

**PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL
BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA KELOMPOK
USIA 12-13 TAHUN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Menyusun Skripsi
guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Disusun oleh :
Aldhitama Pangesta
NIM 13602241094

PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020

PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA KELOMPOK USIA 12-13 TAHUN

Oleh :

Aldhitama Pangesta

NIM 13602241094

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan suatu media berupa produk pengembangan buku peningkatan mental bermain sepakbola kelompok untuk sekolah sepakbola kelompok usia 12-13 tahun.

Metode penelitian yang digunakan adalah *research and development*, yang menggunakan lima langkah dalam penelitian pengembangan. Pengembangan buku peningkatan mental ini divalidasi oleh satu ahli materi dan satu ahli media. Diuji cobakan 5 pelatih dalam ujicoba kelompok kecil dan 15 pelatih SSB di Kabupaten Gunungkidul. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah angket skala penilaian dan lembar evaluasi.

Hasil analisis data pada penelitian pengembangan buku Peningkatan Mental Bermain Sepakbola untuk SSB Kelompok Usia 12-13 Tahun dapat digunakan sebagai buku dengan prosentase hasil validasi ahli, kelayakan dari buku buku peningkatan mental bermain sepakbola meliputi: dari ahli materi memperoleh persentase 75% dalam kategori layak dan ahli media memperoleh persentase 89% dengan kategori sangat layak, pada ujicoba kelompok kecil hasil penilaian kualitas produk ini adalah “Layak” dengan persentase 75,7% kemudian dalam ujicoba kelompok besar mendapatkan persentase sebesar 83,58% dan dikategorikan “Sangat Layak”.

Kata kunci: *Sepakbola, Peningkatan Mental, Model buku*

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi


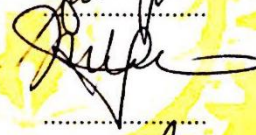

PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA KELOMPOK USIA 12-13 TAHUN

Disusun oleh:
Aldhitama Pangesta
13602241094

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Kependidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 14 Juli 2020

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nawan Primasoni, S.Pd. Kor., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		3-8-2020
Herwin, M.Pd. Sekretaris Penguji		4-8-2020
Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. Penguji		4-8-2020

Yogyakarta, 4 Agustus 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 50301 199001 1 001

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL
BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA KELOMPOK
USIA 12-13 TAHUN**

Disusun oleh:

Aldhitama Pangesta

NIM 13602241094

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan

Yogyakarta, || Juni 2020

Mengetahui,
Ketua Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Nawan Primasoni S.Pd Kor., M.Or
NIP. 198405212008121001

SURAT PERNYATAAN

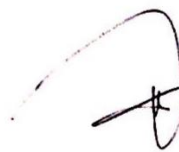
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aldhitama Pangesta
NIM : 13602241094
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul TAS : Pengembangan Model Buku Peningkatan mental
Bermain Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola
Kelompok Usia 12-13 Tahun

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

Yogyakarta, 24 Mei 2019

Yang Menyatakan



Aldhitama Pangesta

NIM 13602241094

MOTTO

Usaha tidak akan pernah mengkhianati hasil

PERSEMBAHAN

- Kedua orangtua tercinta Ayah Surono dan Ibu Suratni yang dengan segenap jiwara dengan sepenuh hati selalu menyayangi, mendo'akan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan yang tak ternilai.
- Kakak Ditya Bayu Pangesta yang selalu memberikan motivasi, dukungan serta bimbingan.
- Adik saya Nugraheni Pangestika yang selalu memberikan dukungan
- Keluarga, sahabat-sahabat, dan orang terdekat saya yang selalu memberikan suntikan semangat dan doa.
- Segenap pengurus serta rekan-rekan SSB Comasda Muda, PS Comasda yang selalu memberikan saran, bantuan, dan semangat yang luar biasa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bermain Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun” dapat diselesaikan dengan lancar.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Nawan Primasoni, S.Pd. Kor., M.Or sebagai pembimbing skripsi yang dengan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan ilmunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Ratna Budiarti S.Pd. Kor., M.Or selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberi nasehat dan saran sehingga perkuliahan berjalan lancar.
3. Ibu Dr. Dra Endang Rini Sukamti, M.S. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan dan ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penyusunan skripsi.
4. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin untuk menyusun tugas akhir skripsi.
5. Bapak Drs. Subagyo Irianto, M.Pd. sebagai ahli materi yang telah memberikan ilmu dan masukan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
6. Bapak Nawan Primasoni, S.Pd. Kor., M.Or sebagai ahli media yang telah memberikan masukan dan sarannya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Segenap pelatih dan pengurus SSB Comasda Muda yang telah membantu saya.
8. Keluarga PKO A 2013 yang sudah memberikan kenangan tak terlupakan selama masa perkuliahan.

9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas bantuan dan perhatian selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, 19 Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Spesifikasi Produk Yang Dikembangkan	13
G. Manfaat Pengembangan.....	13
H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	15
A. Kajian Teori	15
B. Penelitian yang Relevan.....	28
C. Kerangka Pemikiran	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Metode Penelitian	33
B. Prosedur Penelitian dan Pengembangan	36
C. Ujicoba Produk	38
D. Sumber Data	38
E. Metode dan Alat Pengumpul Data.....	39
F. Metode Analisis Data.....	40

G. Langkah Membuat Buku.....	40
H. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL PENGEMBANGAN DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Pengembangan Produk Model Buku Peningkatan Mental.....	44
1. Deskripsi Analisis Kebutuhan.....	44
2. Deskripsi Pengembangan Produk Awal.....	45
3. Pembuatan Produk Awal.....	45
4. Validasi Ahli	46
5. Ujicoba Produk	54
6. Produk Akhir.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
A. Kesimpulan	60
B. Implikasi.....	60
C. Keterbatasan.....	61
D. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori Persentase Kelayakan	36
Tabel 2. Validasi Ahli Materi Aspek Kelayakan Isi	39
Tabel 3. Validasi Ahli Materi Aspek Kelayakan Penyajian	40
Tabel 4. Validasi Ahli Materi Penilaian Bahasa	40
Tabel 5. Validasi Ahli Materi Penilaian Materi Mental	41
Tabel 6. Hasil Validasi Ahli Materi	42
Tabel 7. Validasi Ahli Media	43
Tabel 8. Hasil Validasi Ahli Media.....	46
Tabel 9. Hasil Ujicoba Kelompok Kecil	47
Tabel 10. Aspek Penilaian Ujicoba Kelompok Besar	49
Tabel 11. Hasil Ujicoba Kelompok Besar.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berfikir.....	25
Gambar 2. Desain Penelitian Pengembangan	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan dan Pernyataan Ahli Materi	58
Lampiran 2. Instrumen Penilaian Ahli Materi	59
Lampiran 3. Surat Permohonan Ahli Media	60
Lampiran 4. Instrumen Penilaian Ahli Media	61
Lampiran 5. Angket Uji Coba Produk Kelompok Kecil.....	62
Lampiran 6. Angket Uji Coba Produk Kelompok Besar	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pangkostrad Letjen Edy Rahmayadi terpilih menjadi ketua umum PSSI 2016-2020 setelah mendapatkan 76 suara dalam Kongres Biasa Pemilihan (cnnindonesia.com). PSSI saat ini dipimpin oleh Letjen TNI Edy Rahmayadi. Pada tahun 2018 ini kompetisi di Indonesia telah bergulir untuk Liga 1 atau kasta tertinggi di Indonesia. Kompetisi tertinggi dengan nama kompetisi Gojek Liga 1 ini diikuti oleh 18 tim dengan 3 klub terbawah akan terdegradasi ke Liga 2. PSSI dapat dikatakan mulai dari nol karena sempat dua tahun di suspend oleh FIFA, yaitu badan tertinggi sepakbola seluruh dunia.

Sepakbola merupakan olahraga yang banyak digemari oleh mayoritas masyarakat Indonesia. Permainan yang dilakukan oleh sebelas pemain melawan sebelas pemain dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan, dengan demikian itu sebuah tim disebut juga dengan kesebelasan. Sepakbola tidak hanya digemari oleh kaum adam akantetapi juga digemari oleh perempuan. Sepakbola bagi masyarakat Indonesia sangatlah tidak asing, apalagi bagi anak-anak dan anak muda. Maka tidak bisa dimungkiri lagi, sepakbola adalah olahraga favorit di muka Bumi ini (tribunjateng.com).

Danurwindo (2017), menjelaskan bahwa empat unsur penting dalam membangun pembinaan sepakbola. Unsur Fisik seperti latihan kekuatan, power atau daya ledak, kelincahan, kecepatan, daya tahan dan lain-lain. Unsur kedua ialah unsur Teknik, unsur teknik meliputi bagaimana cara passing atau

mengumpan, control atau menghentikan bola, shooting atau menembak, dribbling atau menggiring, heading atau menyundul bola. Beberapa teknik dasar tersebut harus dikuasai dalam pembinaan. Unsur ketiga adalah Taktik, yang meliputi bagaimana taktik dalam permainan seperti cara pressing, memahami taktik dan strategi dalam permainan.

Soal taktik, kata dia, harusnya sudah ditanamkan sejak usia dini. “Seperti yang saya terapkan saat ini di timnas U-22. Di Spanyol ini merupakan materi buat usia muda. Namun, tak masalah, ini tugas saya dan ini pekerjaan rumah bagi saya,” tandas dia (jawapos.com) komentar Luis Milla saat menangani Timnas Indonesia U-22. Unsur terakhir yaitu unsur mental, unsur mental meliputi fokus, konsentrasi, percaya diri, rasa semangat, keberanian, daya juang dan lain-lain. Keempat unsur tersebut memiliki kaitan yang sama pentingnya untuk dilatih, terutama unsur teknik dan fisik karena pentingnya dalam permainan sepakbola unsur tersebut berpengaruh lebih utama.

Permainan sepakbola yang bermain selama 2 x 45 menit bagi pemain dewasa cukup menguras tenaga. Faktor fisik yang kurang menjadikan permainan kurang berjalan sesuai taktik. Subagyo (2016) menjelaskan bahwa selain penguasaan teknik dan taktik, unsur fisik merupakan komponen penting yang harus dikembangkan oleh pemain sepak bola. Unsur fisik yang meliputi strength (kekuatan), local endurance (daya tahan otot), power (daya ledak), speed (kecepatan) dan daya tahan paru-paru.

Kelima unsur tersebut perlu dilatih untuk meningkatkan performa pemain. Strength (kekuatan) berguna ketika pemain melakukan body contact atau kontak

tubuh ketika perebutan bola, juga ketika pemain melindungi bola dari lawan. Ketika bermain seorang pemain akan melakukan gerakan berulang kali, seperti berlari, mengumpan, menggiring atau beberapa kombinasi dalam bermain, local endurance (daya tahan otot) dalam bermain diperlukan untuk pemain supaya tidak mengalami kelelahan otot. Power atau daya ledak diperlukan ketika pemain melakukan tendangan yang keras, melakukan lompatan ketika akan menyundul bola atau ketika pemain dalam posisi jalan lalu diharuskan sprint pendek dengan cepat. Speed (kecepatan) tentu dapat dilihat secara langsung bahwa berguna untuk sprint, mengejar bola, juga ketika mengejar lawan ketika dilewati. Kemudian gerakan berlari yang terus menerus yang dilakukan secara pelan dan cepat atau keduanya diperlukan daya tahan otot paru-paru.

Sepakbola sangatlah berkaitan mengenai fisik, teknik, taktik, dan mental. Seseorang dengan skill individu dan teamwork yang baik dengan mental bertanding dalam bermain kurang baik maka dalam permainan akan berjalan kurang baik, sehingga tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal dalam sebuah pertandingan tersebut. Fokus dalam kerjasama tim termasuk fakta dan gambaran dari pemain sepakbola yang terkenal untuk mendorong pemain muda dalam bekerja dan bermain bersama (Clive Gifford: 2010). Kekuatan fokus yang baik akan membantu pemain meningkatkan performa, bagaimana teknik dan fisik pemain akan teruji dalam pertandingan.

Menurut Herwin (2004:78) permainan sepakbola merupakan permainan yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik, dan mental. Pada akhirnya mental merupakan hal yang utama dalam pertandingan, seorang anak

ketika memiliki mental bertanding yang kurang baik, maka saat pertandingan tidak akan mampu menerapkan strategi yang diatur oleh pelatih. Seorang pemain dapat menimbulkan efek seperti kurang fokus, tidak percaya diri dari rendahnya mental bertanding pemain sepakbola. Bermain sepakbola tentunya faktor mental sangatlah berpengaruh dalam sebuah pertandingan. Mental bermain bukan hanya bagaimana kita dapat mengendalikan pikiran kita untuk terus dapat konsentrasi dalam sebuah pertandingan.

Mengamati sebuah Turnamen Total Liga Gocex di Gunungkidul 2018, mempertandingkan usia 12 tahun. Terlihat seorang anak yang cenderung tidak aktif, namun memiliki keterampilan yang bagus ketika pemanasan. Ketika bertanding semua hilang, nampak terlihat keringat dingin, tidak konsentrasi ketika akan bermain. Ada pula seorang anak sebelum bertanding sudah sering ke kamar mandi untuk buang air, ada pula anak yang ingin muntah saat melihat keriuhan sebelum pertandingan.

Meningkatnya stres saat pertandingan akan menyebabkan pemain bereaksi secara negatif, mulai dalam hal fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Mereka dapat menjadi tegang yang ditandai dengan denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingan, hingga kemudian sulit berkonsentrasi (Luchinta, 2018). Beberapa hal tersebut kemungkinan terjadi juga pada anak usia 12-13 tahun, mereka yang pertama kali akan menghadapi pertandingan berkeringat dingin, juga peneliti melihat anak yang bermain merasa dirinya takut. Waktu SSB Comasda mengikuti Turnamen Wirokerten Cup di Bantul, ada satu waktu dimana peneliti bertanya secara

langsung mengapa mereka takut dalam bermain. Mayoritas mereka takut dalam membawa bola, takut kalah, takut kehilangan bola.

Rendahnya mental pada anak perlu diteliti, pelatih harus mengetahui cara untuk meningkatkan. Bukan berarti seorang anak harus dalam paksaan pelatih dan orangtua. Pada masa perkembangan akan terus berkembang, dan apabila tepat dalam melatihnya bisa menjadi mental juara.

Kurang kuatnya mental bertanding tentu akan mengakibatkan permainan para pemain dalam pertandingan tidak berjalan dengan baik, tidak sesuai taktik yang diterapkan, hingga sulitnya pemain mengaplikasikan latihannya dalam sebuah pertandingan. Tentu banyak hal negatif dari kurangnya mental bertanding anak.

Membangun mental juara pada anak dapat dilakukan apabila kita mampu mengetahui faktor-faktor mengenai kesiapan mental pada anak. Pelatih juga diharapkan mampu memahami, mengetahui tentang apa saja yang menjadikan anak kurang siap mental dalam bermain sepakbola dalam sebuah pertandingan. Kurang siap mental anak dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu malas latihan, minder, mudah menyerah, putus asa, tidak semangat/loyo perubahan tersebut harus dimulai oleh pelatih dengan memahami kondisi anak. Apabila kita bandingkan seorang anak yang sudah lama bermain atau mengikuti SSB dengan anak yang baru pertama kali mengikuti akan terlihat perbedaan. Anak yang rajin berlatih dan anak yang jarang berlatih akan mempunyai perbedaan dalam kesiapan mental bertanding.

Striker Persipura Jayapura Boaz Solossa kembali menghadirkan sensasi ketika terlambat memenuhi batas waktu pemanggilan mengikuti pelatnas timnas senior. Nama Boaz pun akhirnya dicoret pelatih Alfred Riedl dari skuad pelatnas Piala AFF 2010 (goal.com). berita tersebut panas ketika pelatih timnas Indonesia Alfred Riedl mencoret boaz dari pelatnas karena indisipliner terlambat datang dipelatnas. Menurut Reidl indisipliner akan mempengaruhi kesiapan dalam tim, mempengaruhi kesiapan dari segi teknik, taktik, fisik juga mental.

Ketertarikan peneliti untuk mengambil penelitian mengenai mental bermain sepakbola oleh anak-anak sekolah sepakbola ialah masih sedikitnya peneliti yang mengambil penelitian tentang mental anak. Terlebih juga dalam peningkatan mental anak dan meningkatkan mental anak sangat berpengaruh dalam perkembangan bermain sepakbola. Pada usia anak-anak, mental bermain masih mengandalkan semangat dan mudah sekali down ketika dalam situasi buruk saat bermain. Pelatih dalam melatih sekolah sepakbola masih terfokus dalam peningkatan keterampilan dasar dan lanjut dalam sepakbola, hingga kurangnya pelatih memberi arahan mengenai meningkatkan mental bermain untuk anak-anak sekolah sepakbola.

Kondisi mental yang kurang baik karena beberapa faktor seperti kalah yang berurutan, kelelahan, tekanan penonton. Semua itu dapat membuat konsep bermain buyar dan tidak sesuai dengan yang direncanakan. Menuju kesuksesan dalam melatih bukan hal yang instan oleh seorang pelatih, melalui sebuah perencanaan, perogram, hingga pelaksanaan harus terstruktur dengan baik. Selain

mengetahui karakteristik usia dan tujuan latihan. Seorang pelatih juga harus sebagai pengendali latihan.

Tentu pentingnya edukasi mengenai peningkatan mental pemain sangat penting untuk menstabilkan psikologis pemain. Federation Internationale des associations de Footballeurs Professionnels (FIFPro) organisasi perwakilan pemain sepakbola profesional menyatakan publikasian hasil penelitian itu ditujukan agar muncul kesadaran dalam dunia sepakbola untuk menangani secara dini atas risiko masalah mental pesepakbola (cnnindonesia.com). Pentingnya pengetahuan pelatih tentang masalah mental harus diketahui sejak dini oleh seorang pelatih.

Selain itu tidak semua pelatih SSB memiliki sertifikat dari PSSI untuk melatih sepakbola. Hingga dalam menangani anak usia 12-13 tahun sama dengan menangani usia yang sudah dewasa. Tentunya dalam penanganan memiliki perbedaan antara anak dan orang dewasa. Mental anak sangatlah dipengaruhi oleh beberapa hal, pengaruh tersebut bisa dari luar diri anak tersebut bahkan bisa berasal dari dirinya sendiri.

Sugiyanto pelatih SSB Putra Handayani (PH) di Gunungkidul berpendapat bahwa dalam latihan, mental jarang dilatih secara terstruktur karena minim pengetahuan mengenai masalah mental diusia 12-13 tahun. Terkadang pelatih sering mengungkapkan bahwa mental akan kuat seiring dengan perkembangan anak. Pada usia 12-13 tahun mental bertanding selain akan mempertebal mentalnya dan memperkuat mentalnya, pelatih juga harus menerapkan dalam

latihan mengenai mental seperti konsentrasi, fokus dan percaya diri. Hal tersebut masih jarang dilakukan oleh seorang pelatih ketika melatih pemainnya.

Selain karena media untuk belajar seorang pelatih kurang, artikel yang masih sedikit tentang mental bertanding seorang anak. Sehingga pelatih merasa kesulitan untuk melatih mental secara terprogram kepada anak didiknya. Beberapa hal yang menjadikan penelitian pengembangan ini menarik untuk dilakukan yaitu terbatasnya informasi mengenai peningkatan mental untuk sekolah sepakbola.

Dodi R pelatih SSB Comasda Muda Gari Gunungkidul menambahkan bahwa kurangnya media referensi bagi pelatih tentang peningkatan mental untuk anak usia 12-13 tahun pelatih cukup kesulitan dalam meningkatkan mental khusus usia 12-13 tahun ungkap pelatih SSB Comasda. Kebanyakan sebuah buku masih mengacu pada peningkatan mental untuk usia dewasa. Sehingga akan berpengaruh terhadap rendahnya mental bertanding sepakbola pada usia 12-13 tahun.

Hasil dari wawancara dengan pelatih SSB mendapatkan inti permasalahan bahwa masih sedikitnya pelatih yang mampu memahami kondisi mental anak, bagaimana meningkatkan mental anak dalam bermain sepakbola. hal tersebut juga disebabkan karena masih sedikitnya literasi, baik artikel, buku atau media lain yang memfokuskan tentang pembahasan upaya meningkatkan mental bermain sepakbola untuk Sekolah Sepakbola (SSB) kelompok usia 12-13 tahun.

Berpengaruhnya mental bertanding akan terinci pada sebuah pengaruh dalam diri pemain, seperti berkurangnya konsentrasi, fokus, serta percaya diri pada pemain usia 12-13 tahun. Tentunya ini akan berdampak pada permainan

dalam sebuah pertandingan yang kemudian perlunya sebuah media informasi pengetahuan guna meningkatkan serta mengurangi masalah yang terjadi yaitu rendahnya mental bertanding dan masih terbatasnya media pengetahuan mengenai peningkatan mental bertanding anak usia 12-13 tahun.

Pengalaman peneliti melatih SSB Putra Handayani Gunungkidul saat menangani pemain kelompok usia 10 tahun. Ketika itu anak tersebut rajin, tidak banyak bicara hal yang tidak penting dalam bermain sepakbola dan memperhatikan dalam latihan serta serius dalam berlatih. Ketika bertanding anak tersebut bermain dengan maksimal, tanpa berfikir menang atau kalah namun tetap menunjukkan kemampuannya. Hingga ada pertandingan di Stadion Pacitan. Anak tersebut sebelum pertandingan mengalami keringat dingin, merasakan dirinya batuk akan muntah. Muka pucat hingga diberi motivasi oleh seorang pelatih. Namun anak tersebut bermain dalam pertandingan dengan menangis tanpa tahu sebabnya.

Masalah mental dalam pemain sepakbola dapat dipengaruhi oleh ketegangan dan kecemasan terhadap yang dihadapinya. Menurut Singgih D. Gunarsa (2008:65-66) adapun gejala psikis antara lain sebagai berikut:

1. Pengaruh dalam kondisi kefaalan
 - a. Denyut jantung meningkat. Artinya, atlet akan merasakan debaran jantung yang lebih keras atau lebih cepat.
 - b. Telapak tangan berkeringat.
 - c. Mulut kering, yang mengakibatkan bertambahnya rasa haus.

- d. Gangguan-gangguan pada perut atau lambung, baik yang benar-benar menimbulkan luka pada lambung maupun yang sifatnya semu seperti mual-mual
 - e. Otot-otot pundak dan leher menjadi kaku. Kekakuan pada leher dan pundak merupakan ciri yang banyak ditemui pada penderita stress.
2. Pengaruh pada aspek psikis
- a. Atlet menjadi gelisah
 - b. Gejolak emosi naik turun.
 - c. Konsentrasi terhambat sehingga kemampuan berfikir menjadi kacau.
 - d. Kemampuan membaca permainan lawan menjadi tumpul
 - e. Keragu-raguan dalam mengambil keputusan

Kecemasan yang terjadi pada pemain sepakbola kelompok usia 12-13 tahun akan mempengaruhi permainan mereka. Beberapa ciri diatas menandakan bahwa kecemasan memang perlu ditangani dengan benar. Kecemasan biasanya terjadi karena mendapatkan hal yang baru, yang tidak sesuai dengan harapan yang dipikirkan. Hal yang paling baik adalah bagaimana seorang pemain dapat merubah reaksi negatif dari pengaruh psikologi atlet menjadi kebutuhan positif. Kecemasan misalnya, dalam ilmu psikologi kecemasan atau (anxiety) di artikan sebagai bentuk reaksi psikologi yang muncul terhadap segala sesuatu yang baru. Terdapat dua sisi dimana kecemasan akan berdampak buruk bagi sebuah tim maupun individu, namun dari kecemasan tersebut dapat terlihat bahwa seseorang yang mengalami kecemasan menghadapi sebuah pertandingan dengan serius tanpa meremehkan pertandingan tersebut.

Pelatih juga diharapkan memperhatikan dalam kesiapan mental bermain. Kesiapan mental bermain sepakbola pada kelompok usia 12-13 tahun bisa terlihat dari sisi luar pemain, dari kedisiplinan dalam latihan serta menunjukkan bagaimana anak dalam latihan. Pelatih dapat melihat dari raut wajah mereka, senang ataupun sedih juga bisa menjadikan bahwa anak tersebut siap atau tidak mental bermainnya. Ketika dalam sebuah pertandingan, anak antusias dan semangat menandakan tidak ada beban dalam diri. Namun ketika anak terlihat sedih, gelisah, cemas saat akan memulai pertandingan dan ketika pertandingan menandakan bahwa anak tersebut belum siap secara mental dalam bermain sepakbola.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, timbul beberapa masalah yang berkaitan dengan mental bertanding anak usia 12-13 tahun, permasalahannya sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan pelatih SSB mengenai penanganan masalah mental pemainnya.
2. Minimnya media pengetahuan khusus penanganan masalah mental pemain SSB kelompok usia 12-13 tahun.

C. Batasan Masalah

Untuk memfokuskan penelitian masalah yang akan dibahas adalah pembuatan buku peningkatan mental bermain sepakbola kelompok untuk sekolah sepakbola kelompok usia 12-13 tahun. Isi materi akan membahas mengenai

peningkatan mental bermain sepakbola untuk sekolah sepakbola kelompok usia 12-13 tahun.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan tersebut diatas maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pembuatan buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola” yang dihasilkan ?
2. Bagaimanakah bentuk produk buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola” yang dihasilkan ?
3. Bagaimanakah kelayakan produk buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola” yang dihasilkan ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui dan mendeskripsikan kelayakan produk buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola”.
2. Mengetahui dan mendeskripsikan proses pembuatan buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola”.
3. Mengetahui dan membuat bentuk produk buku “Peningkatan Mental Bermain Sepakbola”.

F. Spesifikasi Produk Yang Dikembangkan

Spesifikasi produk yang dikembangkan adalah sebagai berikut:

1. Produk yang dihasilkan berupa buku.
2. Tema yang diangkat dalam buku adalah peningkatan mental bermain sepakbola.
3. Materi utama yang disajikan adalah peningkatan mental bermain sepakbola.

G. Manfaat Pengembangan

Hasil pengembangan ini diharapkan memiliki beberapa manfaat berikut:

1. Manfaat secara teoritis

Dapat memberikan manfaat teoritis tentang pembuatan buku peningkatan mental bermain sepakbola.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dalam bidang penelitian dan pendidikan yang berkaitan dengan kepelatihan.

- b. Bagi pelatih

Memberikan masukan dan contoh mengenai sepakbola dalam bentuk buku, khususnya materi peningkatan mental bermain sepakbola.

- c. Bagi siswa SSB

Meningkatkan hasil latihan, meningkatkan pengetahuan peningkatan mental bermain sepakbola dan sebagai alternatif bacaan siswa SSB.

H. Asumsi dan Keterbatasan Pengembangan

Penelitian pengembangan atau Research and Development yang dikembangkan hanya mengenai peningkatan mental bermain sepakbola. peningkatan mental bermain sepakbola juga mencakup semua bagian detail tentang mental bermain. Peneliti juga berasumsi bahwa penelitian ini mempunyai sasaran untuk siswa Sekolah Sepakbola (SSB).

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Buku

Media pengetahuan untuk menambah wawasan dapat diperoleh dari berbagai media. Media massa, media online, hingga media cetak. Media cetak merupakan salah satu media pengetahuan yang mudah untuk dibaca. Buku merupakan kumpulan kertas atau bahan lainnya yang dijilid menjadi satu pada salah satu ujungnya dan berisi tulisan atau gambar. Setiap sisi dari sebuah lembaran kertas pada buku disebut halaman.

Kegiatan membaca buku merupakan kegiatan untuk menambah wawasan, terdapat sebuah peribahasa bahwa buku merupakan cakrawala dunia. Sehingga membaca buku merupakan kegiatan yang mudah dan sangat bermanfaat untuk pengetahuan diri kita.

Membaca buku bukan merupakan salah satu atau faktor utama dalam meningkatkan performa sepakbola. Namun melalui membawa buku pelatih akan mendapatkan informasi pengetahuan baru untuk dikembangkan dalam kepelatihannya. Kemudian pengetahuan akan dilatih bersama anak didiknya untuk meningkatkan dalam permainan sepakbolanya.

Namun buku ajar atau pengetahuan yang menjurus pada sepakbola masihlah sedikit. Buku ajar semestinya disusun berdasarkan pembelajaran tertentu sehingga memiliki landasan dan arah yang jelas. Buku ajar memiliki kedudukan dan fungsi yang penting dalam kegiatan pembelajaran di sekolah (Sumardi, 2000; Muslich,

2010). Setiap melatih tentunya pelatih harus mempunyai pegangan, atau dasar dalam melatihnya. Berasal dari mana dan sudah lulus dalam penelitian dan buku yang diperolehnya.

Ur (2009: 193) memberikan petunjuk jika ingin mengembangkan dan menulis bahan ajar sendiri.

- a. Materi hendaknya ditulis dengan rapi dan bersih
- b. Materi dimulai dengan instruksi yang singkat, serta disertai contoh
- c. Agar materi lebih jelas dan menarik, harus menggunakan tata letak, ilustrasi, dan gambar yang seimbang dan bervariasi
- d. Tugas-tugas disampaikan dengan cukup jelas untuk dapat dipahami sendiri oleh peserta didik.

Hyland (2007; 92) menambahkan bahwa dalam mengembangkan buku ajar pembelajaran harus memperhatikan keontetikan contoh teks yang disajikan. Pembuatan buku juga harus tertrukur dan sesuai dengan alus yang ditentukan. Serta melalui proses validasi dan ujicoba yang dilakukan oleh penulis atau pembuat buku tersebut.

Kemudian dapat disimpulkan bahwa buku merupakan media pengetahuan yang sangat penting bagi setiap orang, terutama dalam sepakbola dalam meningkatkan performa. Pelatih juga harus selektif dalam pemilihan buku, buku dengan kualitas dan pengetahuan yang baik akan mendapatkan pengetahuan yang bermanfaat pula.

2. Bermain

Menurut Smith dan Pellegrini (2008) merupakan kegiatan yang dilakukan untuk kepentingan diri sendiri, dilakukan dengan cara-cara menyenangkan, tidak diorientasikan pada hasil akhir, fleksibel, aktif, dan positif. Menurut Herber Spencer (Catron & Allen, 1999) anak bermain karena mereka punya energi lebih. Energi mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka terbebas dari perasaan tertekan. Hal ini berarti, tanpa bermain, anak akan mengalami masalah serius karena energi mereka tidak dapat tersalurkan.

Menurut Andang Ismail (2009:26) menuturkan bahwa permainan ada dua pengertian. Pertama, permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan, namun ditandai dengan pencarian menang-kalah.

Bermain adalah aktivitas yang dilakukan oleh setiap orang berupa gerak motorik baik motorik kasar maupun motorik halus. Bermain memiliki sifat yang sangat penting dalam kehidupan, guna mengurangi tingkat stres maupun meningkatkan rasa perasa seseorang. Namun tidak jarang juga bermain dapat meningkatkan tingkat stres seseorang. Aktivitas bermain ini dapat dilakukan dengan sengaja maupun hanya sebatas senang-senang.

Pelatih sepakbola tentu harus mengetahui dan tahu tentang penanganan setiap anak. Perbedaan penanganan juga dilakukan karena terbagi beberapa tahapan pada anak. Tahapan tersebut secara umum dijabarkan sebagai berikut ;

1) Bayi – Toddler

Bermain lebih fokus pada keterampilan motorik , pemaksimalan panca indera, kegiatan eksplorasi obyek, banyak melakukan gerakan sederhana, gerakan dilakukan tidak bertujuan dan dilakukan berulang-ulang, tidak atau belum ada komunikasi, melakukan aktivitas yang sama namun tidak berhubungan dengan anak lain, konsentrasi bermain hanya dengan mainannya sendiri, dan belum mengenal konsep peraturan.

2) Anak-anak awal-akhir

Pada usia ini anak sudah mulai menunjukkan minat untuk bermain dengan anak lain, sering saling bertukar mainan, sama-sama belajar dengan anak lain untuk membuat peraturan dan bermain dengan peraturan, belajar untuk bekerja sama dalam satu aktivitas, sudah mampu membangun dan menciptakan sesuatu dengan benda, tujuan bermain adalah untuk memperoleh kepuasan pribadi, jika melakukan kegiatan bermain sambil bertanding, anak belum ada keinginan untuk menang, dan anak belajar untuk berhitung , membaca, menulis.

3) Sekolah Dasar

Pada tahap ini anak sangat tertarik untuk melakukan kegiatan eksplorasi dan menciptakan mainannya sendiri, mulai menyukai kegiatan bermain yang menggunakan angka dan kode-kode rahasia, mulai menunjukkan siapa dirinya, keahliannya, talenta dan kemampuannya, sudah mulai memahami makna kata , huruf dan angka, sudah mampu membangun konsep kerjasama dan sudah mengenal rasa bersaing.

4) Memasuki remaja awal

Tahapan bermain memasuki tahapan remaja awal yaitu banyak bermain dengan permainan teratur dan terstruktur, bermain dengan peraturan (sport), memiliki motivasi bermain untuk memperoleh kemenangan, kegiatan terfokus/minat pada kelompok, dan anak belajar untuk memahami lingkungan sosial.

Bermain mengembangkan aspek sosial emosional anak yaitu melalui bermain anak mempunyai rasa memiliki, merasa menjadi bagian/diterima dalam kelompok, belajar untuk hidup dan bekerja sama dalam kelompok dengan segala perbedaan yang ada. Dengan bermain kelompok anak juga akan belajar menyesuaikan tingkah lakunya dengan anak yang lain, belajar menguasai diri dari egonya, belajar menahan diri, mampu mengatur emosi, dan belajar untuk berbagi dengan sesama. Dari sisi emosi, keinginan yang tak terucapkan juga semakin terbentuk ketika anak bermain.

3. Mental

Menurut Kartini Kartono (1989; 3), kata mental diambil dari bahasa latin yaitu dari kata mens atau metis yang memiliki arti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. Sedangkan menurut Moeliono Notosudirjo (2001: 7) psikis atau mental merupakan bagian dari manusia yang bersifat non material, yang hanya diketahui dari gejala-gejalanya, atau apa yang disebut dengan gejala psikis seperti dorongan (drive), motivasi (motivation), kemauan (willness), kognitif (cognition), kepribadian (personality), dan perasaan (feeling).

Dengan demikian mental dapat diartikan berkaitan dengan kejiwaan yang dapat mempengaruhi perilaku individu. Setiap perilaku dan ekspresi gerak-gerik individu merupakan dorongan dan cerminan dari kondisi (suasana) mental.

a. Fokus

Fokus dapat didefinisikan sebagai kemampuan konsentrasi pada tingkat kepekatan pada suatu object tanpa menambahkan hal lainnya yang bisa mengurangi bahkan menghilangkan kualitas konsentrasi. Pada dasarnya fokus dan konsentrasi hampir sama, dimana sama-sama dapat digunakan dalam keadaan yang menunjukkan pusat.

Antara fokus dan konsentrasi titik perbedaannya terletak pada wujud visualisasi objek yang digambarkan. Fokus dapat diamati dengan mata telanjang sedangkan konsentrasi tidak dapat diamati secara visual.

Fokus sangat erat kaitannya dengan pola pikir seseorang. Fokus juga dapat dilatih, karena setiap orang memiliki tingkat fokus yang berbeda-beda. Seseorang dapat fokus pada satu tujuan, sedangkan orang lain dapat fokus dan kurang fokus pada obyek yang sedang dilakukan.

Pada umumnya ada beberapa hal yang bisa menyebabkan sulitnya seseorang untuk fokus dan konsentrasi, antara lain

1) Faktor Lingkungan

Sebagian orang akan merasa sulit untuk fokus atau berkonsentrasi ketika berada di lingkungan yang bising.

2) Faktor Kesehatan Otak

Adanya gangguan perkembangan otak dan hormon yang menyebabkan seseorang memiliki pikiran yang lamban sehingga dalam berkonsentrasipun akan terhambat.

3) Faktor Psikologis dan Kejiwaan

Seseorang yang tertekan atau sedang memiliki beban dalam pikirannya cenderung mengalami kesulitan untuk fokus dan konsentrasi.

Sepakbola mengharuskan fokus dalam bermain, fokus terhadap permainan yang sesuai dan diharapkan oleh pelatih. Fokus memang bukan yang paling dasar dalam sepakbola, akan tetapi fokus sangatlah berpengaruh dalam mencapai tujuan pertandingan yaitu kemenangan. Sehingga faktor mencapai sebuah tujuan tidak hanya teknik dan taktik, namun mental juga mempengaruhi sebuah permainan.

b. Konsentrasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) konsentrasi ialah pemusatan perhatian atau pemikiran pada suatu hal. Konsentrasi adalah memfokuskan pikiran terhadap suatu obyek tertentu dengan menyampingkan hal-hal yang (Slameto, 2013).

Tingkat konsentrasi seseorang berbeda, dalam sepakbola konsentrasi juga sangat berpengaruh. Permainan sepakbola yang berlangsung selama 2 x 45 menit ini diharapkan pemain untuk selalu konsentrasi dalam bermain. Tentunya permainan dengan strategi pelatih. Karena konsentrasi selama pertandingan dalam membuat permainan berjalan sesuai dengan arahan dan strategi pelatih.

Sebaliknya, apabila konsentrasi berkurang tak jarang pemain akan melakukan blunder atau kesalahan yang merugikan klub itu sendiri.

Oliver Khan , mantan kiper nasional Jerman dan Bayern Muenchen menyatakan, “Jika kamu tidak menyiapkan dirimu secara mental, maka akan mustahil untuk mempertahankan konsistensi dalam standar yang tinggi.”

Kemampuan konsentrasi bukanlah kemampuan bawaan melainkan harus dilatihkan. Konsentrasi harus dilatih secara berulang-ulang dalam waktu yang lama untuk mendapatkan hasil yang terbaik. Berikut ini beberapa teknik yang bisa dilakukan untuk mengasah kemampuan konsentrasi.

- 1) Membuat target penampilan yang spesifik

Salah satu syarat yang harus dipenuhi adalah target harus menitikberatkan pada penampilan dan eksekusi gerak dan bukan pada hasil.

- 2) Menggunakan rutinitas pra-penampilan

Rutinitas pra-penampilan adalah aktivitas-aktivitas yang biasa dilakukan sebelum atau sesudah melakukan gerakan.

- 3) Kata-kata pemicu

Kata-kata pemicu adalah kata-kata biasa yang dibuat untuk mengingatkan diri sendiri sekaligus meningkatkan konsentrasi. Apa yang dituliskan dalam kata-kata tersebut bisa berupa kata-kata atau kalimat yang berupa motivasi.

- 4) Latihan mental

Latihan mental yang dimaksud disini adalah visualisasi atau imagery training. Visualisasi adalah penciptaan gambaran tindakan yang akan

dilakukan tanpa adanya rangsangan dari luar yang melibatkan indera-indera manusia seperti warna, bau, atau rasa.

Pelatih dalam meningkatkan mentalpun harus memiliki cara dan upaya dalam latihan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Beberapa upaya ialah sugesti terhadap diri sendiri:

- a. Saya dapat berkonsentrasi, mengendalikan diri, serta fokus terhadap permainan.
- b. Saya adalah orang yang berharga, mempunyai tujuan, dan orang yang baik.
- c. Saya akan memberikan penampilan terbaik, kesehatan untuk pemikiran melalui emosi dalam pertandingan.
- d. Saya sepenuhnya akan mampu mengendalikan diri, serta mendapatkan hasil yang terbaik untuk diri saya dan orang lain.
- e. Melalui pengalaman saya belajar akan proses dan kesalahan, sehingga saya berusaha dan yakin akan melewatinya dengan hasil yang terbaik.
- f. Kekuatan pikiran dan tubuh adalah satu.

Kepercayaan diri, konsentrasi, dan fokus dalam pertandingan akan muncul sendirinya dalam sebuah pertandingan, akan tetapi tidak semua akan berjalan maksimal seperti yang diharapkan. Tentu pemain juga harus memberikan kepercayaan kepada pelatihnya, bahwa apa semua yang dilakukan pelatih akan membawa pemain bertanding dengan maksimal.

Konsentrasi dan fokus banyak yang beranggapan bahwa hal tersebut sama. Konsentrasi merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian pada rangsang

yang dipilih dalam waktu tertentu. Ciri-ciri konsentrasi ialah lebih lama prosesnya (waktunya) dari pada perhatian, konsentrasi berawal dari proses perhatian, konsentrasi merupakan perhatian yang terpusat, proses konsentrasi harus melalui proses berfikir, konsentrasi sifatnya labil, konsentrasi secara umum maksimal 40-60 menit, konsentrasi secara khusus maksimal 10-20 menit. Namun ada hal-hal yang menghambat konsentrasi obyek yang terlalu banyak dan peralihan yang terlalu cepat, ketegangan yang berlebih, kelelahan fisik maupun psikis, rasa sakit akibat cedera.

Sedangkan fokus dapat didefinisikan sebagai kemampuan konsentrasi pada tingkat kepekaan suatu objek tanpa menambahkan hal lainnya yang bisa mengurangi bahkan menghilangkan kualitas konsentrasi. Pada saat berada dalam kondisi fokus maka kita telah menyingkirkan segala pengaruh yang mengganggu perhatian kita pada suatu subyek tertentu. Ciri-ciri fokus dapat terlihat ketika kita mampu konsentrasi pada suatu titik atau suatu objek tanpa menambah dan mengurangi kualitas konsentrasi tersebut. Fokus yang baik dihasilkan dari semangat dan objek yang menjadi target.

Contohnya dalam pertandingan sepakbola, konsentrasi muncul ketika mendapat rangsangan perhatian seperti ketika seorang pemain bertahan konsentrasi terhadap lawan yang membawa bola. Pemain bertahan mendapat rangsang perhatian dari pemain lawan yang membawa bola, berkonsentrasi agar tidak dilewati lawan. Pada titik tersebut pemain bertahan fokus pada bola, yaitu kemampuan konsentrasi pada suatu objek tertentu.

c. Percaya diri

Menurut Fatimah (2006) kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang meemampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Menurut Mirhan (2016) percaya diri adalah penilaian positif terhadap diri sendiri mengenai kemampuan yang ada dalam dirinya untuk menghadapi berbagai situasi dan tantangan serta kemampuan mental untuk mengurangi pengaruh negatif dari keragu-raguan yang mendorong individu untuk meraih keberhasilan atau kesuksesan tanpa tergantung kepada pihak lain dan bertanggung jawab atas keputusan yang telah ditetapkan.

Percaya diri yaitu meyakinkan pada kemampuan dan penilaian diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang dirasa cukup efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya.

Dalam pertandingan, pemain selalu diharapkan bermain dengan baik. Sesuai skema dan strategi yang diterapkan oleh pelatih. Namun sepakbola tidak hanya teknik dan strategi juga rasa percaya diri yang harus dimiliki setiap pemain. Tanpa percaya diri pemain akan merasa ragu, tidak yakin dalam melakukan passing, dribbling dan sebagainya.

4. Sepakbola

Menurut Soedjono (1985:16) pada dasarnya sepakbola ialah suatu permainan beregu, oleh karena itu kerjasama regu merupakan tututan permainan sepakbola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan

kemenangan. Menurut Muhajir (2004: 22), “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola”.

Didalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota tubuhnya kecuali lengan, hanya penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengan dan kaki. Dalam permainan sepakbola, ada beberapa faktor utama yang harus dipenuhi untuk menjadi tim sepakbola yang handal. Diantaranya, penguasaan teknik dasar, kondisi fisik (*physical condition*), mental seorang pemain dan kerja sama.

Sepakbola merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan yang terdiri atas dua gawang. Dalam satu tim sepakbola terdiri dari kesebelasan yaitu terdapat sebelas pemain yang terbagi menjadi empat bagian, yaitu kiper, bek, tengah, dan depan. Permainan sepakbola dalam menentukan kemenangan dengan cara tim yang melakukan jumlah gol lebih banyak dari tim lawan, apabila mempunyai jumlah gol yang sama maka menghasilkan permainan yang seri atau imbang.

Permainan sepakbola tentunya memiliki beberapa teknik yang harus dikuasai dalam bermain. Teknik dasar, teknik lanjutan merupakan sebagian yang harus dikuasai oleh seorang pemain. Dalam sepakbola usia dini teknik dasar harus lebih dominan dalam pengajaran, yang tentunya lebih diutamakan untuk pengenalan dan kegembiraan dalam bermain sepakbola. Kemajuan zaman modern seperti ini sepakbola sudah menjadi tempat pekerjaan bagi seorang yang sangat

menekuni sepakbola. Sepakbola telah menjadi tempat mencari rejeki dan juga sebagai ladang bisnis oleh para pemilik klub.

Apabila kita melihat lebih jauh, tentu aspek mental tidak hanya fokus, konsentrasi, dan percaya diri. Tanggung jawab, keberanian, daya juang, semangat, jiwa kompetisi, tidak mau kalah merupakan beberapa aspek mental lainnya yang memang perlu dilatih juga. Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia menyebutkan bahwa mental sama halnya dengan fisik, teknik, dan taktik yang sama perlu dilatih, dalam buku tersebut mental memiliki beberapa aspek yang disebutkan yaitu fokus, konsentrasi dan percaya diri dll. Sehingga penelitian pengembangan ini akan memfokuskan mengenai tiga aspek yaitu fokus, konsentrasi, dan percaya diri. Penerapannya oleh pelatih tentu tidak hanya tiga aspek tersebut untuk dilatih kepada anak usia 12-13 tahun, namun beberapa aspek yang lain juga harus perlu dibangun untuk meningkatkan mental bermain sepakbola.

5. Anak usia 12-13 tahun

Usia 12-13 tahun atau pra remaja, anak mengalami transisi menuju kedewasaan. Dampaknya, anak terlihat lebih mandiri dalam menyelesaikan masalah. Pada usia pra remaja ini anak akan mulai berfikir dan mulai mencari hal baru.

a. Mengenali teman baik

Dalam hal ini anak sudah mulai berfikir dan mulai mengembangkan kemampuan sosial menerima teman baik dan tidak menurutnya.

b. Mengenali kadar pertemanan

Keterampilan sosial anak bertambah tajam, sehingga ia mulai mengetahui lingkaran dan kadar pertemanan. Di usia ini peran orangtua harus memberi pemahaman dan mendorong anak untuk memiliki pergaulan yang luas, toleran, berempati.

c. Menyadari ada peer pressure

Usia pra remaja sudah mulai mengenal superioritas dan inferioritas seseorang dalam kelompok pertemanan. Keterampilan ini mendukung kemampuan sosial anak agar dapat berperilaku normatif di lingkungannya.

d. Memahami kepercayaan dan tanggungjawab

Selain hal di atas, anak juga sudah memahami kepercayaan dan rasa tanggungjawab terhadap dirinya. Namun semua harus terkontrol oleh orangtua atau pelatih agar kepercayaan tidak salah dalam memahaminya.

e. Menuntut keadilan

Anak mulai memahami keadilan dan ketidakadilan. Rasa keadilan merupakan salah satu konsekuensi perkembangan kognitif anak terhadap konteks sosial.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan merupakan suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, disamping itu dapat digunakan sebagai pedoman dan pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan Farhana Risqi (2019) dengan judul. Penelitian dilakukan karena peneliti mengamati peserta didik masih sering emosi dan

kurang percaya diri hingga merugikan peserta didik sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi Peserta Didik sepakbola Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul. Penelitian tersebut merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Instrumen untuk mengumpulkan data menggunakan kuisioner. Sampel dalam penelitian ini adalah Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul, yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan (1) Kepercayaan diri Peserta Didik sepakbola Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul sebesar 8,33% kategori “sangat rendah”, sebesar 16,67% “rendah”, sebesar 37,50% “cukup”, sebesar 37,50% “tinggi”, dan sebesar 0% “sangat tinggi”. (2) Kohesivitas sebesar 8,33% kategori “sangat rendah”, sebesar 29,17% “rendah”, sebesar 25,00% “cukup”, sebesar 37,50% “tinggi”, dan sebesar 0% (0 peserta didik) “sangat tinggi”. (3) Kecerdasan emosi kategori sebesar 4,17% “sangat rendah”, sebesar 29,17% “rendah”, sebesar 37,50% “cukup”, sebesar 29,17% “tinggi”, dan sebesar 0% “sangat tinggi”.

2. Penelitian yang dilakukan Agus Dwi Pamungkas (2016) dengan judul Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP N 1 Ngaglik dilatarbelakangi karena siswa sering tidak fokus atau konsentrasi saat latihan.

Tujuan penelitian tersebut untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsentrasi terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Ngaglik. Jenis penelitian adalah korelasioanal. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Ngaglik, Sleman peserta ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 30 siswa. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Instrumen yang digunakan terdiri atas tingkat konsentrasi yang diukur menggunakan Grid Concentration Test dan keterampilan bermain sepakbola yang diukur menggunakan tes keterampilan bermain sepakbola dari pengembangan tes kecakapan “David Lee”(Subagyo 2010:152-156. Analisis data menggunakan analisis korelasi. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi terhadap keterampilan bermain sepakbola pada siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP N 1 Ngaglik, dengan nilai $r_{x1.y} = 0.877 > r(0.05)(30) = 0.349$.

C. Kerangka Pemikiran

Era teknologi yang semakin pesat saat ini memudahkan manusia untuk mencari informasi dalam berbagai hal. Melalui internet semua yang akan ilmu yang kan dicari akan dimudahkan. Tidak terkecuali dengan olahraga. Olahraga telah merasuk dalam kehidupan manusia, olahraga telah menjadi suatu yang dibutuhkan oleh manusia. Lihat dalam sudut pandang sepakbola.

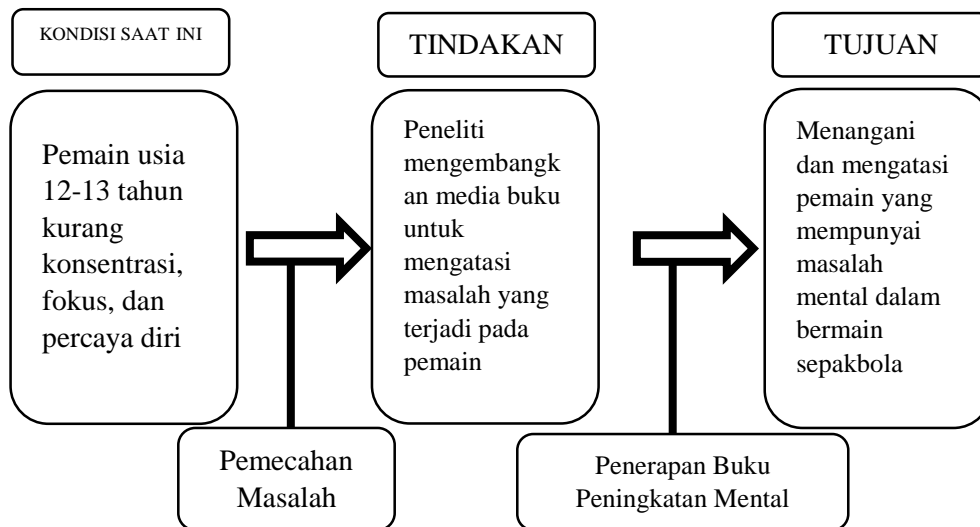
Sepakbola telah menjadi bagian dari kehidupan manusia, sepakbola menjadikan manusia menyukai olahraga. Sepakbola tidak hanya mencakup pada seorang yang telah dewasa, namun sekarang anak-anak juga telah dikenalkan dengan sepakbola. Anak-anak dikenalkan dengan sepakbola selain untuk meningkatkan atau mengasah bakat sepakbola anak, sepakbola juga menghindarkan anak dari kegiatan yang dirasa negatif.

Dalam permainan atau bermain sepakbola seorang anak juga sudah merasakan bagaimana rasa bermain sepakbola. Bagaimana jika anak itu kalah apakah akan lebih bersemangat bermain atau malah sebaliknya. Diluar itu seorang anak juga bermain dalam tekanan, takut dengan keramaian, takut kalah bahkan dari ketidak siapan mental anak dapat menimbulkan efek-efek seperti kurang konsentrasi, percaya diri dan lain-lain.

Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan mengembangkan buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk siswa Sekolah Sepakbola (SSB). Pengembangan ini dimaksudkan agar pelatih lebih mudah menerima masukan mengenai peningkatan mental bermain sepakbola melalui media buku.

Namun dalam penelitian dan pengembangan ini peneliti akan melakukan beberapa tahapan guna mendapatkan kualitas buku yang baik. Tentu akan melewati validasi dan ujicoba produk. Berikut merupakan langkah langkah penelitian dan pengembangan yang dilakukan.

Gambar 1. Kerangka Berfikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian yang dikembangkan adalah penelitian dan pengembangan atau dikenal dengan Research and Development (R&D), penelitian dan pengembangan (Research and Development) menurut Endang Mulyatiningsih (2001: 145) bertujuan untuk menghasilkan produk baru melalui proses pengembangan. Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah pengembangan media belajar siswa SSB mengenai peningkatan mental bermain sepakbola berupa buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk Sekolah Sepakbola (SSB).

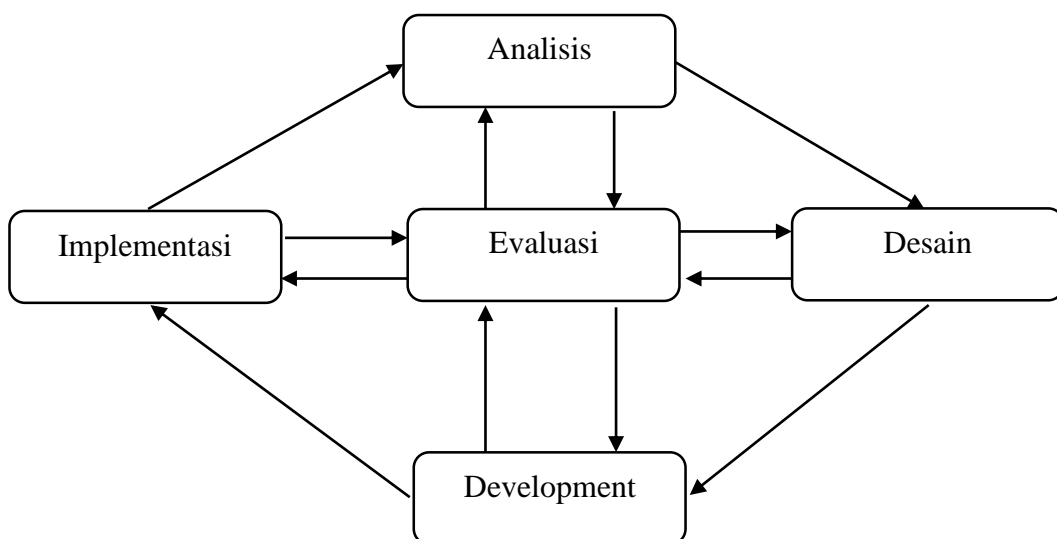
Model dalam penelitian dan pengembangan ini adalah model prosedural, yaitu model yang menggariskan pada langkah-langkah pengembangan. Peneliti memilih model penelitian pengembangan ADDIE dikarenakan model pengembangan ADDIE efektif, efisien dan dinamis.

Menurut Aldoobie (2015) dalam penelitian ADDIE terdapat lima langkah yang sudah baku yaitu terdiri atas fase analisis, fase desain, fase pengembangan, fase implementasi dan terakhir fase evaluasi.

Robert Maribe Branch mengembangkan desain penelitian dengan pendekatan ADDIE, yang merupakan perpanjangan dari Analyse, Design, Development, Implementation, dan Evaluation. Analisis berkaitan dengan kegiatan analisis terhadap situasi sehingga dapat ditemukan produk yang perlu dikembangkan. Design merupakan kegiatan perancangan produk sesuai dengan yang dibutuhkan. Development adalah kegiatan pembuatan dan pengujian produk. Implementation

adalah kegiatan menggunakan produk, dan Evaluation adalah kegiatan menilai apakah setiap langkah kegiatan dan produk yang telah dibuat sesuai dengan spesifikasi atau belum.

Model ADDIE memiliki alur yang terstruktur, langkah atau tahap yang sederhana, namun mendukung hasil yang efisien. Model pengembangan ADDIE terdiri dari lima tahapan yang meliputi analisis (analysis), desain (design), pengembangan (development), implementasi (implementtion), dan evaluasi (evaluation).



Gambar 2. Desain Penelitian Pengembangan (Sumber: Anglada,2007)

Langkah-langkah yang dilakukan peneliti sudah direncanakan dengan matang, melalui tahapan yang seksama. Berikut beberapa langkah yang dilakukan peneliti dalam penelitian pengembangan produk buku peningkatan mental bertanding sepakbola untuk anak.

1. Analisis

Tahap ini dilakukan analisis, apakah materi yang dikembangkan sudah seimbang dengan pokok yang akan jadi pembahasan. Analisis juga dilakukan untuk mematangkan materi serta pengolahan data untuk dijadikan materi dalam buku peningkatan mental bertanding anak.

2. Desain serta Pengembangan

Dilakukan desain serta pengembangan untuk mengembangkan produk yang akan dibuat. Pengembangan yang dilakukan harus sesuai dengan judul dan tema buku. Tidak melakukan plagiat namun tetap menjadikan buku ataupun journal sebagai penguat teori peneliti. Pada tahap ini produk sudah dicetak dalam bentuk buku dengan materi dan desain sampul yang kemudian akan divalidasi oleh para ahli.

3. Validasi ahli Materi dan Ahli Media

Validasi berikut untuk mengetahui kelemahan pada materi dan media pada buku, sehingga buku akan mengalami revisi untuk mendapatkan produk yang terbaik. Validasi dilakukan oleh ahli dalam bidangnya, yaitu ahli dalam materi dan ahli dalam media.

4. Buku Layak diujicobakan atau tidak

Langkah setelah validasi yaitu menunggu revisi dari ahli materi. Setelah proses validasi selesai kemudian ahli media dan ahli materi akan memberikan revisi yang dilakukan. Apabila terjadi kesalahan dan kekurangan akan dilakukan revisi, namun apabila buku sudah layak maka akan segera dilakukan uji coba produk.

5. Ujicoba Produk

Ujicoba produk dilakukan setelah produk direvisi atau setelah langkah validasi oleh para ahli. Kemudian buku diujicobakan kepada para pelatih untuk kemudian dikoreksi untuk mendapatkan produk yang terbaik. Apakah buku mudah dipahami atau buku masih perlu revisi lagi.

6. Revisi dan Produk Masal

Setelah melakukan tahap ujicoba produk, apabila buku perlu penambahan atau pengurangan akan dilakukan revisi produk. Namun apabila tidak perlu atau buku sudah bagus akan dilakukan produk masal dan buku siap diedarkan.

B. Prosedur Penelitian dan Pengembangan

Sesuai dengan model pengembangan buku peningkatan mental bertanding anak usia 12-13 tahun, digunakan lima tahapan dalam pengembangannya yaitu:

1. Tahap Analisis (Analysis)

Analisis yaitu melakukan analisis kebutuhan, mengidentifikasi masalah yang terjadi. Tahap ini merupakan suatu tahap menganalisis mengenai masalah yang timbul dari latar belakang sehingga muncul pemikiran untuk memecahkan masalah. Dalam hal ini masalah yang terjadi ialah kurangnya pengetahuan mengenai peningkatan mental bertanding pemain usia 12-13 tahun oleh pelatih. Sehingga ditemukan sebuah pemikiran untuk membuat sebuah buku mengenai peningkatan mental bertanding.

2. Tahap Desain (Design)

Desain atau perencanaan ialah setelah mengetahui mengenai masalah yang terjadi dan ditentukan kemudian sebuah strategi untuk menciptakan sebuah buku peningkatan mental bertanding. Selain itu diperlukan pula untuk merancang bagian-bagian buku berupa materi. Materi yang didapat berupa artiket, jurnal serta wawancara dengan pelatih sekolah sepakbola. Pada tahap ini peneliti juga merancang instrumen penelitian untuk kemudian dikoreksi oleh ahli materi dan ahli media. Setelah dilakukan penilaian oleh ahli materi dan ahli media kemudian dilakukan tahap selanjutnya.

3. Tahap Pengembangan (Development)

Tahap pengembangan dimana tahap ini dilakukan setelah tahap desain. Setelah tahap desain telah dinilai melalui ahli materi dan ahli media kemudian dilakukan tahap pengembangan. Tahap pengembangan perlu diperhatikan untuk mengetahui kelemahan yang terdapat pada buku. Sehingga peneliti akan mengetahui untuk mengurangi kelemahan buku tersebut. Kemudian buku yang diketahui kelemahan akan diubah untuk lebih baik. Proses pengembangan berupa meningkatkan dari segi materi dan media buku seperti sampul. Untuk materi agar mendapatkan informasi pengetahuan yang valid dilakukan wawancara langsung oleh pelatih sekolah sepakbola. Setelah proses pengembangan selesai kemudian dicetak untuk tahap implementasi.

4. Tahap Implementasi (Implementation)

Setelah dicetak pada tahap pengembangan kemudian buku diujicobakan kepada pelatih untuk mengetahui apakah buku tersebut masih memiliki kelemahan dalam segi materi, pemahaman bahasa serta dari segi media. Pada

tahap ini dilakukan pula angket respon kepada pelatih setelah memahami buku, dengan mengisi angket mengenai pemahaman serta kekurangan pada buku yang telah dicetak.

5. Tahap Evaluasi (Evaluation)

Tahap terakhir yaitu evaluasi pada buku yang telah diujikan kepada pelatih. Tahap ini dilakukan pula analisis serta perbaikan terhadap kesalahan yang terjadi selama tahap ujicoba. Setelah selesai analisis dan diperbaiki maka buku siap dicetak massal.

C. Ujicoba Produk

1. Desain Validasi

Validasi dilakukan oleh validator ahli yaitu ahli materi dan ahli media, selain itu diujicobakan juga oleh pelatih sekolah sepakbola (SSB) berupa angket. Kegiatan validasi ini bertujuan untuk mendapatkan hasil produk yang baik serta layak untuk diedarkan untuk pelatih sekolah sepakbola (SSB).

2. Subyek Validasi

Subyek yang melakukan validasi ialah ahli materi dan ahli media.

3. Subyek Ujicoba

Subyek Ujicoba untuk mengetahui tingkat kelayakan buku dilakukan oleh pelatih sekolah sepakbola (SSB)

D. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan pelatih sekolah sepakbola (SSB) sebagai sumber data dengan pengambilan data materi melalui wawancara, artikel, jurnal, serta buku sebagai sumber data.

1. Pengambilan informasi melalui pelatih sekolah sepakbola (SSB) guna mengetahui pengetahuan tentang peningkatan mental bertanding anak usia 12-13 tahun.
2. Artikel serta jurnal yang terpilih oleh peneliti untuk mendapatkan pengetahuan mengenai peningkatan mental.
3. Buku terpilih yang berasal dari Indonesia maupun luar negeri sebagai referensi dalam pembuatan buku peningkatan mental bertanding anak usia 12-13 tahun.

E. Metode dan Alat Pengumpul Data

1. Jurnal dan Artikel

Pengumpulan data dalam penelitian ini mengambil dari jurnal internasional serta jurnal terpilih sesuai kebutuhan penelitian.

2. Buku

Buku sebagai referensi pendukung dan sebagai alat memperkuat argumentasi peneliti dalam memberikan pengetahuan informasi dalam buku tang tercetak.

3. Wawancara Pelatih

Wawancara kepada pelatih untuk mengetahui secara langsung isi dari informasi yang digali oleh peneliti untuk memperoleh rancangan isi materi buku.

4. Pengamatan

Pengamatan dilakukan oleh peneliti kepada pelatih sekolah sepakbola (SSB) yang melatih usia 12-13 tahun. Pengamatan dipilih kepada sekolah sepakbola yang memiliki mental bertanding cukup baik serta mempunyai cukup prestasi dari tim maupun pelatih.

F. Metode Analisis Data

Penelitian ini menggunakan penelitian pengembangan atau Research and Development (RnD). Beberapa hal berikut yang perlu diperhatikan dalam teknik analisis data.

1. Analisis data mencakup prosedur organisasi data, reduksi, dan penyajian data baik dengan tabel, bagan, atau grafik.
2. Data diklasifikasikan berdasarkan jenis dan komponen produk yang dikembangkan.
3. Data analisis dalam deskriptif maupun dalam bentuk perhitungan kuantitatif.
4. Penyajian hasil analisis dibatasi pada hal-hal yang bersifat faktual, dengan tanpa implementasi pengembang, sehingga sebagai dasar dalam melakukan revisi produk.
5. Analisis data penggunaan perhitungan dan analisis statistik sejalan produk yang akan dikembangkan.
6. Laporan atau sajian harus diramu dalam format yang tepat sedemikian rupa dan disesuaikan dengan konsumen atau calon pemakai produk.

G. Langkah Membuat Buku

Membuat buku dengan berbagai informasi maupun dengan tujuan mendeskripsikan suatu obyek tentunya harus melalui langkah-langkah yang terstruktur. Peneliti melakukan penelitian pengembangan dengan tujuan membuat buku untuk pelatih dengan memberikan informasi mengenai mental pemain SSB kelompok usia 12-13 tahun. berikut merupakan langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam melakukan penelitian pengembangan membuat buku dengan judul

Pengembangan model buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk Sekolah Sepakbola kelompok usia 12-13 tahun.

3. Menganalisis permasalahan

Melihat permasalahan yang terjadi mengenai SSB di Gunungkidul, banyak pemain kelompok usia 12-13 tahun mengalami kurang fokus, konsentrasi hingga percaya diri yang tidak stabil. Bahkan mempengaruhi permainan dalam sebuah tim.

4. Menentukan tema

Mengetahui permasalahan kemudian peneliti menentukan tema yang akan dilakukan penelitian, yaitu pengembangan mengenai masalah peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun.

5. Membuat judul

Peneliti menentukan judul yaitu “Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bermain Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola (SSB) Kelompok Usia 12-13 Tahun”.

6. Melakukan observasi di SSB

Observasi pada tahap ini untuk mendapatkan data materi buku, pengamatan yang dilakukan yaitu mengamati cara melatih dan teknik melatih sepakbola. pengambilan data yang lain juga dilakukan dengan teknik wawancara kepada pelatih-pelatih SSB di Gunungkidul.

7. Mengambil informasi data materi

Pengambilan informasi materi dengan teknik wawancara langsung dan tidak langsung terhadap pelatih-pelatih SSB di Kabupaten Gunungkidul.

8. Mengolah materi

Pengolahan materi guna menghasilkan buku yang baik, serta mendapatkan hasil validasi dari ahli materi dan ahli media yang baik.

9. Membuat buku

Pembuatan buku serta pencetakan dilakukan sendiri oleh peneliti.

10. Validasi ahli materi dan ahli media

Validasi dilakukan dua kali, yaitu validasi ahli materi yang divalidasi oleh Drs. Subagyo Irianto M.Pd. dosen FIK UNY dan pelatih fisik PSIM Jogjakarta. Kemudian untuk validasi ahli media divalidasi oleh ahli media Nawan Primasoni S.Pd. Kor, M.Or

11. Ujicoba kelompok kecil

Ujicoba pertama yaitu ujicoba kelompok kecil, ujicoba dilakukan oleh 5 responden yaitu pelatih SSB di Kabupaten Gunungkidul.

12. Ujicoba kelompok besar

Ujicoba kedua yaitu ujicoba kelompok besar yang dilakukan kepada 15 responden yaitu pelatih SSB dilingkup Kabupaten Gunungkidul.

13. Revisi

Setelah menjalani rangkaian validasi dari ahli materi dan ahli media, kemudian dilakukan ujicoba produk kelompok kecil dan kelompok besar kemudian dilakukan revisi guna mendapatkan hasil produk yang terbaik.

14. Produk masal

Setelah dilakukan revisi yang sesuai dengan anjuran ahli media dan ahli materi serta hasil ujicoba maka produk dilakukan produksi masal.

H. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul maka data tersebut diklasifikasikan menjadi data kuantitatif. Data kuantitatif yang menghasilkan bersifat angka. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif, yang berupa pernyataan tidak layak, cukuplayak, layak dan sangat layak data diubah menjadi kuantitatif dengan skala 4, yaitu dengan skor dari 1 sampai 4. Berdasarkan jumlah pendapat kemudian peneliti mempresentasikan jawaban dengan hasil rumus:

$$\frac{\text{Σ skor yang diperoleh dari peneliti}}{\text{Σ skor ideal seluruh item}} \times 100\%$$

(Sugiyono 2009:95)

Tabel 1. Kategori Persentase Kelayakan

NO	Skor dalam Persentase	Kategori Kelayakan
1	Kurang 40%	Tidak layak
2	40%-55%	Cukup layak
3	56%-75%	Layak
4	76%-100%	Sangat layak

Sumber: Suharsini Arikunto (2010: 195)

BAB IV

HASIL PENGEMBANGAN DAN PEMBAHASAN

A. Pengembangan Produk Model Buku Peningkatan Mental

1. Deskripsi Analisis Kebutuhan

Penelitian ini dimulai ketika peneliti melatih dan melihat perkembangan sepakbola diusia dini, diusia 12-13 tahun. Dimana seorang pemain dalam satu tim mengalami kekalahan. Kemudian terlihat pemain yang merasa dirinya buruk dalam bermain, mengalami mental yang down saat pertandingan dan mempengaruhi performa permainan dan penampilannya bagi timnya. Peneliti berfikir sehingga dalam meningkatkan mental pemain bukan hanya menunggu usia berkembang, namun latihan yang terprogram oleh seorang pelatih juga harus mampu menunjang dan meningkatkan performa mental bertandingnya.

Peneliti melakukan observasi kepada responden yaitu pelatih SSB di Gunungkidul dan berdiskusi, sehingga ditemukan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Perlu dikembangkan media latihan berupa model buku peningkatan mental untuk pelatih guna memberikan variasi latihan dan bisa mengerti lebih dalam.
- b. Media yang dikembangkan bermateri latihan meningkatkan mental bermain beserta contoh latihan dalam sesi latihan.
- c. Media dibuat dalam bentuk model buku sehingga pelatih akan mudah mengerti dan pelatih bisa mempelajari program latihan dari rumah.

Dari hasil observasi dan berdiskusi, diperoleh kesimpulan perlu adanya suatu media pelatihan yang digunakan dalam melatih dan berlatih yang menarik pada

usia 12-13 tahun, yaitu dengan mengembangkan model buku latihan meningkatkan mental bagi pemain SSB kelompok usia 12-13 tahun.

2. Deskripsi Pengembangan Produk Awal

a. Perencanaan

Pada tahap ini peneliti melakukan konsep berkaitan dengan:

1. Menetapkan materi

Pada tahap ini materi yang akan ditulis ialah untuk mengenalkan tentang cara meningkatkan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun. tema ini dipilih karena masih kurangnya pengetahuan pelatih tentang bagaimana meningkatkan mental bermain sepakbola untuk SSB.

2. Mengkaji yang diperlukan untuk materi model buku peningkatan mental, dimulai dari saat latihan hingga ketika pertandingan berlangsung.

3. Pembuatan Produk Awal

Pada tahap ini dibuat desain produk sesuai format awa; yang sudah ditentukan oleh peneliti. Desain disesuaikan dengan model buku peningkatan mental. Semua bahan sudah ditetapkan seperti gambar dan materi dan dimasukkan ke dalam produk yangh akan dibuat.

Produk media buku meningkatkan mental memberi cara bagaimana menangani dan cara melatih untuk meningkatkan latihan mental bagi pemain SSB kelompok usia 12-13 tahun yang disertai contoh sesi latihan ketika berlatih dalam konsentrasi, fokus dan percaya diri.

4. Validasi Ahli

Pengembangan media latihan buku ini divalidasi oleh para ahli dibidangnya, yaitu seorang ahli materi dan ahli media olahraga sepakbola. Validasi ahli menghasilkan hasil berikut:

a. Data Hasil Validasi Ahli Materi

Ahli materi yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Drs. Subagyo Irianto, M.Pd yang memiliki keahlian dibidang kepelatihan sepakbola sekaligus dosen di FIK UNY. Pengambilan data ahli materi diperoleh dengan cara memberikan produk awal buku beserta lembar angket.

1. Aspek kelayakan isi

Tabel 2. Validasi Ahli Materi Aspek Kelayakan Isi

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		4	3	2	1
A. Kesesuaian materi	1. Kelengkapan materi		√		
	2. Keluasan materi		√		
	3. Kedalaman materi		√		
B. Keakuratan Materi	4. Keakuratan materi		√		
	5. Keakuratan konsep		√		
	6. Keakuratan prinsip		√		
	7. Keakuratan fakta dan data		√		
	8. Keakuratan contoh		√		
	9. Keakuratan gambar, ilustrasi.		√		
	10. Keakuratan notasi, simbol, dan ikon.		√		
	11. Keakuratan acuan pustaka.		√		
C. Pendukung Materi	12. Penalaran		√		
	13. Keterkaitan		√		
	14. Komunikasi		√		
	15. Penerapan		√		
	16. Kemenarikan materi		√		
	17. Mendorong untuk		√		

	mencari informasi lebih jauh				
D. Kemutakhiran Materi	18. Kesesuaian materi dengan perkembangan ilmu		√		
	19. Gambar, diagram, dan ilustrasi aktual.		√		
	20. Menggunakan contoh kasus didalam dan diluar Indonesia.		√		
	21. Kemutakhiran pustaka.		√		

2. Aspek Kelayakan Penyajian

Tabel 3. Validasi Ahli Materi Aspek Kelayakan Penyajian

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		4	3	2	1
A. Teknik Penyajian	1. Konsistensi sistematika sajian.		√		
	2. Keruntutan penyajian.		√		
B. Pendukung Penyajian	3. Contoh ilustrasi		√		
	4. Daftar Pustaka		√		
	5. Rangkuman		√		
	6. Pertanyaan soal		√		
	7. Jawaban		√		
	8. Gambar penjelas		√		
	9. Tabel		√		
C. Penyajian Pembelajaran	10. Diagram		√		
	11. Keterlibatan pelatih dalam mengungkap masalah.		√		
D. Kelengkapan Penyajian	12. Bagian pendahuluan		√		
	13. Bagian isi		√		
	14. Bagian penutup dan rangkuman		√		

3. Penilaian Bahasa

Tabel 4. Validasi Ahli Materi Penilaian Bahasa

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		4	3	2	1
A. Lugas	1. Ketepatan struktur kalimat.		√		
	2. Keefektifan kalimat.		√		
	3. Kebakuan istilah.		√		
B. Komunikatif	4. Keterbacaan pesan.		√		
	5. Ketepatan penggunaan kaidah bahasa.		√		
C. Dialogis dan Interaktif	6. Kemampuan memotivasi pesan atau informasi.		√		
	7. Kemampuan mendorong berfikir kritis.		√		
D. Kesesuaian dengan mental	8. Kesesuaian perkembangan mental anak.		√		
	9. Kesesuaian dengan tingkat perkembangan emosional anak.		√		
	10. Kesesuaian dengan peningkatan percaya diri, fokus dan konsentrasi.		√		
E. Keruntutan dan Keterpaduan alur pikir	11. Keruntutan dan keterpaduan antar kalimat.		√		
	12. Keruntutan dan keterpaduan antar paragraf.		√		
F. Penggunaan istilah, simbol, atau ikon.	13. Konsistensi penggunaan istilah.		√		
	14. Konsistensi penggunaan simbol dan ikon.		√		

4. Penilaian Materi Mental

Tabel 5. Validasi Ahli Materi Penilaian Materi Mental

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		4	3	2	1
A. Peningkatan mental anak	1. Karakter anak usia 12-13 tahun		√		
	2. Pengertian mental		√		
	3. Pengertian percaya diri		√		
	4. Pengertian fokus		√		
	5. Pengertian konsentrasi		√		
	6. Cara meningkatkan mental.		√		
B. Isi materi buku	7. Buku mengarahkan anak dalam meningkatkan mental bertanding		√		
	8. Buku mengarahkan anak untuk mengembangkan kemampuan sepakbolanya		√		
	9. Adanya keterkaitan antara mental dengan materi gaya melatih		√		
	10. Kebenaran isi materi		√		
	11. Ketuntasan materi terhadap buku		√		

Data validasi ahli media diperoleh dengan menggunakan kuesioner jenis skala *likert* dengan skala 4. Ahli media mencoba membaca dan mencermati serta memberi nilai yang berkaitan dengan media. Hasil penilaian kelayakan ahli media dapat di lihat tabel berikut ini:

Tabel 6. Hasil Validasi Ahli Materi

NO.	Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
1.	Aspek kelayakan isi	63	84	75%	Layak
2.	Aspek kelayakan penyajian	42	56	75%	Layak
3.	Penilaian bahasa	42	56	75%	Layak
4.	Penilaian materi mental	33	44	75%	Layak
Total Ahli Materi		180	240	75%	Layak

Diketahui pengembangan buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun ditinjau dari kelayakan aspek materi, persentase yang diperoleh dari penilaian ahli materi yaitu sebesar 75%. Berdasarkan tabel 1, mengenai penggolongan kategori kelayakan dengan empat kategori, maka penilaian ahli materi termasuk dalam kategori “layak”.

Untuk mendapatkan hasil yang maksimal maka dibutuhkan persentase 25% dari hasil validasi terdapat beberapa kekurangan indikator aspek materi. Dengan demikian menurut ahli materi, tahap validasi pengembangan buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi mendapatkan kategori “layak”.

b. Validasi Ahli Media

Ahli media yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Nawan Primasoni S.Pd. Kor, M.Or. yang memiliki keahlian di bidang ahli media. Pengambilan data ahli media diperoleh dengan cara memberikan produk awal

media buku peningkatan mental beserta lembar penilaian yang berupa kuesioner atau angket.

Tabel 7. Validasi Ahli Media

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan				Komentar
		4	3	2	1	
A. Ukuran Buku	Ukuran fisik buku					
	1. Kesesuaian buku sesuai dengan standar		√			
	2. Kesesuaian ukuran dengan materi isi buku	√				
B. Desain Sampul Buku	Tata letak kulit buku					
	3. Penampilan unsur tata letak pada sampul muka, belakang dan punggung secara harmonis memiliki irama dan kesatuan serta konsisten.		√			
	4. Menampilkan pusat pandang yang baik.	√				
	5. Komposisi dan ukuran unsur tat letak (judul, pengarang, ilustrasi, logo dll) proporsional, seimbang dan seirama dengan tata letak isi	√				
	6. Warna unsur tata letak harmonis dan memperjelas fungsi.		√			
	Huruf yang digunakan menarik dan mudah dibaca					
	7. Ukuran huruf judul buku lebih dominan dan proporsional dibandingkan ukuran buku, nama pengarang.	√				
	8. Warna judul buku kontras dengan warna	√				

	latar belakang					
	9. Tidak terlalu banyak menggunakan jenis kombinasi jenis huruf		√			
	Ilustrasi sampul buku					
	10. Menggambarkan isi/materi ajar dan menggunakan karakter obyek		√			
	11. Bentuk, warna, ukuran, proporsi obyek sesuai dengan realita	√				
C. Desain isi buku	Konsistensi tata letak					
	12. Penempatan unsur tata letak konsisten berdasarkan pola		√			
	13. Pemisahan antar paragraf jelas	√				
	Unsur tata letak harmonis		√			
	Unsur tata letak					
	14. Bidang cetak dan margin proporsional	√				
	15. Margin dua halaman yang berdampingan proporsional		√			
	16. Spasi antar teks dan ilustrasi sesuai	√				
	Unsur tata letak lengkap					
	17. Penempatan judul. Sub judul dan angka halaman tidak mengganggu pemahaman	√				
	18. Penulisan keterangan gambar tidak mengganggu halaman	√				
	Tata letak mempercepat halaman					
	19. Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman.		√			
	20. Penempatan gambar tidak mengganggu	√				

	pemahaman					
	Tipografi isi buku sederhana					
	21. Tidak terlalu banyak menggunakan jenis huruf		√			
	22. Penggunaan variasi huruf (bold, italic, all capital, small capital) tidak berlebihan	√				
	Tipografi mudah dibaca					
	23. Lebar susunan teks normal	√				
	24. Spasi antar baris susunan teks normal		√			
	25. Spasi antar huruf normal.	√				
	Tipografi isi buku memudahkan pemahaman					
	26. Jenjang judul-judul jelas, konsisten dan proporsional.	√				
	27. Tanda pemotongan kata.		√			
	Ilustrasi isi					
	28. Mampu mengungkap makna/arti dari obyek	√				
	29. Bentuk akurat dan proporsional sesuai dengan kenyataan.		√			
	30. Penyajian keseluruhan ilustrasi serasi	√				
	31. Kreatif dan dinamis.		√			

Data validasi ahli media diperoleh dengan menggunakan kuesioner jenis skala *likert* dengan skala 4. Ahli media mencoba membaca dan mencermati serta memberi nilai yang berkaitan dengan media. Hasil penilaian kelayakan ahli media dapat di lihat tabel berikut ini.

Tabel 8. Hasil Validasi Ahli Media

NO.	Aspek Yang	Skor	Skor	Persentase	Kategori
-----	------------	------	------	------------	----------

	Dinilai		Maksimal		
1.	Ukuran Buku	7	8	87,5%	Sangat Layak
2.	Desain Sampul Buku	32	36	88,9%	Sangat Layak
3.	Desain isi buku	75	84	89%	Sangat Layak
Total Ahli Media		114	128	89%	Sangat Layak

Dapat disimpulkan dalam Validasi Ahli Media buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun dengan penilaian melalui tiga aspek ialah buku “sangat layak” dengan presentasi terendah 87,5% yaitu pada aspek Ukuran Buku. Presentase yang diperoleh pada aspek desain buku sampul dan desain isi buku masing-masing sebesar 88,9% dan 89% dengan kriteria “Sangat Layak”.

Hasil akhir yang diperoleh dari total aspek yang dinilai ialah sebesar 89% dengan kriteria “Sangat Layak”. Peneliti masih memiliki kekurangan yang dapat dikembangkan dalam buku bermain peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun untuk mencapai hasil yang sempurna yaitu sebesar 11%.

5. Ujicoba Produk

Uji coba produk merupakan tahap akhir dari prosedur pengembangan buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun. Kondisi selama uji coba besar secara keseluruhan dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Pelatih dikumpulkan oleh peneliti dan diberikan penjelasan bahwa akan adanya penelitian.
2. Peneliti menjelaskan prosedur pengisian angket
3. Pembagian angket kepada pelatih.

4. Pelatih yang mengalami kesulitan dalam mengisi angket diharapkan untuk bertanya kepada peneliti
5. Setelah pengisian selesai pelatih memberikan angket yang sudah diisi ke pada peneliti.
- a. Ujicoba Kelompok Kecil

Ujicoba kelompok kecil dilakukan kepada pelatih SSB Comasda Muda Gunungkidul sebanyak 5 pelatih.

Tabel 9. Hasil Ujicoba Kelompok Kecil

No.	Butir Pertanyaan	Persentase	Kriteria
1	Materi yang disajikan mendukung cara berfikir dalam menangani masalah psikologis pemain SSB.	70,8%	Layak
2	Materi yang disampaikan sesuai dengan SSB kelompok usia 12-13 tahun.	75%	Layak
3	Konsep definisi dan fakta yang disajikan tidak menimbulkan banyak pro kontra.	75%	Layak
4	Contoh gambar dan ilustrasi yang disajikan sesuai dengan kenyataan dan mampu meningkatkan pemahaman pelatih dalam mempelajari buku.	66,7%	Layak
5	Materi yang disajikan sesuai dengan acuan buku pendukung dan daftar pustaka yang berlaku.	87,5%	Sangat Layak
6	Penyajian materi contoh, gambar, latihan dan penilaian disesuaikan dengan perkembangan pemain SSB KU 12-13 tahun.	75%	Layak
7	Penyajian materi contoh, gambar, dan latihan disesuaikan dengan kondisi dan situasi lingkungan SSB.	79,2%	Sangat Layak
8	Penyajian materi contoh dan latihan mampu mendorong tumbuh kembangnya perilaku disiplin bagi pemain SSB KU 12-13 tahun.	75%	Layak
9	Penyajian materi contoh dan latihan mampu mendorong tumbuh kembangnya perilaku berupa percaya diri, konsentrasi dan fokus.	79,2%	Sangat Layak

10	Penyajian materi contoh dan latihan dapat mendorong pelatih untuk terus berfikir dan terus menggali informasi.	75%	Layak
11	Penyajian materi contoh dan latihan dapat menumbuhkan kreativitas pelatih.	79,2%	Sangat Layak
12	Penyajian materi contoh dan latihan dapat membekali pemain SSB KU 12-13 tahun untuk mengembangkan semangat berlatih.	66,7%	Layak
13	Sitematika penyajian materi dalam bab dan sub bab meliputi pendahuluan, inti dan penutup.	79,2%	Sangat Layak
14	Penyajian konsep sesuai dengan teori perkembangan yakni dari mudah ke sukar dan sesuai dengan tingkat pengetahuan pelatih.	75%	Layak
15	Dalam penyajian materi contoh gambar dan latihan peserta didik pemain SSB KU 12-13 tahun ditempatkan sebagai subjek pembelajaran.	79,2%	Sangat Layak
16	Penyajian materi memunculkan umpan balik untuk evaluasi keberhasilan belajar pemain SSB KU 12-13 tahun.	75%	Layak
17	Penyajian materi contoh, gambar dan latihan menekankan pada kemampuan berfikir kritis bagi pelatih.	75%	Layak
18	Penyajian materi latihan dilengkapi dengan prosedur latihan yang menekankan pada kesesuaian materi latihan sesuai kelompok usia.	75%	Layak
19	Pada awal setiap bab diberi uraian singkat yang mengemukakan isi bab dalam upaya meningkatkan motivasi pelatih dalam memaksimalkan potensi pemain.	75%	Layak
Rerata Persentase		75,7 %	Layak

Penilaian dari aspek materi yang diuji cobakan dengan kelompok kecil dengan rerata persentase 75,7% maka penilaian yang diuji cobakan dikategorikan “Layak”.

b. Ujicoba Kelompok Besar

Ujicoba kelompok besar dilakukan setelah selesai melakukan ujicoba kelompok kecil. Hasil data yang diperoleh dari ujicoba kelompok kecil telah memenuhi kelayakan untuk diujicobakan kelompok besar. Setelah dilakukan revisi dan untuk memperbaiki produk agar menjadi produk yang sempurna kemudian dilakukan ujicoba kelompok besar.

Ujicoba kelompok besar dilakukan dengan pengisian kuesioner kepada pelatih SSB di Gunungkidul, sebanyak 15 pelatih secara acak.

Tabel 10. Aspek Penilaian Ujicoba Kelompok Besar

NO	Aspek yang Dinilai	Persentase	Penilaian
Aspek Materi			
1.	Materi yang disajikan dalam buku mudah dipahami.	83,3%	Sangat Layak
2.	Materi yang ada dalam buku sesuai untuk usia 12-13 tahun.	93,3%	Sangat Layak
3.	Model buku sudah sesuai untuk peningkatan mental bermain.	93,3%	Sangat Layak
4.	Buku peningkatan mental membuat pelatih ingin segera mempraktekan.	85%	Sangat Layak
5.	Gambar yang disajikan dalam buku sudah jelas.	70%	Layak
6.	Pelatih lebih bersemangat setelah membaca buku peningkatan mental.	80%	Sangat Layak
7.	Penggunaan gambar dan kalimat sudah baik dan menarik.	85%	Sangat Layak
Aspek Kegunaan			
8.	Dalam melihat buku dapat membantu ketika melatih siswa SSB.	98,3%	Sangat Layak
9.	Buku dapat digunakan dimanapun dan kapanpun.	100%	Sangat Layak
10.	Penjelasan gambar pada buku sudah jelas dan mudah dimengerti.	78,3%	Sangat Layak
11.	Petunjuk dalam buku sudah jelas dan mudah dipahami.	91,7%	Sangat Layak
12.	Gambar isi buku mudah diingat dan mudah dipahami.	71,7%	Layak
13.	Buku padat digunakan secara mandiri oleh pelatih.	81,7%	Sangat

			Layak
14.	Setelah membaca buku ingin segera menggunakan untuk panduan latihan.	75%	Layak
Aspek Desain Buku			
15.	Gambar sesi latihan pada buku sudah menarik.	85%	Sangat Layak
16.	Warna pada sampul dan isi buku cukup menarik.	76,7%	Sangat Layak
17.	Background pada buku sudah menarik.	68,3%	Layak
18.	Penataan gambar dan tulisan dalam buku sudah menarik dan sesuai materi.	80%	Sangat Layak
19.	Ukuran, jenis, dan warna huruf mudah untuk dibaca.	95%	Sangat Layak
20.	Cover pada buku peningkatan mental sangat menarik.	80%	Sangat Layak
Rerata Persentase		83,6%	Sangat Layak

Hasil ujicoba kelompok besar diperoleh dengan menggunakan kuesioner jenis skala *likert* dengan skala 4. Responden yaitu pelatih mencoba membaca dan mencermati serta memberi nilai yang berkaitan dengan media. Hasil penilaian kelayakan ujicoba kelompok besar dapat di lihat tabel berikut ini.

Tabel 11. Hasil Ujicoba Kelompok Besar

NO.	Aspek Yang Dinilai	Skor	Skor Maksimal	Persentase	Kategori
1.	Aspek Materi	354	420	84,3%	Sangat Layak
2.	Aspek Kegunaan	358	420	85,2%	Sangat Layak
3.	Aspek Desain Buku	291	360	80,8%	Sangat Layak
Total		1003	1200	83,6%	Sangat Layak

Penilaian dari ketiga aspek yang uji cobakan dengan kelompok besar dengan rerata persentase 83,6% maka penilaian yang uji cobakan dikategorikan “Sangat Layak”.

6. Produk Akhir

Hasil akhir produk penelitian pengembangan ini adalah media buku peningkatan mental bermain sepakbola untuk SSB kelompok usia 12-13 tahun. Pengembangan produk media buku pada penelitian ini telah divalidasi oleh ahli materi dan ahli media kemudian dilakukan revisi. . Revisi tersebut dilakukan untuk memperoleh saran, kritik, komentar, dan penilaian kelayakan produk yang telah dikembangkan.

Media pengembangan buku peningkatan mental ini mendapatkan respon positif dari pelatih. Jika dikaji lebih dalam berdasarkan temuan uji coba, media buku peningkatan mental ini memiliki kelebihan sebagai berikut:

- a. Media buku peningkatan mental didesain dengan menarik.
- b. Media buku peningkatan mental dapat menjadi pendukung bagi pelatih sepakbola untuk SSB.
- c. Media buku peningkatan mental juga dirancang dengan materi sesuai dengan kelompok usia 12-13 tahun.

Selain memiliki kelebihan, pengembangan buku peningkatan mental tidak terlepas dari adanya keterbatasan. Keterbatasan pengembangan buku peningkatan mental dalam penelitian ini adalah kekurangan gambar yang menarik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini telah menghasilkan produk “Buku Peningkatan Mental Bermain Sepakbola untuk SSB Kelompok Usia 12-13 tahun”. Penilaian kelayakan buku saku latihan koordinasi dilihat dari hasil uji para ahli. Dari hasil ahli materi produk ini memperoleh persentase 75% dalam kategori “Layak”. Menurut ahli media produk ini memperoleh persentase 89% dalam kategori “Sangat Layak”. Setelah dianggap layak untuk diuji cobakan, produk pengembangan buku saku latihan koordinasi ini mendapat penilaian dari pelatih SSB melalui dua uji coba yaitu uji kelompok kecil dan ujicoba kelompok besar, pada ujicoba kelompok kecil hasil penilaian kualitas produk ini adalah “Layak” dengan persentase 75,7% kemudian dalam ujicoba kelompok besar mendapatkan persentase sebesar 83,58% dan dikategorikan “Sangat Layak”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penilaian ini telah menghasilkan “Buku Peningkatan Mental Bermain Sepakbola untuk SSB Kelompok Usia 12-13 Tahun” dengan Kriteria “Sangat Layak ” untuk digunakan.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini memiliki implikasi sebagai berikut:

- a. Mempermudah pelatih dalam mempelajari tentang cara meningkatkan mental bermain sepakbola SSB.

- b. Membantu pelatih dalam menyampaikan materi latihan fokus, konsentrasi dan percaya diri.
- c. Memberikan motivasi kepada atlet untuk berlatih semangat.
- d. Meningkatkan konsep dasar penanganan pemain yang mental tidak kuat.

C. Keterbatasan

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya:

- a. Produk buku peningkatan mental ini memerlukan waktu yang cukup lama dalam mengerjakan desain pada materi menarik agar pelatih tertarik untuk melihat dan mempelajari buku peningkatan mental ini.
- b. Dalam buku ini belum ada pemberian latihan soal untuk evaluasi hasil.
- c. Penelitian dan pengembangan ini hanya dilakukan untuk mengetahui apakah buku saku ini layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan kelompok besar bukan untuk mengetahui tentang efektivitas latihan dengan produk buku peningkatan mental.
- d. Ujicoba produk hanya dilakukan kepada pelatih SSB dilingkup Kabupaten Gunungkidul.

D. Saran

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

- a. Bagi atlet/ peserta didik agar dapat menerima pengetahuan yang diajarkan pelatih setelah membaca buku peningkatan mental ini.
- b. Bagi pelatih sepakbola agar dapat memanfaatkan buku peningkatan mental tersebut sebagai variasi dalam penyampaian latihan.

- c. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat diterbitkan sehingga dapat membantu pelatih dalam melatih dan menangani siswa SSB dalam meningkatkan mental bermain sepakbola.

DAFTAR PUSTAKA

- Abrahams, D. (2011). *mental Toughness for Soccer*. Bennion Kearny.
- Adinata, M. (2015, 10 7). *Depresi dan Gangguan Mental Ancam Jagat Sepak Bola*. Dipetik 5 21, 2019, dari CNN Indonesia: cnnindonesia.com/olahraga/2015100712034-14783361/depresi-dan-gangguan-mental-ancam-jagat-sepak-bola
- Aldoobie, N. (2015). *American International Journal of Contemporary Research* . America: University of Northttern Colorado.
- Anglada, D. (2007). *An Introduction to Instructional Design: Utilizing a Basic Design Model*. Diambil kembali dari <http://www.pace.edu/ctl/newsletter>.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Beswick, B. (2010). *Focused For Soccer*. Human Kinetic.
- Davies, D., & Amstrong, M. (1989). *Psychological Factors in Competitive Sports*. Philadelphia: The Falmers Pers.
- Eka, I. (2017, April 1). *Pemain Indonesia Bertalenta, Tapi Masih Kurang Pemahaman Taktik*. Dipetik Juli 21, 2018, dari Jawapos: <https://www.jawapos.com/sepak-bola/sepak-bola-indonesia/01/04/2017/pemain-indonesia-bertalenta-tapi-masih-kurang-pemahaman-taktik/>
- Fatimah. (2006). *Psikologi Perkembangan: perkembangan peserta didik*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fauzi, A. N. (2016). *Pengembangan Buku Saku panduan Penanganan dan Rehabilitasi pada Sendi Pergelangan Kaki*. Universitas Negeri Yogyakarta: Skripsi.
- Febrianto, B. (2013). *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kemampuan Hubungan Interpersonal Pada Anggota UB (Universitas Brawijaya) Fitness Center*. Unbraw: FISIP.
- Firdaus, K. (2012). *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Press.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.

- Herwin. (2004). *Keterampilan Sepaknola Dasar*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hyland, K. (2007). *Second Language Writing. 4 Printing*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Irianto, S. (2016). Kebugaran Aerobik Pemain Sepakbola PSIM Yogyakarta Tahun 2014. *Jurnal Olahraga Prestasi Volume 12 Nomor 2*, 1-8.
- Ismail, A. (2009). *Education Games Menjadi Cerdas dan Ceria dengan Permainan Edukatif*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Jeane, M. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 12*, 87.
- Kartini, K. (1989). *Hygiene mental dan kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju.
- Komarudin. Pengantar Psikologi Olahraga. *Kuliah Psikologi PJKR Olahraga PJKR FIK UNY*, 1-29.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2018). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) dalam menghadapi Pertandingan Atlet Sepakbola Kabupaten Banyuasin pada Porprov Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 17* (2), 28-35.
- Luchinta, D. (2018, April 4). *Mengapa Harus Ada Psikolog Olahraga dalam Tim Sepak Bola?* Dipetik Agustus 28, 2019, dari Football Tribe: <https://football-tribe.com/indonesia/2018/04/04/mengapa-harus-ada-psikolog-olahraga/>
- Mayke, S. (1995). *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Tinggi.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani, Teori dan Praktek SMA*. Jakarta: Erlangga.
- Mulyatiningsih, E. (2011). *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Yogyakarta: Alfabeta.
- Muslich, M. (2010). *Text Book Writing, Dasar-dasar Pemahaman, Penulisan, dan Pemakaian Buku Teks*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Notosoedirjo, M. (2001). *Kesehatan Mental*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pamungkas, A. D. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMP N 1 Ngaglik*. Skripsi: FIK UNY.
- Peter K Smith, A. P. (2008). *Learning Through Play*. USA: University of London, United Kingdom University of Minnesota.

- Rahmat, A. (2016, 11 10). *Pangkostrad Edy Rahmayadi Terpilih Jadi Ketua Umum PSSI*. Dipetik Juni 20, 2018, dari CNN Indonesia: <http://cnnindonesia.com/olahraga/20161110155422-142-171796/pangkostrad-edy-rahmayadi-terpilih-jadi-ketua-umum-pssi>
- Risqi, F. (2019). *Tingkat Kepercayaan Diri, Kohesivitas, dan Kecerdasan Emosi Peserta Didik Sepakbola Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul*. Skripsi: FIK UNY.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Soedjono. (1985). *Sepakbola, Taktik dan Kerjasama*. Yogyakarta: PT. Badan Penerbit Kedaulatan Rakyat.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumardi. (2000). *Buku Pelajaran Bahasa Indonesia SD sebagai Sarana Pengembangan Kepribadian, Penalaran, Kreativitas, dan Keterampilan Berkomunikasi Anak*. Jakarta: Grasindo.
- Susanto, B. (2018, 10 8). *Kenapa Sepakbola Olahraga Paling Favorit dimuka Bumi*. Dipetik Februari 8, 2019, dari Tribunjateng: <https://jateng.tribunnews.com/2018/11/08/kenapa-sepak-bola-olahraga-paling-favorit-di-muka-bumi>
- Ur, P. (2009). *A Course in Language Teaching: Practice and Theory, 17 Printing*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Windo, D. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*. Jakarta: Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia.

LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Permohonan dan Pernyataan Ahli Materi

PERMOHONAN VALIDASI AHLI MATERI

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1

Yth. Bapak

Drs. Subagyo Irianto M.Pd

Dosen FIK UNY

Dengan hormat,

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

Nama : Aldhitama Pangesta

NIM : 13602241094

Program Studi : PKO

Judul TA : Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun.

Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli materi untuk Validasi Instrumen yang saya buat dalam buku untuk mempermudah menyusun materi peningkatan mental bertanding sepakbola.

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

Yogyakarta, 20 Februari 2019

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

Peneliti



Nawan Primasoni, S.Pd. Kor. M. Or
NIP 198405212008121001



Aldhitama Pangesta
NIM 13602241094

SURAT KETERANGAN VALIDASI MATERI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP : 196210101988121001

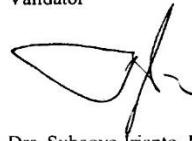
Menerangkan bahwa benar-benar telah memvalidasi penelitian buku berjudul Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun, hasil pengembangan mahasiswa dibawah ini:

Nama : Aldhitama Pangesta
NIM : 13602241094
Program Studi : PKO

Demikian pernyataan yang saya berikan dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Februari 2019

Validator



Drs. Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP.196210101988121001

Lampiran 2: Instrumen Penilaian Ahli Materi

A. Petunjuk Pengisian

- Isilah tanda check (V) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada.
- Kriteria penilaian:
 SB = Sangat Baik
 B = Baik
 K = Kurang
 SK = Sangat Kurang

B. Aspek Penilaian

1. Aspek kelayakan isi

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		SB	B	K	SK
A. Kesesuaian materi	1. Kelengkapan materi		✓		
	2. Keluasan materi		✓		
	3. Kedalaman materi		✓		
B. Keakuratan Materi	4. Keakuratan materi		✓		
	5. Keakuratan konsep		✓		
	6. Keakuratan prinsip		✓		
	7. Keakuratan fakta dan data		✓		
	8. Keakuratan contoh		✓		
	9. Keakuratan gambar, ilustrasi.		✓		
	10. Keakuratan notasi, simbol, dan ikon.		✓		
	11. Keakuratan acuan pustaka.		✓		
C. Pendukung Materi	12. Penalaran		✓		
	13. Keterkaitan		✓		
	14. Komunikasi		✓		
	15. Penerapan		✓		

D. Kemutakhiran Materi	16. Kemnarikan materi		✓		
	17. Mendorong untuk mencari informasi lebih jauh		✓		
	18. Keesuaian materi dengan perkembangan ilmu		✓		
	19. Gambar, diagram, dan ilustrasi aktual.		✓		
	20. Menggunakan contoh kasus didalam dan diluar Indonesia.		✓		
	21. Kemutakhiran pustaka.		✓		

II. Aspek Kelayakan Penyajian

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		SB	B	K	SK
A. Teknik Penyajian	1. Konsistensi sistematika sajian.		✓		
	2. Keruntutan penyajian.		✓		
B. Pendukung Penyajian	3. Contoh ilustrasi		✓		
	4. Daftar Pustaka		✓		
	5. Rangkuman		✓		
	6. Pertanyaan soal		✓		
	7. Jawaban		✓		
	8. Gambar penjelas		✓		
	9. Tabel		✓		
	10. Diagram		✓		

C. Penyajian Pembelajaran	11. Keterlibatan pelatih dalam mengungkap masalah.		✓		
D. Kelengkapan Penyajian	12. Bagian pendahuluan		✓		
	13. Bagian isi		✓		
	14. Bagian penutup dan rangkuman		✓		

III. Penilaian Bahasa

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		SB	B	K	SK
A. Lugas	1. Ketepatan struktur kalimat.		✓		
	2. Keefektifan kalimat.		✓		
	3. Kebakuan istilah.		✓		
B. Komunikatif	4. Keterbacaan pesan.		✓		
	5. Ketepatan penggunaan kaidah bahasa.		✓		
C. Dialogis dan Interaktif	6. Kemampuan memotivasi pesan atau informasi.		✓		
	7. Kemampuan mendorong berfikir kritis.		✓		
D. Kesesuaian dengan mental	8. Kesesuaian perkembangan mental anak.		✓		
	9. Kesesuaian dengan tingkat perkembangan emosional anak.		✓		

	10. Kesesuaian dengan peningkatan percaya diri, fokus dan konsentrasi.		✓		
E. Keruntutan dan Keterpaduan alur pikir	11. Keruntutan dan keterpaduan antar kalimat.		✓		
	12. Keruntutan dan keterpaduan antar paragraf.		✓		
F. Penggunaan istilah, simbol, atau ikon.	13. Konsistensi penggunaan istilah.		✓		
	14. Konsistensi penggunaan simbol dan ikon.		✓		

IV. Penilaian Materi Mental

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan			
		SB	B	K	SK
A. Peningkatan mental anak	1. Karakter anak usia 12-13 tahun		✓		
	2. Pengertian mental		✓		
	3. Pengertian percaya diri		✓		
	4. Pengertian fokus		✓		
	5. Pengertian konsentrasi		✓		
	6. Cara meningkatkan mental.		✓		
B. Isi materi buku	7. Buku mengarahkan anak dalam		✓		

	meningkatkan mental bertanding				
	8. Buku mengarahkan anak untuk mengembangkan kemampuan sepakbolanya		✓		
	9. Adanya keterkaitan antara mental dengan materi gaya melatih		✓		
	10. Kebenaran isi materi		✓		
	11. Ketuntasan materi terhadap buku		✓		

C. Komentar dan Saran

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

D. Kesimpulan

Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 tahun ini dinyatakan *):

1. Layak diujicobakan tanpa ada revisi
2. Layak diujicobakan dengan revisi
3. Tidak layak diujicobakan

*) Lingkari salah satu

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama : Aldhitama Pangesta
 NIM : 13602241094
 Judul TA : Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun.

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
	Komentar Umum/Lain-lain:	

Lampiran 3: Surat Permohonan dan Pernyataan Ahli Media

PERMOHONAN VALIDASI AHLI MEDIA

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1

Yth. Bapak

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

Dosen FIK UNY

Dengan hormat,

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

Nama : Aldhitama Pangesta

NIM : 13602241094

Program Studi : PKO

Judul TA : Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun.

Mohon berkenan Bapak sebagai dosen ahli materi untuk Validasi Instrumen yang saya buat dalam buku untuk mempermudah menyusun materi peningkatan mental bertanding sepakbola.

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

Yogyakarta, 20 Februari 2019

Mengetahui,

Dosen Pembimbing

Peneliti



Nawan Primasoni, S.Pd. Kor. M. Or
NIP. 198405212008121001



Aldhitama Pangesta
NIM. 13602241094

SURAT KETERANGAN VALIDASI MEDIA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Nawan Primasoni, S.Pd. Kor. M. Or
NIP :198405212008121001

Menerangkan bahwa benar-benar telah memvalidasi penelitian buku berjudul Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun, hasil pengembangan mahasiswa dibawah ini:

Nama : Aldhitama Pangesta
NIM : 13602241094
Program Studi : PKO

Demikian pernyataan yang saya berikan dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Februari 2019

Validator



Nawan Primasoni, S.Pd. Kor. M. Or
NIP 198405212008121001

Lampiran 4: Instrumen Penilaian Ahli Media

A. Petunjuk Pengisian

- Isilah tanda check (V) pada kolom yang Bapak/Ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada.
- Kriteria penilaian:
 SB = Sangat Baik
 B = Baik
 K = Kurang
 SK = Sangat Kurang

B. Aspek Penilaian

Indikator Penilaian	Butir Penilaian	Alternatif Pilihan				Komentar
		SB	B	K	SK	
A. Ukuran Buku	Ukuran fisik buku					
	1. Kesesuaian buku sesuai dengan standar		✓			
	2. Kesesuaian ukuran dengan materi isi buku	✓				
B. Desain Sampul Buku	Tata letak kulit buku					
	3. Penampilan unsur tata letak pada sampul muka, belakang dan punggung secara harmonis memiliki irama dan kesatuan serta konsisten.		✓			
	4. Menampilkan pusat pandang yang baik.	✓				
	5. Komposisi dan ukuran unsur tat letak (judul, pengarang, ilustrasi, logo dll)	✓				

	proporsional, seimbang dan seirama dengan tata letak isi					
	6. Warna unsur tata letak harmonis dan memperjelas fungsi.		✓			
	Huruf yang digunakan menarik dan mudah dibaca					
	7. Ukuran huruf judul buku lebih dominan dan proporsional dibandingkan ukuran buku, nama pengarang.	✓				
	8. Warna judul buku kontras dengan warna latar belakang	✓				
	9. Tidak terlalu banyak menggunakan jenis kombinasi jenis huruf		✓			
	Ilustrasi sampul buku					
	10. Menggambarkan isi/materi ajar dan menggunakan karakter obyek		✓			
	11. Bentuk, warna, ukuran, proporsi obyek sesuai dengan realita	✓				
C. Desain isi buku	Konsistensi tata letak					
	12. Penempatan unsur tata letak konsisten berdasarkan pola		✓			
	13. Pemisahan antar	✓				

	paragraf jelas					
	Unsur tata letak harmonis	✓				
	Unsur tata letak					
	14. Bidang cetak dan margin proporsional	✓				
	15. Margin dua halaman yang berdampingan proporsional		✓			
	16. Spasi antar teks dan ilustrasi sesuai	✓				
	Unsur tata letak lengkap					
	17. Penempatan judul. Sub judul dan angka halaman tidak mengganggu pemahaman	✓				
	18. Penulisan keterangan gambar tidak mengganggu halaman	✓				
	Tata letak mempercepat halaman					
	19. Penempatan hiasan tidak mengganggu judul, teks, dan angka halaman.		✓			
	20. Penempatan gambar tidak mengganggu pemahaman	✓				
	Tipografi isi buku sederhana					
	21. Tidak terlalu banyak menggunakan jenis huruf		✓			
	22. Penggunaan variasi	✓				

huruf (bold, italic, all capital, small capital) tidak berlebihan					
Tipografi mudah dibaca					
23. Lebar susunan teks normal	✓				
24. Spasi antar baris susunan teks normal		✓			
25. Spasi antar huruf normal.	✓				
Tipografi isi buku memudahkan pemahaman					
26. Jenjang judul-judul jelas, konsisten dan proporsional.	✓				
27. Tanda pemotongan kata.		✓			
Ilustrasi isi					
28. Mampu mengungkap makna/arti dari obyek	✓				
29. Bentuk akurat dan proporsional sesuai dengan kenyataan.		✓			
30. Penyajian keseluruhan ilustrasi serasi	✓				
31. Kreatif dan dinamis.		✓			

C. Komentar dan Saran

.....

.....

.....

.....

.....
.....
.....

D. Kesimpulan

Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok

Usia 12-13 tahun ini dinyatakan *):

1. Layak diujicobakan tanpa ada revisi
2. Layak diujicobakan dengan revisi
3. Tidak layak diujicobakan

***) Lingkari salah satu**

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama : Aldhitama Pangesta
NIM : 13602241094
Judul TA : Pengembangan Model Buku Peningkatan Mental Bertanding Sepakbola untuk Sekolah Sepakbola Kelompok Usia 12-13 Tahun.

No.	Variabel	Saran/Tanggapan
	Komentar Umum/Lain-lain:	

Lampiran 5: Angket Uji Coba Produk Kelompok Kecil

**PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL
BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA
KELOMPOK USIA 12-13 TAHUN
ALDHITAMA PANGESTA (13602241094)**

I. KETERANGAN ANGKET

Angket ini dimaksudkan untuk mendapatkan data obyektif dari pelatih SSB dalam penyusunan skripsi.
Dengan mengisi angket ini, berarti telah ikut serta membantu kami menyelesaikan studi.

II. PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Sebelum menjawab daftar pertanyaan yang disiapkan, terlebih dahulu isi daftar identitas yang telah disediakan.
Bacalah dengan baik setiap pertanyaan, kemudian beri tanda centang pada kolom penilaian yang dianggap tepat.

III. IDENTITAS PELATIH

Nama : Yusril Zaiwuri
Pelatih SSB : CONTOH NAMA

IV. DAFTAR PERTANYAAN

Keterangan pilihan jawaban

1. Tidak Setuju
2. Kurang Setuju
3. Setuju
4. Sangat Setuju

No.	Butir Pertanyaan	1	2	3	4
1.	Materi yang disajikan mendukung cara berfikir dalam menangani masalah psikologis pemain SSB				✓
2.	Materi yang disampaikan sesuai dengan SSB kelompok usia 12-13 tahun			✓	
3.	Konsep definisi dan fakta yang disajikan tidak menimbulkan banyak pro kontra			✓	
4.	Contoh gambar dan ilustrasi yang disajikan sesuai dengan kenyataan dan mampu meningkatkan pemahaman pelatih dalam mempelajari buku		✓		
5.	Materi yang disajikan sesuai dengan acuan buku pendukung dan daftar pustaka yang berlaku			✓	
6.	Penyajian materi contoh, gambar, latihan dan penilaian disesuaikan dengan perkembangan pemain SSB KU 12-13 tahun			✓	
7.	Penyajian materi contoh, gambar, dan latihan disesuaikan dengan kondisi dan situasi lingkungan SSB			✓	
8.	Penyajian materi contoh dan latihan mampu mendorong tumbuh kembangnya perilaku disiplin bagi pemain SSB KU 12-13 tahun				✓
9.	Penyajian materi contoh dan latihan mampu mendorong tumbuh kembangnya perilaku berupa percaya diri, konsentrasi dan fokus				✓
10.	Penyajian materi contoh dan latihan dapat mendorong pelatih untuk terus berfikir dan terus menggali informasi			✓	
11.	Penyajian materi contoh dan latihan dapat menumbuhkan kreativitas pelatih			✓	
12.	Penyajian materi contoh dan latihan dapat membekali pemain SSB KU 12-13 tahun untuk mengembangkan semangat berlatih			✓	
13.	Sistematika penyajian materi dalam bab dan sub bab meliputi pendahuluan, inti dan penutup			✓	
14.	Penyajian konsep sesuai dengan teori perkembangan yakni dari mudah ke sukar dan sesuai dengan tingkat pengetahuan pelatih			✓	

15.	Dalam penyajian materi contoh gambar dan latihan peserta didik pemain SSB KU 12-13 tahun ditempatkan sebagai subjek pembelajaran			✓	
16.	Penyajian materi memunculkan umpan balik untuk evaluasi keberhasilan belajar pemain SSB KU 12-13 tahun			✓	
17.	Penyajian materi contoh, gambar dan latihan menekankan pada kemampuan berfikir kritis bagi pelatih			✓	
18.	Penyajian materi pelatihan dilengkapi dengan prosedur latihan yang menekankan pada kesesuaian materi latihan sesuai kelompok usia			✓	
19.	Pada awal setiap bab diberi uraian singkat yang mengemukakan isi bab dalam upaya meningkatkan motivasi pelatih dalam memaksimalkan potensi pemain.			✓	

Wonosari, Mei 2019


(Yusril Zaimu)

Lampiran 6: Angket Uji Coba Produk Kelompok Besar

PENGEMBANGAN MODEL BUKU PENINGKATAN MENTAL BERMAIN SEPAKBOLA UNTUK SEKOLAH SEPAKBOLA KELOMPOK USIA 12-13 TAHUN

ALDHITAMA PANGESTA (13602241094)

I. KETERANGAN ANGKET

Angket ini dimaksudkan untuk mendapatkan data obyektif dari pelatih SSB dalam penyusunan skripsi.
Dengan mengisi angket ini, berarti telah ikut serta membantu kami menyelesaikan studi.

II. PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Sebelum menjawab daftar pertanyaan yang disiapkan, terlebih dahulu isi daftar identitas yang telah disediakan.
Bacalah dengan baik setiap pertanyaan, kemudian beri tanda centang pada kolom penilaian yang dianggap tepat.

III. IDENTITAS PELATIH

Nama : LUKMAN PAMBUDI
Pelatih SSB : Comanda Muda

IV. DAFTAR PERTANYAAN

Keterangan pilihan jawaban

1. Tidak Setuju
2. Kurang Setuju
3. Setuju
4. Sangat Setuju

NO	Aspek Yang Dinilai	Penilaian			
		1	2	3	4
Aspek Materi					
1.	Materi yang disajikan dalam buku mudah dipahami.				✓
2.	Materi yang ada dalam buku sesuai untuk usia 12-13 tahun.				✓
3.	Model buku sudah sesuai untuk peningkatan mental bermain.			✓	✓
4.	Buku peningkatan mental membuat pelatih ingin segera mempraktekan.			✓	
5.	Gambar yang disajikan dalam buku sudah jelas.			✓	
6.	Pelatih lebih bersemangat setelah membaca buku peningkatan mental.			✓	✓
7.	Penggunaan gambar dan kalimat sudah baik dan menarik.				✓
Aspek Kegunaan					
8.	Dalam melihat buku dapat membantu ketika melatih siswa SSB.				✓
9.	Buku dapat digunakan dimanapun dan kapanpun.				✓
10.	Penjelasan gambar pada buku sudah jelas dan mudah dimengerti.			✓	
11.	Petunjuk dalam buku sudah jelas dan mudah dipahami.			✓	
12.	Gambar isi buku mudah diingat dan mudah dipahami.			✓	
13.	Buku dapat digunakan secara mandiri oleh pelatih.				✓
14.	Setelah membaca buku ingin segera menggunakan untuk panduan latihan.			✓	
Aspek Desain Buku					
15.	Gambar sesi latihan pada buku sudah menarik.			✓	
16.	Warna pada sampul dan isi buku cukup menarik.			✓	

17.	Background pada buku sudah menarik.			✓	
18.	Penataan gambar dan tulisan dalam buku sudah menarik dan sesuai materi.			✓	
19.	Ukuran, jenis, dan warna huruf mudah untuk dibaca.				✓
20.	Cover pada buku peningkatan mental sangat menarik.			✓	

Wonosari, 10 Juni 2019


(LUKMAN P.)