

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK PELATIH  
ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR  
MATARAM**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:

Rizki Adien Umardianto  
NIM. 16602241062

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2021**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK PELATIH  
ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR  
MATARAM**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:

Rizki Adien Umardianto  
NIM. 16602241062

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2021**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK PELATIH  
ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SOLAH BOLA  
SINAR MATARAM**

Oleh:  
Rizki Adien Umardianto  
NIM. 16602241062

**ABSTRAK**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menghasilkan produk pengembangan buku pedoman latihan teknik *juggling* yang dapat digunakan untuk para pelatih sepak bola. Pembuatan buku ini diharapkan dapat digunakan pelatih sebagai media pembelajaran teknik *juggling*.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah Penelitian Riset dan Pengembangan atau *Research and Development* (R&D). Penelitian ini menggunakan langkah-langkah penelitian Sugiyono yang diadaptasi menjadi 10 langkah. Uji coba kelompok kecil dilakukan pada pelatih sepak bola di SSB Sinar Mataram dengan total responden sebanyak 5 pelatih, sedangkan uji coba kelompok besar dilakukan pada pelatih sepak bola di SSB Matra dengan total responden sebanyak 8 pelatih. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan angket. Hasil data yang diperoleh yaitu deskriptif kualitatif dengan skala 4. Data tersebut dimasukkan kedalam kategori: Sangat Tidak Sesuai (1), Tidak Sesuai (2), Sesuai (3), dan Sangat Sesuai (4).

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pengembangan buku pedoman latihan teknik *juggling* dinyatakan layak untuk digunakan sebagai media pembelajaran yang mudah dipahami dan dipelajari. Adapun analisis data validasi ahli materi diperoleh 80% masuk dalam kategori layak, analisis penilaian validasi ahli media diperoleh 90.9% masuk dalam kategori layak. Hasil Analisis uji coba kelompok kecil, terhadap penilaian produk buku diperoleh nilai sebesar 91.7% termasuk dalam kategori layak. Sedangkan hasil analisis uji coba kelompok besar, terhadap penilaian buku pedoman diperoleh nilai sebesar 80.8% termasuk dalam kategori layak. Sehingga seluruh hasil penilaian terhadap produk buku dinyatakan layak untuk digunakan.

**Kata kunci:** *buku pedoman, latihan, teknik, juggling*

# **DEVELOPMENT OF JUGGLING TRAINING MODEL FOR SOCCER COACHES OF SEKOLAH SOLAH BOLA SINAR MATARAM IN AGE GROUP OF 11-12 YEARS OLD**

By  
Rizki Adien Umardianto  
16602241062

## **ABSTRACT**

This research intends to create a product that develops juggling technique training manual so that it can be used for soccer coaches. We hope this book becomes a media for learning juggling techniques.

The method of this research was based on Research and Development (R&D). This study used Sugiyono's research steps which were adapted into 10 steps. Small group trials were conducted on soccer coaches at SSB Sinar Mataram (Sinar Mataram Soccer School) with a total of 5 respondents, while large group trials were conducted on soccer coaches of SSB Matra (Matra Soccer School) with a total of 8 respondents. The research instrument used a questionnaire. The results of the data were obtained were with a scale of 4. The data was included in the categories: Very Unsuitable (1), Unsuitable (2), Suitable (3), and Very Suitable (4).

This research shows that the results of the development of this juggling technique exercise manual are declared worthy of being used as a learning medium that is easy to understand and learn. The results from the material expert validation data are at 80% which is in the suitable category, the results of the media expert validation assessment are at 90.9% which is in the suitable category. In the small group trial, from the results of the assessment of this book product, it gains the score at 91.7% which is included in the suitable category. Then in the large group trials, the results of the assessment of this manual gains the score at 80.8% which is classified as the suitable category. So, from all the results gained, this book product is declared fit to use.

Keywords: manual books, exercises, techniques, juggling

**Keywords:** guidelines books, exercises, techniques, juggling.

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Rizki Adien Umardianto

NIM : 16602241062

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan *Juggling* untuk Pelatih Anak Usia Dini KU 11-12 Tahun di Sekolah Sepak Bola Sinar Mataram” benar-benar karya saya sendiri dan tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan yang lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli.

Yogyakarta, 11 Desember 2020

Yang menyatakan,



Rizki Adien Umardianto

NIM. 16602241062

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK PELATIH  
ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA  
SINAR MATARAM**

Disusun Oleh:

Rizki Adien Umardianto

NIM. 16602241062

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

Yogyakarta, 11 Desember 2020

Mengetahui

Ketua Program Studi



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

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Dr. Or. Mansur, M.S.  
NIP. 195705191985021001

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK PELATIH ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR MATARAM




Disusun Oleh:

Rizki Adien Umardianto

NIM. 16602241062

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta,  
Pada Tanggal 17 Desember 2020

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Or. Mansur, MS. Ketua Penguji		20/1/2021
Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M.Or.		19-1-2021
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd		12-1-2021

Yogyakarta, 20 Januari 2021  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



Dekan,  
Drs. Sumaryanto, M.Kes.  
NIP. 196503011990011001

**MOTTO**

Hari Esok Harus Lebih Baik dari Hari Ini

--Penulis--

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, saya persembahkan karya sederhana ini untuk:

1. Ayah dan Ibu tercinta (Kasmanto dan Dwi Paryani) yang telah memberikan doa restu dan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi.
2. Kakak-kakakku yang tercinta (Ika Widyaningsih, Endri Winarko, dan Khusnulya Perwiradani) serta keponakan saya tercinta (Ghassani Erinka Shanum) yang menjadi motivasi kedua bagi saya yang selalu memberikan semangat, motivasi, serta turut mendoakan saya.
3. Alviati Nur Indah Sari, Abriari Yudha Prabowo, dan Yulvia Miftachurochmah yang telah memberikan doa, bantuan, dukungan, dan motivasi untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
4. Semua yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan penelitian ini

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat-Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan *Juggling* untuk Anak Usia Dini KU 11-12 Tahun di SSB Sinar Mataram” dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidika (S.Pd) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Laporan ini berisi tentang hasil penelitian dan pengembangan penulis terkait model latihan *juggling* yang dikemas dalam media buku pedoman. Semoga yang penulis lakukan menjadikan tambahan ilmu, wawasan, dan pengalaman serta dapat menjadi sumbangan pemikiran bagi semua pihak yang terkait. Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna, karena terbatasnya kemampuan penulis dalam menyusun laporan.

Dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini, penulis memperoleh bantuan yang sangat berarti dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Or. Mansur, MS., Pembimbing Skripsi yang telah dengan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan ilmunya untuk selalu memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis.

2. Bapak. Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or., dan Bapak. Drs. Herwin, M.Pd., selaku validator ahli dalam penelitian ini yang telah memberikan saran dan masukan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
3. Bapak Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or., Pembimbing Akademik yang selalu membimbing selama masa perkuliahan.
4. Ibu Dra. Endang Rini Sukamti, MS., Ketua Jurusan Prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan dukungan dan kebijakannya agar terselesainya tugas akhir skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan dukungan dengan memberikan ijin penelitian.
6. Bapak Prof. Dr. Margana, M.Hum., M.A, selaku Plt. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menempuh jenjang kuliah di Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Klub Sekolah Sepak Bola Sinar Mataram dan Sekolah Sepak Bola Matra, yang telah memberikan izin penelitian untuk terselesainya tugas akhir skripsi ini.
8. Teman-teman PKO A 2016 yang selalu memberikan doa, dukungan, dan motivasi selama 4 tahun masa perkuliahan.

Akhirnya, semoga semua pihak yang telah membantu terselesainya tugas akhir skripsi ini mendapat balasan yang layak dari Tuhan dan semoga tugas akhir skripsi ini menjadi informasi dan bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Desember 2020

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rizki Adien Umardianto', written in a cursive style.

Rizki Adien Umardianto

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan penelitian .....	5
F. Spesifik Produk yang Diharapkan .....	6
G. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat secara Teoritis .....	6
2. Manfaat secara praktis.....	6
H. Asumsi Pengembangan .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>9</b>
A. Hakikat Sepak Bola .....	9
1. Pengertian Sepak Bola.....	9
B. Hakikat Latihan .....	10
1. Pengertian Latihan.....	10
2. Komponen Latihan dalam Permainan Sepak Bola.....	11

3.	Prinsip – Prinsip Latihan .....	14
4.	Tujuan Latihan .....	20
C.	Hakikat Buku.....	21
1.	Pengertian Buku .....	21
2.	Pengembangan Kerangka Buku .....	21
D.	Hakikat Juggling dalam Sepak Bola.....	22
1.	Arti Karakteristik <i>Juggling</i> .....	22
2.	Latihan Juggling .....	23
3.	Keuntungan Juggling terhadap <i>control bola</i> .....	25
E.	Hakikat Usia Dini .....	28
1.	Pengertian Usia Dini .....	28
F.	Penelitian dan Pengembangan.....	30
1.	Pengertian Penelitian dan Pengembangan.....	30
2.	Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan .....	31
G.	Kajian Penelitian yang Relevan .....	32
H.	Kerangka Berpikir .....	34
I.	Pertanyaan_Penelitian .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>		<b>37</b>
A.	Model Pengembangan .....	37
B.	Prosedur Pengembangan .....	37
C.	Waktu dan Tempat Penelitian .....	41
D.	Uji Coba Produk.....	41
1.	Subjek Uji Coba Ahli .....	41
2.	Subjek Uji Coba .....	42
E.	Instrumen Pengumpulan Data .....	42
F.	Validasi Instrumen .....	43
G.	Teknik Analisis Data .....	44
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN .....</b>		<b>46</b>
A.	Produk_Awal.....	46
1.	Hasil Validasi .....	46
B.	Revisi_Produk .....	48

1.	Revisi Produk Berdasarkan Ahli Materi .....	49
2.	Revisi Produk Berdasarkan Ahli Media .....	49
C.	Hasil Uji Coba Produk .....	50
1.	Uji Coba-Kelompok Kecil.....	50
2.	Uji Coba Kelompok Besar .....	53
D.	Kajian Produk Akhir .....	56
1.	Produk Akhir .....	56
2.	Pembahasan .....	56
E.	Keterbatasan Penelitian .....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>60</b>
A.	Kesimpulan.....	60
B.	Implikasi dan Hasil Penelitian.....	60
C.	Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>62</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>66</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Juggling</i> Sepak Bola.....	24
Gambar 2. Menyundul Bola.....	27
Gambar 3. Kerangka Berpikir .....	35
Gambar 4. Bagan Langkah-langkah Penggunaan Metode R&D Sumber: Sugiyono (2015:409).....	38
Gambar 5. Buku Pedoman Latihan Teknik <i>Juggling</i> .....	56
Gambar 6. Penambahan Gambar pada Setiap Langkah Teknik <i>Juggling</i> .....	67
Gambar 7. Materi yang dihilangkan.....	68
Gambar 8. Penambahan Nama Dosen Pembimbing pada Halaman Judul.....	69
Gambar 9. Penambahan Nama Dosen Pembimbing pada Kata Pengantar .....	70
Gambar 10. Penambahan Nama Penulis dan SSB pada Pendahuluan .....	71
Gambar 11. Perbaikan Gambar Cone.....	72
Gambar 12. Perbaikan Gambar Marker .....	73
Gambar 13. Penambahan Kutipan.....	74
Gambar 14. Penambahan Bagan pada Sesi Latihan.....	75
Gambar 15. Perbaikan Kecerahan Gambar .....	76
Gambar 16. Dokumentasi Pengambilan Data .....	80

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Variasi Model Latihan oleh Ahli Media .....	43
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Variasi Model Latihan oleh Ahli Materi .....	43
Tabel 3. Kisi-kisi Tanggapan Responden .....	43
Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan .....	45
Tabel 5. Data Hasil Penilaian Ahli Materi .....	46
Tabel 6. Data Hasil Penilaian Ahli Media .....	48
Tabel 7. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil .....	51
Tabel 8. Statistik Aspek Kelayakan Isi Kelompok Kecil .....	51
Tabel 9. Statistik Aspek Tata Bahasa Kelompok Kecil .....	52
Tabel 10. Statistik Aspek Tampilan dan Penggunaan Kelompok Kecil .....	52
Tabel 11. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Besar .....	53
Tabel 12. Statistik Aspek Kelayakan Isi Uji Kelompok Besar .....	54
Tabel 13. Statistik Aspek Tata Bahasa Uji Kelompok Besar .....	55
Tabel 14. Statistik Aspek Tampilan dan Penggunaan Uji Kelompok Besar .....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Materi.....	67
Lampiran 2. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Media .....	69
Lampiran 3. Revisi Uji Kelompok Besar .....	76
Lampiran 4. Tabulasi Data Uji Coba Kelompok Kecil.....	77
Lampiran 5. Tabulasi Data Uji Coba Kelompok Besar .....	78
Lampiran 6. Dokumentasi Pengambilan Data .....	79
Lampiran 7. Surat Pengajuan Pembimbing.....	81
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 9. Surat Permohonan Ahli Materi dan Ahli Media.....	84
Lampiran 10. Surat Keterangan Validasi Ahli Materi dan Ahli Media .....	86
Lampiran 11. Surat Pernyataan Kelayakan Validasi Ahli Materi dan Ahli Media.....	88
Lampiran 12. Angket Validasi Ahli Materi dan Ahli Media .....	90
Lampiran 13. Angket Uji Coba Kelompok Kecil .....	95
Lampiran 14. Angket Uji Coba Kelompok Besar .....	98

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat di seluruh penjuru dunia. Permainan sepak bola dapat dimainkan oleh semua kalangan usia. Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari semua kalangan baik tua maupun muda, bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan. Hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepak bola. Seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mengetahui tentang keberadaan olahraga ini (Nugraha, 2013: 9). Sepak bola masuk ke Indonesia dibawa oleh bangsa Belanda pada tahun 1920. Berkembangnya sepak bola di Indonesia ditandai dengan berdirinya Persatuan Sepak bola Seluruh Indonesia (PSSI) pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta.

Permainan sepak bola dimainkan secara beregu yang terdiri dari sebelas pemain, salah satu pemain merupakan penjaga gawang. Tujuan dari permainan sepak bola yaitu mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Santoso (2014: 42) bahwa “sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menyepak bola, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”. Permainan sepak bola boleh dilakukan menggunakan

seluruh anggota tubuh selain tangan. Akan tetapi, terkecuali bagi penjaga gawang diperbolehkan untuk menggunakan tangan.

Pada permainan sepak bola terdapat berbagai macam teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Teknik-teknik dasar tersebut harus dilatih guna mendukung permainan yang lebih baik. Teknik-teknik dasar dalam permainan sepak bola ada beberapa macam, yaitu menendang (*Shooting*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merebut (*tackling*), lemparan ke dalam (*throwin*), dan menimang-nimang (*Juggling*).

Dalam sepak bola ada salah satu teknik yang harus dikuasai oleh pemain sepak bola yaitu *juggling*. *Juggling* sepak bola adalah suatu cara yang cocok untuk meningkatkan kemampuan mengontrol bola. Hal ini akan membuat pemain merasakan perkenaan dengan bola yang tepat, seberapa kekuatan yang diperlukan untuk meredam datangnya bola menuju pemain tersebut sehingga bola tetap dalam penguasaannya. Saat melakukan *juggling* maka seorang pemain sepak bola melatih dirinya untuk nyaman memainkan bola sehingga dapat segera mengolah bola tersebut untuk dioperkan pada rekannya.

Teknik dasar *juggling* harus di kuasai oleh para pemain sepak bola. Menimang bola (*juggling*) harus dilatih kepada pemain sejak usia dini. Latihan *juggling* yang sudah diajarkan kepada pemain sejak usia dini membuat semakin mahirnya dalam mengontrol bola. Anak usia dini yang mempunyai kemampuan motorik yang sama bagus dapat melakukan *juggling* dengan baik,

sebab kemampuan motorik yang bagus adalah modal bagi anak untuk menunjang kemampuan permainan sepak bola.

Pembibitan atlet sebaiknya dilakukan sejak usia dini, karena untuk menjadi atlet yang berprestasi membutuhkan waktu yang lama. Fase usia 10-13 tahun sering disebut sebagai usia emas untuk belajar (*golden age of learning*). Sedangkan pada usia 11-12 tahun merupakan usia yang tepat untuk mengembangkan keterampilan anak dalam bermain sepak bola. Usia 11-12 tahun anak harus diberikan bekal latihan teknik-teknik dasar yang tepat agar mampu mengembangkan dan membuat variasi bermain sepak bola yang baik. Pada usia 11-12 tahun anak perlu diikutkan dalam sebuah klub sepak bola untuk meningkatkan *skill* anak dan kemampuan tentang sepak bola.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada latihan sepak bola anak usia dini di SSB Sinar Mataram Yogyakarta yang dijadikan tempat objek penelitian, dilihat bahwa anak atau pemain KU 11-12 tahun sangat menguasai teknik *passing* dan *dribbling* karena ketika latihan sering diberikan materi kedua teknik tersebut. Sedangkan teknik *juggling* masih kurang dikuasai oleh anak atau pemain KU 11-12 tahun di SSB Sinar Mataram Yogyakarta karena kurang terariknya teknik *juggling* bagi anak. Hal ini ditunjukkan pada saat latihan maupun pertandingan anak-anak masih belum bisa mengontrol bola ketika menerima umpan maupun ketika menguasai bola. Kontrol bola adalah salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola. Setiap pemain sepak bola harus memiliki teknik kontrol bola supaya dapat menguasai bola dengan baik. Kontrol bola juga dapat dilatih dengan cara melakukan *juggling*. Maka dari itu

apabila pemain kurang menguasai teknik *juggling* akan berpengaruh terhadap kontrol bola. Kurangnya penguasaan teknik *juggling* dikarenakan waktu latihan yang kurang cukup dan metode latihan yang kurang variatif. Selain itu, kurangnya ketertarikan pemain dalam latihan *juggling* juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan pemain kurang menguasai teknik *juggling*. Kemampuan *juggling* yang kurang dapat mempengaruhi performa pemain ketika pertandingan. Pelatih dalam meningkatkan kemampuan teknik *juggling* atlet/pemain sepak bola anak usia dini dapat ditunjang menggunakan media pembelajaran lain di luar latihan yaitu dengan cara membaca pedoman atau buku model pengembangan latihan *juggling* untuk mendukung pemahaman teknik *juggling* secara teori.

Maka dari itu peneliti ingin membuat model pengembangan latihan *juggling* untuk anak usia dini dalam bentuk buku tentang tata cara melakukan *juggling*. Produk ini diharapkan dapat membantu pelatih untuk mengembangkan latihan *juggling* karena disamping mendapatkan penjelasan dari pelatih pemain juga dapat membaca buku untuk menambah referensi tentang teknik *juggling*. Serta, supaya pemain dapat lebih mudah menguasai teknik *juggling*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka terdapat identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Kurangnya model pengembangan latihan *juggling* untuk anak usia dini KU  
11-12 tahun

2. Para pelatih rata-rata belum mempunyai pedoman buku tentang *juggling* KU 11-12 tahun
3. Belum dimaksimalkannya pemberian latihan *juggling* bagi anak usia dini KU 11-12 tahun.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti tidak meneliti semua masalah yang ada. Peneliti memberikan batasaan masalah. Pada penelitian ini hanya dibatasi pada model pengembangan latihan *juggling* untuk pelatih anak usia dini KU 11-12 tahun di SSB Sinar Mataram dalam bentuk buku pedoman.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penelitian ini dapat dirumuskan permasalahannya yaitu:

1. Bagaimana model pengembangan latihan *juggling* untuk pelatih anak usia dini KU 11-12 tahun?
2. Bagaimana kelayakan produk buku pengembangan latihan *juggling* untuk pelatih anak usia dini KU 11-12 tahun?

### **E. Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tentang model pengembangan latihan *juggling* untuk pelatih anak usia dini KU 11-12 tahun.

2. Untuk mengetahui kelayakan produk buku pengembangan latihan *juggling* untuk melatih anak usia dini KU 11-12 tahun.

#### **F. Spesifik Produk yang Diharapkan**

Spesifik produk yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu:

1. Buku latihan *juggling* ini disajikan dalam bentuk buku ukuran sedang memuat materi yang cukup spesifik dengan penyajian yang lebih menarik, praktis, komperhensif, dan mudah dipahami.
2. Buku latihan *juggling* ini dapat digunakan pelatih diluar waktu latihan.
3. Buku latihan *juggling* dapat dibaca pemain anak usia dini untuk menambah referensi.
4. Buku berukuran A5 menggunakan font 12 *Bodoni MT*.
5. Jenis *cover ivory* 190 gr yang di laminasi *glossy* dan isi *HVS* 100 gr.

#### **G. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat secara Teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap para pelatih dan atlet sepak bola dalam menambah wawasan tentang latihan teknik *juggling*
  - b. Bagi mahasiswa penelitian ini diharapkan mampu bermanfaat sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan memberikan sumbangan pengetahuan khususnya tentang teknik *juggling*.
2. Manfaat secara praktis
  - a. Bagi Atlet

Atlet mendapatkan media belajar yang baru, praktis, dan efektif yang dapat meningkatkan motivasi latihan.

b. Bagi Pelatih.

Buku latihan *jugling* dapat digunakan sebagai tambahan referensi melatih sepak bola pada sesi latihan.

c. Bagi Klub

- 1) Menawarkan referensi buku pedoman bagi pelatih dalam melatih anak didiknya.
- 2) Dapat menyumbangkan media pembelajaran sebagai upaya peningkatkan semangat berlatih atlet.

d. Bagi Peneliti

- 1) Menambah wawasan dan pengalaman mengkaji dalam ilmu melatih anak usia dini.
- 2) Menjadi motivasi untuk mengembangkan lebih lanjut tentang buku yang berkaitan dalam melatih anak usia dini.
- 3) Menambah pengetahuan dan penerapan *research & development* dalam proses pembelajaran.

## **H. Asumsi Pengembangan**

Asumsi pengembangan media pembelajaran berbentuk buku latihan *jugling* sebagai berikut:

- 1) Buku latihan *jugling* digunakan sebagai media pembelajaran alternatif oleh para pelatih.

2) Penggunaan buku sebagai media yang baik, praktis, dan komprehensif untuk para pelatih. Menggunakan bahasa yang mudah di pahami dan gambar yang jelas diharapkan dapat memberikan motivasi dan wawasan untuk para pelatih.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Hakikat Sepak Bola**

##### 1. Pengertian Sepak Bola

Arne Pettersen (2015:1) menyatakan “*soccer is one of the most popular among youth worldwide, with an increasing number of young female players*” artinya sepak bola adalah salah satu olahraga paling populer di kalangan generasi muda di seluruh dunia, dengan peningkatan jumlah pemain muda wanita. Sedangkan, menurut Yiannis Michailidis (2013:1) menyatakan “*soccer is the most popular sport the world with millions of people involved in amateur and professional level*” artinya sepak bola adalah salah satu olahraga paling populer di dunia dengan jutaan orang yang terlibat baik tingkat amatir dan tingkat profesional. Sepak bola adalah permainan beregu, yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang (Setya Rahayu dan Wahyu Hidayat, 2015:11).

Sepak bola adalah cabang olahraga yang dimainkan dua tim dan satu timnya terdiri dari 11 pemain termasuk satu orang penjaga gawang. Setiap pemain boleh memainkan bola menggunakan anggota tubuhnya kecuali bagian tangan. Hampir semua pemain memainkan dengan keterampilan kaki, terkecuali penjaga gawang yang memainkan bola menggunakan semua anggota badannya dengan kaki maupun tangan. Adapun tujuan masing-masing tim atau regu adalah berusaha memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha menghalau bola masuk ke gawang sendiri. Permainan dilakukan

dalam 2 babak setiap babak berdurasi 45 menit. Antara babak pertama dan babak kedua diberi waktu istirahat, setelah itu permainan dilanjutkan ke babak kedua kemudian dengan pertukaran tempat bertahan.

## **B. Hakikat Latihan**

### **1. Pengertian Latihan**

Pengertian latihan yang berasal dari kata *exercise* adalah perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi organ tubuh manusia sehingga mempermudah atlet dalam penyempurnaan gerakan selama dalam kegiatan proses berlatih melatih agar dapat menguasai keterampilan gerak cabang olahrganya selalu dibantu dengan menggunakan berbagai peralatan pendukung (Mylsidayu dan Kurniawan, 2015:47). *Exercise* adalah perangkat utama dalam proses latihan harian untuk meningkatkan kualitas fungsi sistem organ tubuh manusia.

Latihan merupakan suatu proses pengulangan kegiatan fisik yang disusun secara sistematis dengan adanya peningkatan beban berupa rangsangan (stimulus) yang nantinya bisa diadaptasikan oleh tubuh melalui pendekatan ilmiah yang berdasarkan pada prinsip latihan untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional tubuh, dan kualitas psikis (Kresnayadi, 2016).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa latihan merupakan bagian penting bagi seorang atlet. Tugas utama dalam latihan adalah menggali, menyusun, dan mengembangkan konsep berlatih dan melatih

dengan memadukan antara pengalaman praktis dan pendekatan keilmuan, sehingga proses berlatih dan melatih dapat berlangsung tepat, cepat, efektif, dan efisien.

## 2. Komponen Latihan dalam Permainan Sepak Bola

### a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik ada dua yaitu :

#### a) Kondisi Fisik Umum

Kondisi fisik umum merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan potensi tubuh yang terdiri dari kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelenturan. Menurut Sugiyanto (dalam Dwi Hartanto,2014:10), kemampuan fisik adalah kemampuan memfungsikan organ-organ tubuh dalam melakukan aktivitas fisik.

#### b) Kondisi Fisik Khusus

Kondisi fisik khusus merupakan kemampuan yang berkaitan dengan cabang olahraga tertentu. Kemampuan kondisi fisik khusus menunjukkan setiap cabang olahraga memiliki cara melatih fisik tertentu. Latihan fisik yang tepat sangat mempengaruhi tingkat penampilan seseorang pemain sepak bola. Untuk mendukung kemampuan lainnya, setiap pemmain harus memiliki kondisi fisik yang prima dan baik.

Kondisi fisik merupakan kemampuan seseorang melakukan pekerjaan atau aktivitas yang berat maupun ringan dengan melibatkan fungsi organ-organ tubuh.

b. Teknik

Teknik dasar adalah teknik yang harus dikuasai seseorang pemain untuk dapat bermain sepak bola. Ada beberapa teknik dasar sepak bola yaitu menendang (*Shooting*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merebut (*tackling*), lemparan ke dalam (*throwin*), dan menimang-nimang (*Juggling*).

Menurut Nawan Perimasoni (2017:11) mengemukakan teknik adalah cara seseorang melakukan atau mengaplikasikan sebuah gerakan. Dalam sepak bola ada banyak teknik yang harus dipelajari semakin baik dan halus teknik semakin baik pula seseorang melakukan gerakan sesuai dengan kemauannya. Dengan teknik yang sangat beragam diperlukan latihan secara bertahap. Mulai dari sederhana ke yang lebih kompleks.

Teknik dasar sepak bola merupakan keterampilan ataupun kemampuan yang dimiliki seorang pemain untuk melakukan gerakan yang berhubungan dengan sepak bola (Haugen, Tonnessen, Hisdal, & Seiler, 2014).

c. Taktik

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2020), taktik adalah rencana atau tindakan yang bersistem untuk mencapai tujuan. Taktik

selalu berubah-ubah sesuai dengan lawan yang dihadapi dan kemampuan timnya. Primasoni & Sulistyono (2016: 29) mengemukakan bahwa taktik adalah pemikiran bagaimana menang melawan tim lawan terlepas dari komponen teknik, fisik, dan mental. Menurut Clive Gifford dalam buku Primasoni dan Sulistyono (2016:29-30) taktik adalah bagaimana cara mengatur anggota tim saling bekerjasama untuk mengalahkan lawan. Berhasilnya setiap pemain dalam memecahkan persoalan taktik akan menambah berhasilnya situasi untuk memecahkan rencana taktik dari tim itu secara keseluruhan.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa taktik adalah suatu pola strategi selama pertandingan berlangsung yang dibuat atau diciptakan dalam satu tim untuk menggapai suatu kemenangan.

#### d. Mental

Latihan mental adalah suatu program pelatihan yang disusun serta dirancang dengan sistematis agar atlet dapat menguasai dan juga dapat mempraktikkan keterampilan mental yang berguna untuk meningkatkan kinerja dalam melakukan aktivitas olahraga untuk memperoleh keberhasilan (Dimyati 2018: 54-55).

Salah satu bentuk latihan mental adalah mental imajeri (*mental imagery*). *Imagery* merupakan merupakan salah satu teknik atau metode latihan keterampilan mental yang harus dikuasai oleh atlet. Latihan *imagery* terbukti memberikan manfaat kepada atlet untuk menciptakan

kembali pengalaman gerak di dalam otaknya, sehingga atlet memungkinkan untuk menampilkan pola gerak tersebut dengan baik. Prosesnya terjadi dengan cara mengamati, memperhatikan, dan membayangkan pola gerak tertentu dan mengingat-ingat pola gerak tersebut di dalam otaknya (Komarudin, 2016: 85).

Hal ini akan membuat pemain sepak bola secara otomatis akan melihat dirinya melakukan sesuatu melalui proses visualisasi yang dibayangkan olehnya. Selain latihan *mental imagery* atlet juga dapat mengembanangkan keterampilan yang telah dikuasai ataupun keterampilan gerak baru.

### 3. Prinsip – Prinsip Latihan

Pada dasarnya latihan yang dilakukan pada setiap cabang olahraga harus mengacu dan berpedoman pada prinsip-prinsip latihan. Proses latihan yang menyimpang sering kali mengakibatkan kerugian bagi atlet maupun pelatih. Prinsip-prinsip latihan memiliki peranan penting terhadap aspek fisiologis dan psikologis olahragawan, dengan memahami prinsip-prinsip latihan akan mendukung upaya dalam meningkatkan kualitas latihan. Menurut Harsono (2015: 51) menyatakan dengan pengetahuan tentang prinsip-prinsip training tersebut atlet akan lebih cepat meningkatkan prestasinya oleh karena akan lebih memperkuat keyakinannya akan tujuan-tujuan sebenarnya dari tugas-tugas serta latihan-latihannya.

Budiwanto (2012: 17) menyatakan bahwa prinsip-prinsip latihan meliputi: prinsip beban bertambah (*overload*), prinsip spesialisasi (*specialization*), prinsip perorangan (*individualization*), prinsip variasi (*variety*), prinsip beban meningkat bertahap (*progressive increase of load*), prinsip perkembangan multilateral (*multilateral development*), prinsip pulih asal (*recovery*), prinsip reversibilitas (*reversibility*), menghindari beban latihan berlebih (*overtraining*), prinsip melampaui batas latihan (*the abuse of training*), prinsip aktif partisipasi dalam latihan, dan prinsip proses latihan menggunakan model.

a. Prinsip Beban Lebih (*Overload*)

Budiwanto, 2012: 17) menjelaskan bahwa prinsip beban bertambah (*principle of overload*) adalah penambahan beban latihan secara teratur, suatu sistem yang akan menyebabkan terjadinya respon dan penyesuaian terhadap atlet.

Kesimpulan dari kutipan di atas adalah jika beban bertambah terhadap latihan atlet yang tidak sesuai dengan sebelumnya maka terjadi penyesuaian terhadap tubuh atlet dan akan terjadi meningkatnya daya tahan tubuh atlet.

b. Prinsip Spesialisasi

Bowers dan Fox (dalam Budiwanto, 2012: 17) mengungkapkan bahwa dalam mengatur program latihan yang paling menguntungkan harus mengembangkan kemampuan fisiologis khusus yang diperlukan untuk melakukan keterampilan olahraga atau kegiatan tertentu.

Dalam kutipan di atas menerangkan bahwa dalam olahraga memiliki latihan masing-masing terkadang tidak bisa di samakan di sepak bola juga ada latihan khusus sendiri untuk meningkatkan kemampuan bermain sepak bola.

c. Prinsip Individual (Perorangan)

Rushall & Pyke (dalam Budiwanto, 2012: 17), 23 menerangkan bahwa untuk menentukan jenis latihan harus disusun dengan memperhatikan setiap individu atlet.

Menurut saya dalam kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa seluruh konsep latihan akan diberikan sesuai dengan fisiologi dan karakteristik psikologis atlet sehingga tujuan latihan dapat ditingkatkan secara wajar. Salah satunya contoh dalam melatih seorang laki-laki dan perempuan tidak sama untuk kemampuan biologis juga tidak sama. Perbedaan jenis kelamin juga berperan penting seperti juga memperhatikan kemampuan dan kapasitas seseorang dalam latihan, terutama selama masa pubertas.

d. Prinsip Variasi

Dalam melatih seorang atlet harus memerlukan latihan yang sangat panjang, Hazeldine (dalam Budiwanto, 2012: 17) menjelaskan bahwa latihan membutuhkan waktu yang lama untuk memperoleh adaptasi fisiologis yang bermanfaat, sehingga ada ancaman terjadinya kebosanan dan monoton. Selain seorang pemain harus memiliki kedisiplinan seorang pelatih juga harus menjaga seorang atlet tidak merasa bosan.

Dari kutipan di atas maka dapat di simpulkan latihan suatu aktivitas yang sangat memerlukan waktu yang lama dan jangka waktu yang sangat lama. Tugas pelatih adalah selain mencetak sorang yang berbakat juga membuat variasi latihan yang menarik supaya pemian tidak merasa bosan dan hilang semangat.

e. Prinsip Menambah Beban Latihan secara Progresif

Menurut pendapat Hazeldine (dalam Budiwanto, 2012: 17) program latihan harus direncanakan, beban ditingkatkan secara pelan bertahap, yang akan menjamin memperoleh adaptasi secara benar Pengembangan kemampuan adalah langsung hasil dari banyaknya dan kualitas kerja yang diperoleh dalam latihan.

Kutipan di atas dapat di simpulkan bahwa beban ditambah secara progresif adalah pemain harus menambah jam latihan sendiri secara progresif Dalam keseluruhan latihan. Contohnya *jogging* sore sendiri untuk menambah daya tahan.

f. Prinsip Partisipasi Aktif dalam Latihan

Pelatih melalui kepemimpinan dalam latihan, akan meningkatkan kebebasan secara hati-hati perkembangan atletnya. Atlet harus merasa nyaman terhadap pelatihnya. Selain memberikan suatu progam latihan terhadap seorang pelaih ikut serta dalam latihan tersub untu mengatasi keulita yang dialami pemain. Kesungguhan dan aktif ikut serta dalam latihan akan oleh seorang pelatih secara dapat melihat kemajuan atletnya bersama-sama dengannya.

g. Prinsip Perkembangan Multilateral (*Multilateral Development*)

Pendapat Bompa (dalam Budiwanto, 2013: 27) diungkapkan bahwa perkembangan multilateral berbagai unsur lambat laun saling bergantung antara seluruh organ dan sistem manusia, serta antara proses fisiologi dan psikologis.

Prinsip multilateral akan digunakan pada latihan anak-anak. perkembangan multilateral secara tidak langsung atlet akan menghabiskan semua waktu latihannya hanya untuk program tersebut.

h. Prinsip Pulih Asal (*Recovery*)

Pada waktu menyusun program latihan yang menyeluruh harus mencantumkan waktu pemulihan yang cukup. Pendapat Rushall dan Pyke (dalam Budiwanto, 2012: 17) dikemukakan bahwa faktor paling penting yang mempengaruhi status kesehatan atlet adalah pemilihan rangsangan beban bertambah dengan waktu pulih asal yang cukup diantara setiap melakukan latihan.

Dalam pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip pulih asal (*recovery*) adalah waktu istirahat bagi atlet untuk mengembalikan stamina tubuh di saat melakukan latihan. Jika pelatih memaksakan memberi latihan yang sangat berat pada program latihan untuk beberapa waktu yang berurutan tanpa memberi kesempatan istirahat, maka kemungkinan terjadinya kelelahan hebat (*overtraining*) atau terjadinya cedera. menghilangkan asam laktat dan metabolisme lainnya, serta reoksigenasi myoglobin dan mengganti protein yang telah dipakai.

i. Prinsip Reversibilitas (*Reversibility*)

Kent (dalam Budiwanto, 2012: 17) menjelaskan bahwa prinsip dasar yang menunjuk pada hilangnya secara pelan-pelan pengaruh latihan jika intensitas, lama latihan dan frekuensi dikurangi. Brooks dan Fahey (dalam Budiwanto, 2012: 17) mengemukakan bahwa latihan dapat meningkatkan kemampuan, tidak aktif akan membuat kemampuan berkurang.

Menurut beberapa pendapat di atas dapat di simpulkan disaat atlit menjalankan recovery dan membutuhkan waktu lama maka untuk mengembalikan kondisi keawal akan susah dan membutuhkan latihan dari awal kembali

j. Menghindari Beban Latihan Berlebihan (*Overtraining*)

Kent (dalam Budiwanto, 2012: 17) menjelaskan bahwa overtraining dikaitkan dengan kemerosotan dan hangus yang disebabkan kelelahan fisik dan mental, menghasilkan penurunan kualitas penampilan. Brooks & Fahey (dalam Budiwanto, 2012: 17) menuliskan bahwa overtraining berakibat bertambahnya resiko cedera dan menurunnya kemampuan, mungkin karena tidak mampu latihan berat selama masa latihan.

Dari beberapa pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa *overtraining* adalah kelelahan fisik yang berlebihan yang mengakibatkan performa atlit menurun dan dapat mengakibatkan atlit mengalami cedera.

k. Prinsip Proses Latihan menggunakan Model

Bompa (1994) mengemukakan bahwa dalam istilah umum, model adalah suatu tiruan, suatu tiruan dari aslinya, memuat bagian khusus suatu fenomena yang diamati atau diselidik.

Dalam kutipan di atas dapat di simpulkan latihan menggunakan latihan model Struktur kerja khusus, seperti volume, intensitas, kompleksitas dan jumlah permainan atau periode harus sepenuhnya dipahami

4. Tujuan Latihan

Setiap latihan ataupun program latihan memiliki tujuan tertentu. Tujuan utama pada suatu latihan adalah meningkatkan keterampilan, kemampuan, dan prestasi seorang atlet. Menurut Harsono (2015: 39) bahwa tujuan dan sasaran utama dari latihan ataupun *training* adalah untuk membantu atlet untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Sedangkan sasaran latihan secara umum adalah meningkatkan kemampuan dan kesiapan olahragawan dalam mencapai puncak prestasi. Tujuan dan sasaran latihan ini bersifat jangka panjang maupun jangka pendek. Tujuannya adalah untuk pengayaan keterampilan berbagai gerak dasar dan dasar gerak serta teknik yang benar. Sasaran dan tujuan utamanya langsung diarahkan pada peningkatan unsur-unsur yang mendukung kinerja fisik. Dengan demikian setiap sesi latihan harus mempunyai sasaran dan tujuan yang nyata dan terukur.

## C. Hakikat Buku

### 1. Pengertian Buku

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, buku adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong yang dapat digunakan manusia untuk memperoleh ilmu. Menurut Prastowo (2014: 148-149), Buku merupakan bahan ajar yang berbasis cetak. Bahan cetak (*printed*) adalah sejumlah bahan yang disiapkan dalam kertas, yang berfungsi untuk keperluan pembelajaran atau penyampaian informasi. Dari pendapat di atas disimpulkan bahwa buku merupakan media berisi keterangan yang digunakan sebagai bahan pembelajaran yang lebih efektif dan efisien.

### 2. Pengembangan Kerangka Buku

Menurut Guntur (2017: 9-10) mengembangkan kerangka buku harus sesuai dengan judul buku yang telah ditetapkan. Karena dengan begitu kerangka akan lebih jelas dan tepat pada sasaran sehingga buku dapat terselesaikan dengan baik. Kerangka buku merupakan gambaran pada peta isi buku yang akan ditulis, yang dirancang sebelum penulis memulai menulis. Kerangka ini merupakan garis besar buku yang didasarkan pada pemikiran dan kepada calon pembaca apa yang dijabarkan secara garis besar melalui bab-bab atau bagian-bagian yang merupakan pendukung judul buku.

Hal yang perlu dipertimbangkan pula adalah rambu-rambu penyusunan kerangka, kerangka tulisan harus memperhatikan hal-hal berikut:

- a. Kerangka merupakan gambaran umum isi buku yang berupa judul-judul bab dan sub-bab.

- b. Setiap judul bab dan subnya harus relevan, serta mendukung topik dan judul buku.
- c. Judul-judul bab dan sub-subnya saling mengikat, tetap tidak tumpang tindih (*overlapping*).
- d. Judul-judul bab dan sub-subnya disusun secara kronologis sesuai dengan urutannya secara bertahap, mulai dari bagian yang paling mudah berkembang, sampai ke bagian yang semakin sulit; mulai dari bagian yang paling umum, sampai ke bagian spesifik.
- e. Pengulangan kata atau frasa sebaiknya dihindari agar tulisan tidak membosankan, tetapi terlihat kreatif dan banyak ide.
- f. Judul dan sub-subnya tidak diberi garis bawah, tanda petik dan tanda tanya
- g. Penggunaan istilah-istilah teknis (jargon) yang menyulitkan pembaca perlu dihindari. Sebagai gantinya, gunakanlah istilah umum yang dipakai sehari-hari
- h. Judul bab berupa kata berupa frasa (bukan kalimat) dan ditulis dengan konsisten

#### **D. Hakikat Juggling dalam Sepak Bola**

##### 1. Arti Karakteristik *Juggling*

Iryanto (2013:21) menyatakan bahwa *juggling* dalam sepak bola merujuk pada aktivitas menendang-nendang bola ke atas atau menyundul bola berulang-ulang ke atas. Dalam *juggling* hal yang paling utama adalah

menjaga bola supaya tidak jatuh ke tanah. *Juggling* merupakan teknik latihan sepak bola dalam menguasai, mengontrol dan memainkan bola.

*Juggling* merupakan teknik dasar bermain sepak bola yang dilakukan dengan memantul-memantulkan bola menggunakan kaki, paha, kepala (dahi) bahkan menggunakan dada. Dalam *juggling* yang paling pokok adalah menjaga bola sedemikian rupa, sehingga bola tidak jatuh ke tanah. *Juggling* juga dapat diartikan dengan mempertahankan bola tetap berada di atas udara dengan menggunakan kaki, paha, atau kepala. Menurut Nugraha (2013:92) usaha bola tetap di udara untuk waktu yang selama mungkin tanpa menyentuh dengan tangan atau membiarkan memantul ke tanah.

Berdasarkan pendapat diatas disimpulkan bahwa *juggling* dapat meningkatkan konsentrasi, berfikir tenang, membuat keadaan rileks dan nyaman, dan meningkatkan *ball feeling*. Menurut Soewarno (2001: 7) istilah *ball feeling* atau *ball sense* bukan istilah teknik tetapi dapat digunakan untuk menggambarkan perasaan yang dimiliki pemain terhadap karakteristik bola. Seorang pemain sudah tentu membutuhkan koordinasi yang baik untuk melakukan kontrol terhadap bola. Dalam situasi apapun dibutuhkan ketenangan yang baik dan konsentrasi yang baik.

## 2. Latihan Juggling

*Juggling* sangat sulit dilakukan untuk para pemula. Latihan *juggling* ini sangat penting untuk menunjang permainan sepak bola. Menurut Danny Mielke dalam Imam Munandar (2015:45). “Melakukan *juggling* adalah cara

yang sangat bagus untuk mengembangkan reaksi yang cepat, kontrol bola, dan meningkatkan konsentrasi yang diperlukan agar bisa berperan dengan baik di dalam permainan sepak bola”. Teknik *juggling* dapat dilakukan menggunakan kaki, paha, dan kepala. Gambar 1 merupakan salah satu contoh gerakan *juggling* menggunakan kaki.



Gambar 1. *Juggling* Sepak Bola

Sumber: [www.wikihow.com](http://www.wikihow.com)

Dalam latihan *juggling* juga mengajarkan dalam permainan sepak bola diperlukan penguasaan dan ketenangan diri, seperti dikutip oleh Imam Munandar (2015:46), dengan memiliki penguasaan bola yang baik, maka akan lebih tenang dalam memainkan bola, konsentrasi lebih baik, sehingga gerakan-gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien. Untuk meningkatkan penguasaan bola dengan baik salah satunya dengan latihan *juggling*.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa latihan *juggling* perlu dilakukan terus-menerus secara sistematis hingga mahir, *juggling* juga

membantu suatu pemain meningkatkan konsentrasi dan penguasaan bola saat permainan.

### 3. Keuntungan Juggling terhadap *control bola*

Latihan *juggling* juga memiliki manfaat untuk menunjang kemampuan teknik dasar lainnya dalam permainan sepak bola. Menurut Salim dalam Zaki Akram (2019:14) *juggling* merupakan sebuah keterampilan dalam mengelolah bola, semua teknik dan trik *juggling* mempunyai manfaat dalam olah bola diantaranya adalah meningkatkan sentuhan pertama pada bola, meningkatkan kontrol bola, memberikan keyakinan yang lebih besar ketika menggiring bola, meningkatkan konsentrasi dan membuat anda lebih nyaman dan kompeten saat menerima bola, menimbulkan keindahan pada penonton, membuat seorang pemain lebih akurat dalam melakukan tendangan. Menurut Sucipto, dkk. (2000: 22-27) Bagian kaki yang biasa digunakan untuk menghentikan bola adalah sebagai berikut:

#### a) Mengontrol bola dengan kaki bagian dalam

Mengontrol bola dengan kaki bagian dalam pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah dan bola di udara sampai setinggi paha.

#### b) Mengontrol bola dengan kaki bagian luar

Mengontrol bola dengan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah dan bola di udara sampai setinggi paha.

c) Mengontrol bola dengan punggung kaki

Mengontrol bola dengan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah dan bola di udara sampai setinggi paha.

d) Mengontrol bola dengan telapak kaki

Mengontrol bola dengan telapak kaki pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola yang datangnya menggelinding, bola pantul ke tanah dan bola di udara sampai setinggi paha.

e) Mengontrol bola dengan paha

Mengontrol bola dengan paha pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola di udara sampai setinggi paha.

f) Mengontrol bola dengan dada

Mengontrol bola dengan paha pada umumnya digunakan untuk mengontrol bola di udara sampai setinggi dada

#### 4. *Ball Feeling* terhadap Bola

Menurut Nuryanto Wibowo (2013:41) Latihan *ball feeling* pada dasarnya adalah latihan pengenalan terhadap bola atau sering dikenal dengan penguasaan bola secara penuh dalam keadaan apapun. Bola dikuasai dan tetap dapat dalam jangkauan seorang pemain pada saat dalam permainan. Gambar 5 merupakan gambar salah satu contoh *ball feeling* pada saat melakukan *heading*. Pemain dapat memperkirakan datangnya bola dan waktu yang tepat untuk melakukan lompatan.



Gambar 2. Menyundul Bola

Sumber: Muhajir (2007:28)

Menurut Soewarno dalam Nuryanto Wibowo (2013:43) menjelaskan *ball feeling* adalah sesuatu yang dapat dipelajari/dilatih. *Ball feeling* yang baik adalah sebagai dasar untuk memiliki teknik yang baik. Makin sering atau banyak menyentuh bola atau bermain bola akan meningkatkan *ball feeling* atau *ball sense*.

Salah satu teknik dasar yang dapat dipergunakan untuk melatih kemampuan *ball feeling* pemain adalah teknik *juggling*. Hal ini bisa dipergunakan ketika mengoperkan bola kepada rekan satu tim dalam permainan. Menurut Dermawan dkk dalam Yohanes Sidik Wijaya (2015:24-25), latihan *ball feeling* meliputi menginjak-injak bola menggunakan sol sepatu, *ball feeling* diantara kedua kaki bagian dalam, *ball feeling* menarik bola dengan sol sepatu dan mendorong bola dengan punggung kaki, *ball feeling* dengan sol sepatu bergerak membawa bola ke arah depan dan mundur kembali ke tempat semula, *ball feeling* diantara dua kaki dengan kaki bagian dalam bergerak membawa bola ke arah depan dan mundur kembali ke tempat semula, badan pemain miring/hadap samping kemudian menarik bola ke

samping menggunakan sol sepatu kaki kanan dan kiri, *ball feeling gamerelated* yang terdiri dari aktif dan pasif

## **E. Hakikat Usia Dini**

### **1. Pengertian Usia Dini**

Usia dini hal paling mendasar dalam pertumbuhan dan perkembangan kehidupan manusia. Pada usia dini ditandai dengan periode penting yang fundamental dalam kehidupan anak sampai periode akhir dalam perkembangannya. Menurut Said Junaidi dalam Hutama (2017), pada cabang olahraga sepak bola tahapan pembinaan berdasarkan acuan usia atlet adalah 1) Tahap pemulaan pada usia 10-12 tahun, 2) Tahap spesialisasi pada usia 14-15 tahun, sedangkan 3) Tahap prestasi puncak pada umur 16-24 tahun.

#### **a. Karakteristik Anak KU 11-12 Tahun**

Menurut Trianto (2011:13) setiap anak mempunyai sifat dan keunikan tersendiri, tidak ada sama sekalipun kembar atau sama. Setiap anak terlahir dengan memiliki potensi yang berbeda, memiliki bakat, kelebihan, dan minat tersendiri. Ada anak yang bakat dalam sains atau pelajaran sekolah, menyanyi, menari, adapun yang berbakat dibidang olahraga contohnya sepak bola dan lain-lain. Tidak hanya itu tingkat kecerdasan dan prilaku anak juga beda begitu pula cara belajarnya.

Usia KU 11-12 tahun tergolong dalam usia remaja. Masa remaja merupakan peralihan dari fase anak-anak ke fase dewasa. Dewi (2012: 4) menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun

untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir.

b. Perkembangan Anak KU 11-12 Tahun

1) Perkembangan Jasmani (Fisik dan Motorik)

Pertumbuhan fisik pada setiap anak tidak selalu sama. Ada yang mengalami pertumbuhan secara cepat, ada pula yang lambat. Pada masa kanak-kanak pertambahan tinggi dan pertambahan berat badan relatif seimbang. Perkembangan motorik anak terdiri dari dua, yaitu ada yang kasar dan ada yang halus.

Menurut Endang Rini S (2011:50) pada usia 2-5 tahun merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat terutama saraf dan sistem otot pada usia ini anak diperkenalkan dengan gerak dasar seperti jalan, berlari, lempar, menangkap, menendang, memanjat, dan memukul. Sedangkan usia 6-10 tahun saraf sudah mulai lengkap, fungsi jaringan saraf semakin baik sehingga gerak otot semakin terkontrol dan terkoordinasi. Adapun perkembangan keterampilan motorik halus dapat dilihat pada usia 3 tahun yakni kemampuan anak-anak masih terkait dengan kemampuan bayi untuk menempatkan dan memegang benda-benda. Pada usia 4 tahun, koordinasi motorik halus anak-anak telah semakin meningkat dan menjadi lebih tepat seperti bermain balok, kadang

sulit menyusun balok sampai tinggi sebab khawatir tidak akan sempurna susunannya. Sedangkan pada usia 5 tahun, mereka sudah memiliki koordinasi mata yang bagus dengan memadukan tangan, lengan, dan anggota tubuh lain- nya untuk bergerak.

## 2) Perkembangan Kognitif

Menurut Nawan Primassoni (2017 : 74) pada usia 11-12 tahun merupakan masa yang baik untuk belajar. Anak-anak dapat meningkatkan penampilanya dengan mempertimbangkan kemampuan pola pikir yang didapatnya. Pemecahan masalah yang terjadi di lapangan bisa dipecahkan dengan diskusi dengan teman sekelompoknya. Motivasi berlatih muncul dari dalam diri anak, bahwa latihan merupakan kebutuhan untuk memecahkan masalah yang ada.

## **F. Penelitian dan Pengembangan**

### 1. Pengertian Penelitian dan Pengembangan

Menurut Sugiyono (2011: 333) menyatakan metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi di masyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut. Jadi penelitian dan pengembangan bersifat longitudinal (bertahap bisa multy years). Penelitian Hibah Bersaing, adalah

penelitian yang menghasilkan produk, sehingga metode yang digunakan adalah metode penelitian dan pengembangan.

Menurut Gall dan Borg dalam Emzir (2015:263) mendefinisikan penelitian pengembangan sebagai proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Menurut Nusa & Putra (2012: 72) pengembangan adalah penggunaan ilmu atau penguasaan teknis dalam rangka memproduksi bahan baru atau peralatan, produk dan jasa yang ditingkatkan secara substansial untuk proses system baru, sebelum dimulainya produksi atau aplikasi komersial, atau untuk meningkatkan secara substansial apa yang sudah diproduksi atau digunakan. Kantun (2013:77-78) “penelitian pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk produk yang digunakan dalam pendidikan. Produk yang dihasilkan antara lain : bahan pelatihan untuk guru, materi belajar, media, soal, sistem pengelolaan dalam pembelajaran”.

Berdasarkan beberapa para ahli dapat disimpulkan bahwa penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut yang bertujuan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan maupun non-pendidikan serta untuk memproduksi bahan baru atau peralatan, produk dan jasa yang ditingkatkan secara substansial.

## 2. Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan

Menurut Sugiyono (2016: 297-311), langkah-langkah penelitian dan pengembangan (*R&D*) terbagi menjadi 10 langkah yaitu, Potensi dan masalah,

Pengumpulan data, Desain produk, Validasi desain, Revisi desain, Uji coba produk. Revisi produk, Uji coba pemakaian, Revisi produk, Produksi masal.

## **G. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian ini mengacu pada penelitian sebelumnya, yaitu :

1. Guntur Marta Sima (2017) judul penelitian ini adalah Pengembangan Model Latihan Teknik Lanjutan Sepak Bola Untuk Usia 13-14 Tahun. Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk “pengembangan model latihan teknik lanjutan sepak bola untuk usia 13-14 tahun” yang dapat digunakan oleh siswa atau atlet usia dibawah 14 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah research and Development. Langkah-langkah penelitian ini mengadaptasi dari langkah penelitian Sugiyono yang diadaptasi menjadi 10 langkah. Uji coba kelompok kecil dilakukan terhadap 6 siswa, sedangkan uji coba kelompok besar dilakukan terhadap 14 siswa dan uji efektifitas dengan 18 siswa, 2 pelatih. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah lembar evaluasi, dan angket skala penilaian. Data hasil evaluasi berbentuk deskriptif kualitatif dan kuantitatif presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sistem informasi pengembangan model latihan teknik lanjutan sepak bola untuk usia 13-14 tahun layak digunakan sebagai pedoman buku latihan teknik lanjutan. Hal ini ditunjukkan dari beberapa penilaian yang telah dilakukan oleh ahli materi, ahli media dan uji coba kelompok. Hasil akhir penilaian produk oleh ahli materi menunjukkan bahwa modul pembelajaran dinyatakan “layak” dengan persentase 93% dan hasil akhir penilaian produk oleh ahli media

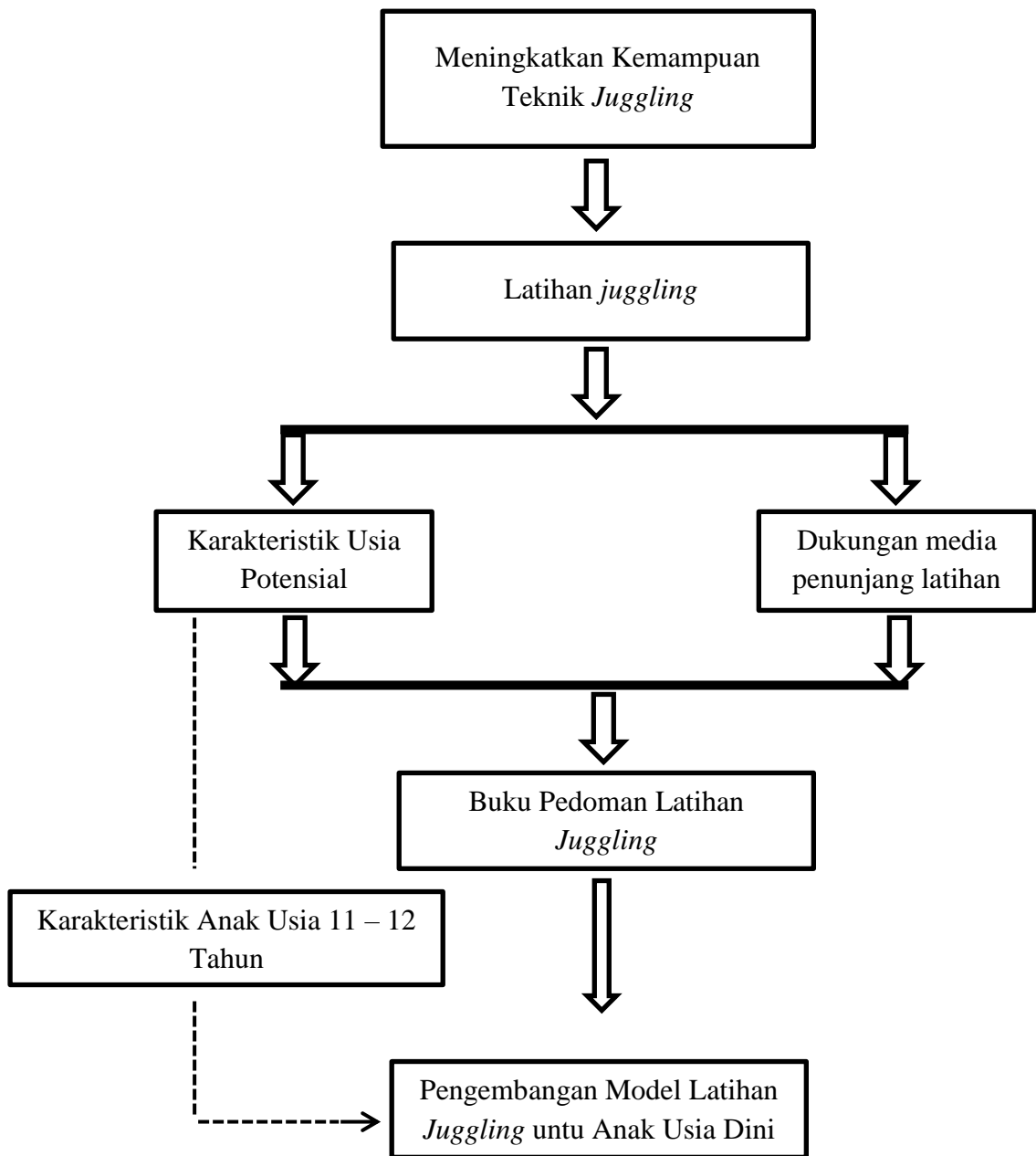
menunjukkan “layak” dengan persentase 95%. Pada hasil uji coba kelompok kecil didapatkan hasil “layak” dengan persentase 79%, dan hasil uji coba kelompok besar diperoleh hasil “layak” dengan persentase 82%. hasil uji efektivitas dengan 85 % hasil “layak”. Sehingga produk buku dan video layak untuk dipergunakan untuk usia 13-14 tahun.

2. Kafung Mikai (2019) judul penelitian ini adalah Pengembangan model latihan teknik dasar sepak bola bagi anak usia 10-12 tahun di sekolah sepak bola. Penelitian ini bertujuan menghasilkan model latihan teknik dasar sepak bola bagi anak usia 10-12 tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) yang layak digunakan. Penelitian pengembangan ini dilakukan dengan mengadaptasi 10 langkah- langkah penelitian pengembangan sebagai berikut: (1) pengumpulan informasi di lapangan dan analisis terhadap informasi yang telah dikumpulkan, (2) mengembangkan produk awal (draf model), (3) validasi ahli dan revisi, (4) ujicoba lapangan skala kecil dan revisi, (5) ujicoba lapangan skala besar dan revisi, dan (6) pembuatan produk final. Uji coba skala kecil dilakukan terhadap 15 siswa SSB usia 10-12 tahun pada SSB Tunas Wijaya Yogyakarta. Uji coba skala besar dilakukan terhadap 30 siswa SSB usia 10 -12 tahun pada SSB Bharata. Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu: (1) pedoman wawancara, (2) skala nilai, (3) pedoman observasi model, (4) pedoman observasi keefektifan model, dan (5) kuesioner untuk siswa. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif kualitatif dan analisis deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian ini berupa model latihan sepak bola

bagi anak usia 10-12 tahun di Sekolah Sepak Bola (SSB) yang berisikan empat model latihan, yaitu: (1) latihan *ball passing*, (2) latihan *ball controll*, (3) latihan *ball feeling*, (4) latihan *cordinationt*.

## **H. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan kajian teori dan penelitian relevan di atas dapat diketahui dalam meningkatkan teknik latihan *juggling* di dukung oleh komponen latihan dalam permainan sepak bola. Latihan *juggling* ini di berikan sejak usia dini. Untuk menunjang latihan *juggling* dapat di dukung dengan media lainnya berupa buku pedoman latihan. Pembuatan buku pedoman latihan *juggling* merupakan salah satu pengembangan model latihan *juggling*. Dari pemamparan diatas maka di buat alur berpikir sebagai berikut:



Gambar 3. Kerangka Berpikir

## **I. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimanakah tingkat kelayakan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” jika dilihat pada masing-masing aspek yang diujikan dalam kelompok skala kecil?
2. Bagaimanakah tingkat kelayakan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” jika dilihat pada masing-masing aspek yang diujikan dalam kelompok besar?
3. Seberapa besar selisih peningkatan kelayakan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” yang diujikan dalam kelompok kecil dan kelompok besar?

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

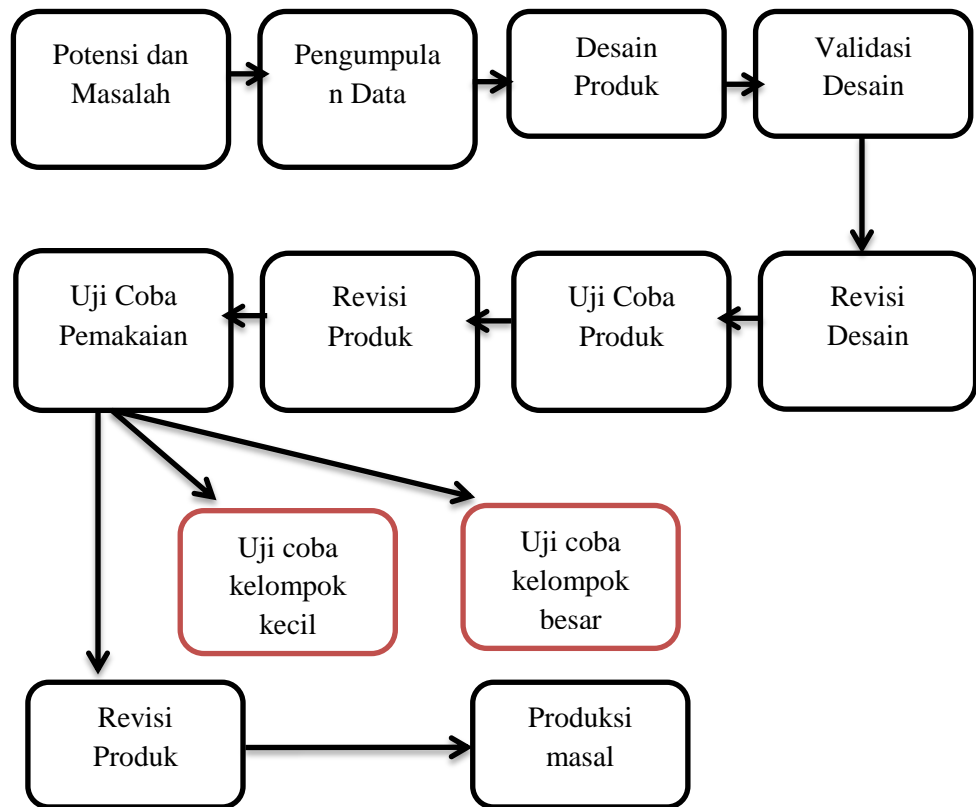
#### **A. Model Pengembangan**

Penelitian ini merupakan penelitian riset dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D). Menurut Sugiyono (2012:407) menyatakan bahwa metode penelitian dan pengembangan digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Produk yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah buku latihan *juggling* untuk anak usia dini.

Peneliti membuat produk ini dengan beberapa kriteria yaitu buku dapat dipahami, menarik, memenuhi standar, dan valid. Peneliti melakukan pengembangan untuk latihan teknik *juggling* sehingga buku pedoman yang dibuat bisa lebih efisien, praktis, dan bermanfaat bagi pelatih sepak bola.

#### **B. Prosedur Pengembangan**

Penelitian ini menggunakan metode *research and development* untuk mengembangkan produk yang sudah ada. Langkah langkah penelitian yang dilakukan seperti berikut:



Gambar 4. Bagan Langkah-langkah Penggunaan Metode R&D

Sumber: Sugiyono (2015:409)

#### 1. Identifikasi Potensi dan Masalah

Peneliti melakukan observasi di SSB Sinar Mataram sebanyak 4 kali dengan melihat cara bermain dan cara melatih dari SSB tersebut. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara kepada pelatih dan pemain di SSB Sinar Mataram untuk menambah informasi bagi peneliti sebagai bahan untuk mengidentifikasi dan mengetahui potensi masalah yang ada sehingga dapat merencanakan pengembangan yang dapat dilakukan.

## 2. Pengumpulan data

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan dua cara yaitu melalui studi pendahuluan dan studi lapangan. Studi pendahuluan yang dilakukan berupa studi literatur yang diawali dengan memetakan permasalahan dalam ruang lingkup yang sama berkaitan dengan kajian literatur dan penelitian yang relevan. Setelah potensi masalah ditemukan perlu juga dikumpulkan informasi dan data melalui studi lapangan. Dalam hal ini peneliti melakukan observasi dan wawancara secara langsung di SSB Sinar Mataram. Hasil observasi dan wawancara peneliti dapat mengumpulkan data dari para pemain dan pelatih di SSB Sinar Mataram teknik *juggling* para pemain sangat kurang menguasai. Dengan melihat fakta yang terjadi di lapangan penggunaan media lain dibutuhkan dalam proses pengembangan latihan untuk meningkatkan pemahaman pemain terhadap teknik *juggling* sepak bola.

## 3. Desain produk

Produk ini terdapat variasi dalam melatih. Produk yang dibuat merupakan pengembangan berupa buku pedoman latihan *juggling* untuk anak usia dini. Di dalam produk terdapat berbagai teknik latihan *juggling* dan variasi latihan *juggling*.

## 4. Validasi Desain

Validasi dilakukan sebelum melakukan uji coba produk di lapangan. Produk dari penelitian akan divalidasi oleh pakar atau tenaga

ahli untuk menilai produk yang telah dibuat serta mengetahui kekuatan dan kelemahan produk.

#### 5. Revisi Desain.

Setelah desain produk divalidasi melalui diskusi dengan pakar dan para ahli. Terdapat beberapa kelemahan dalam produk. Langkah selanjutnya yaitu dilakukan perbaikan untuk meminimalisir kelemahan produk.

#### 6. Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba produk dilakukan setelah produk yang sudah melalui validasi dan revisi selesai serta mendapatkan penilaian oleh ahli materi dan ahli media bahwa produk yang dikembangkan sudah layak untuk diuji coba di lapangan. Uji coba dilakukan pada pelaku sepak bola yaitu pelatih berjumlah 5 pelatih.

#### 7. Revisi Produk

Produk yang telah selesai dilakukan pengujian pada kelompok kecil, terdapat kelemahan atau kekurangan produk. Maka, berikutnya dilakukan revisi produk supaya meningkatkan kelayakan dan kualitas produk tersebut.

#### 8. Uji Coba Kelompok Besar

Produk yang telah melalui revisi produk kemudian diujicobakan pada pelaku sepak bola yaitu pelatih yang berjumlah 8 pelatih. Setelah diujicobakan, maka kualitas produk dapat diketahui penilaiannya.

#### 9. Revisi Produk

Dari data yang telah diperoleh dari uji coba kelompok besar dijadikan bahan dalam melakukan revisi akhir produk.

#### 10. Produk Masal

Produk akhir dari penelitian ini adalah model pengembangan latihan *juggling* untuk anak usia dini yang dikemas dalam bentuk buku yang dapat digunakan sebagai sarana untuk memudahkan pelatih untuk meningkatkan *teknik juggling* pemain. Selanjutnya apabila penelitian dan pengembangan ini telah usai dan dinyatakan layak maka produk dapat di produksi masal.

### **C. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan selama bulan Agustus-November. Tempat penelitian dilakukan di lapangan SSB Sinar Mataram dan lapangan SSB Matra.

### **D. Uji Coba Produk**

Penelitian pengembangan ini menggolongkan subjek uji coba menjadi dua bagian, yaitu:

#### 1. Subjek Uji Coba Ahli

##### a. Ahli Materi

Ahli materi yang dimaksud adalah dosen/pakar pada permainan sepak bola yang berperan untuk menentukan kesesuaian materi dalam produk latihan *juggling* untuk anak usia dini ini. Validasi dilakukan dengan

menggunakan angket tentang desain buku latihan *jugling* anak usia dini diberikan kepada ahli materi.

b. Ahli Media

Ahli media pada penelitian ini adalah dosen/pakar yang biasa menangani dalam hal media pembelajaran. Validasi dilakukan dengan menggunakan angket tentang desain buku latihan *jugling* anak usia dini diberikan kepada ahli media.

2. Subjek Uji Coba

Subjek adalah pelaku ataupun orang yang akan melakukan uji coba pengembangan ini. Sebagai subjek uji coba dalam penelitian ini adalah pelatih di SSB Sinar Mataram dan SSB Matra.

Penentuan subjek uji coba peneliti menggunakan metode *purposive sampling*. Peneliti menentukan beberapa kriteria untuk dijadikan sampel yaitu pelatih sepak bola yang telah melatih cukup lama dan melatih pemain anak usia dini. Dari beberapa kriteria yang telah ditentukan peneliti menemukan beberapa tim yang cocok untuk dijadikan sampel. Pada uji coba kelompok kecil terdapat 5 pelatih SSB Sinar Mataram yang memenuhi kriteria. Sedangkan untuk uji coba kelompok besar terdapat 8 pelatih SSB Matra yang memenuhi kriteria.

### **E. Instrumen Pengumpulan Data**

Sugiyono (2012:199) mengemukakan angket merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memberi pernyataan tertulis kepada responden

untuk dijawab peneliti menggunakan angket dan lembar evaluasi. Data kuantitatif diperoleh dalam penelitian dalam bentuk angka dari hasil angket. Data kualitatif digunakan sebagai masukan dan kesempurnaan terhadap buku latihan *juggling* untuk usia dini.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Variasi Model Latihan oleh Ahli Media

No	Aspek	Jumlah Butir
1	Tampilan	8
2	Tata Bahasa	5
3	Penggunaan	4
Total		17

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Variasi Model Latihan oleh Ahli Materi

No	Aspek	Jumlah Butir
1	Kelayakan Isi	9
2	Kelayakan Konsep	3
Total		12

Tabel 3. Kisi-kisi Tanggapan Responden

No	Aspek	Jumlah Butir
1	Kelayakan Isi	5
2	Tata Bahasa	2
3	Tampilan dan Penggunaan	8
Total		15

## F. Validasi Instrumen

Validasi instrumen adalah suatu syarat untuk diperoleh hasil penelitian yang valid. Menurut Sugiyono (2012:173), “Instrumen dikatakan valid bila alat ukur yang digunakan dapat mengukur data dengan valid”. Agar penelitian valid, peneliti menambahkan angket untuk ahli materi dan ahli media yang sesuai dengan pertanyaan yang sudah disediakan.

## G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan cara untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan. Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistic deskriptif berupa pernyataan “Sangat Tidak Sesuai”, “Tidak Sesuai”, “Sesuai”, dan “Sangat Sesuai”. Data tersebut kemudian diubah menjadi data kuantitatif dengan skala 4, yaitu dengan memberi skor angka 1 untuk “Sangat Tidak Sesuai”, angka 2 “Tidak Sesuai”, angka 3 “Sesuai”, dan angka 4 “Sangat Sesuai”. Selain itu, untuk mengetahui kategori kelayakan peneliti menghitung presentase kelayakan dari data yang ada. Sugiyono (2013:559) mengemukakan rumus kelayakan, sebagai berikut:

$$P = \frac{SH}{SK} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Presentase

SH : Skor Hitung

SK : Skor Kriteria

Hasil presentase diperoleh dengan rumus tersebut, selanjutnya buku pedoman dalam penelitian pengembangan ini digolongkan dalam empat kategori kelayakan dengan menggunakan skala presentase kelayakan menurut Arikunto (2009:35) sebagai berikut

Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan

<b>No</b>	<b>Persentase</b>	<b>Kelayakan</b>
1	<40%	Tidak Layak
2	40%-55%	Kurang Layak
3	56%-75%	Cukup Layak
4	76%-100%	Layak

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN

#### A. Produk Awal

##### 1. Hasil Validasi

###### a. Validasi Ahli Materi

Ahli materi yang menjadi validator pada penelitian ini yaitu Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or., yang sudah menguasai materi latihan untuk *juggling*.

Tabel 5. Data Hasil Penilaian Ahli Materi tahap 1

NO	Aspek yang Dinilai	Skor Hitung	Skor Kriteria	Presentase	Kategori
1	Kelayakan Isi	13	20	65%	Cukup Layak
2	Kelayakan Konsep	11	20	55%	Kurang Layak
<b>TOTAL</b>		24	40	60%	Cukup Layak

Dari hasil validasi yang telah dilakukan oleh ahli materi diatas, dapat diketahui jumlah skor yang didapatkan untuk aspek kelayakan isi adalah 13 dari skor maksimal 20 dengan presentase 65%. Jika dilihat dari Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan maka kelayakan isi buku termasuk kategori cukup layak. Sedangkan pada aspek kelayakan konsep jumlah skor yang didapatkan yaitu 11 dari skor maksimal 20 dengan presentase 55% dan termasuk ke dalam kategori kurang layak. Total skor yang didapat untuk semua aspek yang dinilai adalah 24 dari skor maksimal 40 dengan presentase 60%. Dari presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa buku pedoman latihan

“*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” termasuk kategori cukup layak.

Table 6: Data Hasil Penilaian Ahli Materi tahap 2

NO	Aspek yang Dinilai	Skor Hitung	Skor Kriteria	Presentase	Kategori
1	Kelayakan Isi	20	25	80%	Layak
2	Kelayakan Konsep	20	25	80%	Layak
<b>TOTAL</b>		40	50	80%	Layak

Dari hasil validasi ahli materi tahap 2 terdapat peningkatan presentase dari aspek yang dinilai. Dapat kita ketahui dari kelayakan isi pada tahap 1 mendapatkan presentase 65% kemudian pada tahap 2 meningkat menjadi 80% dengan kategori layak. Sedangkan untuk kategori kelayakan konsep pada tahap 1 mendapatkan presentase 55% kemudian pada tahap 2 meningkat dengan presentase 80% masuk dalam kategori layak. Dari presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” termasuk kategori layak. Kemudian buku layak untuk diuji cobakan.

b. Validasi Ahli Media

Ahli media yang menjadi Validator pada penelitian ini yaitu Drs. Herwin, M.Pd. yang mempunyai keahlian dalam bidang media.

Tabel 7. Data Hasil Penilaian Ahli Media

NO	Aspek yang Dinilai	Skor Hitung	Skor Kriteria	Presentase	Kategori
1	Tampilan	33	36	91.6 %	Layak
2	Tata Bahasa	27	28	96.4 %	Layak
3	Penggunaan	22	24	91.6 %	Layak
	<b>TOTAL</b>	82	88	90.9 %	Layak

Dari hasil validasi yang telah dilakukan oleh ahli media diatas, diketahui jumlah skor yang didapatkan untuk aspek tampilan adalah 33 dari skor maksimal 36 dengan presentase 91.6 %. Jika dilihat dari Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan maka tampilan buku termasuk kategori layak. Pada aspek tata bahasa jumlah skor yang didapatkan yaitu 27 dari skor maksimal 28 dengan presentase 96.4 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Sedangkan, aspek penggunaan jumlah skor yang didapatkan yaitu 22 dari skor maksimal 24 dengan presentase 91.6 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Total skor yang didapat untuk semua aspek yang dinilai adalah 82 dari skor maksimal 88 dengan presentase 90.9 %. Dari presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” termasuk kategori layak.

## B. Revisi Produk

Buku pedoman yang berjudul “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini melewati satu kali revisi dari ahli materi dan media. Setelah direvisi oleh peneliti kemudian buku ini dinyatakan layak

dan bisa untuk diujicobakan kepada responden yaitu dalam penelitian ini adalah pelatih sepak bola untuk anak usia dini.

#### 1. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Materi

Produk direvisi sesuai dengan saran yang telah diberikan validator ahli materi. Berikut ini merupakan saran perbaikan untuk buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dari ahli materi yaitu:

- a. Satu kalimat menggunakan satu gambar pada tahap-tahap latihannya
- b. Fungsi dan makna latihan *juggling* dijabarkan di pembahasan
- c. Lebih dijabarkan pada latihan *juggling*

Selain itu, untuk revisi produk berdasarkan ahli materi dapat dilihat pada lampiran 1.

#### 2. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Media

Pada revisi produk berdasarkan ahli media sama halnya dengan revisi produk berdasarkan ahli materi. Produk direvisi sesuai dengan saran yang telah diberikan validator ahli media. Berikut ini merupakan saran perbaikan untuk buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dari ahli media yaitu:

- a. Nama dosen pembimbing disertakan pada cover dan kata pengantar
- b. Nama penulis disertakan pada kata pengantar
- c. Pada pendahuluan disebutkan nama SSB

- d. Memperbaiki gambar *cone* dan *marker* yang terbalik
- e. Setiap kutipan kalimat diberi nama pengarang buku sesuai dengan daftar pustaka
- f. Gambar pada latihan diberikan bagan supaya lebih jelas.

Selain itu, untuk revisi produk berdasarkan ahli materi dapat dilihat pada lampiran 2.

### **C. Hasil Uji Coba Produk**

Setelah melalui validasi ahli dan revisi produk, maka buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” layak diujicobakan. Terdapat dua tahap uji coba yaitu uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

#### **1. Uji Coba Kelompok Kecil**

Uji coba kelompok kecil dalam penelitian ini melibatkan 5 responden yang berlatar belakang pelatih sepak bola anak usia dini di daerah Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman.

##### **a. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil**

Hasil uji coba kelompok kecil buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Kecil

NO	Aspek yang Dinilai	Skor Hitung	Skor Kriteria	Presentase	Kategori
1	Kelayakan Isi	74	80	92.5%	Layak
2	Tata Bahasa	35	40	87.5%	Layak
3	Tampilan dan Penggunaan	148	160	92.5%	Layak
<b>TOTAL</b>		257	280	91.7%	Layak

Hasil uji coba kelompok kecil mengenai buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*”, jika dilihat dari aspek kelayakan isi mendapat presentase 92.5 %. Jika dilihat dari Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan maka kelayakan isi buku termasuk kategori layak. Pada aspek tata bahasa mendapatkan presentase 87.5 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Sedangkan, aspek tampilan dan penggunaan mendapatkan presentase 92.5 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Total presentase yang didapat untuk semua aspek yang dinilai adalah 91.7 %. Dari presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” termasuk kategori layak.

Tabel 9. Statistik Aspek Kelayakan Isi Kelompok Kecil

		Statistic			
		X1.1	X1.2	X1.3	X1.4
N	Valid	5	5	5	5
	Missing	0	0	0	0
Mode		4	4	4	4

Dari hasil tersebut maka untuk aspek kelayakan isi sudah dinyatakan valid. Kemudian untuk skor yang sering keluar yaitu skor 4, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan sangat sesuai pada setiap instrumen pernyataan pada aspek kelayakan isi.

Tabel 10. Statistik Aspek Tata Bahasa Kelompok Kecil

<b>Statistics</b>			
		X2.1	X2.2
N	Valid	5	5
	Missing	0	0
Mode		4	3

Dari hasil diatas didapatkan untuk aspek Tata Bahasa dinyatakan valid. Lalu untuk skor yang sering keluar yaitu skor 4 untuk instrumen pernyataan pertama pada aspek Tata Bahasa dan skor 3 untuk instrumen pernyataan kedua pada aspek Tata Bahasa. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan sangat sesuai untuk instrumen pernyataan pertama dan sesuai untuk instrumen pernyataan kedua pada aspek Tata Bahasa.

Tabel 11. Statistik Aspek Tampilan dan Penggunaan Kelompok Kecil

<b>Statistics</b>									
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8
N	Valid	5	5	5	5	5	5	5	5
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mode		4	4	3	4	4	4	4	4

Berdasarkan hasil analisis data yang terdapat pada Tabel 11. diatas, maka pada aspek Tampilan dan Penggunaan dinyatakan valid. Selanjutnya untuk skor yang paling sering keluar yaitu skor 4, ini

menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan sangat sesuai pada setiap instrumen pernyataan pada aspek Tampilan dan Penggunaan.

b. Saran dan Perbaikan Uji Coba Kelompok Kecil

Setelah melakukan uji coba kelompok kecil, buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” tidak terdapat saran maupun koreksi yang di berikan oleh responden.

2. Uji Coba Kelompok Besar

Setelah melewati uji coba kelompok kecil dan sudah diperbaiki, buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dinyatakan layak untuk dilakukan uji coba kelompok besar. Uji coba kelompok besar ini melibatkan 8 responden yang berlatar belakang pelatih sepak bola anak usia dini di daerah Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman.

a. Hasil Uji Coba Kelompok Besar

Hasil uji coba kelompok besar pada buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini adalah sebagai berikut:

Tabel 12. Hasil Penilaian Uji Coba Kelompok Besar

NO	Aspek yang Dinilai	Skor Hitung	Skor Kriteria	Presentase	Kategori
1	Kelayakan Isi	105	128	82 %	Layak
2	Tata Bahasa	53	64	82.8 %	Layak
3	Tampilan dan Penggunaan	204	256	79.6 %	Layak
<b>TOTAL</b>		362	448	80.8 %	Layak

Hasil uji coba kelompok besar mengenai buku pedoman latihan *juggling* “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*”, jika dilihat dari--aspek kelayakan isi-mendapat presentase 82 %. Jika dilihat dari Tabel 4. Daftar Presentase Kelayakan maka kelayakan isi buku termasuk kategori layak. Pada aspek tata bahasa mendapatkan presentase 82.8 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Sedangkan, aspek tampilan dan penggunaan mendapatkan presentase 79.6 % dan termasuk ke dalam kategori layak. Total presentase yang didapat untuk semua aspek yang dinilai adalah 80.8 %. Dari presentase tersebut dapat disimpulkan bahwa buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” termasuk kategori layak.

Tabel 13. Statistik Aspek Kelayakan Isi Uji Kelompok Besar

		<b>Statistics</b>			
		X1.1	X1.2	X1.3	X1.4
N	Valid	8	8	8	8
	Missing	0	0	0	0
Mode		3	3	3	3

Setelah dilakukan analisis data didapatkan hasil seperti diatas, maka pada aspek kelayakan isi sudah dinyatakan valid. Kemudian untuk skor yang sering keluar yaitu skor 3, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan sesuai pada setiap instrumen pernyataan pada aspek kelayakan isi.

Tabel 14. Statistik Aspek Tata Bahasa Uji Kelompok Besar

Statistics			
		X2.1	X2.2
N	Valid	8	8
	Missing	0	0
Mode		3	3

Setelah dilakukan analisis data didapatkan hasil seperti diatas, maka pada aspek tata bahasa sudah dinyatakan valid. Selanjutnya pada skor yang sering keluar yaitu skor 3, hal ini menunjukkan bahwa responden menyatakan sesuai pada setiap instrumen pernyataan pada aspek tata bahasa.

Tabel 15. Statistik Aspek Tampilan dan Penggunaan Uji Kelompok Besar

Statistics									
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8
N	Valid	8	8	8	8	8	8	8	8
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mode		4	3	3	3	3	3	3	3

Setelah dilakukan analisis data didapatkan hasil seperti diatas, maka pada aspek tampilan dan penggunaan sudah dinyatakan valid. Kemudian skor yang sering keluar yaitu skor 3, hal ini menunjukkan bahwa responden menyatakan sesuai pada setiap instrumen pernyataan pada aspek tampilan dan penggunaan.

b. Saran dan Perbaikan Uji Coba Kelompok Besar

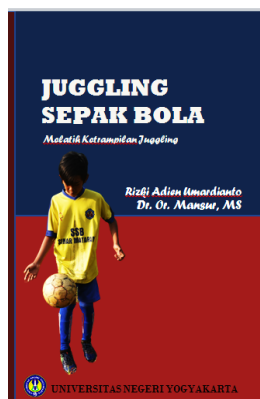
Setelah melakukan uji coba kelompok besar, buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*”

mengalami revisi produk yang didapatkan dari saran dan perbaikan oleh beberapa responden, yaitu memperbaiki pada gambar yang ada di dalam buku. Revisi produk--berdasarkan uji coba-kelompok kecil dapat dilihat pada lampiran 3.

#### D. Kajian Produk Akhir

##### 1. Produk Akhir

Penelitian dan pengembangan ini menghasilkan produk akhir berupa buku pedoman yang berjudul “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*”, setelah melalui beberapa tahapan revisi, buku pedoman ini berjumlah 3 halaman yang didalamnya membahas tentang materi latihan teknik *juggling* sepak bola.



Gambar 5. Buku Pedoman Latihan Teknik *Juggling*

##### 2. Pembahasan

Buku pedoman yang berjudul “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” mempermudah pembaca untuk mempelajari dan memahami teknik *juggling* sendiri dimanapun. Pengembangan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*”

dirancang dan diproduksi sebagai sarana pembelajaran yang mempermudah pelatih sepak bola dalam memahami teknik *juggling* dan melatih atlet/pemain usia dini dalam latihan teknik *juggling*. Penelitian ini mengalami beberapa tahapan yaitu dari penentuan potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi produk, revisi produk, uji coba kelompok kecil, revisi produk, uji coba besar dan revisi produk.

Pengembangan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini dikembangkan dengan dibimbing oleh para ahli dalam bidang sepak bola dan media pembelajaran. Setelah produk selesai dibuat, selanjutnya produk divalidasi oleh ahli materi dan media. Validasi dari ahli materi menunjukkan hasil penilaian 60% yang berarti cukup layak serta mendapatkan saran untuk memperbaiki satu kalimat menggunakan satu gambar pada tahap-tahap latihannya, fungsi dan makna latihan *juggling* lebih dijabarkan di dalam buku. Setelah validasi ahli materi, buku ini divalidasi oleh ahli media yang menunjukkan hasil penilaian 90,9% yang berarti layak serta mendapatkan beberapa saran yaitu nama dosen pembimbing disertakan pada cover dan kata pengantar, nama penulis disertakan pada kata pengantar, pada pendahuluan disebutkan nama SSB, memperbaiki gambar *cone* dan *marker* yang terbalik, setiap kutipan kalimat diberi nama pengarang buku sesuai dengan daftar pustaka, dan gambar pada latihan diberikan bagan supaya lebih jelas.

Pada uji coba produk dilakukan dengan dua tahap yaitu uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Pada uji coba kelompok kecil mendapatkan hasil penilaian yaitu sebesar 91,7% jika dilihat dari tabel presentase kelayakan termasuk dalam kategori layak. Pada tahap ini tidak ada revisi atau koreksi yang diberikan oleh responden. Pada uji coba kelompok besar mendapatkan hasil penilaian yaitu sebesar 80,8% jika dilihat dari tabel presentase kelayakan termasuk dalam kategori layak. Serta mendapatkan saran dan koreksi oleh responden yaitu pada bagian gambar lebih diterangkan pencahayaannya agar terlihat jelas.

Setelah melakukan uji coba dan revisi produk pada kelompok kecil dan besar maka pengembangan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini memiliki beberapa kelebihan dan kekurangan yaitu:

a. Kelebihan

- 1) Pengembangan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini dikemas cukup detail dan lebih menarik disertai gambar pada setiap kalimat langkah-langkah latihannya.
- 2) Materi yang terdapat pada buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dirancang dengan pengamatan pribadi sebagai pecinta olahraga sepak bola dan mengambil beberapa referensi dari media lain terkait sepak bola.

3) Buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” mempermudah pembaca dalam memahami teknik *juggling* dan menambah referensi bagi pelatih sepak bola.

b. Kekurangan.

1) Berdasarkan hasil analisis data terjadi penurunan presentase kelayakan dari uji coba kelompok kecil ke uji cob kelompok besar yaitu dari 91,7% turun menjadi 80,8% akan tetapi untuk kategori kelayakan tetap sama yaitu tetap dinyatakan layak karena masih termasuk ke dalam rentang prentase 76%-100% .

#### **E. Keterbatasan Penelitian**

Pengembangan buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini masih terdapat keterbatasan yaitu:

1. Penelitian kuisisioner memiliki keterbatasan berupa kurang terjaminnya jawaban yang diberikan oleh responden, dikarenakan masih terdapat kemungkinan bahwa responden tidak mengisi kuisisioner sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya.
2. Subjek pada peneltian ini masih terbatas pada responden lingkup kecil yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan berikut dirumuskan beberapa simpulan tentang produk yang didasarkan pada rumusan masalah dan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Hasil dari penelitian dan pengembangan yang dilakukan oleh peneliti berupa buku pedoman latihan teknik *juggling* dengan judul buku “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dengan jumlah halaman sebanyak 37 halaman yang didalamnya membahas tentang materi latihan teknik *juggling* dan variasi latihan.
2. Buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dinyatakan layak dengan presentasi total sebesar 91.7% dari semua aspek yang dinilai pada uji kelompok kecil. Pada uji coba kelompok besar juga dinyatakan layak dengan presentase total sebesar 80.8% dari semua aspek yang dinilai.

#### B. Implikasi dan Hasil Penelitian

Hasil penelitian dan pengembangan model latihan teknik *juggling* dalam permainan sepak bola ini bisa digunakan sebagai sarana pembelajaran bagi pelatih sepak bola anak usia dini agar lebih mudah melatih pemain sepak bola dalam meningkatkan kemampuan teknik *juggling*. Pengembangan ini dikemas dalam bentuk buku pedoman yang memuat materi latihan teknik *juggling* disertai dengan penjelasan gambar ilustrasi.

Respon positif yang diberikan mengenai buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” menunjukkan bahwa media pembelajaran teknik *juggling* yang dibuat dalam sebuah buku memiliki peran penting dalam dunia olahraga khususnya sepak bola. Melalui buku ini diharapkan mampu membantu pelatih dalam meningkatkan teknik *juggling* pemain sepak bola usia dini. Semakin banyak yang memahami dan ingin belajar tentang materi latihan teknik *juggling*, secara otomatis kualitas pemain dalam bermain di lapangan meningkat serta kualitas latihan yang diberikan oleh seorang pelatih semakin bagus dan tidak monoton.

### **C. Saran**

Adanya kekurangan pada penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dari itu peneliti memberikan beberapa saran yaitu:

1. Buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini perlu ditambahkan beberapa materi supaya menjadi lebih baik dengan cara menambahkan suatu variasi latihan *juggling* yang lebih menarik.
2. Buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” ini dapat dikembangkan lebih lanjut menggunakan media lain yaitu media digital berupa video dan aplikasi yang dapat lebih mudah diakses melalui android atau *handphone*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kamus Besar Bahasa Indonesia. [Online]. Tersedia di [kbbi.kemdikbud.go.id/entri/taktik](http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/taktik). Diakses 7 Februari 2020.
- Andi Prastowo. (2014). *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Yogyakarta: Diva Press.
- Akhbar Suprayoga. (2011). *Sumbangan Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai, dan Keterampilan Timang-Timbang Bola terhadap Ketepatan Tendangan ke Arah Gawang pada SSB Bhaladika Semarang Tahun 2010*. Semarang: UNNES Press.
- Akram, Zaki. (2019). *Pengaruh Latihan Variasi Juggling Terhadap Kemampuan Kontrol Bola Pada Atlet KU-11 Tahun Di SSB Tunas Muda Sumberadi Sleman. S1 Thesis. FIK*. Yogyakarta: UNY.
- Ali, Mohammad. (2010). *Metodologi Dan Aplikasi, Riset Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Cendekia Utama.
- Arne Pettersen, Gunnar, dan Mathisen. (2015). "The Effect of Speed Training on Sprint and Agility Performance In Female Youth Soccer Players". *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3): 395-399.
- Arikunto, Suharsimi, & Safruddin A.J, Cepi. (2009). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Avellino, Matt. (2010). *The Professional Guide To Coaching Youth Soccer*. USA: Lexington.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi latihan olahraga*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang (UM PRESS).
- Dewi, H.E. (2012). *Memahami Perkembangan Fisik Remaja*. Yogyakarta: Kanisius.
- Dimiyati. (2018). *Psikologi Olahraga Metode Latihan Mental Bola Basket*. Yogyakarta : UNY Press.
- Dwi Hartanto. (2014). *Profil Kondisi Fisik Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMK Ma'arif 1 Wates*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

- Emzir. (2015). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafinda Persada.
- Guntur Marta Sima. (2017). *Pengembangan Model Latihan Teknik Lanjutan Sepak Bola untuk Usia 13-14 Tahun*. Yogyakarta : UNY.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga : (Teori dan Metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Haugen, T. A., Tønnessen, E., Hisdal, J., & Seiler, S. (2014). The role and development of sprinting speed in soccer. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 9(3), 432–441. <https://doi.org/10.1123/IJSP.2013-0121>
- Imam Munandar. (2015). *Pengaruh latihan juggling punggung kaki terhadap kemampuan passing menggunakan punggung kaki permainan sepak bola pada siswa putra kelas VIII B Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sanggau Kabupaten Sanggau*. Pontianak: IKIP Pontianak Press.
- Iryanto. (2013). *Seni Olahraga Anak (Sepak bola)*. Bandung: Raja Persada.
- Kresnayadi, I Putu Eri. (2016). Pengaruh Pelatihan *Ladder Drill* 8 Repitisi 3 Set terhadap Peningkatan Kecepatan Lari. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Volume 2: 103-107.
- Kresnayadi, I Putu Eri & Arisanthi Dewi. (2017). Pengaruh Pelatihan *Plyometric Depth Jump* 10 Repitisi 3 Set terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Volume 3, No.1: 103-107.
- Komarudin. (2016). *Psikologi Olahraga. Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mylsidayu dan Kurniawan. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta : PT Persada, 2015.
- Michailidis, Yiannis, (2013). “*Small Sided Games in Soccer Training*”. *Journal of Physical Education and Sport*, 13(3): 392-399.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kesehatan*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.

- Nawan, P. (2017). *Pedoman Melatih Sepakbola Anak Usia Dini Berkarakter*. Yogyakarta: UNY press.
- Nugraha, Andi Cipta. (2013). *Mahir Sepak Bola*. Bandung: Penerbit Nuansa Cendekia.
- Nuryanto Wibowo. (2013). Pengaruh Latihan *Ball Feeling* terhadap Kemampuan *Dribbling* pada Siswa Peserta Sekolah Sepak Bola (SSB) Melati Muda (MM) Bantul KU 13-15 Tahun. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nusa, P. (2012). *Research And Development Penelitian dan Pengembangan Suatu Pengantar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Primasoni, N. & Sulistyو. (2016). *Pedoman Menyusun Formasi dan Strategi Bermain Sepakbola*. Yogyakarta: Fak.Ilmu KeolahragaaN UNY.
- Rahayu, Setya dan Hidayat Wahyu, 2015. “*Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas*”. *Journal of Sport Science*, 4(2):10-15
- Santoso, N. (2014). Tingkat keterampilan *passing-stopping* dalam permainan sepakbola pada mahasiswa PJKR B angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10, Nomor 2.
- Sri Kantun. (2013). Hakikat Dan Prosedur Penelitian Penembangan. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Universitas Jember*. ( Nomor 7 Tahun 2 ). Hlm 76.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Administratif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Penerbitan Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sukamti, Ending Rini. (2011). *Perkembangan Motorik Anak Usia Dini Sebagai Dasar Menuju Prestasi Olahraga*. Yogyakarta: UNY.
- Tanjung, Nurriva Ardian. (2012). *Hubungan Kelincahan Dan Keterampilan Juggling Dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Islam 1 Gamping, Sleman.. S1 Thesis, FIK*. Yogyakarta: UNY.
- Trianto. (2011). *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik*. Jakarta: Prenada Media Group
- Wiarto, Giri. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Yohanes Sidik Wijaya. (2015). Pengaruh Latihan Ball Feeling terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Menggiring Bola Pemain SSB Baturetno Kelompok Umur 11 Tahun. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

# **LAMPIRAN**

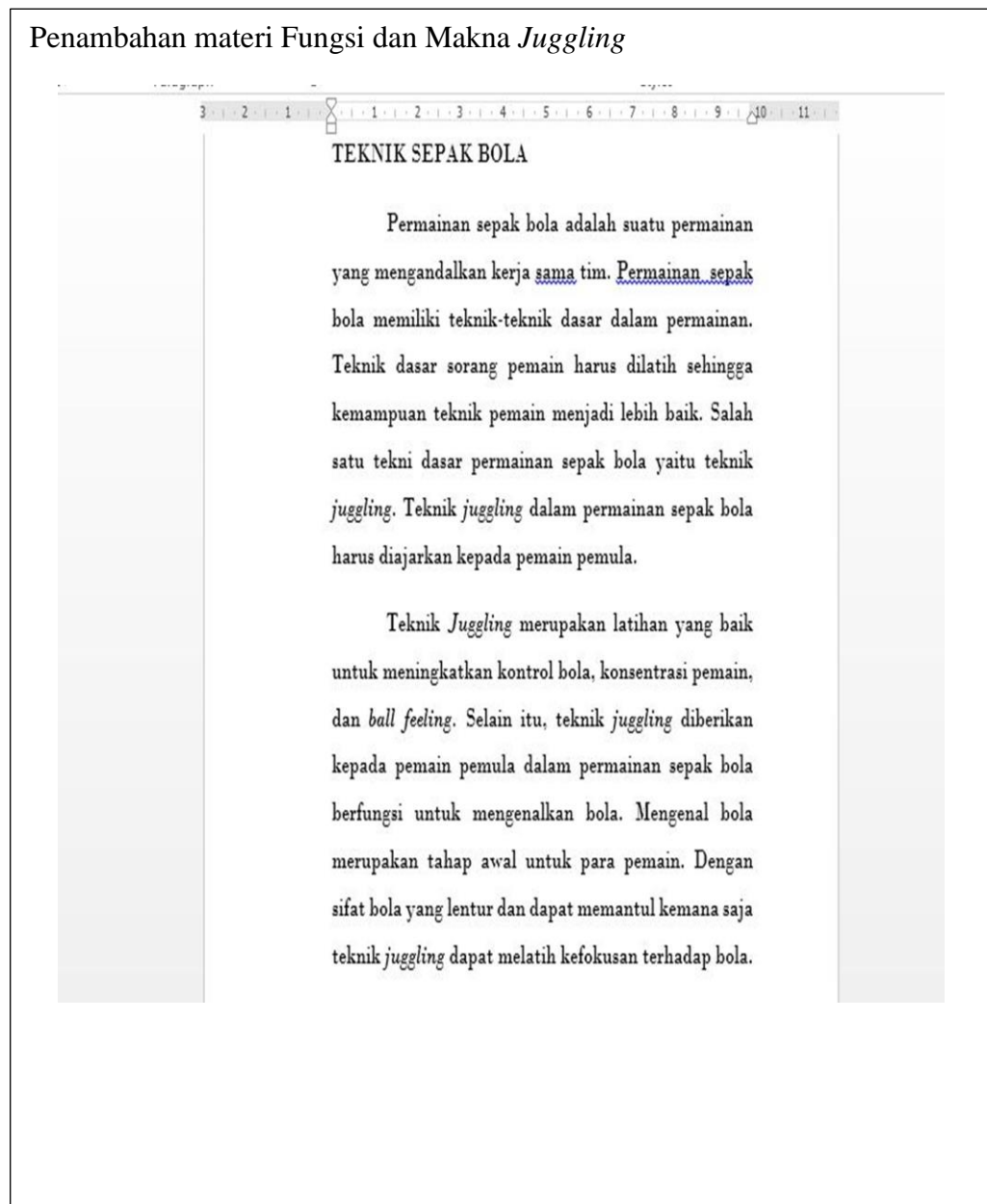
## Lampiran 1. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Materi

1. Memambahi gambar ilustrasi pada setiap langkah-langkah latihan *juggling*



Gambar 6. Penambahan Gambar pada Setiap Langkah Teknik *Juggling*

## 2. Menambah Fungsi dan Makna *Juggling* pada Buku



Gambar 7. Materi yang dihilangkan

## Lampiran 2. Revisi Produk Berdasarkan Ahli Media

1. Menambahkan Nama Dosen Pembimbing pada Halaman Judul



Gambar 8. Penambahan Nama Dosen Pembimbing pada Halaman Judul

## 2. Menambahkan Nama Dosen Pembimbing pada Kata Pengantar

Sebelum perbaikan

Saya berterimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian buku ini. Terutama bagi dosen pembimbing dan teman-teman yang selalu membantu sehingga terselesainya buku ini. Tanpa bantuan beliau dan teman-teman sekalian, penulis mungkin tidak dapat menyelesaikan buku ini dengan baik. Semoga buku ini dapat meningkatkan minat baca untuk kita semua serta sebagai motivasi dalam berkarya khususnya pada karya tulis.

Setelah perbaikan

### KATA PENGANTAR

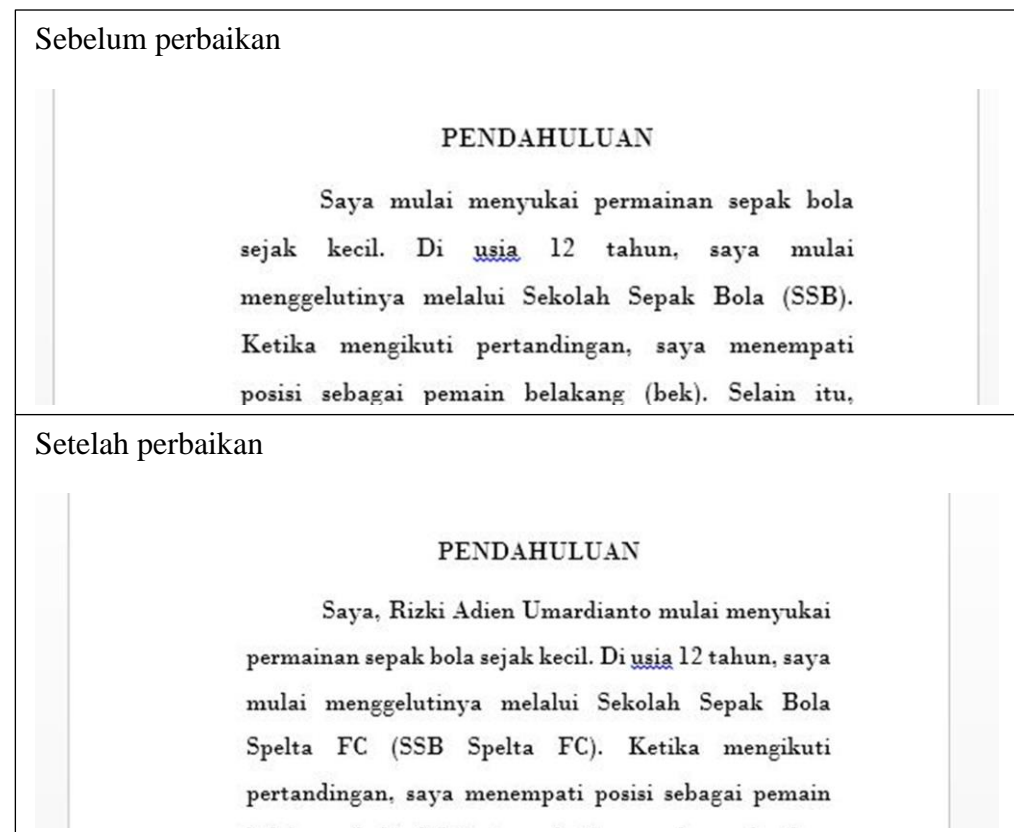
Assalamualaikum wr. wb.

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga buku ini dapat terselesaikan. Buku ini dibuat untuk dijadikan sebuah pedoman untuk meningkatkan teknik *juggling*.

Saya berterimakasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian buku ini, terutama bagi dosen pembimbing saya Bapak Dr. Or. Mansur, MS dan teman-teman yang selalu membantu. Tanpa bantuan beliau dan teman-teman sekalian, penulis mungkin

Gambar 9. Penambahan Nama Dosen Pembimbing pada Kata Pengantar

### 3. Menambahkan Nama Penulis dan SSB pada Pendahuluan



Gambar 10. Penambahan Nama Penulis dan SSB pada Pendahuluan

#### 4. Memperbaiki Gambar Cone yang Terbalik

Sebelum perbaikan

*Melatih Keterampilan Juggling*

mudah rusak apabila terinjak maupun tertendang oleh pemain.



Gambar 3. Cone

Setelah perbaikan

*Melatih Keterampilan Juggling*

Selain itu, bahan plastik memiliki keunggulan tidak mudah rusak apabila terinjak maupun tertendang oleh pemain.



Gambar 3. Cone

Gambar 11. Perbaikan Gambar Cone

5. Memperbaiki Gambar Marker yang Terbalik

Sebelum perbaikan

*Juggling Sepak Bola*



Gambar 4. Marker

Setelah perbaikan

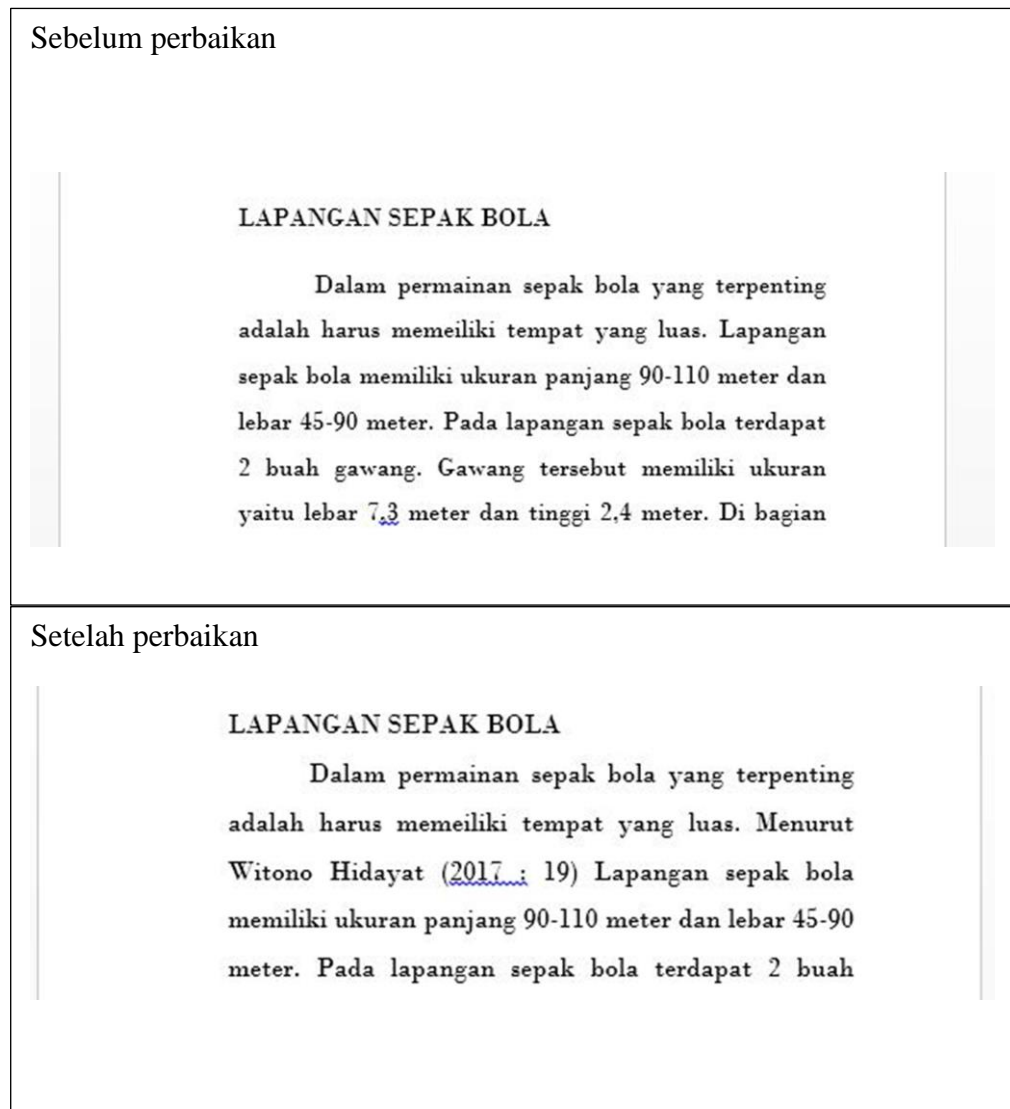
*Juggling Sepak Bola*



Gambar 4. Marker

Gambar 12. Perbaikan Gambar Marker

## 6. Mencantumkan Kutipan



Gambar 13. Penambahan Kutipan

## 7. Penambahan Bagan pada Sesi Latihan

Sebelum perbaikan

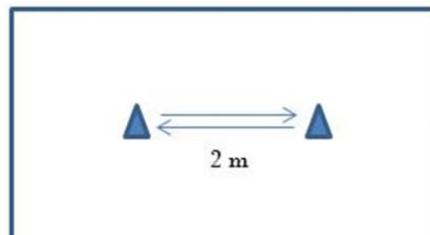
Gambar 11. Pemain Pertama Melakukan  
*Juggling*



Gambar 12. Pemain Kedua Menerima *Passing*  
Bola dan Melakukan *Juggling*

Setelah perbaikan

*Melatih Keterampilan Juggling*



Gambar 14. Penambahan Bagan pada Sesi Latihan

### Lampiran 3. Revisi Uji Kelompok Besar

#### 1. Memperbaiki Kecerahan Gambar

Sebelum Perbaikan

2. Kemudian, tangan memegang bola. Lalu, lemparkan bola ke atas setinggi kepala. Usahakan agar bola tidak melambung terlalu tinggi.



3. Ketika bola mulai jatuh, terima bola menggunakan punggung kaki. Sentuhan punggung kaki terhadap bola diusahakan tidak terlalu keras supaya pantulan bola tidak jauh.



Setelah Perbaikan

2. Kemudian, tangan memegang bola. Lalu, lemparkan bola ke atas setinggi kepala. Usahakan agar bola tidak melambung terlalu tinggi.



3. Ketika bola mulai jatuh, terima bola menggunakan punggung kaki. Sentuhan punggung kaki terhadap bola diusahakan tidak terlalu keras supaya pantulan bola tidak jauh.



Gambar 15. Perbaikan Kecerahan Gambar

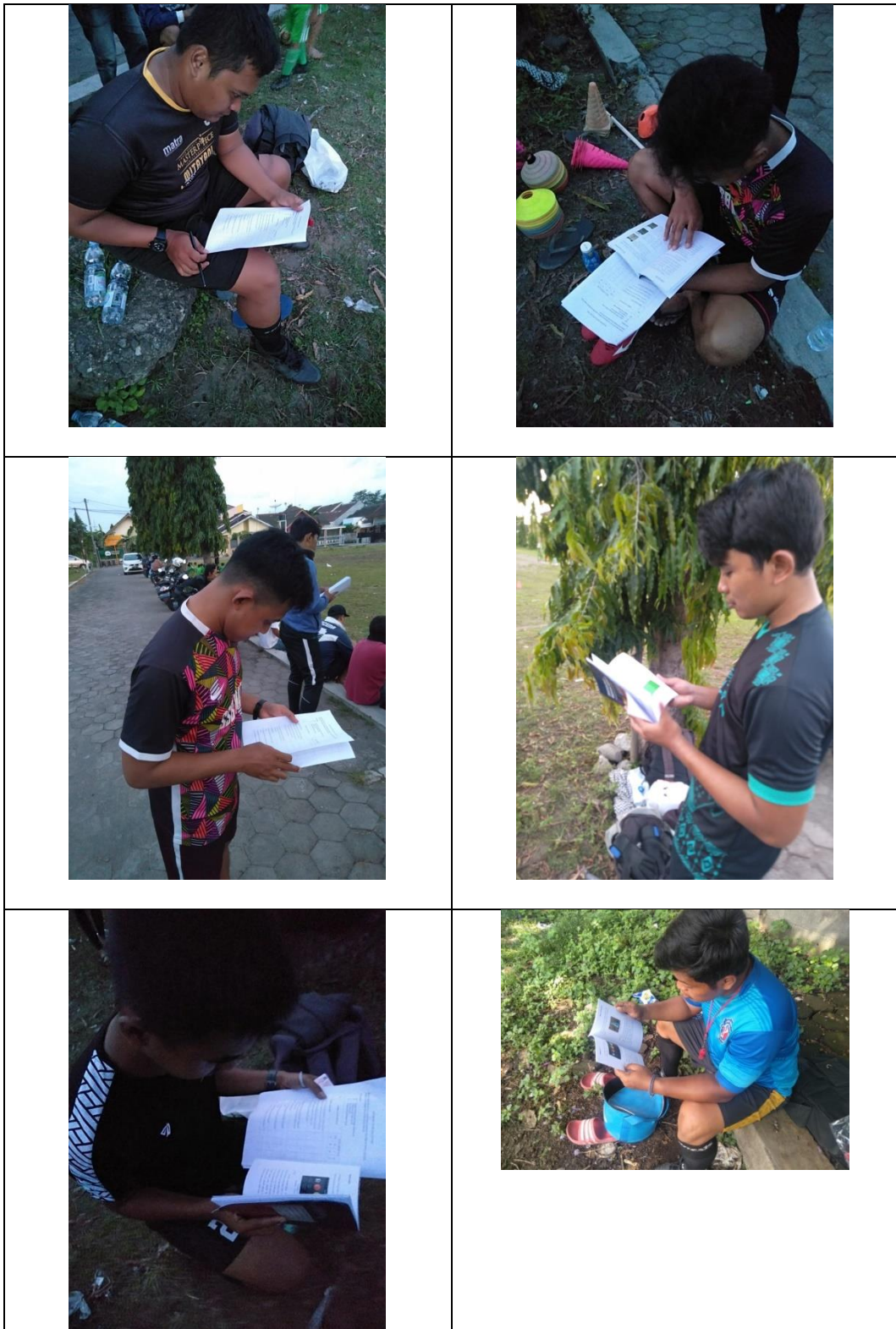
**Lampiran 4. Tabulasi Data Uji Coba Kelompok Kecil**

Keompok Kecil																	
No. Responden	Kelayakan (X1)				Total X1	Tata Bahasa (X2)		Total X.2	Tampilan Dan Penggunaan (Y)								Total Y
	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4		X2.1	X2.2		Y. 1	Y. 2	Y. 3	Y. 4	Y. 5	Y. 6	Y. 7	Y. 8	
1	3	3	4	4	14	4	3	7	4	4	3	3	4	4	4	4	30
2	4	3	3	4	14	3	3	6	3	3	3	3	3	4	4	3	26
3	4	4	4	4	16	4	4	8	4	4	4	4	4	4	4	4	32
4	4	4	3	4	15	4	4	8	4	4	4	4	3	4	4	4	31
5	3	4	4	4	15	3	3	6	3	4	3	4	4	4	3	4	29

**Lampiran 5. Tabulasi Data Uji Coba Kelompok Besar**

Kelompok Besar																	
No. Responden	Kelayakan (X1)				Total X1	Tata Bahasa (X2)		Total X.2	Tampilan Dan Penggunaan (Y)								Total Y
	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4		X2.1	X2.2		Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	
1	3	3	4	3	13	3	3	6	4	4	4	3	3	3	3	4	28
2	3	3	3	3	12	3	3	6	4	3	3	3	3	3	3	3	25
3	3	4	4	3	14	3	4	7	3	3	4	4	3	4	4	3	28
4	3	3	3	3	12	4	3	7	4	3	3	3	3	3	3	3	25
5	3	4	4	3	14	3	4	7	2	4	4	3	2	2	3	3	23
6	3	3	3	3	12	3	3	6	3	3	2	3	3	3	3	3	23
7	3	3	4	3	13	3	3	6	3	3	3	4	3	3	3	3	25
8	4	4	3	4	15	4	4	8	4	4	3	4	3	3	3	3	27

**Lampiran 6. Dokumentasi Pengambilan Data**





Gambar 16. Dokumentasi Pengambilan Data

## Lampiran 7. Surat Pengajuan Pembimbing



KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta, 55281.

Nomor : 249/PKL/VIII/2020  
Lamp. : 1 Eksemplar proposal  
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada Yth

Bapak : Dr. Or. Mansur, M.S

Disampaikan dengan hormat, bahwa dalam rangka penyelesaian tugas akhir, dimohon kesediaan Bapak / Ibu untuk membimbing mahasiswa di bawah ini :

Nama : Rizki Adien Umar Dianto  
NIM : 16602241062

Dan telah mengajukan proposal skripsi dengan judul/topik :

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JUGGLING UNTUK ANAK USIA DINI KU-12  
TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR MATARAM

Demikian atas kesediaan dan perhatian dari Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 24 Agustus 2020

Kajur PKL,

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

\*) *Blangko ini kalau sudah selesai  
Bimbingan dikembalikan ke Jurusan PKL  
Menurut BAN PT lama Bimbingan minimal 8 kali*

## Lampiran 8. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

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

Nomor : 432/UN34.16/PT.01.04/2020

10 November 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

**Yth . Ketua Umum Sekolah Sepak Bola Sinar Mataram  
Lapangan 3B, Kalurahan, Kecamatan, Jl. Yos Sudarso No.7, RT.05/RW.03, Kotabaru,  
Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55224**

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

Nama : Rizki Adien Umardianto  
NIM : 16602241062  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JUGGLING UNTUK ANAK  
USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR  
MATARAM  
Waktu Penelitian : 14 - 30 November 2020

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

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

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



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

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

Nomor : 433/UN34.16/PT.01.04/2020

10 November 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Ketua Umum Sekolah Sepak Bola MATRA  
Meguwo, Maguwoharjo, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta  
55281

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

Nama : Rizki Adien Umardianto  
NIM : 16602241062  
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN JUGGLING UNTUK ANAK  
USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SINAR  
MATARAM  
Waktu Penelitian : 12 November - 12 Desember 2020

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

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

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

## Lampiran 9. Surat Permohonan Ahli Materi dan Ahli Media

### PERMOHONAN VALIDASI MATERI

Hal : Permohonan Kesiediaan Validasi Instrumen  
Lampiran : 4 Lembar

Yth. Bapak, Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.or  
Dosen FIK UNY,

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SSB SINAR MATARAM". Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli materi untuk Validasi Instrumen saya yang berjudul "Pengembangan Buku *juggling* Sepak Bola: Melatih Keterampilan *Juggling*", yang dibuat oleh:

Nama : Rizki Adien Umardianto  
NIM : 16602241062  
Jurusan/Prodi : PKL/PKO  
Dosen Pembimbing : Dr. Or. Mansur, M.S


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


Yogyakarta, 3 November 2020

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

Peneliti

  
Dr. Or. Mansur, M.S.  
NIP. 195705191985021001

  
Rizki Adien Umar Dianto  
NIM. 16602241062

**PERMOHONAN VALIDASI MEDIA**

Hal : Permohonan Kesiediaan Validasi Instrumen  
Lampiran : 5 Lembar

Yth. Bapak, Drs. Herwin, M.Pd  
Dosen FIK UNY,

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *JUGGLING* UNTUK ANAK USIA DINI KU 11-12 TAHUN DI SSB SINAR MATARAM". Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli media untuk Validasi Instrumen saya yang berjudul "Pengembangan Buku *juggling* Sepak Bola: Melatih Keterampilan *Juggling*", yang dibuat oleh:

Nama : Rizki Adien Umardianto  
NIM : 16602241062  
Jurusan/Prodi : PKL/PKO  
Dosen Pembimbing : Dr. Or. Mansur, M.S

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

Yogyakarta, 21 Oktober 2020

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Dr. Or. Mansur, M.S.  
NIP. 195705191985021001

Peneliti



Rizki Adien Umar Dianto  
NIM. 16602241062

## Lampiran 10. Surat Keterangan Validasi Ahli Materi dan Ahli Media

### SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

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

NIP : 198405212008121001

Setelah membaca, menelaah, dan mencermati instrumen penelitian berupa penilaian unjuk kerja yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Pengembangan Buku *juggling* Sepak Bola: Melatih Keterampilan *Juggling*" yang dibuat oleh :

Nama : Rizki Adien Umar Dianto

NIM : 16602241062

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan instrumen penilaian unjuk kerja tersebut (√)

Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi

Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran

Tidak Layak

Catatan bila perlu :

---

---

---

Demikian keterangan ini dibuat dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 3 November 2020

Ahli Materi



Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.or  
NIP. 198405212008121001

**SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Herwin, M.Pd.

Setelah membaca, menelaah, dan mencermati instrumen penelitian berupa penilaian unjuk kerja yang akan digunakan untuk penelitian berjudul "Pengembangan Buku *juggling* Sepak Bola: Melatih Keterampilan *Juggling*" yang dibuat oleh :

Nama : Rizki Adien Umar Dianto

NIM : 16602241062

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Dengan ini menyatakan instrumen penilaian unjuk kerja tersebut (√)

Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi

Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran

Tidak Layak

Catatan bila perlu :

Menambahkan sumber pustaka oleh Balaram,  
melengkapi diagram gambar dan daftar pustaka

Demikian keterangan ini dibuat dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Oktober 2020  
Ahli Media

Drs. Herwin, M.Pd  
NIP. 196502021993121001

## Lampiran 11. Surat Pernyataan Kelayakan Validasi Ahli Materi dan Ahli Media

### Surat Pernyataan Ahli Materi

Yang bertanda tangan di bawah ini:

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

NIP : 198405212008121001

Jabatan : Dosen Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa buku pedoman latihan "*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*" dalam penelitian tugas akhir skripsi yang berjudul "*Pengembangan Model Latihan Juggling untuk Anak Usia Dini KU 11-12 Tahun di Sekolah Sepak Bola Sinar Mataram*" oleh:

Nama : Rizki Adien Umardianto

NIM : 16602241062

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

dari segi materi sudah memenuhi persyaratan dan layak untuk dilakukan uji coba produk.

Yogyakarta, .....<sup>27/11</sup>..... 2020

Reviewer



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

### Surat Pernyataan Ahli Media

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. Herwin, M.Pd.

NIP : 19650201993121001

Jabatan : Dosen Prodi Pendidikan Keperawatan Olahraga

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa buku pedoman latihan “*Juggling Sepak Bola: Melatih Keterampilan Juggling*” dalam penelitian tugas akhir skripsi yang berjudul “**Pengembangan Model Latihan *Juggling* untuk Anak Usia Dini KU 11-12 Tahun di Sekolah Sepak Bola Sinar Mataram**” oleh:

Nama : Rizki Adien Umardianto

NIM : 16602241062

Prodi : Pendidikan Keperawatan Olahraga

dari segi media sudah memenuhi persyaratan dan layak untuk dilakukan uji coba produk.

Yogyakarta, <sup>23/11</sup>..... 2020

Reviewer



Drs. Herwin, M.Pd.

## Lampiran 12. Angket Validasi Ahli Materi dan Ahli Media

### INSTRUMEN PENILAIAN DATA UNTUK AHLI MATERI

Berilah tanda *Check List* (✓) pada kolom penilaian yang telah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan :

- STL : Sangat Tidak Layak
- TL : Tidak Layak
- CL : Cukup Layak
- L : Layak
- SL : Sangat Layak

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN				
		STL (1)	TL (2)	CL (3)	L (4)	SL (5)
A.	Kelayakan Isi					
1.	Materi di dalam "Pengembangan Buku <i>Juggling</i> Sepak Bola: Melatih Keterampilan <i>Juggling</i> " sudah sesuai		✓			
2.	Materi yang disajikan secara sederhana dan jelas.			✓		
3.	Materi dan gambar <i>Juggling</i> disajikan secara runtut.		✓			
4.	Kesesuaian materi dengan judul buku.			✓		
5.	Kebermaknaan penggunaan materi untuk pelatih dan atlet sepak bola.			✓		
B.	Kelayakan Konsep					
1.	Gambar yang disajikan sudah sesuai dengan buku <i>Juggling</i> Sepak Bola: Melatih Keterampilan <i>Juggling</i>		✓			
2.	Gambar yang disajikan mudah untuk dipahami		✓			
3.	Bahasa yang digunakan mudah dipahami oleh pelatih dan atlet sepak bola.			✓		
4.	Penulisan model <i>Juggling</i> Sepak Bola sesuai dengan Teknik <i>Juggling</i>		✓			
5.	Buku " <i>Juggling</i> Sepak Bola: Melatih Keterampilan <i>Juggling</i> " memiliki tujuan yang jelas untuk pembelajaran keterampilan <i>Juggling</i>		✓			

**Komentar dan Saran :**

- 1) jrd. mat menggunakan 1 gambar
- 2) guru menerangkan konsep dan definisi
- 3) Untuk jrd. mat materi konsep dan definisi

### INSTRUMEN PENILAIAN DATA UNTUK AHLI MEDIA

Berilah tanda *Check List* (✓) pada kolom penilaian yang telah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan :

- STL : Sangat Tidak Layak
- TL : Tidak Layak
- CL : Cukup Layak
- L : Layak
- SL : Sangat Layak

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN				
		STL (1)	TL (2)	CL (3)	L (4)	SL (5)
A.	TAMPILAN					
1.	Kesesuaian desain buku (Daya Tarik, format, perpaduan warna, tampilan halaman sampul)				✓	
2.	Jenis dan ukuran huruf sudah sesuai dan menarik				✓	
3.	Perpaduan komposisi warna sudah sesuai dan menarik				✓	
4.	Perpaduan warna dan ukuran gambar pada buku sudah tepat guna dan serasi				✓	
5.	Resolusi gambar pada buku bagus (tidak terlalu blur)				✓	
6.	Kesesuaian komposisi tata letak (judul, teks, gambar dll)			✓		
7.	Kesesuaian semua ilustrasi berupa gambar dan tabel yang			✓		

	ditampilkan dalam buku					
8.	Kesesuaian urutan antar sub topik				✓	
9.	Ketepatan penggunaan bold, underline, italic, dan capital dalam memberikan tekanan dan membedakan bagian yang penting			✓		
<b>B.</b>	<b>TATA BAHASA</b>					
10.	Penggunaan bahasa Indonesia yang digunakan sesuai dengan kaidah bahasa baku Indonesia dan mudah dipahami				✓	
11.	Penggunaan kalimat yang komunikatif dan interaktif sehingga memudahkan pengguna untuk memahami materi			✓		
12.	Penggunaan tanda baca yang tepat				✓	
13.	Penggunaan kalimat yang tepat sehingga tidak menimbulkan makna ganda				✓	
14.	Penggunaan istilah-istilah dalam sepak bola yang tepat				✓	
15.	Penggunaan kalimat yang sederhana dan mudah dipahami				✓	
16.	Kejelasan spasi vertikal dan horizontal sehingga bagian satu dan lainnya nampak terpisah				✓	

C.	PENGUNAAN					
17.	Buku sesuai dengan tujuan				✓	
18.	Buku mampu menyajikan semua komponen materi dengan jelas			✓		
19.	Gambar yang ditampilkan pada buku memudahkan anda untuk memahami materi				✓	
20.	Tabel yang ditampilkan pada buku memudahkan anda untuk memahami materi				✓	
21.	Buku pembelajaran lebih praktis untuk digunakan				✓	
22.	Buku dapat digunakan sesuai petunjuk			✓		
<b>TOTAL</b>						

**Komentar dan Saran**

- cover, menuliskan nama dosen pembimbing
  - Kata pengantar
  - pendahuluan, SSB, atau ?
  - Gambar Case + uraian tabel
  - kutipan literatur sesuai dengan topik masalah
  - bagian gambar dihilangkan, cukup dengan petak-petak saja dan sangat jelas.
- F

### Lampiran 13. Angket Uji Coba Kelompok Kecil

#### INSTRUMEN PENILAIAN UJI COBA

Berilah tanda *Check List* (✓) pada kolom penilaian yang telah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan :

- STS : Sangat Tidak Sesuai/Sangat Tidak Layak
- TS : Tidak Sesuai/Tidak Layak
- S : Sesuai/Layak
- SS : Sangat Sesuai/Sangat Layak


NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN			
		STS (1)	TS (2)	S (4)	SS (5)
<b>A.</b>	<b>KELAYAKAN ISI</b>				
1.	Buku ini mampu menjelaskan latihan juggling sepak bola dengan jelas dan mudah dipahami				✓
2.	Isi materi membantu anda untuk mengetahui latihan juggling sepak bola dengan baik				✓
3.	Isi materi menarik untuk dipelajari			✓	
4.	Gambar yang terdapat pada buku membantu anda untuk memahami latihan juggling sepak bola dengan baik				✓
<b>B.</b>	<b>TATA BAHASA</b>				
5.	Bahasa yang digunakan pada buku ini mudah dipahami				✓
6.	Penggunaan istilah-istilah umum cukup mudah dipahami				✓
<b>C.</b>	<b>TAMPILAN DAN PENGGUNAAN</b>				
7.	Buku ini mudah dipelajari dan diaplikasikan				✓

8.	Teks pada buku mudah dibaca				✓
9.	Warna tulisan serasi dengan warna background buku				✓
10	Buku ini memudahkan anda dalam belajar memahami latihan juggling sepak bola				✓
11	Gambar pada buku ini sesuai dengan fungsinya			✓	
12	Gambar pada buku ini terlihat jelas				✓
13	Gambar sesuai dengan materi yang disajikan di buku				✓
14	Kalimat petunjuk melakukan jelas dan mudah dipahami				✓
<b>TOTAL</b>					

**Komentar dan Saran**

- " Senyaga dengan adanya buku ini bisa membantu adik,"  
dalam memahami teknik ~~seperti~~ dasar senyaga yang  
baik dan benar"
- " Senyaga dan muncul buku buku seperti ini lagi agar  
meningkatkan anda," beralah seperti kata. "Ba"

Yogyakarta, 17 -NOV 2020

  
(.....Denny Hermanto.....)

## Lampiran 14. Angket Uji Coba Kelompok Besar

### INSTRUMEN PENILAIAN UJI COBA

Berilah tanda *Check List* (✓) pada kolom penilaian yang telah disediakan yang Anda anggap sesuai dengan pernyataan atau pertanyaan.

Keterangan :

- STS : Sangat Tidak Sesuai/Sangat Tidak Layak
- TS : Tidak Sesuai/Tidak Layak
- S : Sesuai/Layak
- SS : Sangat Sesuai/Sangat Layak


NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN			
		STS (1)	TS (2)	S (4)	SS (5)
<b>A. KELAYAKAN ISI</b>					
1.	Buku ini mampu menjelaskan latihan juggling sepak bola dengan jelas dan mudah dipahami			✓	
2.	Isi materi membantu anda untuk mengetahui latihan juggling sepak bola dengan baik			✓	
3.	Isi materi menarik untuk dipelajari			✓	
4.	Gambar yang terdapat pada buku membantu anda untuk memahami latihan juggling sepak bola dengan baik			✓	
<b>B. TATA BAHASA</b>					
5.	Bahasa yang digunakan pada buku ini mudah dipahami			✓	
6.	Penggunaan istilah-istilah umum cukup mudah dipahami			✓	
<b>C. TAMPILAN DAN PENGGUNAAN</b>					
7.	Buku ini mudah dipelajari dan diaplikasikan			✓	

8.	Teks pada buku mudah dibaca			✓	
9.	Warna tulisan serasi dengan warna background buku		✓		
10	Buku ini memudahkan anda dalam belajar memahami latihan juggling sepak bola			✓	
11	Gambar pada buku ini sesuai dengan fungsinya			✓	
12	Gambar pada buku ini terlihat jelas			✓	
13	Gambar sesuai dengan materi yang disajikan di buku			✓	
14	Kalimat petunjuk melakukan jelas dan mudah dipahami			✓	
<b>TOTAL</b>					

**Komentar dan Saran**

- Untuk Gambar bisa dibuat lebih terang biar terlihat lebih jelas dan menarik

Yogyakarta, 15 Nov 2020

  
(..... ANANG DWI P. ....)