

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETEPATAN HEADING
PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA U-12
DI SSB URANG JAYA MERDEN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Satu
Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam “45” Bekasi



Disusun Oleh :

BIMA RAHMATULLOH

41182191170102

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

2023

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKIRPSI

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETEPATAN HEADING
PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA U-12
DI SSB URANG JAYA MERDEN**

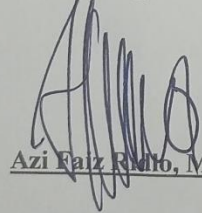
Oleh:

Bima Rahmatulloh

4118291170102

Telah Disetujui Oleh:

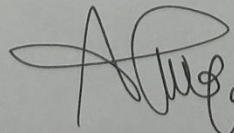
Pembimbing



Azi Faiz Rullo, M.Pd

Tanggal, 26 Juli 2023

Menyetujui,
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Apti Mylsidayu, M.Or

NIK. 45101122011035

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETEPATAN HEADING PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA U-12 DI SSB URANG JAYA MERDEN

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Bima Rahmatulloh

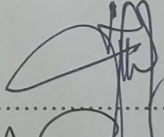
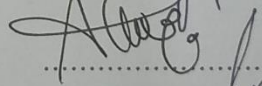
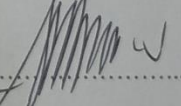
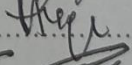
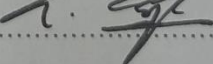
4118291170102

Telah dipertahankan di depan Dewa Penguji

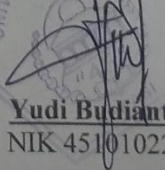
Pada tanggal 31 Juli 2023

dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd	
Sekretaris	: Dr. AptaMylsidayu, M.Or.	
Anggota	: 1. Dr. Dindin Abidin, M.Si	
	2. Aisya Kemala, M.Pd	
	3. Adli Azhari, M.Pd	

Bekasi, Agustus 2023
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi


Yudi Budianti, M.Pd
NIK 45101022012015

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Bima Rahmatulloh**
NPM : 41182191170102
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Perguruan Tinggi : Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul **"Pengembangan Model Latihan Ketepatan Heading Pada Cabang Olahraga Sepakbola U-12 Di SSB Urang Jaya Merden"** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari 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 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,



Bima Rahmatulloh

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

“Ketika ujian sedang menghampiri, tak perlu bersedih hati. Kebahagiaan dan kesedihan itu silih berganti. Tergantung bagaimana kita menghadapi dan mengambil hikmah dari apa yang terjadi.”

Persembahan:

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang-orang yang telah berjasa dalam hidupku serta memberikan bantuan dalam penulisan karya ini:

1. Kepada kedua orang tua almarhum bapak Bambang Sugiyono dan ibu Neni Sutrisni sebagai motivator terbesar dalam hidupku, yang tak pernah lelah mendoakan dan menyayangiku atas semua pengorbanan dan kesabaran mengantarku sampai ke titik ini.
2. Kepada istriku Ahkima Nurinsani Rosyida dan kakakku Winda Fitriyani yang tak pernah lelah menyamangatiku.
3. Kepada keluarga Himpunan Mahasiswa Olahraga Unisma Bekasi, UKM Sepak Bola Unisma yang memberikan banyak masukan, dalam penulisan karya ini.
4. Kepada sahabat dan teman-teman seperjuanganku di jenjang S1 kelas PJKR E angkatan 2017 Terimakasih atas segala bentuk pengorbanan, perjuangan dan arti sahabat selama ini.

ABSTRAK

Bima Rahmatullah : 41182191170102. “Pengembangan Model Latihan Ketepatan Heading Pada Cabang Olahraga Sepakbola U-12 Di SSB Urang Jaya Merden” Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Islam “45” Bekasi.

Tujuan penelitian ini menggunakan metode penelitian R&D (Research and Development) yang bertujuan untuk mengembangkan model latihan kelincahan pada cabang olahraga futsal berbasis olahraga tradisional agar dapat dikembangkan dan memberikan kemudahan dalam menyampaikan materi. Menurut Sugiyono penelitian ini menggunakan 10 langkah penelitian. Namun karena status pandemi covid-19 di Indonesia, maka penelitian ini hanya dapat menggunakan 5 langkah penelitian yaitu potensi masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi dan revisi yang di validasi oleh 3 ahli.

Hasil dari penelitian “Pengembangan Model Latihan Ketepatan Heading Pada Cabang Olahraga Sepakbola U-12 Di SSB Urang Jaya Merden” dikategorikan layak untuk digunakan sebagai variasi Pengembangan Model Latihan Ketepatan Heading Pada Cabang Olahraga Sepakbola. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian para expert judgment yang dinilai oleh, ahli pelatih sepak bola 90%, ahli sepakbola 82,5% dan ahli motorik 100%. Sehingga jika ditotal keseluruhan mendapatkan hasil kelayakan sebesar 90,8%.

Kata Kunci : Model Pengembangan, Latihan Ketepatan Heading Sepak Bola, Cabang Olahraga, U-12 Di SSB Urang Jaya Merden.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmatNya yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengembangan Model Latihan Ketepatan Heading Pada Cabang Olahraga Sepakbola U-12 Di SSB Urang Jaya Merden”**.

Penyusun skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan pada Universitas Islam “45” Bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Penyusunannya dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Yudi Budianti, M.Pd., S.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or, AIFO selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas “45” Bekasi.
3. Bapak Azi Faiz Ridlo, M.Pd selaku pembimbing.
4. Bapak/Ibu dosen tercinta.
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.

Kami 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, 26 Juli 2023

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized letters and a long horizontal stroke extending to the right.

Bima Rahmatullah

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR TABEL.....	iii
DAFTAR LAMPIRAN	iv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Spesifikasi Produk	6
BAB II TINJAUAN TEORITIS.....	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Konsep Pengembangan Model	7
2. Hakikat Kepelatihan	10
B. Hakikat Sepak Bola	20
C. Hakikat Heading	41
D. Penelitian Yang Relevan.....	43
E. Kerangka Berfikir	49
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	51
A. Metode Penelitian	51
B. Prosedur Penelitian	52

C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	53
D. Instrumen Penelitian.	53
E. Simpulan Uji Ahli.....	55
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	56
A. Produk Pengembangan	56
B. Deskripsi Draft Produk.....	58
C. Deskripsi Data Validasi Ahli.....	69
D. Revisi Draft Produk Awal	97
E. Pembahasan	97
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran	100
DAFTAR PUSTAKA	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Sepakbola	22
Gambar 2. 2 Teknik Dribbling	27
Gambar 2. 3 Teknik Passing	29
Gambar 2. 4 Teknik Heading	30
Gambar 2. 5 Teknik Tendangan Lambung	31
Gambar 2. 6 Teknik Mengontrol Bola	33
Gambar 2. 7 Teknik Kiper Menangkap Bola	36
Gambar 2. 8 Teknik Tackling	38
Gambar 2. 9 Teknik Menangkap Bola Ke Dalam.....	40

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kerangka Berfikir	50
Tabel 3. 1 Penilaian Uji Ahli	51
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Kebutuhan	57

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Lembar Validasi Ahli Pelatih Sepak Bola.....	104
LAMPIRAN 2 Lembar Validasi Ahli Sepak Bola.....	105
LAMPIRAN 3 Lembar Validasi Ahli Motorik.....	106
LAMPIRAN 4 Lembar SK Pembimbing.....	107
LAMPIRAN 5 Lembar Hasil Penelitian Ahli Pelatih Sepak Bola	108
LAMPIRAN 6 Lembar Hasil Penelitian Ahli Sepak Bola.....	119
LAMPIRAN 7 Lembar Hasil Penelitian Ahli Motorik	129
LAMPIRAN 8 Lembar Dokumentasi Ahli Pelatih Sepak Bola.....	132
LAMPIRAN 9 Lembar Dokumentasi Ahli Sepak Bola.....	133
LAMPIRAN 10 Lembar PDF Video	133
LAMPIRAN 11 Dokumentasi Model Di Lapangan.....	134
LAMPIRAN 12 Lembar Kartu Pembimbing Skripsi.....	1349
LAMPIRAN 13 Lembar Daftar Riwayat Hidup Penulis	141