

PENGEMBANGAN LATIHAN KETEPATAN TENDANGAN DALAM SEPAKBOLA UNTUK ANAK KELOMPOK UMUR 13-14 TAHUN

Khoiril Anam, Suharjana
Prodi Ilmu Keolahragaan PPs UNY, Universitas Negeri Yogyakarta
khoirilanam17@gmail.com, suharjana_fikuny@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun yang layak digunakan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pengembangan, dengan langkah-langkah terdiri dari: (1) mengenali potensi dan masalah, (2) pengumpulan data, (3) mengembangkan produk awal, (4) validasi desain, (5) revisi desain, (6) uji coba produk skala kecil, (7) revisi produk, (8) uji coba skala besar, (9) dan revisi produk, dan (10) hasil akhir. Penilaian kualitas produk melibatkan 3 orang ahli. Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu pedoman umum wawancara, catatan lapangan, angket skala nilai validasi, pedoman observasi model, pedoman observasi keefektifan model, dan kuesioner untuk siswa. Teknik analisis data yang dilakukan yaitu analisis deskriptif kuantitatif dan analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini berupa model latihan ketepatan tendangan yang terdiri dari (1) permainan *passing* segitiga; (2) permainan *passing* berpindah; (3) permainan pindah bola; (4) permainan melewati bola; (5) permainan *passing* dan koordinasi; (6) permainan cetak gol; (7) permainan 4 vs 2 target bola; (8) permainan 2 vs 1 target gawang; dan (9) permainan 2 vs 2 target gawang, yang disusun dalam bentuk DVD latihan dan buku panduan latihan.

Kata Kunci: model latihan, ketepatan tendangan, sepakbola

THE DEVELOPMENT OF PRACTICE KICK ACCURACY IN FOOTBALL FOR THE AGE GROUP OF 13 TO 14 YEARS OLD CHILDREN

Abstract

This study aims to produce a model of practice kick accuracy in football for the age group of 13 to 14 years old children feasible to use. The study used research and development design, consisting the steps of (1) identified the potential and problems, (2) collect data, (3) develop initial products, (4) design a validation, (5) design revision, (6) small-scale product test, (7) product revision, (8) large-scale test, (9) product revision, and (10) the final result. Product quality assessment involving 3 experts. Instruments used for data collection are general guideline interviews, field notes, questionnaire validation value scale, the observation model, the effectiveness of observation model, and a questionnaire for students. The quantitative descriptive analysis and the qualitative descriptive analysis techniques are used to collect the data. The result of this research is a model of practice kick accuracy consisting of (1) triangular passing game; (2) passing and moving game; (3) moving the ball game; (4) passing the ball game; (5) passing and coordination game ; (6) scoring goal game; (7) target ball game of 4 vs 2; (8) target goal game of 2 vs 1; and (9) target goal game of 2 vs 2, arranged in a training DVD shape and training handbook.

Key words: *models of practice, kicks accuracy, football*

Pendahuluan

Sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Hampir keseluruhan permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, dengan kaki maupun tangannya sesuai peraturan. Adapun tujuan dari masing-masing regu adalah untuk menciptakan suatu gol ke gawang lawan dan melindungi gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola.

Teknik, kondisi fisik, pengembangan taktik, dan mental dalam perkembangan sepakbola modern harus dipelajari benar-benar secara mendalam dan cermat secara ilmiah. Tujuan sepakbola modern sekarang ini adalah bagaimana cara memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebanyak-banyaknya dengan mengandalkan kemampuan dan kerja sama tim yang kompak, sehingga dalam permainan sepakbola penguasaan teknik, kondisi fisik, pengembangan taktik dan memiliki kematangan juara sangat penting sekali.

Teknik dalam sepakbola merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan-gerakan secara tepat, cermat, dan harmonis. Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, dan tangguh adalah kesebelasan yang mampu menyelenggarakan permainan secara kompak, artinya memunyai kerja sama tim yang baik dan tangguh. Oleh karena itu diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai berbagai macam teknik, serta terampil dalam melakukannya.

Teknik dasar bermain sepakbola merupakan semua gerakan yang diperlukan untuk bermain sepakbola, dan untuk dapat bermain sepakbola dengan baik, seorang pemain perlu meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola tersebut. Teknik dasar bermain sepakbola meliputi teknik tanpa bola dan teknik dengan bola. Menurut Subroto, dkk. (2009, p.8.5) teknik dasar sepakbola terdiri dari: (1) teknik tanpa bola, meliputi lari cepat dan mengubah arah, melompat/meloncat, gerak tipu tanpa bola, gerakan-gerakan khusus penjaga gawang, dan (2) teknik dengan bola meliputi mengenal bola, menendang, menerima/mengon-

trol bola, menggiring, menyundul, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merebut bola, dan teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Salah satu teknik dasar dengan bola adalah teknik menendang bola. Teknik menendang bola merupakan dasar di dalam bermain sepakbola, karena kesebelasan yang baik adalah apabila seluruh pemainnya menguasai teknik menendang bola dengan baik. Menendang bola merupakan usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. Menendang bola dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding, maupun melayang di udara. Masalah tendangan sendiri dalam permainan sepakbola sangat vital, karena tendangan adalah bagian terpenting, seorang pemain sepakbola yang tidak dapat menendang bola dengan baik tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik pula. Hal ini disebabkan hampir setiap kesebelasan selalu mendapatkan kemenangan (mencetak gol) karena adanya tendangan. Bahkan kiper yang tugas utamanya menangkap bola harus menguasai bermacam-macam teknik menendang bola sesuai kebutuhan. Oleh karena pentingnya menendang bola, maka menurut Parrish (2011, p.76) menendang bola bertujuan untuk (1) memberikan bola kepada teman atau mengoper bola, (2) untuk memasukkan bola ke gawang lawan atau mencetak gol, (3) untuk menghidupkan bola kembali setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan hukuman dan sebagainya, dan (4) untuk melakukan *clearing* atau pembersihan dengan jalan menyapu bola yang berbahaya di daerah sendiri atau dalam usaha membendung serangan lawan pada daerah pertahanan sendiri.

Menendang bola merupakan teknik dengan bola yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola. *Passing* yang baik adalah hal yang mutlak untuk bermain sepakbola dengan baik. Sekitar 80% permainan melibatkan memberikan *passing* dan menerima *passing*. *Passing* yang baik akan meningkatkan keyakinan dan momentum, sedangkan *passing* yang jelek dapat merusak tim (Chapman, Derse, & Hansen, 2008, p.113). Sedangkan untuk mengetahui baik tidaknya suatu tendangan dapat dilihat dari indikator tendangan sepakbola yaitu dari akurasi dan kecepatan laju bola (Majelan, et. al., 2011, p.37). Oleh karena itu, untuk dapat menendang dengan baik diperlukan pengetahuan tentang prinsip-prinsip menendang yang baik. Prinsip-prinsip dalam menendang

bola yang perlu diperhatikan yaitu pandangan mata, kaki tumpu, kaki ayun (kaki yang menendang), bagian bola yang ditendang, sikap badan, dan gerakan lanjutan

Salah satu fungsi menendang bola yaitu untuk mengumpan bola kepada teman satu tim, hal ini memudahkan teman satu tim dalam mencetak gol ke gawang lawan. Pemain yang ingin mengoper bola kepada teman satu tim harus melihat dulu posisi teman yang akan menerima operan tersebut, apabila teman jaraknya dekat dengan pengoper maka bola dioper secara datar sehingga memudahkan teman untuk menguasai atau mengontrol bola tersebut. Apabila teman yang akan menerima operan jaraknya jauh dari pengoper, maka bola harus ditendang melambung. Hal ini dilakukan untuk menghindari bola operan dipotong atau dihentikan oleh lawan. Tujuan pemain menendang bola adalah untuk mengoper atau mencetak gol, maka tendangan harus tepat kepada sasaran yang dituju, sehingga serangan yang dilakukan tidak berakhir dengan sia-sia atau mengalami kegagalan.

Ketepatan atau *accuracy* dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran yang dituju. Sasaran dapat berupa jarak atau mungkin suatu objek langsung yang dikenai. Ketepatan (*accuracy*) dan tendangan dalam permainan sepakbola sangat berhubungan erat. Pemain sepakbola yang dibekali *dribble* dan kontrol bola yang istimewa akan menjadi tidak ada artinya dalam suatu pertandingan apabila pemain yang bersangkutan tidak memiliki ketepatan (*accuracy*) dalam mengoper bola kepada teman. Hal ini karena seorang pemain yang dibekali *dribble* dan kontrol bola yang baik tidak mungkin saat menerima operan dari rekan satu tim, pemain tersebut akan membawa bola terus sepanjang pertandingan tanpa melakukan tendangan untuk mengoper (*passing*). Faktor ketepatan dan kecepatan dalam melakukan gerak keterampilan sepakbola merupakan hal yang sangat penting untuk keberhasilan dalam sebuah pertandingan.

Permainan sepakbola merupakan permainan satu tim, dimana satu tim terdiri dari sebelas pemain, sehingga untuk menghubungkan bola kepada rekan satu tim dibutuhkan *passing*. Menurut Gifford (2003, p.20) *passing* yang akurat adalah *passing* yang dapat mengarahkan bola ke arah yang diinginkan tanpa adanya penyerobotan oleh pihak lawan. Operan juga harus mencapai sasaran yang sedemikian rupa

sehingga penerimanya mudah mengandalkannya.

Berdasarkan hal tersebut, umpan/operan dalam sepakbola belum bisa dikatakan akurat apabila bola yang diumpankan masih melambung tinggi dan susah dikontrol oleh rekan tim yang dituju. Semakin tinggi ketepatan *passing* yang dimiliki pemain dalam pertandingan akan membuat pertandingan tersebut semakin menarik untuk ditonton. Ketepatan/*accuracy* dalam menendang tidak hanya digunakan untuk *passing* kepada rekan satu tim saja, ketepatan menendang juga dapat digunakan untuk mencetak gol ke gawang lawan.

Menurut Kellis & Katis (2007, p.163) kualitas *impact* kaki dengan bola merupakan hal penting yang menentukan kecepatan akhir, jalur, dan putaran bola. Ketepatan hasil tendangan tidak selama tepat pada sasaran yang diinginkan, hal ini karena ada beberapa penyebab yang perlu diperhatikan. Menurut Wesson (2002, p.25) ada dua hal yang menyebabkan tendangan menjadi tidak akurat, yaitu kedua-duanya muncul akibat dari kesalahan dalam gaya yang diberikan oleh kaki saat menendang. Kontribusi yang pertama berasal dari kesalahan dalam arah gaya yang diberikan dan yang kedua terjadi akibat kesalahan dari peletakan gaya.

Pola aktivasi otot kaki juga merupakan salah satu hal yang dapat memengaruhi keakuratan atau ketepatan tendangan yang dilakukan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Katis, et. al. (2013, p.125) menghasilkan kesimpulan bahwa meningkatnya aktivitas otot *tibialis anterior* dan *biceps femoris*, serta menurunnya aktivitas otot *gastrocnemius* dapat membantu pemain untuk menendang secara akurat terhadap target atas. Sebaliknya, meningkatnya aktivitas otot *tibialis anterior* dan *biceps femoris*, serta menurunnya aktivitas otot *gastrocnemius* dapat menurunkan keakuratan tendangan terhadap target bawah.

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi ketepatan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subjek sehingga dapat di kontrol oleh subjek itu sendiri, seperti koordinasi, ketajaman indera, penguasaan teknik, cepat lambatnya gerakan, *ball feeling* dan ketelitian, serta kuat atau lemahnya suatu gerakan. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri subjek, seperti besar kecilnya sasaran dan jauh dekatnya sasaran. Menurut Sukadiyanto (2002, p.102) ada beberapa faktor yang memengaruhi ketepatan, di antaranya yaitu: (1) tingkat kesu-

litan, (2) pengalaman, (3) keterampilan sebelumnya, (4) jenis kelamin, (5) jenis keterampilan, (6) perasaan, dan (7) kemampuan mengantisipasi gerak. Ketepatan menendang dalam sepakbola menurut Young et. al. (2010, p.7) dipengaruhi oleh tingkat kebugaran daya tahan dan pengalaman bermain. Tingkat kebugaran daya tahan yang lebih tinggi dapat mentoleransi stres pertandingan dan mencegah melemahnya keterampilan, sedangkan pengalaman bermain dapat memberikan keuntungan dalam mengingat ketepatan tendangan yang telah dilakukan.

Proses latihan terkadang membosankan bagi anak, terutama yang menggunakan metode *drill*. Menciptakan sebuah latihan dengan menggunakan pendekatan bermain merupakan salah satu jalan untuk menghilangkan kebosanan dalam berlatih, selain itu dapat memberikan kesenangan, sehingga sasaran atau tujuan dari latihan dapat tercapai.

Pada saat usia 14 tahun pada cabang-cabang olahraga tertentu, termasuk dalam tahap latihan tingkat lanjut dimana sasaran yang harus dicapai dalam tahap latihan ini adalah memperkuat kemauan (*will power*) untuk berlatih dan menghadapi berbagai kendala psikologis dan fisik, mengembangkan harmonisasi kondisi fisik dengan koordinasi (seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelincahan, dan mobilitas) untuk menuju spesialisasi cabang olahraga dengan pendasaran fisik yang kuat menuju prestasi tinggi nantinya, dan pengembangan latihan teknik dan taktik dengan melakukan uji coba latihan dan pertandingan yang lebih sering (Lumintuarso, 2007, p.49).

Kenyataan yang terjadi saat ini yaitu pelatih dihadapkan dengan keterbatasan waktu serta kurang memadainya peralatan yang sesuai dengan jumlah pemain yang akan dilatih, sementara banyak materi latihan yang akan diberikan kepada pemain. Berdasarkan kenyataan tersebut, maka diputuskan untuk melakukan analisis kebutuhan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun di Sekolah Sepakbola (SSB). Observasi dilakukan pada tiga Sekolah Sepakbola di Sleman (SSB Gelora, SSB Real Madrid, dan SSB Bina Putra Jaya). Hasil observasi diperdalam dengan wawancara terhadap pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) yang bertanggung jawab dalam pelaksanaan latihan pada masing-masing Sekolah Sepakbola (SSB).

Salah satu prinsip dalam latihan yaitu bervariasi. Proses latihan ketepatan tendangan yang diberikan seharusnya bervariasi, hal ini

bertujuan untuk menghindarkan pemain dari rasa bosan saat latihan. Selain itu, proses latihan yang baik seharusnya menciptakan suasana latihan yang kondusif, sehingga sasaran dan tujuan latihan akan tercapai. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada tiga Sekolah Sepakbola (SSB) yaitu SSB Gelora, SSB Real Madrid, dan SSB Bina Putra Jaya menunjukkan bahwa latihan ketepatan tendangan yang dilakukan menggunakan metode *drill* yaitu dengan latihan *passing* berhadapan, serta latihan *shooting* ke gawang. Latihan *drill* yang diberikan ini masih terkesan monoton. Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan wawancara terhadap siswa/pemain Sekolah Sepakbola (SSB) yang bersangkutan. Wawancara tersebut menunjukkan bahwa respon siswa/pemain terhadap latihan ketepatan tendangan yang diberikan adalah siswa/pemain merasa bosan dan tidak ada keseriusan siswa/pemain dalam mengikuti latihan tersebut, sehingga sasaran dan tujuan latihan pun tidak akan tercapai.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada Sekolah Sepakbola (SSB) terutama kelompok umur 13-14 tahun seringkali dijumpai pemain/anak salah mengoper bola kepada temannya, sehingga bola dengan mudah dapat direbut atau diambil oleh pemain lain/lawan. Selain itu, seringkali juga dijumpai pemain tidak bisa memaksimalkan peluang di depan gawang, karena tembakannya melebar atau tidak menuju ke gawang. Latihan yang dilakukan juga kurang menunjang terhadap keterampilan menendang yang akurat, walaupun ada sedikit latihan yang dilakukan yaitu *passing* berpasangan yang terkesan monoton atau membosankan karena dilakukan berulang-ulang dan tidak ada variasi yang lain.

Berdasarkan atas permasalahan tersebut, maka diperlukan pengembangan model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun dengan menggunakan pendekatan bermain yang menyenangkan. Model latihan yang dikembangkan tersebut dituangkan dalam bentuk DVD (*Digital Video Disc*) latihan dan buku panduan latihan.

Latihan merupakan aktivitas yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) dalam berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan latihan yang hendak dicapai. Berdasarkan pada latar belakang sudah dijelaskan bahwa dalam sepakbola, tendangan merupakan keterampilan yang

sangat vital. Keterampilan menendang dikatakan baik apabila tendangan yang dilakukan dapat dilakukan secara cepat dan akurat. Permasalahan yang terjadi pada proses latihan adalah belum dapat dilakukan secara optimal proses latihan ketepatan tendangan, hal ini dikarenakan kurangnya sarana dan prasarana dalam latihan serta kurangnya model latihan ketepatan tendangan yang menarik dan variatif. Latihan ketepatan tendangan yang dilakukan masih terkesan monoton, hal ini membuat anak merasa bosan dalam mengikuti latihan sehingga sasaran dan tujuan latihan pun tidak tercapai. Berdasarkan permasalahan tersebut penulis berasumsi bahwa model latihan ketepatan tendangan yang dikembangkan dengan pendekatan bermain dapat membuat anak merasa senang dan gembira, serta termotivasi dalam mengikuti latihan yang diberikan pelatih sehingga sasaran dan tujuan latihan pun akan tercapai. Smith (2010, p.4) mengatakan bahwa bermain merupakan aktivitas yang mudah dilakukan, menyenangkan, hanya membutuhkan biaya yang murah, menarik dan memunyai manfaat terutama untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Selain itu, permainan yang dipilih secara hati-hati dan terencana akan dapat mengembangkan fisik, kemampuan kognitif, keterampilan motorik, juga dapat mengembangkan aspek afektif dan sosial. Hal ini juga diperkuat dengan pendapat Hughes (2010, p.4) yang menyatakan bermain dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan, mengembangkan kompetensi dalam usaha mengatasi dunianya dan mampu mengembangkan kreativitas. Hal senada juga diungkapkan oleh Fishburne, McKay & Berg (2005, p.47) yang menyatakan bahwa "*games activities in elementary school physical education develop strength, agility, control, and speed. Games can also improve other areas of physical fitness as well as lokomotor skills and sport-specific skills*". Berdasarkan hal tersebut jelas bahwa aktivitas bermain memiliki banyak manfaat bagi anak yang melakukannya, baik untuk mengembangkan kekuatan, kelincahan, kontrol, dan kecepatan. Oleh karena itu, bermain selain dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan lokomotor dan keterampilan spesifik cabang olahraga, bermain juga dapat digunakan untuk memperbaiki kebugaran jasmani.

Subtansi pemilihan model yang dibuat berdasarkan pada karakteristik anak usia 13-14 tahun dan didasarkan pada karakteristik kegunaan tendangan dalam permainan sepakbola,

dimana karakteristik tendangan dalam sepakbola digunakan untuk mengoper bola (*passing*) dan mencetak gol (*shooting*) ke gawang (Parrish, 2011,p.76). Pengembangan model latihan ketepatan tendangan ini nantinya diharapkan dapat menjadi solusi atas permasalahan yang dihadapi pelatih dalam proses latihan, dimana pelatih akan memiliki banyak pilihan dalam melatih ketepatan tendangan, selain itu juga latihan yang diberikan akan menjadi lebih menarik dan menyenangkan, sehingga materi yang ada di dalam pengembangan model latihan tersebut akan dapat tersampaikan kepada anak, dengan kata lain bahwa sasaran atau tujuan dari latihan tersebut tercapai. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menyusun model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun dengan melalui pendekatan bermain yang lebih menarik dan menyenangkan, sehingga anak tidak merasa bosan dalam mengikuti latihan, selain itu tujuan dan sasaran latihan juga akan dapat tercapai.

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah membahas tentang pengembangan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun dengan menggunakan pendekatan bermain yang menyenangkan. Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk menghasilkan model-model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun yang layak digunakan, yang nantinya dapat memperbaiki keterampilan menendang. Model-model latihan sepakbola yang lebih menekankan pada aspek ketepatan dalam menendang bola dan dengan pendekatan bermain yang menyenangkan. Model-model yang dikembangkan diharapkan untuk digunakan pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) sebagai salah satu bentuk pelatihan sepakbola yang baik dan efektif.

Hasil pengembangan ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut: (1) teoritis, yaitu menambah keragaman model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola bagi anak kelompok umur 13-14 tahun, dan dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya; (2) praktis, yaitu menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi pelatih sepakbola dalam mengembangkan model-model latihan ketepatan tendangan, menambah pengetahuan dan pengalaman bagi pelatih sepakbola dalam mengembangkan cara-cara baru dalam pelatihan sepakbola, memberi-

kan masukan kepada dunia kepelatihan dan mahasiswa kepelatihan dalam pembuatan model latihan ketepatan tendangan, dan dapat memberikan masukan terhadap masyarakat atau lembaga yang berkecimpung dalam sepakbola dan dapat juga dijadikan pertimbangan dalam penyusunan program latihan.

Metode

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan atau yang sering disebut *research and development*. Menurut Gall & Borg (2003, p.569) *research and development* merupakan metode penelitian yang digunakan untuk membentuk produk dan prosedur baru, yang kemudian diuji di lapangan, dievaluasi, dan disaring secara sistematis sampai memenuhi kriteria keefektifan, kualitas, atau standar yang sama secara spesifik. Sedangkan menurut Sugiyono (2011, p.407) penelitian pengembangan merupakan penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Berdasarkan pendapat tersebut metode *research and development* merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan kemudian menguji keefektifan produk tersebut.

Pada penelitian ini diadopsi sepuluh langkah-langkah penelitian dari Sugiyono (2010, p.409), yaitu (1) mengenali potensi dan masalah, (2) pengumpulan data, (3) desain produk, (4) validasi desain, (5) revisi desain, (6) uji coba produk, (7) revisi produk, (8) uji coba pemakaian, (9) revisi produk, dan (10) produk masal. Berikut dijelaskan sepuluh langkah yang akan dilakukan.

Mengenali Potensi dan Masalah

Pada tahap ini dilakukan kajian awal tentang program latihan yang ada di Sekolah Sepakbola (SSB) khususnya pada kelompok umur 13-14 tahun dan berasumsi bahwa terdapat permasalahan yang dihadapi pelatih dalam melaksanakan latihan. Pada tahap ini dilakukan analisis terhadap permasalahan tentang latihan yang digunakan di Sekolah Sepakbola (SSB), kemudian dianalisis juga tentang karakteristik anak pada kelompok umur 13-14 tahun, sehingga produk yang akan dihasilkan sesuai dengan karakteristik anak yang menjadi subjek penelitian. Sedangkan potensi dari penelitian ini adalah pengembangan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok

umur 13-14 dengan pendekatan bermain yang belum pernah diteliti.

Pengumpulan Data

Pada tahap ini dilakukan pengumpulan data dengan observasi dan mewawancarai pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) yang tersebar di Kabupaten Sleman, yaitu SSB Gelora, SSB Real Madrid, dan SSB Bina Putra Jaya.

Mengembangkan Produk Awal (Desain Produk Awal)

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mengembangkan produk awal penelitian, yaitu: (1) analisis tujuan dan karakteristik pengembangan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun, dan (2) analisis keterampilan gerak dasar dan gerakan latihan pada anak kelompok umur 13-14 tahun, (3) analisis keterampilan menendang dalam permainan sepakbola, dan (4) mengembangkan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun.

Validasi Desain

Validasi desain dilakukan sebelum uji coba skala kecil terhadap produk awal, produk harus mendapat validasi dari para ahli materi dan pelatih SSB, yaitu: (1) ahli/pakar bidang olahraga sepakbola yaitu Subagyo Irianto, beliau merupakan dosen di FIK UNY dan (2) ahli/pakar bidang kepelatihan olahraga dan teori bermain yaitu Sukadiyanto, beliau merupakan dosen di FIK UNY, dan (3) pelatih SSB yaitu Anang Dwi Prasetyo. Peran pelatih SSB sebagai salah satu ahli materi sangat penting, selain merupakan ahli dalam kepelatihan olahraga, pelatih SSB adalah subjek yang akan menggunakan produk permainan ini nantinya. Tujuan validasi dari ahli adalah untuk mendapatkan pengesahan model latihan yang dikembangkan, serta mendapatkan masukan dan saran terhadap draf produk untuk anak kelompok umur 13-14 tahun yang dihasilkan. Pada proses validasi, para ahli materi dan pelatih SSB menilai dan memberi masukan terhadap produk awal.

Revisi Desain

Berdasarkan penilaian dan masukan dari ahli materi dan praktisi/pelatih SSB, dilakukan revisi terhadap produk awal. Proses revisi ini terus dilakukan sampai produk awal mencapai batas nilai tertentu yang telah ditetapkan, yang

menunjukkan bahwa produk awal tersebut valid dan layak diujicobakan.

Uji Coba Produk (Uji Coba Skala Kecil)

Uji coba produk atau uji coba skala kecil dilakukan setelah mendapatkan masukan serta persetujuan dari para ahli materi. Hasil uji coba skala kecil didokumentasikan dalam bentuk DVD (*Digital Video Disc*), yang kemudian akan diobservasi oleh para ahli materi dengan menggunakan panduan observasi yang telah disusun.

Revisi Produk

Revisi produk kembali dilakukan setelah hasil uji coba dengan skala kecil yang didokumentasikan dalam bentuk DVD diobservasi oleh para ahli materi dan praktisi/pelatih SSB, revisi produk dilakukan setelah mendapatkan penilaian dan masukan dari para ahli materi dan praktisi/pelatih SSB.

Uji Coba Pemakaian (Uji Coba Skala Besar)

Hasil uji coba skala kecil yang sudah diberi masukan oleh para pakar selanjutnya direvisi, kemudian dilakukan uji coba pada kelompok sesungguhnya atau dalam skala besar. Proses yang dilakukan pada tahap uji coba skala besar serupa dengan proses yang dilakukan pada tahap uji coba skala kecil. Hal yang membedakan terletak pada jumlah subjek uji coba skala besar yang lebih banyak daripada uji coba skala kecil. Subjek uji coba yang sudah mengikuti uji coba skala kecil tidak turut serta dalam uji coba skala besar.

Revisi Produk

Proses revisi produk dilakukan kembali setelah uji coba pemakaian (uji coba skala besar) yang didokumentasikan dalam bentuk DVD diobservasi oleh para ahli materi dan praktisi/pelatih SSB dan diberikan penilaian dan masukan untuk menghasilkan produk final.

Pembuatan Produk Akhir

Hasil akhir merupakan hasil yang berupa produk yang sudah mendapat persetujuan para ahli dan praktisi yang berupa buku panduan latihan dan DVD latihan.

Desain Uji Coba

Uji coba produk/draf dalam penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali, yaitu uji coba skala kecil kemudian uji coba skala besar. Pada uji coba skala kecil dan uji coba skala besar

produk penelitian berupa pengembangan latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun. Sebelum uji coba, model latihan ini dimintakan validasi terlebih dahulu kepada para pakar yang telah ditunjuk, sehingga model latihan yang akan diujicobakan layak untuk diuji coba di lapangan. Kemudian dalam tahap uji coba di lapangan, para pakar berperan untuk mengobservasi kelayakan draf yang telah disusun dengan kenyataan yang ada di lapangan. Setelah dilakukan uji coba skala besar maka akan menghasilkan sebuah model latihan yang benar-benar valid.

Subjek Coba

Subjek coba dalam penelitian ini adalah para siswa SSB Gelora, SSB Bina Putra Jaya dan SSB Real Madrid yang berumur 13-14 tahun. Uji coba skala kecil dalam penelitian ini melibatkan 12 siswa, sedangkan uji coba skala besar melibatkan 42 siswa.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dari penelitian ini ada dua jenis, yaitu: data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari: (1) hasil wawancara dengan pelatih SSB, (2) catatan lapangan, dan (3) data saran perbaikan draf model awal dan hasil observasi *observer* pada pelaksanaan uji coba dengan skala kecil dan besar. Data kuantitatif diperoleh dari: (1) penilaian skala nilai validasi draf model, (2) penilaian pada skala nilai observasi pelaksanaan model, dan (3) penilaian skala nilai observasi keefektifan pelaksanaan model dalam latihan.

Pedoman Umum Wawancara

Pertanyaan yang disusun dalam pedoman wawancara disesuaikan dengan tujuan pelaksanaan wawancara yaitu hanya untuk menggali proses latihan di sekolah sepakbola tersebut dan masalah-masalah yang dihadapi oleh pelatih terkait latihan sepakbola yang terutama keterampilan menendang untuk mendukung latar belakang penelitian. Butir-butir pertanyaan tersebut meliputi: (1) pengalaman pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) dalam melatih, (2) lamanya waktu latihan dilaksanakan, (3) sarana dan prasarana latihan, (4) berapa lama siswa/pemain kelompok umur 13-14 tahun mengikuti latihan, (5) bentuk penilaian yang dilakukan oleh pelatih, (6) metode latihan yang diberikan, (7) aspek-aspek yang paling mendasar dalam bermain sepakbola, (8) metode melatih ketepatan tendangan, (9) permasalahan yang

sering dijumpai saat latihan dan pertandingan terkait ketepatan menendang, (10) perlunya pengembangan model latihan ketepatan tendangan untuk anak kelompok umur 13-14 tahun.

Catatan Lapangan

Teknik pengumpulan data yang kedua untuk digunakan dalam penelitian ini adalah catatan lapangan. Catatan lapangan digunakan untuk mendeskripsikan hasil pengamatan pada pelaksanaan latihan di SSB ketika studi pendahuluan. Catatan lapangan tersebut disertai tanggapan untuk merefleksikan fenomena di lapangan dengan solusi yang akan digunakan. Instrumen catatan lapangan membantu dalam mengembangkan bentuk latihan yang akan dibuat.

Angket Skala Nilai

Teknik pengumpulan data yang ketiga untuk digunakan dalam penelitian ini adalah angket skala nilai. Angket berisi daftar pernyataan disertai skala nilai digunakan untuk memberikan penilaian pada draf model latihan, observasi pelaksanaan uji coba skala kecil, dan uji coba skala besar. Angket dalam pelaksanaan uji coba dengan skala kecil dan skala besar terdiri dari dua macam, yaitu observasi pelaksanaan model dan keefektifan model dalam proses latihan. Penelitian ini akan menggunakan Skala Likert dengan skala empat, yaitu: (1) tidak sesuai, (2) cukup sesuai, (3) sesuai, dan (4) sangat sesuai.

Kuesioner untuk Siswa

Selain angket skala nilai dengan skala empat, juga digunakan kuesioner siswa untuk menilai respon dari siswa terhadap model latihan ketepatan tendangan yang telah dikembangkan.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Teknik analisis data deskriptif kuantitatif dilakukan pada: (1) hasil penilaian validasi dengan skala nilai ahli materi terhadap draf model latihan sebelum uji coba, (2) data penilaian hasil observasi para *observer* terhadap model latihan, dan (3) data hasil observasi *observer* terhadap keefektifan model latihan ketepatan tendangan dalam proses latihan. Rentangan skor pada angket validasi, observasi model, dan observasi keefektifan

model ada empat, yaitu: (1) skor 1 untuk penilaian tidak sesuai, (2) skor 2 untuk penilaian cukup sesuai, (3) skor 3 untuk penilaian sesuai, dan (4) skor 4 untuk penilaian sangat sesuai.

Model yang disusun dianggap layak untuk diuji cobakan dengan skala kecil maupun besar apabila secara kuantitatif dihitung skor mencapai standar minimal kelayakan. Norma kategorisasi yang akan digunakan sesuai ketentuan Azwar (2005, p.109) sebagai berikut.

Tabel 1. Norma Kategorisasi

Formula	Kategori
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi

Penelitian ini mengasumsikan bahwa norma kategorisasi rendah dikategorikan juga sebagai kategori tidak sesuai/tidak efektif, sedang sebagai kategori cukup sesuai/cukup efektif, dan tinggi sebagai kategori sesuai/efektif.

Teknik analisis deskriptif kualitatif dilakukan terhadap: (1) data hasil wawancara dengan pelatih Sekolah Sepakbola pada studi pendahuluan, (2) data masukan dari para ahli materi dan pelatih terhadap model latihan, baik sebelum uji coba maupun setelah uji coba di lapangan. Aktivitas analisis data model ini adalah reduksi data, penyajian data, dan membuat kesimpulan data.

Hasil dan Pembahasan

Proses revisi model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun mengalami 4 kali revisi, yaitu: (1) sebelum validasi, (2) sebelum uji coba produk dengan skala kecil, (3) setelah uji coba dengan skala kecil, dan (4) setelah uji coba dengan skala besar.

Validasi Draf Produk Awal

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal model latihan yang telah direvisi berdasarkan masukan ahli materi dan pelatih SSB. Setiap model latihan yang dibuat memiliki lembar evaluasi masing-masing untuk mendapatkan penilaian secara terperinci.

Validasi draf produk awal ini dilakukan dengan melihat hasil penilaian kesesuaian pelaksanaan draf yang terdiri dari 9 permainan ketepatan tendangan untuk anak kelompok umur 13-14 tahun oleh para ahli. Model yang disusun dianggap layak untuk diuji cobakan dengan skala kecil maupun besar apabila secara

kuantitatif dihitung skor mencapai standar minimal kelayakan.

Tabel 2. Norma kategorisasi untuk validasi

Interval	Kategori	Kesesuaian
$X < 30$	rendah	kurang sesuai
$30 \leq X < 45$	sedang	cukup sesuai
$45 \leq X$	tinggi	Sesuai

Adapun hasil penilaian oleh para ahli sebagai berikut: permainan passing segitiga berada pada interval $45 \leq X$, permainan passing berpindah berada pada interval $45 \leq X$, permainan pindah bola berada pada interval $45 \leq X$, permainan melewati bola berada pada interval $45 \leq X$, permainan passing dan koordinasi berada pada interval $45 \leq X$, permainan cetak gol berada pada interval $45 \leq X$, permainan 4 vs 2 target bola berada pada interval $45 \leq X$, permainan 2 vs 1 target gawang berada pada interval $45 \leq X$, permainan 2 vs 2 target gawang berada pada interval $45 \leq X$. Berdasarkan penilaian para ahli maka kesembilan permainan masuk dalam kategori sesuai, yang dilihat dari total nilai yang diberikan oleh para ahli semuanya terletak pada interval $45 \leq X$. Perhitungan ini menjadi dasar bahwa draf produk awal model latihan ketepatan tendangan untuk anak kelompok umur 13-14 tahun adalah layak untuk dilakukan uji coba skala kecil.

Penilaian Uji Skala Kecil

Pada penilaian kesesuaian pelaksanaan uji skala kecil yang terdiri dari 9 permainan ketepatan tendangan, ketiga ahli memberi penilaian sebagai berikut: permainan *passing* segitiga berada pada interval $39 \leq X$, Permainan *passing* berpindah berada pada interval $39 \leq X$, permainan pindah bola berada pada interval $39 \leq X$, permainan melewati bola berada pada interval $39 \leq X$, Permainan *passing* dan koordinasi berada pada interval $39 \leq X$, permainan cetak gol berada pada interval $39 \leq X$ yang, permainan 4 vs 2 target bola berada pada interval $39 \leq X$, permainan 2 vs 1 target gawang berada pada interval $39 \leq X$, permainan 2 vs 2 target gawang berada pada interval $39 \leq X$.

Tabel 3. Norma kategorisasi kesesuaian permainan pada skala kecil

Interval	Kategori	Kesesuaian
$X < 26$	rendah	kurang sesuai
$26 \leq X < 39$	sedang	cukup sesuai
$39 \leq X$	tinggi	sesuai

Mengacu pada kategorisasi tersebut, maka hasil penilaian oleh para ahli terhadap kesembilan permainan ketepatan tendangan adalah sudah sesuai, yang dilihat dari total nilai yang diberikan oleh para ahli semuanya terletak pada interval $39 \leq X$.

Pada penilaian keefektifan pelaksanaan uji skala kecil yang terdiri dari 9 permainan ketepatan tendangan, ketiga ahli memberi penilaian sebagai berikut: permainan *passing* segitiga berada pada interval $30 \leq X$, Permainan *passing* berpindah berada pada interval $30 \leq X$, permainan pindah bola berada pada interval $30 \leq X$, permainan melewati bola berada pada interval $27 \leq X$, Permainan *passing* dan koordinasi berada pada interval $30 \leq X$, permainan cetak gol berada pada interval $27 \leq X$ yang, permainan 4 vs 2 target bola berada pada interval $30 \leq X$, permainan 2 vs 1 target gawang berada pada interval $30 \leq X$, permainan 2 vs 2 target gawang berada pada interval $30 \leq X$.

Tabel 4. Norma kategorisasi keefektifan permainan pada skala kecil

Permainan	Interval	Kategori	Keefektifan
1	$30 \leq X$	tinggi	efektif
2	$30 \leq X$	tinggi	efektif
3	$30 \leq X$	tinggi	efektif
4	$27 \leq X$	tinggi	efektif
5	$30 \leq X$	tinggi	efektif
6	$27 \leq X$	tinggi	efektif
7	$30 \leq X$	tinggi	efektif
8	$30 \leq X$	tinggi	efektif
9	$30 \leq X$	tinggi	efektif

Mengacu pada kategorisasi tersebut, maka hasil penilaian oleh para ahli terhadap kesembilan permainan ketepatan tendangan adalah sudah efektif, yang dilihat dari total nilai yang diberikan oleh para ahli semuanya terletak pada interval yang berkategori tinggi.

Pengembangan model latihan harus memperhatikan beberapa sudut pandang salah satunya tanggapan dari siswa. Tanggapan dari siswa penting diperhatikan karena siswa yang menjadi objek sasaran dari produk yang dibuat. Berikut tanggapan siswa terhadap model latihan dengan menggunakan kuesioner. Berdasarkan hasil data kuesioner untuk siswa/pemain menunjukkan bahwa respon dari siswa/pemain yang menjadi sampel pada uji coba skala kecil, secara umum memberikan respon yang positif terhadap model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola dengan pendekatan bermain. Siswa/pemain merasa senang dalam melakukan

latihan dengan pendekatan bermain yang diajarkan dan membuat siswa ingin melakukannya kembali. selain itu, siswa juga merasa semakin termotivasi dalam mengikuti latihan sepakbola. Terdapat satu siswa (8,3%) yang menyatakan kurang memahami peraturan permainan yang diajarkan, hal ini dikarenakan kurangnya konsentrasi siswa tersebut saat mendengarkan instruksi dari pelatih saat menjelaskan peraturan permainan.

Penilaian Uji Coba Skala Besar

Pada penilaian kesesuaian pelaksanaan uji skala besar yang terdiri dari 9 permainan ketepatan tendangan, keempat ahli memberi penilaian sebagai berikut: permainan *passing* segitiga berada pada interval $39 \leq X$, Permainan *passing* berpindah berada pada interval $39 \leq X$, permainan pindah bola berada pada interval $39 \leq X$, permainan melewati bola berada pada interval $39 \leq X$, Permainan *passing* dan koordinasi berada pada interval $39 \leq X$, permainan cetak gol berada pada interval $39 \leq X$ yang, permainan 4 vs 2 target bola berada pada interval $39 \leq X$, permainan 2 vs 1 target gawang berada pada interval $39 \leq X$, permainan 2 vs 2 target gawang berada pada interval $39 \leq X$.

Tabel 5. Norma kategorisasi kesesuaian permainan pada skala besar

Interval	Kategori	Kesesuaian
$X < 26$	rendah	kurang sesuai
$26 \leq X < 39$	sedang	cukup sesuai
$39 \leq X$	tinggi	sesuai

Mengacu pada kategorisasi tersebut, maka hasil penilaian oleh para ahli terhadap kesembilan permainan ketepatan tendangan adalah sudah sesuai, yang dilihat dari total nilai yang diberikan oleh para ahli semuanya terletak pada interval $39 \leq X$.

Pada penilaian keefektifan pelaksanaan uji skala kecil yang terdiri dari 9 permainan ketepatan tendangan, keempat ahli memberi penilaian sebagai berikut: permainan *passing* segitiga berada pada interval $30 \leq X$, Permainan *passing* berpindah berada pada interval $30 \leq X$, permainan pindah bola berada pada interval $30 \leq X$, permainan melewati bola berada pada interval $27 \leq X$, Permainan *passing* dan koordinasi berada pada interval $30 \leq X$, permainan cetak gol berada pada interval $27 \leq X$ yang, permainan 4 vs 2 target bola berada pada interval $30 \leq X$, permainan 2 vs 1 target

gawang berada pada interval $30 \leq X$, permainan 2 vs 2 target gawang berada pada interval $30 \leq X$.

Tabel 6. Norma kategorisasi keefektifan permainan pada skala kecil

Permainan	Interval	Kategori	Keefektifan
1	$30 \leq X$	tinggi	efektif
2	$30 \leq X$	tinggi	efektif
3	$30 \leq X$	tinggi	efektif
4	$27 \leq X$	tinggi	efektif
5	$30 \leq X$	tinggi	efektif
6	$27 \leq X$	tinggi	efektif
7	$30 \leq X$	tinggi	efektif
8	$30 \leq X$	tinggi	efektif
9	$30 \leq X$	tinggi	efektif

Mengacu pada kategorisasi tersebut, maka hasil penilaian oleh para ahli terhadap kesembilan permainan ketepatan tendangan adalah sudah efektif, yang dilihat dari total nilai yang diberikan oleh para ahli semuanya terletak pada interval yang berkategori tinggi.

Berikut tanggapan siswa terhadap model latihan dengan menggunakan kuesioner. Berdasarkan hasil data kuesioner untuk siswa/pemain menunjukkan bahwa respon dari siswa/pemain yang menjadi sampel pada uji coba skala besar, secara umum memberikan respon yang positif terhadap model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola dengan pendekatan bermain. Siswa/pemain merasa senang dalam melakukan latihan dengan pendekatan bermain yang diajarkan dan membuat siswa ingin melakukannya kembali. selain itu, siswa juga merasa semakin termotivasi dalam mengikuti latihan sepakbola. Terdapat beberapa siswa (7,2%) yang menyatakan kurang memahami peraturan permainan yang diajarkan, hal ini dikarenakan kurangnya konsentrasi siswa tersebut saat mendengarkan instruksi dari pelatih saat menjelaskan peraturan permainan.

Kajian Produk Akhir

Berdasarkan pada penilaian dan masukan oleh para ahli materi dan pelatih Sekolah Sepakbola (SSB), kemudian dilakukan revisi terhadap draf model latihan ketepatan tendangan yang dikembangkan, maka pada akhirnya dihasilkan model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun menggunakan pendekatan bermain yang menyenangkan. Subtansi pemilihan model yang dibuat berdasarkan pada karakteristik anak usia 13-14 tahun dan didasarkan pada karakteristik kegunaan tendangan dalam permainan

sepakbola, sedangkan pendekatan bermain dipilih karena dengan bermain maka anak akan merasa senang, termotivasi melakukan latihan dan menghindari dari kebosanan, sehingga sasaran dan tujuan latihan juga akan tercapai.

Berdasarkan hal tersebut, maka pada akhirnya dihasilkan model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun menggunakan pendekatan bermain, yaitu terdiri dari: (1) permainan *passing* segitiga; (2) permainan *passing* berpindah; (3) permainan pindah bola; (4) permainan melewati bola; (5) permainan *passing* dan koordinasi; (6) permainan cetak gol; (7) permainan 4 vs 2 target bola; (8) permainan 2 vs 1 target gawang; dan (9) permainan 2 vs 2 target gawang, yang disusun dalam bentuk DVD latihan dan buku panduan latihan.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Pada penelitian pengembangan model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun terdapat beberapa kesimpulan, yaitu: (1) model latihan ketepatan tendangan dengan pendekatan bermain untuk anak kelompok umur 13-14 tahun ini dinilai sesuai dan efektif; (2) respon siswa/pemain yang menjadi sampel dalam penelitian ini memberikan respon yang positif terhadap model latihan ketepatan tendangan dengan pendekatan bermain ini. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa model latihan ketepatan tendangan dengan pendekatan bermain yang dikembangkan layak untuk digunakan; (3) produk dari penelitian pengembangan ini berupa model latihan ketepatan tendangan dalam sepakbola untuk anak kelompok umur 13-14 tahun dengan pendekatan bermain yang berisikan sembilan permainan, yaitu: (1) permainan *passing* segitiga; (2) permainan *passing* berpindah; (3) permainan pindah bola; (4) permainan melewati bola; (5) permainan *passing* dan koordinasi; (6) permainan cetak gol; (7) permainan 4 vs 2 target bola; (8) permainan 2 vs 1 target gawang; dan (9) permainan 2 vs 2 target gawang, yang disusun dalam bentuk DVD dan buku panduan latihan.

Saran

Berikut ini diberikan beberapa usulan tentang pemanfaatan produk: (1) model latihan ini merupakan sebuah alternatif model latihan ketepatan tendangan yang dapat digunakan oleh

pelatih Sekolah Sepakbola (SSB) untuk memberikan solusi yang lebih baik dalam pelaksanaan latihan yang menyenangkan, dan dapat memotivasi siswa dalam berlatih sepakbola; (2) pengembangan produk lebih lanjut dapat dilakukan dengan melakukan penelitian yang melibatkan subjek coba lebih banyak dan cakupan tempat uji coba lapangan yang lebih luas. Selain itu, juga dilakukan penelitian pengembangan serupa dengan sasaran subjek siswa Sekolah Sepakbola (SSB) untuk kelompok umur yang lain.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2005). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chapman, S., Derse, E., & Hansen, J. (Eds). (2008). *LA48 foundation soccer coaching manual*. Los Angeles: LA84 Foundation.
- Fishburne, G., McKay, H., & Breg, S. (2005). *Building strong bones and muscles: 71 activities*. Campaign, IL: Human Kinetics.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). *Educational research: an introduction*, 7th ed. New York: Pearson Education, Inc.
- Gifford, C. (2003). *Sepakbola: panduan lengkap untuk permainan yang indah*. (Terjemahan Rudijanto). Jakarta: Penerbit Erlangga
- Hughes, F. P. (2010). *Children, play, and development*, 4th ed. California: SAGE Publications, Inc.
- Katis, A., et. al. (2013). Mechanisms that influence accuracy of the soccer kick. *Journal of Electromyography and Kinesiology*, 23, pp.125-131.
- Kellis, E. & Katis A. (2007). Biomechanical characteristics and determinants of instep soccer kick. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, pp. 154-165.
- Lumintuarso, Ria. (Ed.). (2007). *Teori kepelatihan dasar (materi untuk kepelatihan tingkat dasar)*. Jakarta: Kemenegpora.
- Majelan, A. S., et.al. (2011). The effects of approach angle and target position on instep kicking accuracy and ball speed

- with skilled soccer players. *Sport SPA*, 8, pp. 35-39.
- Parrish, M. (2011). *Essential soccer skills: key tips and techniques to improve your game*, 1st ed. New York: DK Publising.
- Smith, P. K. (2010). *Children and play*. Chichester: Blackwell Publishing.
- Subroto, T., dkk. (2009). *Permainan besar (bola voli dan sepakbola)*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2002). *Pembinaan kondisi fisik petenis*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wesson, J. (2002). *The science of soccer*. Philadelphia: Institute of Physics Publishing.
- Young, W., et. al. (2010). Acute effect of exercise on kicking accuracy in elite Australian football players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13, pp.85-9.