

**MODEL LATIHAN DASAR *PASSING* BERBASIS *SMALL SIDED GAMES* PADA KLUB SEPAK BOLA WANITA DI  
JAKARTA**



**TIARA MAHARDIKA**

**1601617004**

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



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**






**FAKULTAS ILMU OLAH RAGA**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**JANUARI, 2023**

### LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b>		
Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001		8/23 02
<b>Pembimbing II</b>		
Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 197303052009121001		10/23 2

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd NIP. 198601252020121003	Ketua		10/23 2
2. Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd NIP. 196201051988031001	Sekretaris		10/23 2
3. Andri Irawan, M.Pd NIP. 198009092006041001	Anggota		8/23 02
4. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 197303052009121001	Anggota		10/23 2
5. Slamet Sukriadi, M.Pd NIP. 198210282015041002	Anggota		8/23 02

Tanggal Lulus : 02 Februari 2023

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan 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 akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 18 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



Tiara Mahardika

No. Reg. 1601617004



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 : TIARA MAHARDIKA  
NIM : 1601617004  
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN/PENDIDIKAN JASMANI  
Alamat email : TIARA.MAHARDIKA24@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 DASAR PASSING BERBASIS SMALL SIDED GAMES  
PADA KLUB SEPAK BOLA WANITA DI 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, 4 Maret 2023

Penulis

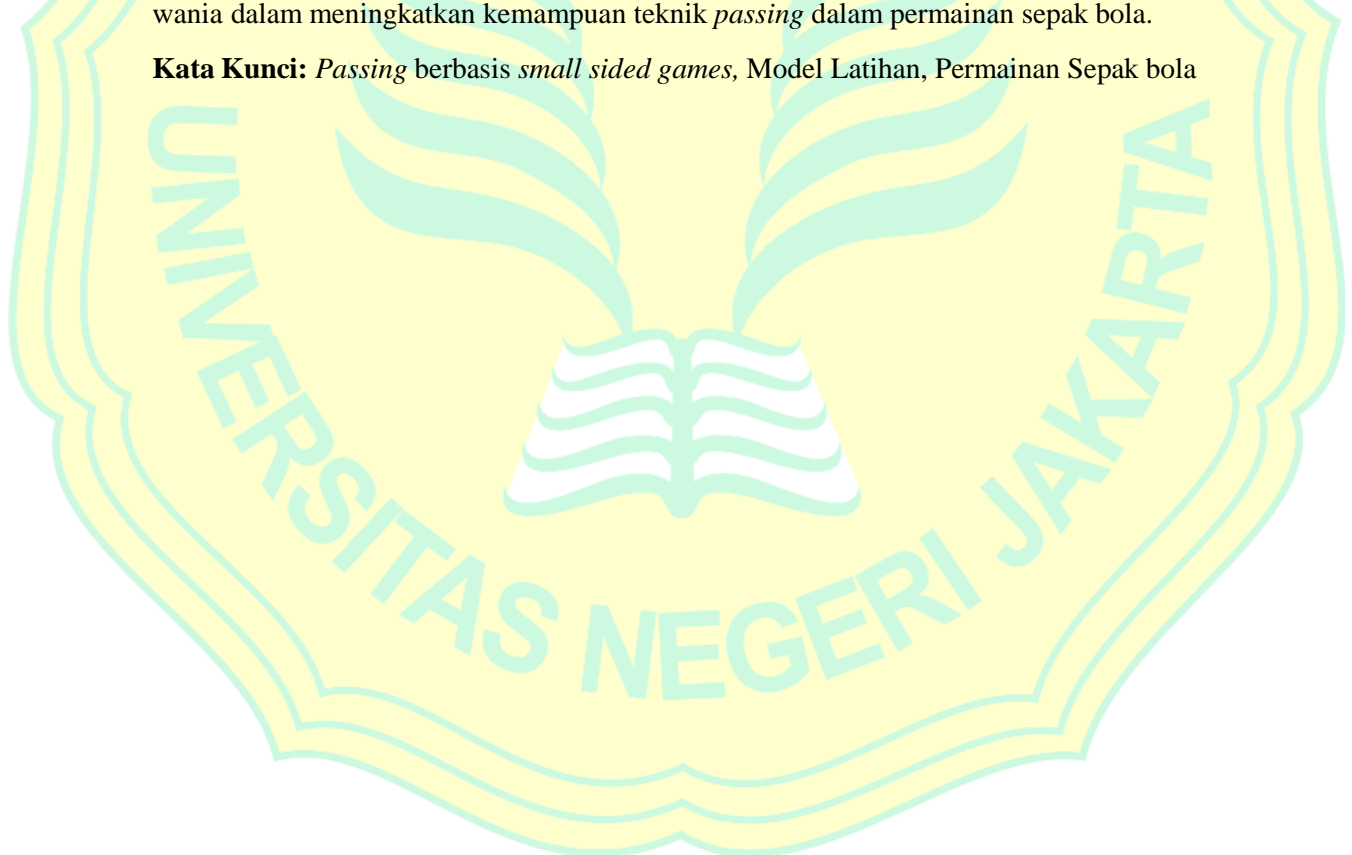
( TIARA MAHARDIKA )

# MODEL LATIHAN DASAR *PASSING* BERBASIS *SMALL SIDED GAMES* PADA CLUB SEPAK BOLA WANITA DI JAKARTA

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan dasar *passing* berbasis *small sided games* pada permainan sepak bola yang lebih baru dan simple sehingga mudah dipahami dan diterapkan secara langsung untuk pemain klub sepak bola wanita di Jakarta. Pengembangan model latihan dasar *passing* berbasis *small sided games* dalam permainan sepak bola ini menggunakan metode *Research and Development* (penelitian dan pengembangan) yang mengacu pada model ADDIE. Penelitian ini pada awalnya membuat desain produk sebanyak 12 model latihan kemudian hasil akhir dengan uji justifikasi ahli menjadi 11 model latihan. Berdasarkan uji validasi yang digunakan adalah uji justifikasi para ahli dengan tiga ahli dibidang olahraga sepak bola. Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai bahan referensi atau acuan untuk meningkatkan keterampilan, keberhasilan dan memberikan variasi latihan dasar *passing* dalam melakukan *passing* saat situasi permainan. Model latihan ini juga bertujuan untuk menjadi referensi kepada para pelatih sepak bola khususnya klub sepak bola wanita di Jakarta dalam menerapkan latihan *passing* berbasis *small sided games* yang dapat dilakukan saat latihan dan pertandingan. Hasil penelitian ini untuk kedepannya diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk para pelatih dan mahasiswa yang akan mengembangkan model ini dan khususnya bagi pemain sepak bola wanita dalam meningkatkan kemampuan teknik *passing* dalam permainan sepak bola.

**Kata Kunci:** *Passing* berbasis *small sided games*, Model Latihan, Permainan Sepak bola



# **BASIC PASSING TRAINING MODEL BASED ON SMALL SIDED GAMES AT WOMEN'S FOOTBALL CLUBS IN JAKARTA**

## **ABSTRACT**

*This research aims to develop a basic passing training model based on small sided games in newer and simpler football games so that it is easy to understand and apply directly to players of women's football clubs in Jakarta. The development of a basic training model based on small-sided games in this football game uses the Research and Development method which refers to the ADDIE model. This research initially made a product design of 12 exercise models then the final result with expert justification tests became 11 exercise models. Based on the validation test used is a justification test of experts with three experts in the field of football. The purpose of this study is as a reference material to improve skills, success and provide variations of basic passing exercises in passing during game situations. This training model also aims to be a reference to football coaches, especially women's football clubs in Jakarta in implementing passing exercises based on small sided games that can be done during training and matches. 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 especially for football players in improving passing techniques in the game of football.*

**Keywords:** *Passing based small sided games, Training Models, Football Games*



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin. Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsidengan judul “Model Latihan Dasar *Passing* Berbasis *Small Sided Games* Pada Klub Sepak Bola Wanita di Jakarta”.

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.

Oleh karena itu peneliti sangat mengapresiasi dan berterimakasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepadapeneliti selama proses penyusunan 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 Prof. **Dr. Ramdan Pelana, M.Or** selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak **Dr. Iwan Setiawan, M.Pd**, selaku ketua program studi Pendidikan Jasmani dan juga selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan persetujuan kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan penyusunan skripsi

sehingga proses penyusunan skripsi ini bisa berjalan dengan lancar.

4. Bapak **Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd**, selaku penasihat akademik yang telah membimbing peneliti selama perkuliahan sampai penyelesaian skripsi ini.
5. 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.
6. Seluruh **dosen dan staf** program Pendidikan Jasmani yang telah memberikan berbagai ilmu kepada peneliti dan membantu peneliti dalam proses administrasi selama mengikuti pendidikan.
7. Keluarga yang paling tercinta dan sayangi terutama **Orang Tua** dan **Adik** yang telah banyak memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa yang dipanjatkan kepada Allah SWT untuk peneliti.
8. Kepala Pelatih BETAWI FC Bapak **Iswadi**, Manager klub sepak bola BETAWI FC Ibu **Eva**, serta **adik-adik** dan **teman-teman** selaku pemain BETAWI FC yang telah memberikan izin dan membantu dalam melakukan penelitian ini.
9. Semua **sahabat KUY FC** yang selalu mendorong, menyemangati, dan menghibur dikala saya merasa jenuh.
10. Semua **Teman Seperjuangan** yang telah membantu, mendukung dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Penyusunan skripsi ini dibuat semaksimal mungkin, penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat untuk semua pihak. Namun demikian, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan



skripsi ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan koreksi dari berbagai pihak untuk memperbaiki skripsi ini agar lebih baik lagi kedepannya.

Jakarta, 19 Januari 2023

T.M



## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Fokus Penelitian .....	7
C. Perumusan Masalah .....	7
D. Kegunaan Penelitian.....	7
<b>BAB II</b> .....	<b>9</b>
<b>KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>9</b>
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
B. Konsep Model yang Dikembangkan .....	20
C. Kerangka Teoritik .....	22
1. Hakikat Model .....	22
2. Hakikat Latihan .....	23
3. Hakikat Sepak bola.....	27
4. Hakikat <i>Passing</i> .....	33
5. Hakikat Small Sided Games.....	39
D. Rancangan Model.....	42
<b>BAB III</b> .....	<b>47</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>47</b>
A. Tujuan Penelitian .....	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	47
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan .....	48

D. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	48
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	50
<b>BAB IV .....</b>	<b>54</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>54</b>
A. Hasil Pengembangan Model.....	54
B. Kelayakan Model .....	84
C. Pembahasan.....	87
<b>BAB V.....</b>	<b>90</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>90</b>
A. Kesimpulan .....	90
B. Saran.....	91
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>92</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>95</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>129</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2 1.</b> Penjabaran model latihan awal dan model latihan yang dikembangkan .....	22
<b>Tabel 2 2.</b> Ukuran bola, berat bola, dan dimensi bola untuk setiap kelompok umur .....	31
<b>Tabel 4 1. Legend</b> .....	56
<b>Tabel 4 2.</b> Nama Ahli Dalam Uji Validasi .....	84
<b>Tabel 4 3.</b> Kesimpulan Model Final .....	85



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1.</b> Langkah-Langkah Penggunaan R&D.....	12
<b>Gambar 2. 2.</b> Model ASSURE.....	15
<b>Gambar 2. 3.</b> Perencanaan Pengembangan Model Borg & Gall .....	17
<b>Gambar 2. 4.</b> Model Latihan Passing dari buku Kurikulum Pembinaan Sepak bola Indonesia .....	21
<b>Gambar 2. 5.</b> Pemain Sepak Bola Persija Putri 2019 .....	29
<b>Gambar 2. 6.</b> Dimensi lapangan Permainan .....	30
<b>Gambar 2. 7.</b> Official match ball for the FIFA Women's World Cup unveiled by Adidas .....	30
<b>Gambar 2. 8.</b> Goalpost dimension.....	32
<b>Gambar 2. 9.</b> Teknik Mengoper dengan Bagian Dalam Kaki .....	34
<b>Gambar 2. 10.</b> Teknik Mengoper dengan Bagian Samping Luar Kaki .....	35
<b>Gambar 2. 11.</b> Teknik Mengoper dengan Kura-Kura Kaki.....	35
<b>Gambar 2. 12.</b> <i>Teknik Mengoper Bola Bawah</i> .....	37
<b>Gambar 2. 13.</b> Teknik Mengoper Bola Atas.....	38
<b>Gambar 2. 14.</b> Model pengembangan ADDIE .....	44
<b>Gambar 3 1.</b> Model pengembangan ADDIE .....	49
<b>Gambar 3 2.</b> Rancangan bentuk Model Latihan dasar Passing berbasis Small Sided Games.....	51
<b>Gambar 4 1.</b> Model TM 1.....	57
<b>Gambar 4 2.</b> Model TM 2.....	59
<b>Gambar 4 3.</b> Model TM 3.....	61

<b>Gambar 4 4.</b> Model TM 4 .....	63
<b>Gambar 4 5.</b> Model TM 5 .....	65
<b>Gambar 4 6.</b> Model TM 6 .....	67
<b>Gambar 4 7.</b> Model TM 7 .....	69
<b>Gambar 4 8.</b> Model TM 8 .....	71
<b>Gambar 4 9.</b> Model TM 9 .....	73
<b>Gambar 4 10.</b> Model TM 10 .....	76
<b>Gambar 4 11.</b> Model TM 11 .....	79
<b>Gambar 4 12.</b> Model TM 12 .....	82
<b>Gambar 4 13.</b> Model TM 1 .....	102
<b>Gambar 4 14.</b> Model TM 2 .....	104
<b>Gambar 4 15.</b> Model TM 3 .....	106
<b>Gambar 4 16.</b> Model TM 4 .....	108
<b>Gambar 4 17.</b> Model TM 5 .....	110
<b>Gambar 4 18.</b> Model TM 6 .....	112
<b>Gambar 4 19.</b> Model TM 7 .....	114
<b>Gambar 4 20.</b> Model TM 9 .....	116
<b>Gambar 4 21.</b> Model TM 10 .....	119
<b>Gambar 4 22.</b> Model TM 11 .....	122
<b>Gambar 4 23.</b> Model TM 12 .....	125

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Angket Justifikasi Ahli.....	95
<b>Lampiran 2</b> Surat Keterangan Validasi.....	98
<b>Lampiran 3</b> Model Final.....	101
<b>Lampiran 4</b> Dokumentasi Penelitian.....	128



