

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLE* SEPAKBOLA
MELALUI *CIRCUIT* UNTUK ATLET PEMULA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Dalam Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam “45” Bekasi



Oleh

Faiz Fardholi Alfaruqi
41182191160024

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM “45” BEKASI
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING
PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLE* SEPAKBOLA
MELALUI *CIRCUIT* UNTUK ATLET PEMULA

Oleh

Faiz Fardholi Alfaruqi

41182191160024

Telah Disetujui oleh:

Pembimbing



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or., AIFO

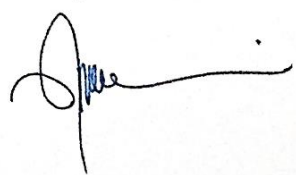
Mengetahui

Dekan FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Amin, S.Pd., M.Si

Ketua Program Studi PJKR FKIP



Mia Kusumawati, S.Pd., M.Pd

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLE* SEPAKBOLA MELALUI *CIRCUIT* UNTUK ATLET PEMULA

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Faiz Fardholi Alfaruqi

41182191160024

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 31 Agustus 2021
dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Dr. Amin, S.Pd., M.Si
Sekretaris : Mia Kusumawati, M.Pd. AIFO
Anggota : Yunita Lasma Siregar, M.Pd
Anggota : Giri Prayogo, M.Pd
Anggota : Domi Bustomi, M.Pd



Bekasi, 31 Agustus 2021

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi



Dr. Amin, S.Pd., M.Si

NIK

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Faiz Fardholi Alfaruqi

Nomor Pokok Mahasiswa : 41182191160024

Program Studi : Penjaskesrek

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul “*Pengembangan Model Latihan Dribble Sepakbola Melalui Circuit untuk Atlet Pemula*” ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinal. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dengan kenyataan ini, saya bersedia menerima risiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak ada tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakan integritas akademik di institusi ini.

Bekasi, 31 Agustus 2021

Saya yang menyatakan



Faiz Fardholi Alfaruqi

Motto dan Persembahan

Motto

Teman sejati hanya diri sendiri

Persembahan

Skripsi ini

Saya persembahkan untuk

Orangtua Saya

ABSTRAK

Faiz Fardholi Alfaruqi, NPM: 41182191160024, Pengembangan Model Latihan Dribble Sepakbola Melalui Circuit untuk Atlet Pemula. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Islam 45 Bekasi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan model latihan *dribble* sepakbola melalui *circuit* untuk atlet pemula agar dapat mengembangkan dan memperbaiki teknik dribble sepakbola atlet pemula SSB Persada Tama Bekasi. Metodologi penelitian ini menggunakan metode Research and Development, sedangkan populasi dalam penelitian ini adalah para atlet pemula SSB Persada Tama Bekasi.

Menurut Sugiyono, penelitian ini menggunakan 10 langkah penelitian tetapi karena pandemi maka hanya dapat menggunakan 5 langkah penelitian yang divalidasi oleh 4 ahli, yaitu pelatih sepakbola, pelatih spesialis atlet pemula, ahli bidang motorik, dan dosen sepakbola. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data uji kelayakan model latihan dribble sepakbola melalui circuit adalah kuisioner dengan skala penilaian rating scale.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan model latihan dribble sepakbola melalui circuit untuk atlet pemula dengan variasi Circuit T, Circuit H, Circuit E, Circuit S, Circuit T, Circuit O, Circuit R, Circuit Y, Circuit 2 dan Circuit 1 sangat layak digunakan sebagai pedoman pembelajaran dribble sepakbola pada atlet pemula. Hal ini ditunjukkan dari beberapa penilaian yang dilakukan oleh para expert judgement yaitu pelatih sepakbola, pelatih sepakbola untuk atlet pemula, ahli motorik, dan dosen sepakbola. Hasil rata-rata penilaian dari keempat expert judgement adalah 88% untuk masing-masing pos circuit dribble dimana memiliki interpretasi sangat layak.

Kata Kunci: Model Latihan, Circuit Dribble, Atlet Pemula

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Pengembangan Model Latihan *Dribble* Sepakbola Melalui *Circuit* Untuk Atlet Pemula”.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung yang berupa tenaga dan pikiran, sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Nandang Najmulmunir, Ir., M.S., selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Bapak Dr. Memet Muhamad, Drs, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Mia Kusumawati, S.Pd., M.Pd, sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M. Or., AIFO selaku Dosen Pembimbing yang telah mengarahkan dan membantu penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Andini Dwi Intani, M. Pd., selaku expert judgement ahli motorik yang telah memberikan penilaian terhadap model latihan circuit dribble pada skripsi ini.

6. Bapak Dudung Abdullah selaku Ketua Pelatih SSB Persada Tama Bekasi yang telah memberikan penilaian dan saran terhadap model latihan circuit dribble pada skripsi ini.
7. Bapak Zaenal Arifin selaku Pelatih Atlet Pemula SSB Persada Tama Bekasi yang telah memberikan penilaian terhadap model latihan circuit dribble pada skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi.
9. Orangtua penulis yang selalu memberikan doa dan dukungan selama penyusunan skripsi ini.
10. Eka Setianingsih, S.T selaku satu-satunya teman yang selalu membantu, memberikan dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
11. Diri saya sendiri yang berjuang menyelesaikan skripsi ini tanpa bantuan dari teman-teman sejurusan.

Teriring do’a, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran dari semua pihak. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis, pembaca dan bagi dunia pendidikan.

Bekasi, 31 Agustus 2021

Faiz Fardholi Alfaruqi

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	4
1. Batasan Masalah.....	4
2. Rumusan Masalah	4

C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Spesifikasi	5
F. Definisi Operasional.....	6
BAB II.....	10
LANDASAN TEORI	10
A. Kerangka Teori.....	10
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	10
2. Teknik Dasar Sepakbola.....	16
3. Hakikat Dribble	19
4. Hakikat <i>Circuit</i>	25
5. Hakikat Permainan	26
6. Peraturan Permainan Sepakbola	27
7. Atlet Pemula	30
B. Penelitian Yang Relevan	32
C. Kerangka Berpikir	33
D. Hipotesis.....	35

BAB III	37
PROSEDUR PENELITIAN.....	37
A. Metode Penelitian.....	37
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	42
C. Desain Penelitian.....	42
D. Prosedur Pengembangan	43
E. Instrumen Penelitian.....	46
F. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV	49
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Produk Pengembangan.....	49
1. Analisis Kebutuhan	49
2. Deskripsi Draft Produk Awal	50
3. Revisi Data Validasi Ahli.....	61
B. Pembahasan.....	72
BAB V.....	74
SIMPULAN DAN SARAN	74
A. Simpulan	74

B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN.....	78
RIWAYAT HIDUP.....	130

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Menggiring Bola.....	22
Gambar 2.2 Lapangan Bola Internasional.....	28
Gambar 2.3 Bola.....	29
Gambar 2.4 Tiang Gawang.....	30
Gambar 3.1 Langkah-Langkah Penggunaan Metode Research and Development (R&D).....	37
Gambar 3.2 Desain Penelitian.....	43
Gambar 3.3 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	44
Gambar 4.1 Circuit T.....	51
Gambar 4.2 Circuit H.....	52
Gambar 4.3 Circuit E.....	53
Gambar 4.4 Circuit S.....	54
Gambar 4.5 Circuit T.....	55
Gambar 4.6 Circuit O.....	56
Gambar 4.7 Circuit R.....	57

Gambar 4.8 Circuit Y.....	58
Gambar 4.9 Circuit 2.....	59
Gambar 4.10 Circuit 1.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	42
Tabel 3.2 Kriteria Kelayakan.....	46
Tabel 4.1 Daftar Pertanyaan dan Tanggapan Pelatih Mengenai Latihan Dribble di SSB Persada Tama.....	50
Tabel 4.2 Data Hasil Circuit T.....	61
Tabel 4.3 Data Hasil Circuit H.....	62
Tabel 4.4 Data Hasil Circuit E.....	63
Tabel 4.5 Data Hasil Circuit S.....	64
Tabel 4.6 Data Hasil Circuit T.....	65
Tabel 4.7 Data Hasil Circuit O.....	66
Tabel 4.8 Data Hasil Circuit R.....	67
Tabel 4.9 Data Hasil Circuit Y.....	68
Tabel 4.10 Data Hasil Circuit 2.....	69
Tabel 4.11 Data Hasil Circuit 1.....	70
Tabel 4.12 Validasi Ahli.....	71

Tabel 4.13 Interpretasi Hasil Validasi.....	71
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Penelitian.....	78
Lampiran 2 Kartu Bimbingan Skripsi.....	79
Lampiran 3 Nilai Hasil Validasi.....	81
Lampiran 4 Kelayakan SSB, Biodata Pelatih dan Lisensi Pelatih.....	121
Lampiran 5 Dokumentasi Pertemuan Validasi.....	126