

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK DASAR
SHORT PASS SEPAK BOLA BAGI USIA 8 – 13 TAHUN**

SKRIPSI

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



Oleh :

Farian Agata Putra

41182191170013

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM “45” BEKASI

2023

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul "**Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Short Pass Sepak bola Bagi Usia 8 – 13 Tahun**". Telah diterima dan disahkan oleh dewan penguji skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.

Pembimbing



Dr. Dindin Abidin S.Pd., M.Si., AIFO

NIK : 45101061993031

Mengetahui

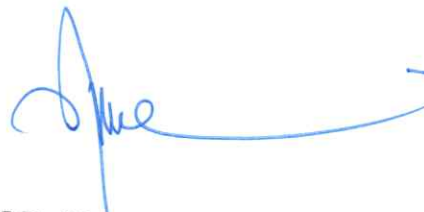
Dekan FKIP UNISMA Bekasi



Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd.

Disahkan Oleh

Ketua Program Studi PJKR



Mia Kusumawati M.Pd., AIFO

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang berjudul **“Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Short Pass Sepak bola Bagi Usia 8 – 13 Tahun”**. Telah diterima dan disahkan oleh dewan penguji skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

Hari : Kamis

Tanggal : 26 Januari 2023

Panitia Ujian Sidang Skripsi Universitas Islam “45” Bekasi

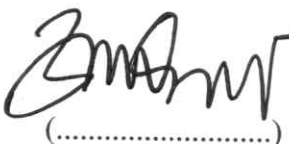
Ketua : Yudi Budianti, M. Pd


(.....)

Sekretaris : Mia Kusumawati, M. Pd., AIFO


(.....)

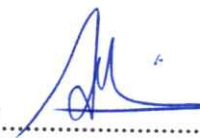
Penguji 1 : Dr. Bujang, Drs., M.Si


(.....)

Penguji 2 : Hasan Basri, M. Pd


(.....)

Penguji 3 : Andini Dwi Intani, M.Or


(.....)

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Farian Agata Putra

NPM : 41182191170013

Fakultas : Fakultas Keguruan Ilmu dan Pendidikan

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Perguruan Tinggi Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul **"Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar *Short Pass* Sepak bola Bagi Usia 8 – 13 Tahun"** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang meruakan karya orang lain.

Saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam hasil karya saya sendiri atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi yang saya buat.

Bekasi, 26 Januari 2023



Farian Agata Putra

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Saya belajar bahwa keberanian bukanlah ketiadaan rasa takut, tetapi kemenangan atasnya. Pria pemberani bukanlah dia yang merasa takut, tetapi dia yang menaklukkan rasa takut itu.

~Nelson Mandela~

Persembahan :

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

- a. Kedua Orang Tua Bapak Sutarsono dan Ibu Sulastris yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberi kasih sayang terhadap keluarga.
- b. Teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi angkatan 2018.
- c. Almamater Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam “45” Bekasi.
- d. Teman-teman seperjuangan saya.

ABSTRAK

Farian Agata Putra, Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Short Pass Sepak Bola bagi Usia 8-13 Tahun.

Penelitian ini bertujuan agar dapat digunakan oleh pelatih sebagai referensi model latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan performa atlet di lapangan. Bagi peserta didik dapat memahami tentang permasalahan taktik yang dikembangkan dalam bentuk permainan sehingga antusiasme peserta didik meningkat. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk pengembangan model latihan teknik dasar *short pass* sepak bola pada usia 8 – 13 Tahun.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode R&D (*Research and Developmen*) Langkah-langkah penelitian ini mengadopsi dari langkah penelitian Sugiyono yang menggunakan 10 langkah. Uji kelayakan atau uji validitas model latihan teknik dasar *short pass* sepak bola dilakukan oleh 3 ahli yaitu, pelatih Sekolah Sepak Bola (SSB), ahli ilmu kepelatihan dan ahli materi sepak bola Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data uji kelayakan model pembelajaran *passing* pendek adalah kuesioner atau angket dengan skala penilaian atau ranting scale. Data hasil evaluasi berbentuk deskriptif kualitatif dan kuantitatif persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model Latihan teknik dasar *short pass* sepak bola untuk usia 8-13 tahun di SDN pisangbaru 09 Tahun 2021-2022 layak digunakan sebagai pedoman Latihan di SSB. Hasil akhir penilaian produk yang dilakukan oleh pelatih SSB dinyatakan “Layak” dengan presentase 100%. Hasil akhir penilaian produk yang dilakukan oleh ahli ilmu kepelatihan dinyatakan “Layak” dengan presentase 95%. Hasil akhir penilaian yang dilakukan oleh ahli materi sepak bola dinyatakan “Layak” dengan presentase 95%. Dari hasil penilaian oleh pelatih SSB, ahli ilmu kepelatihan dan ahli materi sepak bola menunjukkan layak dengan presentase 96,7%. Sehingga produk video model Latihan teknik dasar *short pass* sepak bola layak digunakan oleh pelatih.

Kata Kunci :model latihan, *short pass*, sepak bola

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis sadar bahwa usaha dan perjuangan penulis yang maksimal bukanlah perjuangan dari penulis sendiri, karena tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak mustahil skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu pada kesempatan ini pula penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Dr Hermanto, Drs., M.M., M,Pd. Selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi, yang telah menerima penulis menjadi mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Bapak Dr. Dindin Abidin S.Pd., M.Si., AIFO. selaku dosen pembimbing yang sudah meluangkan waktu, tenaga, serta motivasi untuk memberi pengarahan dan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan lancar.

5. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan, doa dan restu.
6. Untuk teman-teman seangkatan dan, senior dan semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Saya menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesalahan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Bekasi, 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'F3' followed by a stylized 'A' and 'Putra'.

Farian Agata Putra

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Spesifikasi Produk.....	6
BAB II TINJAUAN TEORITIS	8
A. Hakikat Sepak bola	8
1. Sejarah Sepak bola.....	8
2. Pengertian Sepak bola	9
3. Lapangan Standar Sepak bola	11
4. Teknik Dasar Sepak bola	13
5. Posisi Pemain	16
B. Hakikat Latihan	18

1. Pengertian Latihan.....	18
2. Ciri-Ciri Latihan	19
3. Tujuan Dan Sasaran Latihan	20
C. Hakikat <i>Passing</i>	22
1. Teknik <i>Passing</i>	23
2. Jenis-jenis <i>Passing</i>	24
D. Hakikat Latihan <i>Short Pass</i>	28
E. Pengembangan Model	29
F. Penelitian Relevan.....	30
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	34
A. Metode Penelitian.....	34
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
C. Desain Penelitian.....	35
D. Definisi Operasional	36
E. Prosedur Pengembangan	37
F. Instrumen Penelitian	38
G. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Produk Pengembangan	48
B. Pembahasan	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran-Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ukuran Lapangan Sepak Bola.....	13
Gambar 2.2 Teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam....	14
Gambar 2.3 Passing menggunakan kaki bagian dalam.....	27
Gambar 2.4 Passing menggunakan punggung sepatu	28
Gambar 2.5 Kerangka Berfikir.....	34
Gambar 3.1 Alur Penelitian dan Pengembangan (R&D)	36
Gambar 3.2 Prosedur Pengembangan	39
Gambar 4.1 Passing Dua Arah.....	50
Gambar 4.2 Passing Kombinasi Berjalan.....	51
Gambar 4.3 Passing Balik Kombinasi Satu Dua.....	52
Gambar 4.4 Passing Kombinasi Kontrol Berbalik.....	53
Gambar 4.5 Passing Segitiga Kombinasi Mengarahkan Kaki	54
Gambar 4.6 Passing Cepat Kombinasi Satu Dua	55
Gambar 4.7 Passing Satu Dua Kombinasi Umpan Panjang.....	56
Gambar 4.8 Passing Satu Sentuhan Kombinas Permainan Sepak Bola.....	57
Gambar 4.9 Passing Sentuhan Kombinasi Beralih Posisi.....	58
Gambar 4.10 Passing Pola Huruf Y	59

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Relevan.....	31
Tabel 3.1 Instrument Penelitian	40
Tabel 3.2 Kategori Kelayakan.....	48
Tabel 4.1 Butir Pertanyaan	49
Tabel 4.2 Validasi Pelatih SSB.....	60
Tabel 4.3 Validasi Ahli Sepak Bola	62
Tabel 4.4 Validasi Ahli Motorik.....	65
Tabel 4.5 Kategori Kelayakan.....	78