

**MODEL LATIHAN KONTROL PAHA FUTSAL BERBASIS PERMAINAN
PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA**



Kurnianto Wibowo

6135144799

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



Program Studi Pendidikan Jasmani

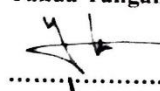
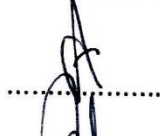
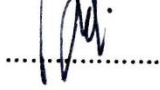


Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Jakarta

2021

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP. 198009092006041001		16/8-21
Pembimbing II <u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes</u> NIP. 197205222006042001		9/8-21

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Iwan Setiawan, M.Pd</u> NIP. 197303052009121001	Ketua		23/8-21
2. <u>Mastri Juniarto, M.Pd</u> NIDN. 8856090018	Sekretaris		15/8-21
3. <u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP. 198009092006041001	Anggota		16/8-21
4. <u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes</u> NIP. 197205222006042001	Anggota		9/8-21
5. <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 197510092005011002	Anggota		20/8-21

Tanggal Lulus : 5 Agustus 2021



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 : Kurnianto Wibowo
NIM : 6135144799
Fakultas/Prodi : Ilmu Olahraga / Pendidikan Jasmani
Alamat email : kurniantowibowo.01@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Model Latihan kontrol Paha Futsal Berbasis Permainan
Pada Siswa Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Pertama

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

Penulis

(Kurnianto Wibowo)
nama dan tanda tangan



**SEMINAR NASIONAL INOVASI KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Jakarta, 14 Juli 2021

No : 134/SEMNASINKOR V/VII/2021

Perihal : *Letter of Acceptance (LOA)*

Yth:

Kurnianto Wibowo

di Tempat

Salam Sejahtera,

Selamat datang di Seminar Nasional Inovasi Keolahragaan V (SEMNASINKOR V) Tahun 2021 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Kami mengumumkan bahwa artikel jurnal saudara telah diterima dan memenuhi gaya selingkung penulisan artikel Prosiding Semnasinkor V dan mengundang saudara untuk presentasi lisan dengan:

Judul **Model Latihan Kontrol Paha Futsal Berbasis Permainan Pada Siswa SMP**

Author (S) **Kurnianto Wibowo**

Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta dengan senang hati mengundang Anda pada presentasi lisan di SEMNASINKOR V yang akan diadakan pada Sabtu, 17 Juli 2021 secara daring dan artikel jurnal saudara akan kami publikasikan melalui Prosiding Seminar Nasional Inovasi Keolahragaan V FIK UNJ tahun 2021.

Terima Kasih

Salam,

Ketua Pelaksana SEMNASINKOR V

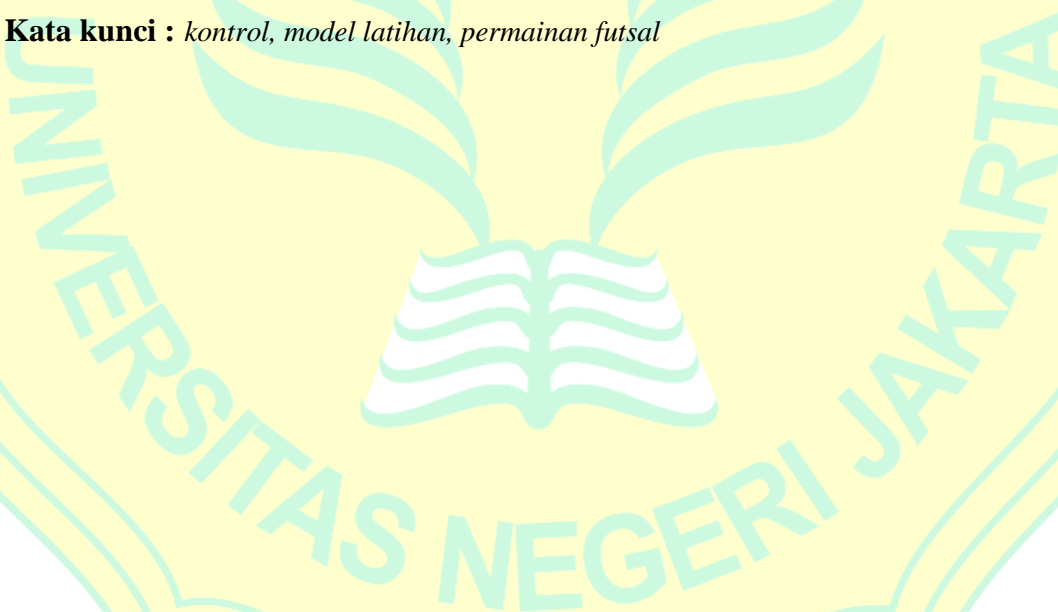
Dr. Uzizatun Maslikah, S.Pd, M.Pd.

ABSTRAK

MODEL LATIHAN KONTROL PAHA FUTSAL

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *kontrol paha* futsal berbasis permainan pada siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama). Penelitian ini dilakukan dengan metode *research and development*, yaitu dengan mengembangkan model latihan guna siswa dapat lebih tertarik, serta memberikan lebih banyak model dalam latihan untuk meningkatkan hasil dari proses latihan. Penelitian ini pada awalnya membuat desain produk sebanyak 16 model latihan kemudian hasil akhir dengan uji justifikasi ahli menjadi 14 model latihan. Berdasarkan uji validasi yang digunakan adalah uji justifikasi para ahli dibidang futsal. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai bahan referensi atau acuan untuk meningkatkan keterampilan, keberhasilan dan memberikan variasi latihan *kontrol paha* saat situasi latihan maupun pertandingan, Model latihan ini juga bertujuan untuk menjadi referensi kepada para pelatih futsal khususnya futsal SMP dalam menerapkan latihan *kontrol paha* yang tepat guna dapat diterapkan saat latihan maupun pertandingan. Hasil penelitian ini untuk kedepannya diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk para pelatih dan mahasiswa yang akan mengembangkan model ini, dan bagi siswa dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *kontrol paha* dalam permainan futsal.

Kata kunci : *kontrol, model latihan, permainan futsal*



ABSTRACT

This study aims to develop a game-based futsal thigh control exercise model for junior high school (junior high) students. This research was conducted using research and development methods, namely by developing an exercise model so that students can be more interested, as well as providing more models in the exercise to improve the results of the training process. This research initially made a product design as many as 16 exercise models then the final result with expert justification tests became 14 exercise models. Based on the validation test used is the justification test of the experts in the field of futsal. The purpose of this study is as a reference material or reference to improve skills, success and provide variations in thigh control exercises during training situations and matches, this training model also aims to be a reference for futsal coaches, especially junior high school futsal in implementing appropriate thigh control exercises. It can be applied during training or competition. The results of this research in the future are expected to be a reference material for coaches and students who will develop this model, and for students to improve the ability of basic thigh control techniques futsal games.

Keyword : *Control, Training Model*



PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa

1. Skripsi ini adalah hasil dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dan arahan dosen pembimbing
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 2021

Yang membuat pernyataan,

Kurnianto Wibowo

No Reg : 6135144799

PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa

1. Skripsi ini adalah hasil dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri dan arahan dosen pembimbing
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 2021

Yang r.



10000
REPUBLIC OF INDONESIA
METAL
TEMPER
32C81A 14412682161

Kurnianto Wibowo

No Reg : 6135144799

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin. Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Model Latihan Kontrol Paha Futsal Berbasis Permainan Pada Siswa SMP.

Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Ucapan terimakasih secara khusus peneliti sampaikan kepada :

1. Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian
2. Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd, selaku koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani yang telah memberikan persetujuan kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan penyusunan skripsi sehingga proses penyusunan skripsi ini bisa berjalan dengan lancar.
3. Bapak Andri Irawan, M.Pd, selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga dan pikiran dalam mengarahkan dan memotivasi peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO. Selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam mengarahkan dan memotivasi peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
5. Keluarga tercinta, terutama ibu Siti Komariyah dan Bapak Darsono yang telah banyak memberikan dukungan baik moril maupun materil dan doa yang tidak akan pernah bisa terhitung.

6. Seluruh Dosen dan Staff program Pendidikan Jasmani yang telah memberikan berbagai ilmu untuk peneliti dan membantu peneliti dalam proses administrasi selama masa perkuliahan.
7. Sahabat – sahabat mahasiswa, sahabat rumah maupun kosan serta pasangan yang telah memberikan semangat dan motivasi tiada henti kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, peneliti berharap semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan, kemurahan hati, dan memberikan taufiq kepada semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi diri peneliti dan pengembangan pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 16 Juli 2021

Peneliti,

Kurnianto Wibowo

No. Reg : 6135144799

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	10
BAB I.....	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 Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Pengembangan Model	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Model yang di Kembangkan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Teoritik.....	Error! Bookmark not defined.
D. Rancangan Model	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	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.
BAB IV.....	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Pengembangan Model	Error! Bookmark not defined.
B. Kelayakan Model.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
Lampiran I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran II	Error! Bookmark not defined.
Lampiran III	Error! Bookmark not defined.
Lampiran IV	Error! Bookmark not defined.
Lampiran V	Error! Bookmark not defined.
Lampiran VI	Error! Bookmark not defined.
Lampiran VII	Error! Bookmark not defined.
Daftar Riwayat Hidup	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

- Tabel 3. 1 Nama Ahli Dalam Uji Validasi.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 1 Nama Ahli Dalam Uji Validasi.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 1 Kesimpulan Model Final Latihan Kontrol Paha Futsal Berbasis Permainan Pada Siswa SMP**Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR GAMBAR

- Gambar : 2.1 Perencanaan Pengembangan Model Borg & Gall **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 1 Langkah-langkah penelitian dan pengembangan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 2 Teknik Mengoper Bola **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 3 Teknik Menahan Bola Dengan Telapak Kaki **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 4 Teknik Mengumpan Lambung..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 5 Teknik Menggiring Bola **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 6 Teknik Menembak **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 7 Teknik Menyundul **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 9 Teknik Menahan Bola Dengan Telapak Kaki **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 10 Cara Melakukan Kontrol Menggunakan Telapak Kaki **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 11 Cara Melakukan Kontrol Menggunakan Kaki Bagian Dalam **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 12 Cara Melakukan Kontrol Menggunakan Kaki Bagian Luar **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2.13 Cara Melakukan Kontrol Menggunakan Paha **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 13 Perencanaan Pengembangan Model Borg & Gall **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 3. 1 Perencanaan Pengembangan Model Borg & Gall **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. 1 Nama Ahli Dalam Uji Validasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.1 Lele Selena..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.2 Kaja Tukang Tarik **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.3 Balmond Digiding digiding **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.4 Karrie Ayam..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.5 Layla Hae Hae..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.6 Cyclops Apocalypse..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.7 Ikan Paus Bane..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.8 Gusion Hair Style..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.9 Lancelot Ting-Ting **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4.10 Popol dan Kupa **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.11 Pokemon Nana**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.12 Jalan Tol Hylos.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.13 Dimandiin Change.....**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 4.14 Eudora Tukang Listrik**Error! Bookmark not defined.**

