

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK LANJUTAN SEPAK BOLA UNTUK USIA 13-14 TAHUN

Oleh: Guntur Marta Sima, Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga/Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas negeri Yogyakarta
Email gunturmartasima@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk “pengembangan model latihan teknik lanjutan sepakbola untuk usia 13-14 tahun” yang dapat digunakan oleh siswa atau atlet usia dibawah 14 tahun.

Metode penelitian yang digunakan adalah *research and Development*. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah lembar evaluasi, dan angket skala penilaian. Data hasil evaluasi berbentuk deskriptif kualitatif dan kuantitatif presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penilaian produk oleh ahli materi menunjukkan bahwa modul pembelajaran dinyatakan “layak” dengan persentase 93% dan hasil akhir penilaian produk oleh ahli media menunjukkan “layak” dengan persentase 95%. Pada hasil uji coba kelompok kecil didapatkan hasil “layak” dengan persentase 79%, dan hasil uji coba kelompok besar diperoleh hasil “layak” dengan persentase 82%. hasil uji efektivitas dengan 85 % hasil “layak”. Sehingga produk buku dan video layak untuk dipergunakan untuk usia 13-14 tahun.

Kata Kunci: *teknik lanjutan sepak bola, 13-14 tahun.*

THE DEVELOPMENT OF ADVANCED SOCCER TEHCNIQUE MODEL FOR AGE 13-14 YEARS OLD

By: Guntur Marta Sima, Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga/Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas negeri Yogyakarta
Email gunturmartasima@gmail.com

Abstract

This research aimed to produce a product of “the development of advanced soccer technique model for age 13-14 years old” that can be used by students or athletes who are under 14 years old.

The research method used in this research was *research and development*. The research instruments used to collect the data were evaluation sheets or forms and assessment scale questionnaire. The data of the evaluation results were in the form of descriptive qualitative and quantitative percentage.

The result showed that the final result of the product assessment by the material expert indicated that the learning module was “feasible” with a percentage of 93% and the final result of the product assessment by the media expert indicated a “feasible” result with a percentage of 95%. In the small group trial results obtained a “feasible” result with a percentage of 79%, the results of large group trials obtained a “feasible” result with a percentage of 82%, and from an effectiveness test results obtained a “feasible” result with a percentage of 85%. As for result the book and the video as the products of this research worth to be used for age 13-14 years.

Keywords : *advanced soccer technique, age 13-14 years old.*

PENDAHULUAN

Permainan sepakbola adalah salah satu permainan yang digemari oleh kalangan remaja pada saat ini. Menurut Sajoto, 1988:10 dalam permainan sepakbola dibutuhkan kondisi fisik yang baik untuk menunjang keterampilan bermain sepakbola seperti kecepatan, kelincahan, daya tahan dan sebagainya. Tujuan dari permainan sepakbola adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan mencegah lawan memasukkan bola ke gawang sendiri. Untuk dapat bermain dengan baik harus melakukan latihan yang teratur, dan berkesinambungan.

Usia anak di bawah 15 tahun adalah salah satu untuk mengembangkan bermain sepak bola. Anak harus berlatih dengan keadaan senang, gembira dan menguasai beberapa teknik dalam sepakbola khususnya memvariasi gerakan dari teknik dasar. Di usia 13 tahun sangat dianjurkan anak-anak untuk berkembang menuju olahraga yang dimana nantinya tidak hanya materi tentang sepakbola tapi ada juga game game multilateral untuk menunjang tingkat ketrampilan anak. Dengan adanya bentuk variasi latihan teknik lanjutan yang sederhana menuju kompleks membuat teknik dasar untuk dikembangkan ke lanjutan yaitu dengan bola jalan, pressure atau tekanan dari lawan dan akurasi ketepatan/ kecepatan bola. Disamping itu model model yang telah di variasi akan lebih menarik anak-anak untuk bermain sepakbola dan sangat mendukung untuk membentuk karakter bermain anak.

Dari beberapa pengamatan yang di lakukan khususnya kelompok umur 13-14 tahun di SSB Triple's Kediri, dan Sleman seperti SSB Gelora Muda, SSB Kalasan, masih minimnya tentang buku pedoman ataupun buku yang berisikan tentang teknik lanjutan, yang masih banyak hanyalah buku tentang teknik dasar saja kebanyakan masih dengan teknik yang mendasar dan masih minimnya variasi-variasi latihan. Di sekolah sepakbola (SSB) saat ini para pelatih hanya memberikan contoh gerakan waktu latihannya saja sehingga ada yang belum mempraktekan di rumah.. Teknik dasar hanya teknik yang sederhana tanpa ada tahapan kesulitan berbeda dengan teknik lanjutan yang ada dengan faktor koordinasi kecepatan, ketepatan, dan kombinasi. Perbedaan dari teknik dasar dan lanjutan adalah dengan berbedanya faktor kecepatan dan ketepatan bola di imbangi dengan pressure/ tekanan dari jarak lawan dimana teknik lanjutan ini seolah olah terjadi dalam keadaan sebenarnya di lapangan. penelitian pengembangan

teknik dasar ini sebelumnya sudah ada yang meneliti dan membuat untuk buku teknik dasar bermain sepak bola usia 11-12 tahun yaitu oleh saudara Adib Febrianta mahasiswa PKO UNY angkatan 2010, dari penelitian yang sudah ada peneliti mencoba membuat penelitian teknik lanjutan yaitu tahapan teknik setelah teknik dasar, maka dari beberapa pengamatan peneliti akan mengembangkan dan memvariasi pengembangan teknik lanjutan dengan kategori usia 13-14 tahun.

Berdasarkan uraian di atas peneliti bermaksud ingin menyusun model latihan sepakbola usia 13-14 tahun melalui buku dan video. Diharapkanantinya buku dan video ini bisa menjadi media pembelajaran anak saat diluar jam latihan. Maka dari itu penelitian ini peneliti mengambil judul " Pengembangan Model Latihan Teknik Lanjutan Sepakbola Untuk Usia 13-14 tahun.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan atau *research and development*. Peneliti menggunakan langkah-langkah penelitian menurut (Sugiyono, 2012:409) yaitu: 1) potensi dan masalah, 2) pengumpulan data. 3) desain produk. 4) validasi desain. 5) revisi desain. 6) uji coba kelompok kecil. 7) revisi uji coba kelompok kecil 8) uji coba kelompok besar 9) revisi uji coba kelompok besar 10) produk masal

1. Peneliti menggunakan langkah-langkah penelitian Potensi dan Masalah Mengobservasidari SSB usia 13-14 tahun di Kediri dan sleman.Guna mengumpulkan beberapa pengumpulan data nantinya.
2. Pengumpulan Data
Pengumpulan data berupa hasil wawancara dari pelatih dan anak. SSB Gelora Muda, dan SSB Triple's
3. Desain Produk
Tahap ini berupa perencanaan, meliputi pembuatan desain produk, penyusunan materi latihan, peneliti melakukan konsultasi kepada ahli materi atau pakar dosen dalam bidang sepak bola, dan pengambilan gambar.
4. Validasi Desain
Tahap selanjutnya dilakukan uji validasi oleh materi dibidang sepak bola yaitu Bapak Nawan Primasoni, S.Pd.Kor.,M.Or dan ahli media Bapak Faidillah Kurniawan, S.Pd.Kor.,M.Or.

5. Revisi Desain
Berdasarkan validasi ahli, selanjutnya hasil revisi produk tahap pertama digunakan dalam uji coba kelompok kecil.
6. Uji Coba Produk
Uji coba ini dimaksudkan untuk memperoleh berbagai masukan maupun koreksi tentang produk yang dihasilkan. Uji kelompok kecil dengan subjek 6 orang kelompok umur 13-14 tahun.
7. Revisi Produk
Berdasarkan hasil uji coba sebelumnya akan dilakukan revisi produk jika produk masih kurang memuaskan.
8. Uji Coba Pemakaian
Uji coba pemakaian kelompok besar yaitu untuk mengetahui seberapa niali untuk produk buku yang sudah di revisi, subjek menggunakan 14 orang kelompok umur 13-14 tahun.
9. Produk Akhir
Berupa produk yang sudah di validasi oleh para ahli materi dan media. Yaitu berupa Model Teknik Lanjutan Sepak Bola Usia 13-14 tahun.

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat pelaksanaan dilakukan di Lapangan Gadingan jalan Kaliurang Km 9.8 Gentan, Ngaggluk, Sleman, Yogyakarta . Waktu pelaksanaan bulan Juni- Juli 2017.

B. Uji Coba Produk

Uji Coba Produk ini dilakukan untuk mengumpulkan data dengan menggolongkan dua subjek uji coba:

1. Subjek Uji Coba Ahli
 - a. Ahli Materi
Ahli materi yang dimaksudkan disini adalah orang yang ahli dalam bidangnya ataupun pelatih/dosen/pakar dalam olahraga sepak bola. Yaitu dengan Bapak Nawan Primasoni, S.Pd.Kor.,M.Or
 - b. Ahli Media
Ahli media yang dimaksudkan adalah orang yang ahli media maupun dosen/pakar di bidangnya yaitu dalam urusan media atau teknologi. Yaitu dengan Bapak Faidillah Kurniawan, S.Pd.Kor.,M.Or

2. Subjek Uji Coba
Subjek uji coba kelompok kecil 6 orang usia 13-14 tahun, kelompok besar 14 orang usia 13-14 tahun, dan uji efektifitas 20 orang dari SSB Triple's.

2. intrumen Pengumpulan Data
Menurut Sugiyono (2013:142), angket merupakan teknik pengumpulan data dengan

cara memberi pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab. Angket dapat berupa pertanyaan/ Pernyataan tertutup atau terbuka. Menurut Sugiyono (2012:172) jenis-jenis angket menurut bentuknya dibagi tiga, yaitu (1) Angket pilihan ganda, (2) Check list (3) Skala bertingkat (rating scale). Oleh Erfiyanto Dwi Nugraha (2017 :27)

C. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan cara untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan. Teknik dalam penelitian ini menggunakan teknik analisa kualitatif yang bersifat penilaian berupa saran dan masukan dan kuantitatif yang bersifat penilaian menggunakan angka. Erfiyanto Dwi Nugraha (2017 :28). Rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiyono (2013:559) adalah sebagai berikut.

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

Keterangan :

SH : Skor Hitung

SK : Skor Kriteria/ Skor Ideal

Hasil perhitungan data selanjutnya dibuat dalam bentuk presentase dengan dikalikan 100%. Setelah diperoleh dengan rumus tersebut, selanjutnya kelayakan buku pintar dalam penelitian pengembangan ini digolongkan dalam empat kategori kelayakan dengan menggunakan Skala berikut :

Tabel 1. Kategori Kelayakan Menurut Arikunto (1993:210)

Skor dalam Presentase	Kategori Kelayakan
< 40 %	Tidak Baik / Tidak Layak
40 % -55 %	Kurang Baik / Kurang Layak
56 % - 75 %	Cukup Baik / Cukup Layak
76 % - 100 %	Baik / Layak

Angket yang digunakan dalam penelitian adalah angket penilaian atau tanggapan dalam bentuk jawaban dan keterangan penilaian, yaitu.

- 1 : Tidak Baik / Tidak Layak
- 2: Kurang Baik / Kurang Layak
- 3: Cukup Baik / Cukup Layak
- 4 : Baik / Layak

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Uji skala kecil dari 6 responden di dapat total nilai 248 dari skor maksimal 312 presentase (79%) dengan kategori kelayakan (LAYAK). Dari 6 responden tersebut ada beberapa masukan terkait produk buku dan videop teknik lanjutan sepakbola untuk usia 13-14 tahun diantaranya adalah music video yang kurang menarik, gambar buku kurang jelas. Maka untuk tahap ke uji skala besar peneliti merevisi masukan tersebut.

Tabel 2. Uji skala kecil

No	Skor kriteria	Skor maksimal	Presentase kelayakan
1	248	312	79 % (layak)

Hasil uji skala besar dari 14 responden menunjukkan total nilai yang di dapat 600 dari skor maksimal 724 presentase (82%) dengan kategori kelayakan (LAYAK). Dari 14 responden memberikan nilai dan masukan ke peneliti diantaranya tampilan video yang lumayan bagus, music video oke, cover yang menarik, maka peneliti melanjutkan ke tahap uji efektifitas dimana uji untuk mengetahui kelayakan produk buku dan video teknik lanjutan untuk usia 13-14 tahun dengan jumlah respondeh lebih tinggi dan lebih banyak dari pada uji skala besar.

Tabel 3. Uji skala besar

No	Skor kriteria	Skor maksimal	Presentase kelayakan
1	600	724	82 % (layak)

Hasil uji efektifitas dengan 18 atlet dan 2 pelatih menunjukkan presentase 85 % dengan kategori kelayakan (LAYAK). Dari 20 responden tersebut ada masukan dan saran yaitu diantaranya video yang menarik sudah bisa dilihat di youtube tanpa menyimpan di ponsel, music video cukup keren, dan fasilitas lapangan yang bagus. Maka dapat disimpulkan hasil dari pengembangan Model Latihan Teknik Lanjutan Sepakbola Usia 13-14 Tahun dapat dikatakan mudah dipahami dan dilakukan

Tabel 4. Uji efektifitas

No	Skor kriteria	Skor maksimal	Presentase kelayakan
1	874	1040	85 % (layak)

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian uji coba skala kecil, uji coba skala besar dan uji efektifitas terhadap produk yang dikembangkan berupa buku dan video untuk usia 13-14 tahun. Didapatkan peningkatan

skor presentase dari 79 % dari uji skala kecil ke 82 % hasil uji skala besar dilanjutkan ke tahap uji efektifitas produk dengan perolehan presentase 85 %, dari semua uji penelitian yang di dapat semua masuk dalam kategori kelayakan produk (LAYAK), maka produk buku dan video teknik lanjutan sepakbola untuk usia 13-14 tahun layak untuk di produksi masal.

Tampilan halaman buku depan



SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan Buku Teknik Lanjutan Sepak Bola Usia 13-14 Tahun, berikut ini dirumuskan beberapa simpulan tentang produk yang didasarkan pada rumusan masalah dan pertanyaan penelitian:

1. Pembuatan produk diawali dengan tahap observasi dan wawancara di SSB Gelora Muda Sleman. Perancangan produk dimulai dengan membuat rancangan di beberapa buku biasa, setelah itu proses editing gambar di buku melalui *Adobe Photoshop*, spesifikasi produk dengan ukuran 148 x 210 mm dengan jumlah halaman 65, bahan untuk cover depan yaitu *Ivory* 210 gr dan isi menggunakan *matte paper* 120 gr dan untuk video di edit melalui *adobe premiere pro* dengan lama durasi 15 menit.
2. Tingkat Kelayakan Teknik Lanjutan Sepak Bola Usia 13-14 Tahun ini berdasarkan ahli materi sebesar 93,18 %, dan ahli media sebesar 95 %, uji skala kecil sebesar 79 %, skala besar 82%, dan uji efektifitas 85%.

Secara keseluruhan media buku dan video teknik lanjutan sepak bola untuk usia 13-14 tahun ini layak digunakan setelah dilakukan dua tahap uji coba. Dan uji efektifitas. Penelitian pengembangan

ini dapat di gunakan referensi oleh atlet yang ingin mempelajari teknik lanjutan sepak bola

Saran

Ada beberapa saran dari pemanfaatan produk yaitu, sebagai berikut:

Bagi SSB dan Sekolah

1. Penelitian ini bermanfaat untuk memperluas metode-metode dalam melatih sepak bola.
2. Manfaat buku dan video yang mudah dipelajari dan langsung di latihkan di lapangan.

2. Menambah variasi latihan teknik .

Bagi wali murid

a. Diharapkan orangtua bukan hanya sekedar tahu tentang sepak bola tapi juga lebih mendalami dan mendidik anak anaknya yang mau atau berkeinginan untuk bermain sepak bola.

b. Membantu membelajari anak di rumah.

Bagi Anak

a. Dapat memberikan pengetahuan yang luas melalui buku dan video yang akan dipelajari.

b. Membuat anak lebih kreatif dan mempunyai improvisasi untuk melakukan teknik-teknik lanjutan yang sudah di variasi.

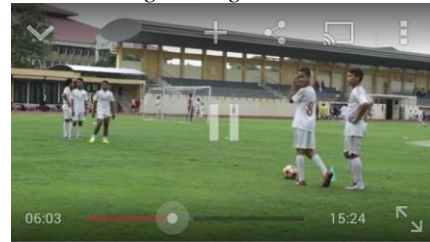
c. Dapat di pelajari di luar jam latihan.

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut:

1. Aplikasi android teknik dasar sepakbola untuk anak usia 11-12 tahun dapat dijadikan sebagai media pembelajaran untuk memberikan pemahaman dan menjelaskan teknik dasar sepakbola kepada siswa secara efektif dan efisien
2. Perlu penelitian dan pengembangan lebih lanjut mengenai isi media pembelajaran dengan memuat materi tentang sepakbola. Produk harus dibuat lebih menarik agar siswa lebih termotivasi untuk belajar dan berlatih sepakbola.

Diseminasi dan Pengembangan Produk Lebih Lanjut

Penyebarluasan produk lebih lanjut ke sasaran lebih luas, peneliti memberikan diseminasi secara tidak langsung melalui youtube berupa video dengan judul Teknik Lanjutan Sepakbola U13th Real Madrid UNY dan link <https://www.youtube.com/watch?v=6XCdpGkAWXQ>



Teknik Lanjutan Sepakbola U

13th Real Madrid UNY

114x ditonton

Kategori

Blog & Orang

Lisensi

Lisensi YouTube Standar

18



Guntur Marta Sima

7 subscriber

DAFTAR PUSTAKA

- Adib, Febrianta. (2014). *Penyusunan Video Tutorial*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Agus, Salim. (2008). *Buku Pintar Sepak Bola*. Bandung: Nuansa
- Amir Fatah & Agus. (2008). *Digital Multimedia Animasi, Sound Editing dan Video Editing*. Yogyakarta: Andi Offset
- Arikunto, S. & Jabar, C., S.,A.(2010)*Evaluasi Progam Pendidikan: Pedoman Teoritis Praktis Bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Bompa, T.(1994) *Theory and Methodology of Training*. Diakses di www.tmfadiel05.blogspot.co.id/2015/10/latihan-teknik.html?1
- Dwi, Nugraha. (2016). *Pengembangan Alat Pelontar Bola Multifungsi*. Yogyakarta: FIK UNY
- Djoko, Pekik. (2002). *Diktat Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta. FIK UNY
- Edi Santosa. (2013). *Pengembangan Media Pembelajaran dan Latihan "Kartu Pintar Bermain Sepakbola dalam Memperkenalkan Teknik Permainan Sepakbola Untuk Anak Usia Dini*.
- Hasan, Alwi.(2000). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Nusa, Putra. (2012). *Research and Development Peneleitian dan Pengembangan Suatu Pengantar*., Rajawali Oress : PT. RajagrafindoPersada
- Leo, Sutanto. (2010). *Kiat Jitu Menulis dan Menerbitkan Buku*. Erlangga PT.Gelora Aksara Pratama.

- Robert, Koger. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. Klaten: PT Saka Mitra Kompetensi.
- Subagyo, I. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" Untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Umur 14-15 Tahun*. Tesis. Pascasarjana UNY.
- Sajoto. M (1998). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik*. Semarang: Dahara Prize.
- Suyanto. 2005. *Multimedia Alat Untuk Meningkatkan Keunggulan Bersaing*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sucipto. (2002). *Sepak Bola Latihan dan Strategi*. Jakarta: Raya Putra
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi dengan Metode R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*, Bandung: CV Lubuk Agung
- Timo, Scheunemann,. 2008. *14 Ciri Sepak Bola*. Malang: Dioma
- UNY. (2016). *Pedoman Tugas Akhir Skripsi*. Yogyakarta: UNY