

**PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES
UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Olahraga



Disusun Oleh:

Ahmad Alfianul Choir

17602244044

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

2021

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi Dengan Judul
**PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES
UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN**

Disusun Oleh:

Ahmad Alfianul Choir
NIM. 17602244044

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 8 Maret 2021

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP. 19600407 198601 2 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP. 19621010 198812 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Alfianul Choir

NIM : 17602244044

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Judul TAS : Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games
Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 8 Maret 2021

Yang Menyatakan,



Ahmad Alfianul Choir
NIM. 17602244044

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN

Disusun oleh:

Ahmad Alfianul Choir
NIM17602244044

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta

Pada tanggal 15 Maret 2021

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		30-3-2021
Ratna Budiarti, S.Pd.Kor., M.Or. Sekretaris		24-3-2021
Nawan Primasoni, SPd.Kor., M.Or. Penguji		23-3-2021

Yogyakarta, Maret 2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
20815 200501 1 002

MOTTO

“Maka Sesungguhnya Bersama Kesulitan Ada Kemudahan”

(QS. Al-Insyirah : 5)

“Agama Tanpa Ilmu Adalah Buta, Ilmu Tanpa Agama Adalah Lumpuh”

(Albert Einstein)

“Evaluasi adalah senjata yang paling tepat untuk melawan kegagalan”

(Penulis)

“Choose your side, become a quitter, camper, or climber”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan rasa syukur alhamdulillah kepada Allah SWT atas nikmat serta karunia yang selalu tercurahkan kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan karya ini. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Kurmad dan Ibu Utami yang selalu mendoakan dan mendukung saya dengan penuh kasih sayang serta pengorbanan yang tak terkira kepada saya.
2. Adik saya Alfina Nil Tattuqo yang saya sayangi, yang selalu memberikan doa dan semangat.
3. Maulin Otto Saputri yang selalu memberikan motivasi, inspirasi dan dukungan serta sebagai penghibur dalam keadaan suka maupun duka.
4. Keluarga, sahabat dan orang-orang terdekat yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu yang selalu memberikan doa dan semangat dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini.

PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN

Oleh:

Ahmad Alfianul Choir

NIM: 17602244044

ABSTRAK

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan suatu produk Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun, sebagai salah satu sumber referensi bagi pembaca maupun bagi pelatih untuk membuat sesi latihan yang menarik dan lebih bervariasi.

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan yang dilakukan dengan mengadaptasi langkah-langkah penelitian pengembangan sebagai berikut : 1) mengidentifikasi potensi dan masalah, 2) mengumpulkan informasi 3) mendesain dan membuat produk awal, 4) validasi ahli, 5) revisi desain, 6) produk akhir, dan 7) uji coba produk; uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Uji coba kelompok kecil dilakukan pada Mahasiswa Kepelatihan Olahraga yang memenuhi kriteria dan kelompok besar dilakukan di SSO Real Madrid Foundation, SSB Satria Sembada Sleman, Radjawali FC Junior, SSB 89 Selindung, LPBS Mutiara Purwokerto, SSB Bhayangkara Kendal, SSB Gelora Muda dan PS HW Demak U15. Teknik pemilihan sampel uji coba menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen berupa lembar kuesioner/angket. Teknik analisis data penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif.

Hasil persentase uji validitas penelitian ini dari ahli materi adalah sebesar 80% masuk dalam kategori layak dan ahli media sebesar 88% masuk dalam kategori sangat layak. Berdasarkan uji coba kelompok kecil mendapat presentase sebesar 86,53% termasuk dalam kategori sangat layak dan uji coba kelompok besar sebesar 85,93% termasuk dalam kategori sangat layak. Dengan demikian media ini dinyatakan sangat layak untuk digunakan sebagai media pelatihan dan referensi untuk pelatih dan pembaca.

Kata kunci: *Pengembangan, Small-Sided Games, Siswa SSB*

DEVELOPMENT OF THE SMALL-SIDED GAMES TRAINING MODEL BOOK FOR THE SSB STUDENTS AGED 12-15 YEARS OLD

By:

Ahmad Alfianul Choir

NIM: 17602244044

ABSTRACT

This developmental research aims to create a product of a Small-Sided Games training model book for the SSB (Football Academy) students aged 12-15 years old, as the one of the references for both readers and coaches to create such attractive training sessions and more variations.

The kind of this research was a Research and Development done by adapting the research development steps as follows: 1) Identifying potential and problem, 2) gathering information 3) designing initial product, 4) expert validation, 5) design revision, 6) final product, and 7) product trials; small group trial and large group trial. The small group trial was conducted by the students of Faculty of Sport Science who met the criteria and the large group trial was done by the coaches from SSO Real Madrid Foundation, SSB Satria Sembada Sleman, Radjawali FC Junior, SSB 89 Selindung, LPBS Mutiara Purwokerto, SSB Bhayangkara Kendal, SSB Gelora Muda, and PS HW Demak U15. The research sampling technique used the purposive sampling. The data collection used in this research was an instrument of questionnaire sheet. The data analysis technique used descriptive qualitative and descriptive quantitative analysis.

The percentage result of the validity test based on the material experts is at 80% which is in the feasible category and from the media experts, it gains 88% which is in the very feasible category. Based on the small group trial, it gains a percentage of 86.53% which is included in the very feasible category and in the large group trial, it gains 85.93% that is included in the very feasible category. Thus, this media is declared very suitable to be used as a training medium and a reference for both coaches and readers.

Keywords: *Development, Small-Sided Games, SSB Students*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini dalam rangka untuk memenuhi gelar sarjana pendidikan, yang mana Tugas Akhir Skripsi ini berjudul “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”. Tugas Akhir Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat dorongan motivasi dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Kepada Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.,AIFO. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Kepada Bapak Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes. selaku plt. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Kepada Ibu Dr. Endang Rini Sukamti, M.S. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan serta motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Ibu Ratna Budiarti, S.Pd.Kor., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendukung dan memberi motivasi serta membimbing selama studi hingga terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Bapak Herwin, M.Pd. selaku ahli materi yang dengan sepenuh hati memberikan penilaian, saran serta masukan.
7. Bapak Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M.Or. selaku ahli media yang dengan sepenuh hati memberikan penilaian, saran serta masukan.
8. Teman-teman seperjuangan PKO A 2017 FIK UNY yang telah memberikan doa dan dukungan selama masa perkuliahan.
9. Pengurus dan Pelatih SSO Real Madrid Foundation UNY, SSB Satria Sembada Sleman, Radjawali FC yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
G. Asumsi Penelitian.....	7
H. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan.....	7

BAB II: KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori.....	8
1. Pengertian Penelitian Pengembangan (RnD).....	8
2. Pengertian Buku.....	9
3. Hakikat Model Latihan.....	10
4. Pengertian <i>Small-Sided Games</i>	17
5. Hakikat Sepakbola.....	20
6. Karakteristik Anak Usia 12-15 Tahun.....	22
B. Penelitian yang Relevan.....	24
C. Kerangka Berpikir.....	25
D. Pertanyaan Penelitian.....	27

BAB III: METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	28
B. Prosedur Penelitian.....	28
C. Subjek Uji Coba.....	35
D. Teknik Sampling, Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.....	37
E. Teknik Analisis Data.....	42

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Produk.....	45
B. Hasil Penelitian Produk.....	48
C. Pembahasan.....	66
D. Analisis Kelebihan dan Kekurangan Produk.....	68

E. Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	70
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	71
C. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan Latihan Small-Sided Games Pada Usia Senior dan KU 12-15 Tahun.....	20
Tabel 2. Sumber Referensi yang Mendukung Dalam Penelitian.....	31
Tabel 3. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data.....	37
Tabel 4. <i>Skala Likert</i> dengan 5 kelompok.....	39
Tabel 5. Aspek Penilaian Ahli Materi.....	39
Tabel 6. Aspek Penilaian Materi.....	39
Tabel 7. Aspek Penilaian Tata Letak dan Tulisan Materi.....	40
Tabel 8. Aspek Penilaian Ahli Media.....	40
Tabel 9. Aspek Penilaian Desain dan Tampilan.....	40
Tabel 10. Aspek Penilaian Tata Letak dan Tulisan.....	41
Tabel 11. Aspek Uji Coba Kelompok Kecil dan Kelompok Besar.....	42
Tabel 12. Persentase Kelayakan.....	44
Tabel 13. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap Pertama.....	49
Tabel 14. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap Kedua.....	55
Tabel 15. Validasi Ahli Media Tahap Pertama.....	57
Tabel 16. Validasi Ahli Media Tahap Kedua.....	60
Tabel 17. Kriteria Sampel Kelompok Kecil.....	62
Tabel 18. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Kecil.....	63
Tabel 19. Kriteria Sampel Kelompok Besar.....	64

Tabel 20. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Besar.....	65
Tabel 21. Pembahasan Hasil Uji Coba Produk.....	67
Tabel 22. Kelebihan dan Kekurangan Produk.....	69
Tabel 23. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil.....	94
Tabel 24. Hasil Uji Coba Kelompok Besar.....	94

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rekomendasi Sesi Latihan <i>small-sided games</i>	18
Gambar 2. Alur Kerangka Berpikir.....	26
Gambar 3. Langkah-langkah Prosedur Penelitian Pengembangan....	29
Gambar 4. Langkah-langkah Pengembangan Produk Buku.....	35
Gambar 5. Isi Materi Sebelum Revisi.....	51
Gambar 6. Isi Materi Setelah Revisi.....	51
Gambar 7. Isi Materi Sebelum Revisi.....	52
Gambar 8. Isi Materi Setelah Revisi.....	53
Gambar 9. Isi Materi Sebelum Revisi.....	54
Gambar 10. Isi Materi Setelah Revisi.....	54
Gambar 11. Tampilan <i>Cover</i> Depan Sebelum Revisi.....	58
Gambar 12. Tampilan <i>Cover</i> Depan Setelah Revisi.....	59
Gambar 13. Tampilan Sebelum Revisi.....	59
Gambar 14. Tampilan Setelah Revisi.....	60

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan dalam sepakbola pada dasarnya sangat sederhana, pemain harus bisa mencetak gol sebanyak-banyaknya sebelum waktu berakhir agar dapat memenangkan pertandingan. Dalam pertandingan resmi, jumlah pemain dalam satu tim adalah 11 orang, akan tetapi jumlah itu bisa lebih sedikit ataupun lebih banyak jika sepakbola hanya dimainkan sebagai permainan biasa. Permainan sepakbola juga bisa dimainkan untuk semua tingkatan usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Agar dapat bermain sepakbola dengan baik, pemain harus bisa menguasai teknik-teknik yang terdapat pada sepakbola.

Permainan sepakbola didasari atas tiga teknik dasar, yaitu menggiring bola, mengontrol bola, dan menendang bola. Penguasaan ketiga teknik dasar ini mutlak berperan penting dalam pengembangan teknik yang lebih lanjut (Sjafri, 2017:41). Ketiga teknik tersebut dapat dikembangkan lagi menjadi beberapa teknik diantaranya *passing* (mengoper), *shooting* (menembak), *heading* (menyundul), *throwing* (melempar), *keeping* (melindungi/menjaga bola) dan *feinting* (gerak tipu). Selain teknik dengan bola, terdapat juga teknik tanpa bola yang juga sering digunakan untuk membuka ruang ataupun menipu lawan untuk membantu penyerangan, serta untuk mempertahankan gawang tim dari terjadinya gol dengan menghentikan pergerakan lawan dan juga mematahkan upaya lawan dalam membangun serangan.

Metode latihan yang paling sering digunakan oleh pelatih dalam meningkatkan teknik pemain adalah dengan menggunakan model drill teknik. Model latihan ini dinilai dapat meningkatkan kemampuan teknik sepakbola pemain menjadi lebih baik. Beberapa penelitian telah membuktikan keefektifan metode drill teknik dalam peningkatan teknik pemain. Akan tetapi, pelatih harus dapat membuat latihan yang bervariasi jika kelompok usia yang dilatih pada rentang usia 12-15 tahun. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SSB Satria Sembada Sleman dan di Dusun Sadegan, Sumberarum, Tempuran, anak-anak akan mengalami rasa bosan jika dalam setiap kali latihan, materi yang dibawa oleh pelatih mereka hanya berupa drill dan kemudian game. Metode drill juga tidak akan mencapai sasaran yang diinginkan jika dalam penerapannya, masih terdapat antrian yang cukup panjang bagi pemain untuk melakukan drill teknik. Karena konsep dari latihan drill adalah pemain mendapatkan materi latihan tersebut sesering mungkin dalam satu kali sesi latihan.

Jika latihan sudah berorientasi pada pengembangan bakat, maka sasaran latihan tidak hanya pada peningkatan teknik dalam permainan sepakbola saja. PSSI (2017:11) menjelaskan bahwa seluruh aksi sepakbola haruslah fungsional sesuai momen dan fase permainan sepakbola. Semua aksi sepakbola dalam defending (bertahan) harus berkontribusi pada rebut bola. Sebaliknya semua aksi sepakbola dalam attacking (menyerang) harus berkontribusi pada penciptaan gol. setiap aksi sepakbola adalah alat untuk capai tujuan, bukan tujuan itu sendiri. Aksi passing bukanlah bertujuan untuk passing. Sebagai aksi dalam fase bangun serangan,

passing punya tujuan untuk menciptakan peluang gol. Dalam hal ini passing adalah alat untuk bisa memprogresi bola ke depan dengan cara melewati lawan atau menggerakkan lawan. Oleh karena itu, dalam permainan sepakbola tidak cukup hanya membutuhkan teknik saja, tetapi harus ada unsur lain yang melengkapi supaya permainan menjadi lebih baik. Irianto (2011:46) menambahkan, untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan optimal, maka pembibitan sejak usia dini harus dilaksanakan dengan konsisten, berkesinambungan, mendasar, sistematis, efisien dan terpadu.

Seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi, banyak cara ataupun metode yang dapat dilakukan oleh pelatih dalam melatih keterampilan sepakbola anak didiknya. Oleh karena itu, pengembangan model latihan *small-sided games* untuk atlet yang masih berada pada fase multilateral akhir sangat dibutuhkan untuk perkembangan atlet sebelum memasuki fase spesialisasi. Dengan latihan *small-sided games*, atlet akan lebih banyak diberikan kesempatan untuk memutuskan tindakan apa yang harus mereka lakukan dalam situasi latihan. Hal ini nantinya juga sangat dibutuhkan dalam situasi pertandingan ketika *decision making* dari atlet akan berpengaruh pada permainan tim. Dengan latihan *small-sided games*, atlet juga akan mendapatkan latihan teknik hingga 2-3 latihan teknik sekaligus sehingga sasaran latihan akan lebih banyak daripada metode latihan dengan drill.

Permasalahan yang seringkali menghambat pelatih untuk menerapkan model latihan *small-sided games* adalah kurangnya sumber referensi pelatih pada model-model latihan *small-sided games*. Selain itu, pelatih cenderung masih

kebingungan dalam menerapkan sasaran latihan dalam satu sesi latihan tersebut, sehingga target yang telah ditetapkan dalam program latihan tidak akan tercapai secara maksimal. Permasalahan yang juga sering terjadi ketika pelatih menggunakan model latihan *small-sided games* adalah kurangnya manajemen yang baik dalam mengatur jumlah pemain yang terlibat dan peralatan yang dibutuhkan dalam melaksanakan latihan tersebut. Oleh karena itu, buku model latihan *small-sided games* diharapkan dapat menjadi salah satu solusi yang bisa digunakan oleh pelatih dalam menambah referensi mengenai latihan *small-sided games*. Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud untuk mengembangkan model latihan *small-sided games* untuk para pelatih. Sumber referensi yang dikembangkan melalui penelitian ini berjudul pengembangan buku model latihan *small-sided games* dalam sepakbola untuk KU 12-15 tahun.

B. Identifikasi Masalah

Setelah mengetahui latar belakang masalah tersebut dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya sumber referensi pelatih dalam menerapkan model latihan *small-sided games*.
2. Belum optimalnya ketersediaan dan pemanfaatan media pembelajaran bagi pelatih dalam membuat variasi latihan yang menarik.
3. Perlunya sumber referensi yang menarik dan mudah dipahami oleh pelatih.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan mengingat luasnya permasalahan serta keterbatasan yang ada pada peneliti, maka perlu adanya batasan masalah agar ruang lingkup penelitian menjadi fokus. Dalam penelitian ini, peneliti akan memfokuskan pada sumber referensi yang dapat dimanfaatkan oleh pelatih dalam membuat variasi latihan yang mudah dipahami, menarik dan tentunya dapat meningkatkan aspek fisik, teknik, taktik dan mental dalam latihan melalui “Pengembangan buku model latihan *small-sided games* dalam sepakbola untuk siswa SSB KU 12-15 tahun”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut: “Bagaimana pengembangan buku model latihan *small-sided games* dalam sepakbola untuk siswa SSB KU 12-15 tahun?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Mengembangkan buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun.
2. Mengetahui penilaian kualitas produk buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun oleh pelatih.
3. Mengetahui kelebihan dan kelemahan produk buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Sebagai acuan dan pengembangan bagi para mahasiswa dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelatih

- 1) Sebagai sumber referensi untuk membuat variasi latihan yang menarik.
- 2) Sebagai sarana sumber belajar yang praktis dan mudah untuk digunakan.

b. Bagi Fakultas

Memberikan dokumentasi ilmiah yang bermanfaat bagi fakultas.

c. Bagi Mahasiswa

Sebagai sarana dalam memotivasi mahasiswa untuk mengembangkan sarana maupun media yang berkaitan dengan pengembangan olahraga prestasi.

d. Bagi Atlet

- 1) Sebagai sarana untuk mengembangkan kualitas fisik, teknik, taktik dan mental.
- 2) Sebagai upaya untuk meningkatkan *decision making* supaya lebih baik lagi.
- 3) Sebagai sarana untuk meningkatkan prestasi atlet.

G. Asumsi Penelitian

Asumsi dalam penelitian pengembangan ini adalah dihasilkannya produk berupa buku model-model latihan *small-sided games* dalam sepakbola. Materi dalam buku latihan ini disusun dan disesuaikan berdasarkan kemampuan atlet dibawah usia 15 tahun.

H. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Produk buku latihan *small-sided games* yang dihasilkan dari penelitian pengembangan ini memiliki spesifikasi sebagai berikut:

1. Buku latihan berjudul “Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”
2. Buku model latihan *small-sided games* ini berukuran 26 cm x 20 cm.
3. Produk buku berisi tentang materi utama model-model latihan *small-sided games* beserta sasaran latihannya dan juga penjelasannya.
4. Materi utama *small-sided games* di dalam buku dibagi menjadi tiga Bab, yaitu model latihan *SSG conditioning* (Fisik), Teknik dan Taktik.
5. Dilengkapi dengan materi tambahan berupa ukuran lapangan sepakbola, isyarat wasit sepakbola dan istilah dalam sepakbola.
6. Produk buku dilengkapi dengan gambar yang jelas dan menarik sehingga mudah dipahami pembaca.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Penelitian Pengembangan (RnD)

Dalam KKBI, kata pengembangan berasal dari kata kembang, yang kemudian diberikan awalan *ber-* yang memiliki arti mekar terbuka atau membentang, atau menjadi besar dan menjadi tambah sempurna, sedangkan pengembangan memiliki arti proses ataupun cara untuk menjadikan suatu ciptaan menjadi lebih baik mutunya (<https://kbbi.web.id/kembang>). Berdasarkan pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2002 pengembangan adalah kegiatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaidah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk meningkatkan fungsi, manfaat, dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada atau menghasilkan teknologi baru. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengembangan adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas suatu hasil karya yang sudah ada dengan bantuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Penelitian pengembangan atau bisa juga disebut *Research and Development (RnD)* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2016:297). Penelitian pengembangan bersifat longitudinal (bertahap), dengan hasil penelitiannya berorientasi untuk menghasilkan produk. Model, pola dan sistem untuk mengatasi

suatu masalah akan ditemukan dan dapat diaplikasikan secara efektif jika dilakukan melalui penelitian pengembangan. Borg dan Gall (2007: 569) menjelaskan bahwa penelitian dan pengembangan dalam pendidikan adalah suatu proses untuk mengembangkan dan memvalidasi produk. Tujuan penelitian dan pengembangan tidak hanya untuk mengembangkan suatu produk, namun lebih dari itu untuk menemukan pengetahuan baru (melalui penelitian dasar) atau untuk menjawab pertanyaan khusus mengenai masalah-masalah praktis (melalui penelitian terapan).

2. Pengertian Buku

Buku adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong (<https://kbbi.web.id/buku>). Buku adalah sebuah objek fisik, sebuah kumpulan yang bertindak sebagai sistem pencarian informasi. Segala informasi di dalam buku harus dapat diterima dan dimengerti. Selain itu, buku merupakan sumber belajar yang diperoleh dari hasil pemikiran ataupun hasil penelitian yang telah di validasi dan kemudian dibuat dalam bentuk naskah.

Anisah dan Azizah (2016:3) Mengemukakan bahwa sumber belajar merupakan segala kemampuan yang dipergunakan dalam proses pengajaran baik secara langsung maupun tidak langsung yang dapat meningkatkan pengetahuan siswa sehingga ada perubahan tingkah laku dalam diri siswa ke arah yang lebih sempurna sesuai dengan tujuan pengajaran yang telah ditetapkan. Menurut Sitepu (2012:21) buku teks pelajaran berfungsi sebagai pedoman manual bagi siswa dalam belajar dan bagi guru dalam membelajarkan siswa untuk bidang studi atau mata pelajaran tertentu. Fungsi buku teks bagi guru dan siswa dalam proses pembelajaran

hendaknya buku dipergunakan sesuai dengan kegunaannya dan dioptimalkan pemakaiannya secara tepat. Oleh karena itu, pelatih juga sudah seharusnya memiliki sumber belajar yang dijadikan sebagai pedoman dalam melatih atletnya.

3. Hakikat Model Latihan

a. Pengertian Model

Model dapat diartikan sebagai desain suatu perencanaan untuk memudahkan peneliti dalam memahami perencanaan yang sistematis. Model juga merupakan wujud visualisasi objek yang digunakan sebagai pedoman untuk melaksanakan suatu kegiatan. Menurut Trianto (2007:1) yang mengartikan bahwa model pembelajaran adalah suatu perencanaan atau pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas. Jihad dan Haris (2010:25) juga menjelaskan bahwa model pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu rencana atau pola yang digunakan dalam menyusun kurikulum, mengatur materi siswa, dan memberi petunjuk kepada pengajar di kelas dan dalam rencana pengajaran.

b. Pengertian Latihan

Latihan dalam bahasa Inggris bisa disebut dengan training, practice atau exercise. Irianto (2002:11) menjelaskan bahwa latihan adalah suatu langkah dalam mempersiapkan organisme untuk meningkatkan keterampilan berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan olahraga yang sesuai dengan kebutuhan dan cabang olahraganya. Menurut Sukadiyanto (2005: 5), Latihan adalah proses aktivitas yang memiliki tujuan untuk meningkatkan suatu keterampilan tertentu dalam olahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan

kebutuhan cabang olahraga. Latihan adalah suatu proses penyempurnaan kerja/olahraga yang dilakukan atlet secara sistematis, berulang-ulang dan berkesinambungan dengan kian hari meningkatkan jumlah beban latihannya untuk mencapai prestasi yang maksimal (Sriwahyuniati, 2017:45). FIFA (2016:20) menjelaskan bahwa dalam proses melatih, pemain akan mendapatkan peningkatan performa secara fisiologis maupun secara fisik, diantaranya yaitu keterampilan psikomotor, keterampilan koordinasi, kualitas teknikal-taktikal, kualitas mental dan kognitif. Menurut Harsono (2015:39), latihan memiliki sasaran utama untuk membantu atlet untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Untuk mencapai hal itu, ada 4 aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik dan latihan mental.

1) Latihan Fisik

Perkembangan komponen fisik yang baik akan berpengaruh pada prestasi atlet. Hal ini juga akan meningkatkan potensi fisik yang dimiliki seseorang dan mengembangkan kemampuan biomotorik ke tingkat yang lebih tinggi sehingga dapat bersaing pada kompetisi yang lebih tinggi pula.

Beberapa komponen fisik yang perlu diperhatikan untuk dilatih terutama pada cabang olahraga yang dominan menggunakan kemampuan biomotor dasar antara lain yaitu kekuatan otot (strength), daya tahan kekuatan (endurance strength), daya tahan kardiovaskuler, kecepatan (speed), kelenturan (flexibility), kelincahan (agility), daya ledak otot (power) dan Koordinasi. Dalam cabang olahraga

sepakbola, komponen biomotor diatas sangat dibutuhkan ketika dalam situasi permainan sepakbola.

a) Kekuatan

Bompa (1994:263) mendefinisikan kekuatan sebagai kemampuan untuk menerapkan tenaga. Pengembangan kekuatan harus menjadi perhatian utama bagi siapapun yang ingin meningkatkan performa atletik mereka. Terdapat beberapa tipe kekuatan yang signifikan dalam latihan, antara lain yaitu: 1) Kekuatan Umum, yaitu mengacu pada kekuatan seluruh sistem otot. 2) Kekuatan Spesifik, yaitu kekuatan yang dianggap hanya sebagai kekuatan pada otot-otot khusus pada gerakan olahraga tertentu. 3) Kekuatan Maksimum, yaitu mengacu pada kekuatan tertinggi yang dapat dilakukan oleh sistem neuromuskuler ketika mengalami kontraksi maksimal. 4) Daya tahan Otot, yaitu biasanya didefinisikan sebagai kemampuan otot untuk mempertahankan daya kerja untuk jangka waktu yang lama. 5) Power, yaitu hasil dari dua gabungan komponen, kekuatan dan kecepatan. Power adalah kemampuan dalam melakukan kekuatan maksimal dalam waktu yang singkat. 6) Kekuatan Absolut, yaitu mengacu pada kemampuan seorang atlet untuk mengerahkan kekuatan maksimalnya tanpa memandang berat badannya sendiri. 7) Kekuatan Relatif, yaitu menunjukkan rasio antara kekuatan absolut atlet dengan berat badannya (Bompa, 1994:268-269).

b) Daya Tahan

Menurut Bompa (1994: 267) daya tahan mengacu pada batas waktu dimana pekerjaan dengan intensitas tertentu dapat dilakukan. Faktor utama yang mempengaruhi daya tahan adalah kelelahan. Dalam sepakbola, daya tahan menjadi

komponen biomotor yang sangat penting karena pemain dituntut untuk memiliki kapasitas daya tahan yang baik selama 90 menit bermain.

c) Kecepatan

Salah satu komponen yang paling dibutuhkan dalam olahraga adalah kecepatan. Bompa (1994:309) menjelaskan bahwa kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk berpindah atau bergerak dengan sangat cepat. Bompa menambahkan, dari sudut pandang mekanis, kecepatan dinyatakan melalui rasio antara ruang dan waktu.

d) Kelentukan

Salah satu latihan untuk meningkatkan kelentukan tubuh adalah dengan peregangan. Peregangan secara luas dianggap sebagai pemanasan sebelum latihan yang penting dan kebutuhan untuk kebugaran fisik, performa atlet dan pencegahan cedera. Pemanasan ringan yang terdiri dari latihan otot yang progresif bertahap seperti jalan cepat, jogging, atau bersepeda harus mendahului latihan peregangan karena dapat memperpanjang otot menjadi lebih hangat dan dapat meningkatkan kelentukan (Zakas, 2006:57).

e) Koordinasi

Koordinasi diperlukan hampir disemua cabang olahraga yang dipertandingkan maupun permainan. Tingkatan kualitas koordinasi gerak seseorang dapat dilihat dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara luwes, tepat, cepat, efektif dan efisien. Irianto (2002:77) menjelaskan bahwa koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam melakukan gerak pada berbagai macam tingkatan dengan cepat dan tepat secara efisien.

2) Latihan Teknik

Latihan teknik adalah latihan yang khusus dimaksudkan guna membentuk dan memperkembang kebiasaan-kebiasaan motorik atau perkembangan neuromuscular (Harsono, 2015:41). Dalam cabang olahraga sepakbola, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Teknik dasar tersebut antara lain yaitu:

a) Passing

Teknik *passing* (mengumpan) adalah teknik yang dilakukan dengan tujuan untuk memberikan bola kepada rekan sendiri. Passing dibedakan menjadi dua jenis, yaitu short pass (passing bola pendek) dan long pass (passing bola panjang). Dalam permainan sepakbola, teknik passing merupakan teknik yang paling banyak digunakan pemain untuk menjalankan permainan.

b) Dribbling

Dribbling (menggiring) adalah teknik yang dilakukan pemain dengan mendorong bola ke depan ataupun ke samping selama bola masih dalam jangkauannya dengan tujuan untuk mendekati sasaran, merubah arah maupun melewati lawan.

c) Controlling

Teknik kontrol bola adalah kemampuan pemain dalam melakukan kendali atas bola sehingga pemain tersebut dapat melakukan teknik lainnya dengan bola yang dikendalikannya.

d) Shooting

Shooting (menembak) adalah teknik yang dilakukan pemain dengan menendang langsung bola ke arah gawang lawan dengan tujuan untuk mencetak gol. Teknik shooting dapat dibedakan menjadi 3, yaitu *drive shoot/direct shoot* (tendangan keras langsung), *placing*/penempatan (tendangan yang tidak lebih keras dari drive shoot, namun membutuhkan akurasi yang baik), chip shoot (teknik tendangan dengan mencungkil bola dengan ujung kaki).

e) Heading

Heading adalah teknik yang dilakukan oleh pemain ketika menerima umpan dari rekannya, maupun teknik yang dilakukan pemain untuk menghalau umpan demi mencegah terjadinya gol.

f) Throwing

Teknik melempar (*throwing*) adalah teknik yang dilakukan pemain dengan melempar bola saat situasi lemparan ke dalam/*throw in*, ataupun yang sering dilakukan oleh kiper sebagai alternatif dari passing.

g) Goalkeeping

Teknik goalkeeping adalah teknik yang harus dikuasai oleh seorang penjaga gawang.

3) Latihan Taktik

Tujuan latihan taktik adalah untuk menumbuhkan pola pikir atau daya tafsir atlet yang sejalan dengan apa yang dibuat oleh pelatih. Peran taktik akan sangat krusial dalam olahraga beregu karena hal ini juga akan menyangkut kerjasama,

koordinasi dan komunikasi tim yang baik sehingga dapat menciptakan taktik yang baik. Dalam sepakbola terdapat dua jenis taktik yang digunakan dalam permainan, taktik menyerang dan taktik bertahan.

a) Taktik Menyerang

Primasoni & Sulistiyono (2016:31) menjelaskan, taktik menyerang dalam permainan sepakbola adalah rencana yang digunakan suatu tim untuk mencetak gol ke gawang lawan ketika tim sedang menguasai bola.

b) Taktik Bertahan

Taktik bertahan dalam permainan sepakbola adalah cara yang digunakan suatu tim untuk mencegah terjadinya gol ke gawang sendiri saat tim lawan sedang menguasai bola.

4) Latihan Mental

Salah satu kesalahan yang sering kali dijumpai dalam aktivitas melatih adalah banyak pelatih yang sering mengabaikan latihan mental karena pelatih tersebut hanya berfokus pada perbaikan latihan fisik, teknik dan taktik. Sehingga pada saat pertandingan yang sangat penting banyak pemain yang merasa tertekan oleh pihak lawan yang memprovokasi situasi dan menyebabkan pemain mengalami drop pada mentalnya.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa model latihan adalah prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman latihan untuk mencapai tujuan latihan. Dapat juga diartikan suatu pendekatan yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran (latihan).

4. Pengertian *Small-Sided Games*

Small-sided games adalah suatu metode yang dilakukan dengan memperkecil ukuran lapangan ataupun area latihan dengan jumlah pemain yang terlibat didalamnya yang juga lebih sedikit. Tujuan dari latihan menggunakan *small-sided games* adalah supaya pemain lebih sering mendapatkan kontak dengan bola dan banyak terlibat dalam situasi permainan karena ukuran lapangan yang lebih kecil dan pesertanya yang lebih sedikit dari permainan sepakbola yang sebenarnya. Charles & Rook (2012:105) menjelaskan bahwa *Small-sided games* merupakan latihan dengan situasi seperti pertandingan sebenarnya. Dirancang supaya pemain bisa belajar dan berkembang, menampilkan keterampilan terbaiknya. Jika pemain semakin sering menjalani latihan *small-sided games*, pemahaman pemain terhadap pentingnya kerjasama tim, pemosisian diri yang benar, dan pengambilan keputusannya akan berkembang pesat.

Dengan menerapkan metode latihan *small-sided games*, sasaran latihan akan dapat dicapai hingga dua sampai tiga aspek fisik sekaligus, yaitu fisik, teknik dan taktik (Ganesha, 2004:12). Situasi permainan dalam *small-sided games* memungkinkan pemain untuk menghadapi situasi permainan yang sebenarnya sehingga pemain akan mendapatkan aktivitas latihan yang lebih aktif. Jika pemain lebih sering mendapatkan sentuhan pada bola, maka kualitas *ball feeling* yang dimiliki pemain akan meningkat.

Latihan *small-sided games* dapat diterapkan kepada berbagai kelompok usia dengan mempertimbangkan durasi waktu, jumlah partisipan dan disesuaikan dengan kemampuan berdasarkan usia pemain. Dengan menekankan pada

permainan yang menyenangkan dan partisipasi pemain yang aktif, latihan *small-sided games* akan cocok digunakan pada atlet usia muda. Goodman dan Snow (2004:7) juga menekankan bahwa:

“lingkungan permainan *small-sided* adalah lingkungan yang sesuai dengan perkembangan untuk pemain sepakbola muda. Lingkungan ini adalah lingkungan yang menyenangkan yang berfokus pada pemain”

Goodman dan Snow menambahkan, hal-hal yang harus diperhatikan dalam menggunakan metode latihan *small-sided games* yaitu frekuensi latihan, durasi latihan dan *training session to match ratio* (sesi latihan yang disesuaikan dengan perbandingan waktu dalam pertandingan). Adapun rasio perbandingan yang dapat diberikan kepada atlet berdasarkan kelompok usia mereka dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Recommended Training Session to Match Ratio	
TRAINING	
■ Frequency	
■ Duration	
■ Training Sessions-to-Match Ratio	
U6:	1 day per week 45 minutes 1:1 Or 0:1 – the idea here is for the U6 players to show up on Saturday or Sunday for their hour which includes 20 to 30 minutes of appropriate activities and then a 3 v 3 match. This is the academy approach in which the players are not assigned to teams, but all children in the age group meet at the same time and place to be trained and have a game.
U8:	1 day per week 45 to 60 minutes 1:1
U10:	2 days per week 60 to 75 minutes 2:1
U12:	2 to 3 days per week 60 to 75 minutes 2 or 3:1

Gambar 1. Rekomendasi *small-sided games* (Goodman dan Snow, 2004:7)

Beberapa keuntungan yang dapat diperoleh dengan menggunakan latihan *small-sided games* yaitu:

- a. Sentuhan terhadap bola lebih banyak.
- b. Keterlibatan pemain dalam permainan lebih banyak.
- c. Dapat meningkatkan unsur teknik dasar dalam satu latihan.
- d. Pemain akan lebih banyak mengambil keputusan dalam suatu permainan.
- e. Banyak memainkan skema bertahan dan menyerang.
- f. Waktu untuk bermain lebih banyak.
- g. Dapat meningkatkan kondisi fisik.

Reilly & White dalam Koklu, et al. (2011:1522) mengungkapkan bahwa latihan aerobik secara *interval training* selama 6 minggu dengan latihan *small-sided games* memiliki peningkatan yang sama pada daya tahan aerobik dan anaerobik pada atlet sepakbola junior. Selain itu, baik itu drill latihan lari menggunakan *interval training* dan SSG dapat meningkatkan performa atlet sepakbola junior dalam bertanding. Simulasi permainan 3vs3 dan 5vs5 dapat meningkatkan jumlah waktu yang dihabiskan untuk melakukan aktivitas dengan intensitas tinggi seperti *sprint*. Simulasi permainan yang melibatkan lebih banyak pemain seperti 5vs5, 6vs6, 7vs7 dan 8vs8 dapat digunakan untuk mengembangkan kapasitas anaerobic threshold (85-90% dari denyut jantung maksimal), sedangkan simulasi permainan 3vs3 dan 4vs4 dapat digunakan untuk meningkatkan konsumsi oksigen maksimal (Little & Williams dalam Koklu, 2011:1523).

Latihan menggunakan *small-sided games* juga lebih efektif dalam meningkatkan mental atlet, karena atlet akan mendapatkan tekanan dari lawan

sehingga atlet akan terbiasa dengan situasi yang sama dalam permainan sesungguhnya. Dalam menerapkan metode *small-sided games* pada usia 12-15 tahun, pelatih perlu memperhatikan perbedaan dengan latihan *small-sided games* pada usia senior. Berdasarkan identifikasi yang dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa perbedaan latihan *small-sided games* yang ditujukan kepada kelompok usia senior dengan kelompok usia 12-15 tahun.

Tabel 1. Perbedaan Latihan Small-Sided Games Pada Usia Senior dan KU 12-15 Tahun

Usia Senior	KU 12-15 Tahun
Latihan lebih spesifik pada pemahaman taktik	Latihan taktik sebagai pengenalan dasar-dasarnya saja
Teknik lanjutan lebih banyak digunakan dalam <i>small-sided games</i>	Latihan teknik dasar lebih diutamakan dalam latihan <i>small-sided games</i>
Fisik atlet sudah terbentuk sehingga dapat melibatkan biomotor turunan	Fisik atlet masih mengalami perkembangan sehingga latihan hanya menasar pada biomotor dasar

5. Hakikat Sepakbola

Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga beregu yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing tim berjumlah 11 pemain. Tujuan dari permainan sepakbola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan untuk memperoleh kemenangan. Sepakbola dimainkan selama 2x45 menit dalam waktu normal, tim yang menang adalah tim yang berhasil mencetak gol lebih banyak dari tim lawan. Sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim menjaga dan mempertahankan sebuah gawang supaya tidak kebobolan dan berusaha untuk menjebol gawang lawan (Luxbacher, 2011: 2). Irianto (2016:3) juga menjelaskan bahwa sepakbola dapat diartikan

sebagai permainan beregu yang setiap regunya beranggotakan 11 pemain, dimana dalam proses memainkannya memerlukan kekuatan, keuletan, kecepatan, ketangkasan, daya tahan, keberanian, dan kerjasama tim yang dilakukan selama 2x45 menit dengan menggunakan teknik yang baik dan benar.

Dalam sepakbola, permainan boleh dilakukan dengan seluruh anggota badan kecuali dengan kedua lengan dan tangan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang yang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, baik dengan kaki maupun tangan. Menurut Herwin (2004:21), permainan sepakbola mencakup dua kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain yang meliputi:

a. Gerak Tanpa Bola

Fungsi dari pemain yang melakukan gerakan tanpa bola adalah untuk membuka ruang gerak yang sempit ketika sulit menerima umpan. Gerakan tanpa bola juga berarti pemain melakukan penjagaan pada daerah pertahanan timnya dengan melakukan gerakan merebut bola ataupun menutup ruang sehingga lawan sulit untuk melakukan passing ataupun shooting. Gerakan lainnya seperti berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbalik, berbelok dan berhenti tiba-tiba.

b. Gerak Dengan Bola

Seorang pemain harus menguasai gerakan teknik dengan bola baik itu dengan tujuan untuk melindungi bola dari lawan maupun untuk upaya mencetak gol. Teknik tersebut meliputi teknik *passing* (mengumpan), *shooting* (menembak),

controlling (mengendalikan), *heading* (menyundul), *dribbling* (menggiring), *ball feeling* (pengenalan bola dengan tubuh), *feinting* (gerak tipu), melindungi bola, *tackling* (merebut bola) dan *throwing* (melempar).

6. Karakteristik Anak Usia 12-15 Tahun

Usia 12-15 tahun termasuk ke dalam tahapan masa remaja awal. Pada masa remaja awal, anak akan mengalami perkembangan pada pengolahan informasi mereka. Menurut Sriwahyuniati (2017:78), masa remaja masuk pada perkembangan tahap operasional formal. Tahap operasional formal yaitu tahap terakhir perkembangan kognitif menurut teori Piaget. Anak pada usia ini telah mampu berpikir abstrak, idealistis dengan cara yang logis.

Selain mengalami perkembangan pada pengolahan informasi mereka, terdapat beberapa perkembangan lain yang dapat diperhatikan pada masa remaja awal, diantaranya:

a. Perkembangan Fisik

Ciri-ciri perkembangan pada masa remaja yang langsung dapat diamati adalah perkembangan fisik. Beberapa ciri-ciri fisik yang mengalami perkembangan antara lain yaitu: proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang (termasuk otot yang mengalami perkembangan pada bagian tertentu dan tulang-belulang), munculnya ciri-ciri sekunder (tumbuh bulu pada pubic region, yaitu rambut-rambut tanda kedewasaan misalnya kumis dan rambut genetalia) disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis (menstruasi pada wanita dan mimpi basah yang pertama pada pria), gerak-gerak tampak canggung dan kurang terkondisikan,

morfologi somatic (tipe tubuh) sudah dewasa, mulai muncul jerawat pada wajah (Fudyartanta, 2012:219).

b. Perkembangan Emosional

Herlina (2013:4) menjelaskan bahwa perkembangan emosional pada masa remaja antara lain adalah memahami perasaan sendiri dan memiliki kemampuan untuk menganalisis mengapa mereka merasakan dengan cara tertentu. Selain itu gender berperan signifikan dalam penampilan emosi remaja, laki-laki kurang menunjukkan emosi takut selama mengalami stress dibandingkan dengan perempuan.

c. Perkembangan Sosial

Pada masa remaja, perkembangan sosial juga mengalami perkembangan. Herlina (2013:4) menyebutkan bahwa pada masa remaja keterlibatan dalam hubungan sosial lebih mendalam dan secara emosional lebih intim daripada masa kanak-kanak. Selain itu jaringan sosial lebih luas, meliputi jumlah orang yang semakin banyak dan jenis hubungan yang berbeda.

Karakteristik remaja awal jika dilihat dari sudut pandang pembinaan jangka panjang atlet, anak telah masuk pada tahap multilateral akhir. Balyi (2013:232) menjelaskan bahwa pada tahap ini, anak telah masuk pada fase *train to train*. Tahap ini adalah tahap dimana seseorang secara fisiologi responsif terhadap rangsangan dan latihan. Pada tahap ini, mereka akan lebih tinggi mengalami resiko *overtraining*, *overuse* dan *burnout*. Oleh karena itu, sangat penting bagi pelatih dalam merencanakan program latihan bagi atlet di usia ini.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan berfungsi untuk memperkuat proses penelitian yang dilakukan saat ini dengan mengidentifikasi hasil-hasil penelitian yang sudah dilakukan. Penelitian yang relevan adalah penelitian yang sudah ada sebelum penelitian ini disusun. Adapun penelitian tersebut diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Martua Sandeni Sidabutar (2020). Penelitian ini menghasilkan produk berupa buku yang berjudul “Fun Football untuk Anak Usia Dini” yang bertujuan untuk membuat model pengembangan permainan sepakbola yang menyenangkan untuk meningkatkan minat pada pembinaan sepakbola anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan adalah pra penelitian dan pengembangan Research and Development (R&D), dimana produk yang dihasilkan masih merupakan produk awal. Langkah-langkah penelitian ini mengadaptasi dari penelitian Sugiyono. Karena merupakan pra penelitian Research and Development (R&D), maka penelitian ini baru sampai dengan tahap 4 dari 10 tahap yang ada, yaitu identifikasi potensi masalah, pengumpulan informasi, desain produk, dan validasi produk. Buku ini telah mendapatkan penilaian dari ahli materi dan ahli media. Sehingga secara garis besar, buku “Fun Football” layak digunakan sebagai model pengembangan permainan sepakbola yang menyenangkan untuk meningkatkan minat pada pembinaan sepakbola anak usia dini.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Anggit Prasajo (2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku latihan taktik dalam permainan sepakbola untuk usia 13-15 tahun, yang berisi tentang taktik attacking dan defending sepakbola yang

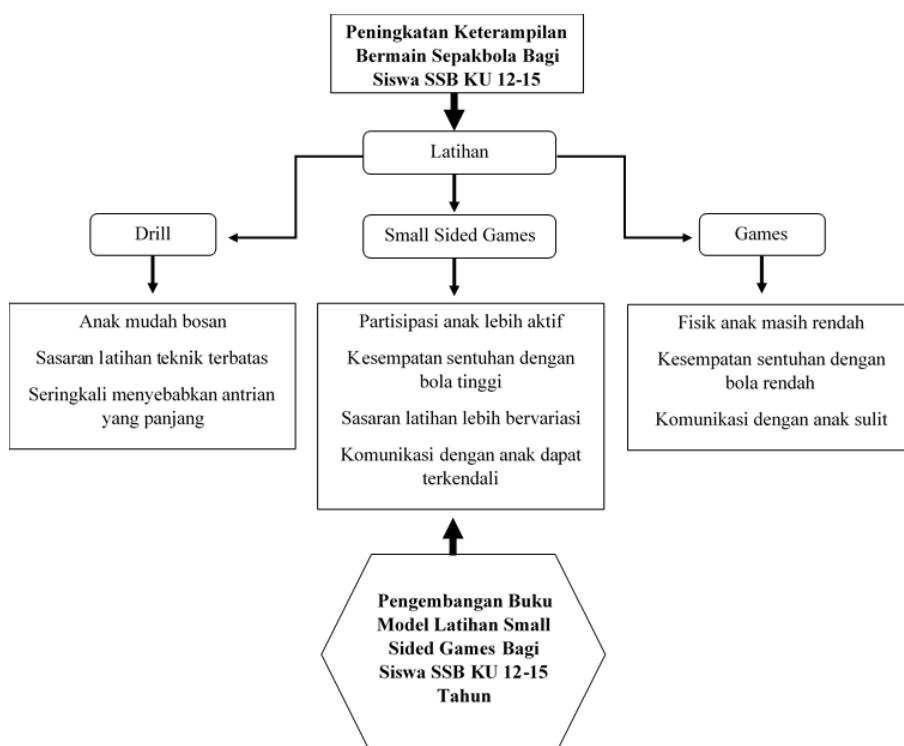
mudah dipahami dan mudah dipelajari. Metode penelitian yang digunakan adalah research and development dengan mengacu langkah penelitian Sugiyono yang diadaptasi menjadi 10 langkah. Subjek penelitian ini adalah pemain usia 13-15 tahun dan pelatih sepakbola. Uji coba kelompok kecil dilakukan terhadap 10 orang, uji coba kelompok besar dengan 20 orang. Instrumen yang digunakan dengan menggunakan angket tertutup. Hasil data yang diperoleh adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan buku latihan taktik dalam permainan sepakbola layak digunakan sebagai media pembelajaran taktik attacking dan defending sepakbola usia 13-15 tahun yang mudah dipahami dan dipelajari. Dari hasil validasi ahli materi dan ahli media, didapatkan bahwa hasil penilaian yang layak. Dengan demikian mendapatkan kesimpulan bahwa buku ini layak digunakan. Saran dari buku ini bisa menambahkan materi variasi taktik agar lebih kompleks lagi.

C. Kerangka Berpikir

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Oleh karena itu pada tahap ini, pelatih sebaiknya dapat memberikan program latihan yang tepat bagi anak didiknya. Pemilihan jenis latihan yang tepat disertai dengan dosis latihan yang baik akan memberikan peningkatan hasil latihan baik itu dari segi fisik, teknik, taktik dan mental. Akan tetapi, seringkali pelatih selalu memberikan metode latihan yang monoton dan tidak bervariasi. Sehingga anak akan cepat bosan dalam latihan. Selain itu, sasaran peningkatan yang didapatkan hanya bertujuan pada satu hingga dua aspek saja. Sehingga aspek yang

lain tidak terlalu diperhatikan. Padahal pada kelompok usia diantara 12 hingga 15 tahun merupakan masa yang baik bagi anak dalam merespon rangsangan latihan sebelum masuk ke tahap yang lebih spesifik.

Dari hasil pemikiran itulah peneliti memiliki gagasan untuk mengembangkan buku yang khusus membahas mengenai model-model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun. Metode latihan small sided games dapat menjadi solusi bagi pelatih dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola bagi anak khususnya siswa SSB KU 12-15 tahun. Melalui *small-sided games*, pelatih dapat menerapkan tujuan latihan yang bervariasi pula. Alur kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 2. Alur Kerangka Berpikir

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah dan kerangka berpikir di atas maka dapat dirumuskan pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana langkah-langkah mengembangkan buku “model latihan *small-sided games* bagi siswa SSB KU 12-15 tahun”?
2. Bagaimana kelayakan produk buku “model latihan *small-sided games* bagi siswa SSB KU 12-15 tahun” yang dihasilkan?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

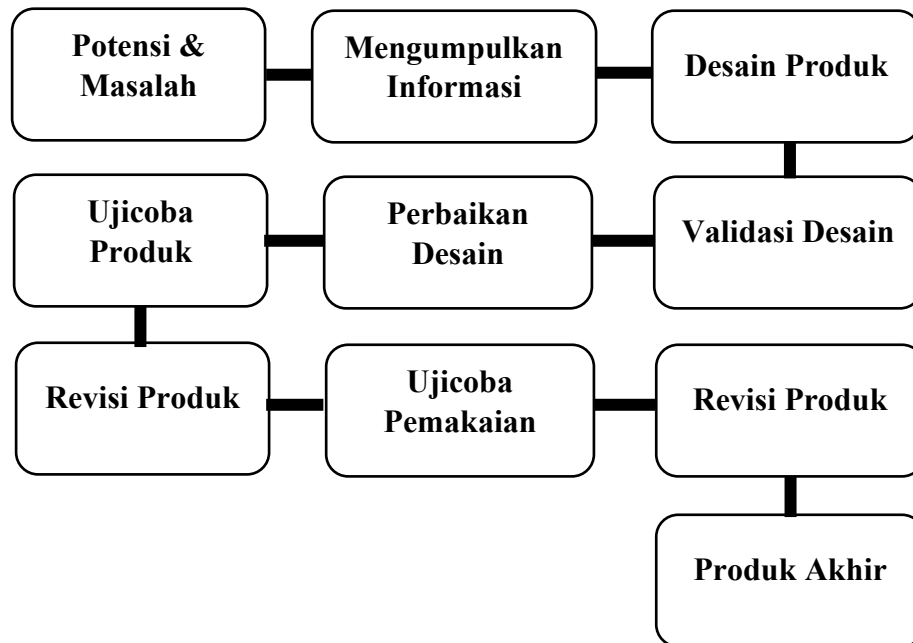
Penelitian ini menerapkan menerapkan metode penelitian dan pengembangan yang bertujuan untuk menghasilkan suatu produk (*research and developepment*). Metode penelitian dan pengembangan merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan desain produk tertentu, menguji efektivitas, serta validitas desain yang telah dibuat sehingga produk menjadi teruji dan dapat digunakan oleh umum (Sugiyono, 2016:297).

Meskipun metode penelitian dan pengembangan banyak digunakan pada disiplin ilmu alam dan teknik, namun penelitian dan pengembangan juga dapat diterapkan pada bidang ilmu lainnya seperti ilmu sosial, manajemen serta pendidikan. Dalam bidang pendidikan, salah satu produk yang dapat dihasilkan dari penelitian dan pengembangan adalah media yang dapat mendukung kegiatan pelatihan. Penelitian dan pengembangan dalam proses pelatihan adalah suatu proses dalam mengembangkan dan menyempurnakan produk-produk yang dapat digunakan dalam aktivitas latihan. Dalam penelitian ini berfokus pada pembuatan buku yang memuat tentang materi dan model-model latihan *small-sided games* dalam sepakbola untuk kelompok usia 12-15 tahun.

B. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dan pengembangan merupakan langkah-langkah yang harus dilakukan dalam upaya untuk menghasilkan suatu produk yang telah

direncanakan. Menurut Sugiyono (2016:298), langkah-langkah dalam penelitian pengembangan dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 3. Langkah-langkah Prosedur Penelitian dan Pengembangan (Sugiyono, 2016:298)

Prosedur penelitian dan pengembangan memiliki prosedur dasar yang memiliki dua fungsi, yaitu sebagai fungsi pengembangan untuk mengembangkan suatu produk, dan fungsi validasi yaitu untuk menguji keefektifan suatu produk. Prosedur penelitian yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah prosedur pengembangan produk.

Karena keterbatasan peneliti dalam melaksanakan penelitian, maka prosedur penelitian disesuaikan dengan situasi dan kemampuan peneliti. Meskipun begitu, prosedur penelitian tetap mengacu pada gambar diatas yaitu prosedur penelitian dan pengembangan menurut Sugiyono. Berikut ini adalah langkah penelitian yang telah diringkas oleh peneliti:

1. Mengidentifikasi Potensi dan Masalah

Langkah awal dalam melaksanakan prosedur penelitian adalah mengidentifikasi masalah yang ada. Penelitian selalu didasari oleh masalah yang muncul sehingga menghambat suatu tujuan tertentu. Menurut Sugiyono (2016:32), permasalahan dapat diidentifikasi apabila (1) Terjadi penyimpangan antara pengalaman dengan kenyataan, (2) Terdapat penyimpangan antara apa yang telah direncanakan dengan kenyataan, (3) Ada pengaduan, (4) Adanya kompetisi.

Dalam penelitian ini, potensi masalah diambil dari hasil kegiatan selama peneliti melaksanakan Praktik Kependidikan (PK). Permasalahan yang ditemukan peneliti adalah terdapat penyimpangan antara apa yang telah direncanakan dengan kenyataan (Sugiyono, 2016:32). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 5 pelatih di Klub Radjawali Junior, 4 dari 5 pelatih menyatakan bahwa mereka kesulitan untuk menerapkan model latihan *small-sided games* karena kurangnya sumber referensi yang dimiliki, selain itu kemampuan pelatih dalam berbahasa Inggris masih rendah, sehingga pelatih akan cenderung tidak tertarik dengan sumber referensi berbahasa Inggris.

2. Mengumpulkan Informasi

Langkah berikutnya adalah pengumpulan informasi yang dapat mendukung tercapainya kegiatan penelitian ini. Informasi didapatkan melalui hasil pelaksanaan kegiatan Praktik Kependidikan. Selain itu peneliti mengumpulkan bahan materi yang dibutuhkan dengan mencari referensi dari buku-buku dan mencari referensi melalui internet.

Tabel 2. Sumber Referensi yang Mendukung Dalam Penelitian

No	Judul Buku	Sumber Literasi
1	50 Small-sided Games That Make a Different	www.worldclasschoaching.com
2	US Youth Soccer: Small-sided Games Manual	Google Scholar
3	Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia	www.pssi.org
4	Small-sided Games in Soccer: A Systematic Review	Google Scholar
5	Small-sided and Conditioned Games in Soccer Training: The Science and Practical Applications	Google Scholar
6	Small-sided Games and Integrating Physical Preparation: 100 Training Games	Google Book
7	Small-sided Games in Youth Soccer: Performance and Behavior Compared to the Official Match	Gramedia
8	Panduan Kepelatihan Sepakbola Anak	Gramedia
9	Small-Sided Games Sebagai Sarana Untuk Mengembangkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Dalam Permainan Sepakbola	journal.uny.ac.id
10	Using Play in Your Practice: 100 Small Sided Games	Google Book

3. Mendesain dan Membuat Produk Awal

Kegiatan dalam tahap ini adalah peneliti melakukan perencanaan desain buku dan membuat produk awal. Produk awal dari penelitian ini adalah buku model latihan *small-sided games* sepakbola untuk KU 12-15 tahun. Setelah mengumpulkan informasi dari masalah-masalah yang ada dilapangan, peneliti merancang desain produk yang sesuai dengan potensi dan masalah tersebut, peneliti

juga melakukan analisis materi. Analisis ini mencakup analisis struktur isi, materi atau model yang dibahas disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan atlet. Hasil analisis yang telah diperoleh digunakan sebagai acuan untuk menentukan desain produk. Tahapan Penyusunan konsep desain produk yaitu:

a. Pembuatan Kerangka dan Pengumpulan Materi

Tahap pertama dalam pembuatan produk awal adalah pembuatan kerangka materi dalam buku model latihan *small-sided games*. Selain itu, dalam tahap ini peneliti juga mengumpulkan materi yang akan dijadikan materi utama berdasarkan latihan *small-sided games* untuk atlet KU 12-15 tahun. Pengumpulan materi dilakukan dengan mengkaji sumber referensi dari buku yang masih relevan. Selain itu pengumpulan referensi yang dijadikan sebagai materi juga diambil dari internet.

b. Penentuan Desain Buku Model Latihan Small-Sided Games

Tahap selanjutnya adalah perencanaan desain buku antara lain yaitu penentuan desain cover buku, desain layout halaman buku, pemilihan gambar untuk cover buku, pembuatan desain gambar untuk materi dalam buku dan menentukan posisi gambar dan isi materi.

c. Evaluasi Kelayakan Produk Secara Mandiri

Evaluasi diri dilakukan untuk mengetahui kualitas dari produk yang telah direncanakan, sebelum ke tahap pembuatan buku, penilaian ini dilakukan oleh peneliti sendiri yang dibantu oleh dosen pembimbing. Setelah menentukan desain, tahap selanjutnya adalah pembuatan produk yang berupa Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Sepakbola Untuk KU 12-15 Tahun. Setelah membuat desain gambar latihan, desain gambar latihan akan diberikan keterangan disetiap model

latihan dan dikemas dalam bentuk buku. Produk awal yang sudah terbentuk kemudian akan divalidasi oleh para ahli; ahli media, dan ahli materi.

4. Validasi Desain

Tahap selanjutnya setelah produk selesai disusun adalah proses validasi. Validasi adalah derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti (Sugiyono, 2016:267). Validasi berfungsi untuk mengetahui dan memperbaiki kesalahan produk yang ada pada produk yang sedang dikembangkan. Proses penilaian produk dilakukan secara rasional, logis dan analitis. Penilaian akan dilakukan oleh validasi ahli yaitu ahli materi dan ahli media. Produk awal akan dinilai dan diberikan masukan oleh para ahli.

a. Ahli Materi

Ahli materi memberikan penilaian mengenai kesesuaian materi dengan tujuan produk yang dikembangkan. Ahli materi juga akan menambahkan masukan terkait isi dalam buku untuk meningkatkan kualitas buku model latihan *small-sided games* untuk KU 12-15 Tahun.

b. Ahli Media

Ahli media menilai beberapa aspek tampilan yang terdapat pada buku diantaranya adalah karakteristik produk, pengaturan tata letak gambar dan materi serta aspek pemrograman lainnya.

5. Revisi Desain

Setelah produk mendapatkan masukan dan arahan dari ahli materi dan ahli media, langkah selanjutnya adalah merevisi produk untuk memperbaiki kekurangan

yang ada dalam produk. Pelaksanaan revisi produk akan terus berjalan hingga hasil penilaian dari para ahli terhadap produk sudah layak untuk diuji cobakan.

6. Produk Akhir

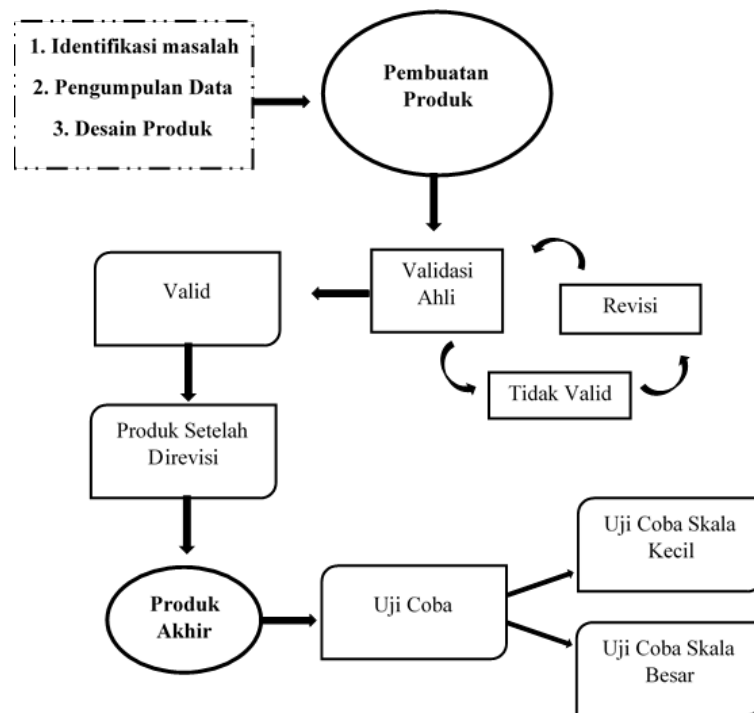
Produk akhir merupakan hasil penilaian dari para ahli yang sudah memvalidasi produk sehingga layak untuk memasuki tahapan selanjutnya yaitu uji coba produk.

7. Uji Coba Produk

Langkah terakhir yaitu uji coba produk dilakukan setelah produk mendapatkan penilaian kelayakan oleh ahli materi dan ahli media bahwa produk yang sedang dikembangkan sudah layak untuk diuji cobakan di lapangan. Peneliti menerapkan dua kali uji coba yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Tujuan dilakukannya dua kali uji coba ini adalah untuk memperoleh data yang digunakan sebagai dasar dalam menetapkan kelayakan produk media buku model latihan *small-sided games* KU 12-15 tahun yang dihasilkan.

Data yang dihasilkan dari uji coba kemudian digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan buku tersebut yang merupakan produk dari penelitian dan pengembangan ini. Dengan dilakukannya uji coba ini kualitas materi dan media yang dikembangkan benar-benar telah teruji secara sistematis dan layak dijadikan sebagai media pembelajaran/pelatihan.

Langkah-langkah dalam penelitian ini kemudian dapat dijabarkan dalam alur seperti gambar dibawah ini:



Gambar 4. Langkah-langkah Pengembangan Buku Model Latihan *Small-Sided Games* KU 12-15 Tahun

C. Subjek Uji Coba

Subjek uji coba dalam penelitian pengembangan ini menggolongkan subjek ujicoba menjadi dua, yaitu:

1. Subjek Uji Coba Ahli

a. Ahli Materi

Ahli materi dalam penelitian ini adalah Bapak Drs. Herwin, M.Pd. selaku dosen kepelatihan cabang olahraga sepakbola di FIK. Beliau merupakan dosen yang mengampu mata kuliah teori dan metodologi latihan fisik sepakbola dan perencanaan program latihan sepakbola. Selain itu, Beliau juga telah memiliki pengalaman menangani beberapa klub professional di Indonesia. Dalam penelitian ini, ahli materi berkontribusi dalam memberikan saran dan penilaian terhadap

produk buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun sehingga sesuai dengan materi latihan *small-sided games*.

b. Ahli Media

Ahli media dalam penelitian ini adalah Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M. Or. Selaku dosen di jurusan kepelatihan cabang olahraga sepakbola. Selain itu, Beliau merupakan dosen pengampu mata kuliah teknologi kepelatihan sepakbola. Beliau juga merupakan ahli dalam bidang media kepelatihan. Dalam penelitian ini, ahli media berkontribusi dalam memberikan saran dan penilaian terhadap etika dan estetika produk yang dikembangkan.

2. Subjek Uji Coba Skala Besar dan Skala Kecil

a. Uji Coba Produk Skala Kecil

Uji coba pertama yaitu uji coba kelompok kecil, yang merupakan kegiatan menguji produk yang dikembangkan kepada subjek yang dipilih. Subjek uji coba adalah mahasiswa program studi pendidikan kepelatihan olahraga tahun ajaran 2017 yang telah memiliki pengalaman melatih di SSB minimal selama 3 bulan. Jumlah subjek uji coba skala kecil pada penelitian ini adalah 10 orang. Setelah dilakukan uji coba skala kecil, maka akan dilakukan revisi kembali terhadap produk sehingga produk layak untuk diproduksi dan diterapkan.

b. Uji Coba Produk Skala Besar

Uji coba produk skala besar dilakukan pada 20 pelatih yang terdiri dari 7 Pelatih SSO Real Madrid Foundation UNY, 5 Pelatih Radjawali FC Junior, 2 Pelatih SSB Satria Sembada Sleman, 2 Pelatih SSB 89 Selindung, 1 Pelatih LPBS Mutiara Purwokerto, 1 Pelatih SSB Bhayangkara Kendal, 1 Pelatih SSB Gelora

Muda dan 1 Pelatih PS HW Demak U15. Prosedur pelaksanaan yang dilakukan dalam uji coba pada tahap ini sama seperti uji coba skala kecil, yang membedakan hanya jumlah subjek uji coba yang lebih banyak.

D. Teknik Sampling, Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

Teknik pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, menurut Sugiyono (2016:85) teknik *purposive sampling* adalah teknik pemilihan sampel dengan pertimbangan tertentu. Teknik ini akan sesuai digunakan pada penelitian yang tidak melakukan generalisasi pada sampel/subyek penelitian.

Sugiyono (2016:92) menjelaskan, instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Selain itu instrument adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati. Instrumen yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data

No	Metode Pengumpulan Data	Instrumen Pengumpulan Data
1	Wawancara	Langsung/Tanya Jawab
2	Kuesioner/Angket	Lembar Angket Validasi Ahli Materi Lembar Angket Validasi Ahli Media Lembar Uji Coba Kelompok Kecil Lembar Uji Coba Kelompok Besar

1. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga yang lebih mendalam dan jumlah responden sedikit. Menurut Sugiyono (2016:138) wawancara dapat dilakukan secara terstruktur maupun tidak terstruktur. Wawancara dapat dilakukan melalui tatap muka maupun melalui media komunikasi lainnya.

Teknik pengumpulan data dengan wawancara dalam penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur. Peneliti sebagai pewawancara telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis beserta jawabannya yang juga telah disiapkan. Setiap responden diberikan pertanyaan yang sama, yaitu mengenai materi wawancara yang berhubungan dengan pembuatan buku model latihan *small-sided games* untuk KU 12-15 Tahun.

2. Kuesioner / Angket

Instrumen penelitian yang digunakan selanjutnya adalah Kuesioner/Angket. Kuesioner/Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2016:142). Sugiyono (2016:92) menambahkan, dalam membuat instrumen angket, terdapat macam-macam skala pengukuran yang dapat digunakan, salah satunya adalah *Skala Likert*. *Skala Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial. Arikunto (2009:44) menjelaskan, *Skala Likert* dapat menggunakan model 5 kelompok, yaitu:

Tabel 4. *Skala Likert* dengan 5 Kelompok

No	Skala
1	Sangat Tidak Layak
2	Tidak Layak
3	Cukup Layak
4	Layak
5	Sangat Layak

Instrumen penilaian oleh ahli materi yaitu dalam bentuk angket. Berikut ini adalah aspek yang dinilai oleh ahli materi:

Tabel 5. Aspek Penilaian Ahli Materi

No	Aspek Penilaian	Jumlah Butir
1	Aspek Materi	7
2	Aspek Tata Letak dan Tulisan Materi	3
Jumlah		10

Aspek materi terdiri dari 7 item. Aspek materi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Aspek Penilaian Materi

No	Aspek Penilaian
1	Kesesuaian materi dengan judul
2	Kesesuaian gambar dengan materi
3	Kejelasan materi
4	Keruntutan dan kemenarikan materi
5	Kejelasan penggunaan petunjuk dalam gambar
6	Keruntutan gambar
7	Kebermaknaan materi

Aspek Tata Letak dan Tulisan Materi terdiri dari 3 item. Aspek Tata Letak dan Tulisan Materi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 7. Aspek Penilaian Tata Letak dan Tulisan Materi

No	Aspek Penilaian
1	Ketepatan pemilihan Bahasa
2	Ketepatan tata letak
3	Kesesuaian tulisan

Instrumen penilaian oleh ahli media yaitu dalam bentuk angket. Berikut ini adalah aspek yang dinilai oleh ahli media:

Tabel 8. Aspek Penilaian Ahli Media

No	Aspek Penilaian	Jumlah Butir
1	Aspek Desain dan Tampilan	11
2	Aspek Tata Letak dan Tulisan	4
Jumlah		15

Aspek Desain dan Tampilan terdiri dari 11 item. Aspek materi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9. Aspek Penilaian Desain dan Tampilan

No	Aspek Penilaian
1	Ketepatan pemilihan warna pada <i>cover</i>
2	Keharmonisan warna tulisan dengan warna <i>cover</i>
3	Kemenarikan pemilihan desain <i>cover</i>
4	Desain menampilkan pusat pandang yang baik
5	Kesesuaian pengaturan <i>margin</i> dan spasi
6	Kesesuaian halaman
7	Kesesuaian ukuran buku
8	Kesesuaian ukuran gambar model latihan

9	Kejelasan gambar model latihan
10	Kesesuaian relevansi gambar dengan materi
11	Penulisan keterangan pada gambar tidak mengganggu halaman

Aspek Tata Letak dan Tulisan terdiri dari 4 item. Aspek materi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 10. Aspek Penilaian Tata Letak dan Tulisan

No	Aspek Penilaian
1	Penggunaan font dalam materi yang konsisten
2	Kesesuaian tata letak huruf
3	Ketepatan penggunaan variasi huruf (<i>bold, italic, underline, capital</i>)
4	Ketepatan penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman

Uji coba kelompok kecil dan kelompok besar dilakukan untuk menguji kelayakan produk yang telah melalui penilaian oleh para ahli. Uji coba ini juga untuk menilai seberapa layak produk akan disebarluaskan. Pada ujicoba skala kecil dan besar ini instrumen yang digunakan juga memakai Kuesioner/Angket jenis *Skala Likert* model kelompok 5.

Aspek yang dinilai pada ujicoba skala kecil dan skala besar dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 11. Aspek Uji Coba Kelompok Kecil dan Kelompok Besar

No	Aspek Penilaian
Tampilan	
1	Kemenarikan <i>cover</i>
2	Kemenarikan pemilihan gambar <i>cover</i>
3	Kesesuaian desain
4	Keharmonisan warna dan tulisan
5	Kemenarikan gambar dalam materi
6	Ketepatan ukuran gambar model latihan
Materi	
7	Ketepatan materi dengan judul buku
8	Kesesuaian materi dengan sasaran usia
9	Keserasian penyajian gambar dan penjelasan
10	Keruntutan materi
11	Keberagaman model latihan
Keterbacaan	
12	Kesesuaian tanda baca
13	Kesesuaian bahasa
14	Kesesuaian keterangan model latihan
15	Ketepatan tata letak huruf

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian pengembangan ini, data yang akan diperoleh dibagi menjadi 2 jenis data, yaitu data kualitatif dan kuantitatif. Zein (2018:4) mengemukakan bahwa data kualitatif bisa disebut juga dengan data kategorik karena variabel data tersebut memiliki kategori variabel. Sedangkan data kuantitatif bisa disebut dengan data numerik karena variabel data berupa angka dan tidak memiliki kategori. Dalam penelitian ini, data yang jenisnya data kualitatif adalah

data yang berupa kalimat yang diperoleh dari hasil masukan dan saran dari para ahli dan subjek lainnya yang terlibat dalam penilaian produk. Sedangkan data yang masuk ke dalam jenis kuantitatif adalah angka hasil penilaian dari pengumpulan data kuesioner/angket.

Sugiyono (2016:147) menjelaskan, analisis data dalam penelitian kuantitatif dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Teknik analisis data merupakan cara untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan. Analisis data mencakup seluruh kegiatan mengklarifikasi, menganalisa dan menarik kesimpulan dari semua data yang terkumpul dalam tindakan. Setelah data terkumpul, maka data tersebut akan diolah. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah analisa data statistik kuantitatif deskriptif. Persentase dimaksudkan untuk mengetahui status sesuatu kemudian ditafsirkan dengan kalimat yang bersifat kualitatif. Rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiyono (2011: 559) adalah sebagai berikut:

$$| \{ \text{Rumus: } SH/SK \} |$$

Keterangan: SH= skor hitung, SK= skor kriteria/idea

Hasil perhitungan data selanjutnya dibuat dalam bentuk persentase dengan dikalikan 100%. Hasil presentase digunakan untuk memberikan jawaban atas kelayakan dari aspek-aspek yang diteliti. Setelah diperoleh persentase dengan rumus tersebut, selanjutnya kelayakan media buku model latihan *small-sided games* sepakbola KU 12-15 tahun ini akan digolongkan dalam kategori kelayakan. Menurut Arikunto (2009: 44) terdapat 5 pembagian kategori kelayakan. Kelompok

ini memperhatikan rentang dari bilangan presentase. Nilai maksimal yang diharapkan adalah 100% dan minimum 0%. Pembagian rentang kategori kelayakan menurut arikunto (2009: 44) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 12. Persentase Kelayakan (Arikunto, 2009: 44)

No	Persentase	Kelayakan
1	81% - 100%	Sangat Layak
2	61% - 80%	Layak
3	41% - 60%	Cukup Layak
4	21% - 40%	Tidak Layak
5	< 21%	Sangat Tidak Layak

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun

Media kepelatihan yang dikembangkan oleh peneliti berupa produk media dalam bentuk buku kepelatihan dalam sepakbola. Peneliti menghasilkan produk buku dengan judul “Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun” dengan tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti yaitu untuk menambah sumber referensi bagi pelatih yang ingin menggunakan metode *small-sided games* dalam sesi latihan.

Sebelum peneliti membuat rancangan produk yang akan dikembangkan, peneliti melakukan wawancara dengan Pelatih Radjawali FC yang melatih kelompok usia dibawah 15 tahun. Hambatan yang biasa dialami para pelatih Radjawali FC adalah rendahnya antusias dari anak didik ketika diberikan drill latihan yang hanya berfokus pada satu unsur latihan. Selain itu para anak didik akan beralasan cepat lelah dan langsung menginginkan game. Sedangkan bagi pelatih sendiri selalu memiliki hambatan dalam merancang sesi latihan yang menarik bagi anak didik.

Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah mencari buku-buku maupun sumber literasi lainnya yang berkaitan dengan model latihan *small-sided games* dalam sepakbola. Peneliti melakukan pencarian di beberapa toko buku dan di perpustakaan FIK UNY serta di perpustakaan lainnya dengan mengakses secara

online. Hasil yang didapatkan peneliti adalah masih sedikitnya sumber buku yang membahas mengenai model latihan *small-sided games* dalam sepakbola dalam bahasa Indonesia. Selain itu belum ditemukannya buku model latihan *small-sided games* dalam sepakbola untuk anak-anak usia 12-15 tahun.

Perancangan produk diawali dengan mencari penelitian dengan hasil yang relevan sebagai acuan peneliti dalam membuat produk dan mencari referensi buku yang berkaitan dengan pengembangan buku model latihan *small-sided games* untuk kelompok usia 12-15 tahun. Kemudian rancangan produk yang akan dikembangkan didiskusikan dengan dosen pembimbing yaitu Bapak Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. untuk mendapat rancangan yang sesuai dengan materi yang terdapat didalam latihan *small-sided games* dalam sepakbola. Setelah peneliti membuat draf buku yang kemudian sudah disetujui oleh dosen pembimbing, langkah selanjutnya adalah peneliti membuat materi utama berupa gambar-gambar model latihan *small-sided games* dengan menggunakan aplikasi *CorelDraw*. Model-model latihan yang akan dijadikan materi dalam buku ini adalah hasil dari kegiatan Praktik Kependidikan yang dilakukan peneliti selama bulan Agustus-Desember 2020. Selain itu, peneliti juga melakukan pencarian referensi dari berbagai sumber untuk menambah variasi model latihan.

Setelah model-model latihan yang didesain dengan aplikasi *CorelDraw* telah selesai dibuat, peneliti kemudian membuat materi lainnya berupa penjelasan langkah-langkah pelaksanaan, sasaran latihan, unsur latihan yang terlibat dalam model latihan serta variasi yang dapat dibuat. Penjelasan dari materi tersebut dibuat

menggunakan *Microsoft Word*. Setelah kedua materi baik itu gambar model latihan dan juga penjelasan dari model latihan telah selesai dibuat, langkah selanjutnya adalah menggabungkan kedua materi tersebut menjadi sebuah produk buku “Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15” menggunakan aplikasi *Microsoft Publisher*.

Materi utama dalam buku dibagi menjadi 4 BAB. BAB I yaitu pendahuluan membahas mengenai *small-sided games* secara singkat, serta penjelasan dari gambar dalam materi. BAB II membahas mengenai model latihan *small-sided games* yang memiliki unsur latihan yang dominan dengan fisik. BAB III membahas mengenai model latihan *small-sided games* yang memiliki unsur latihan yang dominan dengan teknik. Sementara BAB IV yaitu membahas model latihan *small-sided games* yang dominan dengan unsur latihan taktik. Selain materi utama berupa model-model latihan *small-sided games* dalam sepakbola, peneliti juga menambahkan materi tambahan berupa ukuran lapangan dalam sepakbola, isyarat wasit dalam sepakbola serta istilah-istilah dalam sepakbola.

Ukuran dari produk buku yang dikembangkan adalah 26 x 18 cm dengan warna dasar putih. Memiliki jumlah halaman sebanyak 111 halaman dengan 2 halaman pengantar, 2 halaman daftar isi, 103 halaman untuk bab pendahuluan sampai bab istilah dalam sepakbola, 2 halaman daftar pustaka dan 1 halaman biografi penulis. Bahan kertas yang digunakan dalam cover menggunakan ivory 210 gr dan pada bagian isi buku menggunakan kertas hvs 80 gr.

B. Hasil Penelitian Produk “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”

1. Validasi Ahli Materi dan Revisi

Pengembangan media kepelatihan “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun” divalidasi oleh para ahli dibidangnya, yaitu ahli materi dan ahli media dalam sepak bola. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan tinjauan ahli yang menghasilkan beberapa revisi sebagai berikut:

a. Validasi Ahli Materi Tahap Pertama

Ahli materi yang menjadi validator dalam penelitian “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun” ini adalah Bapak Drs. Herwin, M.Pd. beliau adalah salah seorang dosen Kepelatihan Sepak bola, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki keahlian pada bidang sepakbola. Adapun hasil yang diperoleh dari validasi ahli materi adalah sebagai berikut:

Tabel 13. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap Pertama

No	Aspek Penilaian	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
1	Materi di dalam buku “Model Latihan Small-Side Games Untuk Siswa SSB Ku12-15 Tahun” sudah sesuai dengan latihan small-sided games bagi kelompok usia 12-15 tahun	4	5	80%	Layak
2	Gambar yang disajikan jelas dan mudah dipahami	4	5	80%	Layak
3	Materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami	3	5	60%	Cukup Layak
4	Materi yang disajikan sudah runtut dari materi yang sederhana ke materi yang lebih kompleks dan menarik	4	5	80%	Layak
5	Petunjuk dalam gambar jelas dan mudah dipahami	3	5	60%	Cukup Layak
6	Gambar yang disajikan runtut sesuai dengan materi	4	5	80%	Layak
7	Kebermaknaan penggunaan materi bagi pelatih dan atlet sepakbola	4	5	80%	Layak
8	Buku Model Latihan Small-sided Games Untuk Siswa SSB KU 12 Tahun memiliki tujuan yang jelas untuk pembelajaran latihan dalam sepakbola	5	5	100%	Sangat Layak
9	Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh pelatih dan atlet sepakbola	4	5	80%	Layak
10	Penulisan model latihan sudah sesuai dengan latihan dalam sepakbola	4	5	80%	Layak
Jumlah		39	50	78%	Layak

Berdasarkan hasil dari validasi ahli materi pada tahap pertama, didapatkan jumlah skor sebanyak 39 dari jumlah skor maksimal sebesar 50 dengan presentase

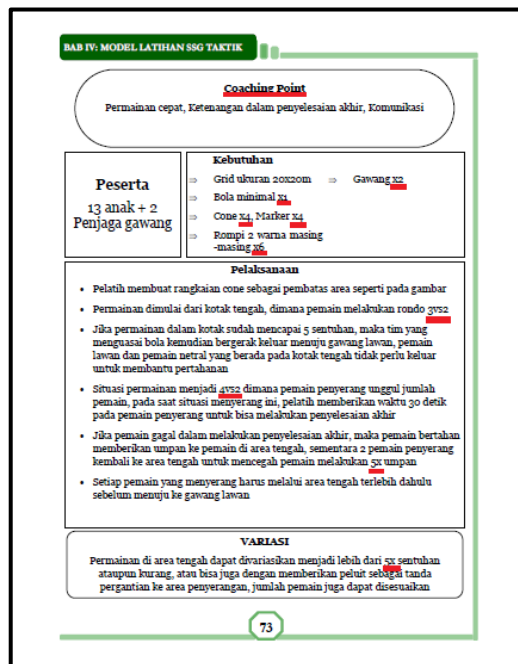
sebesar 78%. Dengan demikian, produk yang dikembangkan dapat dinyatakan dalam kategori “layak”. Namun terdapat saran dari ahli materi dan perlu dilakukan revisi sebelum bisa dilakukan uji coba.

1) Revisi Produk Tahap Pertama berdasarkan Ahli Materi

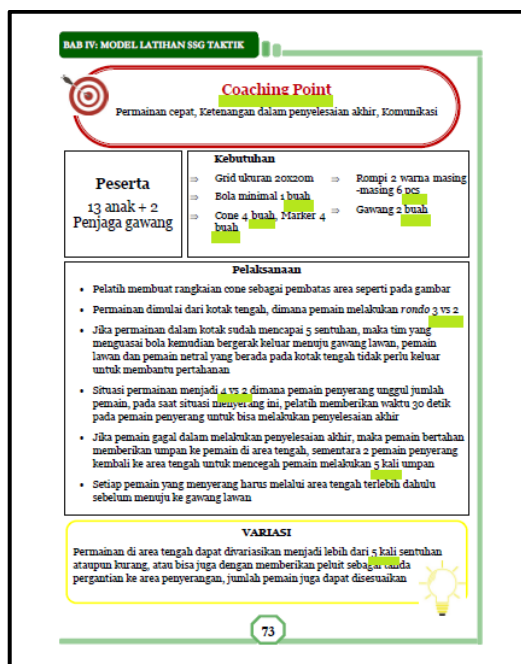
Berdasarkan hasil validasi materi tahap pertama yang berupa penilaian dan saran terhadap materi yang dikembangkan terhadap produk “Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”, maka pada tahap ini dilakukan beberapa revisi antara lain:

a.) Tata tulis menggunakan istilah yang umum

Beberapa penulisan dalam materi yang disarankan oleh ahli materi untuk diperbaiki antara lain yaitu ukuran tulisan sub judul pada “Coaching Point” yang sebaiknya diperbesar, banyaknya peralatan yang dibutuhkan diganti dari penggunaan tanda “x” menjadi menggunakan kata “buah, set, pcs”, penulisan kata “1vs1” diberikan jarak spasi menjadi “1 vs 1” serta penggunaan kata “x” yang diganti dengan kata “kali”.



Gambar 5. Isi Materi Sebelum Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)



Gambar 6. Isi Materi Setelah Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)

b.) Bahasa asing menggunakan tulisan *Italic* (miring)

Terdapat beberapa istilah yang digunakan di dalam materi. Penggunaan istilah tersebut lebih banyak menggunakan bahasa asing, sehingga mendapat masukan dari ahli materi yaitu menggunakan huruf miring (*italic*) dengan tujuan supaya pembaca dapat membedakan dengan kata-kata yang umum.

BAB II: MODEL LATIHAN SSG FISIK

Coaching Point
Konsep dasar "*pass n move*", maksimal 2 kali sentuhan per pemain, 4 pemain yang menguasai bola harus aktif bergerak

Peserta 9 anak	Kebutuhan <ul style="list-style-type: none">Grid besar ukuran 20x20m dan ukuran 20x10m untuk grid kecilBola minimal 11Cone/markers (Opsional) x4Rompil 2 warna masing-masing x5 (Opsional)
--------------------------	--

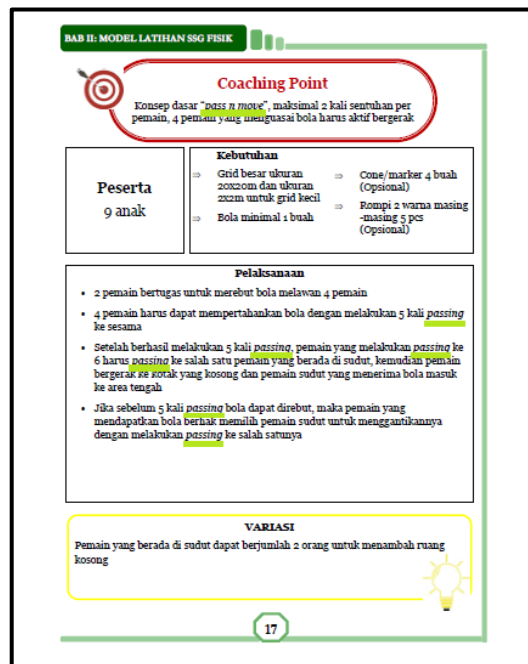
Pelaksanaan

- 2 pemain bertugas untuk merebut bola melawan 4 pemain
- 4 pemain harus dapat mempertahankan bola dengan melakukan 5 kali *passing* ke sesama
- Setelah berhasil melakukan 5 kali *passing*, pemain yang melakukan *passing* ke 6 harus *passing* ke salah satu pemain yang berada di sudut, kemudian pemain bergerak ke kotak yang kosong dan pemain sudut yang menerima bola masuk ke area tengah
- Jika sebelum 5 kali *passing* bola dapat direbut, maka pemain yang mendapatkan bola berhak memilih pemain sudut untuk menggantikannya dengan melakukan *passing* ke salah satunya

VARIASI
Pemain yang berada di sudut dapat berjumlah 2 orang untuk menambah ruang kosong

17

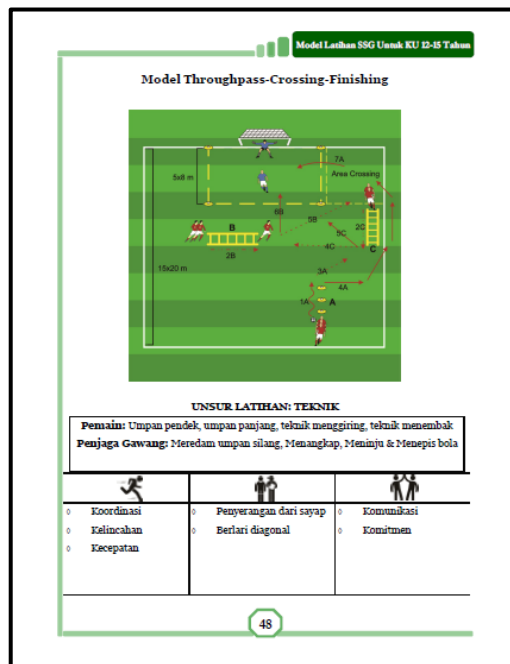
Gambar 7. Isi Materi Sebelum Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)



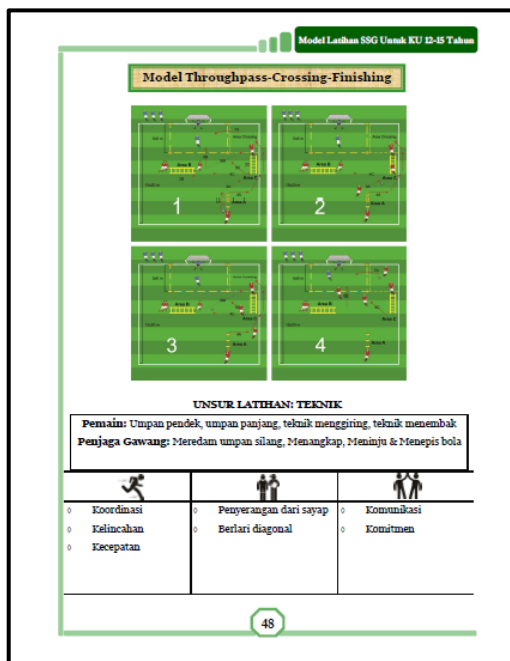
Gambar 8. Isi Materi Setelah Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)

c.) Gambar area dan pemain diperjelas

Beberapa model dalam materi memerlukan penjelasan yang lebih banyak dan bantuan petunjuk gambar sehingga memerlukan pemahaman yang baik bagi para pembaca. Oleh karena itu, terdapat masukan dari ahli materi yaitu dengan memperjelas pada gambar area dan juga pemain sehingga memudahkan pembaca dalam memahami model latihan.



Gambar 9. Isi Materi Sebelum Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)



Gambar 10. Isi Materi Setelah Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)

b. Validasi Ahli Materi Tahap Kedua

Setelah dilakukan validasi dan revisi sesuai saran oleh ahli materi untuk memperbaiki produk, langkah selanjutnya adalah melakukan validasi produk tahap kedua melalui *Google Form*. Adapun hasil dari validasi ahli materi tahap kedua dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 14. Hasil Validasi Ahli Materi Tahap Kedua

No	Aspek Penilaian	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
1	Materi di dalam buku “Model Latihan Small-Side Games Untuk Siswa SSB Ku12-15 Tahun” sudah sesuai dengan latihan small-sided games bagi kelompok usia 12-15 tahun	4	5	80%	Layak
2	Gambar yang disajikan jelas dan mudah dipahami	4	5	80%	Layak
3	Materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami	4	5	80%	Cukup Layak
4	Materi yang disajikan sudah runtut dari materi yang sederhana ke materi yang lebih kompleks dan menarik	4	5	80%	Layak
5	Petunjuk dalam gambar jelas dan mudah dipahami	4	5	80%	Cukup Layak
6	Gambar yang disajikan runtut sesuai dengan materi	4	5	80%	Layak
7	Kebermaknaan penggunaan materi bagi pelatih dan atlet sepakbola	4	5	80%	Layak
8	Buku Model Latihan Small-sided Games Untuk Siswa SSB KU 12 Tahun memiliki tujuan yang jelas untuk pembelajaran latihan dalam sepakbola	4	5	80%	Sangat Layak
9	Bahasa yang digunakan mudah	4	5	80%	Layak

	dipahami oleh pelatih dan atlet sepakbola				
10	Penulisan model latihan sudah sesuai dengan latihan dalam sepakbola	4	5	80%	Layak
Jumlah		40	50	80%	Layak

Berdasarkan hasil dari validasi ahli materi pada tahap kedua, didapatkan jumlah skor sebanyak 40 dari jumlah skor maksimal sebesar 50 dengan presentase sebesar 80%. Dengan demikian, produk yang dikembangkan dapat dinyatakan dalam kategori “layak”. Ahli materi yang menilai produk yang telah melalui proses revisi juga telah memberikan masukan bahwa produk layak digunakan untuk pelatihan.

2. Validasi Ahli Media dan Revisi

Ahli media yang menjadi validator dalam penelitian “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun” ini adalah Bapak Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or. beliau merupakan salah seorang dosen Kepelatihan Sepak bola, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang memiliki keahlian pada bidang sepakbola dan teknologi kepelatihan. Adapun hasil yang diperoleh dari validasi ahli media adalah sebagai berikut:

a. Validasi Ahli Media Tahap Pertama

Tabel 15. Validasi Ahli Media Tahap Pertama

No	Aspek Penilaian	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
1	Pemilihan warna pada <i>cover</i> sudah tepat	3	5	60%	Cukup Layak
2	Pemilihan warna tulisan sesuai dengan warna <i>cover</i>	4	5	80%	Layak
3	Pemilihan desain <i>cover</i> menarik	3	5	60%	Cukup Layak
4	Desain pada materi menampilkan pusat pandang yang baik	4	5	80%	Layak
5	Kesesuaian pengaturan margin dan spasi	3	5	60%	Cukup Layak
6	Halaman buku yang dibuat sudah sesuai dengan materi	4	5	80%	Layak
7	Ukuran buku sudah sesuai dengan tampilan materi	3	5	60%	Cukup Layak
8	Ukuran gambar model latihan sesuai dengan materi	4	5	80%	Layak
9	Gambar model latihan jelas	3	5	60%	Cukup Layak
10	Penggunaan gambar dengan materi sudah relevan	4	5	80%	Layak
11	Penulisan keterangan pada gambar tidak mengganggu halaman	4	5	80%	Layak
12	Penggunaan <i>font</i> dalam materi yang konsisten	4	5	80%	Layak
13	Tata letak huruf sudah sesuai	3	5	60%	Cukup Layak
14	Penggunaan variasi huruf (<i>bold</i> , <i>italic</i> , <i>underline</i> , <i>capital</i>) sudah tepat	4	5	80%	Layak
15	Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman	3	5	60%	Cukup Layak
Jumlah		53	75	70,66	Layak

Berdasarkan hasil dari validasi ahli media pada tahap pertama, didapatkan jumlah skor sebanyak 53 dari jumlah skor maksimal sebesar 75 dengan presentase

sebesar 70,66%. Dengan demikian, produk yang dikembangkan dapat dinyatakan dalam kategori “layak”. Namun terdapat saran dari ahli media dan perlu dilakukan revisi sebelum bisa dilakukan uji coba.

1) Revisi Produk Tahap Pertama berdasarkan Ahli Media

Berdasarkan hasil validasi media tahap pertama yang berupa penilaian dan saran terhadap materi yang dikembangkan terhadap produk “Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”, maka pada tahap ini dilakukan beberapa revisi antara lain:

a.) Tata letak tulisan pada cover diperbaiki



Gambar 11. Tampilan *Cover* Depan Sebelum revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)



Gambar 12. Tampilan Cover Depan Setelah Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)

b.) Tampilan pada sub judul “Coaching Point” dibuat lebih menarik

BAB II: MODEL LATIHAN SSG FISIK

Coaching Point
 Konsep dasar “pass n move”, maksimal 2 kali sentuhan per pemain, 4 pemain yang menguasai bola harus aktif bergerak

Peserta 9 anak	Kebutuhan ⇒ Grid besar ukuran 20x20m dan ukuran 20cm untuk grid kecil ⇒ Bola minimal 11 ⇒ Cone/markers x4 (Optional) ⇒ Rompi 2 warna masing-masing x3 (Optional)
--------------------------	---

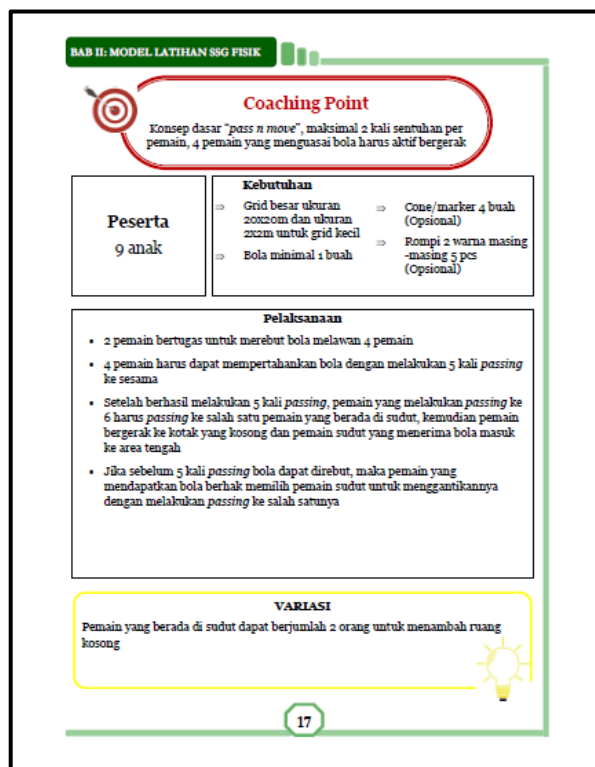
Pelaksanaan

- 2 pemain bertugas untuk merebut bola melawan 4 pemain
- 4 pemain harus dapat mempertahankan bola dengan melakukan 5 kali passing ke sesama
- Setelah berhasil melakukan 5 kali passing, pemain yang melakukan passing ke 6 harus passing ke salah satu pemain yang berada di sudut, kemudian pemain bergerak ke kotak yang kosong dan pemain sudut yang menerima bola masuk ke area tengah
- Jika sebelum 5 kali passing bola dapat direbut, maka pemain yang mendapatkan bola berhak memilih pemain sudut untuk menggantikannya dengan melakukan passing ke salah satunya

VARIASI
 Pemain yang berada di sudut dapat berjumlah 2 orang untuk menambah ruang kosong

17

Gambar 13. Tampilan Sebelum Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)



Gambar 14. Tampilan Sesudah Revisi (Sumber: dokumentasi pribadi)

b. Validasi Ahli Media Tahap Kedua

Setelah dilakukan perbaikan tahap pertama produk, langkah selanjutnya adalah melakukan Uji Validasi Ahli Materi tahap kedua melalui *Google Form*.

Tabel 16. Validasi Ahli Media Tahap Kedua

No	Aspek Penilaian	Skor	Skor Max	(%)	Kategori
1	Pemilihan warna pada <i>cover</i> sudah tepat	4	5	60%	Cukup Layak
2	Pemilihan warna tulisan sesuai dengan warna <i>cover</i>	5	5	80%	Layak
3	Pemilihan desain <i>cover</i> menarik	4	5	60%	Cukup Layak
4	Desain pada materi menampilkan pusat pandang yang baik	5	5	80%	Layak
5	Kesesuaian pengaturan margin dan spasi	5	5	60%	Cukup Layak

6	Halaman buku yang dibuat sudah sesuai dengan materi	5	5	80%	Layak
7	Ukuran buku sudah sesuai dengan tampilan materi	4	5	60%	Cukup Layak
8	Ukuran gambar model latihan sesuai dengan materi	4	5	80%	Layak
9	Gambar model latihan jelas	5	5	60%	Cukup Layak
10	Penggunaan gambar dengan materi sudah relevan	4	5	80%	Layak
11	Penulisan keterangan pada gambar tidak mengganggu halaman	4	5	80%	Layak
12	Penggunaan <i>font</i> dalam materi yang konsisten	4	5	80%	Layak
13	Tata letak huruf sudah sesuai	5	5	60%	Cukup Layak
14	Penggunaan variasi huruf (<i>bold</i> , <i>italic</i> , <i>underline</i> , <i>capital</i>) sudah tepat	4	5	80%	Layak
15	Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman	4	5	60%	Cukup Layak
Jumlah		66	75	88%	Sangat Layak

Hasil dari validasi ahli media pada tahap kedua menunjukkan bahwa, jumlah skor yang didapatkan sebanyak 66 dari jumlah skor maksimal sebesar 75 dengan presentase sebesar 88%. Dengan demikian, produk yang dikembangkan dapat dinyatakan dalam kategori “sangat layak”. Dengan demikian, produk dapat digunakan untuk uji coba.

3. Uji Coba Produk

a. Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil yang dilakukan untuk menilai kelayakan produk buku yang dikembangkan dilaksanakan pada 10 orang Mahasiswa kepelatihan

sepakbola. Proses penilaian produk dilakukan dengan mengisi angket pada *Google Form* yang telah disediakan oleh peneliti. Pemilihan subyek uji coba / sampel penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria subyek penelitian untuk uji coba kelompok kecil yaitu:

Tabel 17. Kriteria Sampel Kelompok Kecil

No	Kriteria
1	Pelatih/Mahasiswa Kepelatihan Sepakbola
2	Pernah memiliki pengalaman melatih SSB minimal selama 3 bulan
3	Mahasiswa yang masih melatih di SSB lebih diutamakan

Setelah peneliti membuat kriteria dalam menentukan subyek penelitian dalam kelompok kecil, langkah selanjutnya adalah mengumpulkan informasi terkait mahasiswa yang masuk dalam kriteria sampel kelompok kecil. Setelah peneliti mendapatkan subyek uji coba yang memenuhi kriteria, peneliti melakukan permohonan kesediaan untuk menjadi subyek uji coba melalui pesan *WhatsApp*. Hal ini dilakukan karena untuk mengurangi kegiatan tatap muka dan menghindari kerumunan selama masa pandemi. Peneliti kemudian melampirkan file produk dan link *Google Form* yang disediakan untuk pengisian angket kelompok kecil melalui *WhatsApp*. Data penilaian pada kelompok kecil adalah sebagai berikut:

Tabel 18. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Kecil

No	Aspek Penilaian	Skor yang Diperoleh	Skor Total	Persentase	Kategori
1	Tampilan	259	300	86,33%	Sangat Layak
2	Materi	228	250	91,2%	Sangat Layak
3	Keterbacaan	162	200	81%	Sangat Layak
Skor Total		649	750	86,53%	Sangat Layak

Hasil uji coba kelompok kecil diatas menunjukkan bahwa dari tiga aspek penilaian, aspek yang mendapatkan persentase tertinggi adalah pada aspek penilaian materi, dengan skor yang didapatkan yaitu 228 dari total skor 250 dengan kategori “sangat layak”. Sedangkan untuk aspek tampilan mendapatkan jumlah skor sebanyak 259 dari total skor 300 dengan kategori “sangat layak”. Aspek yang terakhir yang mendapatkan persentase terendah yaitu keterbacaan, mendapatkan skor 162 dari jumlah skor maksimal 200 dan mendapat kategori “sangat layak”. Jumlah skor keseluruhan pada tahap uji kelayakan produk kelompok kecil ini mendapatkan skor 649 dari skor maksimal 750. Persentase yang didapatkan secara keseluruhan adalah 86,53%, oleh karena itu produk yang dikembangkan sudah termasuk dalam kategori “sangat layak”. Dengan kategori yang telah tersebut, pengembangan buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun dapat diuji cobakan ketahap selanjutnya yaitu uji coba kelompok besar.

b. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan setelah selesai melakukan uji coba pada kelompok kecil. Hasil data yang diperoleh dari uji coba kelompok kecil telah memenuhi kelayakan untuk diuji cobakan kepada kelompok besar. Pada uji coba kelompok besar ini, subyek penilaian pada produk yaitu sebanyak 20 pelatih. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pemilihan subyek uji coba berdasarkan kriteria pada tabel dibawah ini:

Tabel 19. Kriteria Sampel Kelompok Besar

No	Kriteria
1	Masih menangani/melatih di SSB atau klub junior
2	Lebih diutamakan pelatih yang memiliki pengalaman melatih lebih dari 3 bulan

Dari hasil pemilihan subyek uji coba berdasarkan kriteria yang telah ditentukan, terdapat 20 pelatih yang menjadi subyek uji coba kelompok besar yang terdiri dari 7 Pelatih SSO Real Madrid Foundation UNY, 5 Pelatih Radjawali FC Junior, 2 Pelatih SSB Satria Sembada Sleman, 2 Pelatih SSB 89 Selindung, 1 Pelatih LPBS Mutiara Purwokerto, 1 Pelatih SSB Bhayangkara Kendal, 1 Pelatih SSB Gelora Muda dan 1 Pelatih PS HW Demak U15. Proses penilaian produk yang dikembangkan sama seperti proses penilaian pada kelompok kecil yaitu dengan mengisi angket pada *Google Form* yang telah disediakan oleh peneliti. Hasil penilaian kelompok besar adalah sebagai berikut:

Tabel 20. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Besar

No	Aspek Penilaian	Skor yang Diperoleh	Skor Total	Persentase	Kategori
1	Tampilan	511	600	85,16%	Sangat Layak
2	Materi	437	500	87,4%	Sangat Layak
3	Keterbacaan	341	400	85,25%	Sangat Layak
Skor Total		1289	1500	85,93%	Sangat Layak

Berdasarkan hasil uji kelayakan produk pada tabel diatas, hasil kuesioner uji coba kelompok besar penilaian dari 20 pelatih menunjukkan bahwa aspek tampilan memperoleh skor sebanyak 511 dari maksimal skor 600 dengan persentase sebesar 85.16% serta termasuk dalam kategori “Sangat Layak”, aspek materi mendapatkan skor sebanyak 437 dari total 500 dengan persentase sebesar 87,4% dengan kategori “Sangat Layak”, dan persentase aspek keterbacaan sebesar 85,25% dengan kategori “Sangat Layak” serta mendapatkan skor sebanyak 341 dari total skor 400. Total penilaian uji kelayakan media Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun mendapat skor total 1289 dari skor maksimal 1500, dengan persentase 85,93%. Dengan persentase tersebut produk Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun pada uji coba kelompok besar termasuk dalam kategori “Sangat Layak”.

C. Pembahasan

Pengembangan Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Dalam Sepakbola Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini dirancang dan dibuat dengan tujuan untuk menambah referensi pelatih dalam membuat sesi latihan yang menarik dan bervariasi. Produk awal penelitian ini berupa media buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun. Proses pembuatan produk buku ini melalui prosedur penelitian pengembangan. Tahap pengembangan dimulai dari: (1) Mengidentifikasi Potensi dan Masalah, (2) Mengumpulkan Informasi, (3) Mendesain dan Membuat Produk Awal, (4) Validasi Desain, (5) Revisi Desain, (6) Produk Akhir, (7) Uji Coba Produk. Produk buku yang dikembangkan menggunakan beberapa bantuan aplikasi seperti *Microsoft Word*, *Microsoft Publisher* dan *Corel Draw*. Setelah rancangan produk awal telah dihasilkan, maka dilakukan uji validasi melalui ahli materi dan ahli media. Uji validitas ini bertujuan untuk mengetahui dan mengevaluasi kekurangan yang terdapat pada produk yang dikembangkan. Kemudian tahap penelitian dilakukan dengan menguji kelayakan produk melalui uji coba kelompok kecil dan kelompok besar.

Validasi ahli materi menghasilkan data yang dapat digunakan pada tahap revisi produk awal. Dari hasil validasi ahli materi didapat saran dan masukan untuk memperbaiki kualitas isi buku yaitu dari segi tata tulis, tata cara penggunaan bahasa asing yang baik serta keterangan pada model latihan. Data validasi materi dijadikan dasar untuk memperbaiki produk sebelum dilakukan validasi kepada ahli media. Setelah selesai validasi ahli materi, maka dengan segera dilakukan validasi ke ahli

media. Dari hasil validasi ahli media didapatkan saran dan masukan berupa perbaikan tata tulis pada cover dan perbaikan pada tampilan judul materi sehingga dapat lebih menarik lagi. Setelah dilakukan validasi ahli media, kemudian produk siap untuk digunakan dalam uji coba.

Tabel 21. Pembahasan Hasil Uji Coba Produk

No	Subyek Uji Coba	Persentase (%) Aspek Yang Dinilai				Kategori
		Tampilan	Materi	Keterbacaan	Total	
1	Kelompok Kecil	86,33%	91,2%	81%	86,53%	Sangat Layak
2	Kelompok Besar	85,16%	87,4%	85,25%	85,93%	Sangat Layak

Hasil penilaian uji coba kelompok kecil melalui angket menunjukkan bahwa produk buku model latihan small-sided games untuk siswa SSB KU 12-15 tahun termasuk dalam kategori “sangat layak”. Produk yang dinilai memiliki persentase total sebesar 86,53% dengan rincian aspek yang dinilai antara lain yaitu aspek tampilan mendapatkan persentase 86,33% dengan kategori “sangat layak”, aspek materi mendapatkan persentase sebesar 91,2% dengan kategori “sangat layak” dan aspek keterbacaan mendapatkan persentase 81% dengan kategori “sangat layak”. Dengan demikian, produk Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun dapat digunakan untuk tahap selanjutnya yaitu ujicoba kelompok besar.

Setelah dinyatakan layak untuk digunakan dalam uji coba kelompok besar, maka selanjutnya dapat dilihat hasil uji kelayakan pada kelompok besar terhadap produk yang dikembangkan. Penilaian dilakukan oleh pelatih Pelatih SSO Real

Madrid Foundation UNY, Pelatih Radjawali FC Junior, Pelatih SSB Satria Sembada Sleman, Pelatih SSB 89 Selindung, Pelatih LPBS Mutiara Purwokerto, Pelatih SSB Bhayangkara Kendal, Pelatih SSB Gelora Muda dan Pelatih PS HW Demak U15. Hasil penilaian menunjukkan bahwa aspek tampilan mendapatkan persentase 85,16% dengan kategori “sangat layak”, aspek materi mendapatkan persentase 87,4% dengan kategori “sangat layak”, dan aspek keterbacaan mendapatkan persentase 85,25%. Jumlah persentase total dari ketiga aspek penilaian tersebut yaitu sebesar 85,93% dan produk dapat dikatakan “sangat layak”.

D. Analisis Kelebihan dan Kekurangan Produk

Media pengembangan buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun ini mendapatkan respon positif dari responden. Terlepas dari hasil penilaian yang baik dari pelatih, masih terdapat kekurangan dalam produk buku yang dikembangkan oleh peneliti. Jika dikaji lebih dalam berdasarkan temuan uji coba, baik itu pada kelompok kecil maupun kelompok besar, produk buku model latihan *small-sided games* untuk siswa SSB KU 12-15 tahun ini memiliki kelebihan maupun kekurangan sebagai berikut:

Tabel 22. Kelebihan dan Kekurangan Produk

Kelebihan	Kekurangan
1) Gambar model latihan menarik 2) Materi yang terdapat dalam buku sudah cukup jelas dan sangat layak untuk digunakan dalam pelatihan 3) Susunan tulisan sudah baik 4) Produk buku yang dikembangkan sesuai dengan sasaran usia	1) Perlu perbaikan pada cover supaya lebih menarik, misalnya pada pemilihan foto pada cover dibuat seragam 2) Perlu diperjelas lagi terkait arah pergerakan pemain, serta ukuran pemain yang sebaiknya konsisten 3) Belum diberikan gambar pada saat posisi awal latihan dan posisi saat pelaksanaan pada model latihan pada masing-masing model (hanya model tertentu saja)

E. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian pengembangan produk Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini terdapat beberapa keterbatasan yang dihadapi oleh peneliti diantaranya:

1. Proses pembuatan produk Buku Model Latihan *Small-Sided Games* Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun membutuhkan waktu yang cukup lama karena dilakukan secara individu oleh peneliti sehingga menghambat proses penelitian.
2. Sampel uji coba masih terbatas, dikarenakan keterbatasan waktu dan biaya penelitian.
3. Proses pengambilan data yang dilakukan secara *online* karena masih dalam situasi pandemi membuat pemilihan responden yang akan dijadikan sebagai subyek uji coba menjadi terbatas.
4. Produk yang dikembangkan masih memiliki beberapa kekurangan (Tabel 22).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembuatan produk Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini dimulai dengan melakukan studi pendahuluan untuk mencari sumber literasi yang sesuai dengan tujuan pengembangan produk. Kemudian dilanjutkan dengan pembuatan rancangan awal produk sesuai saran dan masukan dari dosen pembimbing. Setelah itu dilakukan proses pembuatan produk yang kemudian dilakukan validasi ahli dan revisi, uji coba produk hingga produk akhir.
2. Spesifikasi produk yang dihasilkan adalah produk buku dengan ukuran 26 x 18 cm dengan warna dasar putih. Memiliki jumlah halaman sebanyak 111 halaman dengan 2 halaman pengantar, 2 halaman daftar isi, 103 halaman untuk bab pendahuluan sampai bab istilah dalam sepakbola, 2 halaman daftar pustaka dan 1 halaman biografi penulis. Bahan kertas yang digunakan dalam cover menggunakan kertas ivory 210 gr dan pada bagian isi buku menggunakan kertas hvs 80 gr.
3. Tingkat kelayakan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini berdasarkan ahli materi sebesar 80% termasuk dalam kategori layak. Sedangkan tingkat kelayakan ahli media sebesar 88% yang masuk dalam kategori sangat layak. Berdasarkan uji coba kelompok kecil mendapatkan persentase sebesar 86,53% termasuk dalam kategori sangat layak, dan pada uji coba

kelompok besar mendapatkan persentase sebesar 85,93% termasuk dalam kategori sangat layak.

Produk Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini dapat digunakan untuk kegiatan dalam melatih setelah dilakukan dua kali uji coba dengan kategori sangat layak.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Pada penelitian pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini mempunyai beberapa implikasi diantaranya:

1. Membantu pelatih menambah referensi variasi-variasi model latihan *small-sided games* sebagai bahan program latihan.
2. Membantu pelatih menambah variasi latihan yang dapat terintegrasi dengan keempat unsur latihan (fisik, teknik, taktik dan mental).
3. Sebagai bahan ajar yang dapat digunakan untuk membuat sesi latihan lebih menarik.
4. Mengurangi tingkat kejenuhan atlet dengan model latihan yang lebih bervariasi.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menyatakan bahwa media Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun ini dinyatakan sangat layak dan tervalidasi oleh ahli materi dan media sepak bola, maka ada beberapa saran yang peneliti sampaikan antara lain:

1. Bagi pelatih, supaya dapat memanfaatkan model latihan *small-sided games* untuk memberikan variasi dalam latihan.
2. Bagi atlet, supaya dapat lebih mempelajari, memahami dan mempraktikkan model-model latihan *small-sided games* yang telah dikembangkan.
3. Bagi akademisi, supaya dapat mengembangkan model latihan *small-sided games* lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA


- Anisah, Aan & Azizah, Ezi N. (2016). Pengaruh Penggunaan Buku Teks Pelajaran Dan Internet Sebagai Sumber Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Pembelajaran IPS. Universitas Swadaya Gunung Jati. *JURNAL LOGIKA*, Vol 13, No 3
- Arikunto, Suharsimi. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka cipta
- Balyi, Istvan dkk. (2013). *Long-Term Athlete Development*. USA: Human Kinetics.
- Bompa, Tudor O. (1994). *Theory and Methodology of Training: The Key of Athletic Performance (3rd Ed)*. USA: Kendall Hunt Publishing.
- Borg, W. R. & Gall, M. D. (2007). *Education research (4th ed.)*. New York: Longman Inc.
- Charles,T. & Stuart Rook. (2012). *101 Youth Football Coaching Sessions (101 Sesi Latihan Sepakbola untuk Pemain Muda)*. Penerjemah: Paramita. Jakarta: Indeks.
- Erlangga Football Trainer. (2017). *Panduan Kepelatihan Sepakbola Anak*. Bandung: Esensi.
- FIFA. (2016). *Youth Football*. Switzerland: Galledia AG.
- Furdyartanta. (2012). *Psiokologi Perkembangan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ganesha Putra. (2004). *Mengelola Organisasi Small-sided Games*. Yogyakarta: Kickoff.
- Goodman, Tom & Sam Snow. (2004). *Small-Sided Games Manual*. Coaching Education Department of US Youth Soccer.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- . (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Herlina. (2013). *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama.

- Herwin. (2004). Keterampilan Sepakbola Dasar. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Diktat. UNY.
- . (2006). Latihan Fisik Untuk Pemain Usia Muda: *Jurnal Olahraga Prestasi*. (Volume 2, No 1 Tahun 2006).
- High Performance Unit PSSI. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*. Jakarta Selatan:PSSI.
- Horicka, Pavol. Dkk. (2014). The relationship between speed factors and agility in sport games: *Journal of Human Sport & Exercise*, ISSN 1988-5202.
- <https://kbbi.web.id/kembang>. (Diakses pada 10 November 2020).
- <https://kbbi.web.id/buku>. (Diakses pada 20 November 2020).
- Irianto, Djoko Pekik. (2002). *Dasar kepelatihan*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Diktat. UNY.
- . (2002). Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan. Yogyakarta: Andi Offset.
- Irianto, Subagyo. (2016). Kebugaran Aerobik Pemain Sepakbola PSIM Yogyakarta Tahun 2014: *Jurnal Olahraga Prestasi*, Vol 12 No 2
- . (2011). Standarisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Untuk Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) KU 14-15 Tahun Se-Daerah Istimewa Yogyakarta: *Jurnal Olahraga Prestasi*, Vol 7 No 1
- Jihad, Asep & Abdul Haris. (2010). *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- Koklu, Y., Asci, A., Unver, F., et al. (2011) Comparison of the Physiological Responses to Different Small-Sided Games in Elite Young Soccer Players: *Journal of Strength and Conditioning Research*, Vol 25, No 6, 1522-1528
- Luxbacher, Joseph A. (2011). *Sepakbola*. Edisi ke- 2, Cetakan ke 5. Jakarta: PT. Raja Persada.
- Primasoni, Nawan & Sulistiyono. (2016). *Pedoman Menyusun Formasi dan Strategi Bermain Sepakbola*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sitepu, B.P. (2012). *Penulisan Buku Teks Pelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Sriwahyuniati, Ch Fajar. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi dengan Metode R&D*. Bandung: Alfabeta.
- . (2016). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Trianto. (2007). *Model-model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2002 Tentang Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Zakas, A dkk. (2006). The effect of active warm-up and stretching on the flexibility of adolescent soccer players: *Journal Of Sport Medicine and Physical Fitness, Vol 46 No 1*
- Zein, Ikhwan. (2018). *Ilmu Statistik Keolahragaan Menggunakan Aplikasi SPSS*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan. Diktat. UNY.

LAMPIRAN





Lampiran 1. Lembar Bimbingan / Konsultasi Tugas Akhir




KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLARHAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta, 55281

LEMBAR KONSULTASI


Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Pembimbing : Subagyo Irianto, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda tangan Pembimbing
1.	5/01/21	Analisis pda. 2. Kumpulan tugas yang diserahkan dan diambil ke-istim.	
2.	15/01/21	Tata tulis pada proposal buku Pedoman Kurikulum 4: 174 th 2016.	
3.	21/01/21	Kajian dari pda. 2. dan berikan sumber : - Peneliti 2 & 3 - Tahun dari proposal - Tahun dari proposal - Jadwal waktu awal akhir 12-15 th - Menyajikan buku...	
4.	26/01/21	Komponen Kurikulum 4: 174 th 2016 dan pda. 2. dan pda. 2.	

Kajur PKL,


Dr. Endang Rini Sukanti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001






*) Bilangko ini kalau sudah selesai bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL.




KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
PROGRAM PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLARHAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta, 55281

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Pembimbing : Subagyo Irianto, M.Pd

No	Hari/Tgl.	Permasalahan	Tanda Tangan Pembimbing
5.	Komis 1/13-21	Revisi Kurikulum pda. 2. dan pda. 2. dan pda. 2.	
6.	Sekeloa/16-02-21	Revisi Kurikulum pda. 2. dan pda. 2. dan pda. 2.	
7.	Komis 1/18-02-21	Revisi Kurikulum pda. 2. dan pda. 2. dan pda. 2.	
8.	Komis 1/25-02-21	Revisi Kurikulum pda. 2. dan pda. 2. dan pda. 2.	
9.	Komis 1/1-03-21	Revisi Kurikulum pda. 2. dan pda. 2. dan pda. 2.	

Kajur PKL,


Dr. Endang Rini Sukanti, M.S
NIP. 19600407 198601 2 001

*) Bilangko ini kalau sudah selesai bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL.

Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian SSO Real Madrid Foundation



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 504/UN34.16/PT.01.04/2021

16 Februari 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Ketua pelatih SSO Real Madrid Foundation UNY, GOR UNY Sayap Barat, Jl. Colombo Yogyakarta No.1, Karang Malang, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281

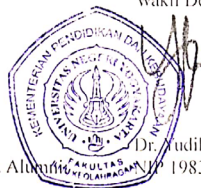
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui kelayakan produk oleh subyek kelompok besar dengan menggunakan angket Judul Penelitian: Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun
Waktu Penelitian : 20 - 28 Februari 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian Radjawali Junior



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 505/UN34.16/PT.01.04/2021

16 Februari 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. : Ketua pelatih SSB Radjawali Sadegan

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui kelayakan produk oleh subyek kelompok besar dengan menggunakan angket Judul Penelitian: Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun
Waktu Penelitian : 20 - 28 Februari 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian SSB Satria Sembada Sleman



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 504/UN34.16/PT.01.04/2021

16 Februari 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. : Ketua pelatih SSB Satria Sembada Sleman

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui kelayakan produk oleh subyek kelompok besar dengan menggunakan angket Judul Penelitian: Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun
Waktu Penelitian : 20 - 28 Februari 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,




Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Didik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian SSO Real Madrid Foundation


SEKOLAH SOSIAL OLAHRAGA
REAL MADRID FOUNDATION
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Kantor Selabora FIK UNY, Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta 55281, Telp. 0895328841133

Nomor : 008/SSORMF-FIK-UNY/II/2021
Hal : Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran : -

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Nawan Primasoni, M.Or.
Jabatan : Kepala Sekolah

memberikan ijin kepada :


Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga – S1

Untuk Melakukan Penelitian di Sekolah kami, Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid Foundation Universitas Negeri Yogyakarta, yang dilaksanakan pada tanggal 20 - 28 Februari 2021.

Untuk penulisan penelitian Tugas Akhir dengan judul:
Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun

Demikian surat ini kami buat, untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 26 Februari 2021
Kepala Sekolah
SSO Real Madrid Foundation UNY


Nawan Primasoni, M.Or.
NIP. 198405212008121001

website: www.realmadridfoundationfik.uny.ac.id | email: sssrealmadriduny@gmail.com | instagram: [@ssorealmadriduny](https://www.instagram.com/ssorealmadriduny)

Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian Radjawali Junior



RADJAWALI FC

Sadegan, Sumberarum, Tempuran, Magelang 56161
Telp. 0857-9994-8475 (Ahmad Yani)

No: 06/RDJ/II/2021

Lampiran: -

Hal: Surat Balasan

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Di Tempat

Dengan Hormat,

Berdasarkan surat ijin penelitian yang kami terima No: 505/UN34.16/PT.01.04/2021 tertanggal 19 Februari 2021, maka kami selaku pengurus Radjawali FC dan Radjawali Junior dengan ini memberikan ijin penelitian pada tanggal 20-28 Februari 2021 kepada Mahasiswa:

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan UNY

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mengharapkan mahasiswa yang bersangkutan sebagai peneliti dapat menyesuaikan dengan jadwal latihan Tim dan tata tertib yang berlaku.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Magelang, 25 Februari 2021

Hormat kami,
Pengurus Radjawali FC



Nur Safaat

Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian SSB Satria Sembada Sleman



**SEKOLAH SEPAKBOLA
SATRIA SEMBADA SLEMAN**

Sekretariat : Kantor Kelurahan Balecatut No Telp: 081227845665, 081325688359

SURAT KETERANGAN

Nomor : 01/SSB-SS/I/2021

Berdasarkan surat Nomor : 453/UN34.16/PT.01.04/2020 Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta tentang ijin penelitian di Sekolah Sepak Bola Satria Sembada, dengan ini kami pengurus Sekolah Sepakbola Satria Sembada Balecatut, Gamping, Sleman menerangkan bahwa :

Nama : Ahmad Alfianul Choir

NIM : 17602244044

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Bahwa mahasiswa tersebut diatas benar benar telah melakukan penelitian di SSB Satria Sembada dengan judul “Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun”.

Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 25 Februari 2021

Kepala Sekolah SSB Satria Sembada



ANDIHIKA FMIKA, S.Or

Info: Sdr. Pilar A 081385058586

Juwanto (087839771976)

JokoPurnomo089647772763

Lampiran 8. Surat Permohonan Validasi Materi

PERMOHONAN VALIDASI AHLI MATERI

Hal: Permohonan Kesediaan Validasi Instrumen

Lampiran: 3 Lembar

Yth. Herwin, M.Pd.

Dosen FIK UNY

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun", dengan ini saya:

Nama : Ahmad Alfianul Choir

NIM : 17602244044

Jurusan/Prodi : PKL/PKO

Dosen Pembimbing : Subagyo Irianto, M.Pd.

Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli materi untuk Validasi Instrumen saya yang berjudul "Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun".

Demikian surat pengantar ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan bantuan yang diberikan, saya mengucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Februari 2021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP. 19621010 198812 1 001

Peneliti



Ahmad Alfianul Choir
NIM. 17602244044

Lampiran 9. Lembar Validasi Ahli Materi Tahap 1

Instrumen Pengumpulan Data Untuk Ahli Materi

Berilah tanda centang (✓) pada kolom penilaian yang sudah disediakan yang anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan:

STL : Sangat Tidak Layak

TL : Tidak Layak

CL : Cukup Layak

L : Layak

SL : Sangat Layak

No	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian				
		STL	TL	CL	L	SL
1.	Materi di dalam buku "Model Latihan Small-Side Games Untuk Siswa SSB Ku12-15 Tahun" sudah sesuai dengan latihan small-sided games bagi kelompok usia 12-15 tahun				✓	
2	Gambar yang disajikan jelas dan mudah dipahami				✓	
3	Materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami			✓		
4	Materi yang disajikan sudah runtut dari materi yang sederhana ke materi yang lebih kompleks dan menarik				✓	
5	Petunjuk dalam gambar jelas dan mudah dipahami			✓		
6	Gambar yang disajikan runtut sesuai dengan materi				✓	
7	Kebermaknaan penggunaan materi bagi pelatih dan atlet sepakbola				✓	
8	Buku Model Latihan Small-sided Games Untuk Siswa SSB KU 12 Tahun memiliki tujuan yang jelas untuk pembelajaran latihan dalam sepakbola					✓
9	Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh pelatih dan atlet sepakbola				✓	
10	Penulisan model latihan sudah sesuai dengan unsur latihan dalam sepakbola				✓	

Komentar dan Saran:

- ① Tata tulis dengan istilah yang umum
- ② Bukan anj italie
- ③ Gambar area dan pensi diperjelas

Lampiran 10. Lembar Validasi Ahli Materi Tahap 2

<div data-bbox="399 448 734 504"> <p>Instrumen Pengumpulan Data Untuk Ahli Materi</p> <p>Berilah tanda pada kolom penilaian yang telah disediakan yang anda anggap sesuai dengan pernyataan berikut</p> </div> <div data-bbox="399 526 734 593"> <p>Keterangan:</p> <p>(1) STL : Sangat Tidak Layak (2) TL : Tidak Layak (3) CL : Cukup Layak (4) L : Layak (5) SL : Sangat Layak</p> </div> <div data-bbox="399 604 734 683"> <p>1. Materi di dalam buku "Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB Ku12-15 Tahun" sudah sesuai dengan latihan small-sided games bagi kelompok usia 12-15 tahun *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="399 705 734 772"> <p>2. Gambar yang disajikan jelas dan mudah dipahami *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div>	<div data-bbox="933 425 1268 504"> <p>7. Kebemakaian penggunaan materi bagi pelatih dan atlet sepakbola *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="933 526 1268 604"> <p>8. Buku Model Latihan Small-sided Games Untuk Siswa SSB Ku12 Tahun memiliki tujuan yang jelas untuk pembelajaran latihan dalam sepakbola *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="933 627 1268 694"> <p>9. Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh pelatih dan atletsepakbola *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="933 716 1268 784"> <p>10. Penulisan model latihan sudah sesuai dengan latihan dalam sepakbola *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="933 795 1268 840"> <p>Komentar dan Saran</p> <p>Layak digunakan untuk pelatihan</p> </div>
<div data-bbox="399 929 734 996"> <p>3. Materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="399 1019 734 1086"> <p>4. Materi yang disajikan sudah runtut dari materi yang sederhana ke materi yang lebih kompleks dan menarik *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="399 1108 734 1176"> <p>5. Petunjuk dalam gambar jelas dan mudah dipahami *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div> <div data-bbox="399 1198 734 1265"> <p>6. Gambar yang disajikan runtut sesuai dengan materi *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p> </div>	<div data-bbox="933 929 1268 996"> <p>Terimakasih atas penilaian yang diberikan</p> <p>Formulir ini dibuat dalam Universitas Negeri Yogyakarta.</p> <p>Google Formulir</p> </div>

Lampiran 11. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian Ahli Materi

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. Herwin, M.Pd.

NIP : 19650202 199312 1 001

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrumen penelitian berupa lembar penilaian unjuk kerja yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun" yang dibuat oleh:

Nama : Ahmad Alfianul Choir

NIM : 17602244044

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan instrumen unjuk kerja tersebut (✓)

☐

Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi

☒

Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi saran

☐

Tidak layak

Catatan bila perlu:

Demikian surat keterangan ini dibuat dan untuk keperluan semestinya.

Yogyakarta, 8 Februari 2021

Ahli Materi



Drs. Herwin, M.Pd.

NIP. 19650202 199312 1 001

Lampiran 12. Surat Permohonan Validasi Media

PERMOHONAN VALIDASI AHLI MEDIA

Hal: Permohonan Kesiadaan Validasi Instrumen

Lampiran: 3 Lembar

Yth. Nawan Primasoni, M.Or.

Dosen FIK UNY

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun", dengan ini saya:

Nama : Ahmad Alfianul Choir
NIM : 17602244044
Jurusan/Prodi : PKL/PKO
Dosen Pembimbing : Subagyo Irianto, M.Pd.

Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli media untuk Validasi Instrumen saya yang berjudul "Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun".

Demikian surat pengantar ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan bantuan yang diberikan, saya mengucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Februari 2021

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP. 19621010 198812 1 001

Peneliti



Ahmad Alfianul Choir
NIM. 17602244044

Lampiran 13. Lembar Validasi Ahli Media Tahap 1

Instrumen Pengumpulan Data Untuk Ahli Media

Berilah tanda centang (✓) pada kolom penilaian yang sudah disediakan yang anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan:

STL : Sangat Tidak Layak

TL : Tidak Layak

CL : Cukup Layak

L : Layak

SL : Sangat Layak

No	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian				
		STL	TL	CL	L	SL
1	Pemilihan warna pada <i>cover</i> sudah tepat			✓		
2	Pemilihan warna tulisan sesuai dengan warna <i>cover</i>				✓	
3	Pemilihan desain <i>cover</i> menarik			✓		
4	Desain pada materi menampilkan pusat pandang yang baik				✓	
5	Kesesuaian pengaturan margin dan spasi			✓		
6	Halaman buku yang dibuat sudah sesuai dengan materi				✓	
7	Ukuran buku sudah sesuai dengan tampilan materi			✓		
8	Ukuran gambar model latihan sesuai dengan materi				✓	
9	Gambar model latihan jelas			✓		
10	Penggunaan gambar dengan materi sudah relevan				✓	
11	Penulisan keterangan pada gambar tidak mengganggu halaman				✓	

12	Penggunaan <i>font</i> dalam materi yang konsisten				✓	
13	Tata letak huruf sudah sesuai			✓		
14	Penggunaan variasi huruf (<i>bold, italic, underline, capital</i>) sudah tepat				✓	
15	Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman			✓		

Komentar dan Saran:

--

Lampiran 14. Lembar Validasi Ahli Media Tahap 2

Instrumen Pengumpulan Data Untuk Ahli Media	
<p>Berilah tanda pada kolom penilaian yang telah disediakan yang anda anggap sesuai dengan pernyataan berikut.</p> <p>Bagian Tanpa Judul</p> <p>Keterangan:</p> <p>(1) STL : Sangat Tidak Layak (2) TL : Tidak Layak (3) CL : Cukup Layak (4) L : Layak (5) SL : Sangat Layak</p>	
1. Pemilihan warna pada cover sudah tepat *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
2. Pemilihan warna tulisan sesuai dengan warna cover *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
3. Pemilihan desain cover menarik *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
4. Desain pada materi menampilkan pusat pandang yang baik *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
5. Kesesuaian pengaturan margin dan spasi *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
6. Halaman buku yang dibuat sudah sesuai dengan materi *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
7. Ukuran buku sudah sesuai dengan tampilan materi *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
8. Ukuran gambar model latihan sesuai dengan materi *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
9. Gambar model latihan jelas *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
10. Penggunaan gambar dengan materi sudah relevan *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
11. Penulisan keterangan pada gambar tidak mengganggu halaman *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
12. Penggunaan font dalam materi yang konsisten *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
13. Tata letak huruf sudah sesuai *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/></p>
14. Penggunaan variasi huruf (bold, italic, underline, capital) sudah tepat *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
15. Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman *	<p>1 2 3 4 5</p> <p><input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/></p>
<p>Komentar dan Saran</p> <p>-----</p> <p>Bagian Tanpa Judul</p> <p>Tetaplah atas perhatian yang diberikan</p> <p>Formulir ini dibuat dalam Universitas Negeri Yogyakarta.</p> <p>Google Formulir</p>	

Lampiran 15. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian Ahli Media

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or.

NIP : 19840521 200812 1 001

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrumen penelitian berupa lembar penilaian unjuk kerja yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun" yang dibuat oleh:

Nama : Ahmad Alfianul Choir

NIM : 17602244044

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan instrumen unjuk kerja tersebut (✓)

☐

Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi

☒

Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi saran

☐

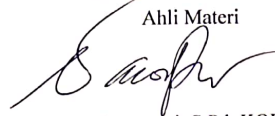
Tidak layak

Catatan bila perlu:

Demikian surat keterangan ini dibuat dan untuk keperluan semestinya.

Yogyakarta, 8 Februari 2021

Ahli Materi



Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or.

NIP. 19840521 200812 1 001

Lampiran 16. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil dan Uji Coba Kelompok Besar

Tabel 23. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

No	Nama	Pelatih/Kelas	Persentase	Kategori
1	Ahmad Afriawan	Semawung FC / PKO A 2017	100%	Sangat Layak
2	Muhammad Fery S	Semawung FC / PKO A 2017	94,66%	Sangat Layak
3	Agung Santoso	IM Naturindo	98,66%	Sangat Layak
4	Naufallathuf Yaquuttul Irsyad	Antares FC/ PKO A 2017	92%	Sangat Layak
5	Muhammad Ardianto	SSB Putra Mandiri Magelang/ PKO A 2017	80%	Layak
6	Ahmad Nasim Iqbal	PKO A 2017	84%	Sangat Layak
7	Chandra Setiawan	PKO A 2017	92%	Sangat Layak
8	Muhammad Shobruun Jamil	PKO A 2017	78,66	Layak
9	Ibrahim Adam	PKO A 2017	81,33%	Sangat Layak
10	Pandhego Adil Nugroho	PKO A 2017	84%	Sangat Layak

Tabel 24. Hasil Uji Coba Kelompok Besar

No	Nama	Pelatih	Persentase	Kategori
1	Andika	SSO Real Madrid Foundation UNY	58,66%	Cukup Layak
2	Dimas Setiyawan	SSO Real Madrid Foundation UNY	74,66%	Layak
3	Fahri Rayhan Alfarizi	SSO Real Madrid Foundation UNY	92%	Sangat Layak
4	Dendi Tri Utomo	SSO Real Madrid Foundation UNY	74,66%	Layak
5	Ruli	SSO Real Madrid Foundation UNY	74,66%	Layak
6	Geovani	SSO Real Madrid Foundation UNY	73,33%	Layak
7	Giovedi	SSO Real Madrid Foundation UNY	82,66%	Sangat Layak
8	Ahmad Yani	Radjawali FC	97,33%	Sangat Layak
9	Kanya Abi Syahdan Nasution	Radjawali FC	82,66%	Sangat Layak

10	Muhammad Ihsan Kurniadi	Radjawali FC	94,66%	Sangat Layak
11	Fajar Nugroho	Radjawali FC	92%	Sangat Layak
12	Nur Safaat	Radjawali FC	77,33%	Layak
13	Angga Kusuma S.Pd	SSB Satria Sembada Sleman	94,66%	Sangat Layak
14	Yanuar admiral	SSB Satria Sembada Sleman	81,33%	Sangat Layak
15	Sudirahman	SSB 89 Selindung	88%	Sangat Layak
16	Ramadhan Akbar	SSB 89 Selindung	84,66%	Sangat Layak
17	Azhari Rezha Ramadhan	LPBS Mutiara Purwokerto	100%	Sangat Layak
18	M Guno Pangaribowo	SSB Bhayangkara Kendal	97,33%	Sangat Layak
19	Gilar Tri Anggoro	SSB Gelora Muda Sleman	92%	Sangat Layak
20	Eko Joko Wahyudi	PS HW Demak U15	100%	Sangat Layak

Lampiran 17. Angket Penilaian Uji Coba Produk

<p>Pengembangan Buku Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun</p> <p>Angket Uji Coba Kelompok Kecil</p>	
<p>Nama *</p> <p>Ibrahim Adam</p>	<p>10. Materi yang disajikan sudah runtut dari yang sederhana ke materi yang lebih rumit *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>Pelatih SSB / Kelas *</p> <p>PKO A 2017</p>	<p>11. Model-model latihan yang disajikan sudah beragam *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>Berilah tanda pada kolom penilaian yang sudah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan dibawah ini</p> <p>KETERANGAN:</p> <p>STL : SANGAT TIDAK LAYAK</p> <p>TL : TIDAK LAYAK</p> <p>CL : CUKUP LAYAK</p> <p>L : LAYAK</p> <p>SL : SANGAT LAYAK</p>	<p>12. Kesesuaian tanda baca (titik, koma, huruf tebal, huruf miring) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>1. Pemilihan desain cover menarik bagi pembaca *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	<p>13. Kesesuaian bahasa (sopan, lugas dan mudah dipahami) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>3. Penyajian desain dalam buku sudah menampilkan pusat pandang yang baik *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> Sangat Layak</p>	<p>14. Kesesuaian keterangan model latihan *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>4. Keharmonisan warna dan tulisan sudah sesuai *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	<p>15. Ketepatan tata letak huruf (tidak terlalu rapat dengan gambar) *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> Sangat Layak</p>
<p>5. Gambar model latihan menarik bagi pembaca *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	<p>Saran dan Masukan</p> <p>Alhamdulillah sudah baik mas affan, tapi saya melihat dari desain cover ada potensi untuk lebih baik lagi, materi dan susunan tulisan sudah baik semua menurut saya</p> <p>Terimakasih atas waktu yang diberikan dalam menilai produk yang saya kembangkan</p> <p><small>This content is neither created nor endorsed by Google.</small></p> <p>Google Forms</p>
<p>6. Gambar model latihan terlihat dengan jelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	
<p>7. Ketepatan materi dengan judul buku *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> Sangat Layak</p>	
<p>8. Kesesuaian materi dengan sasaran usia *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	
<p>9. Penyajian gambar dan penjelasan sudah tepat *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Layak <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Layak</p>	

Mohon Kesiadaannya Untuk Menjadi Subyek Ujicoba Produk Skala Besar

ANGKET PENILAIAN PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN

Nama *

Azhari Rezha Ramadhan

Pelatih SSB *

LPBS Mutiara Purwokerto

Berilah tanda pada kolom penilaian yang sudah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan di bawah ini

KETERANGAN

(1) STL : SANGAT TIDAK LAYAK

(2) TL : TIDAK LAYAK

(3) CL : CUKUP LAYAK

(4) L : LAYAK

(5) SL : SANGAT LAYAK

7. Ketepatan materi dengan judul buku *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

8. Kesesuaian materi dengan sasaran usia *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

9. Penyajian gambar dan penjelasan sudah tepat *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

10. Materi yang disajikan sudah runtut dari yang sederhana ke materi yang lebih rumit *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

1. Pemilihan desain cover menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

2. Pemilihan gambar pada cover menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

3. Penyajian desain dalam buku sudah menampilkan pusat pandang yang baik *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

4. Keharmonisan warna dan tulisan sudah sesuai *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

5. Gambar model latihan menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

6. Gambar model latihan terlihat dengan jelas *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

11. Model-model latihan yang disajikan sudah beragam *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

12. Kesesuaian tanda baca (titik, koma, huruf tebal, huruf miring) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

13. Kesesuaian bahasa (sopan, lugas dan mudah dipahami) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

14. Kesesuaian keterangan model latihan *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

15. Ketepatan tata letak huruf (tidak terlalu rapat dengan gambar) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☐ ☒ Sangat Layak

Saran dan Masukan

Bagus, dapat memberikan referensi kepada pelatih dalam memberikan latihan

Terima kasih telah meluangkan waktu dalam menilai produk yang saya kembangkan

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

Mohon Kesediaannya Untuk Menjadi Subyek Ujicoba Produk Skala Besar

ANGKET PENILAIAN PENGEMBANGAN BUKU MODEL LATIHAN SMALL-SIDED GAMES UNTUK SISWA SSB KU 12-15 TAHUN

Nama *

andika

Pelatih SSB *

Real Madrid Foundation UNY

Berilah tanda pada kolom penilaian yang sudah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan di bawah ini

KETERANGAN

(1) STL : SANGAT TIDAK LAYAK
(2) TL : TIDAK LAYAK
(3) CL : CUKUP LAYAK
(4) L : LAYAK
(5) SL : SANGAT LAYAK

7. Ketepatan materi dengan judul buku *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

8. Kesesuaian materi dengan sasaran usia *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

9. Penyajian gambar dan penjelasan sudah tepat *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

10. Materi yang disajikan sudah runtut dari yang sederhana ke materi yang lebih rumit *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

11. Model-model latihan yang disajikan sudah beragam *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

12. Kesesuaian tanda baca (titik, koma, huruf tebal, huruf miring) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

13. Kesesuaian bahasa (sopan, lugas dan mudah dipahami) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

14. Kesesuaian keterangan model latihan *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

15. Ketepatan tata letak huruf (tidak terlalu rapat dengan gambar) *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

Saran dan Masukan

1. pemilihan foto cover lebih rapi lagi, contoh seragam modelnya sama
2. seragamkan ukuran gambar, contoh: gambar orang
3. setiap bentuk latihan ditambah gambar, (a. posisi awal latihan, b. posisi saat pelaksanaan)

Terima kasih telah meluangkan waktu dalam menilai produk yang saya kembangkan

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

1. Pemilihan desain cover menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☒ ☐ ☐ ☐ Sangat Layak

2. Pemilihan gambar pada cover menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☒ ☐ ☐ ☐ Sangat Layak

3. Penyajian desain dalam buku sudah menampilkan pusat pandang yang baik *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

4. Keharmonisan warna dan tulisan sudah sesuai *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

5. Gambar model latihan menarik bagi pembaca *

1 2 3 4 5

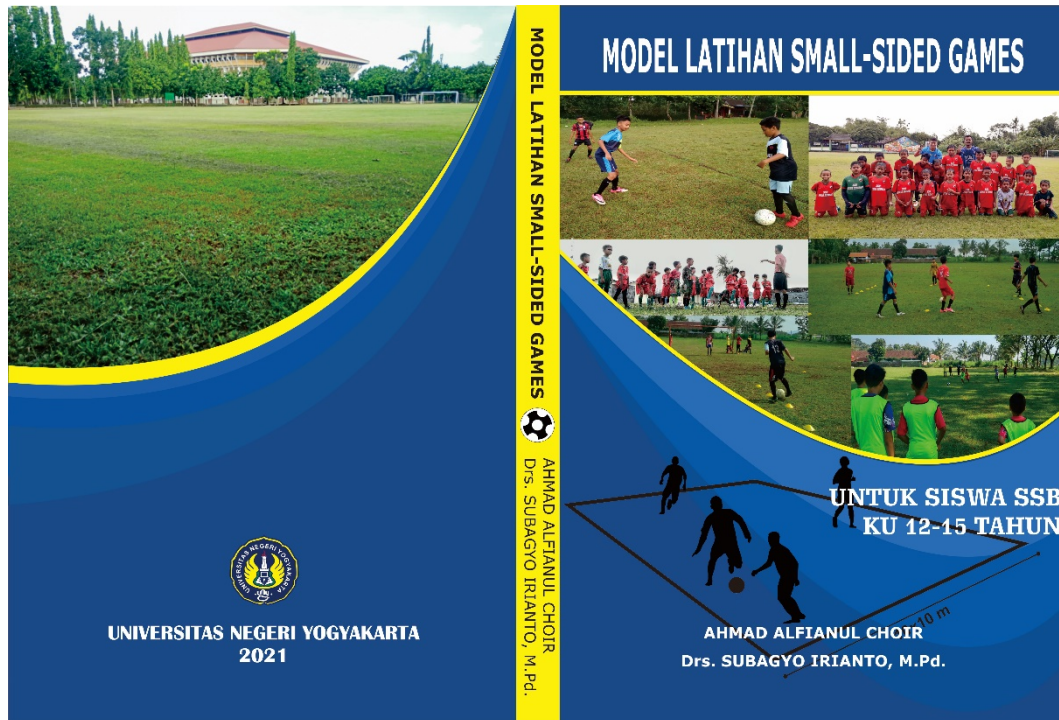
Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☐ ☒ ☐ Sangat Layak

6. Gambar model latihan terlihat dengan jelas *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Layak ☐ ☐ ☒ ☐ ☐ Sangat Layak

Lampiran 18. Tampilan Produk



KATA PENGANTAR

Salam Olahraga, Jaya!!

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang mana telah melimpahkan nikmat, taufiq, hidayah serta inayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan buku ini dengan lancar. Buku "Model Latihan Small-Sided Games Untuk Siswa SSB KU 12-15 Tahun" ini penulis susun sebagai bentuk upaya dalam menambah sumber referensi yang dapat dijadikan pelatit dalam membuat pelatihan yang menarik bagi atlet-atlet muda.

Seperti yang kita ketahui bersama, pembinaan usia muda sangat penting bagi perkembangan prestasi cabang sepakbola di Indonesia. Sepakbola yang merupakan salah satu olahraga yang digemari oleh mayoritas masyarakat Indonesia, diharapkan mampu bersaing baik itu di level regional maupun level internasional. Oleh karena itu, salah satu program prioritas yang dijalankan oleh PSSI adalah menjadikan pembinaan sepakbola usia muda berjalan dengan baik. Atas dasar itulah, penulis juga ingin berkontribusi dalam pembinaan atlet usia muda, melalui penyusunan buku ini. Buku ini disusun berdasarkan hasil dari kajian teori dari berbagai sumber dan juga hasil praktik kependidikan yang dijalankan penulis. Dengan demikian, materi yang disusun dalam buku ini juga telah disesuaikan berdasarkan kelompok umur yang dituju. Penulis sangat berharap dengan kehadiran buku ini, dapat menjadikan salah satu referensi yang dapat digunakan oleh pelatih SSB di seluruh pelosok nusantara dalam upaya untuk pengembangan bakat usia muda.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu tersusunnya buku ini. Tanpa bantuan dari berbagai pihak tersebut, proses penyusunan buku ini tentunya tidak akan berjalan dengan baik.

i

Penulis sadar bahwa masih banyak kekurangan yang terdapat dalam buku ini karena keterbatasan penulis, oleh karenanya penulis sangat menantikan masukan dan saran yang mendukung dalam perbaikan buku ini pada masa yang akan datang.

Akhir kata, penulis sangat berharap buku ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan sepakbola khususnya pada usia muda, semoga persepakbolaan Indonesia semakin maju dan dapat menorehkan prestasi setinggi-tingginya.

Yogyakarta, Februari 2021

Penulis

ii

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Pengantar.....	2
B. Mengenal Small-Sided Games.....	3
C. Small-Sided Games Pada Usia Remaja.....	4
D. Penjelasan Materi.....	6
BAB II: MODEL LATIHAN SSG CONDITIONING (FISIK).....	9
Permainan Last Man Standing.....	10
Permainan Dilarang Masuk.....	12
Permainan Tangkap Aksi Jika Bisa.....	14
Permainan Kotak Kosong.....	16
Permainan Panggil Warna.....	18
Permainan Sebut Nomor.....	20
Permainan Penuhi Perintah.....	22
Model Kelincuhan + 1vs1.....	24
BAB III: MODEL LATIHAN SSG TEKNIK.....	27
Model Dasar 1vs1.....	28
Model 1vs1 Stay On the Ball.....	30
Model Rondo 4vs2 + Gawang di sudut.....	32
Model 1vs1 Finishing + Defending.....	34
Model (1vs1) vs 3.....	36
Model Rondo 6vs2 + Finishing.....	38
Model 4vs4 + 3 Netral.....	40
Model (1vs1 + 1 Netral di Tengah) + 1vs1 Tiap Sisi.....	42
Model Rondo 4vs2 + Finishing Target Man.....	44

iii

DAFTAR ISI

Model Latihan Troughpass Sebut Warna.....	46
Model Throughpass-Crossing-Finishing.....	48
BAB IV: MODEL LATIHAN SSG TAKTIK.....	51
Konsep Dasar Segitiga.....	52
Model 3vs2 Support Samping.....	54
Konsep Covering-Intercept.....	56
Model 4vs4 + 2 Netral Sisi Sayap.....	58
Model 1vs1 Meringkat ke 2vs2, 3vs3 Dst.....	60
Model Permainan 3 Area Finishing.....	62
Model Area Bertahap.....	64
Model 4vs4 Transisi Flat-Diamond / Diamond-Flat.....	66
Model Pergantian Sisi Penyerangan (Via Kotak Samping).....	68
Model (3vs3 + 1 netral) + (3vs3 + 1 netral).....	70
Model Permainan Harus Lewat Kotak Tengah.....	72
Model (3vs3) & (3vs3) + 2 netral Ganti Sisi Serang.....	74
Model 7vs7 + 1 Penjaga gawang & 2 Gawang kecil.....	76
Model Mempertahankan Formasi 4-4-2.....	78
UKURAN LAPANGAN SEPAKBOLA.....	81
ISYARAT WASIT DALAM SEPAKBOLA.....	85
ISTILAH DALAM SEPAKBOLA.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	105
BIODATA PENULIS.....	107

iii

BAB I: PENDAHULUAN

1

A. Pengantar

Sudah tidak diragukan lagi bahwa sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga populer di Dunia. Banyaknya peminat olahraga ini kemudian menjadikan masyarakat memiliki banyak tujuan dalam bermain sepakbola. Trianto (2016:2) menyatakan bahwa beberapa tujuan masyarakat bermain sepakbola adalah untuk rekreasi, yaitu untuk menjaga kebugaran atau hanya untuk menyalurkan hobi. Selain itu tujuan lainnya adalah untuk mencapai prestasi sebagai pemain bola profesional.

Jika tujuan bermain sepakbola adalah untuk mencapai prestasi yang tinggi, maka kegiatan bermain sudah berganti makna menjadi berlatih. Kegiatan berlatih sepakbola hendaknya sudah dimulai sejak masa kanak-kanak, karena pada masa kanak-kanak (6-12 tahun) adalah masa dimana anak memasuki fase awal dalam pengembangan bakat/multilateral. Oleh karena itu, pentingnya mengenalkan sepakbola sejak usia dini akan berdampak pada perkembangan bakat anak sebelum memasuki tahap selanjutnya yaitu spesialisasi awal (12-15 tahun). Pada tahap spesialisasi inilah anak akan mulai dilatih teknik-teknik yang lebih lanjut dalam sepakbola. Selain teknik yang dilatih, unsur lain yang tidak kalah penting yang juga harus diperhatikan dalam kegiatan latihan adalah fisik, taktik dan mental. Keempat unsur itulah yang menjadi pondasi dasar atlet untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya.

Pada masa akhir fase multilateral menuju pada fase awal spesialisasi, pelatih perlu membuat program latihan yang tepat pada atlet yang dilatih, karena pada masa ini merupakan periode yang sangat sensitif bagi atlet. Hal yang membuat atlet merasa sangat sensitif terhadap latihan adalah pada rentang usia ini, atlet akan mengalami masa pubertas yang mana sangat berpengaruh pada stimulus yang diberikan oleh pelatih. Stimulus (latihan) harus diberikan secara benar untuk mencapai kemampuan gerak, kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelincahan yang optimal (Balyi, 2013:82).

Selain pada perkembangan biomotor yang cepat pada masa spesialisasi awal/remaja, atlet akan mengalami tahap akhir perkembangan kognitif. Mereka akan mampu untuk berpikir dan mengambil keputusan secara cepat. Akan tetapi, hal itu belum dapat diimbangi dengan kematangan mental mereka yang masih belum stabil.

2

Oleh karena itu, seringkali atlet akan merasa cepat bosan dengan latihan yang diberikan oleh pelatih. Apalagi jika menu latihan yang diberikan hanya cenderung pada peningkatan satu unsur latihan saja. Seiring dengan perkembangan IPTEK, metode latihan telah berkembang dari latihan tanpa bola yang hanya dapat mengembangkan kapasitas fisik, ke metode baru dan latihan yang sekaligus dapat meningkatkan kapasitas fisik dengan kemampuan teknik dan taktik yang spesifik pada kebutuhan permainan sepakbola modern. Inilah metode latihan dengan menggunakan bola yang disesuaikan dengan hasil modifikasi dari permainan sepakbola ini biasa disebut dengan latihan *Small-Sided Games*.

B. Mengenal Small-Sided Games

Small-Sided Games (SSG) atau Small-sided and Conditioned Games atau bisa juga mengacu pada Skill-Based Conditioning Games merupakan salah satu metode latihan yang saat ini populer dikalangan pelatih dari cabang olahraga seperti rugby, tenis, basket dan sepakbola, karena metode ini dinilai dapat memberikan sasaran latihan yang efektif dan efisien. Hill-Haas et al. (2011:199) berpendapat bahwa Small-sided games dimainkan pada area lapangan yang lebih kecil dari ukuran aslinya, biasanya menggunakan peraturan yang telah dimodifikasi dan melibatkan jumlah pemain yang lebih sedikit daripada permainan sepakbola pada umumnya. Small-sided games dalam sepakbola merupakan sebuah bentuk aktivitas permainan sepakbola dengan menggunakan ukuran lapangan yang lebih kecil dari ukuran lapangan sepakbola yang sesungguhnya. Dengan harapan akan mengasah keterampilan bermain sepakbola baik secara individu maupun tim. Didalam small-sided games dapat disisipkan ke anak didik yang berupa nilai-nilai kerjasama, kemampuan menyelesaikan masalah saat menghadapi tekanan, dan kemampuan mengambil keputusan dengan cepat dan tepat guna sehingga tujuan tim atau kelompok dapat tercapai sesuai harapan bersama (Komarudin, 2013:58).

3

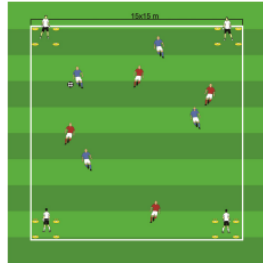
“JIKA INGIN MASA DEPAN CERAH, ANDA
HARUS BERSABAR UNTUK SEPULUH
HINGGA 12 TAHUN. ANDA HARUS
MEMULAINYA DARI BOCAH 8 TAHUN.
BERILAH MEREKA SEKOLAH DAN
SEPAKBOLA”
ALFRED RIEDL

8

BAB II: MODEL LATIHAN SSG CONDITIONING (FISIK)




9

Permainan Last Man Standing



UNSUR LATIHAN: FISIK

Daya tahan aerobik, Pengoptimalan gerak aksial, Koordinasi

 <ul style="list-style-type: none"> o Mengumpan o Menggiring o Mengubah arah o Intercept 	 <ul style="list-style-type: none"> o Pressing 	 <ul style="list-style-type: none"> o Kerja sama o Komunikasi
---	--	--

10

Coaching Point

Komunikasi, mencegah lawan melakukan passing

Peserta
12 anak

Kebutuhan

- o Grid ukuran 15x15m
- o Bola minimal 1 buah
- o Cone 16 buah
- o Rompi 2 warna masing-masing 5 pcs

Pelaksanaan

- 4 anak berdiri pada masing-masing sudut grid
- 8 anak dibagi menjadi 2 tim (merah & biru)
- Kedua tim berusaha untuk mempertahankan bola dari tim lainnya selama mungkin, jika salah satu tim kehilangan bola, tim lainnya bertugas untuk merebut kembali bola
- Ketika pelatih meniup peluit, segera mungkin 8 pemain di tengah menepi pada sudut lapangan, pemain bebas untuk memilih sudut mana yang akan didatangi
- Sudut yang memiliki jumlah pemain yang lebih banyak akan menjadikan pemain yang berdiri di sudut sebagai pemain netral di tengah area
- Lakukan langkah-langkah diatas hingga pemain disudut menyisakan satu orang
- Pergantian tim dilakukan pada saat akhir permainan, keempat pemain sudut menjadi satu tim

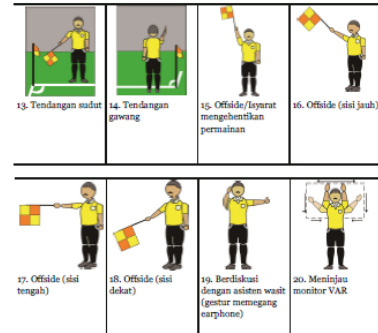
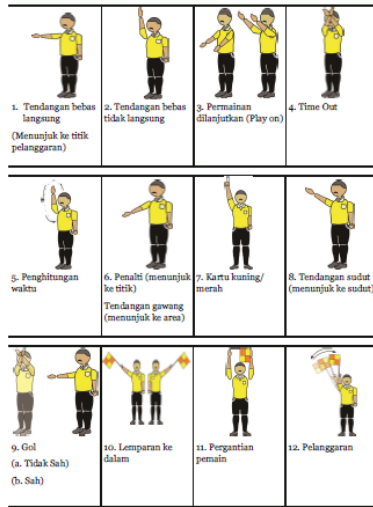
11

"PENGALAMANKU ADALAH
MENDENGARKAN, MELIHAT, MERASAKAN.
KEMUDIAN MEMIKIRKAN APA YANG HARUS
DIBENAH!"
JURGEN KLOPP

84

ISYARAT WASIT DALAM SEPAKBOLA

85



Gambar 5. Isyarat-isyarat wasit dalam sepakbola
(Dokumentasi pribadi)

"JIKA KAMU TIDAK MAMPU MENERIMA
KEKALAHAN, MAKA KAMU TIDAK AKAN
MAMPU MERAYAKAN KEMENANGAN"

STEVEN GERRARD

**ISTILAH
DALAM SEPAKBOLA**

#

12th man

Pemain kedua belas, istilah bagi pendukung/suporter dalam sebuah tim yang dapat memberikan pengaruh bagi tim tersebut.

A

Adu penalti

Babak penentuan yang dilakukan setelah dua tim yang bertanding gagal mengalahkan lawannya. Biasa dilakukan pada fase gugur sebuah turnamen.

Advantage

Sebuah situasi dimana dalam permainan sepakbola terjadi pelanggaran terhadap seorang pemain dari sebuah tim, namun wasit tidak menepi peluit tanda terjadinya pelanggaran karena tim yang pemainnya dilanggar tersebut memiliki situasi yang lebih menguntungkan dibandingkan jika wasit menghentikan pertandingan.

Aerial duels

Duel bola-bola udara, atau lebih dikenal dengan istilah kop duel di Indonesia.

Anti-football

Istilah bagi permainan sepakbola yang terlalu defensif/negative-football/parking the bus.

Away-goal rule

Sebuah peraturan yang menyatakan jika hasil agregat sebuah pertandingan berakhir imbang, maka tim yang mencetak gol lebih banyak di kandang lawan yang dinyatakan sebagai pemenang.

Agregat

Istilah untuk pertandingan jumlah gol dari dua pertandingan di fase gugur.

Armband

Bus kapten, istilah untuk tanda di lengan yang khusus dipakai oleh kapten dalam satu tim.

Assist

Uraian terukur sebelum penyelesaian akhir yang menghasilkan gol.

Asisten wasit

Istilah untuk wasit yang bertugas di sisi kanan dan kiri serta yang bertugas sebagai wasit administratif dalam pengelolaan secara teknis (wasit keempat), serta wasit yang bertugas memantau monitor VAR.

90

B

Backheel

Teknik menendang bola menggunakan tumit.

Backpass

Umpan ke belakang sebagai upaya mengamankan wilayah pertahanan ataupun untuk membangun kembali penyerangan.

Ball possession

Durasi penguasaan bola oleh satu tim dalam pertandingan.

Banana kick

Teknik menembak bola secara keras dengan arah yang melengkung.

Blunder

Istilah bagi pemain yang melakukan kesalahan hingga mengancam pertahanan tim sendiri.

Ballon d'Or

Istilah untuk sebuah penghargaan bergengsi bagi pemain sepakbola terbaik pada level internasional.

Bek/Back

Pemain bertahan ataupun defender yang berposisi diantara gelandang dan kiper.

Bendera sudut

Empat bendera di tiap sudut lapangan sebagai penanda tepi.

Bicycle kick

Teknik menendang bola dengan membalikkan badan untuk menendang bola di udara (salto).

Blok

Aksi menghadang tembakan lawan ke gawang.

Blok pertahanan

Garis pertahanan yang dibagi menjadi tiga yaitu rendah, tinggi dan medium.

Blunder

Istilah bagi pemain yang melakukan kesalahan hingga mengancam pertahanan tim sendiri.

Brace

Istilah untuk dua gol beruntun dalam sebuah pertandingan.

Box-to-box

Gaya bermain (biasanya gelandang tengah) yang mempunyai daya jelajah tinggi untuk mencakup area yang luas. Pemain dengan tipe ini biasanya punya kemampuan menyerang dan bertahan yang seimbang.

91

DAFTAR PUSTAKA

- Aguilar, M., Botelho, G., Lago, C., et al. (2012). A Review on the Effects of Soccer Small-Sided Games. *Journal of Human Kinetics*, Vol 33, 103-113
- Balyi, Istvan. (2013). Long-Term Athlete Development. USA: Human Kinetics.
- Casamichana, D., Castellano, J., & Castagna, C. (2012). Comparing the Physical Demands of Friendly Matches and Small-Sided Games in Semiprofessional Soccer Players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Vol 26, No 3, 837-843
- Clemente, Filipe M. (2016). *Small-Sided and Conditioned Games in Soccer Training: The Science and Practical Applications*. Portugal: Springer.
- Coutts, A.J., Rampini, E., Marcora, S.M. et al. (2007). Heart rate and blood lactate correlates of perceived exertion during small-sided soccer games. *Journal of Science and Medicine in Sport*, Vol 8, No 5
- Dellal, A., Hill-Haas, S., Lago-Penas, C., et al. (2011). Small-Sided Games in Soccer: Amateur vs. Professional Players Physiological Responses, Physical, and Technical Activities. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Vol 25, No 9, 2371-2382
- Erlangga Football Trainer. (2017). *Panduan Kepelatihan Sepakbola Anak*. Bandung: Erens.
- FIFA. (2016). *Youth Football*. Switzerland: Galliedia AG.
- Goodman, Tom & Sam Snow. (2004). *Small Sided Games Manual*. Coaching Education Department of US Youth Soccer.
- Halouani, J., Chitrourou, H., Gabbett, T., et al. (2014). Small-Sided Games in Team Sports Training: A Brief Review. *Journal of Strength and Conditioning Research*, Vol 28, No 12, 3594-3617

105

BIODATA PENULIS



Ahmad Alfianul Choir lahir di Magelang, 15 Oktober 1996. Penulis menyelesaikan pendidikan tingkat SMA di SMK Ma'arif Kota Mungkid pada tahun 2015. Pada tahun 2017, Penulis melanjutkan studi di Universitas Negeri Yogyakarta, Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan mengambil jurusan Pendidikan Kepelatihan pada cabang olahraga sepakbola. Penulis memiliki pengalaman bermain sepakbola pada tim sepakbola AHM plant 2 Pegangsaan, Jakarta Utara (2015-2017), selain itu saat ini penulis juga masih aktif bermain untuk tim Radjawali FC Sumberarum, Tempuran, Magelang.



Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. Lahir di Gunung Kidul, 10 Oktober 1962. Saat ini Penulis merupakan Dosen aktif di Universitas Negeri Yogyakarta Fakultas Ilmu Keolahragaan. Beberapa mata kuliah yang diampu antara lain adalah Teori dan Metodologi Kepelatihan Dasar Sepakbola, Teori dan Metodologi Kepelatihan Lanjut Sepakbola, Teknik dan Taktik Sepakbola, Analisis Pertandingan, Perencanaan Program Latihan Sepakbola, Teori dan Metodologi Melatih Fisik Sepakbola.

Selain menjadi dosen di FK UNY, Penulis juga memiliki pengalaman sebagai pemain di Klub PSW Wludag-Divisi utama Persig Gunungkidul, Tim UKM Sepakbola IKIP Negeri Yogyakarta, Klub TNH Yogyakarta-Divisi Utama PSIM, Klub Ps. IKIP Yogyakarta, Tim Sepakbola Pra PON DIY, PSIM Yogyakarta.

Beberapa tim yang pernah dilatih oleh Penulis antara lain Ps. Savia Yogyakarta-Divisi 1 PSIM, Tim UKM Sepakbola IKIP Yogyakarta, SSB Puspor IKIP Yogyakarta, Ps. IKIP Yogyakarta-Divisi utama PSS, Pelatih fisik Ps. Perkesa Mataram Yogyakarta-Galatama PSSI, Pelatih fisik Persih Tembilhan Riau-Divisi 1 PSSI, Pelatih fisik tim Pra PON DIY, Pelatih fisik PSIM Yogyakarta.

107