

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN BERTAHAN  
ALTERNATIVE FUTSAL**





*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**ALFATHU RIZAL  
1604621057**

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

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
JANUARI, 2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing I</b> <u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP. 198009092006041001	 .....	21/01/2024 .....
<b>Pembimbing II</b> <u>Dr. dr. Ruliando Hasea Purba MARS, Sp. KFR</u> NIP. 197307052009121002	 .....	25/01/2024 .....

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Bambang Kridasuwarmo, M.Pd</u> NIP. 196112071989031004	Ketua	 .....	23/01/24 .....
2. <u>Dr. Shela Ginanjar, M.Pd</u> NIP. 198804142022031003	Sekretaris	 .....	25/01/2024 .....
3. <u>Andri Irawan, M.Pd</u> NIP. 198009092006041001	Anggota	 .....	21/01/2024 .....
4. <u>Dr. dr. Ruliando Hasea Purba MARS, Sp. KFR</u> NIP. 197307052009121002	Anggota	 .....	25/01/2024 .....
5. <u>Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd</u> NIP. 198202022010121003	Anggota	 .....	25/01/2024 .....

Tanggal Lulus : 8 Januari 2024

## 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, 08 Januari 2024

Yang menyatakan,



Alfathu Rizal  
1604621057



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 : ALFATHU RIZAL  
NIM : 1604621057  
Fakultas/Prodi : KePelatihan Kecabangan Olahraga  
Alamat email : rizalalfathuog@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 BERTAHAN  
ALTERNATIVE FUTSAL

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, 30 Januari 2024

Pentlis

( Alfathu Rizal )  
nama dan tanda tangan

## PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN BERTAHAN *ALTERNATIVE* FUTSAL

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan model latihan bertahan *alternative* futsal dengan metode model ADDIE (*analyze, design, development, implement, evaluate*). Populasi dalam penelitian ini adalah 12 orang atlet putra SMAN 1 Tajurhalang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data dalam penelitian *Research & Development (R&D)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, 1) Penelitian dalam tahap *Analyze* peneliti melakukan observasi dilapangan, dengan mengamati lokasi, sarana dan prasarana yang ada di SMA Negeri 1 Tajurhalang. Selain itu peneliti mengamati subjek yang menjadi bahan penelitian yaitu atlet - atlet dilapangan yang menjadi target penelitian, 2) Pada tahap *Design* peneliti membuat desain awal produk berupa *draft* model latihan bertahan *Alternative* yang berjumlah 15 model latihan. Kemudian, peneliti menentukan jadwal pelaksanaan penelitian dan tim yang akan membantu peneliti sesuai dengan tugasnya masing-masing, 3) Pada tahap *Development* setelah penelitian selesai membuat desain, peneliti melakukan validasi kepada 1 dosen ahli futsal dan 2 pelatih futsal. Yang tujuannya agar dosen ahli dan pelatih tau seperti apa model yang dibuat dan sekaligus menjadi validasi awal sebelum melakukan uji lapangan, 4) Setelah tahapan pengembangan model, masuk kedalam tahap *Implement*, dimana peneliti melakukan uji coba lapangan selama 16 kali pertemuan. Peneliti menerapkan 15 model latihan bertahan *Alternative* yang telah divalidasi sebelumnya. 5) Pada tahapan *evaluate* penelitian berkonsultasi pada para ahli dan para dosen pembimbing melalui diskusi dengan menampilkan video hasil penelitian uji coba lapangan, setelah itu maka akan dapat diketahui kelemahannya. Yang bertugas memperbaiki desain adalah peneliti yang menghasilkan produk tersebut. Dapat disimpulkan bahwa model Latihan bertahan *Alternative* pada SMA Negeri 1 Tajurhalang telah diuji menggunakan uji justifikasi ahli menghasilkan 15 model latihan bertahan *Alternative* pada SMA Negeri 1 Tajurhalang.

**Kata Kunci:** *pengembangan model latihan, bertahan, alternative, futsal.*

## **DEVELOPMENT OF AN ALTERNATIVE FUTSAL DEFENSE TRAINING MODEL**

### **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to develop an alternative futsal defensive training model with the ADDIE model method (analyze, design, develop, implement, evaluate). The population in this study were 12 male athletes of SMAN 1 Tajurhalang. Data collection was conducted using observation, interview, and documentation methods. Data analysis techniques in Research & Development (R&D) research. The results showed that, 1) Research in the Analyze stage researchers conducted field observations, by observing the location, facilities and infrastructure available at SMA Negeri 1 Tajurhalang. In addition, researchers observed the subject of research material, namely athletes in the field who were the target of research, 2) At the Design stage, researchers made an initial product design in the form of a draft Alternative defensive training model totaling 15 training models. Then, researchers determine the schedule for conducting research and the team that will assist researchers according to their respective duties, 3) At the Development stage after the research was completed making the design, the researcher validated 1 futsal expert lecturer and 2 futsal coaches. The goal is that expert lecturers and coaches know what the model is like and at the same time become an initial validation before conducting field tests, 4) After the model development stage, enter the Implement stage, where researchers conduct field trials for 16 meetings. Researchers applied 15 Alternative defensive training models that had been previously validated. 5) At the stage of evaluating the research, consulting experts and supervisors through discussions by showing videos of the results of field trial research, after that the weaknesses will be known. The one in charge of improving the design is the researcher who produces the product. It can be concluded that the Alternative defensive training model at SMA Negeri 1 Tajurhalang has been tested using the expert justification test resulting in 15 Alternative defensive training models at SMA Negeri 1 Tajurhalang.*

**Keywords:** *training model development, alternative, defense, futsal.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas Rahmat dan Karunia-Nya. Sehingga Skripsi ini yang berjudul “Pengembangan Model Latihan Bertahan *Alternative* Futsal” dapat terselesaikan.

Adapun tujuan dari penulisan ini adalah untuk sebagai syarat penyelesaian studi S1- Ilmu Kepeleatihan Kecabangan Olahraga, untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or), pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

- 1) Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta **Dr. Hernawan, S.E., M.Pd.**
- 2) Bapak **Andri Irawan, M.Pd** dan **Dr. dr. Ruliando Hasea Purba, MARS, Sp. KFR** selaku dosen pembimbing yang mau meluangkan waktu dan pemikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi.
- 3) Bapak **Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd** selaku penasehat akademik dan koordinator program studi kepelatihan kecabangan olahraga yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing penulis dalam membuat skripsi.
- 4) Coach **Imadin Na'im** selaku pelatih SMA Negeri 1 Tajurhalang yang telah memberikan izin penelitian.
- 5) **Edi Sulisty** dan **Siti Nurjanah** selaku orang tua saya yang sudah memberikan motivasi dan semangat hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
- 6) Seluruh teman-teman RPL KKO Angkatan 2021 yang telah berperan banyak dalam memberikan pengalaman dan pembelajaran selama menempuh pendidikan
- 7) Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberi bantuan selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik selalu diharapkan demi perbaikan lebih lanjut.

Jakarta, 08 Januari 2024

Alfathu Rizal





## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABTRACK .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian .....	4
C. Perumusan Masalah .....	4
D. Kegunaan Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK .....</b>	<b>6</b>
A. Konsep Pengembangan Model .....	6
1. Model ADDIE .....	8
B. Konsep Model Yang Dikembangkan .....	10
C. Kerangka Teoritik .....	12
1. Hakikat Model Latihan .....	12
2. Hakikat Bertahan .....	13
3. Hakikat Bertahan <i>Alternative</i> .....	15
4. Hakikat Futsal .....	17
D. Rancangan Model .....	21
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
A. Tujuan Penelitian .....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	24
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan .....	24
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	25
E. Metode Penelitian .....	26
F. Langkah-langkah Pengembangan Model .....	26
1. Penelitian Pendahuluan .....	26
2. Perencanaan Pengembangan Model .....	27
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model .....	31
4. Uji Coba Lapangan .....	33
5. Revisi Produk .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Hasil Pengembangan Model .....	34
1. Hasil Analisis Kebutuhan .....	34
2. Model <i>Draft</i> Awal .....	35

3. Model Final .....	37
B. Kelayakan Model .....	54
C. Pembahasan .....	57
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan .....	62
B. Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>65</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>73</b>



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Model <i>ADDIE</i> .....	9
2. Formasi 1-2 .....	11
3. Pembagian Area Bertahan .....	14
4. Teknik <i>Posicion Basica</i> .....	18
5. Teknik <i>Lateralidad</i> .....	19
6. Teknik <i>Fintas</i> .....	20
7. Teknik <i>Cargas y entradas</i> .....	21
8. Tahapan <i>ADDIE</i> .....	28



## DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Penjabaran model .....	12
2. Bagan Rancangan Model <i>Flowchart</i> .....	23
3. Nama Para Ahli Uji Justifikasi .....	32
4. Hasil Analisis Kebutuhan .....	36
5. Masukan dan Saran Dosen Ahli & Pakar Ahli Futsal .....	37
6. Hasil Model Final .....	38
7. Petunjuk Arah .....	38
8. Model 1 .....	39
9. Model 2 .....	40
10. Model 3 .....	41
11. Model 4 .....	42
12. Model 5 .....	43
13. Model 6 .....	44
14. Model 7 .....	45
15. Model 8 .....	46
16. Model 9 .....	47
17. Model 10 .....	48
18. Model 11 .....	49
19. Model 12 .....	50
20. Model 13 .....	51
21. Model 14 .....	52
22. Model 15 .....	53
23. Hasil Validasi .....	55
24. Kevalidan Model Latihan .....	58
25. Model Latihan .....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Penelitian .....	65
2. Surat Balasan Penelitian .....	66
3. Surat Keterangan Validasi .....	67
4. Dokumentasi Latihan .....	70
5. Daftar Riwayat Hidup .....	73

