

**MODEL LATIHAN PENJAGA GAWANG DENGAN
MENGUNAKAN BOLA TENIS PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER FUTSAL SDN CIKUDA 01**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

MUHAMMAD NAUFAL RIANDY

1602617205

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

MODEL LATIHAN PENJAGA GAWANG DENGAN MENGUNAKAN BOLA TENIS PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SDN CIKUDA 01

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model latihan penjaga gawang Menggunakan bola tenis pada siswa ekstrakurikuler futsal SDN Cikuda 01. Model ini diharapkan menjadi salah satu referensi yang dapat digunakan para pelatih untuk melatih reaksi penjaga gawang. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*) yaitu suatu metode yang muncul pertama kali pada tahun 1975 yang dikembangkan oleh pusat teknologi pembelajaran di Universitas Florida untuk dinas militer Amerika Serikat. Penjaga gawang adalah pemain yang penting dalam barisan pertahanan. Kemampuan serta keterampilan yang dimiliki sangat dibutuhkan untuk menjaga gawang dari gol lawan. Salah satu kemampuan yang harus dimiliki seorang penjaga gawang ada reaksi yang baik. Penelitian dimulai dengan menganalisa kebutuhan model yang akan dibuat. Kemudian peneliti menyusun rancangan model yang dibuat dan dikembangkan kembali berdasarkan hasil evaluasi. Setelah model di validasi oleh para pakar futsal dan pelatih penjaga gawang, model di developmentkan untuk melihat sejauh mana model dapat diterapkan yang hasilnya di evaluasi kembali kelebihan dan kekurangan model yang dibuat. Metode ADDIE ini digunakan karena melihat situasi yang terjadi pada masa penelitian ini, yaitu adanya keterbatasan waktu serta tempat penelitian. Dan untuk pengumpulan data pada skripsi ini yang dipakai adalah metodologi *experts judgement* dimana model yang dibuat ditelaah oleh para pakar futsal dan pelatih penjaga gawang. Melalui masukan serta saran dari pakar tersebut menghasilkan 20 model latihan penjaga gawang yang valid dan dapat diterapkan secara langsung di lapangan.

Kata Kunci: model latihan, reaksi penjaga gawang, metode ADDIE



GOALKEEPER TRAINING MODEL USING TENNIS BALLS FOR FUTSAL EXTRACURRICULAR STUDENTS OF SDN CIKUDA 01






ABSTRACT

This research aims to create a goalkeeper training model using a tennis ball for futsal extracurricular students at SDN Cikuda 01. This model is expected to become a reference that coaches can use to train goalkeeper reactions. This research uses the ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation) research method, a method that first appeared in 1975 and was developed by the learning technology center at the University of Florida for the United States military service. The goalkeeper is an important player in the defense. The abilities and skills possessed are really needed to protect the goal from the opponent's goals. One of the abilities that a goalkeeper must have is good reactions. Research begins by analyzing the needs of the model to be created. Then the researcher drafted a model which was created and developed again based on the evaluation results. After the model has been validated by futsal experts and goalkeeper coaches, the model is developed to see to what extent the model can be applied and the results are re-evaluated as to the advantages and disadvantages of the model created. The ADDIE method was used because it looked at the situation that occurred during this research period, namely the limited time and location of the research. And for data collection in this thesis, the expert judgment methodology is used, where the model created is reviewed by futsal experts and goalkeeper coaches. Through input and suggestions from experts, 20 goalkeeper training models have been produced that are valid and can be applied directly in the field.

Keywords: *training model, goalkeeper reaction, ADDIE methodology*

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I (Nur Fitranto, S.Pd, M.Pd) NIP. 198506182015041002		26/07/2024
Pembimbing II (Dr. Hidayat Humaid, M.Pd.) NIP. 196302101988031001		24/07/2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. (Agung Robianto, S.Pd., M.Or) NIP. 198804132019031015	Ketua		24/07/2024
2. (Dr. Iman Sulaiman, M.Pd) NIP. 196306271988031001	Sekretaris		29/07/2024
3. (Nur Fitranto, S.Pd, M.Pd) NIP. 198506182015041002	Anggota		26/07/2024
4. (Dr. Hidayat Humaid, M.Pd.) NIP. 196302101988031001	Anggota		24/07/2024
5. (Ari Subarkah, M.Pd) NIP. 197404022005011003	Anggota		27/07/2024

Tanggal Lulus : 18/07/2024

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. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima saksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 2024

Yang membuat pernyataan



MUHAMMAD NAUFAL RIANDY

1602617205



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 : Muhammad Naufal Riandy
NIM : 1602617205
Fakultas/Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga
Alamat email : naufalriandy25@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 PENJAGA GAWANG MENGGUNAKAN BOLA TENIS PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SDN CIKUDA 01**

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 Juli 2024

Penulis

(Muhammad Naufal Riandy)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirahim,

Alhamdulillah, puji serta syukur saya panjatkan kepada **ALLAH SWT** yang telah memberikan rezeki berupa nikmat ilmu kepada saya, karena-Nya saya mampu menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta sesuai dengan rencana-Nya. Semoga ilmu yang dititipkan kepada saya dapat bermanfaat bagi sesama hamba-Nya, karena sejatinya pengetahuan saya yang benar datang dari **ALLAH SWT**, dan ketidak tahuan, kesalahan serta kekhilafan murni dari saya.

Saya **Muhammad Naufal Riandy**, mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada keluarga saya, khususnya **Kedua Orang Tua** saya yang selama ini selalu mendoakan dan mendukung saya dalam mengerjakan skripsi ini. Saya juga mengucapkan terimakasih kepada seluruh dosen-dosen serta civitas akademik di Universitas Negeri Jakarta yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah berbagi ilmu pengetahuan kepada saya dan teman-teman saya dari semester satu sampai dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa saya ucapkan terima kasih kepada **Indah Uswatun Hasanah** dan teman-teman saya atas dukungan dan doa dalam mengerjakan skripsi ini. seluruh pembina, pengurus, anggota serta alumni **KOP Sepak Bola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta** yang sudah memberi pengalaman berharga selama bergabung di KOP ini.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT karena berkat dan karunia Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Model Latihan Penjaga Gawang Menggunakan Bola Tenis Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SDN Cikuda 01”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Hernawan, SE, M.Pd**, selaku dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; Bapak **Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd, M.Si** selaku koordinator program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga; Bapak **Nur Fitranto M.Pd** selaku dosen pembimbing I, Bapak **Dr. Hidayat Humaid, M.Pd** selaku dosen pembimbing II, Bapak **Ari Subarkah, M.Pd** selaku penasehat akademik dan seluruh civitas akademik di Universitas Negeri Jakarta.

Akhir kata, peneliti berharap ALLAH SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Bogor, 2 Juli 2024

MNR

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah	4
D. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	6
A. Pengembangan Model	6
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	9
C. Kerangka Teoretik	11
1. Hakikat Futsal	11
2. Sarana dan Prasarana Futsal.....	13
3. Hakikat Model Latihan	20
4. Hakikat Latihan	21
5. Hakikat Penjaga Gawang	26
6. Hakikat Ekstrakurikuler Futsal SD Negeri Cikuda 01	36
D. Rancangan model	37
E. Rancangan Model.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	40

A. Tujuan Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan.....	41
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	41
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	43
1. Penelitan Pendahuluan	44
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	44
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Pengembangan Model.....	49
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	49
2. Model Draft Awal.....	50
3. Model Final.....	54
4. Model Draft Final.....	55
5. Kelayakan Model	67
6. Efektivitas Model.....	73
B. Pembahasan.....	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN.....	78
RIWAYAT HIDUP.....	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. bagan langkah penelitian pengembangan sugiyono	9
Gambar 2. Ukuran bola	14
Gambar 3. Ukuran Lapangan	16
Gambar 4. Ukuran Gawang.....	18
Gambar 5. Posisi kiper saat siap	31
Gambar 6. Teknik Cross L	32
Gambar 7. Teknik Cross M	33
Gambar 8. Teknik Split	33
Gambar 9. Dive	34
Gambar 10. Tangkapan bola atas	35
Gambar 11. Rancangan Model Latihan Penjaga Menggunakan Bola tenis	37
Gambar 12. Model Pengembangan ADDIE.....	38
Gambar 13. Model Pengembangan Metode ADDIE.....	44
Gambar 17. Dokumentasi Validasi dengan Syaquhi	85
Gambar 18. Dokumentasi Pelaksanaan.....	86
Gambar 19. Dokumentasi Pelaksanaan.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Nama-nama Validator Uji Validasi Model	47
Tabel 2. Saran dan Masukan Ahli Raqiel Syauqhi Permana	51
Tabel 3. Saran dan Masukan Ahli Dezha Badai Anggia, S.Pd	52
Tabel 4. Saran dan Masukan Ahli Slamet Sukriadi M.Pd	53
Tabel 5. Hasil Validasi Ahli Raqiel Syauqhi Permana	68
Tabel 6. Hasil Validasi Ahli Dezha Badai Anggia, S.Pd	69
Tabel 7. Hasil Validasi Ahli Slamet Sukriadi, M.Pd	70
Tabel 8. Lembar Penilaian Kelayakan Model	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Validasi Raqiel Syauqhi Permana	79
Lampiran 2. Lembar validasi Dezha Badai Anggia, S.Pd.....	80
Lampiran 3. Lembar Validasi Slamet Sukriadi, M.Pd	81
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 5. Angket Tingkat Kesulitan Model Latihan	84
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	85

