

## PENGEMBANGAN ALAT REBOUNDER SEBAGAI MEDIA PELATIHAN TEKNIK DASAR SEPAKBOLA

### THE DEVELOPMENT OF THE MEDIA AS A REBOUNDER TRAINING BASIC TECHNIQUES OF FOOTBALL

Oleh: Entis Sutisna, Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
[entis12entis@gmail.com](mailto:entis12entis@gmail.com)

#### Abstrak

Tujuan penelitian adalah mengembangkan alat *rebounder* sebagai latihan teknik dasar sepakbola, membantu pelatih dan pemain dalam latihan menggunakan alat *rebounder*, meningkatkan kualitas latihan sehingga membantu mencapai prestasi. Penelitian ini merupakan pengembangan atau *Research and Development (R&D)*. Alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola terlebih dahulu divalidasi oleh ahli materi dan media. Uji coba produk dilakukan pada pemain dan pelatih SSB Gelora Muda dengan populasi 43 responden. *One on one* sebanyak 3 responden, uji kelompok kecil sebanyak 10 responden, uji kelompok besar sebanyak 30 responden. Jenis pengumpulan data dengan instrumen berupa angket. Hasil pengembangan alat *rebounder* adalah layak. Hasil tersebut diperoleh dari hasil validasi dari a) ahli materi sebesar 80% atau layak; b) ahli media sebesar 93% atau layak; c) uji coba kelompok kecil sebesar 77,7% atau layak; d) uji coba kelompok besar sebesar 78,8% atau layak. Produk yang dihasilkan pengembangan ini adalah alat *rebounder* dilengkapi dengan panduan penggunaan.

Kata Kunci: *Rebounder*, Media, Pelatihan, teknik dasar, sepakbola

#### Abstrack

*The purpose of the research is to develop a tool as a rebounder exercise basic techniques of football, helping the coach and players in exercises using tools rebounder, improve the quality of the exercise so as to help achieve the feat. This research is the development or Research and Development (R&D). Rebounder as a media tool training basic techniques of football is first validated by expert material and media. Product trials conducted on players and coaches with a population SSB Gelora Muda 43 respondents. One on one as much as the 3 respondent, test as many as 10 small group of respondents, a large group of 30 respondents. This type of data collection with the instrument in the form of the now. The results of the development of the tool was a decent rebounder. The results obtained from the results of the validation of a) 80% of the material expert or worth; b) media expert of 93% or worth; c) small group trial of 77.7% or worth; d) trial of a large group of 78.8% or feasible. The resulting product development of this tool is equipped with a rebounder deployment guide.*

Keywords : *Rebounder, Media, training, Basic, Techniques, football*

## **PENDAHULUAN**

Kemajuan Ilmu Pengetahuan Teknologi atau IPTEK telah banyak membantu berbagai aktivitas manusia, terlebih pada bidang olahraga yang membantu latihan maupun pertandingan. Dukungan IPTEK dibidang olahraga sangat berpengaruh terhadap ketercapaian prestasi atlet. UU No 3 Tahun 2005 Pasal 20 ayat 3 menjelaskan bahwa “Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragan”. Dari ungkapan tersebut menyatakan bahwa ilmu pengetahuan dan teknologi memiliki pengaruh besar bagi kemajuan prestasi olahraga nasional. Begitupun yang diungkapkan oleh (Sri Haryono dkk 2013:1) Prestasi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu: (1) Faktor internal atlet, meliputi kemampuan fisik, intelegensi, psikomotor dan afektif, (2) faktor eksternal dari atlet, yaitu faktor-faktor penunjang antara lain: pelatih, dukungan orang tua, ketersediaan sarana prasarana, program latihan, hasil penelitian, lingkungan tempat bekerja atau sekolah, masyarakat, teman akrab dan lainnya.

Pentingnya IPTEK pada bidang olahraga sebagai sebagai salah satu faktor penunjang prestasi menjadi sorotan bagi program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta. Tertulis pada visinya “Pengembang olahraga prestasi berwawasan IPTEK yang mandiri dan bernurani” lalu dijabarkan melalui misi yang bertulis (a)menyelenggarakan akademik secara profesional dibidang kepelatihan olahraga (b)pengembangkan konsep kepelatihan olahraga melalui pendekatan ilmiah (c) memberikan layanan kepada masyarakat dalam bidang kepelatihan olahraga.

Sepakbola adalah olahraga yang selalu menjadi pusat perhatian semua kalangan dan lapisan masyarakat. Suatu tim sepakbola terdiri dari 10 pemain dan satu kiper, bertujuan memasukan bola sebanyak mungkin seperti yang dituliskan di Depdiknas, 2000: 1 “tujuan permainan sepakbola adalah pemain memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya sendiri, agar tidak kemasukkan. Suatu tim dinyatakan menang apabila tim tersebut dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lainnya, dan apabila sama, maka permainan dinyatakan seri/draw. ”Untuk

mencapai tujuan tersebut pemain perlu menguasai teknik-teknik dalam sepakbola, teknik-teknik yang dimaksud adalah teknik dasar sepakbola. teknik dasar sepakbola dapat mempermudah pemain dalam mencapai tujuan sepakbola. Sepakbola termasuk jenis permainan yang terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang memerlukan waktu untuk menguasai teknik dasar dengan baik. Teknik dasar dari sepakbola terdiri dari teknik menendang bola, menahan bola, *dribbling* bola, menyundul bola, gerak tipu, merebut bola, lemparan kedalam, dan teknik penjaga gawang (Luxbacher, 1992:42).

Penyesuaian sosial sangat penting bagi setiap individu termasuk individu yang memiliki kesenjangan dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Manusia sebagai makhluk sosial memerlukan pergaulan, penerimaan dan pengakuan orang lain atas dirinya, sehingga penyesuaian sosial menjadi suatu solusi untuk mengurangi kesenjangan-kesenjangan tersebut, namun di sisi lain penyesuaian sosial bukanlah hal mudah terutama bagi individu dengan berbagai keterbatasan, yakni siswa berkebutuhan khusus salah satunya siswa tunanetra. Siswa tunanetra merupakan siswa yang secara fisik mengalami hambatan atau kehilangan pengelihatannya baik sebagian atau keseluruhan.

Keterampilan untuk mengoper (*passing*) dan menerima bola membentuk jalinan vital yang menghubungkan kesebelasan pemain ke dalam satu unit yang berfungsi lebih baik dari pada bagian-bagiannya (Luxbacher, 2004:11) selain keterampilan tersebut, pemain juga harus siap untuk menahan bola atas “empat bagian tubuhinstep, paha, dada dan kepala merupakan bagian yang paling sering digunakan untuk menerima bola (Luxbacher, 2004:21). Keterampilan dasar untuk mengakhiri serangan yang sering diandalkan yaitu heading dan shooting karena menurut Joseph A. Luxbacher (2004: 87) sasaran utama dari setiap serangan adalah untuk mencetak gol. Beberapa keterampilan gerak dasar diatas merupakan hal yang sangat penting dalam permainan sepakbola, sehingga teknik dasar sepakbola sebagai pondasi bermain yang lebih efektif dan efisien, sangat perlu adanya perhatian khusus..

Latihan teknik dasar sepakbola biasanya diterapkan pada usia dini, remaja dan pemula, artinya teknik dasar ini merupakan awal dan wajib untuk dikuasai sebelum masuk ke teknik lanjutan

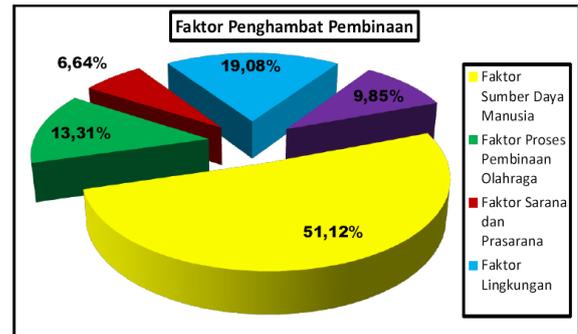
sepakbola. Latihan teknik dasar sepakbola pada lembaga pelatihan atau SSB selalu menjadi latihan rutin untuk usia tertentu dan pemula. SSB yang mengikuti liga Asprov DIY 2018 KU 10 dan 12 sebanyak 29 SSB, itu menandakan banyaknya lembaga pelatihan yang berdiri untuk pembinaan. Kuantitas SSB di DIY sudah banyak yang menjadi perhatian adalah kualitas, latihan yang berkualitas menurut Timo Scheunemann (2013:119) antara lain: (1)Latihan berlangsung dengan intensitas tinggi. Tidak ada antrian panjang, bola tersedia sesuai jumlah pemain, (2) Program latihan jelas dan mengandung pembelajaran tertentu (3)Latihan berlangsung dengan lancar, tanpa waktu menunggu yang lama diantara variasi latihan (4) Latihan berlangsung serius dan lancar, (5)Pelatih terus melakukan pembenaran dan semangat dalam memotivasi (6) Jumlah pemain tidak terlalu banyak sehingga ada perhatian yang cukup untuk masing-masing pemain.

Pembinaan pemain pada lembaga pelatihan sepakbola atau Sekolah Sepakbola (SSB) menjadi perhatian lebih, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Farid Syaifurrohman dengan judul “Kajian Penghambat Pembinaan Di Sekolah Sepakbola (SSB) Anggota Ikatan Keluarga Sekolah Sepakbola (SSB) Kabupaten Sleman”.



Gambar 1. Diagram Faktor-faktor yang Menghambat Pembinaan di SSB IKA SSB Kabupaten Sleman

Berdasarkan tabel di atas terlihat persentase terbesar berada pada kondisi sedang dan tinggi sebesar 33,33 %. Sehingga memang status penghambat pembinaan yang ada di SSB Sleman berada pada tingkat sedang dan tinggi. Lebih rincinya, faktor yang menjadi indikator antara lain SDM, sarana dan prasarana, lingkungan, dan faktor kompetisi dijelaskan pada gambar berikut :



Gambar 2. Diagram Faktor-faktor yang Menghambat Pembinaan di SSB IKA SSB Kabupaten Sleman

Terlihat dengan jelas penghambat pembinaan di SSB IKA SSB kabupaten Sleman terbesar yaitu 51, 12% pada SDM. SDM yang dimaksud adalah struktural pengurus, Pelatih, dan Atlet. Faktor indikator pelatih mencakup kualitas dan kuantitas. Kualitas yaitu pengetahuan dan keahlian pelatih terhadap pemusatan latihan dan kuantitas yaitu kesetimbangan jumlah antara pelatih dan atlet.

Selain menghimpun data dari penelitian yang relevan peneliti juga melakukan observasi. Observasi yang penulis lakukan pada sebagian besar lembaga pelatihan sepakbola seperti Sekolah Sepak Bola (SSB) di DIY dan wawancara dengan mahasiswa PKO FIK UNY. Tujuan observasi dan wawancara tersebut untuk mengetahui “apakah ada alat yang membantu dalam proses latihan teknik dasar sepakbola?” dan “ada berapa pelatih pada setiap kelompok umur” hasil yang diperoleh secara umum menunjukkan bahwa beberapa alat yang mendukung proses latihan teknik dasar sepak bola antara lain : kun, marker, pancang, gawang dan bola. Beberapa variasi dengan alat itu seperti melatih kelincahan, kecepatan, kekuatan akurasi dan lain-lain sedangkan untuk teknik passing, kontrol bola, heading dan shooting masih kurang sarana atau alat bantuannya, sehingga masih mengandalkan temannya. Penulis juga mengamati latihan pada sebagian SSB yang ada di DIY mengenai proses latihannya, dari 20 SSB di Sleman 15 SSB mempunyai satu pelatih pada setiap kelompok umurnya. SSB yang diamati merupakan SSB yang memang mempunyai siswa banyak, dari kelahiran 2010 sampai 2007 rasio perbandingan rata-rata pemain dan pelatih adalah 17 : 1. Hal ini kurang baik apalagi dengan banyaknya jumlah pemain, karena perhatian pelatih terhadap perkembangan masing-masing anak akan banyak terbagi. Begitupun dengan anak atau pemain yang hanya mengandalkan pengarahan pada satu sosok pelatih saja. Teknik

dasar sepakbola sangat penting dalam pertandingan baik itu untuk usia dini ataupun pemula, dengan mengandalkan latihan di SSB yang perlengkapan latihan teknik dasarnya terbatas dan tidak seimbangny jumlah pelatih dengan pemain maka akan sangat sulit untuk perkembangan pemain. Perlu adanya latihan secara mandiri ataupun latihan diSSB yang menggunakan media pelatihan teknik dasar sepakbola ,sehingga kualitas latihan akan tercapai.

Alat rebounder adalah alat bantu pantulan, banyak cabang olahraga yang memanfaatkan alat rebounder sebagai media latihan, seperti baseball, tenis, voly dan lain sebagainya. Pada sepakbola alat rebounder telah banyak diproduksi dengan berbagai desai sesuai kebutuhan latihan. Banyak club elite menggunakan produk alat rebounder sebagai fasilitas atau perlengkapan latihan. Di Indonesia sendiri belum ada yang memproduksi alat ini dan penggunaannya pun belum terlalu banyak. Alat rebounder juga biasanya digunakan sebagai media latihan secara mandiri.

Pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola ini dimaksudkan untuk membantu pemain dan pelatih dalam proses latihan teknik dasar sepakbola. Pada pengembangan alat rebounder ini memungkinkan pemain melakukan latihan dengan intensitas dan pengulangan yang sering baik itu mandiri ataupun tim.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitaian dan pengembangan atau *Research and Development* dari sugiono. Langkah-langkah dari metode tersebut yaitu: Tahapan dalam penelitian dan pengembangan (R&D) dalam penelitian secara oprasional mengadopsi model Borg & Gall yang terdiri dari: 1) potensi dan masalah; 2) mengumpulkan informasi; 3) pengembangan model; 4) validasi model; 5) revisi model; 6) uji coba model; 7) revisi model; 8) ujicoba lebih luas; dan 9) revisi model akhir

Metode penelitian dan pengembangan banyak digunakan diberbagai bidang ilmu, untuk menghasilkan kegunaan. Perlu adanya inovasi pada teknologi dan ilmu pengetahuan agar kehidupan manusia lebih produktif, penelitian dan pengembangan bukan hanya terdapat pada bidang ilmu-ilmu sosial, kesehatan, management dan pendidikan. Pada bidang media-media kepelatihanpun dapat diterapkan. Penelitian dan

pengembangan ini dikhususkan untuk menghasilkan produk media kepelatihan berupa alat *rebound* untuk latihan teknik dasar sepakbola.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian pengembangan ini berlangsung selama kurang lebih 20 hari, mulai tanggal 9 Januari 2018 sampai 29 Januari 2018 . Penelitian ini berlokasi di lapangan sepakbola Gadingan SSB Gelora Muda, Jalan Kaliurang No. 1, Sinduharjo, Ngaglik, Sleman, DI Yogyakarta

### **Target/Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah 43 pelaku sepakbola yaitu pelatih dan pemain dari SSB Gelora Muda. Dengan rincian 7 pelatih dan 36 pemain dari mulai kelompok umur (kelahiran) 2004 sampai 2009. Ujicoba satu lawan satu sebanyak 3 responden, uji coba kelompok kecil 10 responden dan kelompok besar sebanyak 30 responden.

### **Prosedur**

Penelitian ini diawali dengan penyusunan proposal penelitian berdasarkan informasi data awal yang telah diperoleh melalui observasi dan wawancara awal mengenai kegiatan proses latihan teknik dasar sepakbola di 20 SSB yang ada di DIY. Selanjutnya pengambilan data dan informasi kepada subyek dengan menggunakan metode *Research and Development* menggunakan angket dan dokumentasi. Data dan informasi yang tealh diperoleh dari responden, kemudian diolah dan dianalisis. Kemudian penulis mendeskripsikan data tersebut dalam bentuk teks naratif.

### **Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini (1) observasi kelapangan tempat subjek penelitian dilakukan, (2) wawancara dengan mahasiswa PKO yang telah menyelesaikan atau sedang magang di SSB. Observasi dilakukan untuk mengetahui dan mengamati perlengkapan latihan teknik dasar sepakbola ditempat penelitian dan diberbagai SSB yang ada di DIY. Peneliti berpartisipasi langsung sebagai proses mengamati secara langsung sesuai keadaan dilapangan.

Wawancara dilakukan terhadap mahasiswa PKO FIK UNY yang telah melaksanakan magang, untuk memperoleh informasi secara langsung dari pelatih dan mahasiswayang telah magang dan terjun langsung dalam proses latihansehingga tau

kemampuan dan kelengkapan sarana dan prasarana SSBnya. Pada wawancara tersebut, peneliti mencoba mencari permasalahan terkhusus tentang latihan teknik dasar dan perlengkapan latihan.

Wawancara yang dilakukan yaitu wawancara yang tidak tersusun ataupun terstruktur tetapi esensi dan substansi tetap menjadi pedoman untuk melontarkan berbagai pertanyaan. Hal ini dilakukan untuk mengurangi kecanggungan dan pembenaran dari narasumber.

Instrumen yang digunakan berupa angket guna mendapatkan data kelayakan dari pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola. Angket tersebut antara lain: (1) angket kelayakan pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola untuk ahli media, (2) angket kelayakan pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola, (3) angket respon penilaian pelatih dan pemain terhadap pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan cara untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan. Analisis data mencakup seluruh kegiatan mengklarifikasi, menganalisa, memakai dan menarik kesimpulan dari semua data yang terkumpul dalam tindakan. Setelah data terkumpul, maka data tersebut akan diolah. Jenis data yang didapatkan adalah data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif didapatkan dari data hasil wawancara dan saran perbaikan dari ahli media dan ahli materi. Sementara data kuantitatif diperoleh dari hasil angket kelayakan dari pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola tersebut.

Data yang didapat dari angket ahli media dan ahli materi akan dikembangkan dan dilakukan perbaikan sebagaimana apa yang telah disarankan oleh ahli media dan materi. Data pengembangan alat rebounder ini berupa data kualitatif yang digunakan untuk mengetahui kualitas dari pengembangan alat rebounder dengan kriteria; 1) Sangat Kurang Layak/ Baik/ Sesuai, 2) Kurang Layak/ Baik/ Sesuai, 3) Layak/ Baik/ Sesuai, 4) Sangat Layak/ Baik/ Sesuai. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dengan memberikan skor pada kualitatif berdasarkan skala Likert yang dikonversikan nilai skala 4

Tabel 1. Skala Likert

Skala	Keterangan
1	Sangat Kurang Layak/ Baik/ Sesuai
2	Kurang Layak/ Baik/ Sesuai
3	Layak/ Baik/ Sesuai
4	Sangat Layak/ Baik/ Sesuai

Adapun rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiyono (2013:559), adalah sebagai berikut:

$$\text{Rumus: } \frac{\text{SH}}{\text{SK}}$$

Keterangan:

SH: Skor Hitung

SK: Skor Kriteria atau Skor Ideal

Hasil perhitungan data selanjutnya dibuat dalam bentuk persentase dengan dikalikan 100%. Setelah diperoleh persentase dengan rumus tersebut, selanjutnya kelayakan media pengembangan alat rebounder dalam penelitian pengembangan ini digolongkan dalam empat kategori kelayakan dengan menggunakan skala sebagai berikut:

Tabel 2. Kriteria Penilaian Produk Ujicoba

No	Skor dalam Presentasi	Kategori
1	<40%	Tidak layak
2	40%-55%	Kurang Layak
3	56%-75%	Cukup Layak
4	76%-100%	Layak

Sumber: Suharsimi Arikunto (1993:210)

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket penilaian atau tanggapan dengan bentuk jawaban dan keterangan penilaian 1: Sangat tidak setuju/sangat tidak layak, 2 : Tidak sesuai/tidak layak, 3 : Sesuai/layak, 4 : Sangat sesuai/sangat layak.

**HASIL PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian pengembangan dan pembahasan mengenai pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola dapat diuraikan sebagai berikut:

## Hasil Penelitian

### 1. Deskripsi

Bentuk pengembangan rebounder ini lebih sesuai dengan latihan teknik dasar sepakbola. Terlihat dari gambar ada dua bagian, bawah sebagai penunjang latihan *passing* serta bola dasar sedangkan bagian atas diperuntukan untuk *passing* dan kontrol bola lambung.



Gambar 3 : Pengembangan Alat Rebounder

Ada dua muka *rebounder* dalam satu alat, yaitu bagian bawah dan bagian atas/miring dilain sisi juga alat ini menyerupai gawang dengan ukuran 150 cm x 100cm. Alat *rebounder* ini didesain lebih besar dengan ukuran muka bawah 150 cm x 40 cm sedangkan untuk bagian atas/miring 150 cm x 150 cm.

### 2. Validasi Ahli

Validasi diartikan sebagai suatu tindakan pembuktian dengan cara yang sesuai bahwa tiap bahan, proses, prosedur, kegiatan, sistem, perlengkapan atau mekanisme yang digunakan dalam produksi dan pengawasan akan senantiasa mencapai hasil yang diinginkan. Validasi juga menentukan layak dan tidak layaknya produk atau perlu adanya konten, perbaikan yang baru atas saran dari validasi ahli. Diharapkan dengan validasi ini hasil produk akan optimal sesuai dengan penggunaannya.

Pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola ini divalidasi oleh para ahli dibidangnya, seorang pelaku sepakbola baik itu ahli praktisi maupun akademisi yang tentunya mempunyai pengalaman dan pendalaman secara ilmiah. Validator ahli media yaitu Nawan Primasoni, M.Pd seorang dosen sepakbola fakultas Ilmu Keolahragaan, validator ahli materi yaitu Subagyo Irianto, M.Pd juga

selaku dosen sepakbola senior di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

#### a. Ahli Media tahap pertama

Pada tanggal 27 Desembers 2017 peneliti membawa alat *rebounder* untuk divalidasi oleh ahli media. Masukan dari ahli media adalah penambahan kantong atau wadah untuk kunci-kunci agar lebih efisien dan rapih, lalu penambahan tanda dibagian pengatur ketegangan agar dapat seimbang ketinggian atau kemiringan alat.

Tabel 3. Data Hasil Penilaian ahli media tahap pertama

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
Fisik	28	36	78	Layak
Desain	13	16	81	Layak
Penggunaan	15	20	75	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>56</b>	<b>72</b>	<b>78</b>	<b>Layak</b>

Dari data di atas didapatkan hasil dengan presentasi 78,5% dengan kategori baik/layak. Tetapi dikarenakan ada beberapa tambahan konten sesuai yang disarankan oleh ahli media, maka dari itu menyatakan bahwa **layak uji coba dengan revisi sesuai saran.**

#### b. Ahli Materi tahap pertama

Aspek dalam validasi materi ini meliputi Fisik dan penggunaan sesuai dengan fungsi dan pengaplikasian terhadap latihan teknik dasar sepakbola. Ahli materi yang menjadi validator adalah Subagyo Irianto, M.Pd yang merupakan salah satu dosen sepakbola di UNY.

Adapun hasil yang diperoleh dari validasi ahli media, salah satunya masukan perbaikan untuk *rebounder* bagian bawah, lebih baik memakai tali karet sebagai alat pantulannya. Sedangkan hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4. Data hasil Penilaian ahli materitahap pertama

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
Fisik	23	28	82	Layak
Penggunaan	16	20	80	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>39</b>	<b>48</b>	<b>81</b>	<b>Layak</b>

Dari data diatas dengan perolehan skor total yaitu 81 % yang masuk dalam kategori **baik/layak**. Namun untuk ujicoba lapangan perlu ada perbaikan sesuai saran dari validasi media. Maka dinyatakan bahwa **uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran validasi**.

### 3. Revisi Produk

#### a. Revisi Produk sesuai Saran dari Validasi Ahli

Revisi dilakukan berdasarkan saran dari para validasi ahli. Pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola dalam pengembangannya perlu adanya perbaikan kualitas sesuai dengan penilaian, saran dan penambahan dari validator. dimaksud revisi pada pengembangan ini yaitu:

##### 1) Revisi Media

Penandaan pada tiang pengatur kemiringan dan penambahan kantong penyimpanan kunci

Tabel 5. Revisi Media

Sebelum	Sesudah
	
Saran dan masukan dari ahli media untuk menambahkan kantong atau tempat penyimpanan kunci agar lebih praktis dalam pengaturan alat rebounder	
Sebelum	Sesudah
	
Menambahkan garis penanda kemiringan agar antara sisi kanan dan kiri seimbang kemiringannya	

Terdapat dua kolom sebelum revisi dan setelah revisi, baris pertama yaitu penambahan kantong atau wadah untuk kunci sedangkan pada baris kedua penambahan garis untuk tanda penyeimbang antara tiang.

##### 2) Revisi Materi

Revisi dari ahli materi menyarankan bahwa bagian bawah memakai tali karet agar lebih elastis dan pantulannya lebih keras.

Tabel 6. Revisi Materi

Sebelum	Sesudah
	
Saran dan masukan dari ahli materi yaitu merubah rebounder bagian bawah dari senar ke tali karet, dimaksudkan untuk menambah kekuatan pantulan	

Gambar tadi menunjukkan ada perubahan di bagian bawah *rebounder*, senar yang awalnya digunakan untuk *passing* bawah diganti dengan tali karet, hal tersebut dilakukan dengan pertimbangan ahli materi mengenai pantulan bola.

#### a. Data Hasil Validasi Produk Oleh Ahli Media tahap II

Validasi media pada tahap kedua ini sebagai laporan atau meninjau ulang alat sesuai dengan saran dari ahli Media. Adapun hasil penialain antara lain:

Tabel 7. Data hasil Penilaian ahli materi tahap Kedua

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	%	Kategori
Fisik	26	28	92	Layak
Penggunaan	19	20	95	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>45</b>	<b>48</b>	<b>93</b>	<b>Layak</b>

Pada validasi tahap kedua presentasi yang didapatkan mengalami peningkatan dari 78,5% menjadi 80% dari skor maksimal. Dengan demikian, Alat tersebut dapat dinyatakan "**layak**" menurut ahli media, pada tahap validasi yang kedua.

#### b. Data Hasil Validasi Produk oleh Ahli Materi Tahap II

Pada tahap ini validasi dilakukan sesuai saran dari ahli materi mengenai alannya. Adapun halis penilaian antara lain

Tabel 8. Data hasil Penilaian ahli materi tahap Kedua

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	%	Kategori
Fisik	26	28	92	Layak
Penggunaan	19	20	95	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>45</b>	<b>48</b>	<b>93</b>	<b>Layak</b>

Dari data diatas, perolehan skor total yaitu 93 % yang masuk dalam kategori **baik/layak**. Data tersebut mengalami peningkatan yang sebelumnya 81%, setelah direvisi sesuai ahli materi menjadi 93% dan sudah dalam kategori baik/layak.

#### 4. Uji Coba Produk

##### a. Uji Coba Satu Lawan Satu

Uji coba satu lawan satu bermaksud menjadi acuan awal uji coba lapangan, mengenai keefektifan bila dibandingkan dengan latihan teknik dasar secara manual. Uji coba satu lawan satu dilakukan pada pemain gelora muda sebanyak 3 orang, prosedur uji coba berupa persiapan atau perangkaian alat, konsep uji coba, teknis pelaksanaan uji coba yang meliputi, teknik dasar sepak bola: *control*, *control* paha, dada, menggiring, *passing*, *heading* dan *shooting*.

Tabel 9. Data hasil uji satu lawan satu

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	%	Kategori
Fisik	117	144	81,2	Layak
Desain	45	60	75	Layak
Penggunaan	85	108	78,7	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>247</b>	<b>312</b>	<b>79,1</b>	<b>Layak</b>

Dari hasil data diatas yang menunjukkan aspek fisik sebesar 81,2%, aspek Desain 75% dan penggunaan 78,7% yang semuanya masuk dalam kategori "Layak". Maka dengan hasil semua diperoleh total skor sebesar 79,1%. Hasil tersebut juga menunjukkan kategori "layak"

##### b. Uji Coba Kelompok Kecil

Peneliti menguji cobakan alat *rebounder* ini di SSB Gelora Muda pada tanggal 12 Januari 2018 dengan subjek pemain dan pelatih. Para pemain sangat antusias dan tertarik. Uji coba skala kecil ini melibatkan 10 pemain sebagai responden.

Tabel 10. Data hasil uji coba kelompok kecil

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	%	Kategori
Fisik	362	480	75,4	Cukup Layak
Desain	159	200	79,5	Layak
Penggunaan	288	360	80	Layak
<b>Total</b>	<b>809</b>	<b>1040</b>	<b>77,7</b>	<b>Layak</b>

Hasil data diatas menunjukkan bahwa angket yang diisi oleh pemain dan pelatih untuk pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola dari segi fisik sebesar 75,4% dengan kategori "cukup layak", aspek desain sebesar 79,5% dengan kategori "layak", sedangkan pada aspek penggunaan sebesar 80% dengan kategori "layak". sehingga total penilaian uji coba kelayakan pengembangan alat *rebounder* menurut pemain dan pelatih sebesar 77,7% dikategorikan "layak".

##### c. Uji Coba Kelompok Besar

Tabel 11. Data hasil angket uji coba kelompok besar

Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Max	%	Kategori
Fisik	1120	1440	77,7	Layak
Desain	471	600	78,5	Layak
Penggunaan	872	1080	80,7	Layak
<b>Total Skor</b>	<b>2460</b>	<b>3120</b>	<b>78,8</b>	<b>Layak</b>

Hasil uji coba kelompok besar pemain dan pelatih gelora muda mengenai pengembangan alat *rebounder* mendapatkan hasil, aspek fisik 77,7% dengan kategori "layak", aspek desain sebesar 78,5% dikategorikan "layak", sedangkan aspek penggunaan sebesar 80,7% dikategorikan "layak". Sehingga total penilaian kelayakan pengembangan alat *rebounder* menurut responden pemain dan pelatih sebesar 78,8% dikategorikan "layak".

#### Pembahasan

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk memberikan sarana dan perlengkapan latihan guna membantu proses latihan teknik dasar sepakbola agar lebih praktis, variatif dan efektif. Pengembangan alat *rebounder* melibatkan responden dari pemain dan pelatih sepakbola dari SSB Gelora Muda. Sebagai mana metode *Research and Development* (RnD). Menurut

Sugiyono(2012: 409), langkah atau tahapan penelitian pengembangan antara lain : Potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi ahli, revisi produk, uji coba kelompok kecil revisi produk, uji coba kelompok besar, revisi produk dan produk masal.

Penelitian dan pengembangan ini adalah pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepak bola, adapun yang menjadi bahasan antara lain:

#### a. Komponen

Kerangka terbuat dari besi, pemantul terbuat dari senar yang disusun dan juga tali karet (tali elastis), pengait senar atau pun karet yaitu boud kecil. Untuk menambah kepraktisan alat pengembang membuat alat bisa bongkar pasang yang terbagi menjadi 15 bagian. Aspek desain yaitu warna pengembang pilih warna kuning dan merah itu dengan alasan bahwa kuning tanda Fakultas Ilmu Keolahragaan sedangkan warna merah itu Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

#### b. Aspek penggunaan

Aspek penggunaan alat meliputi cara, kapan dan bagaimanapengembangan alat berfungsi pada suatu latihan. Pengembang mengkhususkan latihan teknik dasar yang dapat dilakukan pada pengembangan alat *rebounder*, yaitu *passing*, menggiring, control bawah, control paha, control dada, heading dan shooting.

Penggunaan alat rebounder sebagai media latihan teknik dasar sepakbola untuk menunjang latihan yang berkualitas, baiknya digunakan ketika latihan teknik dasar, sesi game untuk menghindari pemain yang menunggu giliran main, pemanasan sembari sentuhan dengan bola untuk pemain cadangan.

Alat ini juga dapat dilipat hanya dengan melepaskan dua boud dan menekuknya, sehingga memudahkan pengguna untuk meletakkan di tempat yang tidak terlalu luas. Selain itu, alat ini dapat dibongkar menjadi 15 bagian lempengan besi, cukup dengan melepaskan boud pada alat rebounder.

#### c. Kualitas Mutu Alat

Pengembangan alat rebounder ini telah diujicobakan sebanyak 4 kali dengan responden yang beragam, mulai dari ahli (ahli media dan materi) pengembang alat, pemain dan pelatih sepakbola. Ukuran alat telah sesuai dengan kebutuhan tidak terlalu kecil dan tidak terlalu besar untuk digunakan pada latihan teknik dasar sepak bola, pantulan yang dihasilkan dari dua bagian rebounder cukup baik dan ketahanan alat

rebounder menahan bola keras, cuaca(hujan dan panas) juga baik.

Hasil dari data dari validasi ahli media dan materi menunjukkan bawa produk sudah layak digunakan, tetapi ada beberapa perbaikan sesuai saran dari ahli media adalah penambahan kantong untuk menyimpan kunci dan penambahan tanda dibagian pengatur kemiringan agar dapat seimbang antar kanan dan kiri pondasi, sedangkan dari ahli media menginginkan bahwa pemantul yang bagian bawah itu diganti dari senar menjadi tali karet, dengan alasan dapat memantulkan lebi keras.

Pada saat uji coba kelompok kecil, pengembang harus menyusun rangkaian menjadi *rebounder* secara utuh. Para responden memperhatikan dengan cermat langkah demi langkah penyusunan alat. Setelah alat selesai sesuai bentuk pengembangan alat *rebounder*, responden berkumpul dan mendengarkan pengarahannya. Terdapat 3 pemain dan pelati pada uji coba *one on one*, 10 pemain dan pelatih pada kelompok kecil dan 30 pemain dan pelatih pada kelompok besar. Langkah uji coba produk terlebih dahulu responden melakukan *passing* bawah dengan jarak 3 meter, control bola bawah, setelah itu menggiring membuat susunan *cone* sebanyak 5 dengan jarak satu meter per *cone* lalu di depannya ada alat *rebounder*. Setelah itu control paha, dan control dada. Lalu *heading* perkenaan pada pemantul senar bagian atas, setelah itu latihan *shooting*, *rebounder* diletakan sebagai tembok di pinggir, responden *passing* setelah itu pantulan bola langsung shooting.

Hasil dari ujicoba kelompok kecil jumlah rata-rata perolehan nilai adalah 77,7% Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil dari penelitian terhadap pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola adalah "Layak". Sedangkan pada uji kelompok besar nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 78,8%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil dari penelitian pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola adalah "Layak".

Berdasarkan uji coba dilapangan terdapat peningkatan persentase dari kelompok kecil sebesar 77,7% ke kelompok besar sebesar 78,8%. Sehingga peningkatan persentasenya sebesar 1,1 %.

Setelah melakukan validasi ahli dan melakukan uji coba didapat produk akhir dari pengembangan alat *rebounder* sebagai berikut:

Produk yang akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola ini mempunyai spesifikasi sebagai berikut:

1. Hasil produk penelitian berjudul pengembangan alat *rebounder* sebagai media latihan teknik dasar sepakbola dengan bentuk prisma trapesium, pada bagian depan (muka) untuk pantulan yaitu 150 x150 cm sedangkan pada bagian bawah 40x 150 cm
2. Kerangka terbuat dari besi yang dibagi menjadi 15 bagian
3. Kemiringan pantulan bagian atas dapat diatur sesuai kebutuhan pantulannya, berfungsi untuk passing kontrol paha,dada dan kepala
4. Pemantul terbuat dari senar nilon dengan ukuran 1.1 mm dan tali karet berwarna biru dengan ukuran diameter 2.0 mm
5. Ketegangan senar dapat diatur sesuai dengan kuatnya pantulan,memungkinkan pengguna dapat menerima bola dengan baik
6. Alat *rebounder* ini memiliki berbagai fungsi latihan teknik dasar seperti menendang, menggiring, kontrol, menyundul dan shooting
7. Alat *rebounder* sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola ini diharapkan serta menarik perhatian pemain dan pelatih sehingga dapat menjadi media yang dapat memberikan porsi latihan.

Selama penyusunan dan pembuatan pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola ini, penulis menyertakan kelebihan dan kekurangan dari pengembangan alat rebounder ini, antara lain:

a. Kelebihan

1. Alat rebounder mempunyai dua bagian pemantul, bagian bawah sebagai pantulan bola dasar sedangkan bagian atas untuk pantulan lambung
2. Alat rebounder mampu dilipat dan tidak terlalu memakan tempat yang luas dalam penyimpanannya
3. Kuat, dikarenakan terbuat dari besi, bola dengan kekuatan keraspun rebounder akan tetap kokoh
4. Terdapat pengatur ketegangan senar dan tali karet, memungkinkan pengguna mengencangkan dan mengendorkan pemantul sesuai keinginan pantulan
5. Dapat bongkar pasang
6. Mempunyai bagian belakang sebagai gawang kecil

7. Dapat diatur tingkat kemiringan alat rebounder, memungkinkan pantulan dapat bervariasi tergantung kemiringannya

8. Murah, biaya produksi dibandingkan dengan harga rebounder dipasaran dengan rata-rata puluhan juta, rebounder ini hanya mengeluarkan dana 2 juta

b. Kekurangan

1. Alat berat, dikarenakan menggunakan besi, alat rebounder ini dapat diangkat dengan mudah dengan dua orang

2. Mobilitas alat masih kurang, untuk memindahkan alat ini perlu dua orang

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pengembangan dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola telah layak digunakan. Penggunaan alat tersebut sebagai sarana dan perlengkapan latihan teknik sepakbola menunjukkan kemudahan, kepraktisan dan kemandirian pada pemain dan pelatih. Kemudahan yang dimaksud adalah hanya memerlukan luas 3x4 untuk bisa menggunakannya, praktis berarti mudah dan senang memakainya tidak memakan tenaga, hanya perlu membuka dua boud untuk melipat lalu menyimpannya, kemandirian berarti alat tersebut dapat dijadikan teman bermain secara individu.

Dengan pengembangan alat rebounder, pelatih dapat menjaga kualitas latihan pemain. Artinya pemain diharapkan selalu dalam intensitas tetap dan konsisten pada sesi game ketika menunggu giliran bermain dengan menggunakan alat rebounder.

### **Saran**

Berdasarkan keseluruhan pembahasan tugas akhir skripsi yang berjudul pengembangan alat rebounder sebagai media pelatihan teknik dasar sepakbola dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Adanya pengembangan produk dengan tambahan pemantul dari sisi kanan dan kiri agar dapat digunakan semua sisinya sehingga memungkinkan lebih dari satu pemain menggunakan satu alat yang sama
2. Adanya pengembangan produk atau alat rebounder yang lebih ringan kerangkanya

sehingga tidak banyak memakan tenaga untuk pemindaan alat

3. Bagi lembaga sepakbola baik itu SSB atau club hendaknya dapat menggunakan alat rebounder ini dalam proses latihan teknik dasar sepakbola agar dapat meningkatkan semangat dan variasi latihan terkhusus teknik dasar sepak bola

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Asmawi, Mochammad. (2006). Dimensi Pembelajaran Keterampilan Gerak dalam Pendidikan Jasmani. Jurnal Olahraga. Universitas Negeri Jakarta

Arsyad, Azhar. (2002). Media Pembelajaran. Jakarta: PT Raja Gafindo Persada.

Djoko Pekik Irianto. (2002). Dasar Kepeleatihan. Diktat. Yogyakarta: FIK UNY.

Djoko Pekik Irianto. Dkk. (2009). Materi Pelatihan Kondisi Fisik Dasar. Jakarta: ASDEP Pengembangan Tenaga Dan Pembinaan Keolahraagaan.

Dwijowinoto, Drs. Kasiyo, MS. (1993). Dasar-dasar Ilmiah Kepeleatihan. IKIP Semarang Press

Soekamti. (1988). Teknik Dasar Bermain Sepak bola. Surakarta: Tiga Serangkai

Sugiyono . (2016). Metode Penelitian dan Pengembangan. Bandung : Alfabeta

Suharsimi arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta.----- 2010. *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta.

Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Solo : Tiga Serangkai.

Sutrisno Hadi. 1987. *Metodologi Research*. Yogyakarta : Andi Offset.

Tri Septa Agung Pamungkas. 2009. *Kamus Pintar Sepak Bola*. Malang : Dioma.

Scheunemann Timo, 2013. @coachtimo Menjawab. Jakarta : Gramedia

Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta

Arsyad, Azhar, 2006. *Media Pembelajaran*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Borg and Gall, 1983. *Educational Research*. An Intruduction. London : Longman, Inc.

Spesifikasi Sarana Sepakbola Diakses tanggal 9 November Tahun 2017 (<http://agenalatolahraga.com>) .

Richard Giulianotti and Roland Robertson. 2004 The Globalization of Football: A Study in the Glocalization of The 'Serious Life' The British Journal of Sociology: London

Coakley, Jay. 2001. Sport in Society: Issues and Controversies. London: McGraw-Hill