

**MODEL LATIHAN BERTAHAN (*DEFENSE*)
UNTUK ATLET SEPAKBOLA UNDER-13 TAHUN BERBASIS *GAMES***



ARDO OKILANDA

7217168229

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2021

**PERSETUJUAN KOMISI PROMOTOR
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA**

Promotor



Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd

Tanggal

Co-Promotor



Dr. Hidayat Humaid, M. Pd

Tanggal

Direktur



Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S., M Bus

Tanggal 27-08-2021

Mengetahui

Ketua Program S3 Studi pendidikan Jasmani



Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd

Tanggal

Nama : Ardo Okilanda

No. Registrasi : 7217168229

Angkatan : 2016/2017

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN DISERTASI

SETELAH UJIAN TERTUTUP

No	Nama	Saran Perbaikan	Tindak Perbaikan	Paraf (ACC)
1	Prof. Dr. Ir, Arita Marini, M. E (Ketua)	-Penulisan Model menjadi item - Kejelasan 1 Model fokus	Buku / Produk	
2	Prof. Dr. Firmansyah Dlia, MPd (Koordinator Prodi Pend. jasmani S3/Promotor)	-Pattern Penelitian masuk pada model	Bab III	
3	Dr. Hidsyat Humaid, M. Pd (Co-Promotor)	-Peralatan pendukung latihan	Buku Model Latihan	
4	Prof. Dr. Widiastuti M. Pd (Penguji)	-Narasi pada ujicoba kelompok kecil dan besar - Perkuat fokus ujicoba kelompok	Bab I, Bab II dan Buku	
5	Prof. Dr. Moch Asmawi, M. Pd (Penguji)	-Perbaikan pada tulisan bahasa asing dengan miring / Italic	Bab III Instrumen	
6	Prof. Dr. M.E Winarno, M. Pd (Penguji)	-Buku Model Latihan diperbaiki -Kutipan Langsung -Teori Permainan	Buku Model Bab II dan Bab IV	
		Nama : Ardo Okilanda No. Registrasi : 7217168229 Angkatan : 2016/2017		

Model Latihan Bertahan (*Defense*) Untuk Atlet Sepakbola *Under 13* Tahun Berbasis Games¹

Ardo Okilanda

ArdoOkilanda_7217168229@mhs.unj.ac.id
Postgraduate Universitas Negeri Jakarta

ABSTRAK

Model latihan yang digunakan berdasarkan materi latihan yang diberikan dan disesuaikan pada situasi dan kondisi di lapangan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan model latihan *defense* sepakbola pada Sekolah Sepakbola dan untuk mengetahui efektifitas model yang dikembangkan. Metode penelitian yang digunakan *Research and Development* dari Borg and Gall dengan mengikuti semua langkah-langkah penelitian. Berdasarkan hasil validasi ahli taktik dan strategy sepakbola, ahli permainan sepakbola dan ahli media latihan menyatakan bahwa model pembelajaran *Defense sepakbola* yang dikembangkan layak untuk dilakukan uji coba. Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil dengan 30 subjek diperoleh persentase 81,71% menunjukkan kategori sangat baik. Berdasarkan hasil uji coba kelompok besar dengan 60 subjek diperoleh rata-rata persentase 82,17% menunjukkan kategori sangat baik. Hasil uji efektifitas dengan 120 subjek menunjukkan bahwa model yang dikembangkan terbukti lebih baik untuk meningkatkan kemampuan *defense* dalam permainan sepakbola dengan hasil yang diperoleh t_0 sebesar 13,36 dan t_{tabel} 1,292 derajat bebas 118 dan $\alpha = 0,05$. Penelitian ini hanya berfokus pada latihan taktik *defense* sepakbola di Sekolah Sepakbola dan pada pengontrolan saat uji efektifitas dapat disimpulkan bahwa model latihan *defense* sepakbola berbasis *games* ini dapat digunakan dan mempermudah pelatih juga atlet dalam menerima materi latihan.

Kata kunci : *Defense* Sepakbola, *Research and Development*, *Games*.

Training Model Defense Football Based In Games Atlet Under 13 Age

Ardo Okilanda

ArdoOkilanda_7217168229@mhs.unj.ac.id

Postgraduate Universitas Negeri Jakarta

Abstract

The training model used is based on the training material provided and adapted to the situation and conditions in the field. The purpose of this study developed a football defense training model at the Football School and to determine the effectiveness of the developed model. The research method used Research and Development from Borg and Gall by following all the research steps. Based on the results of the football tactic and strategy validation texperts, football game experts and training media experts stated that the football defense learning model developed was feasible for testing. Based on the results of a small group trial with 30 subjects, the percentage of 81.71% showed a very good category. Based on the results of a large group trial with 60 subjects, an average percentage of 82,17% showed a very good category. The results of the effectiveness test with 120 subjects showed that the developed model proved to be better for improving defense abilities in football games with the results obtained t0 of 13.36 and ttable of 1.292 degrees of freedom 118 and = 0.05. This study only focuses on training in soccer defense tactics at the Football School and on controlling the effectiveness of the test, it can be concluded that this game-based fooball defense training model can be used and makes it easier for coaches and athletes to receive training material.

Keywords: Football Defense, Research and Development, Games.



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 : ARDO OKILANDA
NIM : 7217168229
Fakultas/Prodi : Pascasarjana / Pendidikan Jasmani
Alamat email : ardo.oku@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 Bertahan (Defense) Untuk Atlet Sepakbola Under 13 Tahun

Berbasis Games"

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, 5 Oktober 2021

Penulis

Ardo Okilanda
nama dan tanda tangan

PERNYATAAN PUBLIKASI DISERTASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ardo Okilanda

NIM : 7217168229

Menyatakan bahwa saya telah mempublikasikan hasil penelitian Disertasi Doktor saya sebagai berikut:

1. *Proceedings of the 2nd International Conference on Educational and Technology: 2020*
2. *Publish Jurnal DOAJ 2020*
"Pengaruh Metode Latihan terhadap Teknik Dasar Sepakbola"
3. *Publish Scopus (International Journal of Human Movement and Sport Sciences):*
"Defense Warm-Up Exercise Material for 13-Age Athlete Using Video Technology in Covid Era" 2021
4. HKI produk penelitian

Jakarta, 20 Agustus 2021



Ardo Okilanda

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Ardo Okilanda

NIM : 7217168229

Tempat/Tanggal Lahir : Baturaja, 05 Oktober 1991

Program : Magister/Doktor

Program Studi : Pendidikan Olahraga

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Model Latihan Bertahan (*Defense*) Untuk Atlet Under-13 Tahun Berbasis *Games*” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dari ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 20 Agustus 2021



Ardo Okilanda
NIM 7217168229

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rasa syukur penulis sampaikan kehadiran Allah SWT dengan rahmat dan nikmat-Nya, penulis bisa menyelesaikan disertasi yang berjudul: Model Latihan *Defense* Berbasis Permainan (*Games*) untuk pemain Sepakbola U-13 tahun. Penulisan disertasi ini untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Doktor Pendidikan Olahraga pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga sekaligus Promotor Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd dan Co-Promotor Dr. Hidayat Humaid, M. Pd yang memberi motivasi dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis dengan sabar.

Bapak/Ibu penguji proposal disertasi, orang tua dan semua keluarga yang membantu moril dan materil agar terselesaikannya disertasi ini. Teman-teman sejawat semuanya. Penulisan proposal tesis ini telah penulis lakukan secara maksimal, namun demikian, sebagai manusia biasa tidak terlepas dari berbagai keterbatasan, penulis mengharapkan masukan dari para pembimbing dan penguji agar disertasi ini agar bisa lebih disempurnakan lagi.

Jakarta, 30 Agustus 2021

Penulis

A O

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	12
C. Perumusan Masalah	12
D. Kegunaan Hasil Penelitian	12
BAB II KAJIAN TEORETIK	
A. Konsep Pengembangan Model.....	14
1. Model Dick and Carrey.....	18
2. Model Assure	20
3. Model Jerols E. Kemp.....	21
4. Model Addie	22
5. Model IDLF	26
6. Model Smith and Ragan.....	26
7. Model Gerlach and Elly	32
8. Model Borg and Gall.....	37
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	44
C. Kerangka Teoretik.....	46
1. Permainan Sepakola	46

2. Kemampuan Bertahan (<i>defense</i>).....	51
3. Permainan (<i>Games</i>).....	56
4. Konsep Latihan.....	59
5. Model Latihan <i>Defense</i>	67
6. Karakteristik Atlet 12 dan 13 Tahun.....	74
D. Desain Rancangan Model.....	82

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	88
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	88
1. Tempat Penelitian.....	89
2. Jadwal Penelitian.....	89
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	90
D. Metode Penelitian.....	92
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	96

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Model.....	105
1. <i>Need Assesment</i>	106
2. <i>Draft Model Defense</i> Permainan Sepakbola.....	108
B. Kelayakan Model.....	122
1. <i>Validasi Ahli</i>	122
2. <i>Revisi Produk Tahap I</i>	124
3. <i>Ujicoba Kelompok Kecil</i>	125
4. <i>Revisi Produk Tahap II</i>	131
5. <i>Ujicoba Kelompok Besar</i>	132
6. <i>Revisi Produk Akhir</i>	137
C. Uji Efektifitas Model.....	139
7. <i>Produk Akhir</i>	148
8. <i>Diseminasi</i>	149
D. Pembahasan.....	149

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	165
B. Implikasi.....	165
C. Saran	166
DAFTAR PUSTAKA.....	169
LAMPIRAN.....	177



DAFTAR TABEL

	Halaman
1.1 Data hasil observasi.....	9
1.2 Kebaruan Penelitian dan Pengembangan	10
2.1 Strategi Bertahan.....	54
2.2 Tahap Perkembangan Pemain.....	74
3.1 Tahapan Penelitian Pengembangan Model Latihan <i>Defense</i>	92
3.2 Kriteria Bertahan.....	96
3.3 Kisi-kisi Instrumen.....	101
3.4 Analisis Persentase.....	103
3.5 Uji efektifitas.....	104
4.1 Hasil Analisis Kebutuhan.....	106
4.2 Draft Perencanaan Model Latihan <i>Defense</i>	108
4.3 Hasil Validasi Ahli Taktik dan Strategi Sepakbola.....	114
4.4 Rekapitulasi Taktik dan Strategi Sepakbola.....	119
4.5 Hasil Validasi Ahli Permainan Sepakbola.....	121
4.6 Rekapitulasi Ahli Permainan Sepakbola.....	121
4.7 Hasil Validasi Ahli Media Latihan.....	123
4.8 Rekapitulasi Hasil Validasi Ahli Media Latihan.....	123
4.9 Analisis Deskriptif Hasil Ujicoba Kelompok Kecil.....	125
4.10 Hasil Analisis Data Ujicoba Kelompok Kecil.....	130
4.11 Hasil Analisis Deskriptif Ujicoba Kelompok Besar.....	132
4.12 Hasil Analisis Uji Coba Kelompok Besar.....	137
4.13 Nilai <i>Pre-Test</i> Kelompok Kontrol.....	140
4.14 Nilai <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol.....	141
4.15 Nilai <i>Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	142
4.16 Nilai <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	143
4.17 Data Hasil Uji Normalitas Eksperimen dan Kontrol Model Latihan Bertahan.....	145
4.18 Nilai uji Hipotesis Perbedaan Rerata.....	146
4.19 Nilai Uji-t.....	146
4.20 Hasil Perhitungan Uji N-Gain Score.....	147

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Desain Model Dick and Carry	22
2.2 Desain Model Jerols E Kemp.....	25
2.3 Desain Sistem Pembelajaran ADDIE.....	27
2.4 Desain Pembelajaran Smith dan Ragan.....	33
2.5 Model Pembelajaran Gerlach dan ely.....	35
2.6 Model Borg and Gall.....	41
2.7 <i>Defense Position</i>	53
2.8 Mengurangi Ruang Gerak Lawan.....	68
2.9 Posisi Pemain Bertahan Terakhir.....	69
2.10 Perubahan Pola Menjadi Bertahan.....	70
2.11 Pola Komponen Bertahan.....	70
2.12 Rancangan Model Latihan <i>Defense</i> Permainan Sepakbola.....	82
4.1 Histogram <i>Pre-Test</i> Kelompok Kontrol.....	141
4.2 Histogram <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol.....	142
4.3 Histogram <i>Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	143
4.4 Histogram <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	144



