

**MODEL LATIHAN DRIBBLE DENGAN MENGGUNAKAN
MEDIA ALAT BANTU KACAMATA X PADA PERMAINAN
BOLA BASKET**



OKI CATUR SETIAWAN

6315161320

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN
OLAHRAGA**

FAKULTAS ILMU OLAHRAGA

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2021

MODEL LATIHAN DRIBBLE DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA ALAT BANTU KACAMATA X PADA PERMAINAN BOLA BASKET

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *dribble* dengan menggunakan media alat bantu Kacamata X pada permainan bola basket. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (*research and development*). Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat pengembangan model latihan *dribble* pada permainan bola basket. Model latihan ini nantinya dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi para pelatih dalam membuat model latihan *dribble* untuk menyusun program latihan. Peneliti mendapatkan hasil akhir desain produk berupa 22 item model latihan *dribble* dengan menggunakan media alat bantu Kacamata X untuk atlet Cakra Sakti Basketball Club. Kemudian 22 item model latihan ini diuji cobakan. Dalam uji coba ini peneliti juga memberikan angket kemenarikan dan kemudahan kepada para subjek penelitian yang merasakan model latihan *dribble* dengan menggunakan media alat bantu Kacamata X pada permainan bola basket yang dibuat oleh peneliti. Kesimpulan akhir yang diperoleh melalui penelitian ini adalah 22 model latihan *dribble* dengan menggunakan media alat bantu Kacamata X yang peneliti buat menarik dan mudah dilakukan untuk serta layak digunakan untuk proses latihan Bola Basket untuk Atlet Cakra Sakti Basketball Club.

Kata Kunci: Model Latihan, Dribble Bola Basket, Media Kacamata X

Dribbling Training Model Using the Media of the X Glasses in the Basketball Game

ABSTRACT

This study aims to develop a dribble training model using the X Glasses as a tool for basketball games. The method used in this research is research and development method. The purpose of this research is to develop a dribble training model in basketball games. This training model can later be used as reference material for trainers in making dribble training models to develop training programs. The validity test which was carried out with expert justification trials. Furthermore, the researchers got the final product design in the form of 22 items of dribble training models using the X Glasses as the media for Cakra Sakti Basketball Club athletes. Then 22 items of this exercise model were tested. In this trial, the researcher also provided a questionnaire of the interest and convenience of the research subjects who felt the dribbling training model using the X Glasses as the media for the basketball game made by the researcher. The final conclusion obtained through this study are 22 models of dribble training using the X Glasses as a media tool that the researchers made interesting and easy to do for and suitable for use in the basketball training process for Cakra Sakti Basketball Club athletes.

Keywords: Practice Model, Basketball Dribble, X Glasses Media

LEMBAR PENGESAHAN

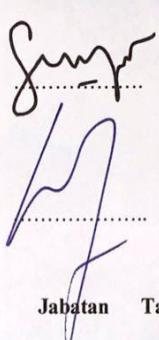
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama

Pembimbing I

Dr. Iman Sulaiman, M.Pd
NIP. 196306271988031001

Tanda Tangan

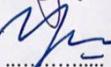
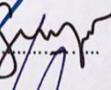
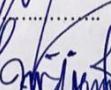
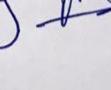


Tanggal

17/8/21

Pembimbing II

Hendro Wardoyo, M.Pd
NIP. 197205042005011002

| Jabatan | Tanda Tangan | Tanggal |
|------------|---|---------|
| Ketua |  | 20/8/21 |
| Sekertaris |  | 16/8/21 |
| Anggota |  | 17/8/21 |
| Anggota |  | 20/8/21 |
| Anggota |  | 16/8/21 |

Nama

1. Nur Fitrantri, M.Pd
NIP. 198506182015041002
2. Okki Yonda, S.Or., M.Pd
NIDK. 8932120021
3. Dr. Iman Sulaiman, M.Pd
NIP. 196306271988031001
4. Hendro Wardoyo, M.Pd
NIP. 197205042005011002
5. Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd
NIP. 197409042005012001

Tanggal Lulus : 5 Agustus 2021

LEMBAR ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 21 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,



Oki Catur Setiawan

6315161320

Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Oki Catur Setiawan
NIM : 6315161320
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga / Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Alamat email : okicatars@gmail.com

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

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

Yang berjudul :

MODEL LATIHAN DRIBBLE DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA ALAT BANTU KACAMATA X PADA PERMAINAN BOLA BASKET

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

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Agustus 2021

Penulis

(OKI CATUR SETIAWAN)

KATA PENGANTAR

Puji syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Model Latihan Dribble Dengan Menggunakan Media Alat Bantu Kacamata X Pada Permainan Bola Basket” ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; Bapak **Hendro Wardoyo, M.Pd**, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, sekaligus selaku pembimbing 2; Bapak **Dr. Iman Sulaiman, M.Pd**, Selaku Dosen Pembimbing I; dan Ibu **Dr. Rina Ambar Dewanti, M.Pd**, Selaku Dosen Penasihat Akademik. Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua, serta ketiga kakak saya dan sahabat-sahabat yang selalu memberikan semangat sehingga selesainya skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalaq segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Agustus 2021

OCS

DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|--|------------------------------|
| ABSTRAK..... | ii |
| ABSTRACT..... | iii |
| KATA PENGANTAR..... | 4 |
| DAFTAR ISI..... | 5 |
| DAFTAR GAMBAR..... | 7 |
| DAFTAR TABEL | 9 |
| DAFTAR LAMPIRAN | 10 |
| BAB 1 PENDAHULUAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Latar Belakang Masalah | Error! Bookmark not defined. |
| B. Fokus Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| C. Perumusan Masalah..... | Error! Bookmark not defined. |
| D. Kegunaan Hasil Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| BAB II KAJIAN TEORITIK | Error! Bookmark not defined. |
| A. Konsep Pengembangan Model | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Model Sukmadinata | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Model ADDIE | Error! Bookmark not defined. |
| 3. Model Sugiyono | Error! Bookmark not defined. |
| 4. Model Pengembangan <i>Dick and Carey</i> .. | Error! Bookmark not defined. |
| 5. Menurut Richey dan Klein Richey dan Klein | Error! Bookmark not defined. |
| 6. Menurut Thiagarajan Thiagarajan | Error! Bookmark not defined. |
| B. Konsep Model yang Dikembangkan | Error! Bookmark not defined. |
| C. Kerangka Teoritik | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Hakikat Latihan | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Hakikat Dribble | Error! Bookmark not defined. |
| D. Rancangan Model..... | Error! Bookmark not defined. |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | Error! Bookmark not defined. |
| A. Tujuan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.. | Error! Bookmark not defined. |
| D. Pendekatan dan Metode Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.. | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Penelitian Pendahuluan | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Perencanaan Pengembangan Model | Error! Bookmark not defined. |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....Error! Bookmark not defined.

 A. Hasil Pengembangan ModelError! Bookmark not defined.

 1. Hasil Analisis Kebutuhan.....Error! Bookmark not defined.

 2. Model FinalError! Bookmark not defined.

 B. Kelayakan ModelError! Bookmark not defined.

 C. PembahasanError! Bookmark not defined.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....Error! Bookmark not defined.

 A. KESIMPULANError! Bookmark not defined.

 B. SARANError! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRANError! Bookmark not defined.



DAFTAR GAMBAR

| | | |
|-----|--|------------------------------|
| 1. | Perencanaan Pengembangan Model Sukmadinata | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Tahapan Model ADDIE | Error! Bookmark not defined. |
| 3. | Bagan Langkah-Langkah Pengembangan Model Sugiyono | Error! Bookmark not defined. |
| 4. | Bagan Langkah-Langkah Pengembangan Model Dick & Carey | 18 |
| 5. | Control Dribble | 24 |
| 6. | Control Dribble | 24 |
| 7. | Crossover Dribble (Perubahan Arah Dribble) | 26 |
| 8. | Dribble Di Antara Dua Kaki..... | 27 |
| 9. | Dribble Jab-step | 28 |
| 10. | Dribble Behind-the back | 29 |
| 11. | Otot Bagian Atas Tubuh..... | 31 |
| 12. | Kacamata X | 33 |
| 13. | Rancangan Model | Error! Bookmark not defined. |
| 14. | Rancangan Pengembangan Model Sugiyono | 36 |
| 15. | Model 1 (High And Low Dribble With Right Hand) | 44 |
| 16. | Model 1 (High And Low Dribble With Left Hand)..... | 44 |
| 17. | Model 3 (Crossover Dribble)..... | 45 |
| 18. | Model 4 (Between the Leg Dribble) | 45 |
| 19. | Model 5 (Behind the Back Dribble)..... | 46 |
| 20. | Model 6 (Crossover and Between the Leg Dribble) | 46 |
| 21. | Model 7 (Crossover and Behind the Back Dribble)..... | 47 |
| 22. | Model 8 (Low and High Dribble with Two Hand, Same Time) | 47 |
| 23. | Model 9 (In and Out Dribble with Two Hand)..... | 48 |
| 24. | Model 10 (Double Dribble with Two Hand, Alternate Dribble) | 48 |
| 25. | Model 11 (Crossover Dribble Past the Cone)..... | 49 |
| 26. | Model 12 (Between the Leg Dribble Past the Cone) | 49 |
| 27. | Model 13 (Behind the Back Dribble Past the Cone)..... | 50 |
| 28. | Model 14 (Crossover Dribble Past the Cone)..... | 50 |
| 29. | Model 15 (Double Crossover and Behind the Back Past the Cone) | 51 |
| 30. | Model 16 (Double Between the Leg and Behind the Back Past the Cone).... | 51 |
| 31. | Model 17 (Double Crossover Past the Cone and Speed Dribble) | 52 |
| 32. | Model 18 (Crossover, Between the Leg Past the Cone and Speed Dribble) .. | 52 |
| 33. | Model 19 (Crossover, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) .. | 53 |

| | |
|---|----|
| 34. Model 20 (Between the Leg, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) | 53 |
| 35. Model 21 (In and Out, Crossover, Between the Leg Past the Cone and Speed Dribble) | 54 |
| 36. Model 22 (In and Out, Crossover, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) | 54 |
| 37. Model 23 (In and Out, Between the Leg, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) | 55 |
| 38. Model 24 (Zig-Zag Dribble Past the Cone with Two Hand)..... | 55 |
| 39. Model 25 (In and Out Dribble Past the Cone with Two Hand)..... | 56 |
| 40. Model 26 (Speed Dribble Past the Cone 1)..... | 56 |
| 41. Model 27 (Speed Dribble Past the Cone 2)..... | 57 |
| 42. Model 1 (High And Low Dribble With Right Hand) | 68 |
| 43. Model 2 (High And Low Dribble With Left Hand)..... | 69 |
| 44. Model 3 (Crossover Dribble)..... | 70 |
| 45. Model 4 (Between the Leg Dribble) | 71 |
| 46. Model 5 (Behind the Back Dribble)..... | 72 |
| 47. Model 6 (Crossover and Between the Leg Dribble) | 73 |
| 48. Model 7 (Crossover and Behind the Back Dribble)..... | 74 |
| 49. Model 8 (Low and High Dribble with Two Hand, Same Time) | 75 |
| 50. Model 9 (In and Out Dribble with Two Hand)..... | 76 |
| 51. Model 10 (Double Dribble with Two Hand, Alternate Dribble) | 77 |
| 52. Model 11 (Crossover Dribble Past the Cone)..... | 78 |
| 53. Model 12 (Between the Leg Dribble Past the Cone) | 79 |
| 54. Model 13 (Behind the Back Dribble Past the Cone)..... | 80 |
| 55. Model 14 (Crossover Dribble Past the Cone)..... | 81 |
| 56. Model 16 (Double Between the Leg and Behind the Back Past the Cone).... | 82 |
| 57. Model 17 (Double Crossover Past the Cone and Speed Dribble) | 83 |
| 58. Model 18 (Crossover, Between the Leg Past the Cone and Speed Dribble) .. | 84 |
| 59. Model 19 (Crossover, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) .. | 85 |
| 60. Model 20 (Between the Leg, Behind the Back Past the Cone and Speed Dribble) | 86 |
| 61. Model 24 (Zig-Zag Dribble Past the Cone with Two Hand)..... | 87 |
| 62. Model 26 (Speed Dribble Past the Cone)..... | 88 |
| 63. Model 27 (Speed Dribble Past the Cone)..... | 89 |

DAFTAR TABEL

| | | |
|----|---|-------------------------------------|
| 1. | Penjabaran Model Latihan Awal Dan Model Latihan Yang Dikembangkan | Error! Bookmark not defined. |
| 2. | Keterangan Gambar | 42 |
| 3. | Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan..... | 60 |
| 4. | Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Dribble Dengan Menggunakan Alat Bantu Kacamata X | 62 |
| 5. | Keterangan Gambar | 67 |
| 6. | Model Latihan Yang Tidak Layak | 92 |
| 7. | Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Kecil | 93 |
| 8. | Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar..... | 94 |

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Keterangan Validitas Dosen Ahli 101
2. Surat Keterangan Validitas Penguji Ahli 1 102
3. Surat Keterangan Validitas Penguji Ahli 2 103
4. Surat Balasan Penelitian 104
5. Dokumentasi Penelitian 105

