

**MODEL LATIHAN *SHOOTING* AKURASI SEPAK BOLA
BERBASIS KELINCAHAN PADA USIA 13 TAHUN**



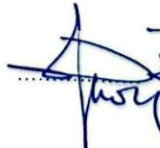
**MUHAMMAD YUSUF
1601620101**

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI,
KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Eko Prabowo, M.Pd NIP. 198604172020121012		4/8 2025
Pembimbing II Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd NIP. 198210282015041002		4/8 2025

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd</u> NIP. 197510092005011002	Ketua		4/8 2025
2. <u>Dr. Sujarwo, M.Pd</u> NIP. 197604252003121001	Sekretaris		4/8 2025
3. <u>Eko Prabowo, M.Pd</u> NIP. 198604172020121012	Anggota		4/8 2025
4. <u>Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd</u> NIP. 198210282015041002	Anggota		4/8 2025
5. <u>Novri Asri, M.Pd</u> NIP. 199010112024061003	Anggota		4/8 2025

Tanggal Lulus : 23 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 : Muhammad Yusuf
NIM : 1601620101
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Alamat email : kunyusuf28@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 SHOOTING AKURASI SEPAK BOLA BERBASIS KELINCAHAN PADA USIA 13 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

Penulis

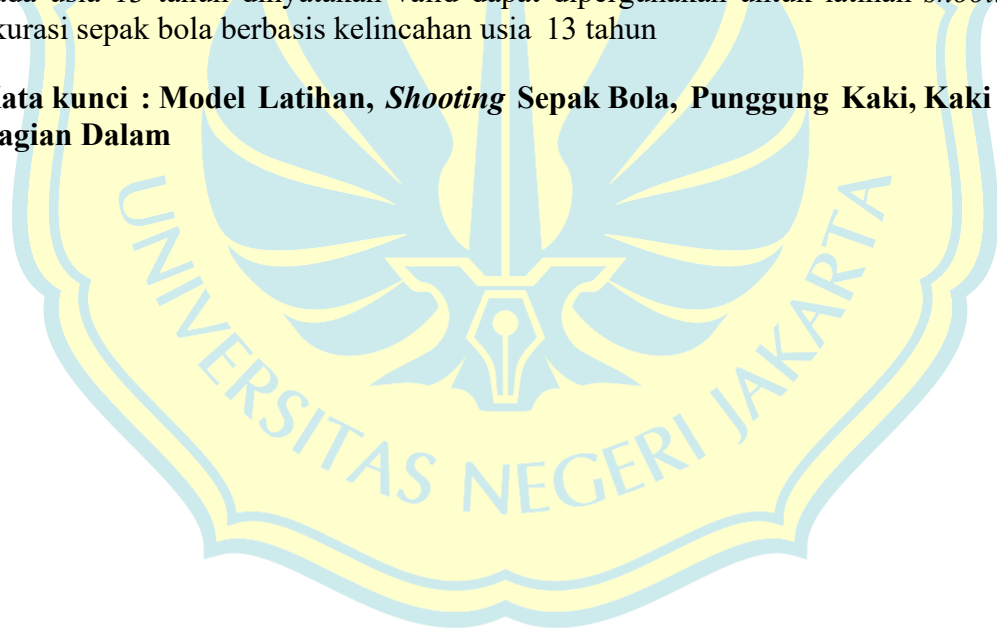
(Muhammad Yusuf)

MODEL LATIHAN *SHOOTING* AKURASI SEPAK BOLA BERBASIS KELINCAHAN U-13 TAHUN

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk model latihan *shooting* akurasi sepak bola berbasis keincanaan usia 13 tahun. Penelitian ini menggunakan *Research & Development* (R&D). dengan menggunakan model *ADDIE* yang terdiri dari 5 tahap yaitu analisis, desain, pengembangan, implementasi dan evaluasi. Penelitian ini menghasilkan produk model latihan *shooting* akurasi sepak bola berbasis kelincahan usia 13 tahun yang telah melalui tahap revisi dan validasi oleh dosen ahli sepak bola dan pelatih sepak bola berlisensi (A AFC) dan menghasilkan 20 model Latihan *shooting*. Hasil *survei* kemudahan dan kemenarikan model. Kemudahan sebesar 34,35% (16 murid) dan kemenarikan sebesar 33,85% (15 murid). Berdasarkan hasil tersebut menyatakan bahwa model latihan *shooting* akurasi sepak bola berbasis kelincahan pada usia 13 tahun dinyatakan valid dapat dipergunakan untuk latihan *shooting* akurasi sepak bola berbasis kelincahan usia 13 tahun

Kata kunci : Model Latihan, *Shooting* Sepak Bola, Punggung Kaki, Kaki Bagian Dalam



Intelligentia - Dignitas

FOOTBALL SHOOTING ACCURACY TRAINING MODEL BASED ON AGILITY U-13

ABSTRACT

The purpose of this study is to model agility-based soccer shooting accuracy training for 13-year-olds. This study uses Research & Development (R&D). Using the ADDIE model which consists of 5 stages, namely analysis, design, development, implementation and evaluation. This study produced a product of agility-based soccer shooting accuracy training model for 13-year-olds that has gone through the revision and validation stages by expert soccer lecturers and licensed soccer coaches (A AFC) and produced 20 shooting training models. The results of the survey on the ease and attractiveness of the model. Ease of 34.35% (16 students) and attractiveness of 33.85% (15 students). Based on these results, it states that the agility-based soccer shooting accuracy training model for 13-year-olds is declared valid and can be used for agility-based soccer shooting accuracy training for 13-year-olds.

Keywords: *Training Model, Soccer Shooting, Back of the Foot, Inner Leg*

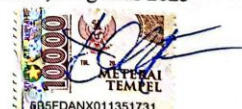
Intelligentia - Dignitas

PERNYATAAN ORISINILITAS

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 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, 2 Agustus 2025


METRAI
TEMPEL
605FDANX011351731

Muhammad Yusuf

NIM. 1601620101

LEMBAR PERSEMBAHAN

Persembahan

Alhamdulillah segala puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmat-nya. Atas izin nya saya telah memperkenalkan penulis sehingga penulis masih di berikan kesempatan untuk mempersembahkan skripsi ini kepada :

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

- 1) Kedua orang tua penulis, Bapak Suyadi dan Ibu Ais Damayanti yang selalu memberikan dukungan material dan mendoakan serta keikhlasannya demi pendidikan anaknya untuk menuntut ilmu setinggi-tingginya, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis hingga penulis ini berada di titik ini.
- 2) Teruntuk sahabat saya Khaerul Rohman, Babang Oppi, Muhammad Ghazi Al Ghifari dan Niko Nurholis terimakasih atas segala motivasi dan *supportnya*. terimakasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis.
- 3) Terakhir untuk diri saya sendiri Muhammad Yusuf, atas segala kerja kerasnya dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terimakasih kepada diri saya sendiri sudah bertahan melewati lika-liku perjalanan hidup hingga sekarang

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur atas kehadiran Allah yang maha kuasa atas segala limpahan Rahmat dan karunianya sehingga peneliti dapat Menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul : Model latihan *shooting* akurasi sepak bola berbasis kelincahan usia 13 tahun dengan tepat waktu. Tujuanya penulis skripsi ini adalah melengkapi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada bapak/ibu yang membimbing saya selama perkuliahan dan penelitian ini

1. Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd Selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan.
2. Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes.AIFO Selaku Koordinator Program Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi.
3. Bapak Eko Prabowo, M.Pd Selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan selalu meyediakan waktu, tenaga dan pikiran kepada saya dalam proses penulisan skripsi.
4. Bapak Dr. Slamet Sukriadi, M.Pd selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dan meyediakan waktu, tenaga dan pikiran dalam proses penulisan skripsi.
5. Bapak Dr. Sujarwo, S.Pd, M.Pd Selaku pembimbing akademik yang telah memberikan arahan tentang penulisan skripsi saya.

6. Bapak Nur Fitranto, M.Pd selaku Dosen ahli sepak bola yang memvalidasi model, saya ucapkan Terimakasih.

Jakarta, Juli 2025

Penulis



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	7
A. Konsep Pengembangan Model.....	7
B. Konsep Model Yang Dikembangkan.....	21
C. Kerangka Teoretik.....	23
1. Pengertian Model Latihan.....	23
2. Pengertian Latihan.....	25
3. Pengertian Kelincahan.....	27
4. Teknik Dasar Sepak bola.....	31
5. Pengertian Shooting.....	35
6. Shooting Akurasi.....	41
7. Karakteristik Anak Usia 13 Tahun.....	43
D. Rancangan Model.....	46

BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Tujuan Penelitian.....	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	47
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	48
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil Pengembangan Model.....	58
1. Model Desain Awal.....	58
2. Model Final.....	59
B. Kelayakan Model.....	80
C. Pembahasan.....	82
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSAKA	86
LAMPIRAN.....	94
RIWAYAT HIDUP	120

Intelligentia - Dignitas

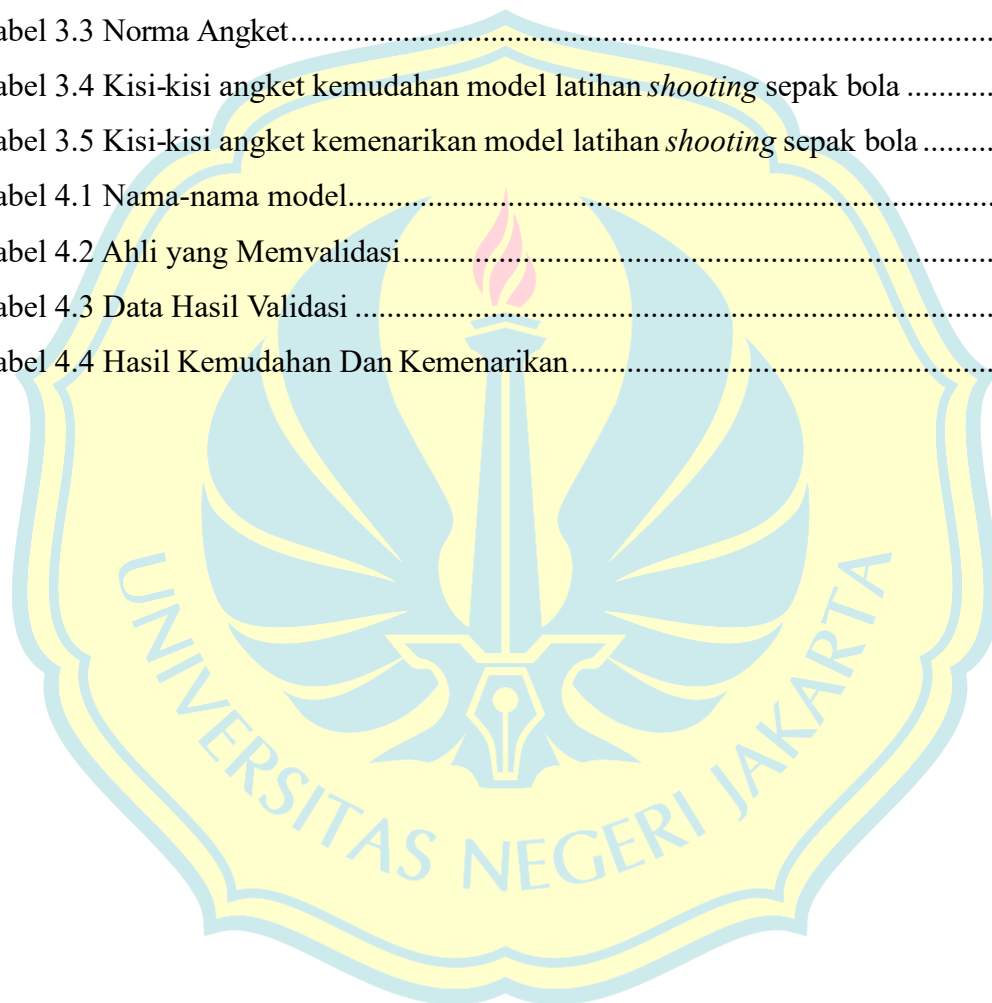
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Perencanaan Pengembangan Model Borg and Gall Assyauqi, Moh Iqbal. “Model Pengembangan Borg and Gall Research” Desember. (2020)	10
Gambar 2.2 Langkah-langkah penelitian dan pengembangan	15
Gambar 2.3 Penelitian Pengembangan Sugiyono	17
Gambar 2.4 Model <i>ADDIE</i>	21
Gambar 2.5 Passing Sepak Bola.....	32
Gambar 2.6 Dribbling Sepak Bola.....	33
Gambar 2.7 Kontrol Sepak Bola	34
Gambar 2.8 <i>Shooting</i> Sepak Bola	35
Gambar 2.9 Menendang Bola dengan Kaki Sebelah Dalam Sepak Bola	37
Gambar 2.10 Menendang Bola Dengan Kaki Sebelah Luar Sepak Bola	38
Gambar 2.11 Menendang Bola dengan Punggung Kaki.....	39
Gambar 2.12 Peta Konsep	46
Gambar 3. 1 Model <i>ADDIE</i>	50

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Nama Dosen Validasi	52
Tabel 3.2 Skor Penilaian	53
Tabel 3.3 Norma Angket.....	53
Tabel 3.4 Kisi-kisi angket kemudahan model latihan <i>shooting</i> sepak bola	54
Tabel 3.5 Kisi-kisi angket kemenarikan model latihan <i>shooting</i> sepak bola	55
Tabel 4.1 Nama-nama model.....	59
Tabel 4.2 Ahli yang Memvalidasi.....	80
Tabel 4.3 Data Hasil Validasi	80
Tabel 4.4 Hasil Kemudahan Dan Kemenarikan.....	82



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Orisinalitas	95
Lampiran 2. Formulir Permohonan Dosen Pembimbing	96
Lampiran 3. Surat Tugas Dosen	97
Lampiran 4. Surat Penelitian	98
Lampiran 5. Surat Balasan	99
Lampiran 6. Surat Validasi Instrumen <i>Shooting</i> Akurasi	100
Lampiran 7. Surat Validasi Dosen Ahli	101
Lampiran 8. Lembaran Validasi Dosen Ahli	102
Lampiran 9. Surat Validasi Pelatih Sepak bola	103
Lampiran 10. Lembaran Validasi Ahli Pelatih Sepak bola	104
Lampiran 11. Surat Validasi Pelatih Sepak Bola	105
Lampiran 12. Lembaran validasi Pelatih Sepak Bola	106
Lampiran 13. Dokumentasi Pribadi	107
Lampiran 14. Olah Data	109
Lampiran 15. Diagram Hasil Kemudahan dan Kemenarikan	110

Intelligentia - Dignitas