

**PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
(*FOOTBALL GOALKEEPER*) UNTUK ATLET
KELOMPOK UMUR 10 TAHUN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
(*FOOTBALL GOALKEEPER*) UNTUK ATLET
KELOMPOK UMUR 10 TAHUN**

Disusun Oleh:

Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Januari 2020

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP. 196004071986012001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP. 196004071986012001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ruli Sofaerih
NIM : 16602241054
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan
Judul TAS : Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga
Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet Kelompok
Umur 10 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, Januari 2020



Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
(FOOTBALL GOALKEEPER) UNTUK ATLET
KELOMPOK UMUR 10 TAHUN**

Disusun Oleh:

Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 10 Januari 2020

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Endang Rini Sukanti, M.S. Ketua Penguji/Pembimbing		17/1-2020
Danag Wicaksono, M.Or Sekretaris		19/1-2020
Nawan Primasoni, M.Or. Penguji		13-1-2020

Yogyakarta, Januari 2020
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.
NIP. 19650301 199001 1 001 g

MOTTO

1. “Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang tidak boleh direbut oleh manusia ialah menundukan diri sendiri” (Ibu Kartini)
2. Jika kau tak suka sesuatu, ubahlah! Jika tak bisa, maka ubahlah cara pandangmu tentangnya (Maya Angelou)
3. Kebijakan dan kebajikan adalah perisai terbaik. (Aspiral)
4. Kegagalan hanya terjadi bila kita menyerah (Lessing)
5. Harga perbaikan manusia adalah diukur menurut apa yang telah dilaksanakan/diperbuat (Ali Bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, Engkau berikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini, sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Subadriyah & Almh. Nyi Rasni yang sangat saya sayangi, yang selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah saya sebagai anaknya selama ini.
2. Adik saya Saskiah Nurul Hikma yang selalu mendoakan, memotivasi serta mendoakan saya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini bisa terselesaikan.
3. Teman-teman Kontrakan yang selalu ada dalam susah, sedih, maupun senang, dan memberi suport saya dalam keadaan apapun terimakasih yang tak terhingga saya ucapkan.
4. Segenap keluarga besar SSO Real Madrid Foundation UNY yang selalu memberikan saran, bantuan dan semangat luar biasa.

**PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
(*FOOTBALL GOALKEEPER*) UNTUK ATLET
KELOMPOK UMUR 10 TAHUN**

Oleh:
Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) langkah-langkah pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun, dan (2) Menghasilkan produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang layak digunakan.

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan yang dilakukan dengan mengadaptasi langkah-langkah penelitian pengembangan sebagai berikut: (1) studi pendahuluan, (2) desain draf awal, (3) validasi draf awal dan revisi, (4) uji coba produk; uji coba skala kecil/revisi dan uji coba skala besar/revisi, dan (6) produk akhir. Uji coba skala kecil di SSB Real Madrid. Uji coba skala besar dilakukan di SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu: (1) panduan wawancara, (2) instrumen produk dan instrumen buku panduan, dan (3) angket untuk atlet. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif pada skala penilaian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Tahap pengembangan dimulai dari: (a) studi pendahuluan, (b) desain draf awal, (c) validasi draf awal dan revisi, (d) uji coba produk; uji coba skala kecil/revisi dan uji coba skala besar/revisi, dan (e) produk akhir. (2) Produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dikembangkan layak digunakan. Penilaian ahli media persentase sebesar 85,33% masuk dalam kategori baik/layak dan penilaian ahli materi persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak.

Kata kunci: pengembangan, teknik dasar, penjaga gawang

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet Kelompok Umur 10 Tahun“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Endang Rini Sukamti, M.S., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Pengurus, pelatih, dan Pemain sepakbola, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah mendukung saya dan berbagi ilmu serta nasihat dalam menyelesaikan tugas skripsi.
7. Teman teman PKO FIK selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini
8. Teman teman yang selalu mensupport hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini

9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa*) dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Januari 2020



Ruli Solaerih
NIM. 16602241054

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Pengembangan	6
F. Manfaat Pengembangan	7
G. Asumsi Pengembangan	7
H. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan	8
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Pengertian Pengembangan	9
2. Hakikat Sepakbola.....	11
3. Hakikat Penjaga Gawang Sepakbola.....	19
4. Hakikat Media	50
5. Hakikat Buku.....	51
6. Karakteristik Anak KU 10 Tahun	53
B. Penelitian yang Relevan	56
C. Kerangka Berpikir	58
D. Pertanyaan Penelitian	59
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Model Pengembangan	60
B. Prosedur Pengembangan	60
C. Desain Uji Coba Produk	64
1. Desain Uji Coba	65
2. Subjek Uji Coba	65
3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	65

4. Teknik Analisis Data.....	68
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengembangan Produk Awal.....	70
1. Validasi Ahli Media	71
2. Validasi Ahli Materi	72
B. Hasil Uji Coba Produk	74
1. Hasil Uji Coba Skala Kecil	74
2. Hasil Uji Coba Skala Besar.....	78
C. Revisi Produk.....	82
D. Kajian Produk Akhir	85
E. Keterbatasan Penelitian	88
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan tentang Produk	89
B. Saran Pemanfaatan Produk	89
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN	94

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan	30
Gambar 2. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang	31
Gambar 3. Menangkap Menggelinding ke Samping Penjaga Gawang	32
Gambar 4. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang	33
Gambar 5. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala	34
Gambar 6. Menangkap Bola Atas	35
Gambar 7. Posisi Siap — <i>Wing Play</i> (Umpan Silang)	36
Gambar 8. Posisi Siap - <i>Shot Stopper</i> (Menghentikan Tendangan)	37
Gambar 9. Posisi Siap – <i>Wide Angle</i> (Bola pada Sudut yang Sangat Luas)	38
Gambar 10. Posisi Siap - <i>Keeper Sweeper</i> (Bola tidak dalam Jangkauan)	38
Gambar 11. Keterampilan Menangkap Bola di Depan Kepala (<i>Catching the Ball in Front of the Head</i>)	39
Gambar 12. Mengamankan Bola dengan Ketinggian Sedang (<i>Receiving Medium Height Ball</i>)	40
Gambar 13. Keterampilan <i>Receiving Low Ball</i> dengan Lutut Ditekuk	41
Gambar 14. Mengamankan Bola Tinggi	42
Gambar 15. Keterampilan <i>Receiving High Ball</i> dengan Mendorong Bola Melewati Mistar	44
Gambar 16. Keterampilan <i>Diving to Save</i> Saat Bola Datar ke Kiri dan Kanan Penjaga Gawang	46
Gambar 17. Keterampilan <i>Diving to Save</i> Saat Bola Tinggi Sedang	47
Gambar 18. Keterampilan <i>Diving to Save</i> Saat Bola Tinggi	47

Gambar 19.	Keterampilan <i>Saving the Breakaway</i> (Berhasil)	48
Gambar 20.	Bagan Prosedur Pengembangan.....	61
Gambar 21.	Diagram Hasil Penilaian Ahli Media pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun	72
Gambar 22.	Diagram Hasil Penilaian Ahli Materi pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun	73
Gambar 23.	Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil	75
Gambar 24.	Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil	77
Gambar 25.	Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar	79
Gambar 26.	Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar	81
Gambar 27.	Sampul Belakang Buku.....	83
Gambar 28.	Daftar Gambar	83
Gambar 29.	Daftar Pustaka	84
Gambar 30.	Latar Belakang	84
Gambar 31.	Bagian Isi	85
Gambar 32.	Dokumentasi Skala Kecil	118
Gambar 33.	Dokumentasi Skala Besar	120

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-Kisi Penilaian untuk Ahli Materi.....	67
Tabel 2. Kisi-Kisi Penilaian untuk Ahli Media	67
Tabel 3. Kisi-Kisi Penilaian untuk Pelatih dan Atlet	68
Tabel 4. Konversi Penilaian Berdasarkan Persentase.....	69
Tabel 5. Data Hasil Validasi Ahli Media pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun.....	71
Tabel 6. Data Hasil Validasi Ahli Materi pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun.....	73
Tabel 7. Data Hasil Penilaian Pelatih terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil	75
Tabel 8. Data Hasil Penilaian Atlet terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil	76
Tabel 9. Data Hasil Penilaian Pelatih terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar.....	79
Tabel 10. Data Hasil Penilaian Atlet terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar.....	80
Tabel 11. Saran dan Masukan Ahli terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk Atlet KU-10 Tahun.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	95
Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi	96
Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian dari SSB	97
Lampiran 4. Instrumen Penelitian	103
Lampiran 5. Hasil Penilaian Ahli	111
Lampiran 6. Data Penilaian Uji Coba Skala Kecil	114
Lampiran 7. Data Penilaian Uji Coba Skala Besar	116
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	118
Lampiran 9. Produk Buku	121

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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

Teknik, kondisi fisik, pengembangan taktik, dan mental dalam perkembangan sepakbola modern harus dipelajari benar-benar secara mendalam dan cermat secara ilmiah. Tujuan sepakbola modern sekarang ini adalah bagaimana cara memasukkan bola ke dalam gawang lawan sebanyak-banyaknya dengan mengandalkan kemampuan dan kerja sama tim yang kompak, sehingga dalam permainan sepakbola penguasaan teknik, kondisi fisik, pengembangan taktik dan memiliki kematangan juara sangat penting sekali. Teknik dalam sepakbola merupakan kemampuan untuk melaksanakan gerakan-gerakan secara tepat, cermat, dan harmonis. Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga permainan beregu atau permainan tim, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, dan tangguh adalah kesebelasan yang mampu menyelenggarakan permainan

secara kompak, artinya mempunyai kerja sama tim yang baik dan tangguh. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa sepakbola diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai berbagai macam teknik, serta terampil dalam melakukannya.

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

Dari beberapa teknik dasar sepakbola, teknik dasar penjaga gawang sangat penting, karena penjaga gawang merupakan satusatunya pemain yang diperbolehkan menggunakan tangannya untuk menerima dan mengontrol bola dan hanya dapat melakukannya dalam daerah *pinalty* timnya sendiri (Luxbacher, 2009: 125). Penjaga gawang dituntut maksimal dalam setiap permainan. Tentunya tanpa seorang penjaga gawang yang bagus, gawang tim akan banyak sekali kebobolan gol, baik itu melalui proses langsung dari pemain lawan sampai kesalahan yang dilakukan oleh penjaga gawang. Seperti yang diungkapkan Blatter (2012: 5) bahwa “penjaga gawang adalah posisi kunci dalam sepakbola yang

membutuhkan perhatian khusus dan program yang berdedikasi. Untuk menjadi penjaga gawang yang sukses, sangat penting bahwa seorang penjaga gawang harus belajar tentang teknik dan juga nilai pribadi seperti kepercayaan diri, karakter dan ketegasan yang semuanya perlu diajarkan sejak usia dini.” Penjaga gawang dituntut untuk menguasai keterampilan penjaga gawang itu sendiri. Penjaga gawang merupakan bagian terpenting dalam tim sepakbola. Bahkan penjaga gawang merupakan penentu kesuksesan suatu tim sepakbola.

Penjaga gawang yang sudah ahli menunjukkan kemampuan yang sangat terampil dan terkoordinasi dengan baik saat melakukan jatuhan atau lompatan untuk menangkap bola. Hal semacam itu membutuhkan waktu latihan bertahun-tahun (Savelsbergh, 2002). Penjaga gawang dalam sepakbola membutuhkan sejumlah keterampilan yang berbeda. Selain menyelamatkan dari tembakan tepat sasaran lawan, penjaga gawang juga bertanggungjawab antara lain memutuskan ancaman dalam situasi yang berbahaya, membagikan bola terhadap pemain lain untuk melakukan serangan, dan berkomunikasi dengan pemain belakangnya (Gelade, 2014).

Seorang penjaga gawang harus memiliki teknik bertahan dan teknik untuk memulai serangan. Seorang penjaga gawang memiliki keterampilan yang berbeda dari pemain lainnya, oleh karena itu seorang penjaga gawang harus diberikan latihan yang khusus oleh pelatih penjaga gawang. Keterampilan merupakan faktor utama yang dibutuhkan setiap pemain dalam permainan sepakbola. Sepakbola adalah permainan yang setiap detikanya selalu berubah, bola selalu berpindah dan pemain bergerak untuk menciptakan ruang dan peluang agar terciptanya gol. Oleh

sebab itu, keterampilan sangat dituntut untuk dimiliki dan dikuasai setiap pemain sepakbola. Penjaga gawang sepak bola adalah pemain yang sangat berperan dalam setiap pertandingan. Penjaga gawang harus siap menerima bola dari tendangan dari jarak dekat ataupun jarak yang jauh, dari kanan ataupun dari kiri. Hal ini menyebabkan penjaga gawang dalam permainan sepakbola juga menjadi kunci sukses kemenangan.

Pada era modern seperti sekarang, penjaga gawang bukan lagi orang yang hanya bertanggung jawab pada bagian bawah mistar saja, penjaga gawang dituntut untuk mampu menghalang pertahanan saat kondisi kurang menguntungkan. Mereka juga harus berani beradu badan untuk merebut bola dari lawan dalam keadaan satu lawan satu. Seorang penjaga gawang harus baik dalam pengambilan keputusan dan ketepatan. Para penjaga gawang dituntut bisa mengambil keputusan yang tepat pada setiap keadaan. Tempo permainan yang cepat membuat penjaga gawang diwajibkan melakukan tindakan-tindakan yang cepat dan tepat. Hal ini membutuhkan kecepatan dan determinasi yang baik dalam melakukannya. Penjaga gawang harus mempunyai juga penglihatan yang tajam mulai dari melakukan umpan panjang, membaca arah bola, dan yang paling vital adalah membaca gerakan penendang penalti dari mata si penendang. Seperti halnya sekolah sepakbola (SSB) pada umumnya, namun dalam kenyataannya, SSB ini belum menggunakan prosedur yang benar dalam membina anak-anak untuk bermain sepakbola khususnya penjaga gawang.

FIFA (2015: 67) menyatakan bahwa penjaga gawang adalah satu-satunya pemain yang diperbolehkan untuk memegang bola (kecuali dari lemparan ke

dalam), tapi hanya boleh diwilayah sekitar gawang yang disebut area kotak penalti. Lebih lanjut dikatakan bahwa latihan khusus penjaga gawang adalah proses jangka panjang yang diawali pada masa kanak-kanak dan hanya berakhir ketika penjaga gawang akhirnya pensiun. Proses latihan ini melewati beberapa tahapan, yaitu (1) langkah pertama dalam menjaga gawang, (2) belajar teknik-teknik menjaga gawang, (3) mengembangkan kualitas fisik yang penting untuk penjaga gawang, dan (4) melatih ketangguhan mental.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di beberapa SSB, SSB sudah mempunyai pelatih khusus untuk melatih penjaga gawang, materi latihan seperti *dribbling*, *passing*, *control* merupakan latihan yang dilakukan oleh pemain pada umumnya tetapi bukan latihan khusus untuk penjaga gawang; (2) Variasi latihan penjaga gawang kurang bervariasi, latihannya hanya lempar tangkap dan *shooting* untuk penjaga gawang, latihan penjaga gawang yang dilakukan menjadi kurang bervariasi dan monoton. Siswa yang posisinya sebagai penjaga gawang menjadi jenuh karena latihan yang dilakukan setiap kali adalah sama; (3) sampai saat ini belum ada media bantu yang menunjang latihan khusus penjaga gawang.

Pengetahuan penjaga gawang terbatas tentang materi teknik dasar penjaga gawang karena hanya mengandalkan sosok pelatih dalam mendapatkan materi dan penyampaian informasi dan juga setiap kali latihan tidak adanya pemberian sebuah pembelajaran secara teori akan tetapi langsung dengan praktek, sehingga media latihan untuk siswa sangat terbatas. Teknik dasar sangat penting bagi seorang penjaga gawang. Dengan meningkatnya pengetahuan dapat mendorong peningkatan kualitas permainan seorang penjaga gawang. Kurangnya minat siswa

untuk membaca buku referensi yang membahas teknik dasar penjaga gawang sehingga dibutuhkan media lain yang dapat meningkatkan minat siswa dalam menambah pengetahuan tentang teknik dasar penjaga gawang. Media dalam penelitian ini yaitu buku sebagai referensi pemain khususnya penjaga gawang.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Waktu yang kurang bagi pelatih untuk memberikan teori tentang teknik dasar (*Football Goalkeeper*) yang diberikan pada saat latihan.
2. Penjaga gawang sering mengalami kesulitan untuk melakukan teknik dasar baru atau gerakan baru penjaga gawang (*Football Goalkeeper*).
3. Kurangnya efisiensi waktu untuk menjelaskan latihan teknik dasar penjaga gawang (*Football Goalkeeper*).

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya pembahasan, maka dilakukan pembatasan masalah dengan harapan penelitian ini akan lebih terarah. Ruang lingkup masalah dalam penelitian ini adalah “pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana langkah-langkah pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun?
2. Apakah produk pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun layak digunakan?

E. Tujuan Pengembangan

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka pengembangan dalam penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui langkah-langkah pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun.
2. Menghasilkan produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang layak digunakan.

F. Manfaat Pengembangan

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam olahraga sepakbola.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi pelatih sebagai alat untuk melatih dalam meningkatkan teknik dasar penjaga gawang.

- b. Bagi pemain buku referensi teknik dasar penjaga gawang mudah dibawa dan digunakan dimanapun untuk melatih teknik dasar penjaga gawang.

G. Asumsi Pengembangan

Asumsi dalam penelitian pengembangan ini adalah dihasilkannya produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dapat menjadi alternatif sarana dan prasarana latihan sepakbola khususnya penjaga gawang dengan lebih mudah untuk dibawa dan disimpan.

H. Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Spesifikasi produk yang diharapkan dari penelitian yaitu berupa buku pedoman latihan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Spesifikasinya yaitu berupa buku dengan berisi gambar teknik penjaga gawang.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Pengembangan

Poerwadarminta (2005: 556) menyatakan bahwa pengembangan berasal dari kata dasar kembang yang berarti menjadi bertambah sempurna. Kemudian mendapat imbuhan awalan (pe-) dan akhiran (-an) sehingga menjadi pengembangan yang artinya proses, cara atau perbuatan mengembangkan. Jadi pengembangan merupakan usaha sadar yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan agar lebih sempurna dari pada sebelumnya.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi mendorong adanya pengembangan untuk meningkatkan dan memudahkan kinerja. Inovasi dalam bidang pendidikan terus dilakukan guna mendapatkan kualitas yang lebih baik. Berdasar 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.

Penelitian dan pengembangan akhir-akhir ini muncul dalam dunia pendidikan dan merupakan jenis penelitian yang relatif baru. Penelitian dan pengembangan atau yang lebih dikenal dengan istilah *research and development* (*R&D*) merupakan strategi untuk mengembangkan sebuah produk pada bidang pendidikan. Merujuk pada pendapat Borg & Gall (2007: 569), bahwa

“Educational research and development (R &D) is a process used to develop and validate educational products. Goal of educational research is not to develop products, but rather to discover new knowledge (through basic research) or to answer specific questions about practical problems (through applied research).”

Pendapat tersebut bisa diartikan bahwa penelitian dan pengembangan dalam pendidikan adalah suatu proses untuk mengembangkan dan memvalidasi produk. Tujuan penelitian dan pengembangan adalah tidak hanya untuk mengembangkan produk, namun lebih dari itu untuk menemukan pengetahuan baru (melalui penelitian dasar) atau untuk menjawab pertanyaan khusus mengenai masalah-masalah praktis (melalui penelitian terapan).

Hasyim (2016: 43) menyatakan penelitian dan pengembangan ditekankan pada proses untuk mengembangkan suatu proses pendidikan dan pembelajaran untuk menghasilkan suatu produk dapat berbentuk *hardware* maupun *software*. Model pendidikan dan pembelajaran, sistem belajar dan sebagainya. Melengkapi pendapat tersebut, Richey & Kelin (2009: 62) bahwa,

“Design and development research is the systematic study of design, development and evaluation processes with the aim of establishing an empirical basis for the creation of instructional and noninstructional product and tool and new or enhanced model the govern their development”.

Perancangan dan penelitian pengembangan adalah kajian yang sistematis tentang bagaimana membuat rancangan suatu produk, mengembangkan/memproduksi rancangan tersebut, dan mengevaluasi kinerja produk tersebut, dengan tujuan dapat diperoleh data yang empiris yang dapat digunakan sebagai dasar untuk membuat produk, alat-alat dan model yang dapat digunakan dalam pembelajaran atau nonpembelajaran.

Putera (2012: 67) menjelaskan bahwa secara sederhana *R & D* bisa didefinisikan sebagai metode penelitian yang secara singkat, bertujuan diarahkan untuk mencari, merumuskan, memperbaiki, mengembangkan, menghasilkan, menguji keefektifan produk, model/metode, strategi/cara, jasa produk tertentu yang lebih unggul, efektif, efisien, produktif dan bermakna. Pendapat lain, Sugiyono (2015: 30) menyatakan bahwa metode penelitian dan pengembangan dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk meneliti, merancang, memproduksi dan menguji validitas produk yang telah dihasilkan. Berdasarkan pengertian tersebut, kegiatan penelitian dan pengembangan dapat disingkat menjadi 4P (Penelitian, Perancangan, Produksi dan Pengujian). Selanjutnya, Sukmadinata (2009: 74) menyatakan bahwa penelitian pengembangan atau *research and development (R&D)* adalah sebuah strategi atau metode penelitian yang cukup ampuh untuk memperbaiki praktik.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pengembangan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara terencana melalui langkah-langkah tertentu guna memperbaiki atau menyempurnakan sehingga menghasilkan produk baru yang dapat meningkatkan mutu dan kualitas. Pengembangan diharapkan mampu menghasilkan suatu media/model yang inovatif sehingga dapat mengatasi berbagai tantangan dan permasalahan yang ada.

2. Hakikat Sepakbola

a. Permainan Sepakbola

Sepakbola berkembang pesat di tengah masyarakat, karena olahraga ini cukup memasyarakat, artinya sepakbola dapat diterima oleh masyarakat karena

bisa dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua. Oleh karena itu permainan sepakbola menjadi olahraga yang sangat diminati oleh sebagian besar masyarakat. Perkembangan sepakbola diharapkan dapat ikut meningkatkan minat masyarakat terhadap olahraga. Sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang, hampir seluruh permainan dilakukan dengan ketrampilan mengolah bola dengan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badan dengan kaki dan tangannya. Sepakbola merupakan olahraga yang hampir keseluruhan permainannya menggunakan tungkai, namun sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang kompleks. Karena untuk dapat melakukan setiap gerakan dengan benar dibutuhkan koordinasi antara organ-organ tubuh.

Sucipto (2000: 7) menyatakan bahwa, “Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang”. Sucipto (2000: 22) menambahkan sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya menggunakan tungkai kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengangnya di daerah tendangan hukumannya. Mencapai kerjasama *team* yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat, dan cermat artinya tidak membuang-buang energi dan waktu.

Selaras dengan hal tersebut, Luxbacher (2009: 2) menjelaskan bahwa sepakbola dimainkan dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Chentini & Russel (2009: 1), menyatakan “sepakbola adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang saling berusaha memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan”. Bagi tim yang lebih banyak memasukkan bola akan keluar menjadi juara. Sepakbola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola (Irianto, 2010: 3).

Sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain termasuk seorang penjaga gawang. Permainan boleh dilakukan dengan seluruh bagian badan kecuali dengan kedua lengan (tangan). Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan anggota badannya, baik dengan kaki maupun tangan. Jenis permainan ini bertujuan untuk menguasai bola dan memasukkan ke dalam gawang lawannya sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola (Rohim, 2008: 13).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang

dimainkan dengan tungkai, dada, kepala kecuali pejuang gawang diperbolehkan menggunakan lengan dan tangan di area kotak penalti. Oleh karena itu kekompakan dan kerjasama tim yang baik di antara para pemain sangat dibutuhkan. Karena dimainkan di atas lapangan yang luas, maka seorang pemain harus memiliki kemampuan teknik dasar dan juga kondisi kesegaran tubuh yang baik. Oleh karena itu, untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dibutuhkan latihan sesuai dengan prosedur yang telah ada.

b. Fasilitas dan Perlengkapan Sepakbola

1) Lapangan

Lapangan harus segi empat & tertutup dengan rumput pendek tetapi rapat. Untuk pertandingan Internasional, panjang lapangan tidak boleh lebih dari 110 m & tidak boleh kurang dari 110 meter. Sedangkan lebar tidak boleh lebih dari 75 m dan tidak boleh kurang dari 64 m. Sekitar lapangan, 4 m dari garis putih tidak diperkenankan untuk penonton, sebaiknya diberi pagar kawat. Menurut Mielke, (2007: 6-8), lapangan permainan sepakbola berbentuk persegi panjang. Panjangnya 90-110 meter dan lebarnya 45-90 meter. Panjang lapangan selalu melebihi lebarnya. Lapangan diberi garis tegas yang lebarnya tidak lebih dari 12 cm. Setiap sudut lapangan diberi sebuah bendera dengan tiang berujung tumpul setinggi tidak lebih 1,5 meter. Tiang bendera yang sama bisa dipasang di kedua ujung garis tengah lapangan yang letaknya tidak boleh kurang dari 1 meter di luar garis pinggir. Garis tengah lapangan ditarik melintang. Titik tengah lapangan permainan diberi tanda dengan jelas, dan diberi lingkaran dengan jari-jari 9,15 meter. Ujung lapangan ditarik dua garis yang membentuk sudut siku-siku

terhadap garis gawang, dengan jarak 5,5 meter dari setiap tiang gawang. Kedua garis ini memanjang hingga 5,5 meter ke lapangan permainan dan dihubungkan dengan garis yang sejajar dengan garis gawang. Bagian yang dikelilingi oleh garis-garis ini dan garis gawang disebut daerah gawang. Ujung lapangan ditarik dua garis yang membentuk sudut siku-siku dengan garis gawang, dengan jarak 16 meter dari setiap tiang gawang. Kedua garis ini memanjang hingga 16 meter ke lapangan permainan dan dihubungkan dengan garis yang sejajar dengan garis gawang. Bagian yang dikelilingi oleh garis-garis ini dan garis gawang disebut dengan kotak penalti. Sebuah tanda yang jelas diberikan di daerah penalti, dengan jarak 11 meter dari titik tengah garis gawang dan berada di depan gawang yang menunjukkan tempat tendangan penalti dilakukan. Dari masing-masing titik penalti ditarik sebuah garis lengkung dengan jari-jari 9,15 meter di luar kotak penalti.

Masing-masing bendera sudut terdapat seperempat lingkaran dengan jari-jari 1 meter. Daerah ini disebut dengan busur tendangan sudut. Gawang dipasang di tengah setiap garis gawang dan terdiri atas dua tiang tegak lurus yang jaraknya sama dari bendera sudut dan lebarnya 7,32 meter (ukuran bidang dalam), yang dihubungkan dengan tiang atas mendatar (horisontal). Tinggi tiang gawang adalah 2,44 meter dari tanah. Demi keamanan, gawang, termasuk gawang yang bisa dipindah-pindah, harus dipancang dengan kuat ke tanah. Jaring bisa dipasangkan di tiang samping, tiang atas, dan tanah di belakang gawang. Jaring tersebut harus disangga dan dipasang dengan benar agar penjaga gawang memiliki ruang yang

cukup untuk bergerak di dalam gawang. Jaring gawang bisa terbuat dari rami, yuta, atau nilon.

2) Tanda Perbatasan

Garis-garis batas dari kapur putih harus jelas dengan lebar 12 cm. Bendera sudut dibuat dari kain yang mudah dilihat. Tinggi tiang bendera tidak boleh kurang dari 1,5 m. Dari bendera sudut, sebagai titik pusat dibuat pada sudut lapangan sebuah seperempat lingkaran dengan jari-jari 1 yard yang membatasi daerah sudut.

3) Daerah Gawang

Dua garis ditarik tegak lurus dari garis gawang masing-masing antara tiang gawang dan sudut lapangan pada jarak 5,5 m dari tiang gawang. Masing-masing garis itu panjangnya 5,5 m. Ujung kedua garis dihubungkan oleh suatu garis lurus sejajar dengan garis gawang. Empat persegi panjang yang dibatasi oleh garis-garis itu disebut daerah gawang.

4) Daerah Tendangan Hukuman

Dua garis masing-masing ditarik tegak lurus dari garis gawang antara tiang gawang dan sudut lapangan pada jarak 16,5 m dari tiang gawang. Garis itu masing-masing panjangnya 16,5 m. Ujung kedua garis itu dihubungkan dengan garis lurus sejajar dengan garis gawang. Empat persegi panjang yang dibentuk oleh garis-garis itu dengan garis gawang disebut daerah tendangan hukuman. Titik tendangan hukuman diukur dari titik tengah garis gawang tegak lurus dengan garis gawang dengan jarak 11 m. Dengan titik tendangan hukuman sebagai pusat & dengan jari-jari 9,15 m, ditarik suatu busur di luar masing-masing daerah

tendangan hukuman. Hanya di dalam daerah tendangan hukuman, penjaga gawang boleh memainkan bola dengan tangan.

5) Gawang

Tinggi gawang 2,44 m diukur dari tanah sampai sisi bawah palang gawang. Lebar gawang 7,32 m diukur dari sisi dalam kedua tiang gawang. Tiang dan palang gawang dibuat dari kayu/logam dengan tebal maksimum 12 cm dan dicat putih. Tiang dan palang gawang dapat berbentuk bulat, empat persegi/setengah bulat. Di belakang gawang dipasang jari-jari pada tiang dan palang gawang dan tanah di belakang gawang tidak mengganggu penjaga gawang bergerak.

6) Bola

Bola terbuat dari kulit/bahan yang sejenis & bentuknya harus bulat dengan ukuran lingkaran bola tidak lebih dari 71 cm dan tidak boleh kurang dari 68 cm, berat tidak lebih dari 453 gram dan tidak boleh kurang dari 396 gram.

Beberapa pelatih merekomendasikan anak-anak menggunakan bola berukuran lebih kecil karena kaki dan tubuh mereka lebih kecil. Tetapi jika meneliti bagaimana bola kecil menggelinding cepat dari bola yang lebih besar, bola lebih besar dan lebih berat mungkin lebih bermanfaat. Anak-anak akan mampu mengendalikan lebih besar, bola bergulir lambat lebih baik saat menggiring bola.

c. Macam-Macam Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Ditinjau dari pelaksanaan permainan sepakbola bahwa, gerakan-gerakan yang terjadi dalam permainan adalah gerakan-gerakan dari badan dan macam-

macam cara memainkan bola. Gerakan badan dan cara memainkan bola adalah dua komponen yang saling berkaitan dalam pelaksanaan permainan sepakbola. Gerakan-gerakan maupun cara memainkan bola tersebut terangkum dalam teknik dasar bermain sepakbola. *The principal technical skills are shooting, passing, ball control, and dribbling* (Huijgen, et.al., 2010).

Sucipto (2000: 17) menyatakan teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah sebagai berikut.

- 1) Menendang (*kicking*)
Bertujuan untuk mengumpan, menembak ke gawang dan menyapu untuk menggagalkan serangan lawan. Beberapa macam tendangan, yaitu menendang dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan punggung kaki bagian dalam.
- 2) Menghentikan (*stopping*)
Bertujuan untuk mengontrol bola. Beberapa macamnya yaitu menghentikan bola dengan kaki bagian dalam, menghentikan bola dengan telapak kaki, menghentikan bola dengan menghentikan bola dengan paha dan menghentikan bola dengan dada.
- 3) Menggiring (*dribbling*)
Bertujuan untuk mendekati jarak kesasaran untuk melewati lawan, dan menghambat permainan. Beberapa macamnya, yaitu menggiring bola dengan kaki bagian luar, kaki bagian dalam dan dengan punggung kaki.
- 4) Menyundul (*heading*)
Bertujuan untuk mengumpan, mencetak gol dan mematahkan serangan lawan. Beberapa macam, yaitu menyundul bola sambil berdiri dan sambil melompat.
- 5) Merampas (*tackling*)
Bertujuan untuk merebut bola dari lawan. Merampas bola bisa dilakukan dengan sambil berdiri dan sambil meluncur.
- 6) Lempar ke dalam (*throw-in*)
Lemparan ke dalam dapat dilakukan dengan awalan ataupun tanpa awalan.
- 7) Menjaga gawang (*kiper*)
Menjaga gawang merupakan pertahanan terakhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi menangkap bola, melempar bola, menendang bola.

Herwin (2004: 21) menyatakan permainan sepakbola mencakup 2 (dua) kemampuan dasar gerak atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai oleh pemain meliputi:

1) Gerak atau teknik tanpa bola

Selama dalam sebuah permainan sepakbola seorang pemain harus mampu berlari dengan langkah pendek maupun panjang, karena harus merubah kecepatan lari. Gerakan lainnya seperti: berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, dan berhenti tiba-tiba.

2) Gerak atau teknik dengan bola

Kemampuan gerak atau teknik dengan bola meliputi: (a) Pengenalan bola dengan bagian tubuh (*ball feeling*) bola (*passing*), (b) Menendang bola ke gawang (*shooting*), (c) Menggiring bola (*dribbling*), (d) Menerima bola dan menguasai bola (*receiveing and controlling the ball*), (e) Menyundul bola (*heading*), (f) Gerak tipu (*feinting*), (g) Merebut bola (*sliding tackle-shielding*), (h) Melempar bola ke dalam (*throw-in*), (i) Menjaga gawang (*goal keeping*).

Unsur teknik tanpa bola maupun teknik dengan bola pada prinsipnya memiliki keterkaitan yang erat dalam pelaksanaan bermain sepakbola. Kedua teknik tersebut saling mendukung dan saling berhubungan. Kedua teknik dasar tersebut harus mampu diaplikasikan dan dikombinasikan di dalam permainan menurut kebutuhannya. Kualitas dan kemampuan teknik yang baik akan mendukung penampilan seorang pemain dan kerjasama tim. Semakin baik kualitas teknik yang dimiliki, maka penguasaan permainan akan semakin baik, sehingga akan memberikan peluang untuk memenangkan pertandingan.

3. Hakikat Penjaga Gawang Sepakbola

a. Pengertian Penjaga Gawang

Penjaga gawang adalah salah satu posisi pemain dalam sepakbola yang boleh menyentuh bola dengan seluruh badannya. Tugas dari penjaga gawang adalah menjaga gawangnya dari gempuran serangan lawan, sehingga tidak terjadi

gol pada gawangnya dan timnya bisa memenangkan pertandingan. Penjaga gawang merupakan pemain yang paling penting dalam tim sepak bola.

Penjaga gawang memberikan garis pertahanan yang terakhir bagi tim dan harus menguasai serangkaian keterampilan yang seluruhnya berbeda dengan keterampilan yang digunakan oleh pemain lapangan. Penjaga gawang merupakan satu-satunya pemain yang diperbolehkan menggunakan tangannya untuk menerima dan mengontrol bola dan hanya dapat melakukannya dalam daerah penalti timnya sendiri. Bermain sebagai kiper harus mampu menangkap atau memblokir semua tipe tembakan yang diarahkan ke gawang karena penjaga gawang adalah satu-satunya spesialis sejati dalam tim sepak bola. Dengan diberi tugas untuk melindungi gawang berukuran tinggi 8 kaki dan lebar 24 kaki, penjaga gawang menyediakan pertahanan terakhir yang harus dilewati untuk mencetak gol (Batty, 2012: 66).

Menurut Blatter (dalam Priambodo & Faruk, 2018) “penjaga gawang adalah posisi kunci dalam sepakbola yang membutuhkan perhatian khusus dan program yang berdedikasi. Untuk menjadi penjaga gawang yang sukses, sangat penting bahwa seorang penjaga gawang harus belajar tentang teknik dan juga nilai pribadi seperti kepercayaan diri, karakter dan ketegasan yang semuanya perlu diajarkan sejak usia dini.” Penjaga gawang yang sudah ahli menunjukkan kemampuan yang sangat terampil dan terkoordinasi dengan baik saat melakukan jatuhan atau lompatan untuk menangkap bola. Hal semacam itu membutuhkan waktu latihan bertahun-tahun (Ericsson dalam Savelsbergh dkk, 2002).

Penjaga gawang dalam sepakbola membutuhkan sejumlah keterampilan yang berbeda. Selain menyelamatkan dari tembakan tepat sasaran lawan, penjaga gawang juga bertanggungjawab antara lain memutus ancaman dalam situasi yang berbahaya, membagikan bola terhadap pemain lain untuk melakukan serangan, dan berkomunikasi dengan pemain belakangnya (Gelade, 2014). Pendapat lain menurut Mielke (2007: 103) “Para penjaga gawang harus memiliki banyak keterampilan dan sering harus bertindak sebagai lini pertahanan terakhir. Para pemain lain mungkin gagal menghadang pemain penyerang atau salah mengontrol bola dan bisa merebut bola lagi, tetapi ketika seorang penjaga gawang membuat kesalahan, biasanya kesalahan itu akan berakibat terciptanya gol bagi tim lain”. Sebuah penyelamatan yang cantik bisa mengubah situasi permainan, bisa menyegarkan kembali para pemain belakang agar berusaha lebih keras atau mungkin bisa memotivasi seorang pemain penyerang untuk lain kali berjuang lebih keras ketika sedang membawa bola. Penjaga gawang tidak hanya berperan sebagai dasar pertahanan sebuah tim, tetapi juga terlibat dalam pergerakan serangan tim, dengan pengembalian yang cepat ke permainan lapangan melalui lemparan atau tendangan yang jauh dan akurat (FIFA, 2012: 8).

Goalkeeping play (aktivitas penjaga gawang) adalah aktivitas penjaga gawang di lapangan. Komponen utama penjaga gawang adalah defensif dan aspek ofensif. Sebuah kualitas penjaga gawang ditentukan oleh kualitas teknis penjaga gawang yang berhubungan dengan aspek taktik (individual dan kelompok) (FIFA, 2012: 34). Penjaga gawang terbaik adalah seorang yang memiliki keterampilan berkomunikasi dengan baik dan mengetahui cara untuk berkonsentrasi. Seorang

penjaga gawang juga harus membuat banyak keputusan dengan cepat dan tenang di sepanjang pertandingan. Seorang penjaga gawang harus menguasai sejumlah teknik menggagalkan gol, termasuk meninju bola dan penyelamatan gawang dengan menjatuhkan tubuh. Menangani operan balik dan memberikan (mengoper/melempar) bola kepada rekan satu tim. Penjaga gawang harus berjuang keras mempertahankan gawangnya dan mutlak dilakukan selama pertandingan agar tidak kemasukan bola. Bila penjaga gawang mampu mempertahankan gawangnya tidak kemasukan, maka kemungkinan menang bagi timnya (Herwin, 2004: 49).

Lebih lanjut menurut Herwin (2004: 49) seorang penjaga gawang di dalam pertahanan gawangnya mempunyai enam tanggung jawab, yaitu:

- 1) Menghadapi/menangkap semua jenis tembakan
- 2) Menghadapi/menggagalkan bola silang
- 3) Membantu pertahanan dari barisan paling belakang
- 4) Mempersempit sudut tembakan
- 5) Membagi bola (mengumpan bola)
- 6) Bertahan pada permainan pola posisi.

Penjaga gawang merupakan pemain paling penting dalam tim sepak bola. Luxbacher (2009: 125) menyatakan bahwa “penjaga gawang (*goal keeper*) memberikan garis pertahanan yang terakhir bagi tim dan harus menguasai serangkaian keterampilan yang seluruhnya berbeda dengan keterampilan yang digunakan oleh pemain lapangan”. Penjaga gawang merupakan satu-satunya pemain yang diperbolehkan menggunakan tangannya untuk menerima dan mengontrol bola dan hanya dapat dilakukannya dalam daerah penalti timnya sendiri.

Tenang (2007: 131) menyatakan “penjaga gawang adalah pemain yang istimewa karenanya mereka perlu latihan khusus untuk mengembangkan kemampuannya”. Dalam sepak bola, penjaga gawang memikul beban tanggung jawab yang sangat besar. Jika penampilannya jelek, dapat menyebabkan kekalahan dan jika ia bermain baik, ia tidak hanya dapat mencegah lawan mencetak gol, tetapi juga dapat memancarkan kepercayaan dirinya kepada kawan-kawannya. Beberapa pemain mungkin kecewa kepada penjaga gawangnya karena membiarkan bola masuk ke gawang. Ingatkanlah mereka untuk tidak mengatakan hal-hal yang negatif tentang penjaga gawangnya setelah terjadi gol. Lebih lanjut diungkapkan Tenang (2007: 133) seorang penjaga gawang harus pandai dan cermat dalam; (1) membaca arah bola, (2) menempatkan posisi, (3) menangkap bola, (4) berkomunikasi, (5) menjangkau bola lambung, (6) mengirim bola dengan menendang dan melempar untuk memulai serangan.

b. Jenis Tangkapan Penjaga Gawang

Luxbacher (2009: 128-131) menjelaskan jenis tangkapan yang sering dilakukan oleh penjaga gawang sebagai berikut:

1) Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan

Melakukan permainan yang rutin sebagai dasar yang sama pentingnya dengan melakukan permainan spektakuler sekali-kali. Pada kenyataannya, mayoritas dari penyelamatan yang anda lakukan mungkin tidak sama dengan rutinitas anda kecuali jika tim anda memutuskan untuk tidak membuat pertahanan didepan anda. Kebanyakan penyelamatan yang akan anda lakukan melibatkan bola yang menggelinding di atas permukaan lapangan. Anda akan menggunakan

tiga teknik yang berbeda untuk menerima bola tergantung pada sifat tembakan (Luxbacher, 2009: 128).

2) Bola yang Menggelinding Langsung ke Arah Penjaga Gawang

Gunakan teknik yang biasanya disebut *standing save* (menyelamatkan bola dengan berdiri). Dari posisi siap dengan cepat berbalik ke samping pada posisi antara bola dan gawang. Jaga kaki agar tetap lurus dengan direntangkan beberapa inchi dan sedikit membungkuk pada pinggang saat bola tiba. Ulurkan telapak tangan anda ke bawah dengan telapak tangan mengarah ke depan dan sedikit dilekukan. Kedua tangan harus paralel satu sama lain, dan ujung jari anda harus hampir menyentuh permukaan lapangan. Jangan menangkap bola dengan telapak tangan anda. Biarkan bola menggelinding, sehingga ke pergelangan tangan anda dan lengan bawah, kemudian kembali ke posisi tegak dengan dipeluk di dada (Luxbacher, 2009: 128).

3) Tembakan Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang

Standing save yang biasa tidak tepat digunakan untuk tembakan yang rendah dan kuat yang diarahkan langsung ke penjaga gawang atau untuk tembakan yang memantul tepat di depan penjaga gawang. Hal ini penting khususnya jika permainan berlangsung pada lapangan yang basah dimana bola melaju di atas genangan air dan rumput yang basah. Untuk menanggulangi penambahan kecepatan pada tembakan seperti itu, penjaga gawang harus menggunakan teknik menerima bola yang biasanya disebut dengan *forward vault*. Dari posisi siap condongkan tubuh ke depan pada pinggang, tekukkan lutut anda, dan bungkukkan tubuh ke depan bawah pada arah datangnya bola. Ulurkan tanga

dan lengan ke bawah bola dengan telapak tangan menghadap ke atas. Bola harus benar-benar menyentuh pergelangan tangan dan lengan bawah anda. Saat bola tiba, jatuhkan tubuh ke depan dan pelu bola antara dada dan lengan bawah. Kaki anda harus diluruskan di belakang dan sedikit direntangkan untuk menjaga keseimbangan (Luxbacher, 2009: 129).

Ada dua cara pendekatan pokok dalam menangkap bola rendah jika ada waktu bagi anda untuk menghadang bola itu. Kedua cara itu tidak ada kemungkinan bola lolos lewat dari renggangan. Para penjaga gawang cenderung untuk lebih menyukai salah satu cara di antaranya, meskipun kedua cara itu tak selalu saling merupakan alternatif. Teknik membungkuk, tepat seperti namanya gerakan membungkuk dengan tangan-tangan terbuka menghadapi bola untuk menyambut didepan kedua kaki yang sedikit direnggangkan. Teknik jongkok, yang menempatkan lebih banyak bagian tubuh dibelakang bola. Jika bola ditangkap oleh kedua tangan yang mencekamnya, ada tiga lapisan yang melindungi gawang. Kedua tangan, kedua lutut, dan kedua kaki yang ditetapkan melintang untuk menambah lebar permukaan yang menghadang bola. Cara ini paling banyak dipakai oleh para penjaga gawang karena lebih aman bagi tembakan-tembakan keras.

4) Bola yang Menggelinding ke Samping Penjaga Gawang

Luxbacher (2009: 129) menjelaskan dalam beberapa situasi, anda mungkin tidak mempunyai waktu untuk mengatur posisi *standing save* jenis tembakan seperti ini, biasanya disebut dengan *tweener*, cukup jauh sehingga *standing save* tidak mungkin dilakukan tapi tidak cukup untuk *diving save*. Untuk melakukan

penyelamatan, bergeraklah melintasi gawang untuk memintas bola yang menggelinding. Julurkan kaki yang mendahului gerakan ke arah datangnya bola dan tekukan lutut. Berlututlah dengan kaki yang mengikuti gerakan dan sejajarkan dengan *goal line*. Buatlah sedikit ruang saja antara tumit kaki yang mendahului dengan lutut kaki yang mengikuti untuk mencegah bola agar tidak menerobos kedua kaki anda. Dari posisi ini, condongkan badan anda ke depan dengan bahu yang lurus dengan bola. Biarkan bola menggelinding hingga ke pergelangan tangan dan lengan bawah sebelum dikepitkan ke dada.

5) Menangkap Bola Sedang dan Atas

Penjaga gawang juga harus mampu menangkap dan memegang bola yang datang dari melayang dan atas. Tembakan yang kuat dari luar daerah penalti dan bola yang diarahkan ke gawang dari sayap lapangan menimbulkan tantangan bagi penjaga gawang. Cara anda menangkap bola tergantung pada ketinggian dan jalur gerakan tembakan (Luxbacher, 2009: 130).

6) Bola dengan Ketinggian Sedang

Bola yang ketinggian sedang adalah bola yang tiba di antara pergelangan kaki dan pinggang. Untuk menangkap bola yang tiba pada ketinggian pergelangan kaki, gunakan teknik yang menyodok yang sama dengan yang digunakan saat menangkap bola yang menggelinding langsung ke arah anda. Tempatkan tubuh di belakang bola dengan kaki lurus dan diregangkan beberapa inchi. Saat bola tiba, condongkan tubuh ke depan pada pinggang. Ulurkan tangan kebawah dengan telapak tangan menghadap ke depan. Terima bola dengan pergelangan tangan dan lengan bawah, kemudian amankan ke dada anda. Jangan coba

menangkap bola berketinggian sedang dengan telapak tangan anda. Menerima bola yang tiba pada ketinggian pinggang, condongkan tubuh ke depan pada pinggang dengan lengan bawah paralel satu sama lain diulurkan ke bawah, terima bola dengan lengan bawah. Saat bola tiba, melompatlah ke belakang beberapa *inchi* untuk mengurangi benturan yang terjadi. Semakin kuat tembakannya, semakin besar lapisan yang harus anda sediakan agar bola tidak memantul menjauh dari anda (Luxbacher, 2009: 131).

Bagi penyelamatan gawang yang paling umum dilakukan yaitu terhadap tembakan setinggi pinggang atau dada, tempatkan tubuh anda dengan kokoh di belakang bola, tangkap dengan kedua tangan dengan menatap saat bola menghantam dan “peluklah” dengan tangan dan lengan. Makin keras tembakan itu, tubuh anda harus semakin “mengalah” pada saat terkena.

7) Bola dengan Ketinggian Dada atau Kepala (Melayang)

Luruskan bahu dengan bola yang akan datang. Letakkan tangan anda kira-kira pada ketinggian dada dengan telapak tangan menghadap kedepan dan jari diregangkan serta mengarah pada bola. Saat bola tiba, tempatkan tangan anda pada posisi yang biasa disebut posisi W (*window* atau jendela), dengan jari derenggangkan dari ibu jari hampir bersentuhan. Ulurkan tangan ke arah bola siku sedikit ditekukkan. Berlawanan dengan teknik menyodok yang digunakan untuk menerima bola rendah anda harus menangkap bola yang setinggi dada dengan ujung jari anda. Tarik tangan anda untuk mengurangi benturan dan amankan bola di dada anda. Ikuti prinsip tangan-mata-kepala (*hands-eyes-head* atau *HEH*) saat menerima bola ketinggian dada atau kepala. Tempatkan tangan, mata, dan kepala

anda sejajar dengan bola yang anda terima. Ikuti gerakan bola melalui tangan anda dengan melihat melalui jendela yang dibentuk oleh ibu jari dan jari telunjuk (Luxbacher, 2009: 131).

8) Bola Atas

Untuk menerima dan mengontrol bola atas mungkin merupakan ujian yang sulit. Keberhasilan membutuhkan teknik yang benar, keseimbangan dan mengontrol tubuh, pengaturan waktu yang tepat, dan penilaian yang baik. Berdirilah menghadap bola saat bola menghadapi daerah gawang, bahu tetap lurus. Bergeraklah ke arah bola dan lakukan lompatan dengan satu kaki untuk menghasilkan daya gerak keatas yang maksimal. Teknik lompat yang digunakan hampir sama dengan tembakan *lay-up* pada basket. Berusahalah untuk menangkap bola pada titik yang setinggi mungkin dengan mengulurkan tangan di atas kepala. Anda harus melompat dengan kaki yang benar. Saat menerima bola yang ditendang dari bagian sayap lapangan, dorong kaki yang terjauh dari gawang ke atas dengan lutut di tekukkan, arahkan lutut ke bola untuk memastikan bahu anda lurus dengan bola. Kaki yang paling dekat dengan gawang tetap lurus dan menahan keseimbangan. Dorong kan tangan dan kaki ke atas dalam satu gerakan yang mulus untuk menghasilkan daya gerak yang besar. Tempatkan tangan anda pada posisi W dan ikut prinsip HEH. Perhatikan bola hingga saat kontak dengan tangan anda, kemudian amankan ke dada anda. Turunlah dengan kaki yang menahan keseimbangan (Luxbacher, 2009: 132).

Faktor utama dalam menangkap bola yang setinggi kepala atau diatasnya adalah memasang kedua tangan dibelakngnya. Penjaga gawang harus bisa

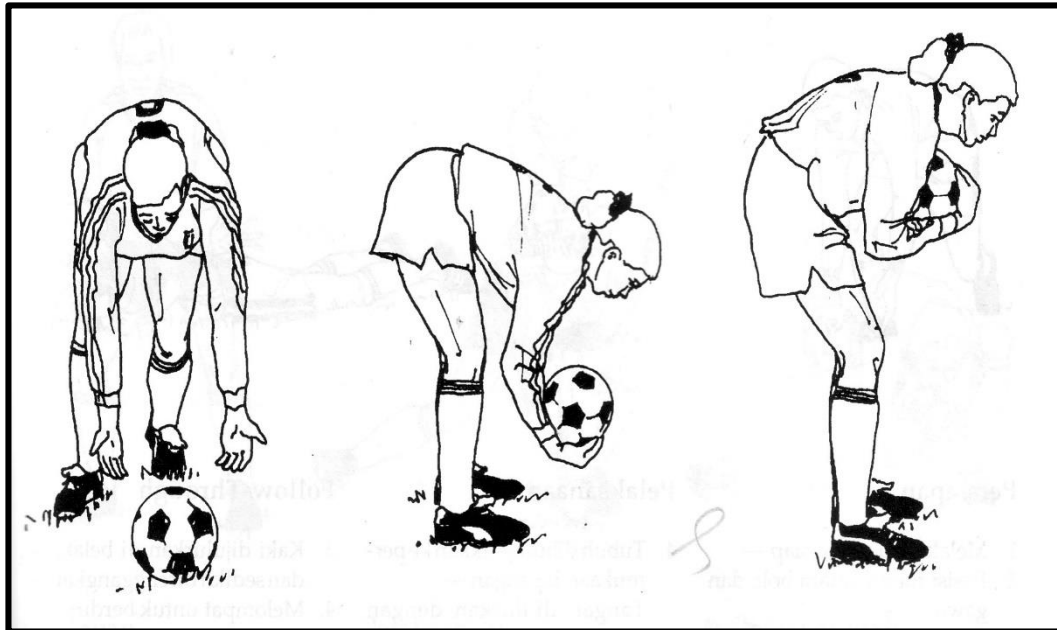
memanfaatkan bola tinggi sebaik mungkin dengan menangkapnya pada titik yang setinggi mungkin. Ini berarti harus berlari menyerbunya sedapat mungkin, melompat dengan satu kaki dan menggunakan jangkauan penuh dengan tangan anda. Dengan mengangkat kakio bebas setinggi-tingginya akan memberi anda tambahan momentum dan perlindungan terhadap lawan.

c. Cara Melakukan, Kesalahan, dan Perbaikan

Menurut Luxbacher (2009: 133), cara melakukan, kesalahan, dan perbaikan dalam penjaga gawang sebagai berikut:

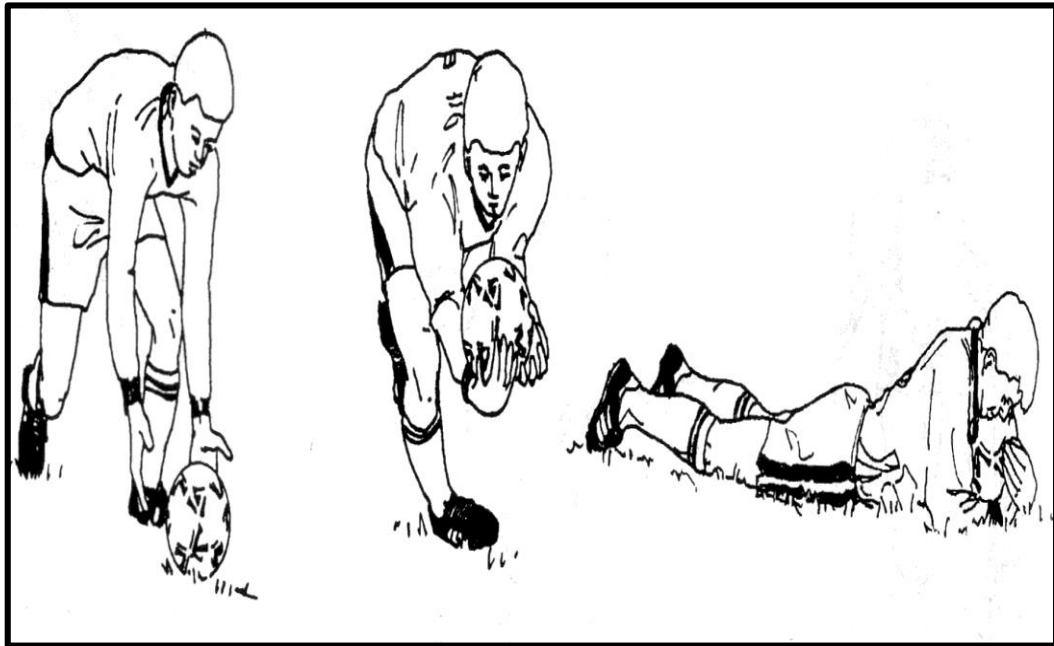
1) Cara Melakukan

- a) Menangkap bola di atas permukaan lapangan
 - 1) Bola yang menggelinding langsung ke arah penjaga gawang
 - a) Persiapan
 - 1) Melakukan posisi siap.
 - 2) Posisi di antara bola dan gawang.
 - 3) Postur tubuh tegak.
 - 4) Kaki diregangkan beberapa *inchi*.
 - 5) Fokuskan perhatian pada bola.
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Membungkukan tubuh ke depan.
 - 2) Kaki lurus.
 - 3) Tangan diulurkan ke bawah.
 - 4) Telapak tangan menghadap ke depan dan dilekukkan.
 - 5) Bola dikontak dengan telapak tangan.
 - 6) Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Membungkukan tubuh ke depan.
 - 2) Kaki lurus.
 - 3) Tangan diulurkan ke bawah.
 - 4) Telapak tangan menghadap ke depan dan dilekukkan.
 - 5) Bola dikontak dengan telapak tangan.
 - 6) Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah.



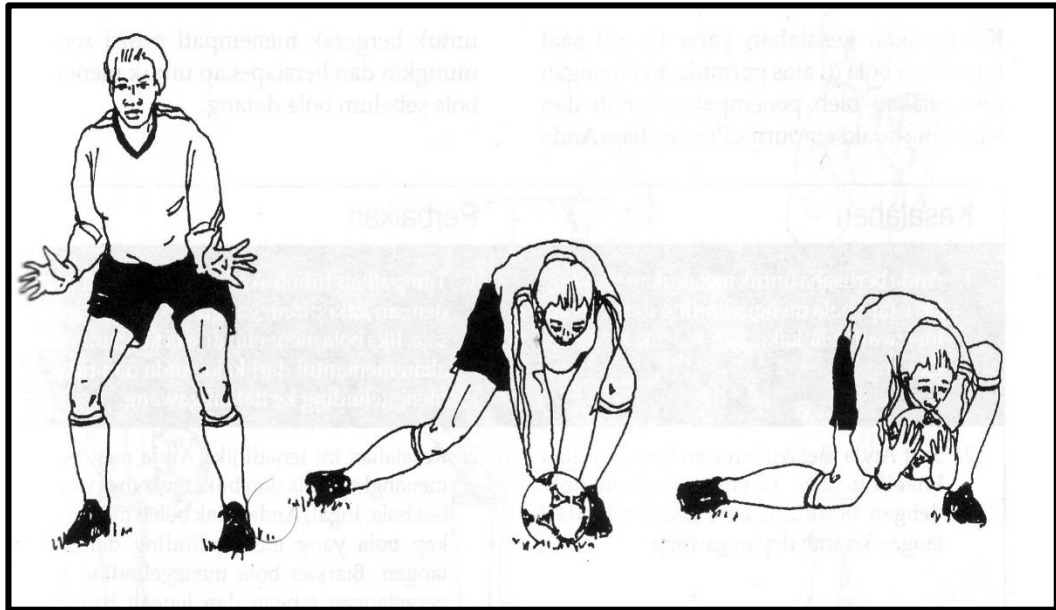
Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan
(Sumber: Luxbacher, 2009: 132)

- 2) Tembakkan rendah langsung ke arah penjaga gawang
 - a) Persiapan
 - 1) Melakukan posisi siap.
 - 2) Posisi tubuh antara bola dan gawang.
 - 3) Fokuskan perhatian pada bola.
 - 4) Condongkan tubuh ke depan pada pinggang.
 - 5) Lutut ditekukkan.
 - 6) Bahu lurus dengan bola.
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Tubuh dibungkukkan ke permukaan lapangan.
 - 2) Tangan diulurkan dengan telapak tangan menghadap ke atas.
 - 3) Bola dikontak dengan pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - 4) Jatuh ke depan di atas lengan bawah.
 - 5) Mengepit bola di antara lengan bawah dan bola.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Kaki dijulurkan ke belakang.
 - 2) Melompat untuk berdiri.
 - 3) Membagikan bola.



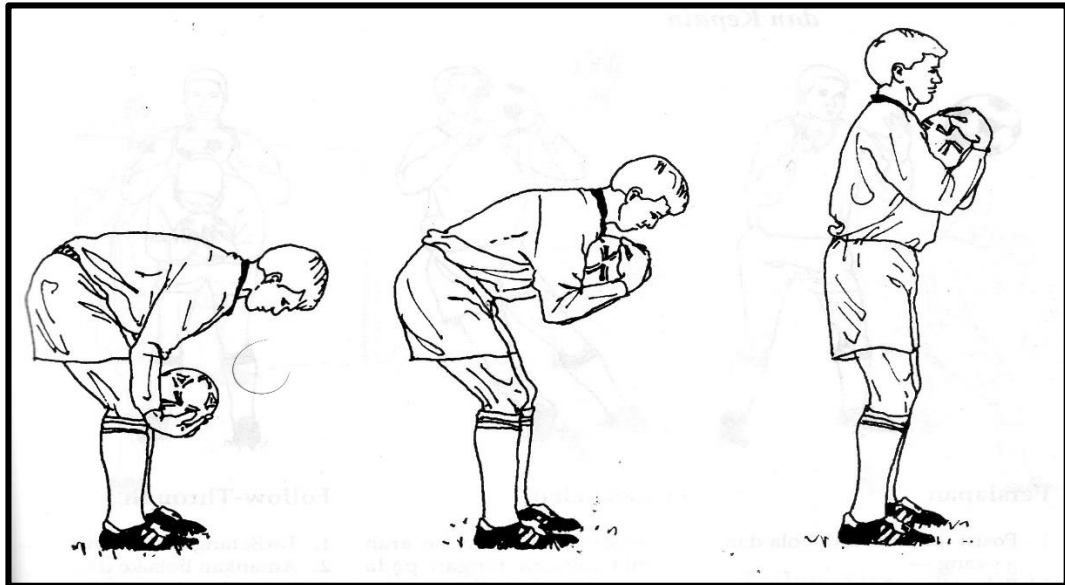
Gambar 2. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang
(Sumber: Luxbacher, 2009: 133)

- 3) Bola yang menggelinding ke samping penjaga gawang
 - a) Persiapan
 - 1) Melakukan posisi siap.
 - 2) Bergerak melintasi gawang.
 - 3) Julurkan kaki yang mendahului dan tekukkan lutut.
 - 4) Berlutut dengan kaki yang mengikuti.
 - 5) Luruskan kaki tersebut paralel dengan *goal line*.
 - 6) Fokuskan perhatian pada bola
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Membungkukan tubuh ke depan pada pinggang.
 - 2) Bahu lurus dengan bola.
 - 3) Kepala tidak bergerak.
 - 4) Telapak tangan mengarah ke depan dan jari-jari diluruskan.
 - 5) Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Mengepit bola ke dada dengan lengan bawah.
 - 2) Melompat untuk berdiri.
 - 3) Membagikan bola.



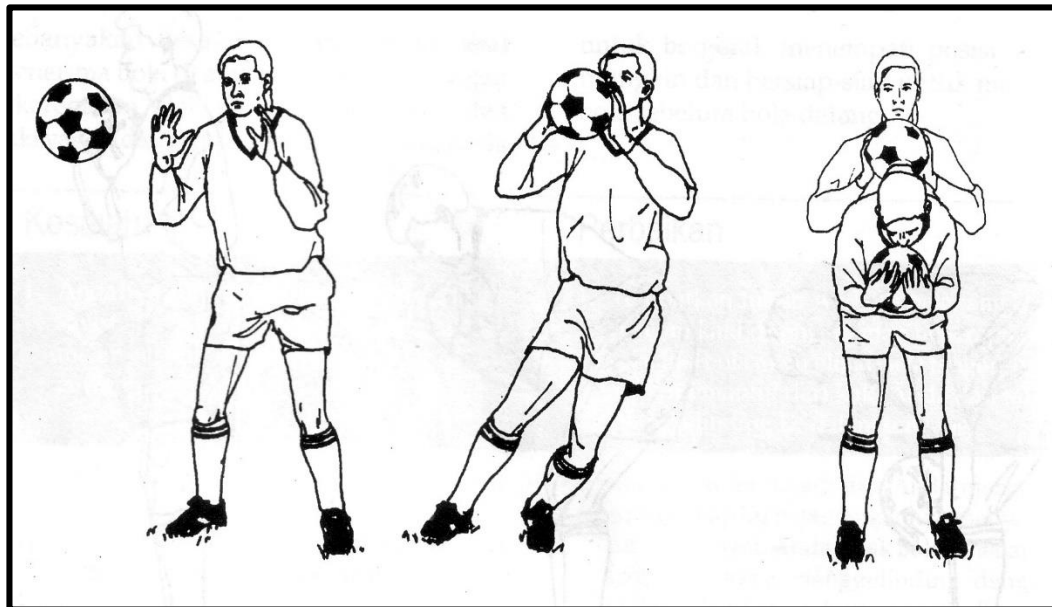
**Gambar 3. Menangkap Menggelinding ke Samping Penjaga Gawang
(Sumber: Luxbacher, 2009: 128)**

- b) Menangkap Bola Sedang dan Atas
 - 1) Bola dengan ketinggian sedang
 - a) Persiapan
 - 1) Tempatkan diri anda sejajar dengan bola.
 - 2) Postur tubuh tegak dengan kaki diregangkan beberapa inci.
 - 3) Tangan diulurkan ke bawah.
 - 4) Jari mengarah ke bawah dan telapak tangan menghadap ke depan.
 - 5) Fokuskan perhatian pada bola.
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Condongkan tubuh ke depan pada pinggang.
 - 2) Lutut sedikit ditekukkan.
 - 3) Lengan bawah paralel satu sama lain.
 - 4) Kontak bola dengan pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Melompat beberapa inchi ke belakang untuk mengurangi benturan.
 - 2) Biarkan bola menggelinding ke lengan bawah.
 - 3) Kepit bola dengan lengan bawah dan dada.



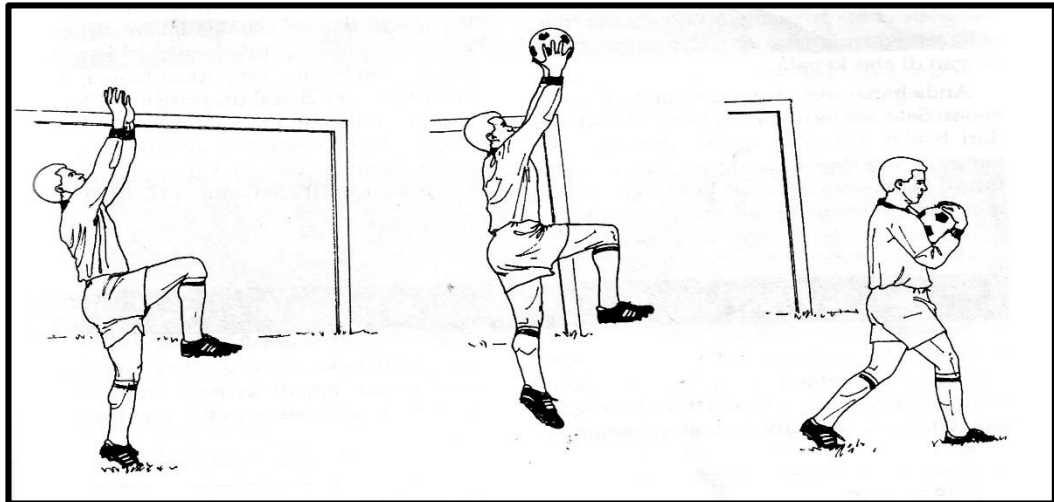
**Gambar 4. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang
(Sumber: Luxbacher, 2009: 128)**

- 2) Bola dengan ketinggian dada atau kepala (melayang)
 - a) Persiapan
 - 1) Posisi tubuh antara bola dan gawang.
 - 2) Bahu lurus.
 - 3) Kaki diregangkan selebar jarak bahu.
 - 4) Tangan pada ketinggian dada.
 - 5) Telapak tangan menghadap ke depan.
 - 6) Jari diarahkan kebola.
 - 7) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola.
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Tangan diulurkan ke arah bola dengan tangan pada posisi W.
 - 2) Siku sedikit ditekukkan.
 - 3) Melihat melalui “jendela”.
 - 4) Menerima bola dengan ujung jari.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Tarik tangan dan lengan.
 - 2) Amankan bola ke dada.
 - 3) Bola dibagikan.



Gambar 5. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala
(Sumber: Luxbacher, 2009: 128)

- 3) Bola Atas
 - a) Persiapan
 - 1) Berdiri menghadap bola yang akan datang.
 - 2) Bahu lurus.
 - 3) Bergerak ke arah bola.
 - 4) Kepala tidak bergerak dan perhatian pada bola.
 - b) Pelaksanaan
 - 1) Menggunakan satu kaki untuk melompat.
 - 2) Tangan dan kaki yang terjauh dari gawang didorong ke atas dengan satu gerakan yang mulus.
 - 3) Kaki yang menahan keseimbangan tetap lurus.
 - 4) Tangan diulurkan ke atas dengan tangan pada posisi W.
 - 5) Kepala di belakang tangan (HEH).
 - 6) Terima bola pada titik lompatan yang tertinggi.
 - 7) Terima bola dengan jari dan telapak tangan.
 - c) *Follow-Through*
 - 1) Tarik tangan dan lengan.
 - 2) Turun ke permukaan lapangan.
 - 3) Mendarat dengan kaki yang menahan keseimbangan
 - 4) Amankan bola ke dada.
 - 5) Bola dibagikan.



Gambar 6. Menangkap Bola Atas
(Sumber: Luxbacher, 2009: 128)

2) Kesalahan dan Perbaikan

a) Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan

1) Kesalahan

- a) Anda berusaha untuk melakukan *standing save* tapi bola menggelinding dari tangan, melewati sela kaki, dan masuk ke sela gawang.
- b) Saat anda melakukan *standing save* atau *kneeling save* (menyelamatkan bola dengan berlutut), bola memantul dari tangan ke arah depan gawang.
- c) Saat anda menggunakan teknik *forward vault*, bola menyelip di sela tangan dan masuk ke gawang.

2) Perbaikan

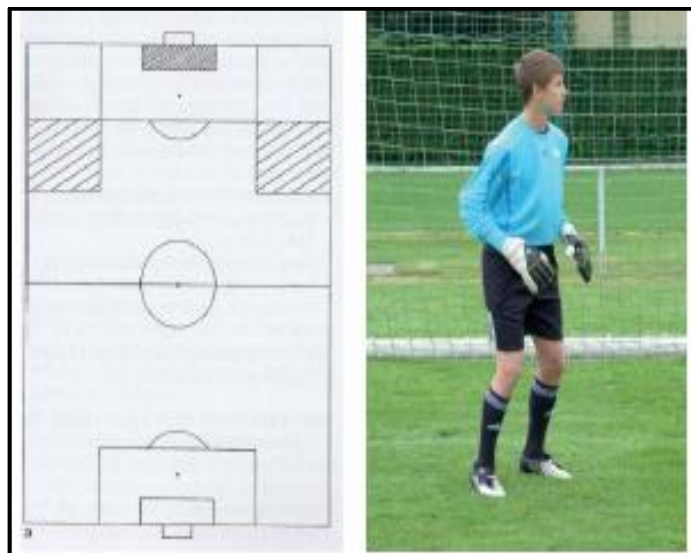
- a) Tempatkan tubuh anda di belakang bola dengan kaki diregangkan beberapa *inchi* saja. Jika bola menyelip di sebelah tangan, bola akan memantul dari kaki anda dan tidak menggelinding ke dalam gawang.
- b) Kesalahan ini terjadi jika anda mencoba menangkap bola dan bukannya menyambut bola. Ingat, anda tidak boleh menangkap bola yang menggelinding dengan tangan. Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah, kemudian gunakan gerakan seperti menyendok untuk mengangkat bola saat anda kembali ke posisi berdiri dan kepit bola ke dalam dada anda.
- c) Anda gagal merapatkan lengan bawah di bola saat anda menerima bola. Bungkukkan tubuh kedepan untuk menyambut bola. Tangan tetap diulurkan dan paralel. Jarak lengan bawah beberapa *inchi*, saat bola datang, tangkap dan apit di antara lengan dan dada anda.

d. Teknik Penjaga Gawang

1) Penempatan Posisi

Kemampuan menempatkan posisi adalah modal utama seorang penjaga gawang/ kiper yang andal. Apabila seorang penjaga gawang mampu menempatkan posisi dengan baik, yang paling sering terjadi adalah penjaga gawang seakan-akan menjadi magnet sehingga bola seakan terus melaju ke arah penjaga gawang. Dengan penempatan posisi yang benar seorang penjaga gawang tidak perlu melompat jauh ke kiri dan ke kanan. Hal ini dikarenakan segitiga yang terbentuk oleh bola dan ke dua tiang gawang menjadi lebih kecil. Istilah umumnya adalah memperkecil sudut (Scheunemann, 2012: 47). Vencel (2014: 41) menyatakan ada empat posisi siap pada penjaga gawang yaitu

a) Posisi Siap — *Wing Play* (Umpan silang)

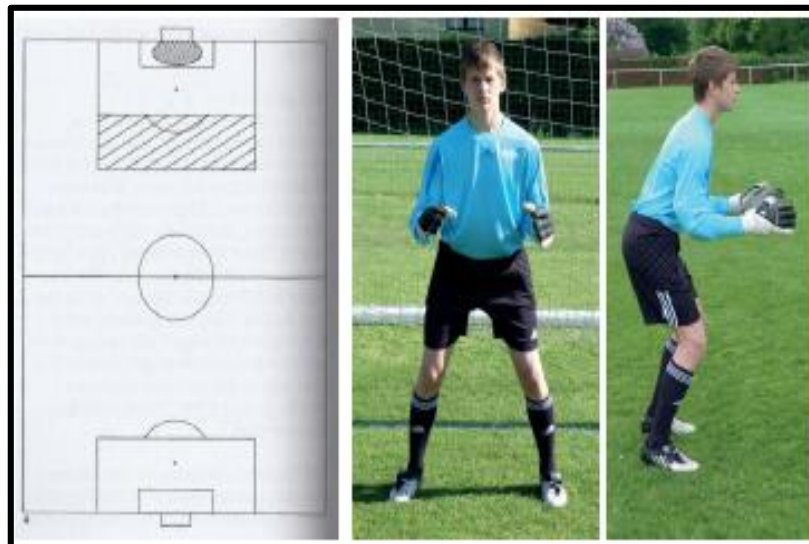


Gambar 7. Posisi Siap — *Wing Play* (Umpan Silang)
(Sumber : Vencel, 2014)

Kiper akan mengadopsi posisi siap ini, ketika bola diposisikan di sayap (area kuning) dan bola yang sedang menyeberang ke daerah gawang. Teknik yang

paling sering dieksekusi dari posisi ini adalah menangkap bola tinggi dan menangkap umpan silang. Jadi posisi siap ini akan dilakukan oleh penjaga gawang apabila bola berada disisi kiri dan kanan pertahanan penjaga gawang. Posisi siap ini akan memudahkan penjaga gawang untuk bergeser maju dan mundur untuk menangkap bola tinggi yang datang dari sisi-sisi pertahanan penjaga gawang.

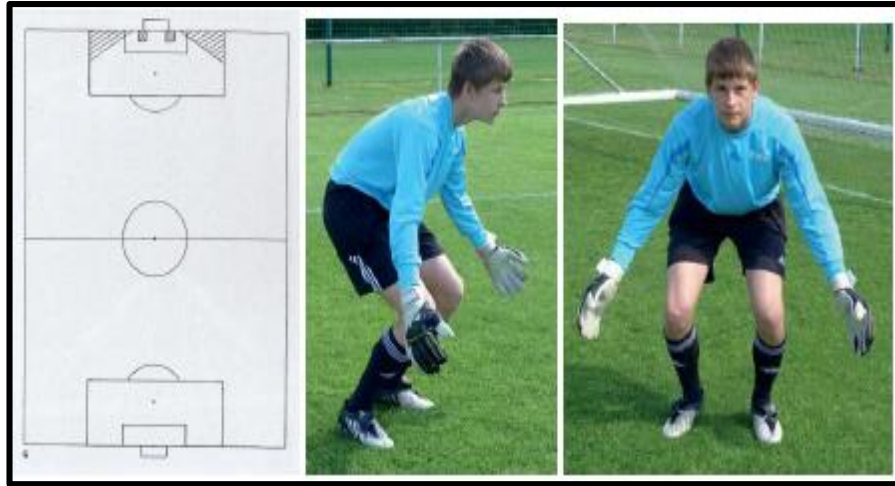
b) Posisi siap - *Shot Stopper* (menghentikan tendangan)



Gambar 8. Posisi Siap - *Shot Stopper* (Menghentikan Tendangan)
(Sumber : Vencel, 2014)

Kiper akan mengadopsi posisi siap ini, ketika bola berada dalam jangkauan (daerah *orange*). Teknik yang paling sering dieksekusi dari posisi ini adalah menangkap bola yang mengarah ke penjaga gawang, menjatuhkan badan. Jadi posisi siap *shot stopper* ini akan dilakukan oleh penjaga gawang apabila bola yang datang disekitar area kotak penalti penjaga gawang. Biasanya bola yang datang dari area biru penjaga gawang akan melakukan reaksi atau keterampilan *diving to save* atau menjatuhkan badan.

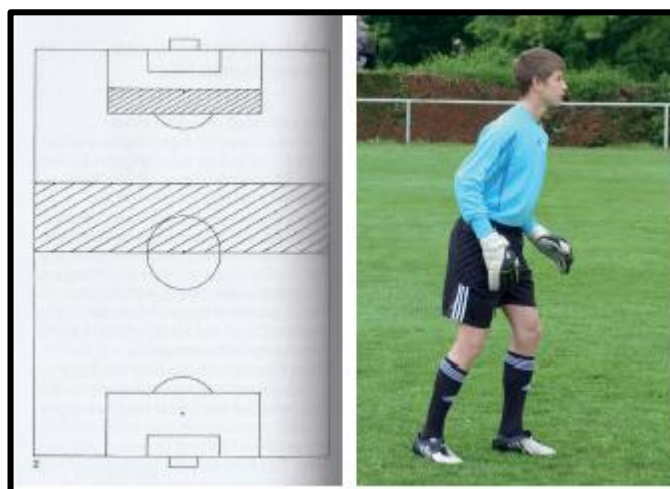
- c) Posisi Siap – *Wide Angle* (bola pada sudut yang sangat luas)



Gambar 9. Posisi Siap – *Wide Angle* (Bola pada Sudut yang Sangat Luas)
(Sumber : Vencel, 2014)

Penjaga gawang akan mengadopsi posisi siap ini ketika bola berada dalam jarak tembak dan pada sudut yang sangat luas (area biru). Teknik yang paling umum dilakukan dari posisi ini adalah: teknik dasar yang dilakukan adalah badan beratkan kedepan, tangan menghadap ke depan dan diletakkan di bawah, mempersempit ruang kaki.

- d) Posisi Siap - *Keeper Sweeper* (bola tidak dalam jangkauan)



Gambar 10. Posisi Siap - *Keeper Sweeper* (Bola tidak dalam Jangkauan)
(Sumber : Vencel, 2014)

Kiper akan mengadopsi, posisi siap ini ketika bola tidak dalam jangkauan (area biru), bola tidak diposisikan di sayap (area kuning), tetapi dalam posisi-posisi lain di lapangan (daerah merah). Teknik yang paling sering dieksekusi dari posisi ini adalah *breakaways*. Posisi siap ini akan dipilih oleh penjaga gawang di saat bola yang mengarah ke daerah pertahanan penjaga gawang berupa umpan terobosan. Dari umpan terobosan ini biasanya pemain belakang sering ketinggalan dalam berlari untuk mendapatkan bola dari *striker* lawan. Dengan posisi siap ini diharapkan penjaga gawang berlari keluar untuk mengambil bola yang akan membahayakan gawang.

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, posisi siap menghadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper*, dan *wide angle*.

2) Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a) Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)



Gambar 11. Keterampilan Menangkap Bola di Depan Kepala (*Catching the Ball in Front of the Head*)
(Sumber : Vencel, 2014)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan.

Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.

b) Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas.



Gambar 12. Mengamankan Bola dengan Ketinggian Sedang (*Receiving Medium Height Ball*)
(Sumber : Vencel, 2014)

c) Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk



**Gambar 13. Keterampilan *Receiving Low Ball* dengan Lutut Ditekuk
(Sumber : Vencel, 2014)**

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya kesalah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit.

Dari teori di atas, dalam mengamankan bola bawah yaitu bola yang bergulir di atas lapangan, mengarah ke gawang dan dalam jangkauan penjaga gawang. Penjaga gawang dapat mengamankan bola dengan menangkap bola sambil berdiri, bola yang datang bergulir di atas permukaan lapangan dengan kecepatan yang sedang. Apabila bola yang datang dengan kecepatan yang tinggi keterampilan yang tepat sebaiknya penjaga gawang menangkap bola dengan menekuk salah satu lutut. Karena Gerakan ini harus dilakukan dengan hati-hati untuk mengamankan dan pastikan bola tidak lepas.

d) Mengamankan bola tinggi (*receiving high ball*)



Gambar 14. Mengamankan Bola Tinggi
(Sumber : Vencel, 2014)

Dalam beberapa situasi penjaga gawang harus menangkap bola udara. Posisi tangan sangat penting dalam melakukan teknik ini karena tidak ada lagi tubuh yang menjadi pelindung disaat bola lepas dari tangkapan. Salah dalam mengantisipasi atau menangkap bola ini maka penjaga gawang akan memberikan gol secara cuma-cuma kepada tim lawan. Faktor penting yang harus diperhatikan dalam mengamankan bola di atas kepala adalah posisi lawan. Jika lawan cukup dekat untuk menantang penjaga gawang. Maka penjaga gawang harus berusaha untuk menghilangkan kesempatan bagi pemain lawan untuk menyundul bola dengan menangkap bola dengan tangan terentang setinggi mungkin. Maksudnya adalah apabila disaat bola datang ke area kotak penalti penjaga gawang. Disana ada pemain dari tim lawan maka penjaga gawang harus memutuskan pilihan untuk mendahului pemain lawan tersebut. Untuk menutup peluang pemain lawan tersebut melakukan *heading* ke arah gawang.

Apabila bola yang datang dapat ditangkap tanpa melompat, penjaga gawang bisa melakukan langkah kecil ke samping atau bergeser. Pindahkan berat

badan pada kaki bagian depan, tekuk kedua kaki. Angkat kedua lengan ke atas kepala dengan siku sedikit ditekuk, membentuk posisi diagonal. Pada posisi ini telapak tangan menghadap ke depan dengan jari tangan diregangkan, dan kedua ibu jari hampir bersentuhan. Posisi tangan sedikit mengantung ke depan. Pada saat terjadi kontak dengan bola, berat badan dipindahkan ke kaki bagian belakang. Tangan sedikit ditarik ke belakang lewat pergelangan tangan untuk meredam laju bola. Apabila tendangan atau bola yang datang dengan kencang, maka bahu akan menjadi tumpuan bagi tangan. Setelah bola ditangkap talk tangan, sehingga turun ke dada, untuk keamanan bola.

Jika bola yang datang tidak bisa diraih dengan berdiri di atas lapangan, penjaga gawang harus melompat untuk menangkap bola tersebut. Penjaga gawang bisa melompat dengan satu atau dua kaki. Ketika melompat dengan kedua kaki, maka penjaga gawang bisa melompat di tempat. Apabila melompat dengan satu kaki, penjaga harus mengambil langkah maju dengan menempatkan berat badan ke kaki tersebut dan melompat dengan kaki itu. Ayunan lengan membantu penjaga gawang untuk melompat. Disaat mendarat, apabila menggunakan satu kaki, maka dorong satu kaki ke bawah terlebih dahulu. Di saat mendarat, untuk kenyamanan maka lutut sedikit ditekuk.

Jadi apabila bola tinggi yang datang antara kepala penjaga gawang dan mistar gawang teknik yang tepat dilakukan penjaga gawang adalah dengan menangkap bola tersebut. Ada dua hal penting yang harus diperhatikan penjaga gawang posisi tangan dan posisi lawan. Posisi tangan maksudnya penjaga gawang harus memastikan disaat menangkap bola kedua ibu jari penjaga gawang saling

berdekatan. Apabila posisi ibu jari terlalu jauh ada kemungkinan bola akan terlepas dari tangkapan penjaga gawang dan resikonya bola akan langsung mengarah ke dalam gawang.

Posisi pemain lawan, maksudnya penjaga gawang harus berani melompat untuk berduel dengan pemain lawan yang akan membahayakan gawangnya. Karena apabila penjaga gawang hanya berdiri dan menunggu bola yang datang pemain tersebut mempunyai peluang untuk melakukan *heading* dan sangat membahayakan gawang. Karena arah bola hasil *heading* sangat susah diantisipasi.

e) Mendorong bola melewati mistar gawang



Gambar 15. Keterampilan *Receiving High Ball* dengan Mendorong Bola Melewati Mistar
(Sumber : Vencel, 2014)

Tujuan penyelamatan ini adalah untuk mencegah bola masuk ke dalam gawang jika penjaga gawang terlalu terlambat untuk membuat keputusan dengan menyelamatkan dengan tangan berlawanan, tangan yang sama ataupun menggunakan dua tangan. Teknik melompat dalam mendorong bola melewati mistar hampir sama dengan teknik melompat untuk menangkap bola tinggi.

Perbedaannya bola tidak ditangkap akan tetapi bola didorong melewati mistar gawang dengan satu atau dua tangan. Jadi keterampilan ini akan dilakukan

penjaga gawang, apabila bola yang datang ke arah gawang dengan kecepatan yang tinggi dan sangat beresiko untuk ditangkap. Teknik yang tepat adalah dengan mendorong bola melewati mistar gawang. Kejadian yang sering terjadi apabila penjaga gawang memaksakan untuk menangkap bola ini maka bola akan terlepas dan langsung masuk ke gawang. Kemungkinan kedua bola hasil tangkapan akan memantul ke depan gawang dan memberikan peluang pemain lawan untuk melakukan serangan lagi ke gawang.

Dari teori di atas, untuk mengamankan bola tinggi yaitu bola yang datang diantara kepala dan mistar gawang. Ada beberapa hal yang harus diperhatikan penjaga gawang apabila ingin menangkap bola ini. Ibu jari penjaga gawang harus sating berdekatan, karena apabila penjaga gawang salah melakukan tangkapan ini, maka bola akan langsung masuk ke gawang.

Bola dapat dijangkau tanpa lompatan, melompat dengan satu kaki dan melompat dengan dua kaki. Apabila bola yang datang tidak memungkinkan bagi penjaga gawang untuk menangkapnya, penjaga gawang bisa mendorong bola melewati mistar gawang.

f) Menjatuhkan Badan (*diving to save*)

Jika penjaga gawang tidak bisa menangkap bola sambil berdiri atau tidak bisa berpindah tempat secepat mungkin, maka penjaga gawang akan menjatuhkan badannya untuk menyelamatkan gawangnya dari kemasukan bola baik kekanan, kekiri, hanya perbedaannya terletak pada ketinggian datangnya bola. Keterampilan menjatuhkan badan ada tiga macam diantaranya menjatuhkan badan saat bola datar, menjatuhkan badan pada bola ketinggian sedang, menjatuhkan

badan pada bola tinggi dan menjatuhkan badan pada saat bola memantul. Pada dasarnya teknik yang dilakukan pada keterampilan ini sama.

Keterampilan ini akan dilakukan penjaga gawang apabila bola yang datang dengan kecepatan yang tinggi dan jauh dari jangkauan penjaga gawang. Tidak ada waktu lagi bagi penjaga gawang bergeser untuk mendekati bola. Ada tiga macam keterampilan yang akan dilakukan penjaga gawang yaitu menjatuhkan badan saat bola datar, menjatuhkan badan saat bola dengan ketinggian sedang dan menjatuhkan badan saat bola tinggi.

g) Menjatuhkan badan saat bola datar



**Gambar 16. Keterampilan *Diving To Save* Saat Bola Datar ke Kiri dan Kanan Penjaga Gawang
(Sumber : Vencel, 2014)**

Ketika menjatuhkan badan untuk mengamankan gawang dari bola datar, maka penjaga gawang harus melakukan gerakan ke samping dan menjatuhkan badan pada saat yang bersamaan. Bola dapat diraih dengan menjatuhkan badan ke samping ke arah datangnya bola. Kemungkinan dari teknik ini bola dapat ditangkap, ditepis dengan telapak tangan, atau dengan jari-jari.

- h) Menjatuhkan badan saat bola datang dengan ketinggian sedang.



Gambar 17. Keterampilan *Diving To Save Saat Bola Tinggi Sedang* (Sumber : Vencel, 2014)

Jarang penjaga gawang yang bisa melakukan tangkapan terhadap bola ini. Biasanya penjaga gawang mendorong bola ke samping dengan kedua tangan, satu tangan. Lengan harus lurus untuk menjangkau bola. Bola ini sangat susah untuk benar-benar dikuasai atau ditangkap oleh penjaga gawang. Biasanya penjaga gawang hanya bisa mendorong bola atau menepis bola ke samping gawang.

- i) Menjatuhkan badan saat bola tinggi



Gambar 18. Keterampilan *Diving to Save Saat Bola Tinggi* (Sumber : Vencel, 2014)

Keterampilan ini akan dilakukan penjaga gawang disaat bola mengarah ke sudut atas gawang. Tiga kemungkinan respon yang akan bisa dilakukan penjaga gawang menangkap bola, mendorongnya ke samping dan mendorong bola

melewati mistar gawang. Keterampilan ini penjaga gawang akan menggunakan tangan yang berlawanan untuk menepis bola. Disaat bola datang ke arah kiri penjaga, gawang maka lengan kanan yang berada disisi atas penjaga gawang. Lengan ini mempunyai peluang yang lebih besar untuk menjangkau bola tinggi

Jadi keterampilan menjatuhkan badan akan dilakukan penjaga gawang, apabila bola yang datang jauh dari jangkauan penjaga gawang. Penjaga gawang tidak ada waktu lagi untuk bergeser ke kid dan ke kanan. Ada tiga macam keterampilan menjatuhkan badan, yaitu menjatuhkan badan terhadap bola datar, menjatuhkan badan terhadap bola dengan tinggi sedang dan menjatuhkan badan terhadap bola tinggi. Pembagian ini hanya berdasarkan tinggi datangnya bola.

j) Penjaga gawang mendapatkan bola.



Gambar 19. Keterampilan *Saving The Breakaway* (Berhasil)
(Sumber : Vencel, 2014)

Penjaga gawang berpeluang besar mendapatkan bola apabila bola cenderung lebih dekat padanya. Ketika peluang penjaga gawang lebih besar untuk mendapatkan bola, penjaga gawang bisa berhenti berlari dan menunggu bola menghampirinya. Apabila penjaga gawang tidak yakin akan mendapatkan bola

terlebih dahulu dari pemain lawan, penjaga gawang harus berlari sambil menjatuhkan badan.

e. Kesalahan-Kesalahan Pada Penjaga Gawang

Kebanyakan kesalahan yang terjadi saat menerima bola di atas permukaan lapangan oleh penempatan tubuh dan kaki yang tidak sempurna. Penting bagi penjaga gawang untuk menempati posisi secepat mungkin dan bersiap-siap untuk menerima bola sebelum bola datang (Luxbacher, 2009: 130)

- 1) Penjaga gawang berusaha untuk melakukan *standing save* tapi bola menggelinding dari tangan, melewati sela kaki, dan masuk ke dalam gawang.
- 2) Saat melakukan *standing save* atau *kneling save* (menyelamatkan bola dengan berlutut), mencoba menangkap bola dan bukannya menyambut bola, bola memantul dari tangan ke depan arah gawang
- 3) Gagal merapatkan lengan bawah di bawah bola saat menerima bola, bola akan menyelip di sela tangan dan masuk ke gawang

Kesalahan-kesalahan yang terjadi saat menerima bola dari atas biasanya dikarenakan oleh penempatan tangan atau tubuh yang tidak sempurna, pengaturan waktu lompatan yang tidak tepat, atau keduanya.

- 1) Ketika bola dengan ketinggian sedang penjaga gawang menangkap bola dengan tangan menyebabkan gagal memegang bola dan memantul dari tangan sehingga bola tidak bisa dikontrol.
- 2) Ketika bola dengan ketinggian dada atau kepala dengan tangan yang tidak rapat dapat membuat bola menyelip di sela tangan.

- 3) Menerima bola dengan ujung jari, bukan dengan telapak tangan bisa menyebabkan bola itu memantul dari tangan anda tidak bisa di kontrol.
- 4) Pada saat bola tinggi dorongan tangan dan kaki yang tidak jauh ke atas dalam satu gerakan bisa menyebabkan gagal menangkap bola pada titik tertinggi.
- 5) Pada saat datangnya bola tinggi salah memperkirakan jalur gerakan bola bisa melewati kepala dan bola bisa masuk ke gawang.

4. Hakikat Media

Media merupakan alat, sarana, perantara dan penghubung untuk menyebar, membawa atau menyampaikan sesuatu pesan (*message*) dan gagasan kepada penerima. Media merupakan sarana pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada siswa yang bertujuan untuk membuat tahu siswa. Media adalah pembawa pesan yang berasal dari suatu sumber pesan (dapat berupa orang atau benda) kepada penerima pesan. Kata media berasal dari bahasa Latin *medius* yang secara harfiah berarti ‘tengah’, ‘perantara’ atau ‘pengantar’ (Arsyad, 2007: 3).

Media sendiri terdiri atas guru, buku, teks, dan lingkungan sekolah. Secara khusus, media dalam proses belajar mengajar cenderung diartikan sebagai alat-alat grafis, fotografis, atau elektronis untuk menangkap, memproses, dan menyusun kembali informasi visual atau verbal. Miarso (2004: 457) menjelaskan media adalah “segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan serta dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemauan si belajar sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar yang disengaja, bertujuan, dan terkendali”. Smaldino, Lowther, & Russell (2008: 372) menyatakan bahwa

“medium, a means of communication. Derived from the latin medium (between) the ters refers to anything that carries information between a source and a receiver. Media merupakan sebuah komunikasi yang melibatkan dua pihak yaitu antara sumber dan penerima.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat dirumuskan bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat dipergunakan untuk membawa/menyalurkan pesan dari sumber belajar kepada penerima dan dapat merangsang pikiran, minat, serta perhatian sehingga dapat mempermudah.

5. Hakikat Buku

Buku yang akan dikembangkan melalui penelitian ini berukuran lebih kecil dibandingkan buku yang beredar selama ini, sehingga mudah dibawa kemana-mana. Dalam Kamus Oxford, buku diartikan sebagai *“number of sheet of paper, either printed or blank, fastened together in a cover”*, yaitu sejumlah lembaran kertas, baik cetakan maupun kosong, yang dijilid dan diberi kulit (Prastowo, 2013: 166). Hal serupa juga ditemukan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia yang mendefinisikan buku sebagai lembar kertas yang berjilid, dan berisi keterangan (Prastowo, 2013: 166).

Menurut Hizair (2013: 108) buku saku merupakan buku berukuran kecil yang dapat disimpan dalam saku yang berisi poin penting dan mudah dibawa ke mana-mana. Menurut Wahya & Ernawati (2013: 123), buku adalah kumpulan lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong. Hary (2014) menyimpulkan bahwa buku mempunyai makna kumpulan kertas yang berukuran kecil dijilid menjadi satu, sehingga mudah dibawa kemana-mana atau efisien dan

berisi tentang suatu informasi atau pesan yaitu berupa tulisan, gambar ataupun foto. Selain itu, Oktiana (2015: 27) berpendapat bahwa buku saku bisa diartikan sebagai buku yang ukurannya kecil, ringan, mudah dibawa kemana-mana, dan bisa dibaca kapan saja.

Penyusunan buku ini merupakan adaptasi dari modul, sedangkan fungsi, tujuan, dan kegunaan buku menurut Prastowo (2013: 107-109) adalah sebagai berikut:

a. Fungsi

Sebagai salah satu bentuk bahan ajar yang memiliki fungsi sebagai bahan ajar mandiri, pengganti fungsi pendidik, sebagai bahan rujukan bagi peserta didik.

b. Tujuan

Tujuan penyusunan atau pembuatan antara lain; agar peserta didik dapat belajar secara mandiri tanpa atau dengan bimbingan pendidik, agar peran pendidik tidak terlalu dominan dalam kegiatan pembelajaran, melatih kejujuran peserta didik, mengakomodasi berbagai tingkat dan kecepatan belajar peserta didik.

c. Kegunaan

Kegunaan dalam proses pembelajaran antara lain sebagai penyedia informasi dasar, sebagai bahan instruksi atau petunjuk bagi peserta didik, serta sebagai bahan pelengkap dengan ilustrasi dan foto yang komunikatif

Buku merupakan sumber belajar yang masuk dalam kategori media cetak.

Buku saku sebagai media cetak mempunyai sifat khusus yang membuatnya unggul diantara sumber belajar yang lain. Beberapa keunggulan media cetak buku saku menurut Arif & Napitupulu (1997: 39) adalah:

- a. Dapat secara aktif membantu proses belajar mandiri. Banyak sarana pendidikan lain yang membutuhkan dari bahan atau alat bantu pendidikan lain. Siswa dapat menggunakan pada waktu, tempat dan kesempatan yang mereka miliki, dapat dibaca berulang-ulang jika diperlukan.

- b. Lebih mudah dibawa dan diproduksi.
- c. Dapat meliputi bidang pengetahuan yang lebih luas dan dapat mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan.
- d. Meningkatkan pemahaman dan penalaran

Arsyad (2007: 38-39) menjelaskan beberapa kelebihan dari media cetak buku saku adalah: (1) Siswa dapat belajar dan maju sesuai dengan kecepatan masing-masing. (2) Dapat mengulangi materi dalam media cetakan dan siswa akan mengikuti urutan pikiran secara logis, (3) Perpaduan teks dan gambar dapat menambah daya tarik serta dapat memperlancar pemahaman informasi yang disajikan dalam dua format, verbal, dan visual. Khusus pada teks terprogram, siswa akan berpartisipasi/ berinteraksi dengan aktif karena harus memberi respon terhadap pertanyaan dan latihan yang disusun, siswa dapat segera mengetahui apakah jawabannya benar atau salah.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa buku adalah buku berukuran kecil yang berisi tulisan dan gambar berupa penjelasan yang dapat mengarahkan atau memberi petunjuk mengenai pengetahuan, dan mudah dibawa ke mana-mana. Penyusunan buku referensi teknik penjaga gawang diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif pemain untuk dapat lebih meningkatkan kemampuan penjaga gawang.

6. Karakteristik Anak KU 10 Tahun

Anak usia di bawah 10 tahun merupakan masa perkembangan, di mana baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Pertumbuhan dan perkembangan mengikuti pola tertentu. Pola ini dimulai dengan pertumbuhan yang sangat cepat atau pesat dari lahir sampai usia 2 tahun, kemudian diikuti dengan periode yang konsisten, pada usia 8 sampai dengan 9 tahun. Setelah anak

memasuki suatu periode pertumbuhan yang sangat cepat kadang-kadang ditunjukkan seperti lonjakan pertumbuhan pada masa remaja. Pada anak wanita pertumbuhan mengalami puncak pada usia 12 tahun, sedangkan pada anak laki-laki pada usia 14 tahun (Yudanto, 2005: 69).

Pendapat lain, Yusuf (2012: 24-25) menyatakan bahwa masa usia Sekolah Dasar sering disebut masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif, anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa ini diperinci lagi menjadi dua fase, yaitu:

- a. Masa kelas-kelas rendah sekolah dasar, kira-kira 6 atau 7 tahun sampai umur 9 atau 10 tahun. Beberapa sifat anak-anak pada masa ini antara lain.
 - 1) Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi (Apabila jasmaninya sehat banyak prestasi yang diperoleh)
 - 2) Sikap tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang tradisional
 - 3) Adanya kecenderungan memuji diri sendiri (menyebut nama sendiri)
 - 4) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain
 - 5) Apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu tidak dianggap penting.
 - 6) Pada masa ini (terutama usia 6,0-8,0 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- b. Masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar, kira-kira umur 9,0 atau 10,0 sampai umur 12,0 atau 13,0 tahun. Beberapa sifat khas anak-anak pada masa ini ialah:
 - 1) Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
 - 2) Amat realistik, ingin mengetahui ingin belajar.
 - 3) Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus, yang oleh para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai nilai menonjolnya faktor-faktor (Bakat-bakat khusus)
 - 4) Sampai kira-kira umur 11,0 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugas dan memenuhi keinginannya. Selepas umur ini pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha untuk menyelesaikannya.

- 5) Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
- 6) Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Dalam permainan itu biasanya anak tidak lagi terikat kepada peraturan permainan yang tradisional (yang sudah ada), mereka membuat peraturan sendiri.

Selain itu, karakteristik pada anak usia Sekolah Dasar menurut Yusuf (2012: 180-184) masih dibagi 7 fase yaitu: Perkembangan intelektual, perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi, perkembangan moral, perkembangan penghayatan keagamaan, dan perkembangan motorik. Mappiare (dalam Desmita, 2009: 45) menjelaskan ciri-ciri anak usia 8-12 tahun atau disebut juga dengan remaja awal adalah:

- a. Pertumbuhan dan perkembangan fisik (pada anak laki-laki mulai memperlihatkan penonjolan otot-otot pada dada, lengan, paha, betis yang mulai nampak, dan pada wanita mulai menunjukkan mekar tubuh yang membedakan dengan kanak-kanak, pada akhir masa remaja awal sudah mulai muncul jerawat)
- b. Seks (Sudah ada rasa tertarik dengan lawan jenis terutama pada akhir masa remaja awal)
- c. Otak (Pertumbuhan otak pada anak wanita meningkat lebih cepat dalam usia 11 tahun dibandingkan dengan otak pria)
- d. Emosi (Usia ini anak peka terhadap ejekan-ejekan ataupun kritikan yang kurang berkenan terhadap dirinya, dan gembira pada saat mendapat pujian, karena masa ini anak belum dapat mengontrol emosi dengan baik)
- e. Minat/ Cita-cita (Minat bersosial, minat rekreasi, minat terhadap agama, dan minat terhadap sekolah sangat kuat dan meningkat)
- f. Pribadi, sosial dan moral (Remaja Putri seringkali menilai dirinya lebih tinggi dan remaja Pria menilai lebih rendah, sudah mulai dapat mengetahui konsep-konsep yang baik dan buruk, layak dan tidak layak).

Jadi, dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak usia di bawah 10 tahun sudah mulai ada perubahan dari segi mental, sosial, agama, dan psikomotor anak, selain itu juga ditunjang dengan perkembangan perubahan fisik yang semakin lama tumbuh dan berkembang.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Saputra, Hariyanto, & Hariyoko (2015) yang berjudul “Pengembangan Variasi Latihan Teknik Dasar Penjaga Gawang Dengan Menggunakan Media Bantal (Ban Mental) Usia 14-18 Tahun di SSB Seluruh Kecamatan Pagak Kabupaten Malang”. Latihan di SSB SUMA belum ada pelatih khusus untuk melatih penjaga gawang, penjaga gawang hanya mengikuti materi latihan seperti *dribbling*, *passing*, *control*. Di SSB SUMA sampai saat ini belum ada media bantu yang menunjang latihan khusus penjaga gawang. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan variasi latihan teknik dasar penjaga gawang dengan menggunakan media bantal (ban mental), agar latihan penjaga gawang lebih bervariasi di SSB SUMA. Penelitian ini menggunakan model yang dikembangkan oleh Borg and Gall. Subjek penelitian melibatkan siswa Sekolah Sepakbola (SSB) seluruh Kecamatan Pagak, jenis data yang dihasilkan berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Dari evaluasi ahli kepelatihan mendapatkan hasil 89,58 %, dari evaluasi ahli sepakbola didapat hasil 88,75%, dari evaluasi ahli media diperoleh hasil dari 39 butir soal 6 menjawab sangat tepat dan 32 menjawab tepat dan 1 menjawab kurang tepat berarti dapat disimpulkan bahwa produk pengembangan ini dapat dijadikan sebagai media latihan. Dari uji coba kelompok kecil diperoleh hasil 86,71%, sehingga pengembangan ini dapat diujicobakan ke kelompok besar,

uji coba kelompok besar diperoleh hasil 88,47%, sehingga produk pengembangan penelitian ini dapat digunakan sebagai media latihan dan produk pengembangan ini diharapkan dapat dijadikan referensi pelatih untuk meningkatkan teknik dasar penjaga gawang.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Pradipta (2013) yang berjudul “Pengembangan Model Permainan Sepak Bola Gawang Skor dalam Penjasorkes bagi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 5 Tubanan Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara 2012/2013”. Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Borg & Gall yang telah dimodifikasi, yaitu: (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka. (2) Mengembangkan bentuk produk awal (berupa peraturan permainan sepak bola dengan lapangan gawang skor). (3) Evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli Penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis. (4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil (16 siswa). Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti. (5) Uji coba lapangan (34 siswa). (6) Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan. (7) Hasil akhir model pembelajaran sepak bola melalui permainan gawang skor bagi siswa kelas V SD yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli, uji kelompok kecil, dan uji coba lapangan.

Data berupa hasil penilaian mengenai kualitas produk, saran untuk perbaikan produk, dan hasil pengisian kuesioner oleh siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk mengungkap aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa setelah menggunakan produk. Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi ahli yaitu, ahli Penjas 80 % (baik), ahli pembelajaran 80 % (baik), uji coba kelompok kecil 80 % (baik), dan uji coba lapangan 80 % (baik). Dari data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran sepak bola melalui permainan gawang skor ini dapat digunakan bagi siswa kelas V SD Negeri 5 Tubanan Kabupaten Jepara karena dapat diterima siswa dan menghasilkan produk pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitian di atas, diharapkan bagi guru Penjasorkes di Sekolah Dasar untuk menggunakan produk model pembelajaran permainan sepak bola ini sebagai alternatif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

C. Kerangka Berpikir

Dalam permainan Sepakbola, teknik harus dikedepankan agar permainan dapat berjalan sesuai dengan yang kita harapkan, sehingga dapat berpengaruh terhadap penampilan pemain bahkan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam pertandingan. Pembentukan teknik dasar yang baik tentunya semenjak usia dini atau pemula. Pelatih hanya memberikan contoh dalam melakukan teknik, kemudian siswa atau anak latih melakukan, dan dikoreksi oleh pelatih. Tentunya hal ini akan membuat latihan membosankan. Pelatih perlu media latihan teknik dasar yang baru dan menarik untuk mempermudah menyampaikan materi latihan.

Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas latihan adalah dengan melakukan inovasi mengenai apa yang akan diajarkan, tujuan, bahan dan media yang akan digunakan. Agar latihan berjalan dengan lancar dan variatif diperlukan media latihan. Media latihan dapat sebagai proses komunikasi interaksi edukatif yang lebih efektif dan membantu siswa atau anak latih dalam proses latihan. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media.

Dalam pengembangan media latihan berupa buku Referensi, materi yang berisikan lebih lengkap dan lebih aplikatif. Selain itu, penyusunannya harus memenuhi validitas ahli dan uji coba. Sehingga diharapkan dapat menghasilkan media latihan berupa buku saku yang tervalidasi. Dan siswa atau anak latih dapat mengetahui cara melakukan pengenalan teknik dasar penjaga gawang (*goalkeeper*) dengan baik dan benar.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir di atas, dapat dirumuskan hipotesis yaitu:

1. Bagaimana langkah-langkah pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun?
2. Apakah produk pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun layak digunakan?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Model Pengembangan

Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) yaitu jenis penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2015: 297). Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan, Borg and Gall (dalam Sugiyono, 2015: 28) mendefinisikan penelitian pengembangan, sebagai berikut:

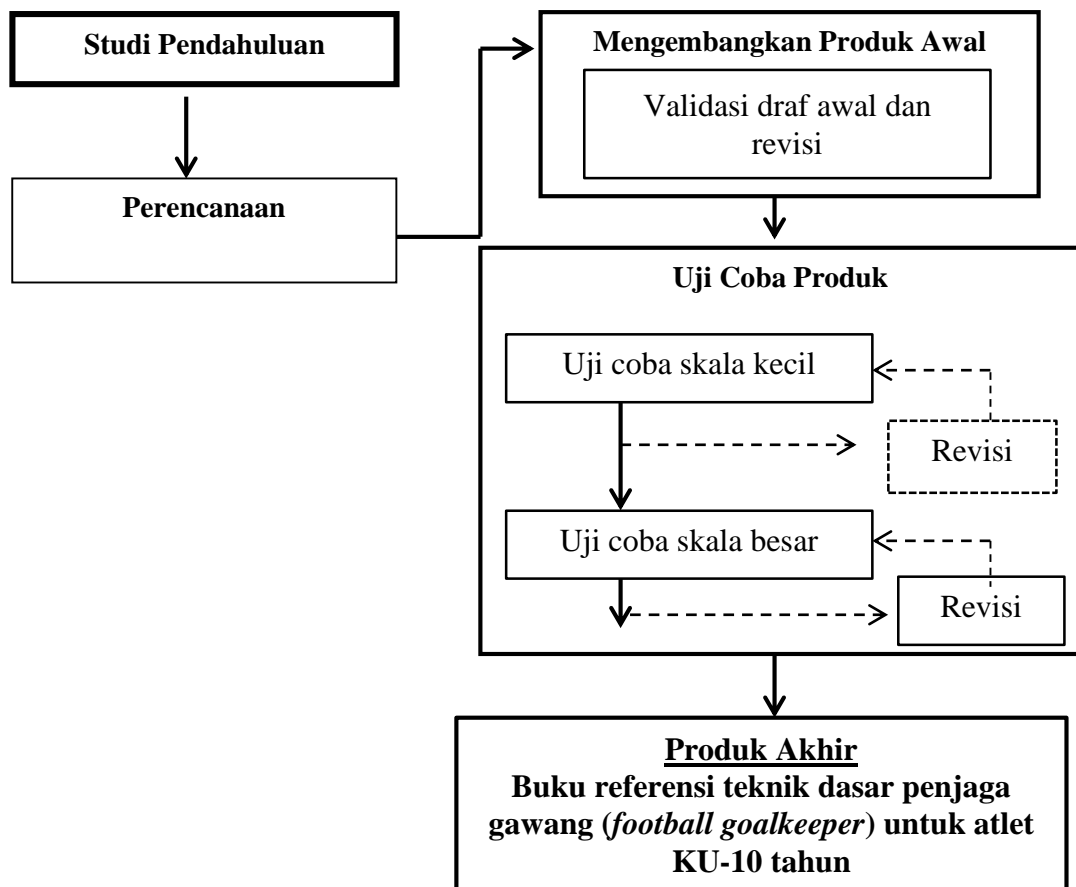
“Research and development (R & D) is a process used to develop and validate educational products. By product we mean only such things as textbooks, instructional films, and computer software, but also methods, such as a methods of teaching, and program such as a drug education program or a staff development program”.

Desain penelitian pengembangan model pengembangan Borg & Gall kemudian diubah dengan lebih sederhana melibatkan enam langkah utama: (1) studi pendahuluan, (2) desain draf awal, (3) validasi draf awal dan revisi, (4) uji coba produk; uji coba skala kecil/revisi dan uji coba skala besar/revisi, dan (6) produk akhir.

B. Prosedur Pengembangan

Dwiyoga (dalam Nasution & Suharjana, 2015) menyatakan bahwa setiap pengembang dapat memilih dan menentukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi. Prosedur penelitian dan pengembangan ini menggunakan langkah-langkah Borg & Gall (2007: 775-776) yang disederhanakan. Dwiyoga (dalam Nasution & Suharjana, 2015)

menyatakan bahwa setiap pengembang dapat memilih dan menentukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi. Kemudian dari adaptasi prosedur penelitian dan pengembangan tersebut peneliti melakukan langkah-langkah penelitian dan pengembangan disajikan pada Gambar 3 sebagai berikut ini:



Gambar 20. Bagan Prosedur Pengembangan
(Sumber: Modifikasi Borg and Gall dalam Sugiyono, 2015: 28)

Gambar prosedur pengembangan di atas, dijelaskan sebagai berikut:

1. Studi Pendahuluan

Tahap pendahuluan dilakukan dengan pengumpulan informasi didapatkan melalui kajian literatur (studi pustaka), kajian penelitian yang relevan, serta studi pendahuluan yang berupa observasi dan wawancara. Kajian literatur (studi

pustaka) dilakukan terhadap materi latihan dan sarana dan prasarana yang digunakan untuk latihan, khususnya teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*). Kajian penelitian yang relevan dilakukan terhadap hasil penelitian terkait materi latihan dan sarana dan prasarana yang digunakan untuk latihan, teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*). Studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara dilakukan di beberapa SSB di Yogyakarta. Studi pendahuluan bertujuan untuk memperoleh data tentang kebutuhan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) dalam proses latihan sepakbola.

2. Perencanaan

Perencanaan dilakukan dengan membuat rancangan produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Pada tahap ini pengembang melakukan langkah-langkah: (1) Menentukan bahan yang digunakan untuk membuat produk dan (2) Menentukan teknik yang tepat untuk penjaga gawang.

3. Mengembangkan Produk Awal

Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Pada tahap ini pengembang melakukan langkah-langkah:

- a. Membuat alur pengembangan,
- b. Mengumpulkan bahan pendukung,
- c. Membuat desain
- d. Membuat instrumen
- e. Memproduksi awal

4. Validasi Ahli

Validasi merupakan proses kegiatan untuk menilai kelayakan produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang akan dikembangkan. Masukan ahli dianalisis untuk menentukan bentuk revisi yang harus dilakukan pengembang. Pengembang merevisi produk sesuai dengan masukan kedua ahli. Dalam penelitian ini validasi dilakukan dengan ahli materi dan ahli media. Validasi ahli media oleh Bapak Faidillah Kurniawan, M.Or., sedangkan ahli materi oleh Bapak Nawan Primasoni, M.Or.

5. Uji Coba Skala Kecil

Tahap selanjutnya setelah produk divalidasi oleh ahli ialah uji coba skala kecil. Uji coba skala kecil bertujuan untuk mengetahui kelayakan produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Uji coba skala kecil dilakukan di SSB Real Madrid pada jumlah subjek yang terbatas yaitu pelatih berjumlah 10 orang dan atlet berjumlah 15 orang. Penilaian oleh pelatih dan atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala kecil kemudian dianalisis dan dijadikan sebagai bahan perbaikan/revisi produk.

6. Uji Coba Skala Besar

Setelah adanya perbaikan produk dari hasil uji coba skala kecil maka tahap selanjutnya yang dilakukan adalah uji coba skala besar. Uji coba skala besar bertujuan untuk mengetahui kelayakan produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Uji coba skala

besar dalam penelitian ini dilakukan di SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Uji coba skala besar dilakukan pada jumlah subjek yang lebih luas yaitu pelatih berjumlah 15 orang dan atlet berjumlah 20 orang. Penilaian oleh pelatih dan atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala besar kemudian dianalisis dan dijadikan sebagai bahan perbaikan/revisi produk.

7. Penyusunan Produk Akhir

Hasil penilaian dan saran perbaikan pada uji coba skala besar digunakan sebagai perbaikan/revisi untuk menyusun produk akhir. Produk akhir yang dihasilkan dalam penelitian dan pengembangan ini berbentuk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Setelah melalui berbagai proses tentunya produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun layak digunakan sebagai instrumen latihan dalam permainan sepakbola serta dapat digunakan oleh atlet untuk latihan mandiri di luar jam latihan.

C. Desain Uji Coba Produk

Uji coba produk dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar menetapkan kualitas produk yang dihasilkan. Data yang diperoleh dari uji coba digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan produk yang dikembangkan dalam penelitian ini. Dengan uji coba ini kualitas produk yang dikembangkan benar-benar teruji secara empiris.

1. Desain Uji Coba

Dalam pengembangan ini dilakukan validasi kepada ahli materi dan ahli media untuk dinilai serta diberi masukan/komentar, sehingga diketahui layak tidaknya produk yang dikembangkan. Adapun uji validitas menggunakan teknik *delphi* yaitu dengan menyerahkan draf awal kepada para ahli tanpa mereka bertemu satu sama lain. Uji coba skala kecil dan skala besar dilakukan dengan melakukan revisi dalam proses evaluasi produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Uji coba skala kecil dilakukan terhadap pelatih berjumlah 10 orang dan atlet berjumlah 15 orang, sedangkan untuk uji coba skala besar dilakukan terhadap pelatih berjumlah 15 orang dan atlet berjumlah 20 orang.

2. Subjek Uji Coba

Subjek uji coba merupakan sasaran dalam pemakaian produk, dimana subjek dalam pengembangan ini ialah pelatih sepakbola dan atlet sepakbola kelompok usia 10 tahun.

3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Jenis data kualitatif berasal dari hasil wawancara dengan pelatih dan pemain, serta data masukan ahli materi dan ahli media terhadap produk yang dikembangkan. Data kuantitatif diperoleh dari hasil penilaian terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Pada saat studi pendahuluan teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara. Teknik pengumpulan data pengembangan produk saat validasi

ahli menggunakan teknik *Delphi*. Teknik pengumpulan data uji coba di lapangan (skala kecil dan skala besar) menggunakan angket.

a. Instrumen Pengumpulan Data Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan atau analisis kebutuhan menggunakan instrumen pengumpulan data berupa pedoman wawancara. Pedoman wawancara berisi daftar pertanyaan yang merupakan garis besar tentang hal mendasar yang akan ditanyakan. Pewawancara berhak mengembangkan pertanyaan untuk memperdalam informasi. Moleong (2010: 187) berpendapat bahwa jenis wawancara terbuka mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang dirumuskan, namun tidak perlu ditanyakan secara berurutan. Pelaksanaan wawancara dilakukan secara terbuka, sehingga informan mengetahui bahwa sedang diadakan penelitian dan informan menjadi salah satu sumber informasi, sehingga data-data sehubungan dengan kritik dan masukan-masukan yang bermanfaat bagi kualitas produk tersebut. Hasil wawancara ini digunakan untuk menganalisis kebutuhan dalam pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun.

b. Instrumen Produk

Instrumen berupa angket disusun untuk mengetahui kualitas produk yang dihasilkan. Angket berisi daftar pernyataan disertai skala nilai digunakan untuk memberikan penilaian pada validasi ahli materi, validasi ahli media, uji coba skala kecil, dan uji coba skala besar. Skala nilai dalam penelitian ini menggunakan Skala Likert dengan skala 5: (1) sangat kurang, (2) kurang, (3) cukup, (4) baik,

dan (5) sangat baik. Skala Likert merupakan skala penilaian untuk menilai pendapat, sikap, dan pandangan (Riduwan, 2007: 12).

Tabel 1. Kisi-Kisi Penilaian untuk Ahli Materi

No	Aspek	Indikator	
1	Kualitas materi	1	Kejelasan petunjuk
		2	Ketepatan memilih materi
		3	Ketepatan pemilihan bahasa dalam menguraikan materi
		4	Kesesuaian materi dengan peraturan perwasitan bulutangkis
2	Isi	5	Kebenaran isi / konsep
		6	Kedalaman materi
		7	Kejelasan materi / konsep
		8	Sistematika dan logika penyajian
		9	Ketepatan animasi untuk memperjelas materi
		10	Ketepatan pemilihan gambar dikaitkan dengan materi
		11	Kemudahan dalam memahami gambar yang disajikan

Tabel 2. Kisi-Kisi Penilaian untuk Ahli Media

No	Aspek yang Dinilai
1	Ketepatan pemilihan warna <i>cover</i>
2	Keserasian pemilihan warna tulisan pada <i>cover</i>
3	Kemenarikan pemilihan <i>cover</i>
4	Jenis kertas yang digunakan
5	Bahan kertas buku saku Art Paper 120gr
6	Jumlah halaman sesuai
7	Ukuran buku saku sesuai
8	Ukuran gambar
9	Kejelasan gambar
10	Relevansi gambar dengan materi
11	Kesesuaian warna
12	Jenis huruf yang digunakan
13	Ukuran huruf yang digunakan
14	Ketepatan letak teks
15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca

Tabel 3. Kisi-Kisi Penilaian untuk Pelatih dan Atlet

No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran buku					
2.	Ketebalan buku					
3.	Bahan kertas sampul					
4.	Bahan kertas isi					
II	Aspek Desain					
5.	Ukuran gambar pada isi					
6.	Penata gambar pada isi					
7.	Ukuran gambar pada sampul					
8.	Penata gambar pada sampul					
9.	Ukuran tulisan pada sampul					
10.	Penata tulisan pada sampul					
11.	Ukuran tulisan pada isi					
12.	Penataan tulisan pada isi					
13.	Warna sampul buku					
14.	Warna tulisan pada sampul					
15.	Warna tulisan pada isi					
16.	Contoh warna pada gambar					
III	Aspek Penggunaan					
17.	Menarik perhatian					
18.	Buku lebih bervariasi					
19.	Membantu meningkatkan pengetahuan					

4. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif kuantitatif dan analisis deskriptif kualitatif. Analisis deskriptif kuantitatif dilakukan untuk menganalisis data-data berikut: (1) data skala nilai hasil penilaian terhadap draf buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun, (2) data hasil observasi uji coba skala kecil, dan (3) data hasil observasi skala besar. Sementara analisis deskriptif kualitatif dilakukan terhadap: (1) data hasil wawancara saat studi pendahuluan, (2) data kekurangan dan masukan terhadap model sebelum uji coba maupun setelah uji coba di lapangan.

Draf awal buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dianggap layak untuk diujicobakan dalam skala kecil apabila para ahli telah memberi validasi terhadap penilaian produk. Data yang didapatkan kemudian dihitung, kemudian persentase yang didapatkan dikonversikan ke dalam tabel konversi yang dipaparkan oleh Sugiyono (2015: 93) pada Tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Konversi Penilaian Berdasarkan Persentase

No	Persentase	Nilai	Kategori
1	81% – 100%	A	Sangat Baik/Sangat Layak
2	61% - 80%	B	Baik/Layak
3	41% - 60%	C	Cukup Baik/Cukup Layak
4	21% - 40%	D	Kurang /Kurang Layak
5	0% - 20%	E	Sangat Kurang/Sangat Kurang Layak

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN

A. Hasil Pengembangan Produk Awal

Penelitian ini bertujuan mengembangkan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan dalam pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun ini dapat menjadi alternatif model latihan (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang mudah diterapkan pada saat latihan baik oleh pelatih maupun atlet itu sendiri.

Peneliti melakukan observasi di beberapa SSB, yaitu di SSB Real Madrid, SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara terhadap pelatih dan atlet terkait proses latihan penjaga gawang sepakbola. Hasil observasi menunjukkan bahwa: (1) Kurangnya waktu bagi pelatih untuk memberikan teori tentang teknik dasar (*Football Goalkeeper*) yang diberikan pada saat latihan, (2) Penjaga gawang sering mengalami kesulitan untuk melakukan teknik dasar baru atau gerakan baru penjaga gawang (*Football Goalkeeper*), (3) Kurangnya efisiensi waktu untuk menjelaskan latihan teknik dasar penjaga gawang (*Football Goalkeeper*).

Berdasarkan pada uraian di atas, maka peneliti mengembangkan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan dapat: memberikan

kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam olahraga sepakbola, sebagai alat untuk melatih dalam meningkatkan teknik dasar penjaga gawang, dan buku referensi teknik dasar penjaga gawang mudah dibawa dan digunakan dimanapun untuk melatih teknik dasar penjaga gawang.

Setelah peneliti membuat draf buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun, kemudian dilakukan validasi terhadap dua ahli, yaitu validasi ahli media oleh Bapak Faidillah Kurniawan, M.Or., sedangkan ahli materi oleh Bapak Nawan Primasoni, M.Or. Hasilnya dijelaskan sebagai berikut:

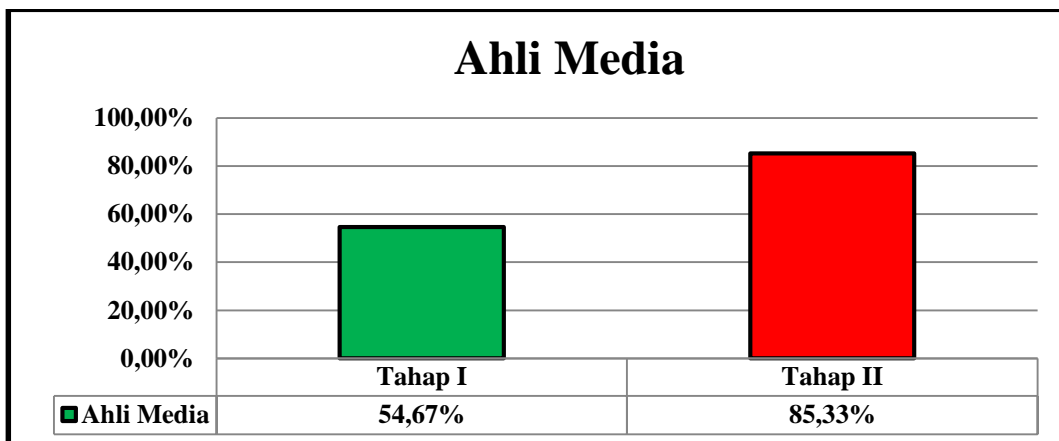
1. Validasi Ahli Media

Hasil penilaian ahli media terhadap draf awal buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun disajikan pada Tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Data Hasil Validasi Ahli Media pada Draft Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun

No	Tahap	Skor Riil	Skor Maks	Persentase	Kategori
1	Tahap I	41	75	54,67	Cukup Baik/ Cukup Layak
2	Tahap II	64	75	85,33	Sangat Baik/ Sangat Layak

Berdasarkan Tabel 5 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 21. Diagram Hasil Penilaian Ahli Media pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun

Tabel 5 dan Gambar 21 di atas menunjukkan penilaian ahli media terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada Tahap I persentase sebesar 54,67% masuk dalam kategori cukup baik/cukup layak, selanjutnya setelah direvisi dilakukan penilaian pada Tahap II persentase sebesar 85,33% masuk dalam kategori baik/layak. Berdasarkan penilaian pakar/ahli media masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak, kemudian saran dan masukan ahli media pada validasi draf awal direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli media terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah sangat layak untuk diujicobakan pada skala kecil maupun skala besar.

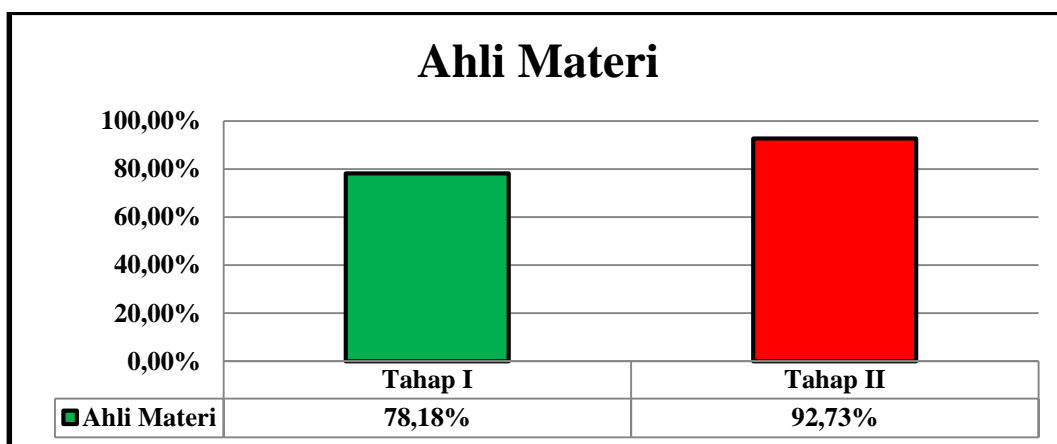
2. Validasi Ahli Materi

Hasil penilaian ahli materi terhadap draf awal buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun disajikan pada Tabel 6 sebagai berikut.

Tabel 6. Data Hasil Validasi Ahli Materi pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun

No	Tahap	Skor Riil	Skor Maks	Persentase	Kategori
1	Tahap I	43	55	78,18	Baik/ Layak
2	Tahap II	51	55	92,73	Sangat Baik/ Sangat Layak

Berdasarkan Tabel 6 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 22 sebagai berikut:



Gambar 22. Diagram Hasil Penilaian Ahli Materi pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun

Tabel 6 dan Gambar 22 di atas menunjukkan penilaian ahli materi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada Tahap I persentase sebesar 78,18% masuk dalam kategori baik/ layak, selanjutnya setelah direvisi dilakukan penilaian pada Tahap II persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak. Berdasarkan penilaian pakar/ahli materi masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak, kemudian saran dan masukan ahli materi pada validasi draf awal direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli materi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football*

goalkeeper) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah sangat layak untuk diujicobakan pada skala kecil maupun skala besar.

B. Hasil Uji Coba Produk

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan, tahap yang dilakukan selanjutnya adalah menyusun uji coba produk. Proses ini dilakukan agar produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dikembangkan layak. Uji coba produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Hasil Uji Coba Skala Kecil

Uji coba skala kecil dalam penelitian ini dilakukan di SSB Real Madrid. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 10 orang dan atlet yang berjumlah 15 atlet. Proses yang pertama yaitu pelatih dan atlet dijelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Kemudian pelatih dan atlet diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) yang terdapat pada buku. Waktu yang digunakan untuk mempraktikkan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) yang terdapat pada buku ± 15 menit. Selanjutnya pelatih dan atlet memberikan penilaian dan saran terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Data hasil uji coba skala kecil hasil penilaian pelatih dan atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dipaparkan sebagai berikut.

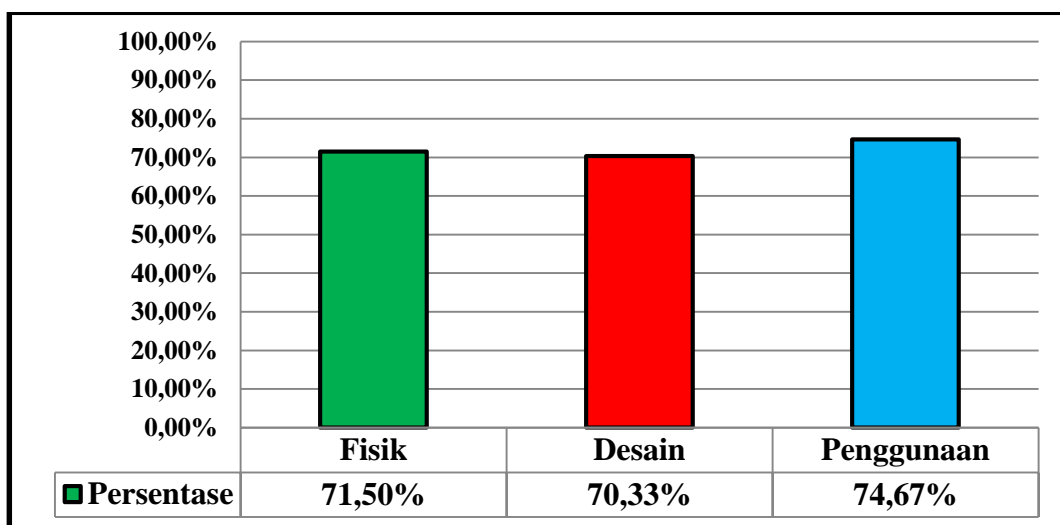
a. Hasil Penilaian Pelatih

Hasil penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala kecil disajikan pada Tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Data Hasil Penilaian Pelatih terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	143	200	71,50	Baik/Layak
Desain	422	600	70,33	Baik/Layak
Penggunaan	112	150	74,67	Baik/Layak
Rata-rata	677	950	72,17	Baik/Layak

Berdasarkan Tabel 7 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 23 sebagai berikut:



Gambar 23. Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil

Tabel 7 dan Gambar 23 di atas menunjukkan penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 71,14%

masuk dalam kategori baik/layak, pada aspek isi persentase sebesar 72,00% masuk dalam kategori baik/layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 72,00% masuk dalam kategori baik/layak. Dari penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun masuk dalam kategori baik, kemudian jika ada saran dan masukan dari uji coba skala kecil direvisi sesuai dengan hasil penilaian ahli. Dari penilaian pada uji coba skala kecil terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk diujicobakan pada skala besar.

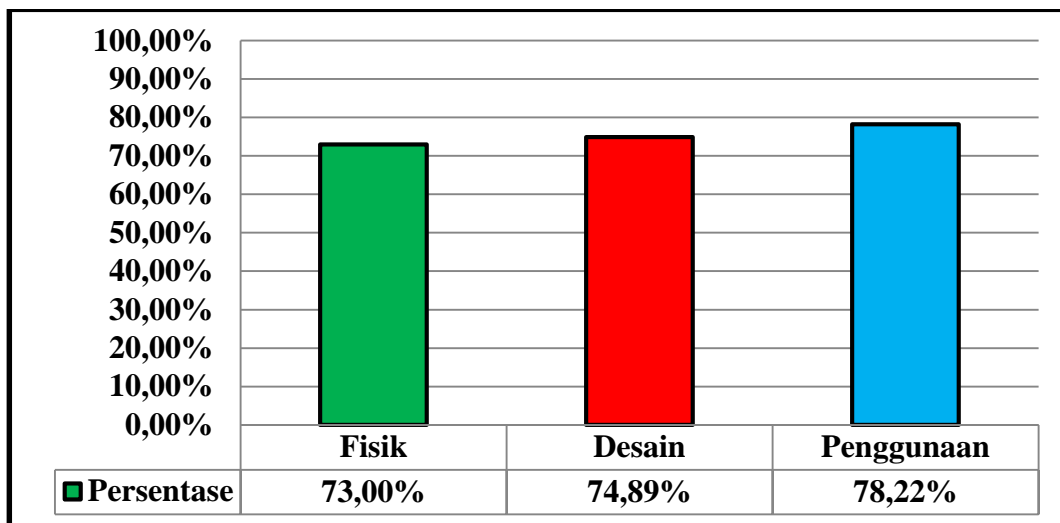
b. Hasil Penilaian Atlet

Hasil penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala kecil disajikan pada Tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Data Hasil Penilaian Atlet terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	219	300	73,00	Baik/Layak
Desain	674	900	74,89	Baik/Layak
Penggunaan	176	225	78,22	Baik/Layak
Rata-rata	1146	1425	75,37	Baik/Layak

Berdasarkan Tabel 8 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 24 sebagai berikut:



Gambar 24. Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Kecil

Tabel 8 dan Gambar 24 di atas menunjukkan penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 73,00% masuk dalam kategori baik/layak, pada aspek isi persentase sebesar 74,89% masuk dalam kategori baik/layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 78,22% masuk dalam kategori baik/layak. Dari penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun masuk dalam kategori baik/layak, kemudian jika ada saran dan masukan dari uji coba skala kecil direvisi sesuai dengan hasil penilaian ahli. Dari penilaian pada uji coba skala kecil terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk diujicobakan pada skala besar.

2. Hasil Uji Coba Skala Besar

Setelah dilakukan ujicoba skala kecil dan telah dilakukan revisi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Tidak ada yang berbeda dengan uji coba skala kecil, hanya saja subjek dan tempat yang digunakan berbeda. Uji coba skala besar dalam penelitian ini dilakukan di SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 15 orang dan atlet yang berjumlah 20 atlet.

Proses yang pertama yaitu pelatih dan atlet dijelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Kemudian pelatih dan atlet diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) yang terdapat pada buku. Waktu yang digunakan untuk mempraktikkan teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) yang terdapat pada buku ± 15 menit. Selanjutnya pelatih dan atlet memberikan penilaian dan saran terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Data hasil uji coba skala besar hasil penilaian pelatih dan atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dipaparkan sebagai berikut.

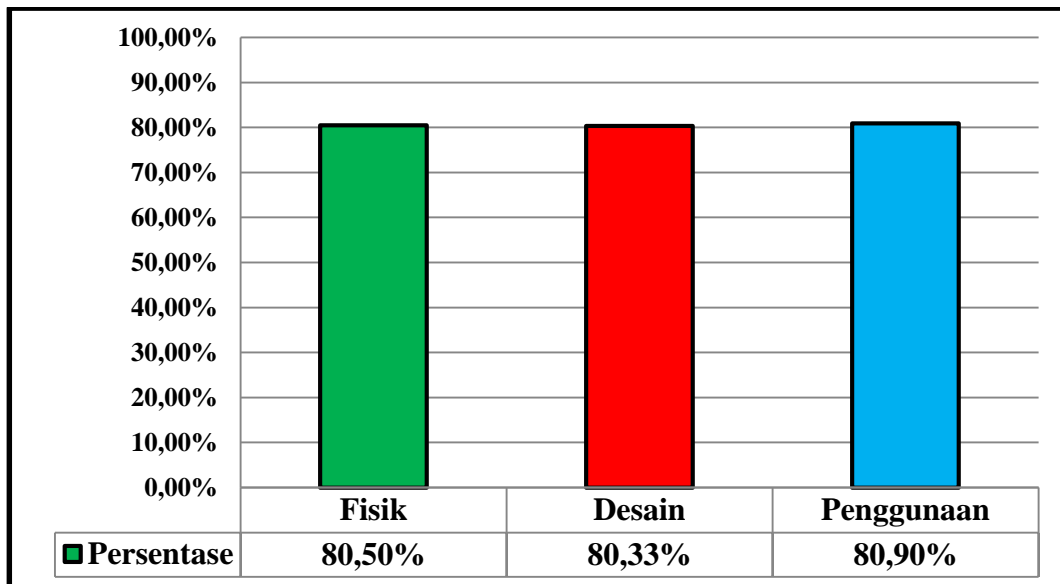
a. Hasil Penilaian Pelatih

Hasil penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala besar disajikan pada Tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Data Hasil Penilaian Pelatih terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	241	300	80,50	Baik/Layak
Desain	723	900	80,33	Baik/Layak
Penggunaan	182	225	80,90	Baik/Layak
Rata-rata	1146	1425	80,52	Baik/Layak

Berdasarkan Tabel 9 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 25 sebagai berikut:



Gambar 25. Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar

Tabel 9 dan Gambar 25 di atas menunjukkan penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 80,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 80,33% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 80,90% masuk dalam kategori sangat baik/sangat

layak. Dari penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, kemudian jika ada saran dan masukan dari uji coba skala besar direvisi sesuai dengan hasil penilaian ahli. Dari penilaian pada uji coba skala besar terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk digunakan pada proses latihan.

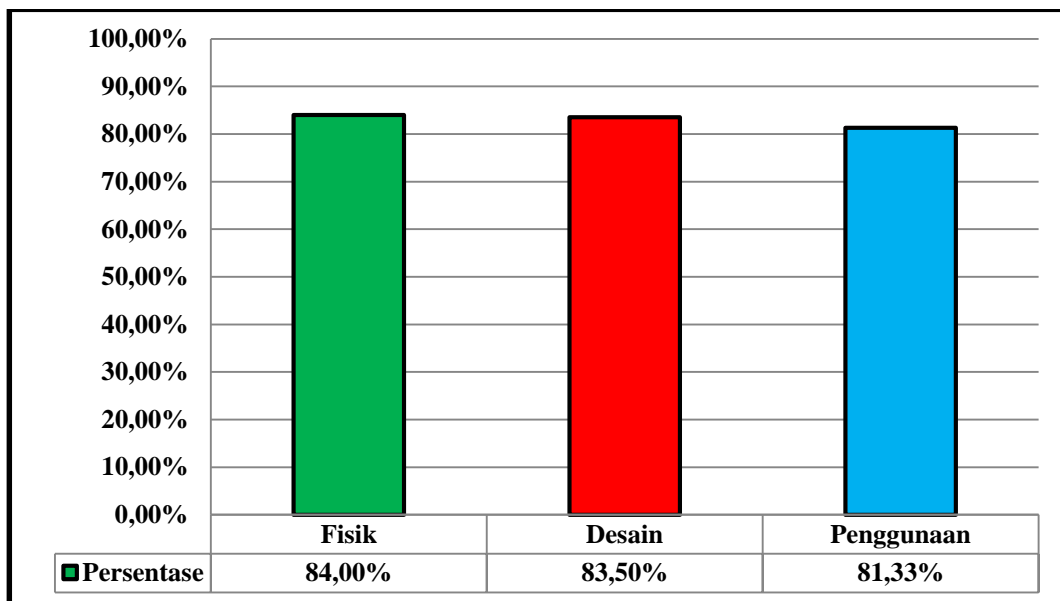
b. Hasil Penilaian Atlet

Hasil penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada uji coba skala besar disajikan pada Tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Data Hasil Penilaian Atlet terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	336	400	84,00	Sangat Baik/Sangat Layak
Desain	1002	1200	83,50	Sangat Baik/Sangat Layak
Penggunaan	244	300	81,33	Sangat Baik/Sangat Layak
Rata-rata	1146	1425	82,94	Sangat Baik/Sangat Layak

Berdasarkan Tabel 10 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 26 sebagai berikut:



Gambar 26. Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draf Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun pada Uji Coba Skala Besar

Tabel 10 dan Gambar 26 di atas menunjukkan penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 84,00% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 83,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 81,33% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak. Dari penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, kemudian jika ada saran dan masukan dari uji coba skala besar direvisi sesuai dengan hasil penilaian ahli. Dari penilaian pada uji coba skala besar terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk digunakan pada proses latihan.

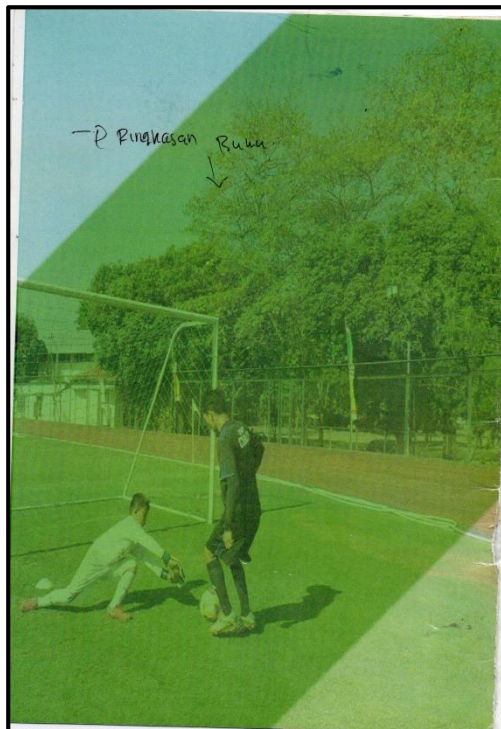
C. Revisi Produk

Revisi produk dilakukan terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun didasarkan pada masukan dan saran dari ahli. Data yang digunakan untuk melakukan revisi pertama ini merupakan data saran dan masukan yang didapat peneliti ketika melakukan validasi rancangan produk awal buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Berikut ini merupakan data saran dan masukan yang diperoleh pada saat validasi.

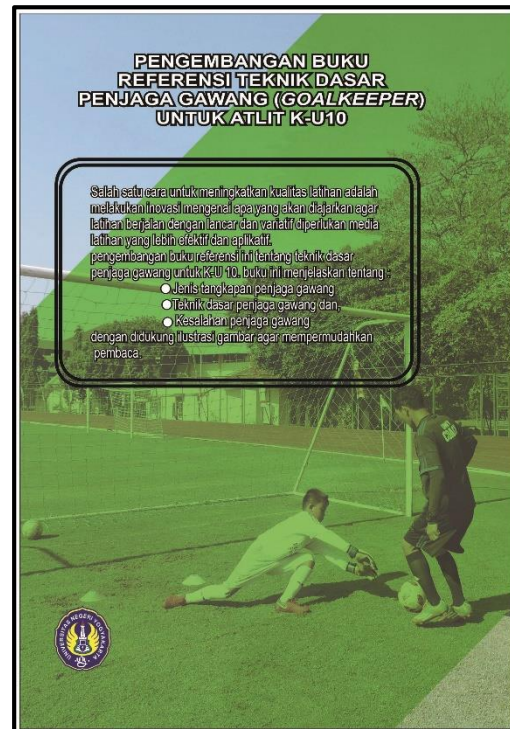
Tabel 11. Saran dan Masukan Ahli terhadap Produk Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet KU-10 Tahun

Saran dan Masukan	
Ahli Materi	Ahli Media
Dibuat gambar-gambar yang bisa dilihat dari depan atau samping	1. Faktor estetika belum terlalu memadai 2. Faktor etika penulisan buku masih sangat banyak yang harus ditinjau kembali 3. Faktor keterbacaan buku belum mewakili kebutuhan <i>stake holder</i> secara luas
Revisi atau Perbaikan	Revisi atau Perbaikan
Revisi dan perbaikan sesuai saran dan masukan ahli materi	Revisi dan perbaikan sesuai saran dan masukan ahli materi

Adapun revisi produk yang dilakukan berdasarkan saran dan perbaikan dari masing-masing ahli adalah sebagai berikut.



Sebelum Revisi



Sesudah Revisi

Gambar 27. Sampul Belakang Buku

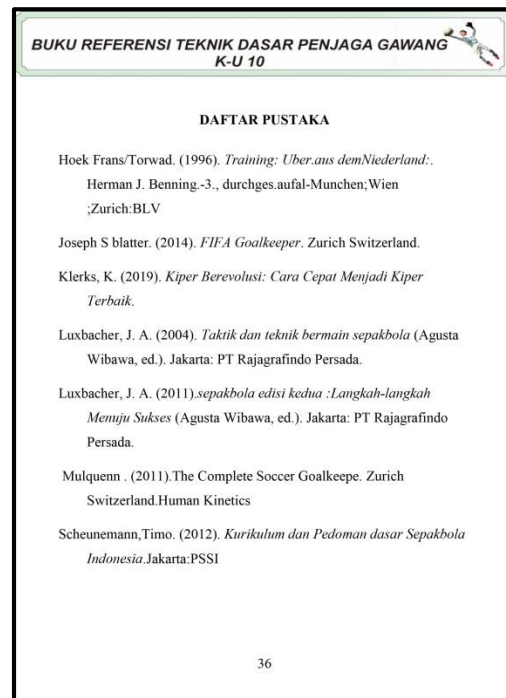
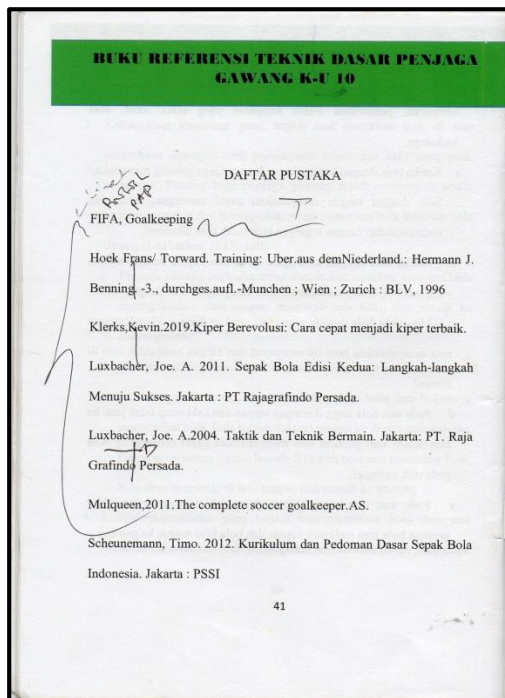
DAFTAR GAMBAR	
Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan	6
Gambar 2. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang	8
Gambar 3. Menangkap Menggelinding ke Samping Penjaga Gawang	9
Gambar 4. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang	11
Gambar 5. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala	13
Gambar 6. Menangkap Bola Atas	15
Gambar 7. Posisi Siap — Wing Play (Umpan silang)	16
Gambar 8. Posisi siap - Shot Stopper (menghentikan tendangan)	17
Gambar 9. Posisi Siap — Wide Angle (bola pada sudut yang sangat luas)	18
Gambar 10. Posisi Siap - Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)	19
Gambar 11. Keterampilan menangkap bola di depan kepala (Catching the ball in front of the head)	20
Gambar 12. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (Receiving medium height ball)	22
Gambar 13. Keterampilan receiving low ball dengan lutut ditekuk	23
Gambar 14. Mengamankan bola tinggi	24
Gambar 15. Keterampilan receiving high ball dengan mendorong bola melewati mistar	26
Gambar 16. Keterampilan diving to save saat bola datar ke kiri dan kanan penjaga gawang	27
Gambar 17. Keterampilan diving to save saat bola tinggi sedang	28
Gambar 18. Keterampilan diving to save saat bola tinggi	29

Sebelum Revisi

DAFTAR GAMBAR	
Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan	5
Gambar 2. Menangkap Bola di Atas Permukaan lapangan	6
Gambar 3. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang	7
Gambar 4. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang	8
Gambar 5. Menangkap Menggelinding ke Samping Penjaga Gawang	9
Gambar 6. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang	11
Gambar 7. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala	12
Gambar 8. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala	13
Gambar 9. Menangkap Bola Atas	14
Gambar 10. Menangkap Bola Atas	15
Gambar 11. Posisi Siap — Wing Play (Umpan silang)	16
Gambar 12. Posisi siap - Shot Stopper (menghentikan tendangan)	17
Gambar 13. Posisi Siap— Wide Angle(bola pada sudut luas)	17
Gambar 14. Posisi Siap-Keeper Sweeper	18
Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala	19
Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang	20
Gambar 17. Keterampilan receiving low ball dengan lutut ditekuk	21
Gambar 18. Mengamankan bola tinggi	22
Gambar 19. Keterampilan mendorong bola melewati mistar	23

Sesudah Revisi

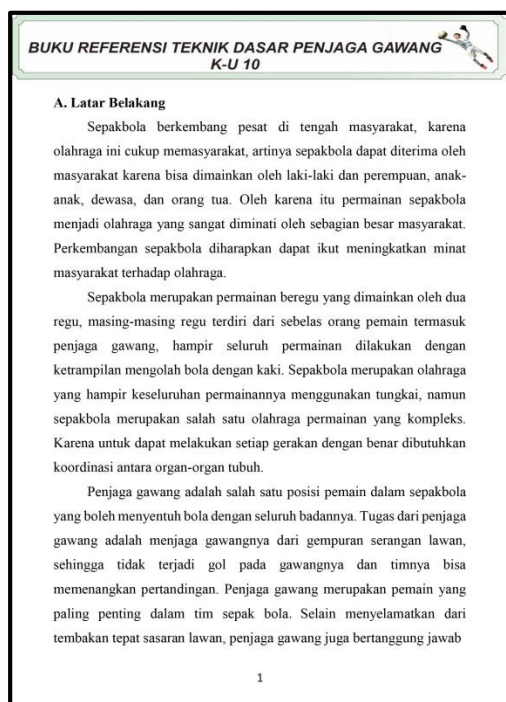
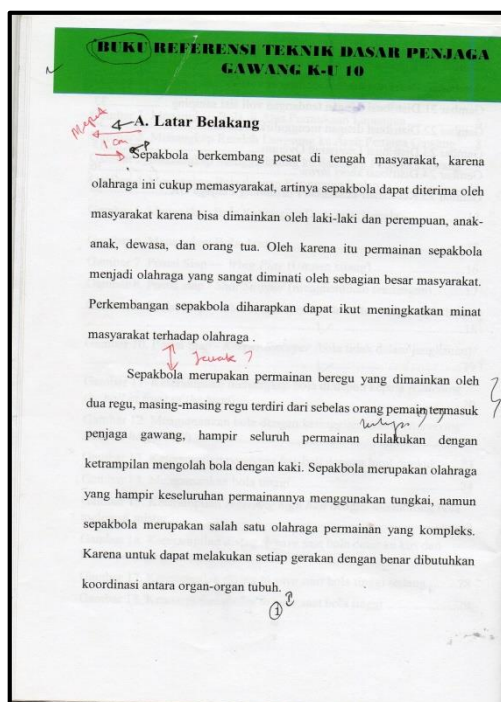
Gambar 28. Daftar Gambar



Sebelum Revisi

Sesudah Revisi

Gambar 29. Daftar Pustaka



Sebelum Revisi

Sesudah Revisi

Gambar 30. Latar Belakang

masuk dalam kategori baik/layak dan penilaian ahli materi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak. Berdasarkan hasil tersebut, menjadi asumsi peneliti untuk melanjutkan proses penelitian pada tahap berikutnya, yaitu uji coba skala kecil dan skala besar.

Uji coba skala kecil dalam penelitian ini dilakukan di SSB Real Madrid. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 10 orang dan atlet yang berjumlah 15 atlet. Penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 71,14% masuk dalam kategori baik/layak, pada aspek isi persentase sebesar 72,00% masuk dalam kategori baik/layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 72,00% masuk dalam kategori baik/layak. Penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 73,00% masuk dalam kategori baik/layak, pada aspek isi persentase sebesar 74,89% masuk dalam kategori baik/layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 78,22% masuk dalam kategori baik/layak.

Uji coba skala besar dalam penelitian ini dilakukan di SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 15 orang dan atlet yang berjumlah 20 atlet. Penilaian pelatih terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan

persentase sebesar 80,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 80,33% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 80,90% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak. Penilaian atlet terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 84,00% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 83,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 81,33% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak.

Penggunaan media dalam hal ini buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dalam usaha memberikan hasil latihan yang baik memiliki peran yang sangat besar. Melalui media berupa buku, potensi indra atlet dapat diakomodasi, sehingga hasil latihan akan meningkat. Hal ini sejalan dengan pendapat Rusman (2013: 295) yang menyatakan bahwa salah satu aspek yang diunggulkan mampu meningkatkan hasil belajar adalah bersifat multimedia, yaitu gabungan dari berbagai unsur media seperti teks, gambar, dan animasi. Adanya unsur media seperti teks, gambar dan animasi akan mengakomodasi indra seseorang dengan perangsangan melalui teks, gambar dan animasi dalam media berupa buku.

Sebuah penelitian telah dilakukan oleh Hary (2014) berhasil mengembangkan sebuah media pembelajaran tentang *signal-signal* wasit futsal. Penelitian tersebut menghasilkan produk berupa buku saku. Penelitian tersebut dikembangkan agar siswa lebih antusias dalam mem-pelajari *signal-signal*

perwasitan futsal, sehingga apabila belajar untuk ranah psikomotor dalam keterampilan melakukan permainan futsal ditunjang dengan ranah kognitif berupa pengetahuan tentang *signal-signal* perwasitan futsal, maka hasil dari keterampilan bermain futsal menjadi lebih maksimal. Buku saku yang dikembangkan oleh Hary, merupakan salah satu bentuk media pembelajaran yang berfokus pada aspek kognitif. Buku tersebut digunakan sebagai media pembelajaran agar siswa memahami peraturan permainan terkait *signal-signal* perwasitan futsal sehingga siswa dapat bermain futsal dengan baik dan sportif. Penelitian tersebut membuktikan bahwa pembelajaran melalui aspek kognitif dapat mempengaruhi keterampilan psikomotor.

E. Keterbatasan Penelitian

Beberapa hal yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Pada tahap validasi ahli yang dilakukan dalam penelitian ini hanya melibatkan satu ahli materi dan satu ahli media. Data hasil validasi akan lebih valid dan berkualitas ketika menggunakan lebih dari satu ahli.
2. Tidak adanya indikator penilaian pada instrumen penelitian yang digunakan untuk validasi ahli materi dan ahli media. Data hasil validasi ahli akan lebih objektif jika ada indikator penilaian untuk instrumen yang digunakan.
3. Penelitian dan pengembangan ini hanya sampai pada tahap untuk mengetahui kualitas isi dan kualitas keterbacaan buku.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan tentang Produk

Dari hasil analisis data, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Produk berupa buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Tahap pengembangan dimulai dari: (1) studi pendahuluan, (2) desain draf awal, (3) validasi draf awal dan revisi, (4) uji coba produk; uji coba skala kecil/revisi dan uji coba skala besar/revisi, dan (6) produk akhir.
2. Produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dikembangkan layak digunakan. Penilaian ahli media persentase sebesar 85,33% masuk dalam kategori baik/layak dan penilaian ahli materi persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak.

B. Saran Pemanfaatan Produk

Beberapa saran yang dapat peneliti ajukan untuk memanfaatkan produk permainan hasil dari penelitian ini antara lain:

1. Saran Pemanfaatan
 - a. Bagi pelatih, produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun dapat dimanfaatkan sebagai media alternatif proses latihan teknik penjaga gawang, sehingga proses latihan lebih efektif dan menarik.

- b. Bagi atlet, dapat memanfaatkan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai salah satu alternatif untuk latihan.

2. Saran Pengembangan Produk dan Peneliti Lanjutan

- a. Dibutuhkan waktu untuk proses pengembangan, identifikasi, dan validasi yang lebih lama untuk meningkatkan kualitas produk.
- b. Keterbatasan anggaran dana berpengaruh terhadap kualitas produk yang dikembangkan. Oleh karena itu harus diperhatikan mengenai alokasi dana yang digunakan untuk melakukan pengembangan.
- c. Buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun ini perlu dikembangkan lagi agar menjadi lebih baik. Caranya, bisa dengan menambahkan model-model latihan lain, sehingga lebih banyak variasi untuk latihan.

DAFTAR PUSTAKA


- Arif, Z & Napitupulu, W.P. (1997). *Pedoman baru menyusun bahan ajar*. Jakarta: Grasindo.
- Arsyad, A. (2007). *Media pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Baty, E.C. (2012). *Sepak bola: langkah-langkah menuju sukses*. Jakarta: Rajawali Pers
- Blatter, S. (2012). *Goalkeeping*. Altstatten : FIFA.
- Borg, W. R. & Gall, M. D. (2007). *Education research (4thed.)*. New York: Longman Inc.
- Centhini S, & Russel T. (2009). *Buku pintar sepakbola*. Jakarta: Penerbit Inovasi.
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- FIFA. (2012). *Goalkeeping*. Altstatten: FIFA (online) <http://www.ksi.is/media/fraedsla/Goalkeeping-bok.pdf> Diakses pada tanggal 15 Desember 2019 jam 10.27.
- Gelade, G. (2014). Evaluating the ability of goalkeepers in English Premier League football. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*. Vol 1 Issues 2.
- Hary, V. (2014). *Pengembangan media buku saku tentang signal-signal wasit futsal pada kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMKN 6 Kota Malang*. Sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Malang.
- Hasyim, A. (2016). *Metode penelitian dan pengembangan di sekolah*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Herwin. (2004). *Keterampilan sepakbola dasar*. Yogyakarta: UNY Press.
- Hizair. (2013). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Jakarta: Tamer.
- Huijgen, Gemser, Post, & Visscher. (2010). Development of dribbling in talented youth soccer players aged 12–19 years: A longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*, Vol. 28(7): pp.689–698.

- Irianto, S. (2010). *Pengembangan tes kecakapan david lee untuk sekolah sepakbola (SSB) kelompok umur 14-15 tahun*. Tesis magister, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Luxbacher, J.A. (2009). *Sepak bola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Miarso, Y. (2004). *Menyemai benih teknologi pendidikan*. Jakarta: Prenada Media.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-dasar sepakbola*. Jakarta: PT. Intan Sejati.
- Moleong, L. J. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nasution, I.E & Suharjana. (2015). Pengembangan Model Latihan Sepak Bola Berbasis Kelincahan dengan Pendekatan Bermain. *Jurnal Keolahragaan*. Volume 3 (2), pp.179.
- Oktiana, G.D. (2015). *Pengembangan media pembelajaran berbasis android dalam bentuk buku saku digital untuk mata pelajaran akuntansi kompetensi dasar membuat ikhtisar siklus akuntansi perusahaan jasa*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Poerwadarminta. (2005). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Pradipta, D. (2013). Pengembangan model permainan sepak bola gawang skor dalam penjasorkes bagi siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 5 Tubanan Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara 2012/2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, Vol 3 (5)
- Prastowo, A. (2013). *Panduan kreatif membuat bahan ajar inovatif*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Priambodo, D.S & Faruk, M. (2018). Statistik penjaga gawang memainkan bola dengan kaki (passing) dan tangan dalam pertandingan sepakbola. *E-Journal Universitas Negeri Surabaya*, Vol 1 No 1.
- Richey C.R, & Klein, D.J. (2009). *Design and development research*. London: Routledge.
- Riduwan. (2007). *Skala pengukuran variabel-variabel penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rohim, A. (2008). *Bermain sepakbola*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.

- Rusman. (2013). *Model-model pembelajaran: mengembangkan profesionalisme pendidik*. Bandung: Raja Grafindo Persada.
- Saputra, Hariyanto, & Hariyoko. (2015). Pengembangan variasi latihan teknik dasar penjaga gawang dengan menggunakan media bantal (ban mental) usia 14-18 tahun di SSB seluruh Kecamatan Pagak Kabupaten Malang. *Pendidikan Jasmani*, Volume 25, Nomor 1, 98 – 104.
- Savelsbergh, G.J.P. (2002). Visual search, anticipation and expertise in soccer goalkeepers. *Journal of Sports Sciences*, Vol 20, pp. 279-287.
- Scheunemann, T, Reyna, C, Perez, J & Gunadi, P. (2012). *Kurikulum sepak bola indonesia untuk usia dini (u5-u12), usia muda (u13- u20) & senior*, Jakarta: PSSI.
- Smaldino, S. E., Lowther, D. L., & Russell, J. D. (2008). *Intructional technology and media for learning*, (9!!ed.) New Jersey: Pearson.
- Subroto, T. (2009). *Permainan besar (bola voli dan sepakbola)*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengembangan*. Bandung. Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2009). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Rosda Karya.
- Tenang, J. D. (2007). *Mahir bermain futsal*. Bandung: IKAPI.
- Vencel, A. (2014). *FIFA goalkeeping*. Zurich Switzerland: FIFA.
- Wahya & Ernawati. (2013). *Kamus Bahasa Indonesia*. Bandung: Ruang Kata.
- Yudanto. (2005). Pengembangan gerak dasar lari dan lompat melalui pendekatan bermain di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 3, No. 1.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

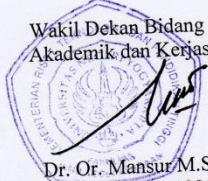
Nomor : 10.32/UN.34.16/PP/2019. 23 Oktober 2019
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.
Ketua Pelatih
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan ijin penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Ruli Sofaerih
NIM : 16602241054
Program Studi : PKO
Dosen Pembimbing : Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP : 196004071986012001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 23 Oktober s/d 14 November 2019
Tempat : SSO Real Madrid UNY, SSB Garuda Muda, SSB Sinar Mataram,
SSB Baturetno dan SSB Muntuk United.
Judul Skripsi : Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang
(Football Goal Keeper) untuk Atlet Kelompok Umur 10 Tahun.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama
Dr. Or. Mansur M.S.
NIP. 19570519 198502 1 001

Tembusan :
1. Kaprodi PKO
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs

Lampiran 2. Surat Keterangan Validasi

Hal : Permohonan Validasi
Lampiran : 1 Bendel
Kepada Yth,
Bapak/Ibu Faidillah Kurniawan, M.Or.
Di tempat

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Ruli Sofaerih
NIM : 16602241054
Program Studi : PKL/PKO
Judul TA : Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet Kelompok Umur 10 Tahun

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap produk penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA dan (2) lembar validasi produk yang dikembangkan.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta,.....
Pemohon,

Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

Mengetahui,
Dosen Pembimbing,

Ketua Program Studi,

CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 19711229 200003 2 001

Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, MS.
NIP. 196004071986012001

Lanjutan Lampiran 2.

Hal : Permohonan Validasi

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

Bapak/Ibu Faidillah Kurniawan, M.Or.

Di tempat

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama : Ruli Sofaerih
NIM : 16602241054
Program Studi : PKL/PKO
Judul TA : Pengembangan Buku Referensi Teknik Dasar Penjaga
Gawang (*Football Goalkeeper*) untuk Atlet Kelompok
Umur 10 Tahun

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap produk penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA dan (2) lembar validasi produk yang dikembangkan.

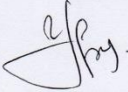
Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.


Yogyakarta,.....
Pemohon,

Ruli Sofaerih
NIM. 16602241054

Mengetahui,
Dosen Pembimbing,

Ketua Program Studi,





CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 19711229 200003 2 001


Dr. Dra. Endang Rini Sukamti, MS.
NIP. 196004071986012001


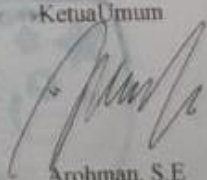
Lampiran 3. Surat Balasan Penelitian dari SSB

 	FUNDACION Realmadrid UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA	SEKOLAH SOSIAL OLAHRAGA REAL MADRID FOUNDATION UNY YOGYAKARTA
<small>Sekretariat: Gd. Sportsmart FIK UNY, Jl. Colombo no. 1 Yogyakarta telp. 081234820884 Email: sssrealmadriduny@gmail.com website: www.realmadridfoundation.fik.uny.ac.id</small>		
Nomor	:	041/SSORM-FIK-UNY/X/2019
Lamp	:	-
Hal	:	Surat Balasan Penelitian
Kepada Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Di Tempat		
Dengan Hormat, Sesuai surat permohonan ijin penelitian yang kami terima No. 10.32/UN.34.16/PP/2019 tertanggal 23 Oktober 2019 maka kami selaku pengelola dan manajemen Sekolah Sosial Olahraga (SSO) RealMadrid Foundation UNY dengan ini memberikan ijin penelitian pada tanggal 23 Oktober s/d 14 November 2019 kepada mahasiswa :		
Nama	:	Ruli Sofaerih
NIM	:	16602241054
Progran Studi	:	PKO
Fakultas/Lembaga	:	Ilmu Keolahragaan / Universitas Negeri Yogyakarta
Sehubungan dengan hal tersebut kami harapkan mahasiswa sebagai peneliti bisa menyesuaikan dengan jadwal latihan siswa dan tata tertib Sekolah Sosial Olahraga (SSO) RealMadrid Foundation UNY yang berlaku.		
Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.		
Yogyakarta, 24 Oktober 2019		
Hormat kami,		
Kepala Sekolah		
		
		
Nawan Primasoni, M.Or. NIP. 198405812008121001		
They Play, We Teach		





Lanjutan Lampiran 3.

	SEKOLAH SEPAK BOLA GARUDA MUDA JOGJA Jl. Raya Janti Blok O TNI AU Adi Sucipto Yogyakarta Telp : 0823 2268 0470 – 0812 2636 389 Email : garudamuda_jogja@gmail.com
Nomer : 017/GMJ/XI/2019	Yogyakarta, 5 November 2019
Lamp : -	
 Kepada Yth : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Di Yogyakarta	
 Salam olahraga !!!	
Dengan hormat,	
Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :	
Nama : ISMA USMAN, SE	
Jabatan : Head Coach SSB GARUDA MUDA JOGJA (GMJ)	
Menerangkan nama tersebut dibawah ini :	
Nama : RULI SOFAERIH	
NIM : 16602241054	
Program Studi : PKO	
Dengan ini menerangkan bahwa nama tersebut diatas telah selesai melakukan penelitian di SSB GARUDA MUDA JOGJA untuk bahan skripsi.	
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
SSB GARUDA MUDA JOGJA	
Head Coach	
	
	

Lanjutan Lampiran 3.

	SEKOLAH SEPAK BOLA MUNTUK UNITED Lapangan Muntuk, Dlingo, Bantul Telp/WA : 0822-2151-3475
<hr/>	
<u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor : 026/SSB.MU/XI/2019	
<p>Bersama ini Pengurus Sekolah Sepak Bola Muntuk United menerangkan bahwa,</p> <p>1. Nama : RULI SOEFARIH Prodi : PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA DI : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA NIM : 16602241054</p> <p>Bahwa Mahasiswa yang bersangkutan telah melakukan kegiatan penelitian berupa Angket Penilaian Pengembangan Buku Referensik Teknik Dasar Penjaga Gawang (Football Goalkeeper) untuk Atlet kelompok umur 10 Tahun di Sekolah Sepak Bola Muntuk United pada tanggal 02 November 2019</p> <p>Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat di pergunakan sebagaimana mestinya, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkanterimakasih</p>	
<p>Bantul, 03 November 2019</p> <p>Ketua Umum  Arohman, S.E</p>	

Lanjutan Lampiran 3.

 	<small>SEKOLAH SEPAKBOLA SINAR MATARAM YOGYAKARTA KANTOR SEKRETARIAT I (PUSAT) GAMBIRAN UH.5/294 RT.40 RW.10 TELP (0274) 381462 HP 085643682370 YOGYAKARTA SEKRETARIAT II KOMPLEK LAPANGAN SEPAKBOLA SMU3 JL. KOTABARU YOGYAKARTA</small>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">SSB SINAR MATARAM YOGYAKARTA</div> <div style="border: 1px solid black; width: 150px; height: 20px; margin-left: 20px;"></div>	
<p><u>SURAT KETERANGAN</u> No.036/SSB.SM/X/2019</p>	
<p>Bersama ini Pengurus Sekolah Sepakbola Sinar Mataram Yogyakarta menerangkan bahwa,</p>	
1.	<p>Nama : RULI SOFAERIH Prodi : PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA Di : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA NIM : 16602241054</p>
<p>Bahwa Mahasiswa yang bersangkutan telah melakukan kegiatan penelitian berupa Angket Penilaian Pengembangan Buku Referensik Teknik Dasar Penjaga Gawang (Football Goalkeeper) untuk Atlet Kelompok Umur 10 Tahun di Sekolah Sepak bola Sinar Mataram Yogyakarta pada tanggal 23 Oktober 2019</p>	
<p>Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih</p>	
<p>Yogyakarta, 24 Oktober 2019. SSB / Sinar Mataram FC Yogyakarta</p>	
 	
<p><u>Drs. Hermanto Denny Susilo</u> Ketua Umum</p>	

Lanjutan Lampiran 3.



SEKOLAH SEPAK BOLA BATU RETNO BANTUL
SSB BATU RETNO
Kompleks Ruko No. 17 Lapangan Wiyoro Baturetno Banguntapan Bantul Yogyakarta 55198

No. : 135/SSB-BTR/ X /2019
Lampiran : -
Hal : **Surat Balasan**

Bantul, 31 Oktober 2019

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Di tempat

Dengan hormat,

Sesuai surat permohonan Ijin penelitian yang kami terima No: 10.32/UN.34.16/PP/2019 tertanggal 23 Oktober 2019 maka kami selaku pengelola dan manajemen Sekolah Sepakbola (SSB) BATU RETNO dengan ini memberikan Ijin penelitian pada periode 23 Oktober s/d 14 November 2019 kepada Mahasiswa :

Nama : RULI SOFAERIH
NIM : 16602241054
Program Studi : PKO
Fakultas / Lembaga : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Universitas Negeri Yogyakarta

Sehubungan dengan hal tersebut kami harapkan mahasiswa sebagai peneliti bisa menyesuaikan dengan jadwal latihan Siswa dan Tata Tertib SSB BATU RETNO yang berlaku.

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

Hormat Kami,
Pengurus SSB BATU RETNO



Jevry R. Manaha
Sekertaris

Tembusan :

1. Direktur SSB Baturetno
2. Arsip

Email: baturetno.football@gmail.com, Telp/WA: 082141182599, 085100410906
Twitter: @ssb_baturetno, FB: Ssb Baturetno, IG: @baturetnofootballschooll.com
www.baturetnofootballschooll.com

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENILAIAN AHLI MATERI

Lembar ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat/penilaian Bapak, sebagai validator produk yang dikembangkan. Pendapat, kritik, saran dan koreksi dari Bapak sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas produk yang kami kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan kesediaan Bapak untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh validator ahli media
2. Lembar ini dimaksudkan untuk validasi instrumen pengumpulan data.
3. Pemberian penilaian dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom yang sesuai.
4. Komentar dan saran pada tempat yang telah disediakan.

Keterangan :

Sangat Setuju (SS)
 Setuju (S)
 Kurang Setuju (KS)
 Tidak Setuju (TS)
 Sangat Tidak Setuju (STS)

No	Aspek	Indikator		Skor				
				SS	S	KS	TS	STS
1	Kualitas materi	1	Kejelasan petunjuk					
		2	Ketepatan memilih materi					
		3	Ketepatan pemilihan bahasa dalam menguraikan materi					
		4	Kesesuaian materi dengan peraturan perwasitan bulutangkis					
2	Isi	5	Kebenaran isi / konsep					
		6	Kedalaman materi					
		7	Kejelasan materi /					

			konsep					
		8	Sistematika dan logika penyajian					
		9	Ketepatan animasi untuk memperjelas materi					
		10	Ketepatan pemilihan gambar dikaitkan dengan materi					
		11	Kemudahan dalam memahami gambar yang disajikan					

Saran dan Masukan

INSTRUMEN PENILAIAN AHLI MEDIA

Lembar ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat/penilaian Bapak, sebagai validator produk yang dikembangkan. Pendapat, kritik, saran dan koreksi dari Bapak sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas produk yang kami kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan kesediaan Bapak untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh validator ahli media
2. Lembar ini dimaksudkan untuk validasi instrumen pengumpulan data.
3. Pemberian penilaian dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom yang sesuai.
4. Komentar dan saran pada tempat yang telah disediakan.

Keterangan :

Sangat Baik (SB)
 Baik (B)
 Cukup (C)
 Kurang (K)
 Sangat Kurang (SK)

No	Aspek yang Dinilai	Skor				
		SB	B	C	K	SK
1	Ketepatan pemilihan warna <i>cover</i>					
2	Keserasian pemilihan warna tulisan pada <i>cover</i>					
3	Kemenarikan pemilihan <i>cover</i>					
4	Jenis kertas yang digunakan					
5	Bahan kertas buku Referensi					
6	Jumlah halaman sesuai					
7	Ukuran buku referensi sesuai					
8	Ukuran gambar					
9	Kejelasan gambar					
10	Relevansi gambar dengan materi					
11	Kesesuaian warna					
12	Jenis huruf yang digunakan					
13	Ukuran huruf yang digunakan					
14	Ketepatan letak teks					
15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca					

Saran dan Masukan

INSTRUMEN PENILAIAN PELATIH

Nama :.....

Klub Melatih :.....

Lisensi :.....

Lembar ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat/penilaian Bapak, sebagai validator produk yang dikembangkan. Pendapat, kritik, saran dan koreksi dari Bapak sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas produk yang kami kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan kesediaan Bapak untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh pelatih
2. Lembar ini dimaksudkan untuk validasi instrumen pengumpulan data.
3. Pemberian penilaian dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom yang sesuai.
4. Komentar dan saran pada tempat yang telah disediakan.

No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
I	Aspek Fisik					
1.	Ukuran buku					
2.	Ketebalan buku					
3.	Bahan kertas sampul					
4.	Bahan kertas isi					
II	Aspek Desain					
5.	Ukuran gambar pada isi					
6.	Penata gambar pada isi					
7.	Ukuran gambar pada sampul					
8.	Penata gambar pada sampul					
9.	Ukuran tulisan pada sampul					
10.	Penata tulisan pada sampul					
11.	Ukuran tulisan pada isi					
12.	Penata tulisan pada isi					
13.	Warna sampul buku					
14.	Warna tulisan pada sampul					
15.	Warna tulisan pada isi					
16.	Contoh warna pada gambar					

III	Aspek Penggunaan					
17.	Menarik perhatian					
18.	Buku lebih bervariasi					
19.	Membantu meningkatkan pengetahuan					

Saran dan Masukan

Yogyakarta,.....

.
Pelatih,

(Nama Lengkap)

INSTRUMEN PENILAIAN ATLET

Nama :
TTL :
Klub :
Lama Latihan :

Lembar ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat/penilaian Bapak, sebagai validator produk yang dikembangkan. Pendapat, kritik, saran dan koreksi dari Bapak sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas produk yang kami kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan kesediaan Bapak untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

Petunjuk:

5. Lembar ini diisi oleh atlet
6. Lembar ini dimaksudkan untuk validasi instrumen pengumpulan data.
7. Pemberian penilaian dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom yang sesuai.
8. Komentar dan saran pada tempat yang telah disediakan.

No	Pernyataan	Skala Penilaian				
		1	2	3	4	5
I	Aspek Fisik					
3.	Ukuran buku					
4.	Ketebalan buku					
3.	Bahan kertas sampul					
4.	Bahan kertas isi					
II	Aspek Desain					
5.	Ukuran gambar pada isi					
6.	Penata gambar pada isi					
7.	Ukuran gambar pada sampul					
8.	Penata gambar pada sampul					
9.	Ukuran tulisan pada sampul					
10.	Penata tulisan pada sampul					
11.	Ukuran tulisan pada isi					
12.	Penata tulisan pada isi					
13.	Warna sampul buku					
14.	Warna tulisan pada sampul					

15.	Warna tulisan pada isi					
16.	Contoh warna pada gambar					
III	Aspek Penggunaan					
17.	Menarik perhatian					
18.	Buku lebih bervariasi					
19.	Membantu meningkatkan pengetahuan					

Saran dan Masukan

Yogyakarta,.....

.
Atlet,

(Nama Lengkap)

Lampiran 5. Hasil Penilaian Ahli

PENILAIAN AHLI MEDIA

VALIDASI ke-I

No	Aspek yang Dinilai	Skor				
		SB	B	C	K	SK
1	Ketepatan pemilihan warna <i>cover</i>				X	
2	Keserasian pemilihan warna tulisan pada <i>cover</i>				X	
3	Kemenarikan pemilihan <i>cover</i>				X	
4	Jenis kertas yang digunakan			X		
5	Bahan kertas buku saku Art Paper 120gr		X			
6	Jumlah halaman sesuai			X		
7	Ukuran buku saku sesuai			X		
8	Ukuran gambar				X	
9	Kejelasan gambar				X	
10	Relevansi gambar dengan materi		X			
11	Kesesuaian warna			X		
12	Jenis huruf yang digunakan			X		
13	Ukuran huruf yang digunakan			X		
14	Ketepatan letak teks				X	
15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca			X		
Jumlah		41				
Rata-rata		54,67				

VALIDASI ke-II

No	Aspek yang Dinilai	Skor				
		SB	B	C	K	SK
1	Ketepatan pemilihan warna <i>cover</i>		X			
2	Keserasian pemilihan warna tulisan pada <i>cover</i>		X			
3	Kemenarikan pemilihan <i>cover</i>		X			
4	Jenis kertas yang digunakan	X				
5	Bahan kertas buku saku Art Paper 120gr	X				
6	Jumlah halaman sesuai		X			
7	Ukuran buku saku sesuai		X			
8	Ukuran gambar		X			
9	Kejelasan gambar		X			
10	Relevansi gambar dengan materi	X				
11	Kesesuaian warna		X			
12	Jenis huruf yang digunakan		X			
13	Ukuran huruf yang digunakan		X			
14	Ketepatan letak teks		X			
15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca	X				
Jumlah		64				
Rata-rata		85,33				

PENILAIAN AHLI MATERI

VALIDASI ke-I

No	Aspek	Indikator		Skor				
				SB	B	C	K	SK
1	Kualitas materi	1	Kejelasan petunjuk		X			
		2	Ketepatan memilih materi		X			
		3	Ketepatan pemilihan bahasa dalam menguraikan materi		X			
		4	Kesesuaian materi		X			
2	Isi	5	Kebenaran isi / konsep		X			
		6	Kedalaman materi		X			
		7	Kejelasan materi / konsep		X			
		8	Sistematika dan logika penyajian		X			
		9	Ketepatan animasi untuk memperjelas materi		X			
		10	Ketepatan pemilihan gambar dikaitkan dengan materi			X		
		11	Kemudahan dalam memahami gambar yang disajikan		X			
Jumlah				43				
Mean				78,18				

VALIDASI ke-II

No	Aspek	Indikator		Skor				
				SB	B	C	K	SK
1	Kualitas materi	1	Kejelasan petunjuk	X				
		2	Ketepatan memilih materi		X			
		3	Ketepatan pemilihan bahasa dalam menguraikan materi	X				
		4	Kesesuaian materi		X			
2	Isi	5	Kebenaran isi / konsep	X				
		6	Kedalaman materi		X			
		7	Kejelasan materi / konsep	X				
		8	Sistematika dan logika penyajian	X				
		9	Ketepatan animasi untuk memperjelas materi	X				
		10	Ketepatan pemilihan gambar dikaitkan dengan materi		X			
		11	Kemudahan dalam memahami gambar yang disajikan	X				
Jumlah				51				
Mean				92,73				

Lampiran 6. Data Penilaian Uji Coba Skala Kecil

PENILAIAN OLEH PELATIH

No	Aspek Fisik				Aspek Desain												Aspek Penggunaan			Σ	%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19		
1	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	69	72.63
2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	66	69.47
3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	65	68.42
4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	61	64.21
5	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	68	71.58
6	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	71	74.74
7	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	69	72.63
8	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	70	73.68
9	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	72	75.79
10	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	66	69.47

PENILAIAN OLEH ATLET

[illegible]

Lampiran 7. Data Penilaian Uji Coba Skala Besar

PENILAIAN OLEH PELATIH

[illegible]

PENILAIAN OLEH ATLET

No	Aspek Fisik				Aspek Desain												Aspek Penggunaan			Σ	%
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19		
1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	77	81.05263
2	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	80	84.21053
3	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	78	82.10526
4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	79	83.15789
5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	80	84.21053
6	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	78	82.10526
7	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	81	85.26316
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	78	82.10526
9	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	80	84.21053
10	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	82.10526
11	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	77	81.05263
12	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	79	83.15789
13	4	5	4	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4	77	81.05263
14	4	5	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	80	84.21053
15	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	79	83.15789
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	78	82.10526
17	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	79	83.15789
18	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	80	84.21053
19	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	81	85.26316
20	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4	83	87.36842

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

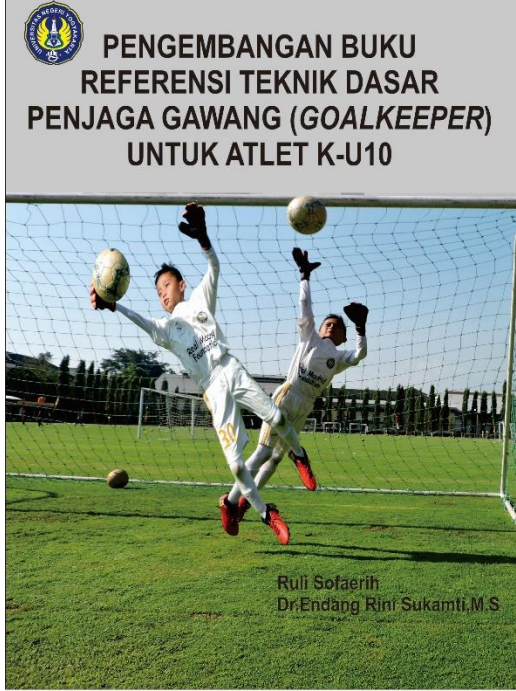


Gambar 32. Dokumentasi Penelitian Skala Kecil
Sumber: Dokumen Pribadi




Gambar 33. Dokumentasi Penelitian Skala Besar
Sumber: Dokumen Pribadi

Lampiran 9. Produk Buku

 <p>PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG (GOALKEEPER) UNTUK ATLET K-U10</p> <p>Ruli Sofaerih Dr. Endang Rini Sukanti, M.S</p>	 <p>PENGEMBANGAN BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG (GOALKEEPER) UNTUK ATLET K-U10</p> <p>Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas latihan adalah melakukan inovasi mengenai apa yang akan diajarkan agar latihan berjalan dengan lancar dan variatif diperlukan media latihan yang lebih efektif dan aplikatif. pengembangan buku referensi ini tentang teknik dasar penjaga gawang untuk K-U 10. buku ini menjelaskan tentang:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis tangkapan penjaga gawang • Teknik dasar penjaga gawang dan • Kesalahan penjaga gawang <p>dengan didukung ilustrasi gambar agar mempermudah pembaca.</p>
<p>KATA PENGANTAR</p> <p>Sepakbola merupakan suatu permainan beregu yang dimainkan masing-masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan tungkai, dada, kepala kecuali penjaga gawang diperbolehkan menggunakan lengan dan tangan di area kotak penalti. Oleh karena itu kekompakan dan kerjasama tim yang baik di antara para pemain sangat dibutuhkan. Karena dimainkan di atas lapangan yang luas, maka seorang pemain harus memiliki kemampuan teknik dasar dan juga kondisi kebugaran tubuh yang baik. Oleh karena itu, untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dibutuhkan latihan sesuai dengan prosedur yang telah ada.</p> <p>Dengan melalui pengembangan buku referensi teknik dasar penjaga gawang (<i>Football Goalkeeper</i>) untuk atlet kelompok umur 10 tahun, diharapkan dapat membantu pelatih maupun atlet untuk meningkatkan teknik dasar penjaga gawang dalam sesi latihan dilapangan.</p> <p>Penyusun,</p> <p>i</p>	<p>DAFTAR ISI</p> <p>KATA PENGANTAR..... i</p> <p>DAFTAR ISI..... ii</p> <p>DAFTAR GAMBAR..... v</p> <p>DAFTAR TABEL..... vii</p> <p>A. Latar Belakang..... 1</p> <p>B. Pengertian Penjaga Gawang..... 3</p> <p>C. Jenis Tangkapan Penjaga Gawang..... 4</p> <p>1. Menangkap Bola di Atas Permukaan..... 4</p> <p>2. Tembakan rendah langsung ke arah penjaga gawang..... 6</p> <p>3. Bola yang menggelinding ke samping penjaga gawang..... 8</p> <p>4. Menangkap Bola Sedang dan Atas..... 10</p> <p>5. Bola dengan ketinggian dada atau kepala..... 11</p> <p>6. Bola Atas..... 13</p> <p>D. Teknik Penjaga Gawang..... 15</p> <p>1. Penempatan Posisi..... 15</p> <p>a. Posisi Siap — <i>Wing Play</i> (Umpan silang)..... 16</p> <p>b. Posisi siap - <i>Shot Stopper</i> (menghentikan tendangan)..... 16</p> <p>ii</p>

<p>c. Posisi Siap – <i>Wide Angle</i> (bola pada sudut yang sangat luas).....17</p> <p>d. Posisi Siap - <i>Keeper Sweeper</i> (bola tidak dalam jangkauan)....18</p> <p>2. Mengamankan bola (<i>Receiving ball</i>) 19</p> <p>a. Menangkap bola di depan kepala19</p> <p>b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang.....20</p> <p>c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk.....21</p> <p>d. Mengamankan bola tinggi (<i>receiving high ball</i>)22</p> <p>e. Mendorong bola melewati mistar gawang24</p> <p>f. Menjatuhkan Badan (<i>diving to save</i>)25</p> <p>g. Menjatuhkan badan saat bola datar25</p> <p>h. Menjatuhkan badan dengan ketinggian sedang.....27</p> <p>i. Menjatuhkan badan saat bola tinggi27</p> <p>j. Penjaga gawang mendapatkan bola28</p> <p>k. Meninju Bola30</p> <p>3. Mendistribusikan Bola (<i>Build Up</i>) dengan Tendangan31</p> <p>a. Tendangan voli sisi depan32</p> <p>b. Tendangan voli sisi samping.....32</p> <p>4. Mendistribusikan Bola (<i>Build Up</i>) dengan Lemparan33</p>	<p>a. Mendistribusikan dengan bergulirkan bola34</p> <p>b. Distribusikan dengan Lemparan34</p> <p>c. Distribusi dengan <i>Short throw</i> (lemparan pendek)35</p> <p>E. Variasi sesi latihan sederhana.....36</p> <p>1. Sesi latihan Ke-1 dan 236</p> <p>2. Sesi latihan Ke-3 dan 4.....37</p> <p>3.Sesi Latihan ke-5 dan 638</p> <p>F. Kesalahan-Kesalahan Pada Penjaga Gawang39</p> <p>1. <i>Positioning</i>39</p> <p>2. Kesalahan saat menerima bola di permukaan40</p> <p>3. Kesalahan yang terjadi saat menerima bola atas.....41</p> <p>G. Hasil Penelitian45</p> <p>a. Ahli Materi.....45</p> <p>b. Ahli Media.....47</p> <p>c. Uji Coba Skala Kecil49</p> <p>d. Uji coba Skala Besar.....54</p> <p>KESIMPULAN51</p> <p>DAFTAR PUSTAKA.....55</p> <p>BIOGRAFI PENULIS.....56</p>
<p>iii</p>	<p>iv</p>
<p>DAFTAR GAMBAR</p> <p>Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan6</p> <p>Gambar 2. Menangkap Bola di Atas Permukaan lapangan7</p> <p>Gambar 3. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang....8</p> <p>Gambar 4. Menangkap Rendah Langsung ke Arah Penjaga Gawang....9</p> <p>Gambar 5. Menangkap Menggelanding ke Samping Penjaga Gawang..10</p> <p>Gambar 6. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang.....11</p> <p>Gambar 7. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang.....12</p> <p>Gambar 8. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala.....13</p> <p>Gambar 9. Menangkap Bola Ketinggian Dada atau Kepala.....14</p> <p>Gambar 10. Menangkap Bola Atas.....15</p> <p>Gambar 11. Menangkap Bola Atas.....16</p> <p>Gambar 12. Posisi Siap — <i>Wing Play</i> (Umpan silang).....16</p> <p>Gambar 13. Posisi siap - <i>Shot Stopper</i> (menghentikan tendangan).....17</p> <p>Gambar 14. Posisi Siap– <i>Wide Angle</i>(bola pada sudut luas).....18</p> <p>Gambar 15. Posisi Siap-<i>Keeper Sweeper</i>.....19</p> <p>Gambar 16. Keterampilan menangkap bola di depan kepala20</p> <p>Gambar 17. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang21</p> <p>Gambar 18. Keterampilan <i>receiving low ball</i> dengan lutut ditekuk22</p> <p>Gambar 19. Mengamankan bola tinggi.....23</p>	<p>Gambar 20. Keterampilan mendorong bola melewati mistar.....25</p> <p>Gambar 21. Keterampilan <i>diving to save</i> penjaga gawang.....25</p> <p>Gambar 22. Keterampilan <i>diving to save</i> saat bola tinggi sedang27</p> <p>Gambar 23. Keterampilan <i>diving to save</i> saat bola tinggi28</p> <p>Gambar 24. Keterampilan <i>saving the breakaway</i> (berhasil).....28</p> <p>Gambar 25. Keterampilan Meninju Bola.....30</p> <p>Gambar 26. Distribusi dengan tendangan langsung.....31</p> <p>Gambar 27. Distribusi dengan tendangan sisi samping.....32</p> <p>Gambar 28. Distribusi dengan menggulirkan Bola.....33</p> <p>Gambar 29. Distribusi Lemparan.....33</p> <p>Gambar 30. Distribusi <i>short throw</i>34</p> <p>Gambar 31. Variasi latihan ke-1 dan 236</p> <p>Gambar 32. Variasi latihan ke-3 dan 437</p> <p>Gambar 33. Variasi latihan ke-5 dan 638</p> <p>Gambar 34. Kesalahan-kesalahan <i>Positioning</i> Penjaga GK39</p> <p>Gambar 35. Kesalahan-kesalahan Menerima bola di Permukaan.....40</p> <p>Gambar 36. Kesalahan-kesalahan Menerima Bola atas41</p> <p>Gambar 37. Hasil Penilaian Ahli Materi44</p> <p>Gambar 38. Hasil Penilaian Ahli Media.....47</p>
<p>v</p>	<p>vi</p>

<p style="text-align: center;">DAFTAR TABEL</p> <p>Tabel 1. Hasil Penilaian Ahli Materi.....49</p> <p>Tabel 2. Hasil Penilaian Ahli Media.....51</p> <p>Tabel 3. Hasil Penilaian Pelatih uji coba skala kecil.....54</p> <p>Tabel 4. Hasil Penilaian Atlet uji coba skala kecil54</p> <p>Tabel 5. Hasil Penilaian Pelatih uji coba skala besar.....55</p> <p>Tabel 6. Hasil Penilaian Atlet uji coba skala besar56</p> <p style="text-align: center;">vii</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10</p>  </div> <p>A. Latar Belakang</p> <p>Sepakbola berkembang pesat di tengah masyarakat, karena olahraga ini cukup memasyarakat, artinya sepakbola dapat diterima oleh masyarakat karena bisa dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua. Oleh karena itu permainan sepakbola menjadi olahraga yang sangat diminati oleh sebagian besar masyarakat. Perkembangan sepakbola diharapkan dapat ikut meningkatkan minat masyarakat terhadap olahraga.</p> <p>Sepakbola merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang pemain termasuk penjaga gawang, hampir seluruh permainan dilakukan dengan ketrampilan mengolah bola dengan kaki. Sepakbola merupakan olahraga yang hampir keseluruhan permainannya menggunakan tungkai, namun sepakbola merupakan salah satu olahraga permainan yang kompleks. Karena untuk dapat melakukan setiap gerakan dengan benar dibutuhkan koordinasi antara organ-organ tubuh.</p> <p>Penjaga gawang adalah salah satu posisi pemain dalam sepakbola yang boleh menyentuh bola dengan seluruh badannya. Tugas dari penjaga gawang adalah menjaga gawangnya dari gempuran serangan lawan, sehingga tidak terjadi gol pada gawangnya dan timnya bisa memenangkan pertandingan. Penjaga gawang merupakan pemain yang paling penting dalam tim sepak bola. Selain menyelamatkan dari tembakan tepat sasaran lawan.</p> <p style="text-align: center;">1</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10</p>  </div> <p>penjaga gawang juga bertanggung jawab antara lain memutuskan ancaman dalam situasi yang berbahaya, membagikan bola terhadap pemain lain untuk melakukan serangan, dan berkomunikasi dengan pemain belakangnya.</p> <p><i>Goalkeeping play</i> (aktivitas penjaga gawang) adalah aktivitas penjaga gawang di lapangan. Komponen utama penjaga gawang adalah defensif dan aspek ofensif. Sebuah kualitas penjaga gawang ditentukan oleh kualitas teknis penjaga gawang yang berhubungan dengan aspek taktik (individual dan kelompok) (Joseph S blatter, 2014).</p> <p>Penjaga gawang terbaik adalah seorang yang memiliki keterampilan berkomunikasi dengan baik dan mengetahui cara untuk berkonsentrasi. Seorang penjaga gawang juga harus membuat banyak keputusan dengan cepat dan tenang di sepanjang pertandingan. Seorang penjaga gawang harus menguasai sejumlah teknik menggagalkan gol, termasuk meninju bola dan penyelamatan gawang dengan menjatuhkan tubuh. Menangani operan balik dan memberikan (mengoper/melempar) bola kepada rekan satu tim. Penjaga gawang harus berjuang keras mempertahankan gawangnya dan mutlak dilakukan selama pertandingan agar tidak kemasukan bola.</p> <p style="text-align: center;">2</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10</p>  </div> <p>C. Jenis Tangkapan Penjaga Gawang</p> <p>Menurut Luxbacher (2004: 133), Jenis tangkapan yang sering dilakukan oleh penjaga gawang sebagai berikut:</p> <p>1. Menangkap Bola di Atas Permukaan</p> <p>a. Persiapan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan posisi siap. 2. Posisi di antara bola dan gawang. 3. Postur tubuh tegak. 4. Kaki diregangkan beberapa <i>inchi</i>. 5. Fokuskan perhatian pada bola. <p>b. Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membungkukan tubuh ke depan. 2. Kaki lurus. 3. Tangan diulurkan ke bawah. 4. Telapak tangan menghadap ke depan dan dilekukkan. 5. Bola dikontak dengan telapak tangan. 6. Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah. <p>c. <i>Follow-Through</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membungkukan tubuh ke depan. 2. Kaki lurus. 3. Tangan diulurkan ke bawah. <p style="text-align: center;">4</p>

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



4. Telapak tangan menghadap ke depan dan dilekukkan.
5. Bola dikontak dengan telapak tangan
6. Biarkan bola menggelinding ke pergelangan tangan dan lengan bawah.



Gambar 1. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan sisi samping
Sumber: Dokumen Pribadi

5

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Gambar 2. Menangkap Bola di Atas Permukaan Lapangan sisi depan
Sumber: Dokumen Pribadi

2. Tembakan rendah langsung ke arah penjaga gawang

a. Persiapan

- 1) Melakukan posisi siap.
- 2) Posisi tubuh antara bola dan gawang.
- 3) Fokuskan perhatian pada bola.
- 4) Condongkan tubuh ke depan pada pinggang.
- 5) Lutut ditekukkan.

6

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



- 6) Bahu lurus dengan bola
- b. Pelaksanaan**
- 1) Tubuh dibungkukkan ke permukaan lapangan.
 - 2) Tangan diulurkan dengan telapak tangan menghadap ke atas.
 - 3) Bola dikontak dengan pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - 4) Jatuh ke depan di atas lengan bawah.
 - 5) Mengepit bola di antara lengan bawah dan bola.
- c. Follow-Through**
- 1) Kaki dijulurkan ke belakang.
 - 2) Melompat untuk berdiri.



Gambar 3. Menangkap Rendah kearah Penjaga gawang sisi depan
Sumber: Dokumen Pribadi

7

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Gambar 4. Menangkap Rendah kearah Penjaga gawang sisi samping
Sumber: Dokumen Pribadi

3. Bola yang menggelinding ke samping penjaga gawang

a. Persiapan

- 1) Melakukan posisi siap.
- 2) Bergerak melintasi gawang.
- 3) Julurkan kaki yang mendahului dan tekukkan lutut.
- 4) Bertutut dengan kaki yang mengikuti.
- 5) Luruskan kaki tersebut paralel dengan *goal line*.
- 6) Fokuskan perhatian pada bola

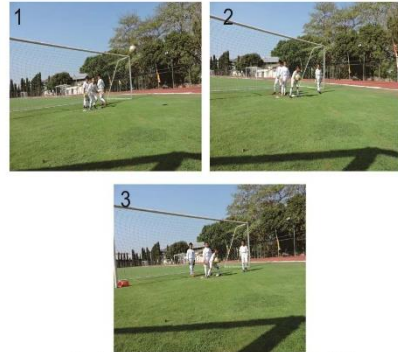
8



4. Menangkap Bola Sedang dan Atas

- a. Bola dengan ketinggian sedang
 - 1) Persiapan
 - a) Tempatkan diri anda sejajar dengan bola.
 - b) Postur tubuh tegak dengan kaki diregangkan beberapa inci.
 - c) Tangan diulurkan ke bawah.
 - d) Jari mengarah ke bawah dan telapak tangan menghadap ke depan.
 - e) Fokuskan perhatian pada bola.
 - 2) Pelaksanaan
 - a) Condongkan tubuh ke depan pada pinggang.
 - b) Lutut sedikit ditekukkan.
 - c) Lengan bawah paralel satu sama lain.
 - d) Kontak bola dengan pergelangan tangan dan lengan bawah.
 - 3) Follow-Through
 - a) Melompat beberapa inci ke belakang untuk mengurangi benturan.
 - b) Biarkan bola menggelinding ke lengan bawah.
 - c) Kepit bola dengan lengan bawah dan dada

10



Gambar 6. Menangkap Bola dengan Ketinggian Sedang
Sumber: Dokumen Pribadi

5. Bola dengan ketinggian dada atau kepala

- a. Persiapan
 - 1) Posisi tubuh antara bola dan gawang.
 - 2) Bahu lurus.
 - 3) Kaki diregangkan selebar jarak bahu.
 - 4) Tangan pada ketinggian dada.
 - 5) Telapak tangan menghadap ke depan.
 - 6) Jari diarahkan kebola.

11



- 7) Kepala tidak bergerak dan memperhatikan bola.
- b. Pelaksanaan
 - 1) Tangan diulurkan ke arah bola dengan tangan pada posisi W.
 - 2) Siku sedikit ditekukkan.
 - 3) Melihat melalui "jendela".
 - 4) Menerima bola dengan ujung jari.
- c. Follow-Through
 - 1) Tarik tangan dan lengan.
 - 2) Amankan bola ke dada



Gambar 7. Menangkap Bola Ketinggian Dada sisi samping
Sumber: Dokumen Pribadi

12



Gambar 8. Menangkap Bola Ketinggian Dada sisi depan
Sumber: Dokumen Pribadi

6. Bola Atas

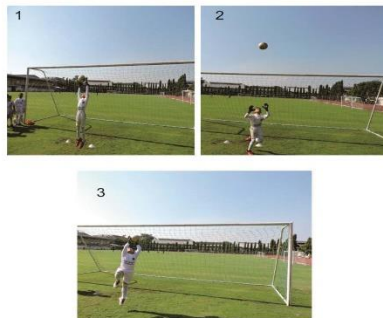
- a. Persiapan
 - 1) Berdiri menghadap bola yang akan datang.
 - 2) Bahu lurus.
 - 3) Bergerak ke arah bola.
 - 4) Kepala tidak bergerak dan perhatian pada bola.
- b. Pelaksanaan
 - 1) Menggunakan satu kaki untuk melompat.
 - 2) Tangan dan kaki yang terjauh dari gawang didorong ke atas dengan satu gerakan yang mulus.
 - 3) Kaki yang menahan keseimbangan tetap lurus.
 - 4) Tangan diulurkan ke atas dengan tangan pada posisi W.
 - 5) Kepala di belakang tangan (HEH).
 - 6) Terima bola pada titik lompatan yang tertinggi.
 - 7) Terima bola dengan jari dan telapak tangan.

13



c. *Follow-Through*

- 1) Tarik tangan dan lengan.
- 2) Turun ke permukaan lapangan.
- 3) Mendarat dengan kaki yang menahan keseimbangan.



Gambar 9. Menangkap Bola Atas sisi depan
Sumber: Dokumen Pribadi

14



Gambar 10. Menangkap Bola Atas sisi samping
Sumber: Dokumen Pribadi

D. Teknik Penjaga Gawang

1. Penempatan Posisi

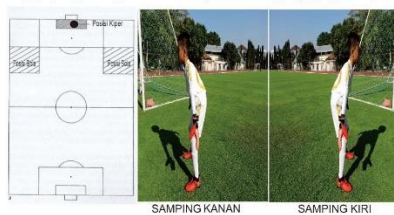
Kemampuan menempatkan posisi adalah modal utama seorang penjaga gawang/ kiper yang andal. Dengan penempatan posisi yang benar seorang penjaga gawang tidak perlu melompat jauh ke kiri dan ke kanan. Hal ini dikarenakan segitiga yang terbentuk oleh bola dan ke dua tiang gawang menjadi lebih kecil. Istilah umumnya adalah memperkecil sudut (Scheunemann, 2012: 47). Vencel (2014: 41) menyatakan ada empat posisi siap pada penjaga gawang yaitu :

15



a. Posisi Siap — *Wing Play* (Umpan silang)

Kiper akan mengadopsi posisi siap ini, ketika bola diposisikan di sayap dan bola yang sedang menyeberang ke daerah gawang. Jadi posisi siap ini akan dilakukan oleh penjaga gawang apabila bola berada disisi kiri dan kanan pertahanan penjaga gawang. Posisi siap ini akan memudahkan penjaga gawang untuk bergeser maju dan mundur untuk menangkap bola tinggi yang datang dari sisi-sisi pertahanan penjaga gawang.



Gambar 11. Posisi Siap *Wing Play* (Umpan silang)
Sumber : Torwarttrainin dan Dokumen Pribadi

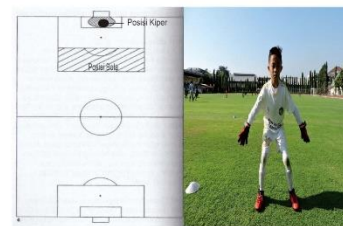
b. Posisi siap - *Shot Stopper* (menghentikan tendangan)

Teknik yang paling sering dari posisi ini adalah menangkap bola yang mengarah ke penjaga gawang. Jadi posisi siap *shot stopper* ini akan

16



dilakukan oleh penjaga gawang apabila bola yang datang disekitar area kotak penalti penjaga gawang. Biasanya bola yang datang dari area biru penjaga gawang akan melakukan reaksi atau keterampilan *diving to save* atau menjatuhkan badan.



Gambar 12. Posisi siap - *Shot Stopper*
Sumber : Torwarttraining dan Dokumen Pribadi

c. Posisi Siap—*Wide Angle* (bola di sudut yang sangat luas)

Teknik yang paling umum dilakukan dari posisi ini adalah: teknik dasar yang dilakukan adalah badan beratkan kedepan, tangan menghadap ke depan dan diletakkan di bawah, mempersempit ruang kaki.

17



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (Receiving ball)

a. Menangkap bola di depan kepala (Catching the ball in front of the head)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (Receiving medium height ball)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya kesalah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya kesalah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21



datang dengan kecepatan yang tinggi keterampilan yang tepat sebaiknya penjaga gawang menangkap bola dengan menekuk salah satu lutut. Karena Gerakan ini harus dilakukan dengan hati-hati untuk pengamanan dan pastikan bola tidak lepas.



Gambar 17. Keterampilan menangkap bola dengan lutut ditekuk
Sumber : Dokumen Pribadi

d. Mengamankan bola tinggi (*receiving high ball*)

Disana ada pemain dari tim lawan maka penjaga gawang harus memutuskan pilihan untuk mendahului pemain lawan tersebut. Untuk menutup peluang pemain lawan tersebut melakukan *heading* ke arah gawang.

Jika bola yang datang tidak bisa diraih dengan berdiri di atas lapangan, penjaga gawang harus melompat untuk menangkap bola tersebut. Penjaga gawang bisa melompat dengan satu atau dua kaki. Ketika melompat dengan kedua kaki,

22



maka penjaga gawang bisa melompat di tempat. Apabila melompat dengan satu kaki, penjaga harus mengambil langkah maju dengan menempatkan berat badan ke kaki tersebut dan melompat dengan kaki itu. Ayunan lengan membantu penjaga gawang untuk melompat. Disaat mendarat, apabila menggunakan satu kaki, maka dorong satu kaki ke bawah terlebih dahulu. Di saat mendarat, untuk kenyamanan maka lutut sedikit ditekuk.



Gambar 18. Mengamankan bola tinggi
Sumber : Dokumen Pribadi

23



e. Mendorong bola melewati mistar gawang

Tujuan penyelamatan ini adalah untuk mencegah bola masuk ke dalam gawang jika penjaga gawang terlalu terlambat untuk membuat keputusan dengan menyelamatkan dengan tangan berlawanan, tangan yang sama ataupun menggunakan dua tangan. Teknik melompat dalam mendorong bola melewati mistar hampir sama dengan teknik melompat untuk menangkap bola tinggi.

Tujuan penyelamatan ini adalah untuk mencegah bola masuk ke dalam gawang jika penjaga gawang terlalu terlambat untuk membuat keputusan dengan menyelamatkan dengan tangan berlawanan, tangan yang sama ataupun menggunakan dua tangan. Teknik melompat dalam mendorong bola melewati mistar hampir sama dengan teknik melompat untuk menangkap bola tinggi.

24



Gambar 19. Keterampilan mendorong bola
Sumber :Dokumen Pribadi

f. Menjatuhkan Badan (*diving to save*)

Keterampilan ini akan dilakukan penjaga gawang apabila bola yang datang dengan kecepatan yang tinggi dan jauh dari jangkauan penjaga gawang. Tidak ada waktu lagi bagi penjaga gawang bergeser untuk mendekati bola. Ada tiga macam keterampilan yang akan dilakukan penjaga gawang yaitu menjatuhkan badan saat bola datar, menjatuhkan badan saat bola dengan ketinggian sedang dan menjatuhkan badan saat bola tinggi.

25



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya kecuali satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



datang dengan kecepatan yang tinggi keterampilan yang tepat sebaiknya penjaga gawang menangkap bola dengan menekuk salah satu lutut. Karena Gerakan ini harus dilakukan dengan hati-hati untuk pengamanan dan pastikan bola tidak lepas.



Gambar 17. Keterampilan menangkap bola dengan lutut ditekuk
Sumber : Dokumen Pribadi

d. Mengamankan bola tinggi (*receiving high ball*)

Disana ada pemain dari tim lawan maka penjaga gawang harus memutuskan pilihan untuk mendahului pemain lawan tersebut. Untuk menutup peluang pemain lawan tersebut melakukan *heading* ke arah gawang.

Jika bola yang datang tidak bisa diraih dengan berdiri di atas lapangan, penjaga gawang harus melompat untuk menangkap bola tersebut. Penjaga gawang bisa melompat dengan satu atau dua kaki. Ketika melompat dengan kedua kaki,

22

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



maka penjaga gawang bisa melompat di tempat. Apabila melompat dengan satu kaki, penjaga harus mengambil langkah maju dengan menempatkan berat badan ke kaki tersebut dan melompat dengan kaki itu. Ayunan lengan membantu penjaga gawang untuk melompat. Disaat mendarat, apabila menggunakan satu kaki, maka dorong satu kaki ke bawah terlebih dahulu. Di saat mendarat, untuk kenyamanan maka lutut sedikit ditekuk.



Gambar 18. Mengamankan bola tinggi
Sumber : Dokumen Pribadi

23

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



e. Mendorong bola melewati mistar gawang

Tujuan penyelamatan ini adalah untuk mencegah bola masuk ke dalam gawang jika penjaga gawang terlalu terlambat untuk membuat keputusan dengan menyelamatkan dengan tangan berlawanan, tangan yang sama ataupun menggunakan dua tangan. Teknik melompat dalam mendorong bola melewati mistar hampir sama dengan teknik melompat untuk menangkap bola tinggi.

Tujuan penyelamatan ini adalah untuk mencegah bola masuk ke dalam gawang jika penjaga gawang terlalu terlambat untuk membuat keputusan dengan menyelamatkan dengan tangan berlawanan, tangan yang sama ataupun menggunakan dua tangan. Teknik melompat dalam mendorong bola melewati mistar hampir sama dengan teknik melompat untuk menangkap bola tinggi.

24

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Gambar 19. Keterampilan mendorong bola
Sumber :Dokumen Pribadi

f. Menjatuhkan Badan (*diving to save*)

Keterampilan ini akan dilakukan penjaga gawang apabila bola yang datang dengan kecepatan yang tinggi dan jauh dari jangkauan penjaga gawang. Tidak ada waktu lagi bagi penjaga gawang bergeser untuk mendekati bola. Ada tiga macam keterampilan yang akan dilakukan penjaga gawang yaitu menjatuhkan badan saat bola datar, menjatuhkan badan saat bola dengan ketinggian sedang dan menjatuhkan badan saat bola tinggi.

25



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

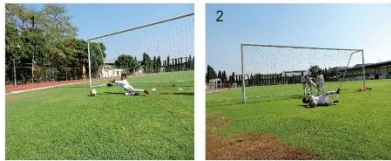
BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



g. Menjatuhkan badan saat bola datar



Gambar 20. Keterampilan bola datar ke kiri penjaga gawang
Sumber : Dokumen Pribadi



Gambar 21. Keterampilan bola datar ke kanan penjaga gawang
Sumber : Dokumen Pribadi

Ketika menjatuhkan badan untuk mengamankan gawang dari bola datar, maka penjaga gawang harus melakukan gerakan ke samping dan menjatuhkan badan pada saat yang bersamaan. Bola dapat diraih dengan menjatuhkan badan ke samping ke arah datangnya bola.

26

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Kemungkinan dari teknik ini bola dapat ditangkap, ditepis dengan telapak tangan, atau dengan jari-jari

h. Menjatuhkan badan saat bola datang dengan ketinggian sedang.

Jarang penjaga gawang yang bisa melakukan tangkapan terhadap bola ini. Biasanya penjaga gawang mendorong bola ke samping dengan kedua tangan, satu tangan. Lengan harus lurus untuk menjangkau bola. Bola ini sangat susah untuk benar-benar dikuasai atau ditangkap oleh penjaga gawang. Biasanya penjaga gawang hanya bisa mendorong bola atau menepis bola kesamping gawang.



Gambar 22. Keterampilan *diving to save* saat bola sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

i. Menjatuhkan badan saat bola tinggi

Keterampilan ini akan dilakukan penjaga gawang disaat bola mengarah ke sudut atas gawang. Tiga kemungkinan

27

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



respon yang akan bisa dilakukan penjaga gawang menangkap bola. mendorongnya kesamping dan mendorong bola melewati mistar gawang. Jadi keterampilan menjatuhkan badan akan dilakukan penjaga gawang, apabila bola yang datang jauh dari jangkauan penjaga gawang. Penjaga gawang tidak ada waktu lagi untuk bergeser ke kiri dan ke kanan.



Gambar 23. Keterampilan *diving to save* saat bola tinggi
Sumber : Dokumen Pribadi

j. Penjaga gawang mendapatkan bola.

Keterampilan ini penjaga gawang akan menggunakan tangan yang berlawanan untuk menepis bola. Disaat bola datang ke arah kiri penjaga, gawang maka lengan kanan yang berada disisi atas penjaga gawang. Lengan ini mempunyai peluang yang lebih besar untuk menjangkau bola tinggi.

28

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Jadi keterampilan menjatuhkan badan akan dilakukan penjaga gawang, apabila bola yang datang jauh dari jangkauan penjaga gawang. Penjaga gawang tidak ada waktu lagi untuk bergeser ke kiri dan ke kanan. Ada tiga macam keterampilan menjatuhkan badan, yaitu menjatuhkan badan terhadap bola datar, menjatuhkan badan terhadap bola dengan tinggi sedang dan menjatuhkan badan terhadap bola tinggi. Pembagian ini hanya berdasarkan tinggi datangnya bola.

Penjaga gawang berpeluang besar mendapatkan bola apabila bola cenderung lebih dekat padanya. Ketika peluang penjaga gawang lebih besar untuk mendapatkan bola, penjaga gawang bisa berhenti berlari dan menunggu bola menghampirinya. Apabila penjaga gawang tidak yakin akan mendapatkan bola terlebih dahulu dari pemain lawan, penjaga gawang harus berlari sambil menjatuhkan badan.

29



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamanakannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Gambar 24 Keterampilan *saving the breakaway* (berhasil)
Sumber : Dokumen Pribadi

k. Keterampilan Meninju Bola

Kiper tidak selalu memiliki kesempatan untuk menangkap bola apalagi sedang dalam duel di udara biasanya terjadi pada situasi tendangan sudut atau tendangan bebas yang langsung mengarah ke arah gawang. Meninju bola hanya dilakukan dalam keadaan darurat yang ada di depan gawang. Untuk mengamankan gawang arah tinjauan harus berada di arah yang gosong dari lawan, meninju bola bisa dilakukan dengan satu tangan atau kedua tangan tergantung situasinya.

30

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10



Gambar 25. Keterampilan Meninju bola
Sumber : Dokumen Pribadi

3. Mendistribusikan Bola (*Build Up*) dengan Tendangan

Distribusi bola merupakan kontribusi untuk bermain ofensif. Dengan cara ini kiper menjadi penyerang pertama tim. Penjaga gawang mempengaruhi ritme tim bermain dan pilihan taktis. Kiper terlibat dalam menyerang bermain dalam dua cara yaitu dengan bola mati dan bola dalam permainan.

31

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10

a. Tendangan langsung



Gambar 26. Distribusi dengan tendangan langsung sisi depan
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Tendangan Langsung dari tangan (*Volley*)

Menendang bola dari tangan digunakan untuk menjangkau rekan tim yang tidak dapat dijangkau dengan lemparan. Kiper bisa menendang bola langsung ke rekan setimnya yang berada di ruang terbuka tanpa ada penjagaan dari lawan.

32

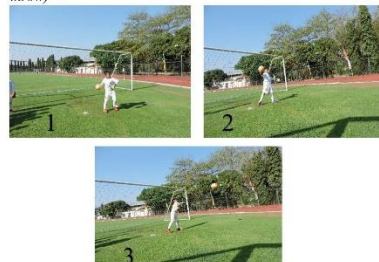
BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10

a. Mendistribusikan dengan bergulirkan bola



Gambar 28. Distribusi dengan menggulirkan Bola
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Distribusikan dengan Lemparan merentangkan (*bent arm throw*)



Gambar 29 Distribusi Lemparan merentangkan
Sumber : Dokumen Pribadi

34



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21



E. Variasi Sesi Latihan Sederhana



1. Sesi latihan ke-1 dan 2

TUJUAN LATIHAN		
Menangkap bola permukaan lapangan		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Penjaga gawang melakukan koordinasi Menjemput bola dan tangkap dengan menjatuhkan badan ke depan.	Melatih koordinasi kaki Pemepatan menangkap bola dan menjatuhkan badan
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Marker 1 set 2. 5 bola 3. Tangga	
TUJUAN LATIHAN		
Mendistribusikan bola / Build Up		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Kiper saling berebut untuk menangkap bola yang di leparkan oleh pelatih Setelah mendapatkan bola, lempar ke gawang sebagai sasaran yang ada di depan ..	Melempar dengan tepat Timing Melempar
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Gawang kecil 4 2. 5 bola	

Gambar 31. Variasi latihan ke-1 dan 2
Sumber : Dokumen Pribadi
36



2. Sesi latihan ke-3 dan 4

TUJUAN LATIHAN		
Diving to save/ Menjatuhkan badan bola datar		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Penjaga gawang melakukan koordinasi dan maju dengan posisi siap menerima tendangan dari pelatih untuk ditangkap Geser dan menjatuhkan badan sambil menangkap bola diam yang ada di kanan-kirinya ..	Jari-jari tangan di buka Ball feeling
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Marker 1 set 2. 5 bola 3. Tangga koordinasi	
TUJUAN LATIHAN		
Handling/ menangkap bola		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Penjaga gawang geser ke kanan untuk menangkap bola dengan lutut di tekuk Dan seballiknya ke arah kiri	Kaki di tekuk Badan menunduk Jari-jari di buka
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Marker 1 set 2. 5 bola	

Gambar 32. Variasi latihan ke-3 dan 4
Sumber : Dokumen Pribadi

37



3. Sesi latihan yang ke-5 dan 6

TUJUAN LATIHAN		
Positioning / Penempatan posisi		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Penjaga Gawang harus berkonsentrasi terhadap perintah Pelatih Penjaga Gawang akan bergeser untuk menangkap bola setelah ada perintah dari pelatih.	Membaca arah bola Konsentrasi
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Marker 1 set 2. 5 bola	
TUJUAN LATIHAN		
Diving to save/ Menjatuhkan badan bola sedang dan tinggi		
Variasi Latihan	Regulasi :	Coaching Point :
	Penjaga gawang geser dan menjatuhkan cone yang sudah di pasang Geser kembali dan siap melakukan tangkapan bola atas	Jari-jari tangan dibuka Timing membaca arah bola Langkah / geser
Organisasi :	Alat yang digunakan : 1. Cone 10 set 2. 5 bola	

Gambar 33. Variasi Latihan ke-5 dan 6
Sumber : Dokumen Pribadi

38

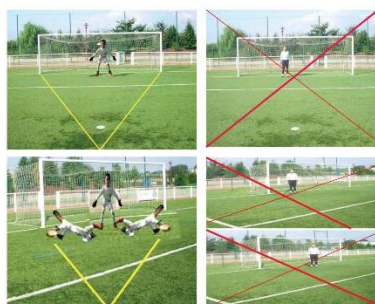


F. Kesalahan-Kesahan Pada Penjaga Gawang

Kesalahan-kesalahan umum yang sering terjadi pada penjaga gawang KU 10 antara lain :

1. Positioning

Kiper dapat membuat penyelamatan baik bahkan dengan posisi yang buruk, tapi jelas tugas lebih mudah jika posisi yang tepat. Setiap penyelamatan membutuhkan posisi tertentu, apa pun situasi di lapangan.



Gambar 34. Kesalahan Positioning Penjaga Gawang
Sumber : Dokumen Pribadi

39



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas

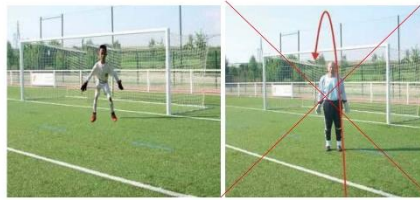


Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21



Gambar 35. Kesalahan *Positioning* Penjaga Gawang
Sumber : Dokumen Pribadi

Kesalahan

- Posisi kiper tidak berada di tengah gawang /diantara tiang.
- Kiper tidak maju beberapa langkah untuk menutup ruang.
- Kiper tidak berada dalam posisi siap
- Kiper tidak menutup ruang agar terlihat sempit ketika 1 vs 1

40

2. Kesalahan Saat Menerima Bola di Permukaan

Kebanyakan kesalahan yang terjadi saat menerima bola di atas permukaan lapangan oleh penempatan tubuh dan kaki yang tidak sempurna. Penting bagi penjaga gawang untuk menempati posisi secepat mungkin dan bersiap-siap untuk menerima bola sebelum bola datang (Luxbacher, 2011: 130).

- Penjaga gawang berusaha untuk melakukan *standing save* tapi bola menggelinding dari tangan, melewati sela kaki, dan masuk ke dalam gawang.
- Saat melakukan *standing save* atau *kneling save* (menyelamatkan bola dengan berlutut), mencoba menangkap bola dan bukannya menyambut bola, bola memantul dari tangan ke depan arah gawang.
- Gagal merapatkan lengan bawah di bawah bola saat menerima bola, bola akan menyelip di sela tangan dan masuk ke gawang.

41



Gambar 36. Kesalahan-kesalahan Saat Menerima Bola di Permukaan
Sumber: Dokumen Pribadi

42

3. Kesalahan yang terjadi saat menerima bola atas

Kesalahan-kesalahan yang terjadi saat menerima bola dari atas biasanya dikarenakan oleh penempatan tangan atau tubuh yang tidak sempurna, pengaturan waktu lompatan yang tidak tepat, atau keduanya.

- Ketika bola dengan ketinggian sedang penjaga gawang menangkap bola dengan tangan menyebabkan gagal memegang bola dan memantul dari tangan sehingga bola tidak bisa dikontrol.
- Ketika bola dengan ketinggian dada atau kepala dengan tangan yang tidak rapat dapat membuat bola menyelip di sela tangan.
- Menerima bola dengan ujung jari, bukan dengan telapak tangan bisa menyebabkan bola itu memantul dari tangan anda tidak bisa di kontrol.
- Pada saat bola tinggi dorongan tangan dan kaki yang tidak jauh ke atas dalam satu gerakan bisa menyebabkan gagal menangkap bola pada titik tertinggi.
- Pada saat datangnya bola tinggi salah memperkirakan jalur gerakan bola bisa melewati kepala dan bola bisa masuk ke gawang.

43



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (Receiving ball)

a. Menangkap bola di depan kepala (Catching the ball in front of the head)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (Receiving medium height ball)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**



Gambar 37. Kesalahan-kesalahan Saat Menerima bola atas
Sumber: Dokumen Pribadi

44

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**

G. Hasil Penelitian

Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas latihan adalah dengan melakukan inovasi mengenai apa yang akan diajarkan. Agar latihan berjalan dengan lancar dan variatif diperlukan media latihan.

Dalam pengembangan, penyusunannya harus memenuhi validitas ahli materi, ahli media dan uji coba skala kecil dan besar. Sehingga diharapkan dapat menghasilkan buku yang tervalidasi. Dan atlet dapat mengetahui cara melakukan pengenalan teknik dasar penjaga gawang (*goalkeeper*) dengan baik dan benar.

a. Ahli Materi

Hasil penilaian ahli materi terhadap draf awal menunjukkan penilaian ahli materi terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Penilaian Ahli Materi

No	Tahap	Skor Riil	Skor Maks	Persentase	Kategori
1	Tahap I	43	55	78,18	Baik/ Layak
2	Tahap II	51	55	92,73	Sangat Baik/ Sangat Layak

Sumber : Dokumen Pribadi

45

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**

Tahap I persentase sebesar 78,18% masuk dalam kategori baik/ layak, selanjutnya setelah direvisi dilakukan penilaian pada Tahap II persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak.

Berdasarkan penilaian pakar/ahli materi masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak, kemudian saran dan masukan ahli materi pada validasi draf awal direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli materi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun, yang dibuat telah sangat layak untuk diujicobakan pada skala kecil maupun skala besar berdasarkan angket yang sudah diisi oleh ahli materi.

Keterangan :

- SB : Sangat Baik
- B : Baik
- C : Cukup
- K : Kurang
- SK : Sangat Kurang

46

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**

PENILAIAN AHLI MATERI									
VALIDASI AWAL					VALIDASI ULAH				
No	Aspek	Indikator	SB	B	C	K	SK	Skor	
1	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
2	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
3	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
4	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
5	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
6	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
7	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
8	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
9	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
10	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
11	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
12	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
13	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
14	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
15	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
16	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
17	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
18	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
19	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
20	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
21	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
22	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
23	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
24	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
25	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	
		10. Kejelasan materi	X					5	
26	Kejelasan materi	1. Kejelasan materi	X					5	
		2. Kejelasan materi	X					5	
		3. Kejelasan materi	X					5	
		4. Kejelasan materi	X					5	
		5. Kejelasan materi	X					5	
		6. Kejelasan materi	X					5	
		7. Kejelasan materi	X					5	
		8. Kejelasan materi	X					5	
		9. Kejelasan materi	X					5	



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartrainin dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (Receiving ball)

a. Menangkap bola di depan kepala (Catching the ball in front of the head)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamanakannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (Receiving medium height ball)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya kesalah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10

PENILAIAN AHLI MEDIA

VALIDASI ke-1						VALIDASI ke-2							
No	Aspek yang dinilai	SB	B	C	K	No	Aspek yang dinilai	SB	B	C	K		
1	Ketersajian penulisan warna cover				X	1	Ketersajian penulisan warna cover				X		
2	Ketersajian penulisan warna tulisan pada cover				X	2	Ketersajian penulisan warna tulisan pada cover				X		
3	Ketersajian penulisan cover				X	3	Ketersajian penulisan cover				X		
4	Jenis huruf yang digunakan				X	4	Jenis huruf yang digunakan				X		
5	Bahan kertas buku tulis, ket. Paper 70gsm				X	5	Bahan kertas buku tulis, ket. Paper 70gsm				X		
6	Jumlah halaman sesuai				X	6	Jumlah halaman sesuai				X		
7	Ukuran buku tulis sesuai				X	7	Ukuran buku tulis sesuai				X		
8	Ukuran gambar				X	8	Ukuran gambar				X		
9	Kepitikan gambar				X	9	Kepitikan gambar				X		
10	Tekstur gambar dengan materi				X	10	Tekstur gambar dengan materi				X		
11	Ketersajian warna				X	11	Ketersajian warna				X		
12	Jenis huruf yang digunakan				X	12	Jenis huruf yang digunakan				X		
13	Ukuran huruf yang digunakan				X	13	Ukuran huruf yang digunakan				X		
14	Kategori link teks				X	14	Kategori link teks				X		
15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca				X	15	Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca				X		
Jumlah		40					Jumlah		40				
Rata-rata		56,7					Rata-rata		83,3				

Gambar 39. Hasil Penilaian Ahli Media
Sumber: Dokumen Pribadi

c. Uji Coba Skala Kecil

Uji coba skala kecil dalam penelitian ini dilakukan di SSB Real Madrid UNY. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 10 orang dan atlet yang berjumlah 15 atlet. Proses yang pertama yaitu pelatih dan atlet dijelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Selanjutnya pelatih dan atlet memberikan penilaian dan saran terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Data hasil uji coba skala kecil hasil penilaian pelatih dan atlet.

49

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10

terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut.

Hasil penilaian pelatih terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Penilaian Pelatih uji coba skala kecil

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	143	200	71,50	Baik/Layak
Desain	422	600	70,33	Baik/Layak
Penggunaan	112	150	74,67	Baik/Layak
Rata-rata	677	950	72,17	Baik/Layak

Sumber : Dokumen Pribadi

Dari penilaian pelatih terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun masuk dalam kategori baik, kemudian jika ada saran dan masukan dari uji coba skala kecil direvisi sesuai dengan hasil penilaian ahli.

Sedangkan Hasil penilaian atlet terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Penilaian Atlet uji coba skala kecil

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	219	300	73,00	Baik/Layak
Desain	674	900	74,89	Baik/Layak
Penggunaan	176	225	78,22	Baik/Layak
Rata-rata	1146	1425	73,37	Baik/Layak

Sumber : Dokumen Pribadi

50

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10

d. Uji Coba Skala Besar

Setelah dilakukan uji coba skala kecil dan telah dilakukan revisi terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun.

Uji coba skala besar dalam penelitian ini dilakukan di SSB Baturetno, SSB Garuda Muda, SSB Muntuk United, dan SSB Sinar Mataram. Uji coba dilakukan dengan pelatih yang berjumlah 15 orang dan atlet yang berjumlah 20 atlet.

Proses yang pertama yaitu pelatih dan atlet dijelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Selanjutnya pelatih dan atlet memberikan penilaian dan saran terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun.

Hasil penilaian pelatih terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Penilaian Pelatih uji coba skala besar

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	241	300	80,50	Baik/Layak
Desain	723	900	80,33	Baik/Layak
Penggunaan	182	225	80,90	Baik/Layak
Rata-rata	1146	1425	80,52	Baik/Layak

Sumber : Dokumen Pribadi

51

BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG K-U 10

Pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 80,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 80,33% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 80,90% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak. dari penilaian uji coba skala besar terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk digunakan pada proses latihan.

Sedangkan Hasil penilaian atlet terhadap buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Penilaian Atlet uji coba skala besar

Aspek	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	336	400	84,00	Baik/Layak
Desain	1002	1200	83,50	Baik/Layak
Penggunaan	244	300	81,33	Baik/Layak
Rata-rata	1146	1425	82,94	Baik/Layak

Sumber : Dokumen Pribadi

pada aspek kualitas materi dengan persentase sebesar 84,00% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, pada aspek isi persentase sebesar 83,50% masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, dan pada aspek penggunaan persentase sebesar 81,33%.

52



Gambar 13. Posisi Siap-Wide Angle
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

d. Posisi Siap-Keeper Sweeper (bola tidak dalam jangkauan)

Jadi posisi siap merupakan awalan atau persiapan bagi penjaga gawang untuk memberikan reaksi yang akan dilakukan terhadap bola yang mengarah ke gawang. Posisi siap penjaga gawang dibagi atas 4 posisi siap, yaitu posisi siap *shoot stopper*, Posisi siap menhadapi umpan, silang, posisi siap *keeper sweeper* dan *wide angle*.

18



Gambar 14. Posisi Siap - bola tidak dalam jangkauan
Sumber : Torwartraining dan Dokumen Pribadi

2. Mengamankan bola (*Receiving ball*)

a. Menangkap bola di depan kepala (*Catching the ball in front of the head*)

Jadi apabila bola yang datang ke arah penjaga gawang dengan ketinggian dada dan kepala penjaga gawang teknik yang tepat untuk mengamankannya yaitu dengan langsung menangkap bola dengan kedua tangan ketika menangkap bola posisi jari-jari seperti huruf "W". Berdasarkan penjabaran di atas, untuk mengamankan bola yang datang dengan ketinggian antara dada dan kepala, penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan langsung mengarahkan bola ke arah dada, agar bola

19

benar-benar aman dipelukkan penjaga gawang. Untuk bola dengan ketinggian antara dada dan kepala penjaga gawang bisa mengamankan bola dengan cara langsung menangkap bola dengan kedua tangannya.



Gambar 15. Keterampilan menangkap bola di depan kepala
Sumber : Dokumen Pribadi

b. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang (*Receiving medium height ball*)

Posisi seperti ini, dapat membantu penjaga gawang untuk mengamankan bola yang bergerak datar menuju ke arah badan penjaga gawang. Dalam posisi berlutut, badan, telapak tangan dan lengan harus menghadap jalannya bola. Saat menangkap

20

bola lengan berada di depan kaki dengan siku berdekatan sehingga bola tidak terlepas



Gambar 16. Mengamankan bola dengan ketinggian sedang
Sumber : Dokumen Pribadi

c. Menangkap bola memantul dengan satu lutut ditekuk

Teknik ini digunakan ketika menangkap bola yang bergulir di atas lapangan dan pada saat bola memantul, umumnya digunakan pada bola yang bergerak relatif cepat. Untuk melakukan teknik ini penjaga gawang harus bergerak cepat mendekati bola sehingga posisi badan terletak antara gawang dan bola. Posisi tubuh yang tepat adalah hal yang utama. Ketika bola mendekati penjaga gawang, penjaga gawang menurunkan badannya ke salah satu lutut, lutut yang satu lagi diposisikan di belakang dan dekat dengan tumit. bola yang

21

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**



masuk dalam kategori baik/sangat layak. Dari penilaian pada uji coba skala besar terhadap produk buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dibuat telah layak untuk digunakan pada proses latihan.

53

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**



KESIMPULAN

Buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun yang dikembangkan layak digunakan berdasarkan Penilaian ahli media persentase sebesar 85,33% masuk dalam kategori baik/layak dan penilaian ahli materi persentase sebesar 92,73% masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak.

Buku referensi teknik dasar penjaga gawang (*football goalkeeper*) untuk atlet KU-10 tahun. Tahapannya pengembangan dimulai dari: (1) studi pendahuluan, (2) desain draf awal, (3) validasi draf awal dan revisi, (4) uji coba produk; uji coba skala kecil/revisi dan uji coba skala besar/revisi, dan (6) produk akhir.

Buku ini sudah melalui proses validasi dan uji coba sehingga dengan adanya buku referensi ini dapat dimanfaatkan oleh pelatih maupun atlet sebagai media alternatif proses latihan teknik penjaga gawang, sehingga proses latihan lebih efektif dan menarik

54

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**



DAFTAR PUSTAKA

- Hoek Frans/Torwad. (1996). *Training: Uber.aus demNiederland.*. Herman J. Benning.-3., durchges.aufal-Munchen;Wien ;Zurich:BLV
- Joseph S blatter. (2014). *FIFA Goalkeeper*. Zurich Switzerland.
- Klerks, K. (2019). *Kiper Berevolusi: Cara Cepat Menjadi Kiper Terbaik.*
- Luxbacher, J. A. (2004). *Taktik dan teknik bermain sepakbola* (Agusta Wibawa, ed.). Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Luxbacher, J. A. (2011). *sepakbola edisi kedua :Langkah-langkah Menuju Sukses* (Agusta Wibawa, ed.). Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mulquenn . (2011). *The Complete Soccer Goalkeepe*. Zurich Switzerland.Human Kinetics
- Scheunemann,Timo. (2012). *Kurikulum dan Pedoman dasar Sepakbola Indonesia*.Jakarta:PSSI

55

**BUKU REFERENSI TEKNIK DASAR PENJAGA GAWANG
K-U 10**



BIOGRAFI PENULIS

1. Tentang penulis : Ruli Sofaerih, lahir di Indramayu, 08 Januari 1997


Merupakan mahasiswa Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta. Masuk pada tahun 2016 dan memilih konsentrasi Kepelatihan sepak bola.
2. Pembimbing : Dr.Endang Rini Sukamti, M.S.


Merupakan dosen Pendidikan Kepelatihan di Fakultas Ilmu Keolahragan Universitas Negeri Yogyakarta. Beliau menyelesaikan pendidikan S1 di FIK UNY tahun 1985. Kemudian melanjutkan studinya di Ilmu Keolahragaan UNAIR Surabaya menyelesaikannya di tahun 1992 dan menyelesaikan S3 Prodi Ilmu Keolahragaan di UNESA pada tahun 2016.

Jabatan sekarang sebagai Ketua Jurusan PKL dan Kaprodi PKO FIK UNY selain itu aktif di Organisasi ISORI,PERSANI dan Organisasi di masyarakat. Penelitian, Pemandu Bakat Senam Artistik dan Pendampingan Kelas Khusus Olahraga (KKO)

56