

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING*  
UNTUK PEMAIN FUTSAL PEMULA  
(USIA 12-14 TAHUN)**



**PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2022**

# **DEVELOPMENT OF DRIBBLING TRAINING MODELS FOR BEGINNING FUTSAL PLAYERS AGED 12-14 YEARS**

Heru Setiawan  
Pendidikan Jasmani, Universitas Negeri Jakarta  
[Herusetiawan\\_por16s3@mahasiswa.unj.ac.id](mailto:Herusetiawan_por16s3@mahasiswa.unj.ac.id)

## **ABSTRACT**

*The purpose of the study was to develop a dribbling training model and to get the effectiveness of the dribbling training model on the dribbling ability of beginner futsal players. The research method used to research and development (R & D) through Borg and Gall model. It had ten research steps. The collecting data technique used observation, questionnaires, and interviews. Data analysis techniques used qualitative and quantitative data. The stages start from (1) Research and information collecting. The results of the needs analysis indicate that there is a need to renew more effective dribbling training. (2) Planning. It is a research plan by forming a team according to the expertise needed to help develop research products. (3) The Develop Preliminary of Product drafted a training model of 22 variations of dribbling training in the form of pictures, objectives, equipment, implementation and coaching points, as well as a feasibility test involving expert judgment, namely experts, coaching, material experts, and media experts. (4) Preliminary Field Testing tests an early-stage product that involves testing 15 players which the product developed is suitable for use. (5) Main Product Revision improves the products that have been developed and have been tested. (6) Main Field Testing is retesting the product with the number of subjects consisting of 60 players that the product developed is suitable for use. (7) Operational Product Revision, is used to perfect the product developed based on suggestions and input on field trials. (8) Operational Field Testing. The results of the effectiveness test obtained Sig. (2-tailed)  $0.000 < 0.05$ , so  $H_0$  is rejected. It means that there is a difference between the control group and the experimental group. The developed dribbling training model is more effective than the previous model. (9) Final Product Revision. It is revised to get perfecting a product before distribution. (10) Dissemination and Implementation. This research has been published in international journals.*

*Keywords: Development, Dribbling Model*

# PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* UNTUK PEMAIN FUTSAL PEMULA (USIA 12-14 TAHUN)

Heru Setiawan  
Pendidikan Jasmani, Universitas Negeri Jakarta  
[Herusetiawan\\_por16s3@mahasiswa.unj.ac.id](mailto:por16s3@mahasiswa.unj.ac.id)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *dribbling* dan menguji efektifitas model latihan *dribbling* terhadap kemampuan *dribbling* pemain futsal pemula. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (R & D) model Borg and Gall dengan sepuluh langkah penelitian. Pengumpulan data menggunakan observasi, angket, dan wawancara, Teknik analisis data menggunakan data kualitatif dan kuantitatif. Tahapan dimulai dari (1) *Research and information collecting*, hasil dari analisis kebutuhan menunjukkan bahwa perlu adanya pembaharuan latihan *drbbling* yang lebih efektif. (2) *Planning*, membuat rencana penelitian dengan membentuk tim sesuai dengan keahlian yang dibutuhkan untuk membantu mengembangkan produk penelitian. (3) *Devlop Preliminary of Product* membuat draft model latihan sebanyak 24 variasi latihan *dribbling* yang berupa gambar, tujuan, peralatan, pelaksanaan dan *choacing point*, serta uji kelayakan dengan melibatkan *expert judgment* yaitu ahli, kepelatihan dan ahli materi. (4) *Preliminary Field Testing* menguji produk tahap awal yang melibatkan uji coba 15 pemain bahwa produk yang dikembangkan layak digunakan. (5) *Main Product Revision*, memperbaiki produk yang dikembangkan dan telah diujicobakan. (6) *Main Field Testing*, menguji coba kembali produk dengan jumlah subjek yang terdiri dari 60 pemain bahwa produk yang dikembangkan layak digunakan. (7) *Operational Product Revision*, menyempurnakan produk yang dikembangkan berdasarkan saran dan masukan pada uji coba lapangan. (8) *Operational Field Testing*, hasil uji efektifitas didapat *Sig. (2-tailed)*  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak, maka terdapat perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, sehingga model latihan *dribbling* yang dikemabngan lebih efektif dari model sebelumnya. (9) *Final Product Revision*, menyempurnakan produk sebelum disebarluaskan. (10) *Dessemination and Implementation*, penelitian ini sudah dipublikasikan di jurnal Internasional.

Keywords: Pengembangan, Model Latihan, *Dribbling*

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN DIPERSYARATKAN UNTUK  
UJIAN TERBUKA DISERTASI/PROMOSI DOKTOR**

Promotor

Co-Promotor



Susilo, M.Pd, D.Ed.

Tanggal: 07-03-2022.....



Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes AIFO.

Tanggal: 19-03-2022.....

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S., M. Bus.  
Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta  
(Ketua)<sup>1</sup>



19/04/2022

Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M. Pd.  
Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani  
(Sekretaris)<sup>2</sup>



5/4 2022

Nama : Heru Setiawan

No. Registrasi : 7217167819

Angkatan : 2016 / 2017

Tanggal Lulus :

<sup>1</sup> Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta


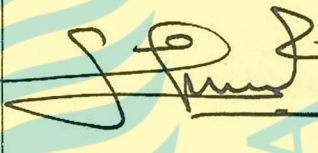
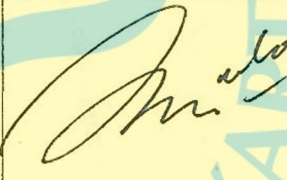

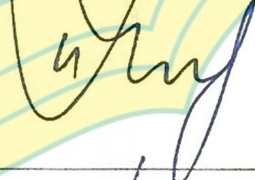
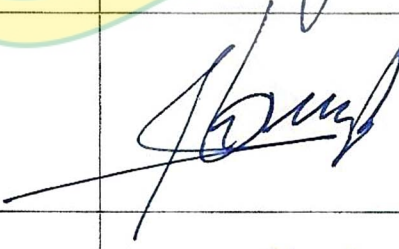

<sup>2</sup> Koordinator Program Studi S3 Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

# PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN

## UJIAN TERTUTUP DISERTASI

Nama	: Heru Setiawan
No. Registrasi	: 7217167819
Angkatan	: 2016 / 2017
Program Studi	: S3 Pendidikan Jasmani

No.	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S., M. Bus. (Ketua)		19/04/2022
2.	Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M. Pd. (Koordinator Prodi)		15/4 2022.
3.	Susilo, M.Pd., D.Ed. (Promotor)		7/3 2022.
4.	Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes AIFO (Co-promotor)		19/3 2022.
5.	Prof. Dr. Widiastuti, M. Pd. (Penguji)		17/3 2022
6.	Dr. Sukiri, M. Pd. (Penguji)		15/3 2022.
7.	Prof. Dr. Adang Suherman, MA. (Penguji Luar)		11/3 2022.

## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Heru Setiawan

NIM : 7217167819

Tempat / Tanggal Lahir : Aur Ringit, 13 September 1990

Program : Doktor

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Dribbling* untuk Pemain Futsal Pemula Usia 12-14 Tahun” 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 dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 April 2022

Yang Menyatakan,



Heru Setiawan

NIM. 7217167819

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Heru Setiawan  
NIM : 7217167819  
Jenjang : Doktor (S3)  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Angkatan : 2016  
Semester : 116 (Genap) Tahun Akademik 2021/2022

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan perbaikan disertasi / ujian tesis untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapatkan persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 05 April 2022

Yang membuat pernyataan



(Heru Setiawan)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Heru Setiawan  
NIM : 7217167019  
Fakultas/Prodi : Pascasarjana / Pendidikan Jasmani  
Alamat email : [Setiawanheruhs90@gmail.com](mailto:Setiawanheruhs90@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 Dribbling Untuk Pemain  
Futsal Pemula (usia 12-14 Tahun).

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, 17 Juni 2022 .

Penulis

Heru Setiawan



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala rasa syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Disertasi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Dribbling* untuk Pemain Futsal Pemula (Usia 12-14 Tahun)”. Disertasi ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan mengikuti ujian Terbuka Disertasi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

Penulisan Disertasi ini, penulis sangat menyadari begitu banyak kekurangan, maka dari itu kritik dan saran dari para pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan karya penulis di masa yang akan datang. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang tulus dan penghargaan yang besar kepada, Prof. Dr. Komarudin M.Si, selaku Rektor UNJ, Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus., selaku Direktur Pascasarjana UNJ, dan Prof. Dr. Firmansyah Delis, M.Pd., selaku Koordinator Program Doktor Program Studi Pendidikan Jasmani UNJ. Terimakasih juga kepada Susilo, M.Pd, D.Ed., selaku Promotor dan Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M. Kes AIFO, selaku Co Promotor dan Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan pengarahan dalam penyusunan Disertasi ini. Rekan-rekan seperjuangan S3 Pendidikan Jasmani angkatan 2016/2017 yang telah membantu demi kelancaran penyusunan Disertasi ini.

Sangat spesial ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada keluarga besar tercinta, Ayahanda Yudarli dan Ibunda Lasmi, Kakanda Yulastrio Ahmadi dan Ramdahan, serta Adinda Satria serta untuk istri tercinta Foventy Candra Sari, SST yang telah mendo'akan, memberikan dukungan, bimbingan, motivasi serta nasihat penuh demi

kelancaran dalam penyusunan Disertasi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Terakhir, penulis ucapkan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan nama satu-persatu yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian Disertasi ini. Semoga seluruh bantuan yang telah diberikan menjadi amal ibadah dan mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya, penulis berharap semoga Disertasi ini bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan terutama dalam penerapan model latihan *dribbling* di Klub Futsal khususnya untuk pemain pemula usia 12-14 tahun, sehingga proses latihan dapat berjalan secara efektif dan efisien serta tujuan latihan dapat dicapai dengan baik. Aamin...

Jakarta, Mei 2022

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERBAIKAN</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>vii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pembatasan Penelitian.....	6
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. <i>State of The Art</i> .....	7
F. <i>Road Map</i> Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
A. Konsep Penelitian dan Pengembangan .....	10
1. <i>Model Pengembangan ADDIE</i> .....	13
2. <i>Model Pengembangan ASSURE</i> .....	15
3. <i>Model Pengembangan Jerold E. Kemp</i> .....	17
4. <i>Model Pengembangan Bella H. Banathy</i> .....	18
5. <i>Model Pengembangan IDI</i> .....	21
6. <i>Model Smith dan Ragan</i> .....	23
7. <i>Model Dick dan Carey</i> .....	25
8. <i>Model Pengembangan Borg dan Gall</i> .....	26
B. Konsep Model yang Dikembangkan .....	27
C. Kerangka Teoritik .....	29
1. <i>Olahraga Futsal</i> .....	29

2.	<i>Dribbling dalam Permainan Futsal</i> .....	36
3.	<i>Konsep Latihan</i> .....	46
4.	<i>Komponen Biomotor untuk Pemain Futsal</i> .....	49
5.	<i>Konsep Belajar Gerak Dribbling dalam Permainan Futsal</i> .....	59
6.	<i>Karakteristik Pemain Futsal Pemu la (Usia 12-14 Tahun)</i> .....	64
D.	<i>Rancangan Model</i> .....	71
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....		74
A.	<i>Tujuan Penelitian</i> .....	74
B.	<i>Tempat, Subjek dan Waktu Penelitian</i> .....	74
1.	<i>Tempat dan Subjek Penelitian</i> .....	74
2.	<i>Waktu Penelitian</i> .....	75
C.	<i>Karakteristik Model yang Dikembangkan</i> .....	75
D.	<i>Pendekatan dan Metode Penelitian</i> .....	76
E.	<i>Langkah-Langkah Pengembangan Model</i> .....	77
1.	<i>Research and Information Collecting</i> .....	77
2.	<i>Planning</i> .....	77
3.	<i>Develop Preliminary form of Product</i> .....	77
4.	<i>Preliminary field Testing</i> .....	78
5.	<i>Main Product Revision</i> .....	78
6.	<i>Main Field Testing</i> .....	79
7.	<i>Operational Product Revision</i> .....	79
8.	<i>Operational Field Testing</i> .....	79
9.	<i>Final Product Revision</i> .....	80
10.	<i>Dissemination and Implementation</i> .....	80
F.	<i>Pengumpulan Data dan Analisis Data</i> .....	80
1.	<i>Jenis Data</i> .....	80
2.	<i>Instrumen Pengumpulan Data</i> .....	80
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....		85
A.	<i>Hasil Pengembangan Model</i> .....	85
1.	<i>Research and Information Colletion (Penelitian dan Pengumpulan Data)</i> .....	85
2.	<i>Planning (Perencanaan)</i> .....	88
3.	<i>Develop Preliminary from Product (Pengembangan Produk Awal)</i> . 89	

4. <i>Preliminary Field Testing (Uji Coba Kelompok Kecil)</i> .....	101
5. <i>Main product revision (Revisi hasil uji coba kelompok kecil)</i> .....	104
6. <i>Main Field Testing (Uji Kelompok Besar)</i> .....	105
7. <i>Operational product revision (Revisi Operasional produk)</i> .....	108
8. <i>Operational Field Testing (Uji Efektivitas / Uji coba operasional)</i>	109
9. <i>Final Product Revision (Revisi Produk Final)</i> .....	115
10. <i>Disemination and Implementation (Desiminasi dan implementasi)</i>	115
B. Pembahasan .....	115
C. <i>Kebaharuan (Novelty)</i> .....	121
<b>BAB V KESIMPULAN, SARAN DAN IMPLIKASI</b> .....	<b>123</b>
A. Kesimpulan .....	123
B. Saran dan Rekomendasi .....	123
C. Implikasi.....	124
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>125</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>132</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Perbandingan Model Latihan <i>Dribbling</i> Futsal .....	5
Tabel 1. 2 Penelusuran Studi Literatur .....	7
Tabel 1. 3 <i>Road Map</i> Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Analisis Biomekanik Gerak <i>Dribbling</i> dalam Permainan Futsal.....	42
Tabel 3. 1 Tabel Waktu Penelitian.....	75
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan.....	86
Tabel 4. 2 Perencanaan Pengembangan Model Latihan <i>Dribbling</i> Futsal.....	88
Tabel 4. 3 Draf Awal Model Latihan <i>Dribbling</i> .....	89
Tabel 4. 4 Hasil Uji Validasi Desain Produk oleh Ahli Futsal I.....	92
Tabel 4. 5 Hasil Uji Validasi Desain Produk oleh Ahli Futsal II .....	95
Tabel 4. 6 Hasil Uji Validasi Desain Produk oleh Ahli Kepeleatihan.....	98
Tabel 4. 7 Rangkuman Hasil Validasi Desain dari Para Ahli.....	100
Tabel 4. 8 Model <i>dribbling</i> Futsal untuk Ujicoba Kelompok Kecil.....	101
Tabel 4. 9 Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Kelompok Kecil .....	104
Tabel 4. 10 Model Latihan <i>Dribbling</i> Ujicoba Kelompok Besar .....	105
Tabel 4. 11 Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Lapangan Produk Utama.....	107
Tabel 4. 12 Rangkuman <i>Tests of Normality</i> .....	110
Tabel 4. 13 Rangkuman Hasil Uji Homogenitas .....	111
Tabel 4. 14 Ringkasan Hasil <i>N-Gain Score</i> Kelompok Eksperimen .....	111
Tabel 4. 15 Ringkasan Hasil Perhitungan <i>N-Gain Score</i> Kelompok Kontrol .....	113
Tabel 4. 16 Hasil Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	114

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model ADDIE .....	14
Gambar 2. 2 Model ASSURE .....	15
Gambar 2. 3 Model Jerold E. Kemp.....	17
Gambar 2. 4 Struktur Model Bella H. Banaty .....	19
Gambar 2. 5 Struktur Model IDI .....	22
Gambar 2. 6 Model Smith dan Ragan .....	25
Gambar 2. 7 Model Dick dan Carey.....	26
Gambar 2. 8 Model Pengembangan Borg dan Gall.....	26
Gambar 2. 9 Lapangan Futsal.....	33
Gambar 2. 10 Area Penalti Futsal.....	33
Gambar 2. 11 Gawang Futsal .....	34
Gambar 2. 12 <i>Dribbling with sole of the foot</i> .....	39
Gambar 2. 13 <i>Dribbling with the outside of the instep</i> .....	40
Gambar 2. 14 Otot-otot anggota tubuh bagian bawah tampak depan .....	44
Gambar 2. 15 Otot-otot anggota tubuh bagian bawah tampak dari belakang .....	45
Gambar 2. 16 Nama-nama Sendi pada Tubuh Manusia.....	45
Gambar 2. 17 komponen biomotor yang saling berkaitan .....	51
Gambar 2. 18 <i>Cognitive Domain Chart</i> .....	61
Gambar 2. 19 Rancangan Pengembangan Model Latihan Dribbling Untuk Pemain Futsal Pemula (Usia 12-14 Tahun) .....	73
Gambar 3. 1 <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i> .....	79
Gambar 3. 2 Instrumen Kemampuan <i>Dribbling</i> .....	81

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Panduan Wawancara Pelatih.....	133
Lampiran 2 Hasil Wawancara Pelatih.....	134
Lampiran 3 Pedoman Wawancara denga Pemain Futsal.....	135
Lampiran 4 Perencanaan Pengembangan Produk.....	136
Lampiran 5 Kisi-kisi Ahli Materi Futsal.....	137
Lampiran 7 Surat Keterangan Validasi.....	164
Lampiran 9 Kisi-Kisi Uji Coba Kelompok Kecil.....	167
Lampiran 14 Instrumen Kemampuan Dribbling.....	169
Lampiran 15 Rekapitulasi Data Kelompok Eksperimen.....	171
Lampiran 16 Rekapitulasi data Kelompok Kontrol.....	172
Lampiran 17 Uji persyaratan Analisis.....	173
Lampiran 18 Uji Hipotesis.....	174
Lampiran 19 Program Latihan Bulanan.....	175
Lampiran 20 Program Latihan Harian <i>Dribbling</i> Futsal.....	176
Lampiran 21 Dokumentasi Penelitian.....	192
Lampiran 22 Surat Penelitian.....	198