

Lampiran I

ANGKET JUSTIFIKASI AHLI

A. IDENTITAS

Nama : Eko Prabowo, M.Pd

Jabatan : Dosen Ahli Sepakbola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta

B. PENGANTAR

Kegiatan yang bersifat ilmiah dan harus menyertakan ahli dalam kegiatan penelitian ini sebagai sarana untuk kompetensi mahasiswa dan model dapat diimplementasikan. Maka dalam penelitian ini membahas tentang “MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA”.

Demikian yang dapat saya sampaikan, semua informasi yang diberikan dalam kuisisioner ini akan sangat berguna dalam proses penelitian ini. Kurang lebihnya mohon dimaafkan dan saya ucapkan terimakasih karena telah membantu proses penelitian ini.

C. PETUNJUK PENGISIAN

1. Mohon pengisian instrumen ini diisi sesuai dengan ketentuan yang ada.
2. Mohon untuk mengamati model latihan *kelincahan pada* futsal dan berilah tanda (\surd) pada salah satu pilihan yang disediakan.
3. Mohon saran terhadap model latihan *kelincahan pada* futsal.

ANGKET JUSTIFIKASI AHLI

A. IDENTITAS

Nama : Sayan Kamardi

Jabatan : Pelatih Futsal AFC Level II

B. PENGANTAR

Kegiatan yang bersifat ilmiah dan harus menyertakan ahli dalam kegiatan penelitian ini sebagai sarana untuk kompetensi mahasiswa dan model dapat diimplementasikan. Maka dalam penelitian ini membahas tentang “MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA”.

Demikian yang dapat saya sampaikan, semua informasi yang diberikan dalam kuisisioner ini akan sangat berguna dalam proses penelitian ini. Kurang lebihnya mohon dimaafkan dan saya ucapkan terimakasih karena telah membantu proses penelitian ini.

C. PETUNJUK PENGISISAN

1. Mohon pengisian instrumen ini diisi sesuai dengan ketentuan yang ada.
2. Mohon untuk mengamati model latihan *kelincahan pada* futsal dan berilah tanda (\surd) pada salah satu pilihan yang disediakan.
3. Mohon saran terhadap model latihan *kelincahan pada* futsal.

ANGKET JUSTIFIKASI AHLI

A. IDENTITAS

Nama : Dedy Ahadiat Putra

Jabatan : Pelatih Futsal AFC Level I

B. PENGANTAR

Kegiatan yang bersifat ilmiah dan harus menyertakan ahli dalam kegiatan penelitian ini sebagai sarana untuk kompetensi mahasiswa dan model dapat diimplementasikan. Maka dalam penelitian ini membahas tentang “MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA”.

Demikian yang dapat saya sampaikan, semua informasi yang diberikan dalam kuisisioner ini akan sangat berguna dalam proses penelitian ini. Kurang lebihnya mohon dimaafkan dan saya ucapkan terimakasih karena telah membantu proses penelitian ini.

C. PETUNJUK PENGISISAN

1. Mohon pengisian instrumen ini diisi sesuai dengan ketentuan yang ada.
2. Mohon untuk mengamati model latihan *kelincahan pada* futsal dan berilah tanda (\surd) pada salah satu pilihan yang disediakan.
3. Mohon saran terhadap model latihan *kelincahan pada* futsal.

Model Latihan *Kelincahan* Futsal

| NO | NAMA MODEL | UJI KELAYAKAN | | KETERANGAN |
|----|------------|---------------|-------------|------------|
| | | LAYAK | TIDAK LAYAK | |
| 1 | Model A | | | |
| 2 | Model B | | | |
| 3 | Model C | | | |
| 4 | Model D | | | |
| 5 | Model E | | | |
| 6 | Model F | | | |
| 7 | Model G | | | |
| 8 | Model H | | | |
| 9 | Model I | | | |
| 10 | Model J | | | |
| 11 | Model K | | | |
| 12 | Model L | | | |
| 13 | Model M | | | |
| 14 | Model N | | | |
| 15 | Model O | | | |
| 16 | Model P | | | |
| 17 | Model Q | | | |

Lampiran II

Surat Keterangan Validitas

SURAT KETERANGAN VALIDASI

(Expert Judgement)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Eko Prabowo, M.Pd

Jabatan : Dosen Sepak Bola dan Futsal UNJ

Dengan ini saya menyatakan bahwa produk berupa "MODEL LATIHAN *KELINCAHAN*
PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA" yang disusun oleh :

Nama : Leonardus Deo Dewantara

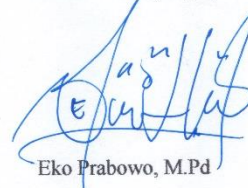
No. registrasi : 1601617158

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Telah di verifikasi dan memenuhi syarat kelayakan untuk dilaksanakan pada uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 17 Juni 2021

Menyetujui,



Eko Prabowo, M.Pd

SURAT KETERANGAN VALIDASI

(Expert Judgement)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sayan Karmadi

Jabatan : Pelatih Futsal Lisensi AFC II

Dengan ini saya menyatakan bahwa produk berupa "MODEL LATIHAN *KELINCAHAN*
PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA" yang disusun oleh :

Nama : Leonardus Deo Dewantara

No. registrasi : 1601617158

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Telah di verifikasi dan memenuhi syarat kelayakan untuk dilaksanakan pada uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 28 Juni 2021

Menyetujui,



Sayan Karmadi

SURAT KETERANGAN VALIDASI

(Expert Judgement)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dedy Ahadiat Putra

Jabatan : Pelatih Futsal Lisensi AFC I

Dengan ini saya menyatakan bahwa produk berupa "MODEL LATIHAN *KELINCAHAN*
PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL DI SMK JAKARTA" yang disusun oleh

Nama : Leonardus Deo Dewantara

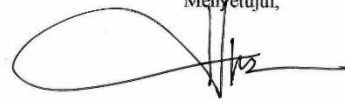
No. registrasi : 1601617158

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Telah di verifikasi dan memenuhi syarat kelayakan untuk dilaksanakan pada uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 23 Juni 2021

Menyetujui,



Dedy Ahadiat Putra

Lampiran III

Model Final

| MODEL LATIHAN <i>KELINCAHAN</i> LDD A | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | B. Peralatan: Lapangan, <i>cone</i> , <i>marker</i> , Pluit |
| C. Keterangan Gambar : | |
|  | |
| Keterangan Gambar : | |
|  Pergerakan |     Cones |
|  Tim 1 |  Tim 2 |
| Gambar 4. 1 Model LDD A | |
| D. Pelaksanaan: | |
| <ul style="list-style-type: none">• Pemain dibagi menjadi dua kelompok• Pemain pertama-tama melakukan zig zag• Lalu melakukan lari menyamping• Setelah menyelesaikan lari menyamping pemain langsung melakukan lari ke cones terakhir. | |

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD B

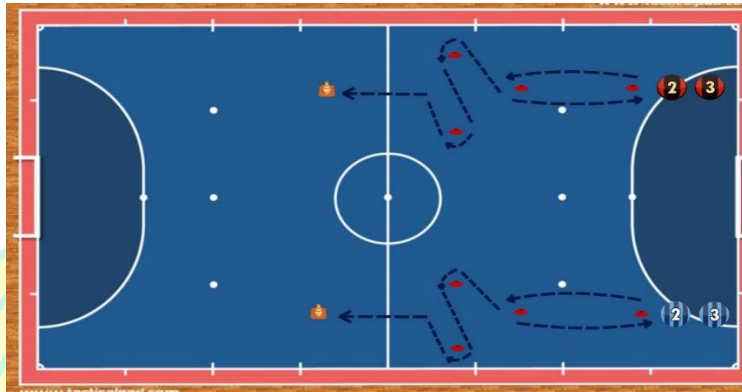
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *cone*, *marker*, Pluit

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Pergerakan



Marker

Cones

Tim 1

Tim 2

Gambar 4.2 Model LDD B

D. Pelaksanaan:

- Pemain dibagi menjadi dua kelompok
- Pemain pertama-tama melakukan lari memutar marker
- Lalu melakukan lari melewati marker yang tersedia
- Setelah itu pemain langsung melakukan lari ke cones terakhir.

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD C

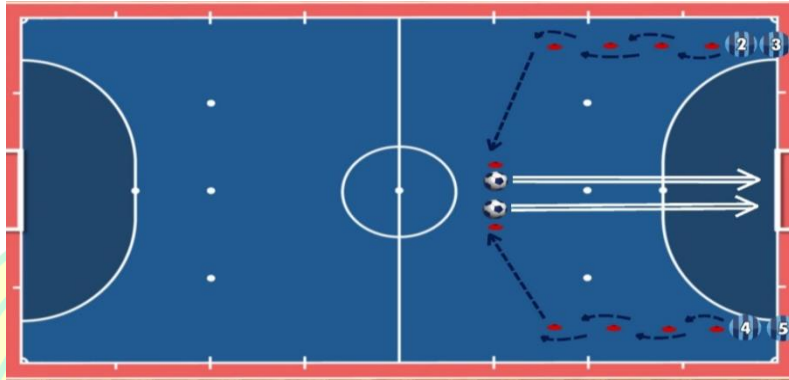
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.3 Model LDD C

D. Pelaksanaan:

- Pemain dibagi menjadi dua kelompok
- Pemain pertama-tama melakukan zig-zag
- Lalu melakukan lari ke arah marker di tengah
- Dan lakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD D

A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *cone*, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.4 Model LDD D

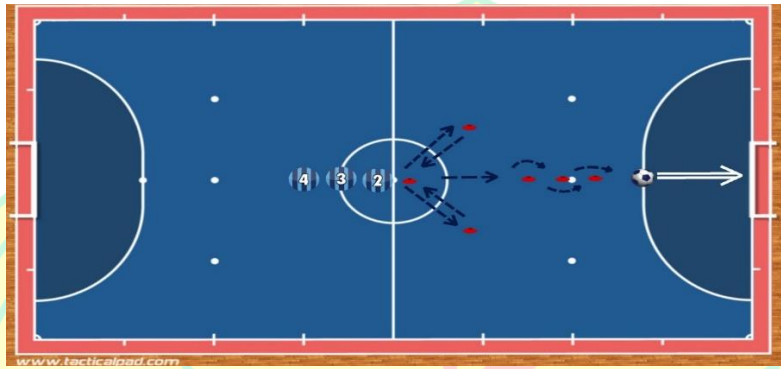
D. Pelaksanaan:

- Pemain dibagi menjadi dua kelompok yaitu tim biru dan tim merah
- Pertama – tama pemain no 2 (biru) melakukan *Passing* ke pemain no 2 (merah)
- Dan setelah *Passing*, pemain (biru) melakukan zig zag
- Lalu lari ke cones yang berada di depan, dan sebaliknya tim (merah) melakukan hal yang sama

MODEL LATIHAN KELINCAHAN LDD E

| | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | B. Peralatan: Lapangan, <i>marker</i> , Bola, Pluit, dan Gawang |
|---|---|

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.5 Model LDD E

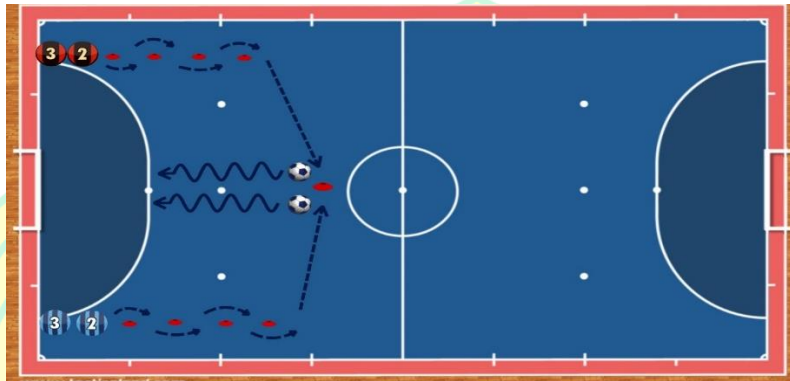
D. Pelaksanaan:

- Pemain pertama-tama melakukan lari V
- Lalu lari menuju marker dan lakukan zig zag
- Setelah itu lakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang
- Dan dilakukan seterusnya oleh pemain dibelakangnya

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD F

| | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | B. Peralatan: Lapangan, <i>marker</i> , Bola, Pluit, dan Gawang |
|---|---|

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.6 Model LDD F

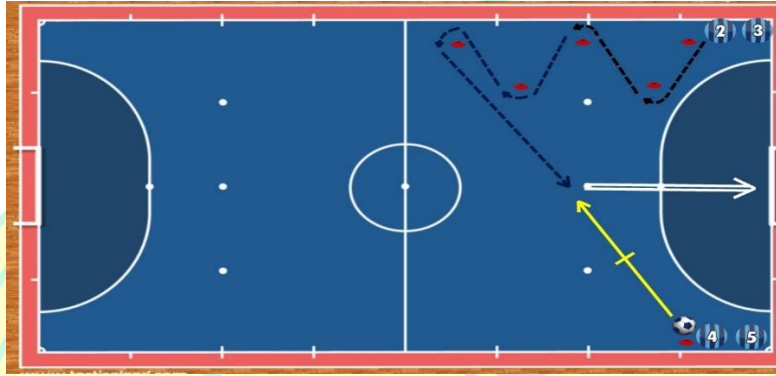
D. Pelaksanaan:

- Pemain dibagi menjadi dua kelompok yaitu tim (Biru) dan (Merah)
- Pemain (Biru) dan (Merah) melakukan zig zag secara bersamaan
- Lalu lari menuju ke marker tengah
- Dan lakukan *Running With the Ball*

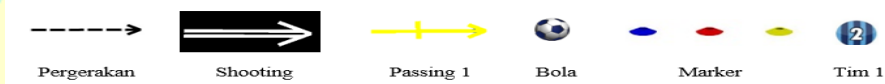
MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD G

| | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | B. Peralatan: Lapangan, <i>marker</i> , Bola, Pluit, dan Gawang |
|---|---|

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.7 Model LDD G

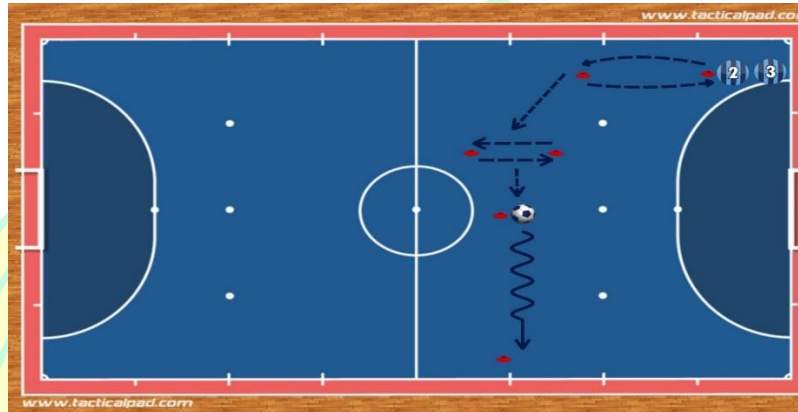
D. Pelaksanaan:

- Pemain no 2 melakukan lari melewati marker yang tersedia dan
- Setelah itu lari ke tengah
- Pemain no 4 *Passing* ke pemain no 2
- Pemain no 2 melakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD H

| | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | A B. Peralatan: Lapangan, <i>marker</i> , Bola, dan Pluit |
|---|---|

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.8 Model LDD H

D. Pelaksanaan:

- Pemain pertama – tama melakukan lari memutari marker
- Lalu lari ke arah marker dan melakukan lari menyamping
- Setelah itu lari menuju marker yang terdapat bola
- Dan lakukan *Running With the Ball* ke arah marker selanjut nya

MODEL LATIHAN KELINCAHAN LDD I

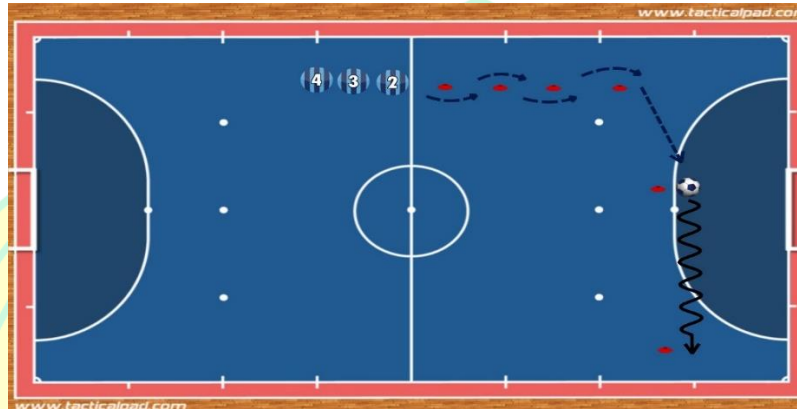
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, dan Pluit

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.9 Model LDD I

D. Pelaksanaan:

- Pemain pertama-tama melakukan zig – zag
- Lari menuju marker yang terdapat bola
- Dan lakukan *Running With the Ball* ke arah marker selanjutnya

MODEL LATIHAN KELINCAHAN LDD J

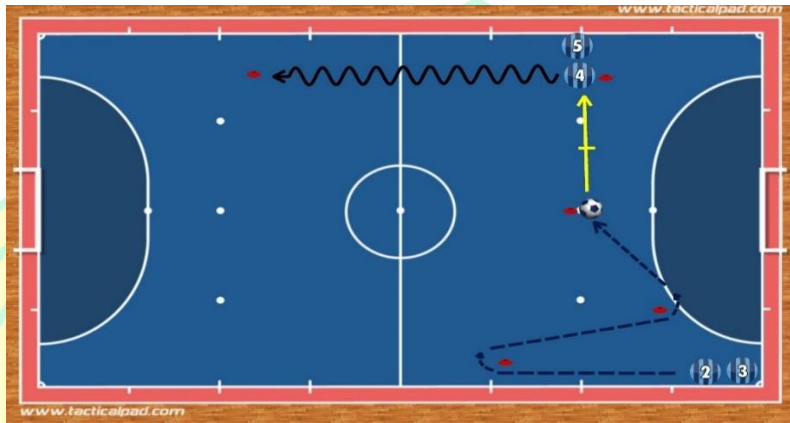
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

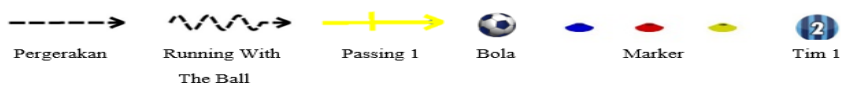
B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, dan Pluit

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.10 Model LDD J

D. Pelaksanaan:

- Pemain no 2 pertama-tama melakukan lari melewati marker
- Setelah itu, pemain no 2 lari menuju ke arah marker yang terdapat bola dan melakukan *Passing* ke pemain no 4
- Pemain no 4 setelah menerima bola melakukan *Running With the Ball*

MODEL LATIHAN KELINCAHAN LDD L

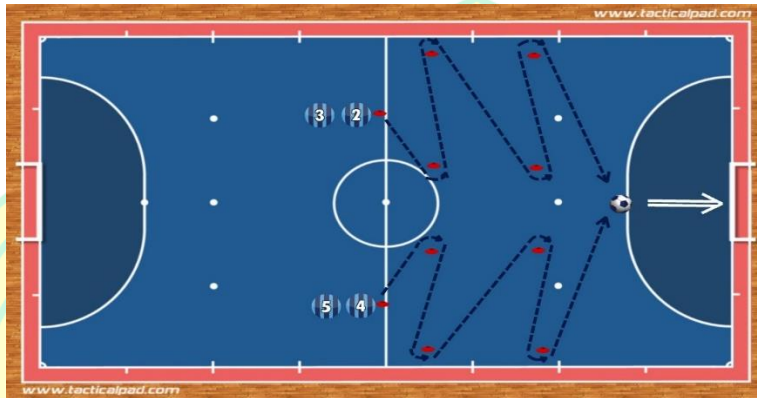
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.11 Model LDD L

D. Pelaksanaan:

- Pemain di bagi menjadi dua kelompok
- Pemain no 2 dan 4 melakukan lari melewati marker secara bersamaan
- Setelah itu lari menuju ke arah marker yang terdapat bola nya
- Dan lakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD M

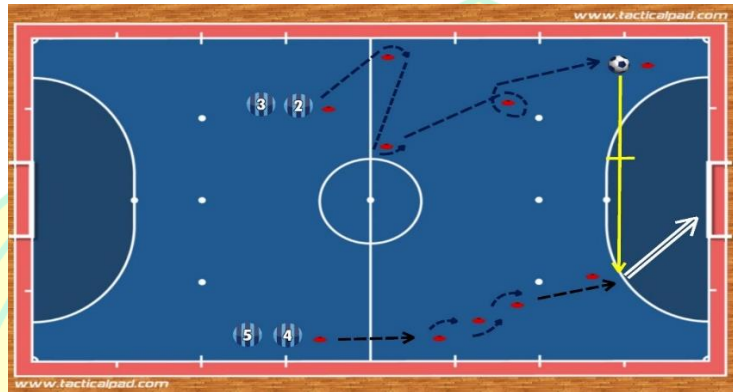
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

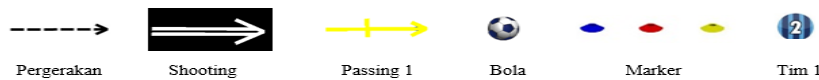
B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.12 Model LDD M

D. Pelaksanaan:

- Pemain 2 melakukan lari melewati marker , dan menuju marker yang terdapat bola nya
- Pemain 4 melakukan zig – zag secara bersamaan dengan pemain no 2
- Pemain no 2 melakukan *Passing* ke pemain no 4
- Pemain no 4 melakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD N

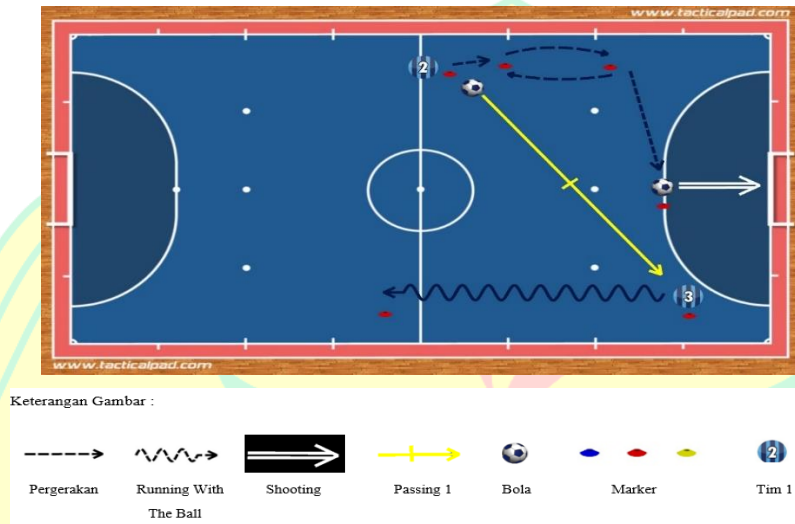
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Gambar 4.13 Model LDD N

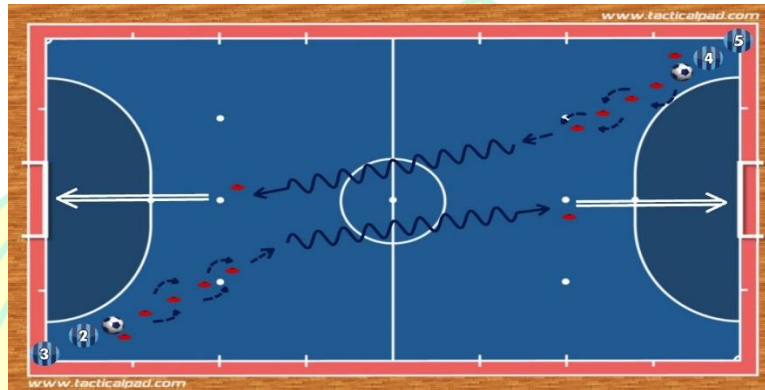
D. Pelaksanaan:

- Pemain no 2 melakukan *Passing* ke arah pemain no 3
- Setelah lakukan *Passing*, pemain no 2 melakukan lari memutar marker
- Lalu berlari menuju marker yang terdapat bola nya dan lakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang
- Pemain no 3 setelah menerima passing dari pemain no 2 , pemain no 3 lakukan *Running With the Ball*

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD O

| | |
|---|---|
| A. Tujuan: Memperbaiki <i>kelincahan</i> saat situasi permainan | B. Peralatan: Lapangan, <i>marker</i> , Bola, Pluit, dan Gawang |
|---|---|

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.14 Model LDD O

D. Pelaksanaan:

- Pemain no 2 dan no 4 melakukan zig zag dengan bola secara bersamaan
- Lalu setelah zig zag dengan boal, lakukan *Running With the Ball*
- Dan setelah itu *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

MODEL LATIHAN *KELINCAHAN* LDD P

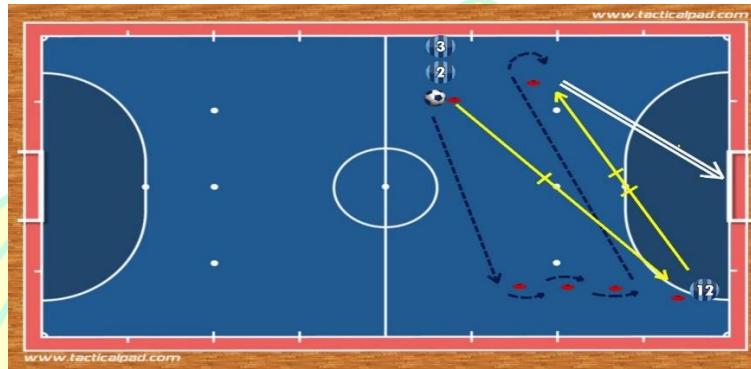
A. Tujuan:

Memperbaiki *kelincahan* saat situasi permainan

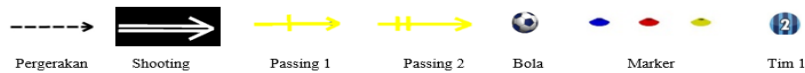
B. Peralatan:

Lapangan, *marker*, Bola, Pluit, dan Gawang

C. Keterangan Gambar :



Keterangan Gambar :



Gambar 4.15 Model LDD P

D. Pelaksanaan:

- Pemain no 2 *Passing* ke pemain no 12
- Setelah lakukan *Passing*, lari ke arah *marker* dan melakukan zig zag
- Setelah melakukan zig zag, pemain no 2 lari ke arah *marker* dan lakukan putar badan
- Pemain no 12 melakukan *Passing* ke pemain no 2
- Setelah menerima *Passing* dari pemain no 12 emain no 2 melakukan *Shooting* (*Finishing*) ke arah gawang

Lampiran IV

Permohonan Izin Penelitian



*Mencondahkan &
Memartabatkan Sastra*

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jl. Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telepon: Rektor : 4893854, WR.I : 4895130, WR.II : 4893918, WR.III : 4892926, WR.IV. : 4893982
BUK : 4750930, Bag. Kepegawaian : 4890536, Bag. UHT : 4893726, Bag. BMN : 4891838
BAKIHUM : 4759081, Bag. Akademik dan kerjasama / Humas : 4898486 Bag. Kemahasiswaan
cuangan : 4755118, Bag. Keuangan : 4892414, Bag. Akuntansi dan Pelaporan : 4755118, Bag. Perencanaan : 4755118
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 5666/UN39.12/KM/2021

22 Juli 2021

Lamp. : -

H a l : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

Yth. Kepala SMK PGRI 35 Jakarta
Jl. Jati, RT.6/RW.16, Kapuk, Kecamatan Cengkareng,
Kota Jakarta Barat 11720, DKI Jakarta

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

N a m a : Leonardus Deo Dewantara
Nomor Registrasi : 1601617158
Pogram Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Olahraga
No. Telp/HP : 085899266247

Untuk mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul :

"Model Latihan Kelincahan Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMK di Jakarta. "

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Dekan Fakultas Ilmu Olahraga
2. Koordinator Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Lampiran V

Surat Izin Penelitian



YAYASAN PEMBINA LEMBAGA PENDIDIKAN DIKJASMEN PGRI DKI JAKARTA
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN

SMK PGRI 35

**BIDANG KEAHLIAN BISNIS DAN MANAJEMEN
TERAKREDITASI A**

Jl. Jati Raya 1 No. 52 Cengkareng Timur Telp. 021 - 5406978 Fax : 021 - 5418528 Jakarta Barat

Website: pgri35.wordpress.com E-mail : pgri35_jkt@yahoo.co.id NPSN : 20101478 NIS : 40096 NSS : 342016021503

SURAT KETERANGAN PELAKSANAAN PENELITIAN

No.007.1/SMK PGRI 35/SW/VII/2021

Yang bertanda Kepala SMK PGRI 35 Jakarta menerangkan bahwa :

Nama : SAGIMAN, S.Kom
Jabatan : Kepala SMK PGRI 35 Jakarta
Unit kerja : SMK PGRI 35 Jakarta

Menerangkan bahwa :

Nama : Leonardus Deo Dewantara
Nomor Registrasi : 1601617158
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Olahraga
No. Telp/HP : 085899266247

Benar nama tersebut di atas telah mengadakan Penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul "Model Latihan Kelincahan Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMK di Jakarta"

Demikian surat ketengan dibuat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 22 Juli 2021

Kepala SMK PGRI 35 Jakarta

