

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TRANSISI *OFFENSE*
KE *DEFENSE* PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL DI SMK TERATAI PUTIH GLOBAL 1 BEKASI**



Intelligentia - Dignitas

BAGUS SAIFUL BAHRI

1602618053

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

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

2025

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

(Andri Irawan, S.Pd., M.Pd.)

NIP. 198009092006041001



30 / 25
7

Pembimbing II

(Lita Mulia, S.Pd., M.Pd.)

NIP. 198612302024212001



25 / 25
7

Nama

Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

1. (Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd.) Ketua

NIP. 198112182010121002



25 / 25
7

2. (Dr. Muhamad Arif, S.Pd., M.Pd.) Sekretaris

NIDN. 0023028304



28 / 25
7

3. (Andri Irawan, S.Pd., M.Pd.)

NIP. 198009092006041001

Anggota



30 / 25
7

4. (Lita Mulia, S.Pd., M.Pd.)

NIP. 198612302024212001

Anggota

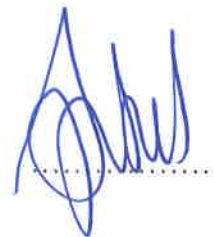


25 / 25
7

5. (Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.)

NIP. 198506182015041002

Anggota



27 / 25
7

Tanggal Lulus : 18 Juli 2025



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 : Bagus Saiful Bahri
NIM : 1602618053
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Alamat email : bagussaiful28@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 Transisi Offense ke Defense Pada
Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi

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, 31 Juli 2025

Penulis

(Bagus Saiful Bahri)
nama dan tanda tangan

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi ini adalah asli yang belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian peneliti sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis 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 peneliti dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka peneliti bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 10 Juli 2025



Bagus Saiful Bahri

No. Reg 160261853

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TRANSISI *OFFENSE* KE
DEFENSE PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMK
TERATAI PUTIH GLOBAL 1 BEKASI**

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengembangkan latihan transisi *offense* ke *defense* pada peserta ekstrakurikuler futsal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *Research and Development (R&D)* dari metode ADDIE. Subyek dari penelitian ini adalah siswa dari SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi yang berjumlah 10 siswa. Tahapan dalam penelitian ini adalah (1) analisis, (2) desain, (3) pengembangan, (4) implementasi dan (5) evaluasi. Uji coba penelitian dilakukan setelah mendapatkan validasi model dari 3 ahli diantaranya 2 pelatih futsal dan 1 dosen ahli. Setelah mendapatkan validasi, maka uji coba pengembangan model latihan transisi *offense* ke *defense* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi dapat dilakukan. Uji coba dilakukan bersamaan dengan penyebaran angket mengenai tingkat kesulitan dan kemenarikan. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa dari 17 pengembangan model latihan yang diuji, 9 pengembangan model latihan dianggap mudah serta 8 pengembangan model latihan dianggap cukup mudah. Lalu, tingkat kemenarikannya adalah 12 pengembangan model dinyatakan menarik dan 5 pengembangan model dinyatakan cukup menarik.

Kata kunci: pengembangan model latihan, transisi, SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi, futsal.

**DEVELOPMENT OF AN OFFENSE TO DEFENSE TRANSITION
TRAINING MODEL FOR FUTSAL EXTRACURRICULAR PARTICIPANTS
AT SMK TERATAI PUTIH GLOBAL 1 BEKASI**

ABSTRACT

This study aims to develop offense to defense transition training for futsal extracurricular participants. The research method used is the Research and Development (R&D) method from the ADDIE method. The subjects of this study were 10 students from SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi. The stages in this study are (1) analysis, (2) design, (3) development, (4) implementation and (5) evaluation. The research trial was conducted after obtaining model validation from 3 experts including 2 futsal coaches and 1 expert lecturer. After obtaining validation, the trial of developing the offense to defense transition training model for futsal extracurricular participants at SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi can be conducted. The trial was conducted simultaneously with the distribution of questionnaires regarding the level of difficulty and interestingness. The results of this study state that from the 17 training models developments that had been tested, 9 training model developments were considered easy and 8 training model developments were considered quite easy. Then, the level of interest is 12 development of training model are stated to be interesting and 5 developments of training model are stated to be quite interesting.

Keywords: *development of training model, transition, SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi, futsal.*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah segala puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat dan doa orang-orang terdekat sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu dengan rasa syukur dan bahagia saya persembahkan rasa terimakasih saya kepada Allah SWT karena atas izin dan karunianya skripsi ini dapat dibuat dan di selesaikan pada waktunya.

Terimakasih kepada orang tua yang sangat saya cintai Bapak Karmanto dan Ibu Muslihati serta adik saya Agung Edi Rahmawan dan Muhammad Galang Firmansyah yang saya sayangi, terimakasih sebanyak-banyaknya yang selalu memberikan semangat, memberikan doa dan memberikan dukungan materi maupun moril yang tiada henti untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Tiada kata yang cukup untuk berterimakasih atas kebaikan orang tua dan keluarga saya. Doa dan rasa kasih sayang yang hanya saya berikan, semoga Bapak, Ibu dan adik saya selalu diberikan panjang umur, kesehatan jasmani serta rohani, kebahagiaan dan keberkahan di dunia maupun di akhirat, Aamiin. Skripsi ini kupersembahkan untuk kalian.

Terimakasih banyak untuk 3 validator saya yaitu Bapak Eko Prabowo, S.Pd., M.Pd selaku dosen ahli, Bapak Sayan Karmadi, S.Pd selaku pelatih kepala Fafage Banua dan Bapak Yusup Wibisono S.I selaku pelatih kepala Bogasari Futsal yang telah memvalidator model latihan saya dari awal sampai akhir dengan baik, semoga selalu diberikan umur yang panjang serta diberikan kesehatan oleh Allah SWT.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah subhanahu Wata'ala yang telah memberikan nikmat serta karunia sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TRANSISI *OFFENSE* KE *DEFENSE* PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMK TERATAI PUTIH GLOBAL 1 BEKASI”. Penulisan skripsi ini ditulis untuk mendapatkan gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd** selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIKK UNJ, Bapak **Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd** selaku penasehat akademik, Bapak **Andri Irawan, S.Pd., M.Pd** selaku pembimbing I skripsi, Ibu **Lita Mulia, S.Pd., M.Pd** selaku pembimbing II skripsi, pihak sekolah SMK Teratai Putih Global 1 Bekasi yang telah memberikan izin peneliti meneliti membantu dalam usaha memperoleh data yang dibutuhkan. **Ayah peneliti Karmanto, Ibu peneliti Muslihati** serta keluarga peneliti yang telah memberikan dukungan dalam hal material maupun moral. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga hasil penelitian dan penulisan ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan olahraga, para pelatih dan siswa sekolah futsal di Indonesia

Jakarta, 10 Juli 2025

Bagus Saiful Bahri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Perumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	9
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
1. Model ADDIE.....	12
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	14
1. Konsep Model Latihan Transisi.....	14
2. Konsep Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	17
C. Kerangka Teoritik.....	18
1. Hakikat Latihan.....	18
2. Hakikat <i>Cognitive</i>	27
3. Hakikat Futsal.....	30
4. Hakikat Transisi.....	35
D. Rancangan Model.....	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	43

A. Tujuan Penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	43
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	44
E. Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Hasil Pengembangan Model.....	54
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	55
2. <i>Design</i> Rancangan Model Awal.....	57
3. <i>Development</i>	57
4. <i>Implementation</i>	81
5. <i>Evaluation</i>	84
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	85
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA.....	87
LAMPIRAN.....	91
RIWAYAT HIDUP.....	101

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Batang Analisis Sesi Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	4
Gambar 2. Diagram Pie Data Hasil Tes Pengembangan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	5
Gambar 3. Model ADDIE.....	12
Gambar 4. Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	15
Gambar 5. Rancangan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	42
Gambar 6. Alur Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	46
Gambar 7. Diagram Tingkat Kesulitan.....	83
Gambar 8. Diagram Tingkat Kemenarikan.....	83



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Analisis Sesi Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	4
Tabel 2. Data Hasil Tes Pengembangan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	5
Tabel 3. Desain Awal Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	51
Tabel 4. Nama-nama Validasi Ahli.....	52
Tabel 5. Hasil Analisis Kebutuhan.....	55
Tabel 6. <i>Design</i> Model Awal.....	57
Tabel 7. Legend Pengembangan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	58
Tabel 8. Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan Transisi.....	77
Tabel 9. Rekapitulasi Tingkat Kesulitan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	82
Tabel 10. Rekapitulasi Tingkat Kemenarikan Model Latihan Transisi <i>Offense</i> ke <i>Defense</i>	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Identitas Subjek Penelitian.....	91
Lampiran 2. Angket Pemain.....	92
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	94
Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian.....	95
Lampiran 5. Surat Kerangan Validasi.....	96
Lampiran 6. Dokumentasi Uji Coba.....	99

