

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SHOOTING* PADA
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA TINGKAT SEKOLAH
DASAR DI DKI JAKARTA**



ALDI ANDREANSYAH

1601617024

**Skripsi ini Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2021

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SHOOTING* PADA EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA TINGKAT SEKOLAH DASAR DI DKI JAKARTA

RINGKASAN

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui bagaimana pengembangan model latihan *shooting* untuk usia 11-12 tahun. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (R & D) model Sugiyono. Tahapan yang dilakukan pada penelitian adalah 10 tahapan. Pada penelitian ini peneliti bekerjasama dengan 3 ahli dalam bidang olahraga sepakbola. Uji validasi yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli yang terdiri dari 3 orang pelatih sepakbola dan dosen ahli sepakbola. Adapun hasil dari penelitian ini adalah pengembangan model latihan *shooting* untuk usia 11-12 tahun layak digunakan dalam latihan sepakbola terutama latihan *shooting* dengan tujuan untuk membantu pelatih agar latihan teknik *shooting* lebih menarik dan inovatif, dan tidak membuat atlet merasa jenuh atau bosan. Berdasarkan dari hasil validasi ahli, maka diperoleh 19 model latihan *shooting* untuk usia 11-12 tahun yang layak untuk digunakan dari 20 pengembangan model latihan *shooting* untuk usia 11-12 tahun yang telah dibuat oleh peneliti.

Kata Kunci: *pengembangan model latihan, sepakbola, shooting*



DEVELOPMENT OF SHOOTING TRAINING MODEL ON FOOTBALL EXTRACURRICULAR ELEMENTARY SCHOOL LEVEL IN DKI JAKARTA

ABSTRACT






This study aims to determine how the development of shooting practice models for ages 11-12 years. The research method used in this study is the research and development (R & D) model of the Sugiyono model. The stages carried out in the study were 10 stages. In this study, researchers collaborated with 3 experts in the field of football. The validation test used in this study was to use an expert justification test consisting of 3 football coaches and a football expert lecturer. The results of this study are the development of shooting training models for ages 11-12 years suitable for use in soccer training, especially shooting exercises with the aim of helping coaches to make shooting techniques more interesting and innovative, and not make athletes feel bored or bored. Based on the results of expert validation, there were 19 shooting practice models for 11-12 years old that were suitable for use from 20 shooting practice models for 11-12 years old that had been made by researchers.

Keywords: *training model development, football, shooting*

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I, <u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP.198009092006041001		06 / 08 2021
Pembimbing II, <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001		09 / 08 2021

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO</u> NIP.197205222006042001	Ketua		09 / 08 2021
<u>Slamet Sukriadi, M.Pd</u> NIP.198210282015041002	Sekretaris		10 / 08 21
<u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP.198009092006041001	Anggota		06 / 08 2021
<u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Anggota		09 / 08 2021
<u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDK.8856090018	Anggota		10 / 08 2021

Tanggal Lulus Ujian : 3 Agustus 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi ini adalah asli yang belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian peneliti 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 peneliti buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpanan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka peneliti bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 3 Agustus 2021



Aldi Andreansyah
No.Reg. 1601617024



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 : Aldi Andreansyah

NIM : 1601617024

Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga / Pendidikan Jasmani

Alamat email : aldi7andreansyah@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengembangan Model Latihan *Shooting* pada Ekstrakurikuler Sepakbola tingkat

Sekolah Dasar di DKI Jakarta

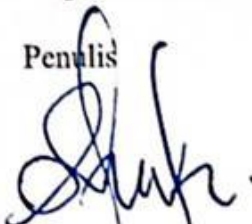
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis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

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 25 Agustus 2021

Penulis


(Aldi Andreansyah)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd**, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Bapak **Andri Irawan, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing 1 dan Bapak, **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing 2, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan Skripsi ini dan Ibu **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO**, sebagai penasehat akademik. Ayah (**Alm. Tardi**), Ibu (**Junengsih**) dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan materian maupun moral, dan kepada teman--teman yang telah banyak membantu peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.

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

Jakarta, 3 Agustus 2021

Penulis

Aldi Andreansyah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS	i
RINGKASAN	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	5
BAB II	7
KAJIAN TEORITIK	7
A. Konsep Pengembangan Model	7
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	11
C. Kerangka Teoretik	14
1. Hakikat Permainan Sepakbola	14
2. Hakikat <i>Shooting</i>	16
3. Hakikat Model Latihan	29
4. Hakikat Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	31
5. Hakikat Ekstrakurikuler	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
A. Tujuan Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38

1. Tempat Penelitian.....	38
2. Waktu Penelitian	38
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	39
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	39
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	40
1. Penelitian Pendahuluan	40
2. Rancangan Model.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Deskripsi	47
B. Hasil Pengembangan Model Latihan	48
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	48
2. Model Draft Awal.....	49
3. Model Final	57
C. Kelayakan Model	79
D. Pembahasan.....	82
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN.....	88
RIWAYAT HIDUP.....	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Langkah-langkah Penggunaan Metode <i>Research and Development</i> (R&D) Sugiyono	9
Gambar 2. 2 Tembakan <i>Instep Drive</i>	17
Gambar 2. 3 Tembakan <i>Full Volley</i>	19
Gambar 2. 4 Tembakan <i>Half Volley</i>	19
Gambar 2. 5 Tembakan <i>Side Volley</i>	20
Gambar 2. 6 Tembakan <i>Swerving</i>	21
Gambar 2. 7 Teknik <i>Shooting</i> Menggunakan Kaki Sisi Luar	22
Gambar 2. 8 Teknik <i>Shooting</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam	23
Gambar 2. 9 Teknik <i>Shooting</i> Menggunakan Punggung Kaki	24
Gambar 2. 10 Otot Tungkai Bawah Bagian Depan	26
Gambar 2. 11 Otot Tungkai Bawah Bagian Belakang	26
Gambar 2. 12 Karakteristik Anak 6-8 Tahun	33
Gambar 2. 13 Karakteristik Anak 9-10 Tahun	34
Gambar 2. 14 Karakteristik Anak 11-12 Tahun	35
Gambar 3. 1 Langkah-langkah Penggunaan Metode <i>Reasearch and Develovment</i> (R&D) Sugiyono	41

DAFTAR TABEL

Table 2. 1 Model Latihan FIFA <i>Grassroots</i> Drill teknik 2 latihan 1	13
Table 3. 1 Nama-nama model latihan	43
Table 3. 2 instrumen Uji Justifikasi Ahli Terhadap Model Latihan Shooting pada Cabang Olahraga Sepakbola	44
Table 3. 3 Nama-nama ahli yang memvalidasi	46
Table 4. 1 Saran dan Masukan Ahli Irfan Hadiansyah IP S.Pd	49
Table 4. 2 Saran dan Masukan Ahli Asep Sudharto, M.Pd	51
Table 4. 3 Saran dan Masukan Dosen Ahli Nur Fitranto M.Pd	53
Table 4. 4 Model ALDI ZIG-ZAG	58
Table 4. 5 Model ALDI MAGNET	59
Table 4. 6 Model ALDI SEGITIGA	60
Table 4. 7 Model ALDI PANAHA	61
Table 4. 8 Model ALDI PERSEGI	62
Table 4. 9 Model ALDI CAR	63
Table 4. 10 Model ALDI MIXS	64
Table 4. 11 Model ALDI RUN	65
Table 4. 12 Model ALDI RANTAI	66
Table 4. 13 Model ALDI BESI	67
Table 4. 14 Model ALDI KARET	68
Table 4. 15 Model ALDI TRAPESIUM	69
Table 4. 16 Model ALDI TRIO	70
Table 4. 17 Model ALDI LAYANG-LAYANG	71
Table 4. 18 Model ALDI HERO	72
Table 4. 19 Model ALDI CROSS	74
Table 4. 20 Model ALDI LINE	75
Table 4. 21 Model ALDI ZERO	76
Table 4. 22 Model ALDI BULAT	77
Table 4. 23 Model ALDI BINTANG	78
Table 4. 24 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Pengembangan Model latihan Shooting pada Ekstrakurikuler Sepakbola Tingkat Sekolah Dasar	80