

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* PADA
PEMAIN *U12* AKADEMI SEPAK BOLA KLUB *HIGH*
*REACHING***



**FAZA MUHAMMAD NAUFAL
1604622023**

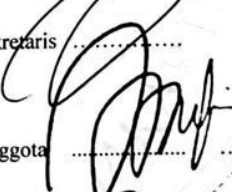
**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

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

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Andri Irawan, M.Pd		
NIP. 198009092006041001		
Pembimbing II		
Burhan Basyiruddin, M.Pd		
NIP. 199302152024211001		

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Uzizatun Maslikah, S.Pd, M.Pd	Ketua		
NIP. 198505042019032015			
Dadan Resmana, M.Or	Sekretaris		
NIP. 198905092023211020			
Andri Irawan, M.Pd	Anggota		
NIP. 198009092006041001			
Burhan Basyiruddin, M.Pd	Anggota		
NIP. 199302152024211001			
Fajar Arie Mangun, M.Pd	Anggota		
NIDN. 0015029204			

Tanggal Lulus: 14 Juli 2026

LEMBAR ORISINALITAS

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, 14 Juli, 2026
Yang membuat pernyataan,



Faza Muhammad Naufal
No. Reg. 1604622023

LEMBAR PUBLIKASI KARYA ILMIAH



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 : FAZA MUHAMMAD NAUFAL
NIM : 1604622023
Fakultas/Prodi : FIKK/ Kepelatihan Kecabangan Olahraga
Alamat email : fazamnaufal@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 *DRIBBLING* PADA PEMAIN *U12* AKADEMI SEPAK BOLA KLUB
HIGH REACHING

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, 27 juli 2026
Penulis

Faza Muhammad Naufal

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* PADA PEMAIN *U12* AKADEMI SEPAK BOLA KLUB *HIGH REACHING*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model latihan *dribbling* yang dapat digunakan pada pemain *u12* akademi sepak bola *high reaching*. Penelitian ini dilakukan karena kurangnya kepercayaan diri pada para pemain *u12* akademi sepak bola *high reaching* untuk melakukan *dribbling* melewati lawan dengan tekanan pada pertandingan serta sesi latihan yang kurang realistis untuk pertandingan. Penelitian ini dilakukan dengan metode *Research and Development* (R&D) dengan pendekatan model ADDIE (*Analyze, Design, Development, Implementation, Evaluation*), karena dinilai sistematis dan fleksibel dan sesuai dengan fokus penelitian hingga tahap validasi. Peneliti merancang 21 model latihan *dribbling* dengan mengacu pada kepelatihan lisensi D PSSI. Uji validasi dilakukan oleh 3 orang ahli, sedangkan uji kemudahan dan kemenarikan model dilakukan terhadap 15 pemain *U12* akademi sepak bola *high reaching* menggunakan angket skala Likert. Hasil uji validasi menghasilkan 17 dari 21 model dinyatakan layak untuk digunakan. Hasil uji kemudahan dan kemenarikan kepada pemain menunjukkan angka sebesar 78,27% yang termasuk kategori layak untuk angket kemudahan dan 84,15% untuk angket kemenarikan yang termasuk kategori sangat layak (cukup mudah dan sangat menarik). Hasil dari penelitian ini akan menghasilkan buku modul latihan *dribbling*.

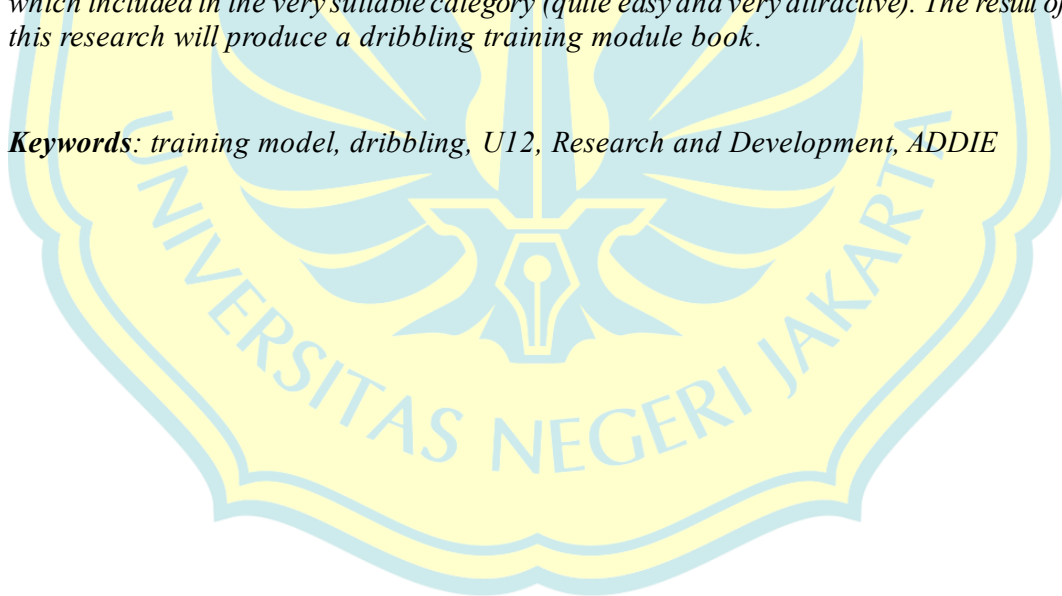
Kata Kunci: *model latihan, dribbling, U12, Research and Development, ADDIE*

DEVELOPMENT OF DRIBBLING TRAINING MODEL ON U12 PLAYERS HIGH REACHING CLUB FOOTBALL ACADEMY

Abstract

This research aims to produce a dribbling training model that can be used in high reaching football academy u12 players. This research was conducted because of the lack of confidence in the high reaching football academy u12 players to dribble past the opponent with the pressure of the match and the less realistic training sessions for the match. This research was conducted with the Research and Development (R&D) method with the ADDIE (Analyze, Design, Development, Implementation, Evaluation) model approach, because it is considered systematic and flexible and in accordance with the research focus until the validation stage. Researchers designed 21 dribbling training models with reference to the PSSI license training. The validation test was carried out by 3 experts, while the ease and interest test of the model was carried out on 15 U12 players of the high reaching football academy using a Likert scale questionnaire. The results of the validation test resulted in 17 out of 21 models that were declared suitable for use. The results of the ease and attraction test for players showed a score of 78.27% which was included in the eligible category for the convenience survey and 84.15% for the attractive questionnaire which included in the very suitable category (quite easy and very attractive). The result of this research will produce a dribbling training module book.

Keywords: training model, dribbling, U12, Research and Development, ADDIE



KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan 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 Pelatihan Kecabangan Olahraga; Bapak **Dr. Mansur Jauhari, M.Si**, selaku Dosen Pembimbing Akademik; Bapak **Andri Irawan, M.Pd**, selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak **Burhan Basyiruddin, M. Pd**, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, **Pihak HRC FA**, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, **Ayah Munfito Mareto, Ibu Sumarni dan keluarga saya**, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, **Salma Putri Azzahra**, yang telah banyak membantu 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.

Bekasi, 6 Juli, 2025

Faza Muhammad Naufal

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	5
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	6
A. Konsep Pengembangan Model.....	6
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	12
C. Kerangka Teoritik.....	35
D. Rancangan Model.....	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	39
A. Tujuan Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	39
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	40
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	73
A. Hasil Pengembangan Model.....	73
B. Kelayakan Model.....	92
C. Pembahasan.....	95
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	111
A. Kesimpulan.....	111
B. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN	116
Lampiran 1. Surat Keterangan Validasi Ahli 1.....	116
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi Ahli 2.....	117
Lampiran 3. Surat Keterangan Validasi Ahli 3.....	118
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	119

Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian.....	120
RIWAYAT HIDUP	121



DAFTAR TABEL

Halaman

1. Model Latihan Awal dan Model Latihan Yang Dikembangkan.....	36
2. Rancangan Model Yang Dikembangkan.....	38
3. Penjelasan Simbol Pada Gambar.....	45
4. Follow and Catch the Tale.....	46
5. Another Follow and Catch the Tale.....	47
6. Zone of Ball Mastery.....	48
7. Arrive to the Other End.....	49
8. Manage the Distance.....	50
9. Use All Parts of the Foot.....	51
10. Higher Level of Use All Parts of the Foot.....	52
11. Achieve Points at the Zig-Zag Cones.....	53
12. Mission From the Coach.....	54
13. Manipulation from Friends.....	55
14. Act After Seeing.....	56
15. Different Way.....	57
16. Never Stop Listening.....	58
17. All Players Must Enter.....	59
18. Unique Sodor Cart.....	60
19. Find the Opportunity.....	61
20. Another Find the Opportunity.....	62
21. Less or More Points?.....	63
22. 2 Play 1 Area.....	64

23. 9 Gateway.....	65
24. 6 Chance.....	66
25. Nama-Nama Ahli yang Memvalidasi.....	67
26. Angket Kemudahan Model Latihan Dribbling	70
27. Angket Kemenarikan Model Latihan Dribbling	71
28. Interval Penilaian Skala Likert	Error! Bookmark not defined.
29. Model Final 1 Follow and Catch the Tale	75
30. Model Final 2 Another Follow and Catch the Tale	76
31. Model Final 3 Zone of Ball Mastery	77
32. Model Final 4 Arrive to the Other End.....	78
33. Model Final 5 Manage the Distance.....	79
34. Model Final 6 Use All Parts of the Foot	80
35. Model Final 7 Higher Level of Use All Parts of the Foot.....	81
36. Model Final 8 Achieve Points on the Double Gate	82
37. Model Final 9 Mission From the Coach	83
38. Model Final 10 Manipulation from Friends.....	84
39. Model Final 11 Act After Seeing.....	85
40. Model Final 12 Never Stop Listening	86
41. Model Final 13 All Players Must Enter	87
42. Model Final 14 Less or More Points?.....	88
43. Model Final 15 2 Play 1 Area.....	89
44. Model Final 16 9 Gateway	90
45. Model Final 17 6 Chance	91
46. Kesimpulan Validasi Ahli.....	92
47. Hasil Angket Kemudahan Pemain.....	95

48. Hasil Angket Kemenarikan Pemain.....	96
49. Hasil Presentase Angket Keseluruhan	108



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Tahapan Model ADDIE	9
2. Lapangan Sepakbola.....	13
3. Teknik Passing.....	15
4. Teknik Ball Control.....	16
5. Teknik Dribbling.....	18
6. Teknik Shooting.....	19
7. Teknik Heading.....	21
8. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam, luar dan punggung.....	29
9. Long Term Player Development.....	32
10. Tingkat Kesulitan Pada Latihan Grassroot.....	33
11. Kebutuhan Pengembangan Sesuai Usia.....	34
12. Metode Pelatihan Grassroot.....	35
13. Model latihan dribbling.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Keterangan Validasi Ahli 1	116
2. Surat Keterangan Validasi Ahli 2	117
3. Surat Keterangan Validasi Ahli 3	118
4. Surat Izin Penelitian	119
5. Surat Balasan Izin Penelitian.....	120
6 Dokumentasi Penelitian.....	121

