

**MODEL LATIHAN KELINCAHAN FUTSAL UNTUK
EKSTRAKURIKULER SMKN 58 JAKARTA**



MUHAMAD SIDIK PRATAMA

1601617114

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

**PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2022

Model Latihan Kelincahan Futsal Untuk Ekstrakurikuler SMKN 58 Jakarta

ABSTRAK

Penelitian menghasilkan produk pengembangan model latihan kelincahan futsal untuk ekstrakurikuler SMKN 58 Jakarta, yang bertujuan memberikan model yang variatif dan inovatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Research and Development (R&D) menggunakan model ADDIE, yaitu dengan mengembangkan model latihan kelincahan futsal dengan proses uji validasi oleh para ahli. Penelitian ini awalnya membuat desain produk sebanyak 20 model latihan dan kemudian hasil akhir menjadi 16 model latihan, hasil akhir didapat setelah di validasi oleh tiga ahli yaitu dua orang pelatih bersertifikat lisensi AFC Level II, dan satu dosen ahli futsal. Dari semua model yang telah dibuat dianggap layak untuk latihan kelincahan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi para pelatih dan guru dalam merancang program latihan serta meningkatkan kemampuan kelincahan pada ekstrakurikuler SMKN 58 Jakarta.

Kata Kunci: Model Latihan, Kelincahan, Permainan Futsal



UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Futsal Agility Training Model for Extracurricular at SMKN 58 Jakarta

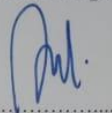
ABSTRACT


The research resulted in the development of a futsal agility training model for extracurricular at SMKN 58 Jakarta, which aims to provide a varied and innovative model. The research method used in this study is the Research and Development (R&D) method using the ADDIE model, namely by developing a futsal agility training model with a validation test process by experts. This research initially made a product design of 20 training models and then the final result became 16 exercise models, the final results were obtained after being validated by three experts, namely two trainers certified with AFC Level II licenses, and one futsal expert lecturer. Of all the models that have been made are considered suitable for agility training. The results of this study are expected to be a reference material for trainers and teachers in designing training programs and improving agility skills in extracurricular at SMKN 58 Jakarta.


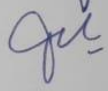
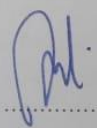
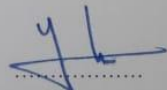
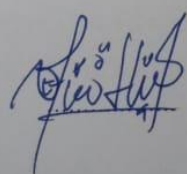
Keywords: Exercise Model, Agility, Futsal Game



LEMBAR PESETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001		17/02 2022

Pembimbing II Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 197303052009121001		16/02 2022
---	--	---------------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd</u> NIP. 196411261988031002	Ketua		22/2/22
2. <u>Del Asri, S.Si, M.Pd</u> NIP. 197508082000121001	Sekretaris		2/3/22
3. Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001	Anggota		17/02 2022
4. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 197303052009121001	Anggota		16/02 2022
5. <u>Eko Prabowo, M.Pd</u> NIP. 198604172020121012	Anggota		17/02 2022

Tanggal Lulus : 10 Februari 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis 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 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, 20 Januari 2022



Muhamad Sidik Pratama

No Reg. 1601617114



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 : Muhamad Sidik Pratama
NIM : 1601617114
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : sidikpratama22@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 Kelincahan Futsal Untuk Ekstrakurikuler
SMKN 58 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, 8 Maret 2022

Penulis

(M. Sidik Pratama)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin. Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena tas berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Model Latihan Kelincahan Futsal Untuk Ekstrakurikuler SMKN 58 Jakarta”.

Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan, 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.

Oleh karena itu peneliti sangat mengapresiasi dan berterimakasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terimakasih secara khusus peneliti sampaikan kepada:

1. Keluarga tercinta terutama orang tua Bapak Gede dan Ibu Sinah yang telah banyak memberikan dukungan baik moril maupun materilserta do’a yang dipanjatkan kepada Allah SWT untuk peneliti.
2. Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.

3. Bapak Prof. Dr. Ramdan Pelana, S.Or., M.Or. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd, selaku ketua program studi Pendidikan Jasmanui yang telah memberikan persetujuan kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan penyusunan skripsi sehingga proses penyusunan skripsi ini bisa berjalan dengan lancar.
5. Bapak Del Asri, S.Si., M.Pd. selaku penasihat akademik yang telah membimbing peneliti selama perkuliahan sampai penyelesaian skripsi ini.
6. 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.
7. Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan saran dan membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Bapak Eko Prabowo, M.Pd, selaku dosen ahli futsal dan validator yang telah memvalidasi model sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Coach Dedhy Ahadiat Putra, selaku Pelatih AFC level 2 dan validator yang telah memvalidasi model sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Coach Sulaiman Budi, selaku Pelatih AFC level 2 dan validator yang telah memvalidasi model sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh dosen dan staf program Pendidikan Jasmani yang telah memberikan berbagai ilmu kepada peneliti dan membantu peneliti dalam proses administrasi selama mengikuti pendidikan.

12. Sahabat-sahabat mahasiswa yang tidak dapat disebyikan satu persatu yang sama-sama berjuang dan memberi dukungan semangat serta motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini sehingga kritik dan saran yang dapat membangun skripsi ini, berguna melengkapi kekurangan dari penulisan skripsi ini sangat peneliti harapkan dari rekan pembaca.

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



HALAMAN

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
Model Latihan Kelincahan Futsal Untuk Ekstrakurikuler SMKN 58 Jakarta	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR TABEL.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR LAMPIRAN.....	14
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
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 Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
KAJIAN TEORITIK.....	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Pengembangan Model.....	Error! Bookmark not defined.
1). Model ADDIE	Error! Bookmark not defined.
2). Model Borg & Gall.....	Error! Bookmark not defined.
3). Model Sugiyono	Error! Bookmark not defined.
4). Model Sukmadinata.....	Error! Bookmark not defined.
5). Model Jerold E.Kemp.....	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Teoritik.....	Error! Bookmark not defined.
1. Hakikat Model	Error! Bookmark not defined.
2. Hakikat Latihan.....	Error! Bookmark not defined.
3. Hakikat Kelincahan.....	Error! Bookmark not defined.
4. Hakikat Futsal	Error! Bookmark not defined.
5. Hakikat Teknik Dasar Futsal.....	Error! Bookmark not defined.
D. Rancangan Model	Error! Bookmark not defined.
BAB III	Error! Bookmark not defined.
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.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Expert Judgement	53
Tabel 4.1 Keterangan Gambar	57
Tabel 4.2 Nama Ahli dalam Uji Validasi	76
Tabel 4.3 Kesimpulan Model Final	77



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model ADDIE.....	9
Gambar 2.2 Model Pengembangan Borg and Gall	11
Gambar 2.3 Langkah-langkah penggunaan R&D menurut Sugiyono	14
Gambar 2.4 Langkah-langkah penelitian dan pengembangan	17
Gambar 2.5 Model Pengembangan Kemp	1
Gambar 2.6 Model Latihan Kelincahan	21
Gambar 2.7 Teknik <i>Passing</i>	35
Gambar 2.8 Teknik Receiving dengan Telapak Kaki	36
Gambar 2.9 Teknik Chipping	38
Gambar 2.10 Teknik Dribbling	39
Gambar 2.11 Teknik Shooting	40
Gambar 2.12 Teknik Heading	41
Gambar 2.13 Model Pengembangan ADDIE	46
Gambar 3.1 Model Pengembangan ADDIE	49
Gambar 4.1 Model MSP 1	58
Gambar 4.2 Model MSP 2	59
Gambar 4.3 Model MSP 3	60
Gambar 4.4 Model MSP 4	61
Gambar 4.5 Model MSP 5	62
Gambar 4.6 Model MSP 6	63
Gambar 4.7 Model MSP 7	64
Gambar 4.8 Model MSP 8	65
Gambar 4.9 Model MSP 9	66
Gambar 4.10 Model MSP 10	67
Gambar 4.11 Model MSP 11	68
Gambar 4.12 Model MSP 12	69
Gambar 4.13 Model MSP 13	71
Gambar 4.14 Model MSP 14	72
Gambar 4.15 Model MSP 15	73
Gambar 4.16 Model MSP 16	74
Gambar 4.17 Model MSP 17	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Uji Kelayakan	87
Lampiran II Surat Keterangan Validasi.....	90
Lampiran III Model Final.....	96
Lampiran IV Surat Kemendagri.....	115
Lampiran V Dokumentasi.....	117

