

**MODEL LATIHAN *PASSING* DENGAN MEDIA BALOK PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER *HOCKEY* SMA NEGERI 9
TANGERANG**



IRFAN FAJARUDIN ALFATAH

1602619091

**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**

JULI 2025

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		4/8/25
(Hartman Nugraha, S.P.d., M.Pd)		
NIP. 197409092003121001		

Pembimbing II	Tanda Tangan	Tanggal
		30/7/25
(Prof. Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., S.E., M.Si)		
NIP. 197911092003122001		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. (Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd)	Ketua		27/7/25
NIP. 198506182015041002			

2. (Lita Mulia, S.Pd, M.Pd)	Sekretaris	Tanda Tangan	Tanggal
NIP. 198612302024212001			25/7/25

3. (Hartman Nugraha, S.P.d., M.Pd)	Anggota	Tanda Tangan	Tanggal
NIP. 197409092003121001			4/8/25

4. (Prof. Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., S.E., M.Si)	Anggota	Tanda Tangan	Tanggal
NIP. 197911092003122001			30/7/25

5. (Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd)	Anggota	Tanda Tangan	Tanggal
NIP. 198112182010121002			23/7/25

Tanggal Lulus : 16 Juli 2025

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, 8 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



(Irfan Fajarudin AlFatah)
No. Reg. 1602619091



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 : IRFAN FAJARUDIN ALFATAH
NIM : 1602619091
Fakultas/Prodi : FIKK / Pendidikan kepelatihan Olahraga
Alamat email : Irfanaalfatah.14@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 PASSING DENGAN MEDIA BALOK
PADA SISWA EKSTRAKURIKULER HOCKEY SMA
NEGERI 9 TANGERANG

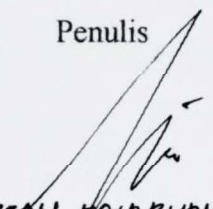
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis 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, 04 Agustus 2025

Penulis


(IRFAN FAJARUDIN ALFATAH
nama dan tanda tangan

Lembar Persembahan

Assalamulaikum Wr.Wb. Alhamdulillah rasa syukur saya ucapkan kepada allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat sehingga saya diberi kesempatan untuk menyelesaikan studi S1 di Universitas Negeri Jakarta.

Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang penting dalam kehidupan saya, kedua orang tua saya Ibu Winartik dan Bapak Pakih Budiaji, yang telah mendukung saya baik dukungan moral maupun finansial. Kakak saya Hafiz AlFatah dan adik saya Purti Rahmadani dan Riska Sabrina yang juga memotivasi saya untuk terus berjuang hingga akhir. Riski Tiara yang telah membantu dan menemani saya dalam proses penyusunan skripsi ini. Keluarga besar yang tidak henti-hentinya mendoakan dan mendukung saya untuk bisa memberikan yang terbaik di akhir pendidikan saya di Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.

Ucapan terimakasih yang sebesar-besar nya kepada bapak Hartman Nugraha, S.Pd, M.Pd dan ibu Prof. Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., S.E., M.Si yang selalu sabar membimbing dan mengarahkan saya guna menyelesaikan skripsi ini. Tanpa bantuan dan dukungan mereka penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar. Dosen-dosen dan Civitas Akademik FIKK UNJ yang turut membantu saya selama masa perkuliahan di Universitas Negeri Jakarta yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Saya juga ingin mengucapkan terimakasih untuk teman-teman seperjuangan angkatan 2019, yang telah sama-sama berjuang menempuh studi di Universitas Negeri Jakarta. Rekan-rekan tim *hockey* UNJ yang juga menjadi bagian penting dalam pencapaian prestasi dalam bidang non akademik, keorganisasian, dan kekeluargaan. Terakhir untuk orang yang paling penting dalam penyusunan skripsi ini, terkhusus Irfan Fajarudin AlFatah sebagai penulis Skripsi, terimakasih sudah mau berproses hingga akhir, semoga skripsi ini menjadi pembelajaran bagi penulis dan menjadi berkah bagi semua orang.

Akhir kata, Wassalamualaikum Wr.Wb

MODEL LATIHAN *PASSING* DENGAN MEDIA BALOK PADA SISWA EKSTRAKURIKULER HOCKEY SMA NEGERI 9 TANGERANG

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk dalam bentuk model latihan *passing* dengan media balok pada permainan *hockey*, sehingga penelitian ini dapat menjadi sumber referensi pelatih sebagai variasi latihan *passing*. Penelitian ini menggunakan penelitian pengembangan *Research & Development*. Dari Lima tahapan model ADDIE, yaitu Analisis, Desain, Pengembangan Model, Pelaksanaan, Evaluasi. Pada penelitian ini peneliti bekerja sama dengan satu orang ahli bidang akademis (dosen) dan dua orang ahli non akademis (pelatih). Subjek penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler *hockey* SMA Negeri 9 Tangerang Uji validasi yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model latihan yang telah dibuat dan dikembangkan diujicobakan kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli. Melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli menghasilkan produk berupa model latihan *passing* dengan media balok pada permainan *hockey*. Model latihan dapat dikembangkan menjadi lebih variatif. Ada 20 model latihan yang dikembangkan.

Kata Kunci : *model latihan, passing, media balok, hockey*

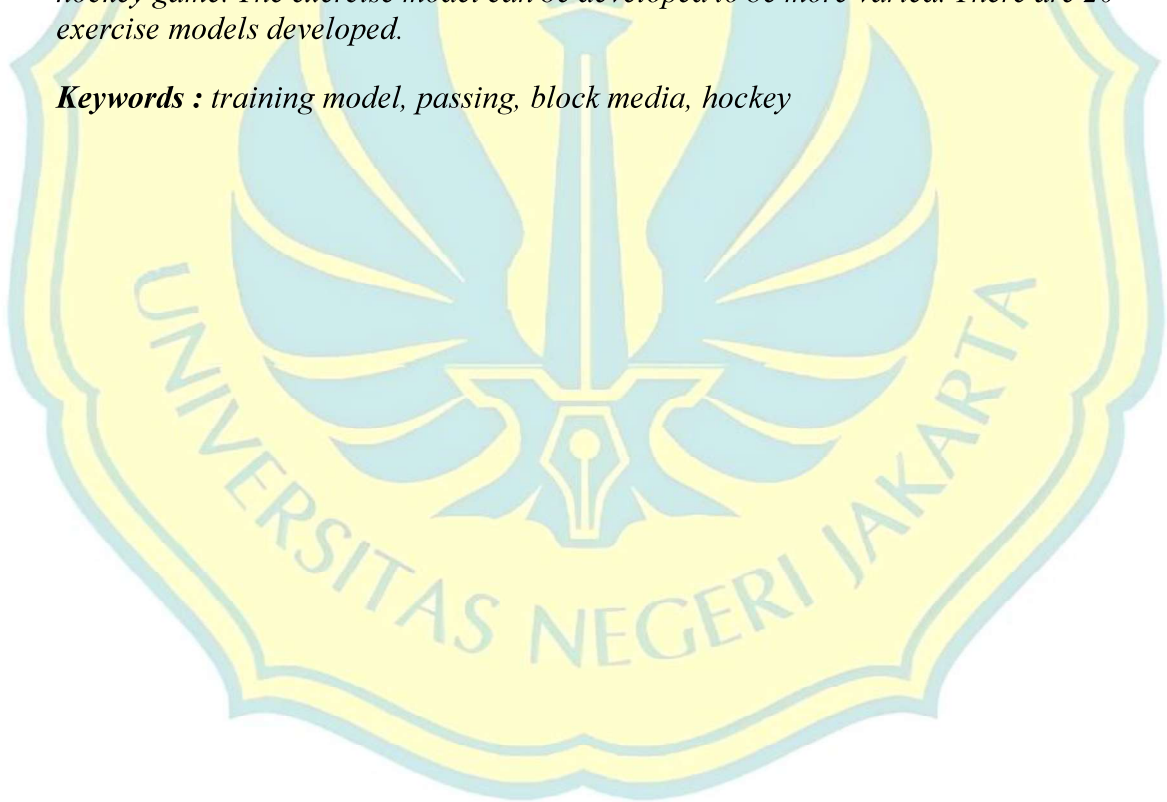


PASSING EXERCISE MODEL WITH BLOCK MEDIA FOR EXTRACURRICULAR HOCKEY STUDENTS OF SMA 9 TANGERANG

ABSTRACT

This study aims to produce a product in the form of a passing exercise model with block media practice model in a hockey game, so this research can be a reference source for trainers as a variation of passing practice. This research uses Research & Development development research. Of the five stages of the ADDIE model, namely Analysis, Design, Model Development, Implementation, Evaluation. In this study, the researcher collaborated with one academic expert (lecturer) and two non-academic experts (trainer). The subjects of this study were students of Hockey extracurricular at senior high school 9 Tangerang. The validation test used in this study uses an expert justification test, where the training model that has been created and developed is tested and then consulted and assessed by experts. Through validation tests carried out using expert justification tests produced a product in the form of a passing exercise model with block media practice in a hockey game. The exercise model can be developed to be more varied. There are 20 exercise models developed.

Keywords : training model, passing, block media, hockey



KATA PENGANTAR

Puji syukur Peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat Rahmat dan Karunia-Nya Peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Model Latihan *Passing* Dengan Media Balok Pada Siswa Ekstrakurikuler *Hockey* SMA Negeri 9 Tangerang”**. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan 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 skripsi ini. Secara khusus peneliti mengucapkan terima kasih kepada **Prof. Dr. Novi 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 sekaligus Pembimbing Akademik. Bapak **Hartman Nugraha, S.P.d., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing I saya yang telah memberikan arahan, menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini. Ibu **Prof. Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., S.E., M.Si** selaku dosen Pembimbing II saya yang telah memberikan arahan, menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam menyusun skripsi ini dan seluruh Bapak/ibu Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.

Tak lupa juga saya ucapkan banyak terimakasih kepada Keluarga Besar Perkumpulan *Hockey* Universitas Negeri Jakarta, Anak-anak *hockey* SMA Negeri 9 Tangerang, dan semua yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang Peneliti perlukan, dan keluarga besar Peneliti, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, dan teman-teman seperjuangan saya di angkatan 2019.

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.

Jakarta, Juli 2025

IFA



DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Perumusan Masalah.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	8
A. Konsep Pengembangan Model.....	8
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	13
C. Kerangka Teoretik.....	14
1. Hakikat Model Latihan.....	14
2. Hakikat <i>Passing Hockey</i>	19
3. Hakikat Balok Pantul.....	33
D. Rancangan Model.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	38
A. Tujuan Penelitian.....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
C. Karakteristik model yang dikembangkan.....	39
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	40
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Pengembangan Model.....	46

B. Kelayakan Model.....	69
C. Pembahasan	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN.....	78
RIWAYAT HIDUP.....	96



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Konsep Model ADDIE	11
Gambar 2. Bola <i>Hockey Indoor</i>	21
Gambar 3. Stik <i>Hockey indoor</i>	21
Gambar 4. Pelindung tulang kering (<i>Skin Guard</i>).....	22
Gambar 5. Pelindung Jari Tangan (<i>Glove</i>).....	22
Gambar 6. Perlengkapan Penjaga Gawang (<i>Goal Kipper</i>)	22
Gambar 7. Lapangan Permainan <i>Hockey Indoor</i>	23
Gambar 8. Rangkaian gerak <i>Passing forehand</i>	30
Gambar 9. Rangkaian gerak <i>Passing reverse</i>	31
Gambar 10. Rancangan Model <i>Passing</i> dengan media balok atau papan pantul...37	
Gambar 11. Tahapan Model ADDIE	40
Gambar 12. Segitiga Berantai	49
Gambar 13. Horizontal Dua Arah	50
Gambar 14. Segitiga Dua Arah	51
Gambar 15. Pantulan Sudut.....	52
Gambar 16. Sudut Diagonal.....	53
Gambar 17. Rumah	54
Gambar 18. Segitiga Balok	55
Gambar 19. Jemput Bola.....	56
Gambar 20. Gerak Berulang	57
Gambar 21. Gerak Jalan.....	58
Gambar 22. Penyerang Tengah	59
Gambar 23. Kotak Pantul.....	60
Gambar 24. Silang X.....	61
Gambar 25. Menara Pantul	62
Gambar 26. Tipuan Tembak.....	63

Gambar 27. Tiga Penyerang	64
Gambar 28. Pusat Serangan	65
Gambar 29. Sudut Lintang	66
Gambar 30. Sirkulasi <i>Passing</i> Searah	67
Gambar 31. Pusat Ganda.....	68



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan	47
Tabel 2. Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan <i>Passing</i> dengan media balok Pada Permainan <i>Hockey</i>	70



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 Catatan Wawancara	78
Lampiran 2 Angket Justifikasi Ahli.....	82
Lampiran 3 Surat Keterangan Validasi	84
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	90
Lampiran 5 Surat Balesan Penelitian	91
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	92

