

**MODEL LATIHAN KETERAMPILAN FOREHAND DAN BACKHAND
PICKELBALL UNTUK ATLET USIA 15-18 TAHUN**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

Azi Faiz Ridlo

9904920020

Disertasi Yang Di Tulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Untuk Mendapat
Gelar Doktor

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *FOREHAND* DAN *BACKHAND* *PICKLEBALL* UNTUK ATLET USIA 15-18 TAHUN

Azi Faiz Ridlo

Azifaizridlo_9904920020@mhs.unj.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model latihan keterampilan *Forehand* dan *Backhand* dalam olahraga *pickleball* usia 15-18 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Research and Development (R&D)* dari *Borg and Gall* dengan Subjek atlet *pickleball* dari 4 klub di Kota Bekasi. Jumlah subjek pada saat uji coba kelompok kecil sebanyak 24 orang dan pada saat ujicoba kelompok besar sebanyak 60 orang, sedangkan jumlah subjek pada saat uji efektivitas sebanyak 40 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui observasi lapangan, wawancara, angket dan tes penilaian keterampilan *forehand* dan *backhand*. Hasil penelitian ini adalah: 1). Menghasilkan model latihan keterampilan yang dirancang untuk atlet *pickleball* usia 15-18 tahun; 2). Terdapat hasil validasi ahli yang menyatakan 30 model latihan *forehand* dan *backhand* layak diterapkan; 3). model latihan yang dibuat terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan atlet *pickleball*. Terdapat peningkatan yang signifikan dalam pukulan *forehand* dan *backhand* setelah menerapkan model latihan ini.

Kata Kunci: Model Latihan; *Forehand*; *Backhand*; *Pickleball*

FOREHAND AND BACKHAND PICKELBALL SKILL TRAINING MODEL FOR ATHLETES AGED 15-18 YEARS

Asia Faiz Ridlo

Azifaizridlo_9904920020@mhs.unj.ac.id

Abstract

This study aims to create a model of Forehand and Backhand skill training in pickleball aged 15-18 years. The method used in this study is Research and Development (R&D) from Borg and Gall with pickleball athletes from 4 clubs in Bekasi. The number of subjects at the time of the small group trial was 24 people and at the time of the large group trial was 60 people, while the number of subjects at the time of the effectiveness test was 40 people. The instruments used in this study are through field observations, interviews, questionnaires and tests for forehand and backhand skill assessment. The results of this study are: 1). Producing a skill training model designed for pickleball athletes aged 15-18 years; 2). There are expert validation results that state that 30 forehand and backhand training models are feasible to be applied; 3). The training model has proven to be effective in improving the skills of pickleball athletes. There was a significant improvement in forehand and backhand strokes after applying this training model.

Keywords: *Training Model; Forehand; Backhand; Pickleball*

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

Promotor

Co-Promotor



Susilo, M.Pd., D.Ed
Tanggal: 14-7-2024...



Dr. Aan Wasan, M.Pd
Tanggal: 14-7-2024...

NAMA

TANDA TANGAN

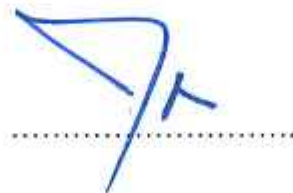
TANGGAL

4) Prof. Dr. Dedi Purwana E.S., M.Bus
(Ketua)¹



15-7-2024...

Prof. Dr. Samsudin, M.Pd
(Sekretaris)²



14-7-2024...

Nama : Azi Faiz Ridlo
No. Registrasi : 9904920020
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tgl. Lulus :

¹⁾ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

²⁾ Koordinator Prodi S3 Pendidikan Jasmani

BUKTI PENGESAHAN PERBAIKAN UJIAN TERTUTUP

Nama : Azi Faiz Ridlo
NIM : 9904920020
Program Studi : Pendidikan Jasmani

No	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1	Prof. Dr. Dedi Purwana E.S., M.Bus (Ketua) ¹		15-7-2024
2	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd (Sekretaris) ²		14-7-2024
3	Susilo, M.Pd., D.Ed (Promotor)		14-7-2024
4	Dr. Aan Wasan, M.Pd (Co-Promotor)		14-7-2024
5	Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd (Penguji)		14-7-2024
6	Dr. Hidayat Humaid, M.Pd (Penguji)		14-7-2024
7	Dr. Indra Adi Budiman, M.Pd (Penguji Luar)		14-7-2024

¹Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta, ²Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Azi Faiz Ridlo
NIM : 9904920020
Jenjang : S3
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020
Semester : 120 (Genap) Tahun Akademik 2023/2024

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi/ tesis * dengan judul “Model Latihan Keterampilan *Forehand dan Backhand* Picklebal Untuk Atlet Usia 15-18 tahun” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak mana pun. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 15 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



(Azi Faiz Ridlo)

*coret salah satu

SURAT PENYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Azi Faiz Ridlo
NIM : 9904920020
Jenjang : S3 (Doktor)
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020/2021
Semester : 120 (Genap) Tahun Akademik 2023/2024

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan ujian terbuka dan perbaikan ujian tertutup 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, 14 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



(Azi Faiz Ridlo)



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 : Azi Faiz Ridlo
NIM : 9904920020
Fakultas/Prodi : Pascasarjana / S3 Pendidikan Jasmani
Alamat email : aziewae@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 Keterampilan *Forehand* Dan *Backhand* Pickelball Untuk Atlet Usia 15-18 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, 13 Juli 2024
Penulis

(Azi Faiz Ridlo)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT sebab atas segala rahmat, karunia, taufik dan hidayah-Nya maka Disertasi yang berjudul “Model Latihan Keterampilan *Forehand* Dan *Backhand Pickelball* Untuk Atlet Usia 15-18 Tahun” dapat penulis susun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Doktor Pendidikan Jasmani di Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang telah membantu dalam penyusunan Proposal ini, penyusunan ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya peran, bantuan, bimbingan, saran dan masukan dari berbagai pihak, Oleh sebab itu, sudah semestinya penulis mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam menyusun penulisan Disertasi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S, M. Bus. Selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.
3. Bapak Prof. Dr. Samsudin. M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan arahan dan saran dalam penyusunan Disertasi ini.
4. Bapak Susilo, M.Pd., D.Ed selaku Promotor yang telah memberikan membimbing dalam pembuatan Disertasi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
5. Bapak Dr. Aan Wasan, M. Si selaku Co-Promotor yang telah memberikan membimbing dalam pembuatan Disertasi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
6. Seluruh Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah membimbing dan memberikan berbagai ilmunya bagi peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Teman-teman Program Studi Doktor Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2020, yang selalu memberikan motivasi dan beberapa masukan-masukan dalam penyusunan Disertasi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Disertasi Penelitian ini masih banyak kekurangan oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan adanya saran maupun kritik dari para pembaca dan semua pihak yang mengarah kepada perbaikan penyusunan Disertasi ini.

Demikian yang dapat penulis sampaikan, semoga Penelitian Disertasi ini dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya.

Jakarta, Juli 2024

Penulis,

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	ii
Abstrak	iii
Abstract	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Permasalahan.....	8
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. State of The Art.....	9
F. <i>Road Map</i> Penelitian.....	17
BAB II KAJIAN PUSTAKA	19
A. Konsep Penelitian dan Pengembangan.....	19
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	44
C. Kerangka Teoretik.....	46
D. Karakteristik Anak Usia 15-18 Tahun.....	57
E. Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja.....	58
F. Rancangan Model.....	81
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	83
A. Jenis Penelitian.....	83
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	83
C. Desain Penelitian.....	83
D. Subyek Penelitian.....	87
E. Teknik Pengumpulan Data.....	87
F. Penyusunan Instrumen Penelitian.....	88
G. Teknik Analisis Data.....	90
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	94
A. Hasil Penelitian.....	94
C. Pembahasan.....	132
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	136
A. Simpulan.....	136
B. Implikasi.....	137
C. Saran.....	137
DAFTAR PUSTAKA	138

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelusuran Studi Literatur	9
Tabel 2. Subyek Penelitian	87
Tabel 3. Analisis Persentase	91
Tabel 4. Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model	92
Tabel 5. Pembagian <i>Score Gain</i>	93
Tabel 6. Kategori Tafsiran Efektifitas <i>N-Gain</i>	93
Tabel 9. Tabel <i>Need Assessment Model</i>	96
Tabel 10. Draft Model latihan <i>Forehan dan Backhand Pickleball</i>	98
Tabel 11. Hasil Validasi Ahli terhadap Model latihan	105
Tabel 12. Rangkuman Model latihan Setelah di Validasi Ahli	107
Tabel 13. Rangkuman Data Uji Coba Kelompok Kecil	109
Tabel 14. Rangkuman Data Uji Coba Kelompok Besar	118
Tabel 15. Model Latihan Kerampilan Forehan dan Backhand Pickleball Final	124



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Road Map</i> Penelitian Model <i>Latihan Keterampilan Pickleball</i>	18
Gambar 2. Kemp's Instructional Design Model.....	26
Gambar 3. Model Pengembangan Dick dan Carey.....	27
Gambar 4. Model Pengembangan 4D.....	31
Gambar 5. Model ADDIE.....	33
Gambar 6. Smith and Ragan's Instructional Model.....	37
Gambar 7. Integrative Learning Design Framework (IDLF).....	38
Gambar 8. <i>deep in the court and at the net</i>	64
Gambar 9. Standard forehand grip.....	66
Gambar 10. Alternative forehand grip.....	67
Gambar 11. Moving into position for a forehand Forehand dan Backhand.....	68
Gambar 12. beginning of the backward swing.....	69
Gambar 13. The forehand drive serve.....	71
Gambar 14. The lob serve.....	72
Gambar 15. The backhand serve.....	73
Gambar 16. Block and push volley from backhand.....	75
Gambar 18. Pickleball n <i>hamstring</i>	76
Gambar 19. Tahapan Pembangan Model Borg dan Gall.....	84
Gambar 20. Rumus Uji-t (Sugiyono, 2016).....	92
Gambar 21. Rumus <i>N-Gain Score</i>	93