

**Hermansyah & Soemardiawan**

Dosen Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram

Email: [umanksoemardiawan84@gmail.com](mailto:umanksoemardiawan84@gmail.com)

**Abstrak;** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan mengembangkan model Latihan dribble pada permainan sepakbola PS. IKIP mataram Tahun 2018. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metodologi penelitian dan pengembangan dari Borg dan Gall, yang terdiri dari sepuluh tahap. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa FPOK IKIP Mataram Hasil akhir dari penelitian dan pengembangan ini ditulis di buku pegangan tentang model Latihan dribble pada permainan sepakbola untuk yang telah dievaluasi oleh para ahli, trial and revision, dan keefektifannya telah diuji. Efektivitas pelaksanaan pengembangan model mengembangkan model Latihan dribble dengan permainan pada cabang olahraga sepakbola ini menggunakan teknik "t-test". Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 21 diperoleh nilai *kolmogorov smirnov* untuk *pre test dan post test* model latihan dribble dalam permainan sepakbola ( $X_1$ ) sebesar 0.921 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,365 > 0,05*, dan ( $X_2$ ) sebesar 0.920 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,366 > 0,05*, yang berarti model distribusi normal. koefisien model latihan sebelum dan sesudah diberikan model latihan dribble dengan permainan pada cabang olahraga sepakbola adalah 0.887 dengan p-value  $0.00 < 0.05$  jadi kesimpulannya signifikan Dapat hasil t-hitung = 8.510,  $df = 29$  dan p-value =  $0.00 < 0.05$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan model latihan sebelum dan sesudah diberi model latihan dribble sepak bola.

**Kata Kunci: Model latihan, Dribbble Sepakbola.**

## PENDAHULUAN

Manusia bergerak dan berolahraga untuk hidup, karena gerak pada hakikatnya merupakan keniscayaan hidup, gerak itu sendiri merupakan ciri hidup, manusia bergerak dengan berbagai motifnya melakukan aktivitas jasmani atau olahraga untuk mempertahankan dan meningkatkan mutu kehidupannya. Oleh karena itu sudah menjadi kelaziman bahwa olahraga telah menjadi hak setiap orang yang mendasar. Olahraga sebagai hakazasi telah dinyatakan dalam rtikel *I the Charter of Physical Education and Sport* yang telah diadopsi oleh Unescopada tahun 1978. Spirit inilah yang akhirnya dimanifestasikan dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, khususnya pasal 6 yang menyatakan antara lain bahwa: "Setiap Warga Negara mempunyai hak yang sama untuk (a) melakukan kegiatan olahraga, (b) memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga, (c) memilih dan mengikuti jenis atau cabang olahraga yang sesuai dengan bakat dan minatnya, memperoleh pengarahan, dukungan, bimbingan, pembinaan, dan pengembangan dalam keolahragaan.

Olahraga sebagai sebuah aktivitas fisik yang menjanjikan manfaat bagi pelakunya, yakni tercapainya intensitas kesegaran jasmani dan bahkan kesegaran rohani. Ini selaras dengan slogan *men sana in corpore sano*, di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Hal ini memberikan penguatan bahwa olahraga dapat memberikan dampak yang positif terhadap kesegaran dan kesehatan baik secara jasmani maupun rohani.

Olahraga juga merupakan upaya agar dapat mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitasnya sebagaimana usia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan. Melalui olahraga maka pelakunya dapat memiliki nilai-nilai yang mencakup aspek kognitif, afektif dan sosial. Selain itu melalui olahraga pelakunya diharapkan tumbuh dan berkembang secara sehat, jasmaninya, serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis dalam menjalankan kehidupannya baik sekarang maupun yang akan datang.

Berbicara mengenai aktivitas berolahraga, pada masyarakat Indonesia kegiatan yang satu ini umumnya sudah menjadi kebutuhan hidup tersendiri. Olahraga dipercaya bisa memberikan kesehatan bagi pelakunya. Oleh karena itu olahraga dilakukan oleh semua orang, semua lapisan masyarakat semua kalangan, dengan bentuk aktivitas sesuai dengan minat dan kesukaan masing-masing. Aktivitas demikian terjadi tentunya dengan didasari adanya kebutuhan kesegaran jasmani dan rohani, yang dalam praktiknya bisa berbentuk aktivitas olahraga rekreasi maupun olahraga prestasi. Olahraga rekreasi merupakan olahraga untuk tujuan kesenangan, sedangkan olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilaksanakan terprogram dan bertujuan memperoleh prestasi. Prestasi dimaksud adalah tercapainya target pemenuhan ranking tertentu pada sebuah kompetisi atau lomba, yang puncaknya berbentuk gelar "juara"

Di antara berbagai jenis olahraga sepakbola merupakan olahraga yang paling terkenal didunia. Lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia memainkan lebih dari 20 juta permainan sepak bola setiap tahunnya. Panjaitan mengatakan sepak bola tidak hanya bagian dari rutinitas dan hak asasi warga negara dalam berolahraga sehari-hari tetapi menjadi sebuah industri yang menggloabal. Alasan dari daya tarik sepakbola terletak pada kealiamian dan kesederhanaan yang dilakukan sebaik mungkin dalam permainan tersebut. Sepakbola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental. Kita harus melakukan gerakan-gerakan yang terampil dibawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah dan sambil menghadapi lawan. Kita harus mampu berlari beberapa kilometer dalam satu pertandingan, bahkan hampir menyamai kecepatan sprinter dan menanggapi berbagai perubahan situasi permainan dengan cepat. Dan kita harus memahami taktik permainan secara individu, kelompok dan beregu. Kemampuan untuk memenuhi semua tantangan ini menentukan penampilan di lapangan sepakbola.

Permainan sepakbola memiliki bermacam teknik yaitu, *shooting* (menembak), *passing* (mengoper), *heading*(menyundul), *control* (menguasai), *long pass* (melambungkan), dan *dribbling* (menggiring) serta teknik penjaga gawang. Teknik merupakan fundamental yang harus dikuasai oleh semua atlet agar dapat bermain sepakbola dengan terampil yang didasari kemampuan multilateral gerak. *Dribbling* adalah salah satu tehnik yang sangat penting dalam permainan sepakbola. *Dribbling* merupakan kemampuan menggiring bola dari satu tempat ketempat lain dengan tetap menguasai bola yang berguna untuk menghindari hadangan lawan dan untuk mengatur tempo permainan. Tanpa kemampuan *dribbling* yang baik maka seorang pemain akan terlihat sebagai seorang pemain yang baru pandai bermain sepak bola.

*Dribbling* dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengalaman bermain yang dimiliki, semakin lama seseorang berlatih tentunya kemampuannya juga akan semakin baik. Perkenaan kaki terhadap bola juga menentukan keberhasilan *dribbling* karena perkenaan kaki yang benar dengan bola akan memudahkan pesepakbola bergerak dengan cepat. Setelah itu pandangan yang tidak hanya melihat ke bola tapi kesegala arah juga akan membuat pesepakbola mampu melakukan *dribbling* semakin bermanfaat dengan bergerak menjauhi lawan. Dan *dribbling* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor kondisi fisik seperti keseimbangan dan kecepatan serta aspek psikologi seperti percaya diri dan motivasi.

### **Tinjauan Pustaka**

#### **Konsep Pengembangan Model**

Penelitian berasal dari bahasa inggris *research*, bila diurai dari kata ini maka ada dua kata yaitu, 'Re' diartikan kembali dan 'search' diartikan mencari, jadi penelitian adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan, dan menganalisis sampai menyusun laporannya. Sugiyono (2013:297) di dalam bukunya mengatakan bahwa penelitian dan pengembangan adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Sedangkan menurut Sukmadinata (2005:164) juga menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan. Penelitian pengembangan (*development research*) merupakan kajian secara sistematis untuk merancang, mengembangkan, dan mengevaluasi program-program proses dan hasil-hasil pembelajaran yang harus memenuhi kriteria, konsistensi dan keefektifan secara internal

Dengan demikian dapat dikatakan, penelitian merupakan suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, menganalisis, menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu pengetahuan serta menyusun laporannya. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan, metode penelitian merupakan suatu cara untuk memecahkan masalah dengan cara mencari, mencatat, merumuskan, dan menganalisis sampai menyusun laporan yang dilakukan secara ilmiah.

#### **Sejarah Permainan Sepak Bola**

Sedemikian jauh belum ada kesamaan pendapat tentang kapan dan mana asal mula permainan sepakbola itu yang sebenarnya. Jika orang membaca tentang sejarah persepakbolaan yang ditulis oleh pengarang dari berbagai Negara, maka ada kesan bahwa sepak bola itu berasal dari negaranya sendiri.

Seperti contoh: di Jepang permainan Dakiu (sepak bola) dengan nama "kemori", Yunani bernama "Epykyros", Romawi bernama "Hospartum", dan lain-lain. Namun jika berbicara permainan sepak bola yang telah mempunyai peraturan-peraturannya maka teranglah bahwa sepak bola itu berasal dari "Inggris",. Hal ini menjadi lebih nyata lagi dengan berdirinya "*English Football Association*" pada tahun 1863. Pada tanggal 8 Desember 1863 tersusunlah suatu peraturan permainan sepak bola yang disusun oleh *The Football Association*, dan lahirlah peraturan permainan sepak bola yang kita kenal sampai sekarang.

Sepak bola boleh dibilang olahraga paling populer di dunia. Permainan ini bahkan sudah ada sejak Dinasti Han di Cina pada 206 Sebelum Masehi. Pada saat ini permainan sepak bola disebut dengan permainan Cuju yang diartikan sebagai "menendang bola".

Permainan yang sama juga dimainkan di Jepang dengan nama Kemariyang konon kabarnya pengembangan dari cuju. Demikian paparan mengenai sejarah sepak bola di Indonesia. Dari paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga sepak bola merupakan olahraga yang sangat digemari oleh semua kalangan atau lapisan masyarakat baik di Indonesia sendiri maupun di belahan dunia lainnya.

### **Tehnik-tehnik Dasar Dalam Permainan Sepak Bola**

Tehnik sepak bola berarti semua kebutuhan pemain sepak bola yang ditandai dengan bermacam-macam gerakan. Keahlian seseorang dalam memperlakukan bola sangatlah berguna dalam suatu pertandingan yang bermutu. Teknik dasar dalam permainan sepak bola sangat banyak dan memiliki fungsi yang berbeda-beda pula sesuai dengan tujuan dan fungsinya. Secara garis besar teknik sepak bola dapat dibagi menjadi dua yaitu: 1). tehnik tanpa bola (teknik badan) ialah gerakan-gerakan dalam permainan sepak bola yang dilakukan tanpa bola yang meliputi teknik lari, teknik melompat, dan teknik gerak tipu bola, 2). tehnik dengan bola ialah kemampuan menguasai bola yang merupakan syarat utama bagi setiap pemain sepak bola yang erat hubungannya dengan prestasi bermain. Adapun teknik-teknik dasar yang harus diketahui dan dikuasai oleh pemain bola adalah:

#### **a) Dribbling (Mengiring)**

*Dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepak bola karena semua permainan harus mampu mengatasi bola saat sedang bergerak, berdiri atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Ketika pemain telah menguasai kemampuan *dribbling* secara efektif, sumbangan mereka di dalam pertandingan akan sangat besar.

#### **b) Juggling (Menimang Bola)**

Permainan sepak bola melibatkan kerja team, kerjasama, dan kemampuan untuk berpikir kritis terhadap situasi dan pilihan yang ada. Melakukan *juggling* (Menimang Bola) adalah cara yang sangat bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola, dan meningkatkan konsentrasi yang diperlukan agar bisa berperan dengan baik di dalam permainan.

Kemampuan untuk melakukan *juggling* dengan baik adalah membangun kepercayaan diri yang sangat kuat. Ketika dapat melakukan *juggling* secara berulang-ulang, akan dapat menciptakan banyak peluang. Berikan tempat yang luas dan mintalah mereka melakukan *juggling* (mempertahankan bola tetap di udara) dengan menggunakan kepala, bahu, dan kaki selama 60-90 detik.

Dalam pertandingan yang sebenarnya, pemain memang tidak akan mempertontonkan aksi *juggling* ini, keterampilan ini perlu diajarkan untuk mengasah kemampuan mengolah bola dengan cara yang menyenangkan.

#### **c) Passing (Mengoper)**

*Passing* adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain. *Passing* paling baik dilakukan dengan menggunakan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bisa digunakan. Posisi bola dan penggunaan kaki bagian dalam untuk mengoper (*passing*).

*Passing* membutuhkan banyak teknik yang sangat penting agar dapat tetap menguasai bola. Dengan *Passing* yang baik, akan dapat berlari ke ruang yang terbuka dan mengendalikan permainan saat membangun strategi penyerangan.

#### **d) Trapping (Menghentikan Bola)**

Dalam permainan sepak bola, pemain akan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk menjelajahi lapangan, menciptakan ruang, menjaga pemain lawan, dan *mencoba* menemukan ruang kosong untuk menunggu datangnya bola. *Trapping*, baik dengan menggunakan kaki, paha, atau dada, merupakan bagian yang sangat penting dalam mengontrol bola. *Trapping* terjadi ketika seorang pemain menerima *passing* atau menyambut bola dan mengontrolnya sedemikian rupa sehingga pemain tersebut dapat bergerak dengan cepat untuk melakukan *dribbling*, *passing* atau *shooting*

#### **e) Heading (Menyundul Bola)**

Salah satu ciri unik sepak bola adalah kepala boleh digunakan untuk memainkan bola di udara. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa terdapat kemungkinan fatal yang bisa diakibatkan karena *heading*. *Heading* memberikan dimensi yang cukup besar pada permainan. Para pemain bisa melakukan *heading* ketika sedang melompat, melompat ke depan, menjatuhkan diri atau tetap diam dan mengarahkan bola dengan tajam ke gawang atau teman satu team

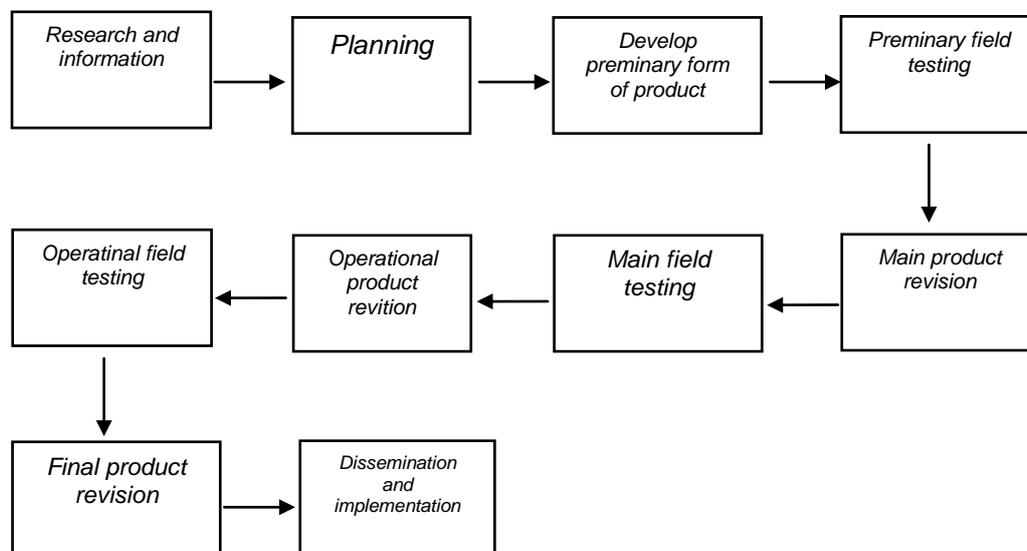
#### **f) Shooting (Menembak)**

Tendangan dengan menggunakan punggung kaki adalah “Tendangan untuk menembakkan bola cukup deras tetapi arah bola sering kurang kontrol, dengan cara posisi badan langsung dari depan di belakang bola, setelah tendangan kaki ayun (kanan/kiri) terayun lurus ke depan sikap badan hampir tegak”.

Menurut Barnes Shooting adalah gerakan balistik lebih cepat, mudah dan lebih cermat dan pada gerakan yang bertahan atau dikendalikan. Gerakan balistik adalah “gerakan yang cepat dan mudah yang disebabkan oleh satu buah kontraksi dan suatu kelompok otot”.

### METODE PENELITIAN

Penelitian dan pengembangan dalam model latihan ini menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif serta menggunakan model pengembangan *Research & Development (R & D)* dari Borg dan Gall yang terdiri dari sepuluh langkah pada gambar di bawah ini.



Gambar 1. *Instructional Design R and D*

Sumber: Walter R. Borg and Meredith D. Gall, *Educational Research: An Introduction*, 4<sup>th</sup> Edition. (New York: Longman Inc., 1983)

### HASIL PENELITIAN

Berdasarkan evaluasi uji coba kelompok kecil yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Seluruh variasi model latihan dribble pada pemain sepakbola dapat dilakukan oleh pemain sepakbola, yang perlu diperhatikan adalah model latihan dimulai dari tingkatan mudah sampai sulit agar kemampuan menggiring bola meningkat.
- Perlu adanya contoh gerakan terlebih dahulu pada tiap model latihan supaya mudah untuk memahami rangkaian gerakan dan dengan sistematis dengan baik.
- Pada saat diterapkan model latihan di lapangan atlet kurang memperhatikan jadi tugas pelatih harus sering memantau agar tujuan latihan dan target latihan tercapai.

#### 1. Hasil Tahap Kedua/Uji Kelompok Besar

Setelah terdapat hasil pengembangan produk latihan dribble pada pemain sepakbola ini di ujicobakan dalam skala kecil dan telah direvisi, maka tahap selanjutnya adalah melakukan ujicoba kelompok besar. Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh para ahli, kemudian peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 45 model latihan dribble pada permainan sepakbola yang akan digunakan dalam uji coba kelompok besar. Langkah selanjutnya setelah model mengalami revisi tahap kedua oleh para ahli maka di lanjutkan dengan menguji cobakan produk kepada kelompok besar dengan menggunakan subjek penelitian 60 pemain sepakbola terdiri dari 3 klub, Klub Bima Sakti Fc, Rajawali Fc, dan Kartikayuda Fc Mataram NTB.

#### 2. Uji Efektivitas

Langkah selanjutnya setelah model mengalami revisi tahap dua dari ahli dan uji coba kelompok kecil dan kelompok besar maka dilanjutkan dengan menguji cobakan produk dengan menggunakan subyek penelitian sebanyak 45 subjek penelitian Pemberian treatment dilaksanakan dalam kurun waktu 1 bulan, 1 minggu dimulai dari bulan April sampai dengan Juni 2017 dengan jumlah 16 kali pertemuan, senin, rabu jum'at 3 kali dalam seminggu Selama penelitian dilaksanakan kelompok treatment diberikan 45 model latihan dribble pada permainan sepakbola, setiap kali pertemuan. Sebelum pemberian treatment subjek penelitian di tes awal dengan menggunakan instrument tes penilaian masing – masing tehnik

dribble dalam tehknik dribbel pada subjek penelitian sebelum dan sesudah perlakuan Data penelitian dari 30 Peserta terhadap efektivitas model latihan dribble pada permainan sepakbola ditunjukkan pada tabel sebagai berikut :

**Tabel Data Frekuensi Sampel kemampuan Dribble**

		PRE_TEST	POST_TEST
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		11.0667	9.7667
Median		11.0000	10.0000
Std. Deviation		1.70057	1.22287
Variance		2.892	1.495
Minimum		8.00	8.00
Maximum		15.00	12.00
Sum		332.00	293.00

**3. Uji Normalitas**

Untuk menguji normalitas data yang digunakan uji *kolmogorof smirnov*, yang perhitungannya menggunakan program *SPSS release 21* (C.Trihendradi,2013:193). Apabila hasil perhitungan yang diperoleh probabilitas (p) lebih besar dari pada taraf kesalahan (0.05), maka data berdistribusi normal. Perhitungan dari uji normalitas variabel *pre test dan post test* model latihan *dribble pada permainan sepakbola* berikut ini:

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		PRE_TEST	POST_TEST
N		30	30
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	11.0667	9.7667
	Std. Deviation	1.70057	1.22287
	Most Extreme Absolute Differences	.168	.168
	Positive	.168	.168
	Negative	-.099	-.142
Kolmogorov-Smirnov Z		.921	.920
Asymp. Sig. (2-tailed)		.365	.366
a. Test distribution is Normal.			

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *kolmogorof smirnov* untuk data *pre test dan post test* model latihan dribble dalam permainan sepakbola ( $X_1$ ) sebesar 0.921 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,365 > 0,05*, dan ( $X_2$ ) sebesar 0.920 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,366 > 0,05*, yang berarti model distribusi normal. Berdasarkan analisis tersebut menunjukkan bahwa ke dua data variabel tersebut berdistribusi normal.

**4. Uji –t (Pre Test dan Post Test) dribble Nilai Rerata**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE_TEST	11.0667	30	1.70057	.31048
	POST_TEST	9.7667	30	1.22287	.22326

Berdasarkan hasil *output* dengan menggunakan SPSS 21 bahwa nilai rata-rata sebelum diberikan adalah 11.0667 dan setelah diberikan perlakuan dengan model latihan dribble sepakbola 9.7667 artinya bahwa nilai rata-rata pada terdapat peningkatan.

**a) Koefisiensi Korelasi dribble**

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE_TEST & POST_TEST	30	.887	.000

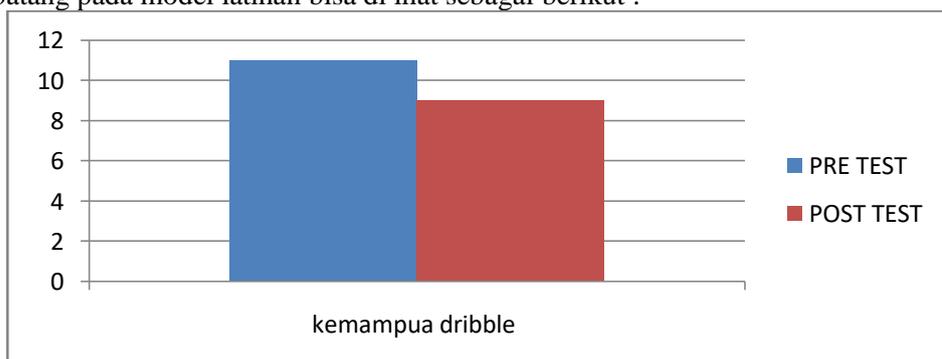
Berdasarkan hasil ouput tabel di atas bahwa koefisien model latihan sebelum dan sesudah diberikan model latihan dribble pada permainan sepakbola adalah 0.887 dengan p-value  $0.00 < 0.05$  jadi kesimpulannya signifikan.

**b) Uji Signifikansi Perbedaan kemampuan dribble**

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1	PRE_TEST - POST_TEST	1.30000	.83666	.15275	.98759	1.61241	8.510	29	.000

Dalam uji signifikansi perbedaan dengan SPSS 21 dapat hasil t-hitung = 8.510, df = 29 dan p-value =  $0.00 < 0.05$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan model latihan sebelum dan sesudah diberi model latihan dribble sepak bola. Berdasarkan keterangan tersebut dapat dikatakan bahwa model latihan dribble pada permainan sepak bola yang dikembangkan efektif dan dapat meningkatkan kemampuan dribble pada permainan sepakbola. Penelitian menggunakan diagram batang pada model latihan bisa di lihat sebagai berikut :



## **PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN**

Hasil test sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dapat di simpulkan bahwa model latihan dribble pada permainan sepakbola layak dan efektif untuk meningkatkan kemampuan menggring bola. Dalam uji signifikasi perbedaan dengan SPSS 21 didapat dari data hasil t-hitung = 8.510, df = 29 dan p-value = 0.00 < 0.05 menunjukkan berarti terdapat perbedaan yang signifikasi antara sebelum dan sesudah adanya pengaruh perlakuan model latihan dribble pada permainan sepakbola. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa model latihan dribble pada permainan sepakbola memiliki efektivitas yang signifikan.

### **1) Pembahasan Produk**

Model latihan dribble pada permainan sepakbola diciptakan oleh peneliti untuk membantu pelatih atau guru dalam memvariasi latihan keterampilan,maupun teknik dasar khususnya dribble meningkat sebagai referensi latihan. Model ini dibuat atas dasar kebutuhan anak khususnya dalam atlet pemula. Produk ini setelah dikaji mengenai beberapa kelemahan yang perlu pembenahan, maka dapat disampaikan beberapa keunggulan produk ini antara lain:

- a. Dapat meningkatkan kemampuan semua aspek teknik
- b. Model latihan dribble pada permainan sepakbola lebih efektif dan efisien. Model yang digunakan sangat bervariasi yang dapat meningkatkan tingkat antusias atlet dalam latihan
- c. Atlet dapat merasakan kenyamanan dan keamanan dalam proses latihan sepakbola
- d. Model ini dapat menjadi *Turbo booster motivation* anak untuk teknik dribble khususnya
- e. Sebagai referensi latihan di Club
- f. Dapat membantu pelatih dalam melatih dan mencari atlet
- g. Sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya kepelatihan seluruh di Indonesia.

### **2) Keterbatasan Produk**

Penelitian R n D atau Research n Development ini di buat sempurna mungkin sesuai kemampuan dari penenliti, namun apabila dalam penelitian ini masih terdapat banyak keterbatasan yang harus diakui dan dikemukakan sebagai bahan untuk pertimbangan dalam menggeneralisir hasil dari penelitian yang dicapai. Adapun keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain sebagai berikut :

- a. Saat peneliti melakukan uji coba lapangan baiknya di lakukan pada cakupan ruang lingkup yang lebih lama
- b. Produk yang dibuat jauh dari kata sempurna
- c. Sarana dan Prasarana kurang memadai dan terbatas Penjelasan dalam gambar latihan keterampilan kurang sempurna.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan data yang di peroleh hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian :

- a. Menghasilkan suatu rancangan dan Menghasilkan suatu produk model latihan dribble dengan permainan pada cabang olahraga sepak bola.
- b. Menguji efektivitas dan efisien model latihan dribble dengan permainan pada sepak bola.

## **SARAN**

### **Saran dan Rekomendasi**

Pada bagian ini dikemukakan beberapa saran yang dikemukakan oleh peneliti dan penulis sehubungan dengan produ yang dikembangkan. Adapun saran-saran yang diemukakan meliputi : saran pemanfaatan, saran deseminasi dan sarang pengembangan lebih lanjut.

#### **Saran Pemanfaatan**

Produk pengembangan ini adalah model latihan dribble pada sepakbola dengan permainan yang dapat digunakan sebagai rujukan untuk pelatih, maupun atlet. Dalam memanfaatkannya sangat perlu dipertimbangkan situasi, kondisi dan saran, prasarana.

#### **Saran Deseminasi**

Dalam penyembaluan pengembangan kesasaran yang lebih luas serta lebih efektif peneliti memberikan saran :

- a. Sebelum disebarluaskan sebaiknya model latihan dribble dengan permainan pada cabang olahraga sepakbola ini mulai dirancang kembali agar menjadi lebih baik, antara lain cover maupun daftar isi dari variasi model yang telah dikembangkan oleh peneliti.
- b. Buku yang akan dicetak dan diperbanyak oleh peneliti sebaiknya lagi agar para pelatih bisa memahami dan mengaplikasikan model ini dengan sempurna ataupun efektif dan efisien.

#### **Saran Pengembangan Lebih Lanjut**

- a. Dalam mengembangkan penelitian ini ke arah yang lebih lanjut peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut:

- b. Untuk subjek harus sebagainya dilakukan pada subjek lebih banyak dan lebih luas dari jumlah subjek maupun klub yang digunakan sebagai kelompok uji coba pada setiap peneliti prosedur.
- c. Hasil pengembangan model latihan keterampilan ini dapat disebarkan luaskan keseluruh guru-guru dan pelatih seakbola yang ada di indonesia.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Batty, Eric C. (2012). *Latihan Metode Baru Sepak Bola Pertahanan*. Bandung: Pionir Jaya.
- Arma Abdullah & Agus Manadji. (1994). *Dasar-dasar pendidikan jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Borg W.R. & Gall M.D. (1983). *Education research*. Fourth edition. New York: Longman Inc.
- Cook Malcolm. (2013). *Drills Sepak Bola untuk Pemain Muda*. Jakarta: Indeks.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: PT. Intan Sejati.
- Depdiknas. (2009). *Himpunan peraturan perundang-undangan. Undang-undang sisdiknas tentang sistem pendidikan nasional*. Bandung: Fokusmedia.
- Djemari Mardapi. (2008). *Teknik penyusunan instrumen tes dan nontes*. Jogjakarta: Mitra Cendekia Press.
- Fleck & Ron Quinn. (2007). *Panduan Latihan Sepak Bola Andal*. Klaten: PT. Macanan Jaya Cemerlang.
- Gunter M.A. at al. (1990). *Instruction: A models approach*. Massachussetts: Allyn and Bacon.
- Clive Gifford. (2007). *Keterampilan Sepak Bola*. Yogyakarta: PT. Citra Aji Parama.
- Hari Amirullah Rahman. (2008). *Dimensi kreatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah*. Journal. pendidikan jasmani Indonesia. Yogyakarta. PT. Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hergenhahn B. R. & Olson M. H. (1997). *An introduction to theories of learning*. Fifth Edition. New Jersey: Prentice-Hall International. Inc.
- \_\_\_\_\_. (2008). *Theories of learning/teori belajar*. Terjemahan oleh. Tri Wibowo, B.S. Edisi ketujuh. Jakarta: PT. Kencana Prenada Media Group.
- Hurlock (1996) dalam <http://www.putrawijaya.co.cc> di akses Senin, Juni 14, 2010, 4:05:58 PM
- Jumesam. (2014). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Malang: Wineka Media.
- Joyce B. & Weil M. (1996). *Model of teaching*. London: A Simon & Schuster Company.
- \_\_\_\_\_. (2009). *Model-model pengajaran*. Terjemahan oleh achmad Fawaid & Ateilla Mirza. Edisi Pertama. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mellius Ma'u, S.H. & J. Santoso. (2014). *Teknik Dasar Bermain Sepak Bola*. Yogyakarta: Cakrawala.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2010). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Reigeluth C.M. (1983). *Instructional design theories and models: an overview of their current status*. New Jersey: Lawrance Erlbaum Associates.
- Robert Koger. (2007). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Klaten: PT. Macanan Jaya Cemerlang.
- Rusli Ibrahim. (2001). *Pembinaan perilaku sosial melalui pendidikan jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani: Filosofi pembelajaran dan masa depan*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Wasis D. Dwiyoogo. (2009). *Olahraga dan pembangunan*. Malang: Wineka Media.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya.