

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *PASSING* BERBASIS
RONDOS UNTUK PEMAIN SEPAKBOLA U14 HRC
*FOOTBALL ACADEMY***



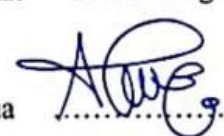
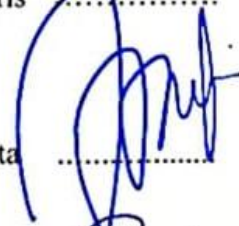
**ABDAN ZAIDAN IDULLAIL
1604622031**

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga.**

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI, 2026**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Andri Irawan, M.Pd		23/7-26
NIP. 198009092006041001		
Pembimbing II		
Burhan Basyiruddin M.Pd		22/7-26
NIP. 199302152024211001		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Apta Mylsidayu, S.Pd.Kor., M.Or., M.Psi.T	Ketua		22/7-26
NIP. 198706302024062001			
Fajar Arie Mangun M.Pd	Sekretaris		22/7-26
NIP. 0015029204			
Andri Irawan, M.Pd	Anggota		23/7-26
NIP. 198009092006041001			
Burhan Basyiruddin M.Pd	Anggota		22/7-26
NIP. 199302152024211001			
Heru Miftakhudin, S.Or., M.Pd	Anggota		23/7-26
NIP. 199211122023211022			

Tanggal Lulus: 17 Juli 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendaftar gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun Perguruan tinggi lain lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak ada karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain. Kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan sebutan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat sesungguhnya apa bila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ke tidak benar dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang di peroleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 17 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Abdan Zaidan Idullail

No. Reg.1604622031



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
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 : ABDAN ZAIDAN IDULLAIL.....
NIM : 1604622031.....
Fakultas/Prodi : FIKK/ Kepelatihan Kecabangan Olahraga.....
Alamat email : abdanzaidan04@gmail.com.....

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *PASSING* BERBASIS *RONDOS* UNTUK PEMAIN SEPAKBOLA
U14 HRC FOOTBALL ACADEMY.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 19 juli 2026

Penulis

(Abdan Zaidan Idullail)

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *PASSING* BERBASIS *RONDOS* UNTUK PEMAIN SEPAKBOLA U14 HRC *FOOTBALL ACADEMY*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *passing* berbasis *rondos* yang dapat digunakan sebagai alternatif program latihan bagi pemain U14 HRC *Football Academy*. Penelitian ini dilatarbelakangi dari keperluan model latihan *passing* yang lebih bervariasi, sistematis, dan sesuai dengan karakteristik pemain usia 14 tahun, yang berfokus pada kualitas teknik *passing*, kemampuan pengambilan keputusan, penguasaan bola, serta kerja sama antarpemain dalam situasi permainan. Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* (R&D) dengan pendekatan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation*) karena memiliki tahapan yang sistematis dan sesuai untuk pengembangan suatu produk pembelajaran atau latihan. Produk yang dikembangkan berupa 21 model latihan *passing* berbasis *rondos* 4 vs 1 yang dirancang berdasarkan prinsip latihan sepak bola modern dan disesuaikan dengan karakteristik pemain U14. Uji kelayakan model dilakukan oleh tiga orang ahli di bidang kepelatihan sepak bola, sedangkan uji coba produk melibatkan 18 pemain U14 HRC *Football Academy* menggunakan angket skala Likert untuk mengukur aspek kemudahan dan kemenarikan model latihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 dari 21 model latihan dinyatakan layak setelah melalui proses validasi oleh para ahli. Hasil uji coba kepada pemain juga menunjukkan bahwa model latihan memperoleh penilaian dengan kategori Baik pada aspek kemudahan dan kategori Sangat Baik pada aspek kemenarikan. Dengan demikian, model latihan *passing* berbasis *rondos* yang dikembangkan dinilai layak digunakan sebagai referensi bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang lebih bervariasi dan sistematis, untuk pemain U14 khususnya pemain U14 HRC *Football Academy*.

Kata Kunci: Pengembangan Model, *Passing*, *Rondos*, Sepak Bola, U14.

DEVELOPMENT OF A RONDOS-BASED PASSING TRAINING MODEL FOR U14 FOOTBALL PLAYERS AT HRC FOOTBALL ACADEMY

ABSTRACT

This study aimed to develop a rondos-based passing training model that can be used as an alternative training program for U14 players at HRC Football Academy. This research was motivated by the need for a more varied, systematic, and age-appropriate passing training model that focuses on improving passing technique, decision-making skills, ball possession, and teamwork among players in game situations. This study employed the Research and Development (R&D) method using the ADDIE model (Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation), as it provides systematic stages that are suitable for developing educational or training products. The product developed consisted of 21 rondos-based 4 vs 1 passing training models, designed based on the principles of modern football training and adapted to the characteristics of U14 players. The feasibility of the training model was evaluated by three football coaching experts, while the product trial involved 18 U14 players from HRC Football Academy. A Likert-scale questionnaire was used to assess the ease of use and attractiveness of the training models. The results showed that 15 out of the 21 training models were considered feasible after expert validation. Furthermore, the product trial indicated that the training models were rated Good in terms of ease of use and Very Good in terms of attractiveness. Therefore, the developed rondos-based passing training model is considered feasible to be used as a reference for coaches in designing more varied and systematic training programs, particularly for U14 players at HRC Football Academy.

Keywords: Model Development, passing, Rondos, Football, U14.

KATA PENGANTAR

Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar sarjana Pendidikan/ Sarjana Olahraga Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar., M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Abdul Gani, M. Pd**, selaku Koordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga serta Bapak **Heru Miftakhudin, S.Or., M.Pd**, selaku Penasehat Akademik dan juga Bapak **Andri Irawan, M.Pd**, dan Bapak **Burhan Basyiruddin M, Pd**, selaku Dosen Pembimbing 1 dan 2 yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan Skripsi ini, Pihak **HRC Football Academy**, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, **Ayah Joko Suwanto, Ibu Yati Rudiyahtwati dan keluarga saya**, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, **Seorang perempuan dengan inisial ZZ & Sahabat** yang telah banyak membantu dan menemani saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

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

Jakarta, 17 Juli 2026

AZI

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah.....	4
D. Kegunaan Hasil Penelitian	4
 BAB II KAJIAN TEORETIK.....	 5
A. Konsep Pengembangan Model.....	5
B. Konsep Model yang Dikembangkan	14
C. Kerangka Teoretik	50
D. Rancangan Model.....	51
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 53
A. Tujuan Penelitian.....	53
B. Tempat dan Waktu Penelitian	53
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	53
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	54

E. Langkah-langkah Pengembangan Model	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	85
A. Hasil Pengembangan Model.....	85
B. Kelayakan Model	104
C. Pembahasan	131
BAB V SARAN DAN KESIMPULAN	133
A. Kesimpulan.....	133
B. Saran.....	133
DAFTAR PUSTAKA	135
LAMPIRAN.....	138
RIWAYAT HIDUP	150

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 2. 1 Macam-Macam Prinsip Latihan.....	25
2. Tabel 2. 2 Fase <i>Passing</i>	33
3. Tabel 2. 3 Fase <i>Dribble</i>	37
4. Tabel 2. 4 Fase <i>Shooting</i>	38
5. Tabel 2. 5 Macam-macam <i>Heading</i>	39
6. Tabel 2. 6 Macam-Macam Teknik <i>Passing</i>	42
7. Tabel 2. 7 Macam-macam Zona Latihan	48
8. Tabel 2. 8 Model Awal dan Model yang di Kembangkan.....	50
9. Tabel 3. 1 <i>Desicion Discipline Rondos</i>	58
10. Tabel 3. 2 <i>Zone Control Decision Rondos</i>	59
11. Tabel 3. 3 <i>Accuracy-Based Attacking Rondos</i>	60
12. Tabel 3. 4 <i>Active Awareness Link Rondos</i>	61
13. Tabel 3. 5 <i>Attacking Space Rondos</i>	62
14. Tabel 3. 6 <i>Balance of Brain and Ball Rondos</i>	63
15. Tabel 3. 7 <i>Next Space Rondos</i>	64
16. Tabel 3. 8 <i>Competitive Rival Transition Rondos</i>	65
17. Tabel 3. 9 <i>Decision Area Switch Rondos</i>	66
18. Tabel 3. 10 <i>Area Access Rondos</i>	67
19. Tabel 3. 11 <i>Switch Cycle Rondos</i>	68
20. Tabel 3. 12 <i>Interlink Rondos</i>	69
21. Tabel 3. 13 <i>Functional Support Rondos</i>	70
22. Tabel 3. 14 <i>Trigger Duel Rondos</i>	71
23. Tabel 3. 15 <i>Transition Duel Rondos</i>	72
24. Tabel 3. 16 <i>Decision Goal Rondos</i>	73
25. Tabel 3. 17 <i>Dual Target Rondos</i>	74
26. Tabel 3. 18 <i>Wing Pattern Finish Rondos</i>	75
27. Tabel 3. 19 <i>Switch Area to Finish Rondos</i>	76
28. Tabel 3. 20 <i>Midfield Switch Finish Rondos</i>	77
29. Tabel 3. 21 <i>Progressive Three-Zone Finish Rondos</i>	78

30. Tabel 3. 22 Nama - Nama Validator	79
31. Tabel 3. 23 Skor Penilaian Ahli	80
32. Tabel 3. 24 Skor Penilaian Pemain	81
33. Tabel 3. 25 Kriteria Penilaian	82
34. Tabel 3. 26 Norma Angket Kemudahan	82
35. Tabel 3. 27 Kisi – kisi Angket Kemudahan	83
36. Tabel 3. 28 Kisi – kisi Angket Kemenarikan.....	84
37. Tabel 4. 1 <i>Desicion Disicipline Rondos</i>	89
38. Tabel 4. 2 <i>Zone Control Decision Rondos</i>	90
39. Tabel 4. 3 <i>Accuracy - Based Attacking Rondos</i>	91
40. Tabel 4. 4 <i>Active Awareness Link Rondos</i>	92
41. Tabel 4. 5 <i>Attacking Space Rondos</i>	93
42. Tabel 4. 6 <i>Competitive Rival Transition Rondos</i>	94
43. Tabel 4. 7 <i>Desicion Area Switch Rondos</i>	95
44. Tabel 4. 8 <i>Switch Cycle Rondos</i>	96
45. Tabel 4. 9 <i>Trigger Duel Rondos</i>	97
46. Tabel 4. 10 <i>Transition Duel Rondos</i>	98
47. Tabel 4. 11 <i>Decision Goal Rondos</i>	99
48. Tabel 4. 12 <i>Dual Target Rondos</i>	100
49. Tabel 4. 13 <i>Wing Pattern Finish Rondos</i>	101
50. Tabel 4. 14 <i>Switch Area to Finish Rondos</i>	102
51. Tabel 4. 15 <i>Midfield Switch Finish Rondos</i>	103
52. Tabel 4. 16 Hasil Validasi Ahli.....	104
53. Tabel 4. 17 Tabel Hasil Angket Kemudahan.....	107
54. Tabel 4. 18 Tabel Hasil Angket Kemenarikan.....	118
55. Tabel 4. 19 Hasil Skor Angket.....	130

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 2. 1 Tahapan Model <i>Borg and Gall</i>	6
2. Gambar 2. 2 Tahapan Model 4-D	9
3. Gambar 2. 3 Tahapan Model ADDIE	12
4. Gambar 2. 4 Bola	16
5. Gambar 2. 5 Lapangan Sepakbola	16
6. Gambar 2. 6 <i>Kick Off</i>	18
7. Gambar 2. 7 <i>Offside</i>	18
8. Gambar 2. 8 <i>Throw In</i>	19
9. Gambar 2. 9 Kartu Kuning.....	20
10. Gambar 2. 10 Kartu Merah	21
11. Gambar 2. 11 Tendangan bebas langsung dan tidak langsung	21
12. Gambar 2. 12 Tendangan Pinlati.....	22
13. Gambar 2. 13 Tendangan <i>Corner</i> dan Tendangan Gawang.....	23
14. Gambar 2. 14 Contoh <i>Rondos Basic</i>	46
15. Gambar 2. 15 Contoh <i>Rondos</i> Transisi	46
16. Gambar 2. 16 Model Awal Latihan <i>Rondos</i> 4 vs 1	49
17. Gambar 2. 17 Model Rancangan <i>Rondos</i>	52
18. Gambar 4. 1 Keterangan Simbol.....	88
19. Gambar 4. 2 Diagram Kemudahan Model 1	109
20. Gambar 4. 3 Diagram Kemudahan Model 2	109
21. Gambar 4. 4 Diagram Kemudahan Model 3	110
22. Gambar 4. 5 Diagram Kemudahan Model 4	111
23. Gambar 4. 6 Diagram Kemudahan Model 5	111
24. Gambar 4. 7 Diagram Kemudahan Model 6	112
25. Gambar 4. 8 Diagram Kemudahan Model 7	113
26. Gambar 4. 9 Diagram Kemudahan Model 8	113
27. Gambar 4. 10 Diagram Kemudahan Model 9	114
28. Gambar 4. 11 Diagram Kemudahan Model 10	114
29. Gambar 4. 12 Diagram Kemudahan Model 11	115

30. Gambar 4. 13 Diagram Kemudahan Model 12	116
31. Gambar 4. 14 Diagram Kemudahan Model 13	116
32. Gambar 4. 15 Diagram Kemudahan Model 14	117
33. Gambar 4. 16 Diagram Kemudahan Model 15	117
34. Gambar 4. 17 Diagram Kemenarikan Model 1	121
35. Gambar 4. 18 Diagram Kemenarikan Model 2	121
36. Gambar 4. 19 Diagram Kemenarikan Model 3	122
37. Gambar 4. 20 Diagram Kemenarikan Model 4	123
38. Gambar 4. 21 Diagram Kemenarikan Model 5	123
39. Gambar 4. 22 Diagram Kemenarikan Model 6	124
40. Gambar 4. 23 Diagram Kemenarikan Model 7	125
41. Gambar 4. 24 Diagram Kemenarikan Model 8	125
42. Gambar 4. 25 Diagram Kemenarikan Model 9	126
43. Gambar 4. 26 Diagram Kemenarikan Model 10	127
44. Gambar 4. 27 Diagram Kemenarikan Model 11	127
45. Gambar 4. 28 Diagram Kemenarikan Model 12	128
46. Gambar 4. 29 Diagram Kemenarikan Model 13	128
47. Gambar 4. 30 Diagram Kemenarikan Model 14	129
48. Gambar 4. 31 Diagram Kemenarikan Model 15	130

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran 1 Surat Peneltian.....	138
2. Lampiran 2 Surat Balasan Peneltian.....	139
3. Lampiran 3 Surat Keterangan Validasi Ahli 1.....	140
4. Lampiran 4 Surat Keterangan Validasi Ahli 2.....	141
5. Lampiran 5 Surat Keterangan Validasi Ahli 3.....	142
6. Lampiran 6 Lembar <i>Justifikasi</i> Validasi Ahli 1.....	143
7. Lampiran 7 Lembar <i>Justifikasi</i> Validasi Ahli 2.....	144
8. Lampiran 8 Lembar <i>Justifikasi</i> Validasi Ahli 3.....	145
9. Lampiran 9 Hasil Validasi 3 Ahli Sepakbola.....	146
10. Lampiran 10 Dokumentaasi Pribadi.....	147