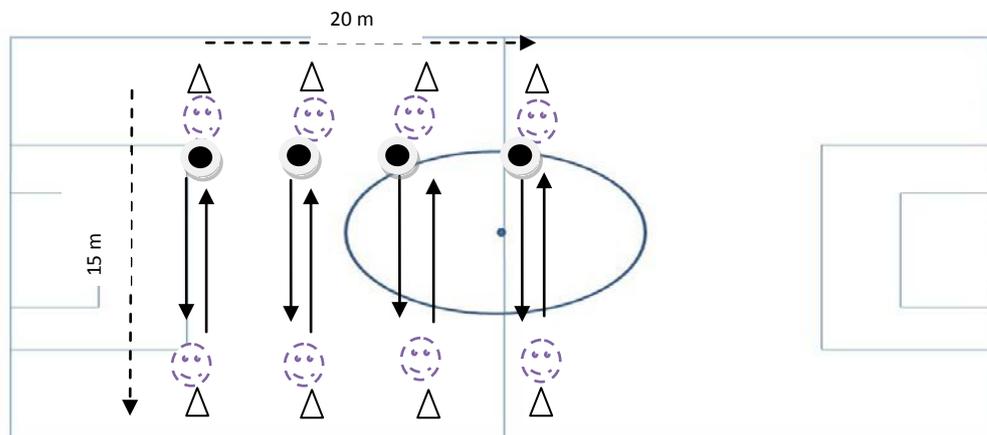
- Abdul Azis Wahab,"Metode dan Model-Model mengajar Ilmu Pengetahuan Sosial (IPSI), Bandung,Alfabeta cv, 2007.
- Albany, Rusli Lutan, "Belajar Ketrampilan Motorik, Jakarta: Departemen Pendidikan Kebudayaan, Jakarta 1996.
- Andri Irawan,"Tesis Model Latihan Menyerang permainan Futsal",Jakarta: UNJ 2004.
- Arif S. Sadiman,"Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan dan Pemanfaatannya". Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003
- Bambang KS, metode sederhana melatih tehnik, 2003.
- Borg and Gall (Sugiono),"Metode Pendidikan, Pendekatan Kuantatif, Kualitatif dan R&D, Bndung: Alfabeta, 2011.
- Coaching curriculum Villa*2000, edition 2012.
- Ganesha Putra, Rahmad Darmawan,"Jadi Juara Dengan Sepakbola Possession. Kickoff Media: RD Books, Jakarta 2012
- Johansyah Lubis,"Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan", Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013
- Nusa putra, "*Reasearch & Development*, (Jakarta: PT Raja grafindo Perasada), 2011.
- Pelatihan fisik level 1 hal 1-10, jakarta: kementerian pemuda dan olahraga, tahun 2007.
- Sepakbola Taktik dan Tehnik Bermain. Jakarta: PT. Raja Grafindo,2004
- Sugiono,"Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" Bandung: Alfabeta, 2011
- Sukmadinata,"Metode Penelitian Pendidikan", Jakarta: PPS UPI dan PT Remaja Osdakarya, 2005
- Timo Schunemen, "Dasar Sepakbola Modern.
- Timo Scheunemann, Kurikulum & pedoman dasar sepakbola indonesia, 2012.
- Wirawan,"Evaluasi, Model, Standart, Aplikasi dan Profesi, Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2012.

Yusuf Hadisaasmita & Aip Syariffudin, "Ilmu Pelatihan Dasar", Jakarta: B3KTSM.

Husdarta, model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan  
(Bandung: Alfabeta, 2013), h 3.

## LAMPIRAN 3

## Model latihan : Passing 1



## Practice :

1. 1 Bola 1 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

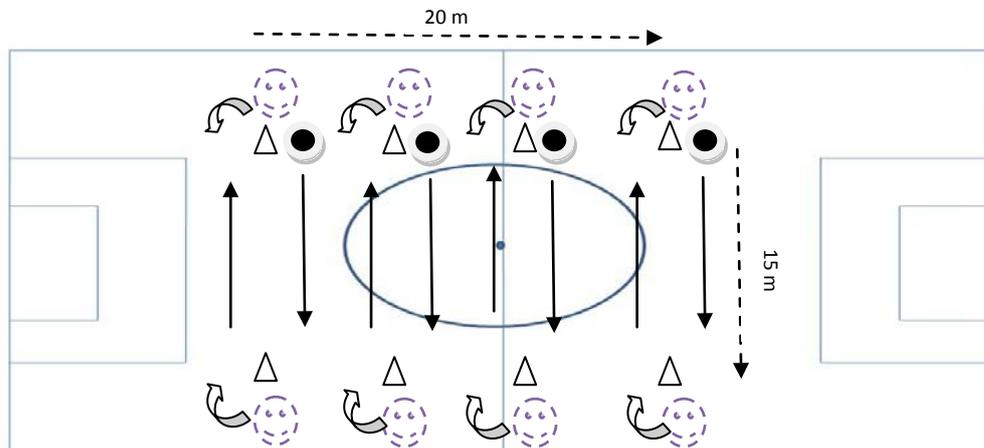
NB :  : Cone

 : Arah passing

 : Pemain

 : Bola

### Model latihan : Passing 2



#### Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control ruang kosong kanan/kiri sebelum passing
6. kontrol kaki kiri passing kaki kanan atau sebaliknya

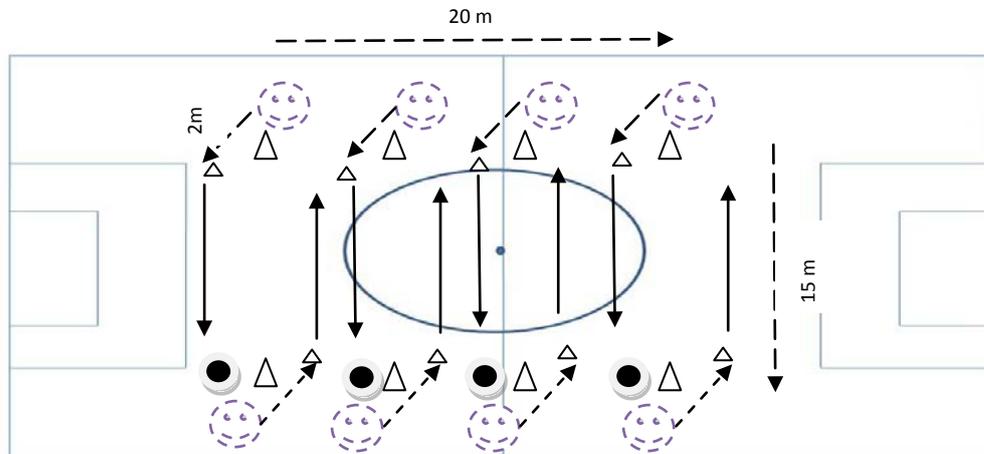
#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

#### NB :

-  : Cone
-  : Arah passing
-  : Arah pergerakan pemain
-  : Pemain
-  : Bola

### Model latihan : Passing 3



#### Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control ruang kosong kanan/kiri sebelum passing
6. kontrol kaki kiri passing kaki kanan atau sebaliknya
7. setelah control lakukan dribling dengan jarak 2 meter setelah itu lakukan passing

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

△ : Cone NB :

△ : Cone

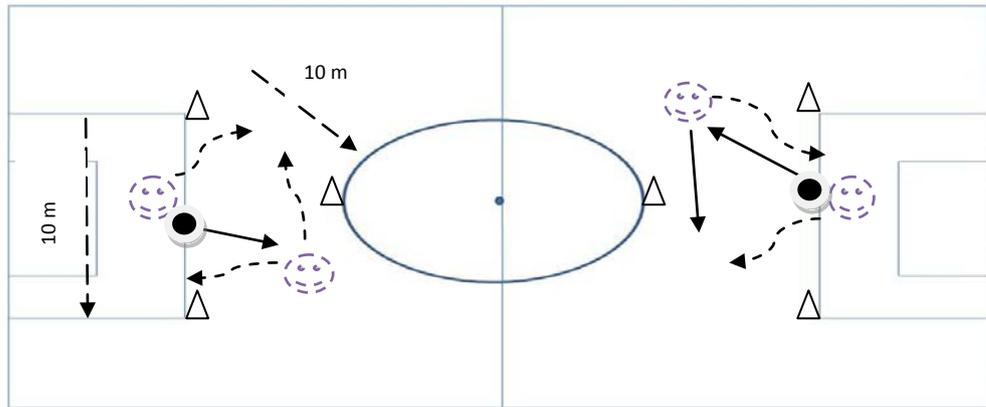
↑ ↓ : Arah passing

↗ : Arah pergerakan dribling pemain

○ : Pemain

● : Bola

## Model latihan : Passing 4



## Practice :

1. 1 Bola 1 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter berbentuk segitiga
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. setelah passing bergerak keruang yang kosong

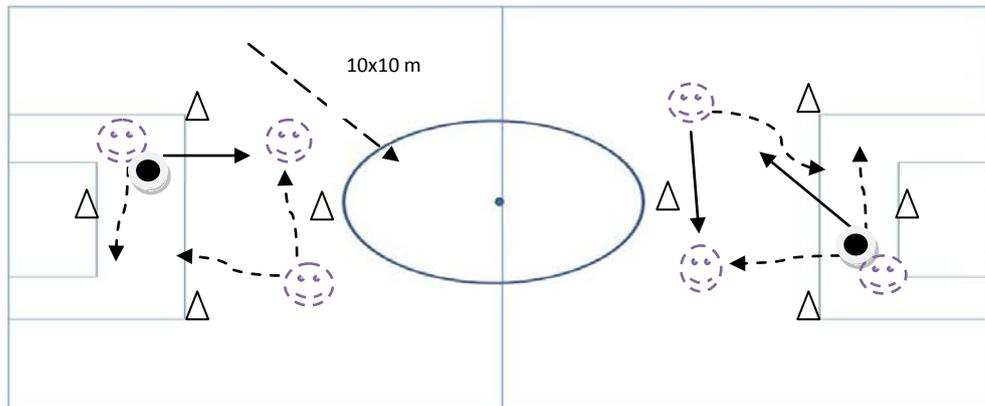
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- : Arah pergerakan pemain
- : Pemain
- : Bola

## Model latihan : Passing 5



## Practice :

1. 1 Bola 1 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter berbentuk segiempat
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. setelah passing bergerak keruang yang kosong

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

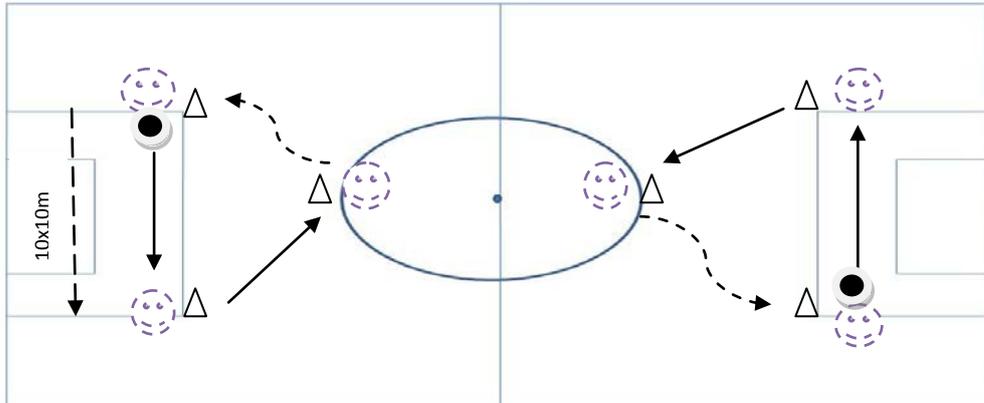
↑ ↓ : Arah passing

↗ ↘ : Arah pergerakan pemain

○ : Pemain

● : Bola

## Model latihan : Passing 6



## Practice :

1. 1 Bola 3 pemain
2. Passing berbentuk segitiga
3. Jarak passing 5-10 meter berbentuk segitiga
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. setelah passing bergerak keruang yang kosong

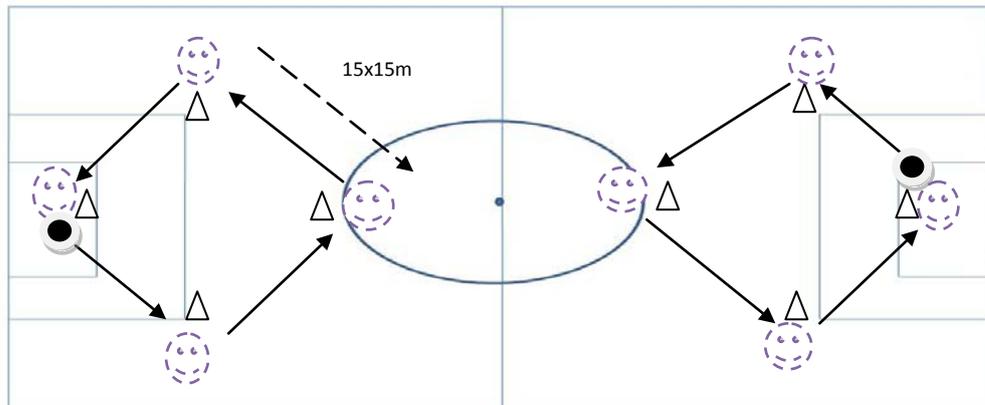
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- : Arah pergerakan pemain
- : Pemain
- : Bola

## Model latihan : Passing 7



## Practice :

1. 1 Bola 4 pemain
2. Passing diamond (persegi empat)
3. Jarak passing 10-15 meter berbentuk segiempat
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. setelah passing bergerak keruang yang kosong

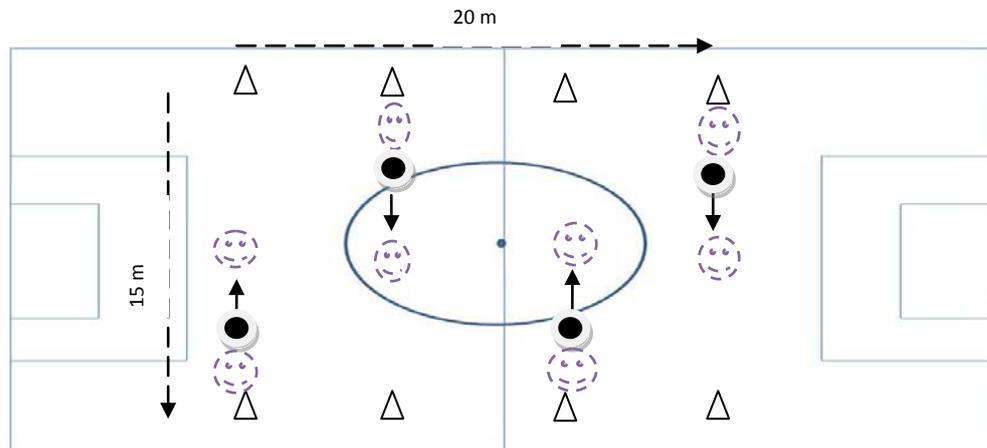
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone  
 ↑ ↓ : Arah passing  
 ● : Bola  
 ○ : Pemain

### Model latihan : Passing 8



#### Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 5-10 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. setelah lakukan kontrol harus mundur dan kembali lakukan passing

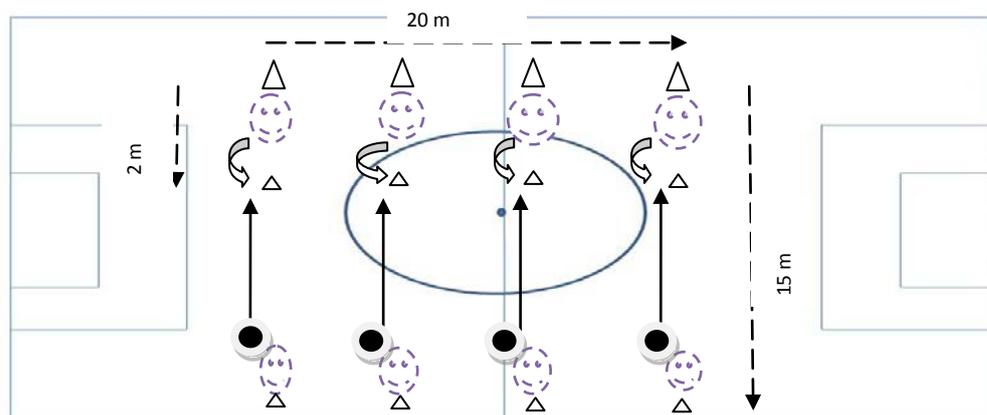
#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- : Bola
- ⊖ : Pemain

## Model latihan : Passing 9



## Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak itersef 1meter dan passing 5meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan intersef didepan cone setelah itu kembali passing
6. dilakukan secara bergantian

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

△ : Cone NB :

△ : Cone

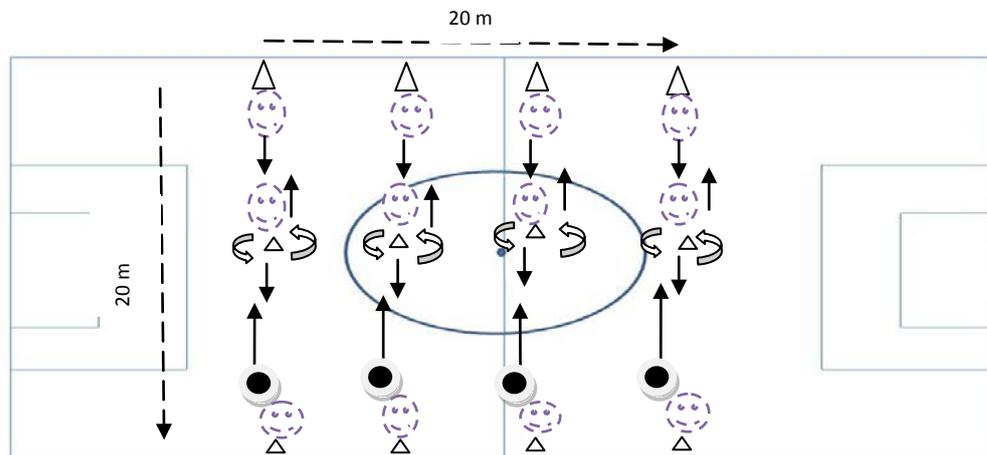
↑ ↓ : Arah passing

↻ : Arah pergerakan pemain

⊙ : Pemain

● : Bola

## Model latihan : Passing 10



## Practice :

1. 1 Bola 3 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 3 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain yang ditengah mengontrol bola dengan kaki bagian dalam/luar berbalik badan untuk melakukan passing
6. dilakukan secara bergantian

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

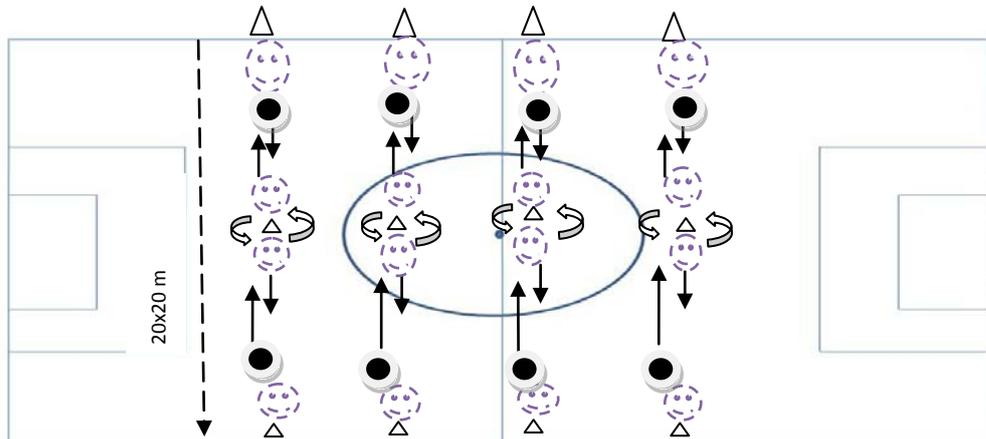
↑ ↓ : Arah passing

↻ : Arah pergerakan pemain

○ : Pemain

● : Bola

## Model latihan : Passing 11



## Practice :

1. 2 Bola 4 pemain
2. Passing dilakukan berpasangan
3. Jarak passing 3 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain yang ditengah mengontrol bola dengan kaki bagian dalam/luar berbalik badan untuk melakukan passing
6. dilakukan secara bergantian

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

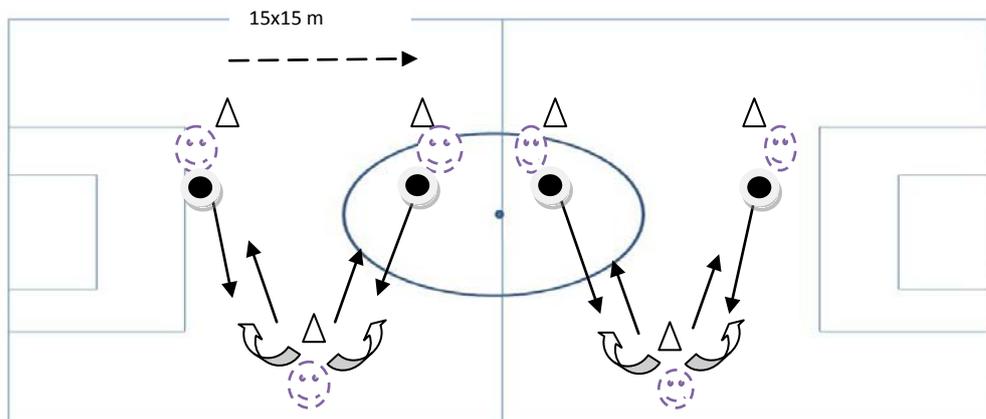
↑ ↓ : Arah passing

↻ : Arah pergerakan pemain

○ : Pemain

● : Bola

### Model latihan : Passing 12



#### Practice :

1. 2 Bola 3 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi untuk lakukan terning passing
6. dilakukan secara bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

△ : Cone

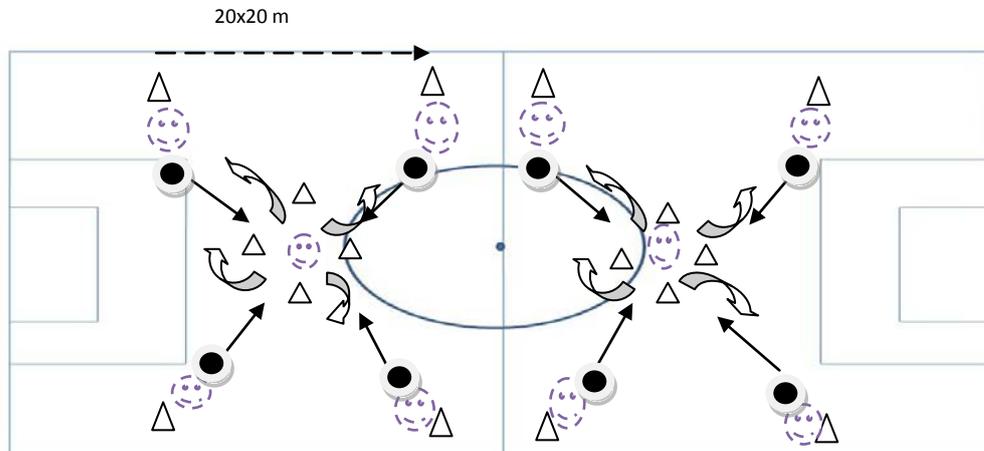
↑ ↓ : Arah passing

↻ : Arah pergerakan pemain

○ : Pemain

● : Bola

### Model latihan : Passing 13



#### Practice :

1. 2 Bola 3 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi untuk lakukan terning passing
6. dilakukan secara bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

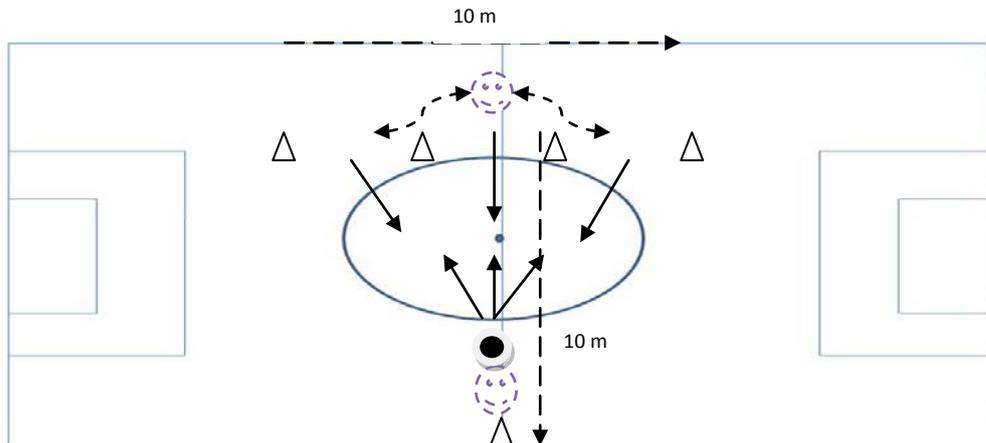
↑↓ : Arah passing

↻ : Arah pergerakan pemain

⊙ : Pemain

● : Bola

## Model latihan : Passing 14



## Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi untuk lakukan terning passing
6. dilakukan secara bergantian

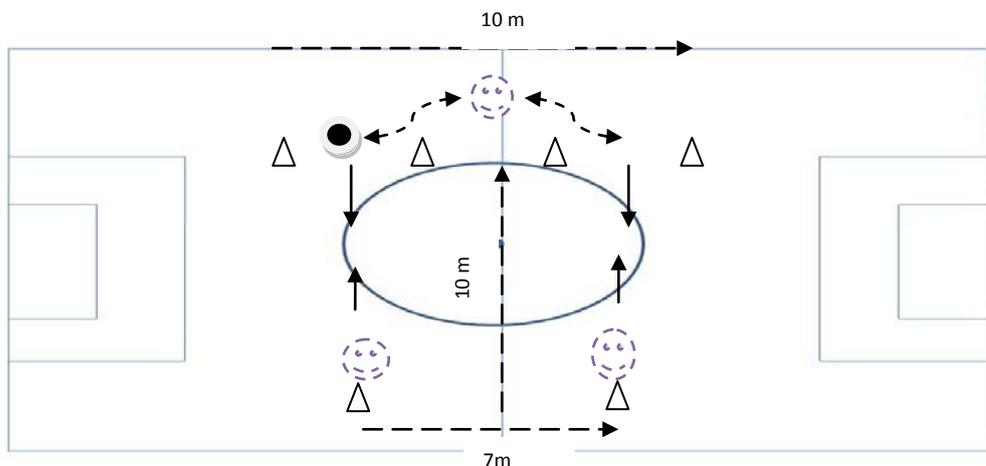
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- : Arah pergerakan pemain
- : Pemain
- : Bola

## Model latihan : Passing 15



## Practice :

1. 1 Bola 3 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar dan dalam setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi untuk lakukan terning passing
6. dilakukan secara bergantian

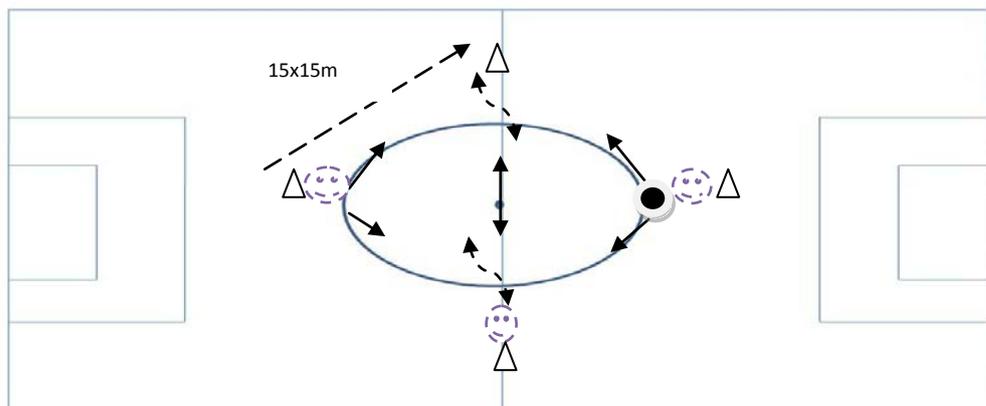
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- ↔ : Arah pergerakan pemain
- : Pemain
- : Bola

## Model latihan : Passing 16



## Practice :

1. 1 Bola 3 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar dan dalam setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi ketempat yang kosong setelah lakukan passing
6. dilakukan secara bergantian

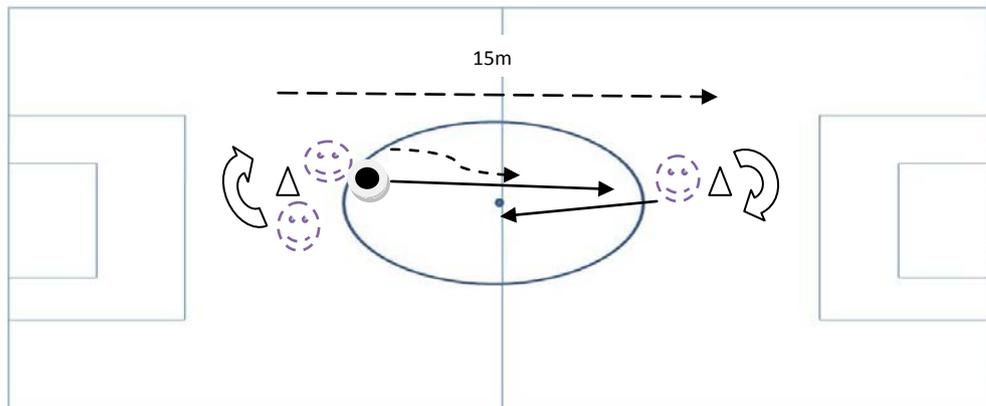
## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- ↙ ↘ : Arah pergerakan pemain
- ⊙ : Pemain
- : Bola

### Model latihan : Passing 17



#### Practice :

1. 1 Bola 3 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan pemain berlari ke depan pemain yang telah dipassing
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi ketempat yang berbeda setelah lakukan passing
6. dilakukan secara bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

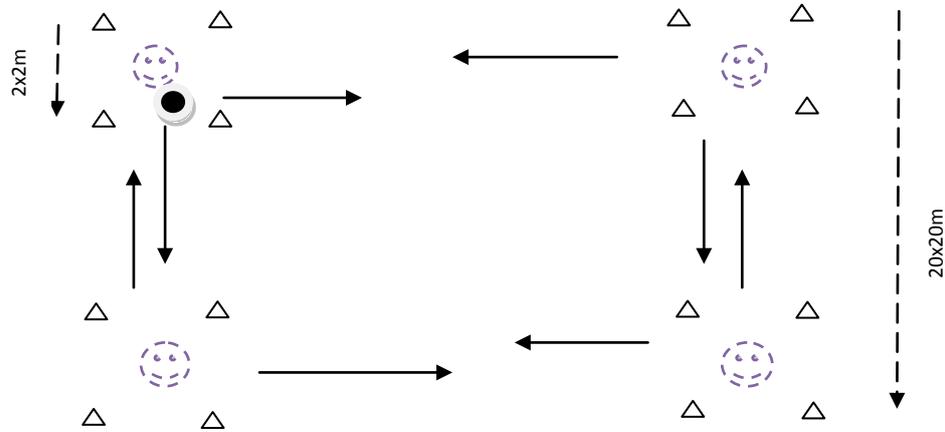
- △ : Cone
- ↑ ↓ : Arah passing
- : Arah pergerakan pemain
- ⊙ : Pemain
- : Bola
- ↻ : pergerakan perputaran pemain

Model latihan : Passing 18	
Practice :	Coaching poin :
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 4 Bola 5 pemain</li> <li>2. Passing dengan jarak 5 meter</li> <li>3. pemain melakukan kontrol dan setelah itu passing ke tempat yang sama dengan pemain yang menyebutkan nomer urutannya</li> <li>4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam</li> <li>5. pemain harus cepat dalam bereaksi untuk melakukan passing sesuai nomer yang disebutkan</li> <li>6. dilakukan secara bergantian</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. pandangan</li> <li>2. Kualitas passing</li> <li>3. kualitas control</li> <li>4. komunikasi</li> </ol>

NB :

- △ : Cone
- ↑↓ : Arah passing
- ⊙ : Pemain
- : Bola

## Model latihan : Passing 19



## Practice :

1. 1 Bola 4 pemain
2. Passing dilakukan dari kotak ke kotak
3. Jarak passing 5 dan 7 meter berbentuk persegi
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam dengan tingkat akurasi yang baik untuk menuju target
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. dilakukan hanya merubah arah passing

## Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

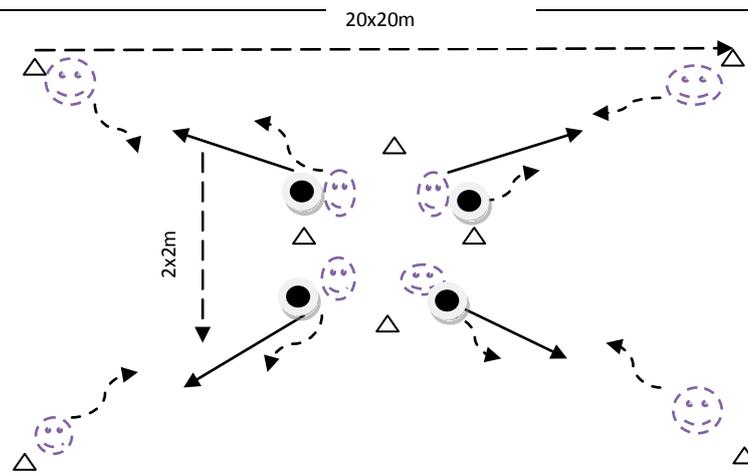
△ : Cone

↑ ↓ : Arah passing

⊙ : Pemain

● : Bola

### Model latihan : Passing 20



#### Practice :

1. 4 Bola 8 pemain
2. Passing dilakukan ke pemain yang berada ditengah
3. Jarak passing 5 meter bergerak bergantian
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam dengan tingkat akurasi yang baik untuk menuju target
5. pemain harus lakukan control sebelum passing
6. dilakukan hanya pergantian posisi setelah melakukan passing

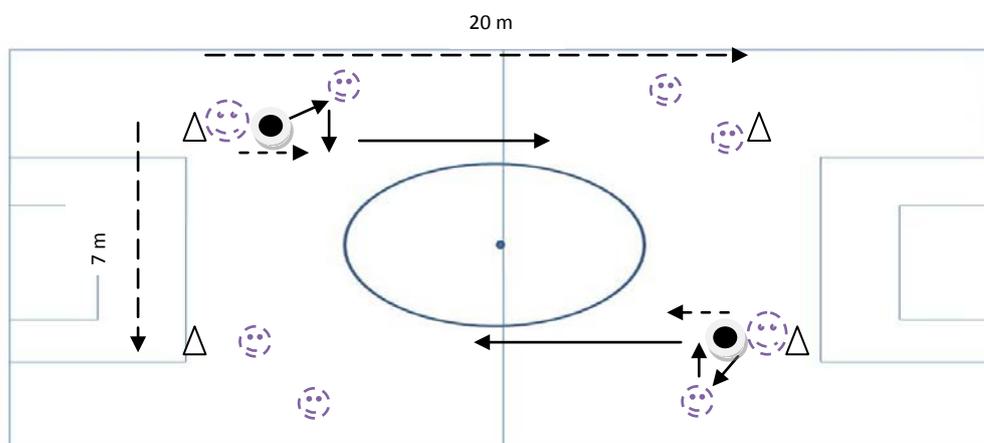
#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

-  : Cone
-  : Arah passing
-  : pergerakan pemain
-  : Pemain
-  : Bola

### Model latihan : Passing 21



#### Practice :

1. 2 Bola 4 pemain
2. Passing dengan jarak 10 meter
3. pemain melakukan passing dengan berpasang untuk memantulkan bola ke teman menuju target passing
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan passing dengan akurasi yang baik
6. dilakukan secara bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

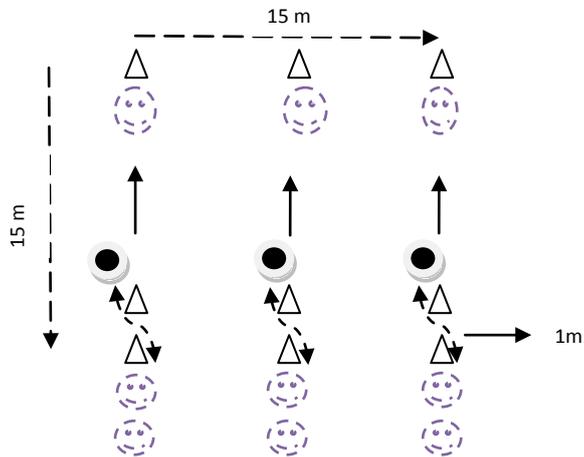
↑ ↓ : Arah passing

☺ : Pemain

● : Bola

← - - : pergerakan pemain

### Model latihan : Passing 22



#### Practice :

1. 3 Bola 9 pemain
2. Passing dilakukan setelah melakukan koordinasi
3. Jarak passing 5-10 meter
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan koordinasi dan melakukan passing
6. dilakukan bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :  : Cone

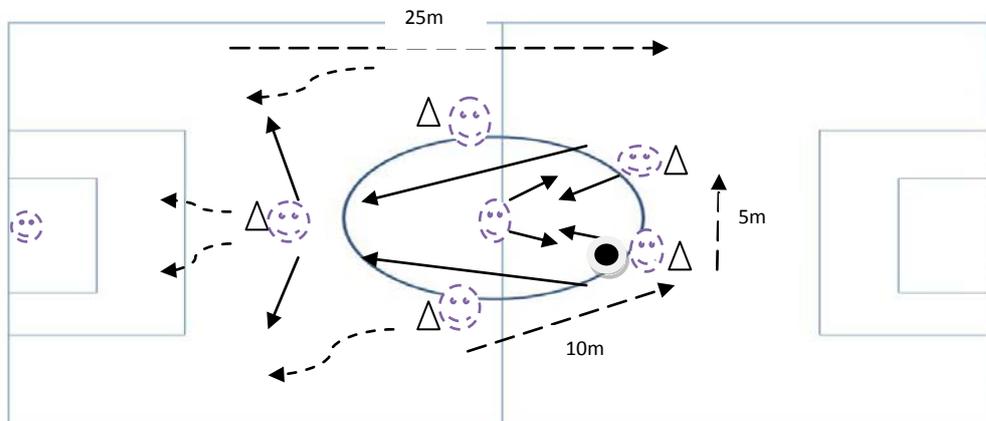
 : Arah passing

 : Pemain

 : Pergerakan koordinasi

 : Bola

### Model latihan : Passing 23



#### Practice :

1. 1 Bola 6 pemain
2. Passing dengan target penyelesaian akhir ke gawang
3. pemain melakukan passing dengan kombinasi dengan teman dalam 1 tim dengan tujuan cetak gol
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam dan tanpa lawan
5. pemain harus lakukan passing dengan akurasi yang baik sehingga dapat memudahkan cetak gol

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

△ : Cone

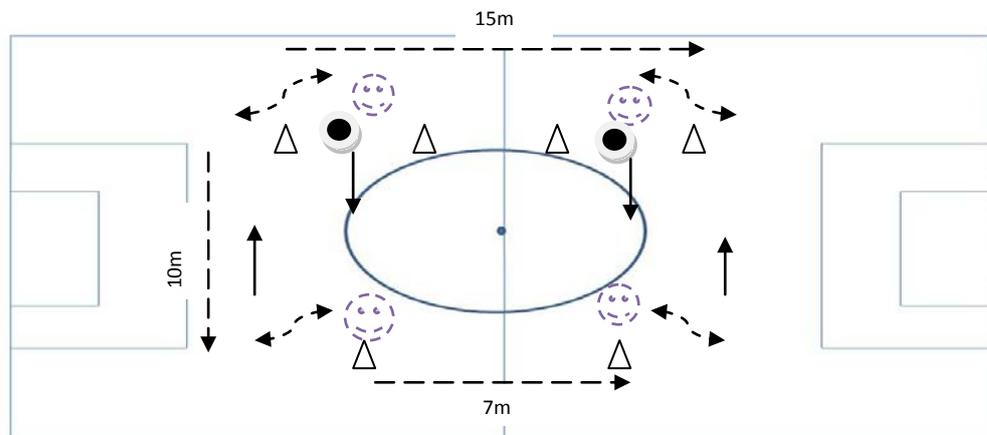
↑ ↓ : Arah passing

⊙ : Pemain

● : Bola

⋯ : pergerakan pemain

### Model latihan : Passing 24



#### Practice :

1. 2 Bola 4 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar dan dalam setelah itu passing ke tempat yang berbeda
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi untuk lakukan terning passing
6. dilakukan secara bergantian

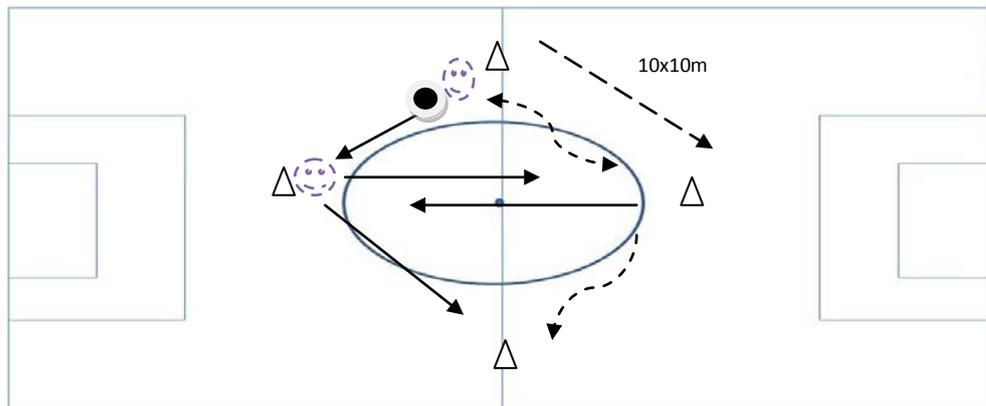
#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :

-  : Cone
-  : Arah passing
-  : Arah pergerakan pemain
-  : Pemain
-  : Bola

### Model latihan : Passing 25



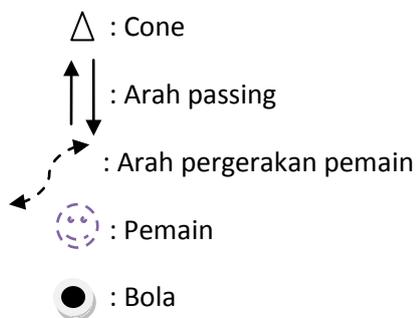
#### Practice :

1. 1 Bola 2 pemain
2. Passing dengan jarak 5 meter
3. pemain melakukan kontrol dan terning kaki bagian luar dan dalam setelah itu passing ke tempat yang sama
4. Passing dilakukan dengan kaki bagian dalam
5. pemain harus lakukan perpindahan posisi ketempat yang kosong setelah lakukan passing
6. dilakukan secara bergantian

#### Coaching poin :

1. pandangan
2. Kualitas passing
3. kualitas control
4. komunikasi

NB :



Lampiran 6

## **DOKUMENTASI PENELITIAN**

Model Passing 1



Model passing 2



## Model Passing 3



## Model passing 4



Model passing 5



Model passing 6



Model passing 7



Model passing 8



Model passing 9



Model passing 10



## Model Passing 11



## Model Passing 12



Model Passing 13



Model Paasing 14



Model passing 15



Model Passing 16



Model Passing 17



Model Passing 18



Model passing 19



Model Passing 20



Model passing 21



Model passing 22



Model Passing 23



Model Passing 24



## Model Passing 25



**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *PASSING* PADA PERMAINAN SEPAKBOLA UNTUK *GRASROOT* ANAK USIA 10 SAMPAI 12 TAHUN. Skripsi. Jakarta : Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, 2018.**

Teje junaedi, Muchtar Hendra Hasibuan, Hj. Rina Ambar Dewanti  
Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK, Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *passing* untuk dapat dikembangkan, memperbaiki teknik *passing* pada pemain sepakbola dan memberikan kemudahan pelatihan dalam memberikan materi latihan di sekolah sepakbola.

Pengumpulan data ini dilaksanakan di pesanggerahan, Jakarta Selatan pengambilan data dilaksanakan dilapangan sepakbola pesanggerahan jakarta selatan, pada tanggal 22 agustus 2017 sampai dengan 1 oktober 2017. Penelitian ini menggunakan teknik *Reasearch and Development* dengan menggunakan pengambilan data menggunakan tabel berkolam dan peneliti juga merekam, memfoto model latihan *passing* dan melihat

hasil keterampilan sepakbola didalam tehnik *passing*, populasi

penelitian ini menggunakan 36 permaian dari 3 sekolah sepakbola, seperti *Abstrax football academy*.

Presentase dari kelayakan model latihan *passing* dari hasil penelitian di Sekolah Sepakbola untuk *Grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun. 90% kemudahan dan kesulitan 11,1% artinya pada kemampuan tehnik *passing* dan model *passing* ini layak digunakan dan dapat disebarluaskan sehingga dapat digunakan oleh pelatih di sekolah sepakbola.

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim,  
segala puji syukur ke hadirat ALLAH SWT atas segala nikmat, rahmat dan karunianya yang tercurah kepada peneliti, hingga akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul model latihan passing pada permainan sepakbola untuk grasroot anak usia 10 sampai 12 tahun. Shalawat serta salam tak lupa sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat serta umatnya.

Dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini peneliti menyampaika ucapan terimakasih kepada Bapak Dr. Abdul Sukur, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Ibu Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd, SE, M.Si selaku ketua Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd. selaku pembimbing I, Ibu Hj. Rina Ambar Dewanti, M.Pd. selaku pembimbing II dan Bapak Dr. Mansur Jauhari, M.Si sebagai pembimbing Akademik. Demikian juga peneliti mengucapkan terimakasih pada seluruh dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Tidak lupa penghargaan dan ucapan terimakasih yang begitu besar peneliti sampaikan kepada pelatih dan dosen sepakbola, Bapak Drs. Satia Bagdja Ijatna, M.Pd. Bapak Drs. Nursaelan Santoso, Bapak Hadi Ramdani, S.Pd. bapak Muchtar Hendara Hasibuan, M.Pd, Bapak Andri Irawan, M.Pd dan Bapak Slamet Sukriandi, M.Pd, selaku Pembina Club Sepakbola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta.

Akhir kata, Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang terlibat ataupun yang belum disebutkan diatas. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan para pembaca. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna.

Jakarta, 27 september 2018

**Teje Junaedi**

# PENDAHULUAN

## Latarbelakang masalah

Sepakbola adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 tim/klub di setiap pertandingannya. Masing-masing tim/klub terdiri dari 11 ini merupakan hal didalam permainan sepakbola untuk dapat bermain baik dalam permainan perlunya dasar yang baik bagi pemain dalam mengesekusi teknik dalam permainan sepakbola.

Menjadi pemain sepakbola tidaklah semudah seperti orang pikirkan, butuh keahlian dan teknik – teknik yang harus lengkap dimiliki untuk menjadi pemain sepakbola. Oleh karena itu, seorang pemain sepakbola harus diberikan latihan teknik dasar yang lengkap mulai dari *passing*, *dribling*, *heading* dan *shooting*.

Dalam sepakbola untuk dapat bermain sepakbola dengan baik pada permainan sepakbola ukuran lapangan

usia 10 sampai 12 tahun dalam pertandingan dengan ukuran 45x60 meter dan untuk waktu bertanding 2x15 menit dan istirahat 5 menit. Sehingga dalam melatih anak usia dini pada usia 10 sampai 12 tahun perlunya memperhatikan ini karena kita akan tau waktu lamanya dalam melatih sehingga sesuai dengan tujuan yang ingin pelatih didalam mentukan program latihan.

Pemain sepakbola juga harus diajarkan teknik dasar seperti mulai dari usia dini sehingga saat dewasa dapat melakukan teknik tersebut dengan baik ini hal yang harus diperhatikan dengan baik karena ini berpengaruh saat bermain sepakbola, dengan pemahaman teknik dasar yang baik ini perlu banyaknya pengulangan maka dari itu perlu waktu yang lama

sehingga dengan teknik dasar yang baik membuat pemain jadi lebih baik dalam bermain sepakbola. Untuk itu menjadi pemain sepakbola harus dimulai dari masuk sekolah sepakbola agar mendapatkan pelatihan yang baik dengan pelatih yang memahami pembinaan usia muda sehingga ini akan berpengaruh pada permainan sepakbolanya ini akan menjadikan pemain sepakbola usia dini yang menjadi generasi pemain sepakbola yang semakin hari semakin berkembang didalam permainan sepakbola.

Salah satu hal yang harus diutamakan dalam pembinaan usia dini ini adalah teknik *passing* dapat dilihat setiap pemain sepakbola harus memiliki teknik *passing* yang baik karena ini salah satu faktor penting dalam sepakbola maka dari itu dalam pembinaan usia muda perlu diajarkan secara detail teknik *passing* yang benar dan baik ini perlunya pelatih yang

harus memahami dengan baik mulai bagaimana sentuhan dengan bola, tumpuan kaki dan ayunan sehingga teknik *passing* ini dilakukan dengan baik dan ini akan terus dilatih dalam latihan.

Aplikasinya untuk dapat menguji pemain sepakbola ialah dalam pertandingan ini akan terlihat teknik dasarnya apakah sudah baik dalam mengesekusi teknik *passing* dan dalam pertandingan pelatih mengobservasi teknik *passing*nya sehingga ini sebagai bahan evaluasi didalam latihan teknik dasar terutama teknik *passing*, Dengan adanya pertandingan ini akan menguji sejauhmana pemain diusia dini mengesekusi *passing* dengan tekanan lawan hal ini sangat berpengaruh bagi pemain sepakbola usia dini untuk terbiasa dengan lawan, lebih seringnya pertandingan dengan diimbagin jadwal latihan yang terencana ini akan terlihat

perkembangan anak tersebut dalam mengesekusi teknik dasar.

Pemain sepakbola usia 10-12 tahun dalam teknik dasar *passing* harus sudah baik didalam mengesekusnya karna diusia ini faktor terpenting didalam perkembangan sepakbolanya untuk mencapai tingkatan yang lebih sulit karna diusia ini akan masuk fase usia keemasa dan dimana harus baik dalam mengesekusi teknik dasar maka dari itu diusia ini akan ditingkatkan tingkat kesulitan dalam latihan karna pemain harus memahami taktik cara bermain ini harus sudah mulai ditanamkan sejak usia 10-12 tahun.

Pemain diusia 10-12 tahun dengan teknik *passing* yang baik akan memudahkan dalam melakukan latihan sepakbola untuk penekana-penekana didalam latihan sehingga pemain dapat melakuakan latihan secara kompleks dalam teknik *passing* ditunjang dari banyaknya pertandingan

anak usia 10-12 tahun ini akan mengalami perkembangan yang baik diusia masuk fase keemasannya.

Untuk saat ini pelatih harus kreatif dalam pengembangan membuat program latihan mulai dari mudahnya pemain menangkap atau menerima program latihan yang dierikan sehingga pemain dapat melakukan latihan dengan baik banyaknya metode atau cara melatih sekarang ini dengan berkembangnya jaman pelatihan harus mempunyai alat yang bisa memudahkan didalam pengembangan latihan teknik dasar *passing*.

Pemain sepakbola dalam hal ini dituntut untuk memiliki teknik dasar yang baik maka untuk perkembangan pemain usia muda terutama usia 10 sampai 12 tahun ini perlu perlakuan khusus untuk dapat dikembangkan secara modern sehingga pemain dapat menerima latihan dengan baik dan ini akan memberikan dampak

positif sehingga pemain dapat mengalami perkembangan didalam mengesekusi teknik *passing*. Oleh karena itu, peneliti mencoba mengangkat masalah ini dengan membuat pengembangan model latihan *passing* yang diharapkan dapat mempermudah dan memahami khususnya latihan teknik passing sepakbola usia 10 sampai 12 tahun.

Dipilihnya permasalahan ini karena pengembangan model latihan ini merupakan media latihan pemain sepakbola yang nantinya menjadi pengalaman dan berkembang menjadi otomatisasi gerak yang sangat berguna pada saat menendang bola dan memulai serangan dalam sepakbola menggunakan media audiovisual.

Dan menurut peneliti juga masih banyak pelatih sepakbola yang hanya memberikan materi latihan secara teori tetapi kurang dalam praktek, oleh Karena itu media ini

dibuat agar pemain tersebut bias memahami materi yang akan diberikan oleh pelatih. Karena saat ini masih sangat kurang variasi model latihan untuk pemain sepakbola, mungkin masih banyak pelatih– pelatih sekolah sepakbola atau SSB yang melihat media social seperti youtube dan lain – lain.

Pengembangan model ini dibuat oleh peneliti supaya memberikan variasi latihan dan mempermudah sekaligus mudah dipahami oleh anak – anak usia 10 sampai dengan 12 tahun, karena pengembangan model latihan teknik *passing* ini diibuat agar anak – anak tertarik dan bias lebih mudah untuk diingat gerakan-gerakan latihannya. Beberapa pemain sepakbola memulai karirnya sebagai pesepakbola.

## Konsep Pengembangan Model

Secara umum penelitian diartikan sebagai suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistematis dan logis untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu.<sup>1</sup> Selain itu penelitian juga dapat disampaikan sebagai usaha yang diarahkan untuk mengetahui atau mempelajari fakta-fakta baru dan juga sebagai hasrat ingin tahu manusia.

Bentuk dari penelitian itu sendiri ada beberapa jenis yaitu penelitian dasar, penelitian terapan, penelitian evaluasi, penelitian mendesak dan penelitian pengembangan (*development research*). Dari beberapa jenis penelitian tersebut, penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Penelitian dan

pengembangan adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan suatu produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut.<sup>2</sup> Penelitian dan pengembangan juga didefinisikan sebagai metode penelitian yang secara sengaja, sistematis, bertujuan atau diarahkan untuk mencaeritemukan, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan, menguji keefektifan produk, model, metode/strategi/cara, jasa, prosedur tertentu yang lebih unggul, baru, efektif, efisien, produktif, dan bermakna.<sup>3</sup>

Bagian dari penelitian dan pengembangan mengacu pada tahap penyelidikan dan eksperimen untuk menciptakan produk baru atau memperbaiki produk yang sudah ada. Brog & Gall dalam "*Research and Development*" menjelaskan bahwa

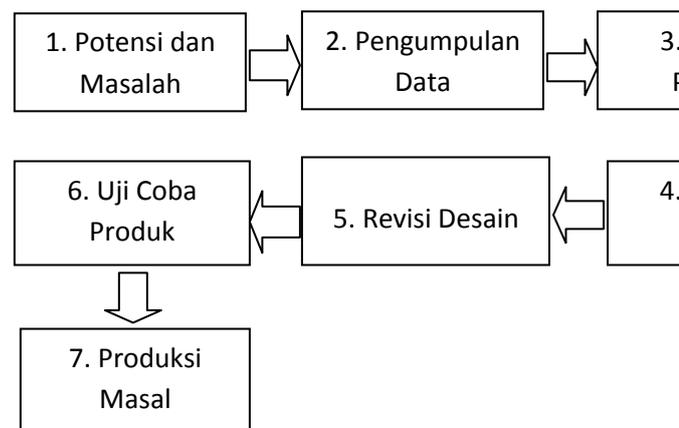
---

R&D dalam pendidikan adalah sebuah model pengembangan berbasis industri dimana temuan penelitian digunakan untuk merancang produk dan prosedur baru, yang kemudian secara sistematis di uji dilapangan, di evaluasi, dan disempurnakan sampai mereka memenuhi kriteria tersebut, yaitu efektivitas, dan berkualitas.<sup>4</sup>

## B. Konsep model yang dikembangkan

Maka dari beberapa definisi dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian pengembangan adalah suatu penelitian yang mendasarkan pada pembuatan suatu produk yang efektif yang diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan uji coba produk. Model pembelajaran atau latihan pola ataupun langkah-langkah yang meliputi analisis, pengembangan dan

evaluasi hasil pembelajaran yang tujuannya mendapatkan hasil latihan yang optimal. Dalam penelitian ini peneliti akan mengembangkan model latihan *passing* pada permainan sepakbola, Dan berikut adalah rancangan model latihan *passing* dalam permainan sepakbola secara umum penelitian dan pengembangan ini digambarkan dalam bagan yang dikutip dari Sugiyono:



Gambar 2.1 Bagan Rancangan Model *Flow Chart*.

Sumber : Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D" (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 409

- a) Potensi dan Masalah, potensi adalah segala sesuatu yang bila didaya gunakan akan memiliki nilai tambah dan masalah adalah penyimpangan antara yang diharapkan dengan yang terjadi. Potensi dan masalah yang

dikemukakan dalam penelitian harus ditunjukkan dengan data empirik.

Contoh dari masalah tersebut ialah hasil data yang ada dalam sekolah sepakbola dalam melakukan esekusi tehnik dasar masih banyak terjadi masalah dengan program yang tidak sesuai berikan oleh pssi karena disetiap sekolah sepakbola memiliki masalah yang berbeda didalam membuat modellatihan tehnik dasar.

- b) Pengumpulan Data atau Mengumpulkan Informasi, adalah setelah potensi dan masalah dapat ditunjukkan secara faktual dan *uptode*, maka selanjutnya perlu dikumpulkan sebagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk tertentu yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut. Contoh dari masalah tersebut dari hasil survey dilapangan perlunya membuat bentuk model latihan dan pelatih dapat mempersiapkan berdasarkan situasi dan kemampuan pemainnya tersebut.
- c) Desain Produk, adalah hasil akhir dari kegiatan ini adalah berupa desain produk baru, yang lengkap dengan spesifikasinya, desain produk baru harus diwujudkan dengan gambar atau bagan, sehingga dapat digunakan sebagai pegangan untuk menilai dan membuatnya. Pada contoh diatas hasil akhir dari kegiatan ini adalah berupa desain sistem yaitu rancangan sistem kerja baru. Desain sistem ini masih bersifat hipotetik, dikatakan hipotetik karene efektivitasnya belum terbukti akan dapat diketahui setelah melalui pengujian-pengujian. Contohnya ialah sudah dibuatnya model latihan untuk dapat

diterapkan oleh pelatih-pelatih sepakbola akan tetapi perlunya pengujian dari hasil latihan.

- d) Validasi Desain, merupakan proses kegiatan untuk menilai apakah rancangan produk, dalam hal ini sistem rancangan kerja baru secara rasional akan lebih ekektif dari yang lama atau tidak. Validasi produk dapat dilakukan dengan cara menghadirkan beberapa pakar atau tenaga ahli yang sudah berpengalaman untuk menilai produk baru yang dirancang tersebut. Contohnya ialah dari model latihan yang sudah dibuat perlunya tenaga ahli untuk melihat produk tersebut agar dapat diketahui seberapa efektifnya model latihan tersebut untuk diaplikasikan kedalam lapangan oleh para pelatih-pelatih disekolah sepakbola.
- e) Perbaikan Desain, setelah desain produk, validasi melalui diskusi dengan pakar para ahli lainnya, maka akan diketahui kelemahannya. Kelemahan tersebut selanjutnya dicoba untuk dikurangi dengan cara memperbaiki desain. Contohnya ialah setelah model latihan dibuat perlunya desain yang lebih baik agar model latihan dapat berjalan sesuai yang ingin diterapkan oleh pelatih sepakbola.
- f) Uji Coba Produk, seperti yang dikemukakan, kalau dalam bidang teknik, desain produk yang telah dibuat tidak bisa langsung diuji coba dulu, tetapi harus dibuat terlebih dulu, menghasilkan barang, dan barang tersebut diuji cobakan.<sup>5</sup>

Dari hasil keseluruhan pembuatan model latihan yang sudah diujicobakan ini perlunya proses untuk dapat diaplikasikan oleh banyak pelatih sepakbola.

- g) Produksi masalah, mengimplementasikan dan menyebarkan produk melalui pertemuan atau jurnal ilmiah. Berkerja sama dengan penerbit atau instansi pemerintah untuk mensosialisasikan produk yang telah dikembangkan.

Kemudian menurut Sukmadinata penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan.<sup>6</sup> Adapun rancangan model latihan *passing* dalam permainan sepakbola dapat digambarkan juga dalam bagan seperti dikutip dari Arif S. Sadiman sebagai berikut:

Gambar 2.2. Bagan Rancangan Model *Flow Chart*

Sumber : Arif S. Sadiman, "Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya", (Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003)

- 1) Pertama kali yang ditentukan adalah sebuah ide-ide yang akan dikembangkan, dengan mengumpulkan informasi sebagai landasan pemikiran untuk membuat konsep. Konsep yang akan dibuat dalam pengembangan model memberikan variasi latihan sehingga pelatih dapat memberikan latihan berbagai macam model latihan sesuai karakteristik anak tersebut
- 2) Pembuatan model latihan (rancangan produk), bentuk rancangan tersebut adalah model latihan. Seperti model drill dan variasi dalam model latihan drill *passing*.
- 3) Evaluasi, dimaksudkan untuk mengetahui apakah media ya dibuat dapat mencapai tujuan-tujuan yang telah ditetapkan atau tidak. Contohnya dari model yang telah dibuat akan dilihat sejauh mana pemain sepakbola usia 11-12 tahun dapat menerima pengembangan model latihan tersebut ini akan dipilih yang dapat mencapai sesuai tujuan atau kriteria model latihan.
- 4) Revisi produk I, revisi dilakukan oleh ahli yang bersangkutan. Dalam revisi produk yang berupa model latihan ini untuk memvalidasikan model perlu 3 ahli sepakbola yang berkompeten

atau berpegalaman minimal berlisensi D,C,B dan A Nasional atau AFC sepakbola.

- 5) Produksi *prototipe*, dilakukan dengan mempraktekkan model latihan di lapangan. Contohnya ialah memberikan bentuk model sebenarnya dan dikembangkan untuk diujikan dalam latihan tanpa merubah model latihan sebenarnya yang sesuai tujuan.
- 6) Uji coba *prototipe*, pengujian terhadap subyek lapangan baik dalam uji coba tahap I maupun uji coba tahap II.  
Untuk ujicoa tahap I ialah ujicoba kecil yang dibuat hanya menyesuaikan jumlah pemain yang ada didalam model untuk dapat dilihat tujuan model tersebut apakah sudah sesuai atau tidak.  
Untuk tahap II ialah ujicoba besar yang melibatkan banyaknya jumlah pemain yang diujicobakan untuk dapat dilihat yang sesuai tujuan dalam pengembangan model latihan secara keseluruhan.
- 7) Revisi produk kedua, revisi dilakukan oleh ahli, guna memperoleh hasil yang sempurna.  
Dari hasil revisi produk kedua untuk mencapai kesempurnaan dapat dilihat oleh para ahli dilihat dengan pengamatan berupa tehnik tendangan pada bola, posisi badan, sentuhan bola dengan kaki dan tujuan yang mencapai target untuk mendapat kesempurnaan dari model latihan *passing*.
- 8) Reproduksi, penyempurnaan produk untuk menuju produk akhir yang diharapkan pada pengembangan.<sup>7</sup>

Produk yang diharapkan ialah pemain dapat menerima pengembangan model latihan *passing* dengan berbagai variasi sesuai dengan tujuan juga dapat mengesekusi bola dengan baik dan pelatih akan dapat merikan bentuk-bentuk model latihan *passing* untuk mempermudah dan mencapai tujuan yang pelatih inginkan dalam latihan tehnik dasar *passing*.

Pengembangan model dalam bidang olahraga yang dipaparkan disini adalah model yang berasal dari pemikiran, masih bersifat konseptual dan pelaksanaannya terorganisir mulai dari perencanaan, pelaksanaan, sampai evaluasi akhirnya. Menurut *Borg ang Gall* ada 10 (sepuluh) tahap yang harus dilalui dalam R&D tahap-tahap penelitian yang dikemukakan oleh *Borg and Gall* adalah 1. *Research and Information collection*, 2. *Planning*, 3. *Develop preliminary from of product*, 4. *Preliminary field testing*, 5. *Main product revision*, 6. *Main field testing*, 7. *Operational product revision*, 8. *Operational field*

---

<sup>7</sup>Arif S. Sadiman,"*Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan*

---

*Pemanfaatannya*",(Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003), h. 6.

testing, 9. Final product revision, 10.

Dissemination and implementati.<sup>8</sup>

Gambar 2.3. Bagan Rancangan Model Flow Chart.

Sumber : *Borg and Gall* (Sugiyono), "Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D," (Bandung: Alfabeta, 2011), h.298

Rancangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola dilakukan dengan metode penelitian dan pengembangan yang digambarkan dalam bagan menurut *Borg and Gall* seperti dikutip dari buku Sugiyono sebagai berikut kemudian menjelaskan secara rinci tiap langkah yang diuraikan diatas.

---

<sup>8</sup> *Borg and Gall* (Sugiyono), "Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D," (Bandung: Alfabeta, 2011), h.298

1. Melakukan penelitian pendahuluan (*prasure*) untuk mengumpulkan informasi kajian pustaka, pengamatan kelas identifikasi permasalahan yang dijumpai dalam pembelajaran dan merangkum permasalahan.
2. Melakukan perencanaan (identifikasi dan definisi keterampilan perumusan tujuan, penentuan urutan pembelajaran), dan uji ahli atau uji coba skala kecil, atau *expert judgement*.
3. Mengembangkan jenis atau bentuk produk awal meliputi: penyiapan materi pembelajaran, penyusunan buku pegangan, dan perangkat evaluasi.
4. Melakukan uji coba lapangan tahap awal. Pengumpulan data/informasi dengan menggunakan observasi, wawancara dan kuisioner, lalu dilanjutkan dengan analisis data.
5. Melakukan revisi terhadap produk utama berdasarkan masukan dan saran-saran hasil uji coba lapangan awal.
6. Melakukan uji coba lapangan utama.
7. Melakukan revisi terhadap produk operasional berdasarkan masukan dan saran-saran hasil uji coba lapangan utama.
8. Melakukan uji lapangan operasional dan data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan kuisioner.
9. Melakukan revisi terhadap produk akhir berdasarkan saran dalam uji coba lapangan.
10. Mendesiminasikan dan mengimplementasikan produk, melaporkan dan memperluas produk melalui pertemuan dan jumlah ilmiah, bekerja sama

dengan penerbit buku untuk sosialisasi produk tersebut.<sup>9</sup>

Secara umum istilah model dapat diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman atau acuan dalam melakukan kegiatan. Dalam pengertian lain model juga diartikan sebagai barang atau benda tiruan dari benda sungguhan, misalnya *globe* merupakan benda tiruan dari bumi. Uraian selanjutnya istilah model digunakan untuk menunjukkan model generik yang berarti umum dan mendasar yang dijadikan titik tolak pengembangan model yang lebih lanjut dalam artian lebih rumit dan artian lebih baru. Pengertian lain bahwa model adalah perencanaan yang menggambarkan proses yang di tempuh pada

Proses kegiatan agar dicapai perubahan spesifik pada perilaku

---

seseorang seperti yang diharapkan.<sup>10</sup> Model yang digunakan biasanya untuk memudahkan memahami berbagai kegiatan guna menganalisis atau mendesain suatu kegiatan, karena model yang dibuat dapat memperjelas prosedur, hubungan, serta keadaan keseluruhan dari apa yang didesain tersebut. Maka dengan adanya model dapat diidentifikasi bagaimana cara-cara membuat perubahan dari ketidaksesuaian dari apa yang telah dirumuskan dan membuat yang lebih baik dan efisien. Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa model adalah sebuah gambaran tentang suatu kegiatan atau keadaan untuk menjelaskan suatu sistem atau konsep yang sudah didesain dan dapat dikembangkan ke sesuatu yang lebih baru dan lebih efisien.

penyusunan dan pelaksanaan program latihan hendaknya

---

memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut:

a. Partisipasi aktif

Pencapaian prestasi merupakan panduan usaha atlet itu sendiri dan kerja keras pelatih, sehingga keduanya lah yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan program latihan untuk menghasilkan prestasi yang tinggi. Pelatih berkewajiban untuk mendidik atlet agar memiliki sikap bertanggung jawab, disiplin dan mandiri<sup>11</sup>.

b. Perkembangan multilateral

Prestasi yang tangguh perlu dipersiapkan melalui peletakan dasar bangunan prestasi yang dilaksanakan pada tahap dasar yakni perkembangan multilateral. Tahap perkembangan multilateral diletakan pada awal program pembinaan sebelum memasuki tahapan spesialisasi, yakni pada anak usia : 6 sampai 15 tahun, bertujuan :

mengembangkan dan mengoreksi gerak dasar (jalan,lari,lompat,lempar dan tangkap).<sup>12</sup>

c. Individual

Setiap atlet memiliki potensi yang berbeda-beda dan berkarakter unik, setiap latihan menimbulkan respon yang berbeda pula. Untuk itu dalam penyusunan program latihan, pelatih perlu mempertimbangkan perbedaan individual.

d. Overload

untuk meningkatkan kemampuan atlet perlu latihan dengan beban lebih (Overload), yakni beban yang cukup menantang atau benar-benar membebani pada wilayah ambang batas kemampuan atlet

Untuk mencapai tujuan dalam latihan perlu proses yang dilakukan secara berulang-ulang dan sistematis dengan memperhatikan juga aspek kependidikan dan menggunakan pendekatan ilmiah selain itu peran

---

---

pelatih juga sangat penting dalam menyusun program latihan yang bervariasi dan sesuai dengan kebutuhan atlet.<sup>13</sup>

Model-model latihan merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat menunjang atlet untuk menguasai materi latihan, dengan media ini seorang pelatih dapat memberikan latihan secara baku dan terperinci sesuai dengan tujuan latihan, sehingga atlet dapat mudah menguasai materi latihan, selain itu model latihan memudahkan bagi pelatih maupun guru penjas untuk dapat memberikan materi kepada atlet didiknya, secara tidak langsung tujuan pembelajaran akan tercapai.<sup>14</sup>

Pengembangan model latihan merupakan proses jangka panjang secara kontinu dan berubah terus-menerus, karena model latihan akan

---

berkembang berkaitan dengan pengembangan atletnya.<sup>15</sup>

Maka dari beberapa pendapat dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa Model latihan dapat diartikan sebuah cara mengorganisasikan suasana latihan untuk mencapai tujuan latihan. Model latihan harus memudahkan pemain untuk memahami konsep yang diberikan pelatih pada proses latihan. Model inilah yang nantinya akan dirancang dan dirumuskan dalam penelitian pengembangan yang menghasilkan sebuah produk berupa model latihan yang baru.

## **2. Hakikat teknik dasar passing**

Macam-macam teknik dasar *passing* dalam sepak bola, pengertian dan cara melakukannya. Selain menggiring dan menendang, pemain bola juga harus menguasai teknik dasar *passing*. Teknik *passing* adalah

---

teknik mengumpan atau mengoper bola ke teman setim. Dan untuk melakukan *passing* dalam sepak bola bagian tubuh yang paling tepat digunakan adalah kaki.<sup>16</sup>



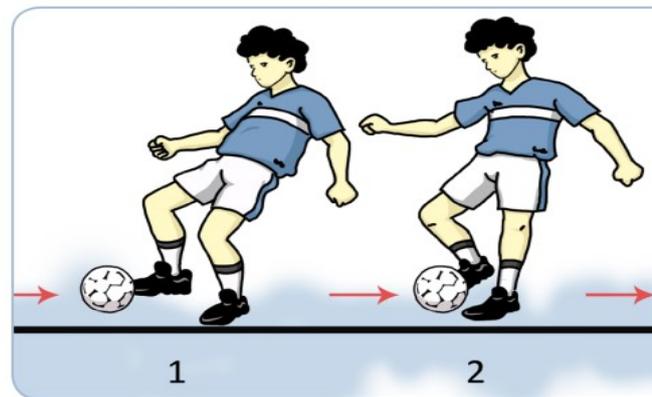
Gambar 2.4 : Gerakan *passing*  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

*Passing* adalah istilah yang sangat erat kaitannya dengan usaha untuk mengoper atau mengumpan bola ke rekan satu tim. Jadi *passing* adalah teknik mengoper atau memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lainnya dalam sebuah permainan sepak bola. Teknik *passing* merupakan teknik dasar yang

<sup>16</sup>Sepakbola taktik dan tehnik bermain. (Jakarta: PT. RajaGrafindo2004) hal. Hal. 1

harus dikuasai oleh para pemain sepak bola agar pola permainan atau pola serangan yang dijalankan dapat berhasil dan berjalan dengan lancar. Secara umum terdapat 3 macam atau jenis *passing* dalam olahraga sepak bola, itu *passing* menggunakan kaki bagian dalam, *passing* menggunakan kaki bagian luar, dan *passing* menggunakan punggung kaki.

Seperti yang sudah ada dikurikulum PSSI, *passing* ada tiga jenis yaitu *passing* dengan kaki bagian dalam, luar dan kura-kura kaki. Di sini akan dijelaskan cara melakukannya. Cara Melakukan *Passing* Dengan Kaki Bagian Dalam gambar berikut<sup>17</sup>:



Gambar 2.5 : *Passing* kaki bagian Dalam

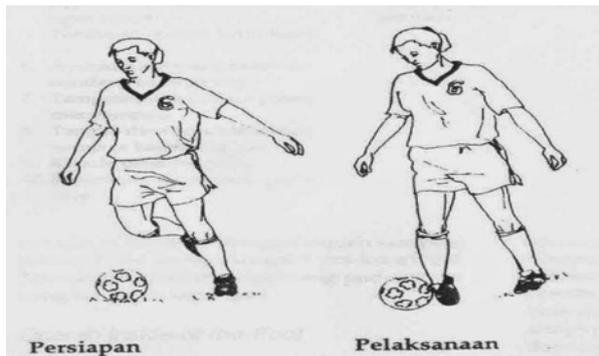
Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik *passing* dalam sepakbola.

- a. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, lutut di tekuk.

<sup>17</sup> Dasar sepakbola modern(timo scheunemann). h. 32

- b. Kakik sepak membentuk sudut 90 derajat dengan kaki tumpu
- c. Posisi badan dibelakang bola sedikit tegak
- d. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- e. Saat perkenaan mata melihat bola dan meneruskan pandangan
- f. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)

18



Gambar 2.6 : *Passing* kaki Bagian kura-kura/punggung kaki

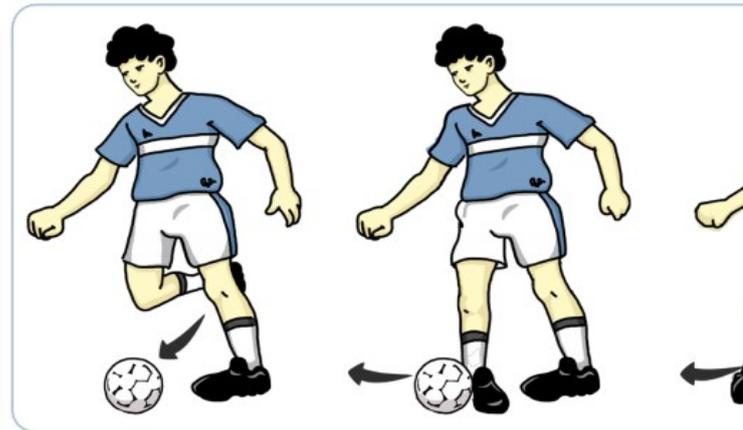
Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik passing dalam sepakbola.

#### Cara Melakukan *Passing* Dengan Punggung/Kura-Kura Kaki

- a. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- b. Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
- c. Posisi badan sedikit cndong kedepan
- d. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- e. Saat bola mengenai perkenaan bagian punggung mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- f. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)<sup>19</sup>

<sup>18</sup> Ibid. h.32

<sup>19</sup> Ibid. h.33



Gambar 2.7 : *Passing* kaki Bagian luar  
Sumber : <http://periolahraga.blogspot.co.id> teknik passing dalam sepakbola.

#### Cara Melakukan *Passing* Dengan Kaki Bagian Luar

- a. Kaki ditumpu pada samping sejajar dengan bola, kaki lurus kebelakang
- b. Kaki sepak membentuk sudut 30 derajat dengan kaki tumpu
- c. Posisi badan sedikit cndong kedepan
- d. Tendangan dimulai dari menarik kaki dan mengayun kedepan
- e. Saat bola mulai mengenai perkenaan kaki bagian luar mata melihat bola dan meneruskan pandangan pada sasaran
- f. Setelah menendang ada gerakan lanjutan (follow through)<sup>20</sup>

Selain itu kita juga perlu tahu otot-otot yang digunakan untuk melakukan tehnik gerakan *passing* otot-otot yang digunakan dari bagian tubuh keseluruhan lebih banyak menggunakan kaki mulai dari pinggang sampai telapak kaki. Karena banyaknya otot-otot yang berkerja saat melakukan *passing* maka dibagi menjadi 2 sisi :

<sup>20</sup>Dasar sepakbola modern(timo

scheunemann). h. 32

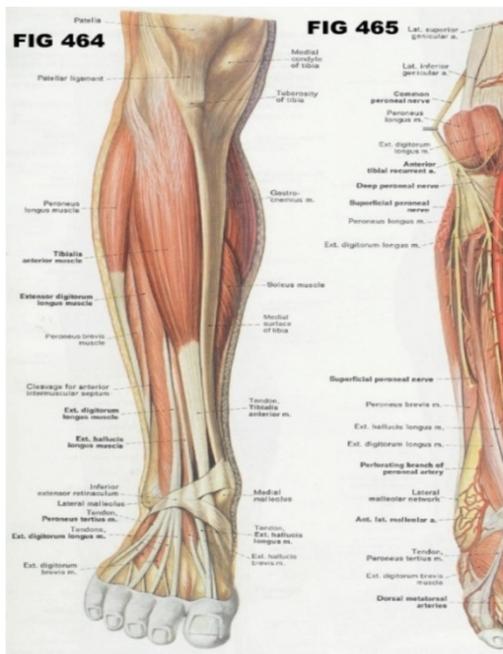
a) Sisi bagian depan kaki meliputi otot-otot primer/utama antara lain :

1. *quadriceps femoris*
2. *gastroc nemius*
3. *tibialis anterior*
4. *extensor hallucis longus*

b) Sisi bagian belakang kaki meliputi otot-otot primer/utama antara lain

1. *gluteus*
2. *biceps femoris*
3. *semimembranosus*
4. *gastroc nemius*<sup>21</sup>

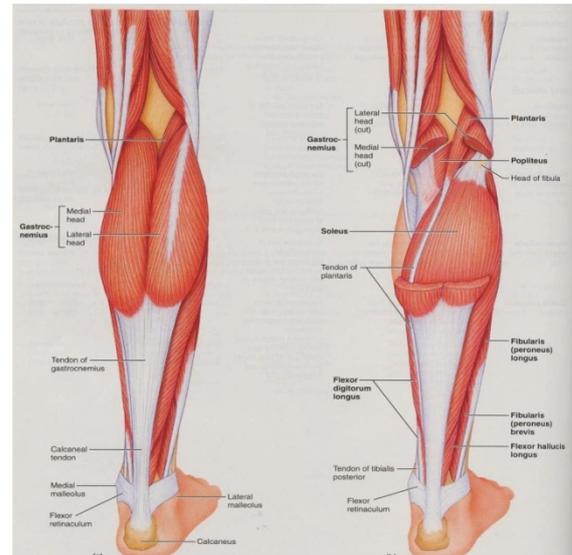
a. otot-otot sisi tungkai bagian depan tungkai kaki



Gambar 2.8 : otot kaki bagian depan  
Sumber : Strenght training anatomy

second edition

b. otot-otot sisi bagian belakang tungkai kaki



Gambar 2.9 : Otot kaki bagian belakang

Sumber : Strenght training anatomy

second edition

c. Analisa secara anatomi

Secara anatomi gerakan tubuh manusia dalam menendang atau *passing* anggota tubuh yang menjadi pergerakan utama adalah anggota gerak bagian bawah yaitu tungkai. Sedangkan gerakan tangan hanya berayun untuk menjaga keseimbangan dan keserasian gerak tetapi tetap aja berkontraksi persendian bergerak mulai dari *fleksi* mulai dari persendian lutut dan panggul serta engkel kaki kananyang terangkat ke atas sedangkan pada saat melurus di kaki kiri terjadi ekstensi panggul, lutut dan

<sup>21</sup>Frederic delavier, strenght training anatomy, second edition (paris: By edition virgot, 2006), h.93.

engkel yang memberikan tolakan dan seterusnya hingga pergantian langkah kaki. Ketika kaki kiri berhenti, maka akan terjadi penahanan berat badan pada kaki kiri yang didukung oleh otot *hamstring*, *quadriceps*, *gluteus* dan *gastrocnemius*. Pada saat menendang bola pada kaki kanan maka poros pertama persendian terdapat pada sendi pinggul lutut sedikit *fleksi* yang digerakan oleh kelompok otot-otot *hamstring* yang juga ikut mengambil anjang-ancang dan sendi engkel lurus ekstensi yang dikonstraksikan oleh otot-otot betis. Pada pergerakan menarik kaki tendangan dari belakang yang bertugas adalah otot *iliacus*, *anterior sup*, *illisprine*, *tensor fasciae*, atau kelompok *quadriceps extensor* bagian *froximal*. Sedangkan saat ekstensi lutut digerakan oleh *rectus femoris*, *vastus medialis*, *vectus lateralis* atau kelompok *quadriceps* bagian *distal*. Pada saat gerakan *follow trough*, otot-

otot rileks dan menapakkan kaki seenaknya sebagai gerakan lanjutan untuk menghindari resiko cedera.

d. bentuk latihan kekuatan untuk *passing*

Gambar 1.

Gambar 2.



Gambar 3.



Gambar 3.0 : latihan kekuatan  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

### Gambar 1

Cara melakukannya dengan berpasangan dengan cara yang 1 tidur terlentang dengan ke dua kaki diangkat ke atas dan yang 1 nya memegang kakinya untuk didorong ke depan dan pemain yang tiduran menahan kaki jangan sampai tersentuh dimatras dan kaki dinaikan kembali, untuk latihan tersebut memsesuaikan karakteristik usia bisa dilakukandengan 10 sampai 15 repetisi dan 2 set cukup pengenalan untuk usia 10 sampai 12 tahun.

Latihan tersebut untuk penguatan otot bagian perut bawah (*Rectus Abdominis*). Karena bagian itu sangat berpengaruh terhadap kekuatan tehnik *passing*.

### Gambar 2

Cara melakukannya berpasangan dan dengan berat badan yang sesuai, yang satu tidur dengan posisi kaki berada dibagian belakang posisi pasangannya setelah itu dorong kaki kedepan dan kembali seperti semula ini dilakukan mensesuaikan karakteristik usianya dengan 10 sampai 15 repetisi dan 2 set cukup sebagai pengenalan untuk usia 10 sampai 12 tahun. Latihan ini berguna untuk otot paha bagian depan (*Quadriceps*), paha bagian belakang (*Hamstring*) dan otot betis (*Gastrocnemius*). Latihan kekuatan ini saat berpengaruh pada kekuatan kaki untuk melakukan *passing*.

### Gambar 3

Cara melakukannya berpasangan dilakukan menggunakan bola dan posisi kaki sedikit ditekuk dan bola dilempar untuk bisa menjaga posisinya dalam melakukan *passing*. Ini dilakukan menyesuaikan karakteristik usia 10 sampai 12 tahun. Latihan ini berguna untuk otot bagian paha bagian atas (*Quadriceps*), paha bagian samping (*Vestus Medialis*) dan otot betis bagian samping (*Soleus*).

Demikian pengertian dan cara melakukan beberapa jenis *passing* dalam permainan sepak bola, jadi dalam sepakbola penting untuk melakukan teknik *passing* karna dalam permainan sepakbola yang sering dilakukan adalah teknik dasar *passing* untuk itu dengan cara latihan yang tepat dalam melakukan teknik *passing* akan memberikan pemain modal penting dalam suatu pertandingan sepakbola untuk itu perlu latihan yang detail agar pemain sepakbola bagus dalam melakukan teknik *passing*.

Gambar 3.2 : Gambar Lapangan Sepakbola

Sumber : *Soccer Book of The united states soccer federation*

Suatu model dalam penelian pengembangan dihadirkan dalam bagian prosedur pengembangan, yang biasa mengikuti model pengembangan yang dianut oleh peneliti. Model yang dapat juga memberikan kerangka kerja untuk pengembangan teori dan penelitian. Dengan mengikuti model tertentu yang dianut oleh peneliti maka akan diperoleh sejumlah masukan (*input*) guna dilakukan penyempurnaan produk yang dihasilkan, apakah berupa bahan ajar, media atau produk-produk yang lain.

## METODOLOGI PENELITIAN

### A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *passing* yang terbaru yang nanti akan dipakai oleh pelatih dalam menjalankan latihan, Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan model latihan teknik *passing* pada pemain sepakbola usia 10 sampai dengan 12 yang dapat diterima oleh pelatih dan bervariasi yang mudah diterima dalam latihan sepakbola.

### Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Tempat pengambilan data penelitian di *Sekolah Sepakbola Abstrax Jakarta Selatan*.

#### 2. Waktu Penelitian

Waktu Pengambilan data pada penelitian ini dimulai pada tanggal

22 agustus 2017 sampai dengan 18 november 2017. Waktu pengambilan data pada penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 1 oktober – 8 oktober 2017.

### Karakteristik Model Yang Dikembangkan

#### 1. Sasaran Penelitian

Sasaran model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola, subjek pada pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola ini adalah anggota sekolah sepakbola Abstrax *Football academy*, Ssb Garecs dan Serpong *City Soccer School*.

## 2. Subjek Penelitian

Pemain sepakbola yang berusia sekitar 10 sampai dengan 12 tahun, ini diasumsikan dapat mempermudah pelaksanaan uji coba produk.

### **Langkah-langkah pengembangan model**

Dalam langkah pengembangan model ini perlu langkah yang menyatakan masalah tersebut menjadikan sebuah penelitian untuk dapat dilanjutkan menjadi beberapa tahapan dalam langkah pengembangan didalam permasalahan peneliti.

#### 1. Potensi dan Masalah

Teknik *passing* sangat penting dalam permainan sepakbola. Setiap pemain mempunyai teknik *passing* akan tetapi dalam teknik *passing* perlu kemauan lebih dan latihan yang berulang-ulang agar dapat memiliki teknik *passing* yang baik. Jika pemain memiliki teknik *passing* yang baik

maka pemain dapat melakukan penguasaan bola didalam permainan sepakbola dan juga agar dapat mencetak gol.

Ketika pemain dalam melakukan teknik *passing* sering melakukan kesalahan bahkan secara teknik dasar pemain salah dalam mengesekusinya, maka dari itu perlunya variasi dalam latihan teknik *passing* dan pemain dapat menerima latihan tersebut dengan baik dan efektif di dalam latihan maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang model latihan teknik *passing* pada olahraga permainan sepakbola agar dapat membantu pelatih dalam menyusun latihan teknik dalam permainan sepakbola.

#### 2. Pengumpulan Data

Peneliti pada penelitian ini akan membuat produk berupa model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola. Dalam hal ini peneliti memerlukan informasi atau

data tentang latihan teknik *passing* yang terjadi pada latihan sepakbola disekolah sepakbola dengan cara menganalisis teknik latihan *passing* baik secara langsung disekolah sepakbola tersebut.

Hasil analisis menunjukan teknik latihan *passing* dalam permainan sepakbola menjadi hal yang sangat penting setiap pemain sepakbola. *passing* merupakan bagian penting dari penguasaan bola apabila teknik *passing* yang dilakukan mengalami kesalah atau pada latihan hanya itu-itu saja yang dilatih maka pemain tidaknakan mengalami perkembangan dalam teknik *passing* Jadi peneliti akan membuat model latihan teknik *passing* yang diharapkan dapat membantu meningkatkan latihan teknik *passing* agar pemain dapat mengalami perkembangan dalam melukukan teknik *passing*. Model latihan teknik

*passing* tersebut adalah produk yang akan dihasilkan pada penelitian ini.

### 3. Desain Produk

Berdasarkan potensi dan masalah serta pengumpulan data yang terkait dengan model teknik latihan *passing* pada permainan sepakbola, maka untuk menghasilkan produk berupa model latihan teknik *passing* pada permainan sepakbola, peneliti harus membuat rancangan model latihan teknik *passing*. Rancangan model latihan teknik *passing* ini nantinya akan berupa *storyboard script* yang dibuat di dalam kertas.

### 4. Validasi Desain

Setelah penyusunan desain produk, desain tersebut akan dinilai apakah model latihan teknik *passing* yang dibuat bersifat relevan dan efektif. Validasi produk ini peneliti akan bekerja sama dengan ahli yang berkompeten di bidang olahraga sepakbola yaitu dosen dan kepala

pelatih sepakbola, sebagai berikut 1.

Awaludin, M.Pd 2. Jan Saragih 3.

Umar Nalis

### **Validitas Ahli**

Uji validitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana model latihan yang dibuat layak untuk digunakan. Berdasarkan hal ini maka uji validitas dari model latihan ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli pelatih sepakbola seperti Bapak Awaludin, M.Pd, Jan Saragih dan Umar Nalis, dimana model latihan yang telah dibuat dan diuji cobakan kemudian dikonsultasikan dan di nilai oleh para ahli dalam bidang olahraga sepakbola. Ahli sepakbola untuk memvalidasi model latihan ini harus memiliki kriteria, antara lain: (1) memiliki lisensi kepelatihan tingkat asia dan (2) memiliki pengalaman melatih minimal 3 tahun di tingkat nasional.

### **Teknik Analisis Data**

Dalam penelitian pengembangan ini teknik analisa data digunakan untuk menganalisa data yang diperoleh dari hasil penyebaran angket evaluasi dari pengembangan teknik dasar *passing* kemudian dilihat dari hasil latihan di sekolah sepakbola *Abstrax football academy*, sekolah sepakbola *Garecs* dan *Serpong City Soccer school*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Pengembangan Model

Hasil pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun ditulis dalam bentuk naskah yang dapat disajikan dalam bentuk-bentuk model latihan *passing* untuk usia 10 sampai 12 tahun.

### Hasil Analisa Kebutuhan

Hasil pengembangan model latihan *passing* yang secara keseluruhan terdapat 2 tujuan umum yang hendak diungkap dalam studi pendahuluan atau analisa kebutuhan, yaitu :

a) seberapa penting pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

b) kendala dan dukungan apakah yang dijumpai dalam pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

Model latihan *passing* yang akan dikembangkan merupakan hasil dari permasalahan yang ditemukan oleh peneliti dilapangan melalui

observasi dan wawancara terhadap pelatih yang melatih di sekolah sepakbola. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti maka diperoleh tujuan umum dari pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola anak usia 10 sampai 12 tahun, disamping beberapa tujuan umumpeneliti juga dapat mengetahui beberapa karakteristik dari model latihan *passing* yang akan dikembangkan.

Dari hasil data yang dikumpulkan melalui wawancara dan angket kepada 36 pemain sepakbola kemudian diolah dan didekskripsikan rumusan penelitian yang dilakukan kepada pemain sepakbola dilaksanakan pada hari Jum'at 01 oktober 2017, dimana analisis kebutuhan bentuk angket di sekolah sepakbola *Abstrax Football Academy*. Hasil analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa: 1. Pemain yang

berlatih dapat memahami latihan *passing* dengan baik, 2. Pemain dapat menerima latihan *passing* dengan tehnik dan esekusi yang baik, 3. Pemain mudah menerima penjelasan pada materi *passing* dari tingkat yang mudah menuju yang sulit, 4. Pemain mendapatkan berbagai variasi latihan *passing*. 5. Pemain setuju untuk pengembangan model-model latihan *passing* pada sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

Hasil hasil studi pendahuluan atau temuan lapangan selanjutnya akan didekskripsikan dan analisis sehingga hasil ini bersifat deskertif dan analisis, dengan mengacu pada tujuan studi pendahuluan. Berikut ini akan dijabarkan mengenai hasil analisis kebutuhan dan temuan dilapangan yang diperoleh peneliti.

Tabel 1.1 Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan

No.	Butir Pertanyaan	Temuan
	Apa saja yang diberikan dalam Latihan <i>passing</i> sepakbola?	Pelatih hanya melakukan latihan yang monoton hanya sedikit variasi latihan <i>passing</i> sehingga pemain mengalami kebosanan saat latihan sepakbola
2	Apakah terdapat model-model latihan <i>passing</i> pada sepakbola yang sesuai karakteristik pada usia 10 sampai 12 tahun?	Didalam latihan pelatih perlunya menyesuaikan kebutuhan latihan sesuai apa yang dibutuhkan pemainnya yang sesuai usianya sehingga pemain dapat menerima latihan dengan baik.
3	Apakah terdapat sarana dan prasarana dalam latihan sepakbola?	Keterbatasannya pelatih dalam melatih butuhnya sarana yang baik dan perlengkapan yang cukup untuk dapat pemain menerima latihan dengan baik.
4	Apakah pemain bersemangat selama mengikuti latihan sepakbola?	Pemain sangat antusias dalam menerima latihan yang diberikan pelatih.
5	Upaya apa yang dilakukan	Selama ini pelatih hanya melatih itu-itu

	pelatih dalam melatih pemain yang tidak bisa melakukan <i>passing</i> dengan baik?	saja kurangnya kreatifitas seorang pelatih sehingga pemain tidak mengalami peningkatan dalam tehnik <i>passing</i> sepakbola.
6	Apakah dibutuhkan model latihan <i>passing</i> sepakbola untuk gressroot anak usia 10 sampai12 tahun?	Secara umum pelatih dan pemain membutuhkan berbagai model-model latihan sehingga pemain dapat mengalami perkembangan.

## B. Kelayakan Model

Setelah mengumpulkan tahap pengumpulan data dan pembuatan draff model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun, langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji ahli dimana tujuan yang ingin dicapai yaitu mendapatkan kelayakan atau validasi model yang dibuat dengan penilaian langsung dari Ahli.

Peneliti menghadirkan 3 orang ahli dalam kelayakan penilaian model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun, dimana 3 orang ahli yang berprofesi sebagai pelatih sepakbola profesional yang berkompeten pada bidangnya, Adapun kesimpulan dari uji ahli yang dilakukan sebagai berikut.

Berdasarkan uji ahli yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bawasannya 25 variasi model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun layak digunakan dalam latihan sepakbola untuk usia 10 sampai 12 tahun.

### Hasil tahap pertama/uji coba kelompok kecil

Model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun yang

peneliti buat setelah dievaluasi ahli, kemudian mengalami tahap revisi I. Data yang diperoleh dipergunakan sebagai landasan dalam melakukan revisi tahap pertama selanjutnya yaitu diujicoba tahap ke II.

Ujicoba kelompok kecil akan diperoleh data tentang model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 sampai 12 tahun. Subjek uji coba dalam uji coba kelompok kecil sebanyak 12 pemain sepakbola yang sudah ditentukan. Data diambil membuat video model latihan *passing*. Setelah data diperoleh kemudian dihitung rata-rata persentasi keberhasilan yang diperoleh dari hasil video tersebut.

Tabel 1.2 Hasil Analisis Data Ujicoba

#### Kelompok Kecil

No	Variabel	Banyaknya pemain	Persentasi
1	Kemudahan	10 pemain	83,3%
2	Kesulitan	2	16,7%

	an	pemai n	
--	----	------------	--

Berdasarkan tabel diatas kemudahan model latihan *passing* pada permainan sepakbola memiliki presentase 83,3% dan dinyatakan Baik sekali dan untuk pemain yang mengalami kesulitan pada model latihan *passing* memiliki presentase 16,7% dan dinyatakan sangat kurang hasil analisis ujicoba kecil dapat disimpulkan bahwa model latihan *passing* menyatakan valid atau baik sekali dan dapat dilanjutkan ke uji coba kelompok besar.

Berdasarkan evaluasi ujicoba kelompok kecil yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. pada dasarnya variasi dapat diterapkan, akan tetapi harus disesuaikan dari tingkat yang mudah sampai yang tersulit agar kemampuan pemain dapat meningkat.

2. Pada saat melakukan latihan model *passing* pelatih harus memberikan instruksi atau pengarahan yang jelas sehingga dalam pelaksanaannya pemain dapat menerima latihan *passing* tersebut.

### **Hasil tahap kedua/Uji coba kelompok besar**

Setelah hasil pengembangan produk model latihan *passing* untuk pemula ini sudah diujicobakan dalam skala kecil dan telah direvisi, maka tahap selanjutnya adalah melakukan ujicoba kelompok besar. Berdasarkan hasil ujicoba terbatas (ujicoba kelompok kecil) yang telah dievaluasi oleh para ahli, kemudia peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 25 model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grasroot* anak usia 10 samapai 12 tahun.

Langkah selanjutnya setelah model mengalami revisi tahap II dari ahli maka dilanjutkan dengan mengujicobakan produk kepada kelompok besar dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 36 pemain sekolah sepakbola yang terdiri dari *Abstrax Football Academy*, sekolah sepakbola *Garecs*, *Villa2000 Football Academy*. Setelah data diperoleh kemudian dihitung rata-rata presentase hasil dari jumlah jawaban yang diperoleh dari pengisian angket tersebut berikit ini adalah analisis data yang dilakukan berdasarkan data hasil ujicoba kelompok besar.

Tabel 1.3 Hasil Analisis Data Ujicoba Kelompok Besar

No	Variab le	Bayak nya pemai n	Prese ntasi	Ketera ngan
1	Kemud ahan	31 pemai n	90%	Sangat Baik
2	Kesulit an	5 pemai n	11,1%	Sangat kurang

Berdasarkan kemudahan pemain sepakbola dalam mempraktikkan model latihan *passing* untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun yang dikembangkan diperoleh presentase 90% untuk tingkat kemudahan dan pada tingkat kesulitan diperoleh presentase 11,4%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa pada ujicoba kelompok besar secara keseluruhan pengembang model latihan *passing* untuk *grasroot* usia 10 sampai 12 tahun dinyatakan berhasil dan dapat digunakan pada proses latihan dengan beberapa perbaikan, 1). Alat yang dapat digunakan mudah didapat dan cukup ada disekolah sepakbola tersebut, 2). Pada model latihan bisa divariasikan sesuai kebutuhan tim dan dapat disesuaikan pada program latihan yang akan diterapkan pelatih tersebut 3). Untuk dapat diterapkan pelatihan harus memberikan penjelasan yang baik beserta contoh yang benar dan baik.

### C. Pembahasan

Setelah menganalisis kebutuhan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun sangat penting peneliti membuat awal 30 model latihan yang kemudian diserahkan kepada 3 ahli untuk diminta validasi tentang model yang peneliti susun. Berdasarkan uji kelayakan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun yang dilakukan terhadap model yang berjumlah 25 yang tertuang pada tabel diatas setelah hasil revisi dengan ahli. Diperoleh presentase 90% tingkat kemudahan sehingga pada penggunaan keseluruhan model pada pengembangan ini dapat dikategorikan layak serta cocok untuk digunakan dalam pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun.

Berdasarkan hasil ujicoba kelompok kecil dan ujicoba kelompok besar diperoleh data sebagai berikut. Dari hasil ujicoba kelompok kecil dengan melibatkan 12 subjek diperoleh hasil karateria ditinjau aspek kemudahan model latihan *passing* diperoleh presentase 83,3% dan dinyatakan dengan karateria sangat baik. Sedangkan dilihat dari data aspek kesulitan diperoleh presentase 16,7% dan dinyatakan sangat kurang.

Hasil ujicoba kelompok kecil memiliki nilai positif, maka peneliti melanjutkan untuk ujicoba skala besar dengan melibatkan 36 subjek dari 2 sekolah sepakbola di Jakarta Selatan dan Jakarta Barat, dari hasil ujicoba kelompok besar diperoleh hasil karateria model latihan *passing* diperoleh presentase 90% yang dinyatakan layak sedangkan untuk kesulitan mencapai presentase 11,1% dinyatakan sangat kurang maka tidak layak digunakan atau direvisi.

Secara keseluruhan pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun diperoleh rata-rata presentase 90% untuk tingkat layakan. Hasil tersebut menjukan keberhasil atau kelayakan model latihan *passing* dan dapat digunakan pada latihan untuk sekolah sepakbola.

### 1. Pembahasan produk

Model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun yang dikembangkan dan dibuat oleh peneliti merupakan produk yang bertujuan untuk membantu pelatih dalam memberikan materi atau program fundamental dalam latihan sepakbola untuk meningkatkan tehnik *passing* dan variasi latihan *passing* sehingga pemain dapat berkembang dalam khususnya tehnik *passing* ini dibuat berdasarkan tingkat kebutuhan pemain

sepakbola untuk anak usia 10 sampai 12 tahun.

Produk ini setelah dikaji mengenai beberapa kelemahan yang perlu pembenahan, maka dapat disampaikan beberapa keunggulan produk ini antara lain :

- a) Meningkatkan tehnik *passing* dan kualitas *passing* dalam berbagai variasi model latihan *passing*.
- b) Pemain menjadi lebih mudah menerima latihan dengan bentuk-bentuk model latihan *passing*.
- c) Model latihan *passing* menjadi lebih efektif dan menyesuaikan kebutuhan sekolah sepakbola tersebut.
- d) Membantu pelatih untuk memberikan materi atau program latihan.
- e) Sebagai refrensi dan bahan materi atau program latihan fundamental *passing*.

f) Sumbang ilmu pengetahuan khususnya pelatih sekolah sepakbola.

g) Model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk grassroot anak usia 10 sampai 12 tahun ini dilakukan dari

tingkat yang mudah sampai yang tersulit.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan :

Model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun dapat dikembangkan dan diterapkan dalam latihan sepakbola di sekolah sepakbola untuk meningkatkan kemampuan *passing* pada permainan sepakbola juga memberikan variasi *passing* sehingga pemain dapat memahami dengan baik dengan berbagai model latihan *passing*, ini diperoleh data tingkat keberhasilan pemain dalam melakukan tehnik *passing* menjadi lebih baik.

Pada bagian ini dikemukakan oleh peneliti sehubungan dengan pengembangan model latihan *passing* pada permainan sepakbola untuk *grassroot* anak usia 10 sampai 12 tahun, adapun saran-saran yang dikemukakan meliputi saran pemanfaatan, saran desiminasi dan saran pengembangan lebih lanjut.

### A. Saran