



Pengembangan Model Latihan *Passing ADE* Sepakbola

Dedy Putranto ¹, Andriadi ²

Keywords :

Model Latihan, Passing, Sepakbola;

Correspondensi Author

¹ **STKIP Muhammadiyah**

Bangka Belitung

Email:

dedy.putranto@stkipmbb.ac.id

Article History

Received: 06-01-2019;

Reviewed: 18-02-2019;

Accepted: 20-03-2019;

Published: 28-03-2019.

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan suatu rancangan model latihan teknik dasar *passing ADE* dalam sepakbola dan memperoleh data empiris tentang efektivitas dan efisiensi hasil pengembangan model latihan *passing ADE* sepakbola pada mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Borg and Gall yang terdiri dari sepuluh langkah (10 Langkah). Subyek penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi semester IV STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung. Hasil akhir penelitian ini berupa model latihan *passing ADE* sepakbola untuk mahasiswa sejumlah 12 model latihan yang telah dievaluasi oleh para ahli, uji coba dan revisi. Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi ahli rata-rata sebesar 91,6% (sangat layak), dari hasil uji coba skala kecil diperoleh rata-rata sebesar 89,9% (layak), sedangkan untuk uji lapangan skala besar diperoleh sebesar 82,7% (layak). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa model latihan *passing ADE* sepakbola untuk mahasiswa efektif digunakan untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola.

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang diajarkan di sekolah yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani. Saat ini sepakbola menjadi olahraga yang sangat diminati oleh seluruh lapisan masyarakat, terutama kaum muda, para pelajar dan mahasiswa. Permainan sepakbola yang dimainkan oleh dua regu yang berlawanan ini dapat dimainkan oleh siapa saja, baik pria atau wanita, tua maupun muda.

Permainan sepakbola tidak hanya sekedar dilakukan untuk tujuan rekreasi dan pengisi waktu luang akan tetapi dituntut untuk mencapai prestasi yang optimal.

Prestasi dapat diraih melalui latihan yang teratur, sudah direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus. Dengan demikian bahwa peran seorang pelatih sangat penting untuk menentukan dan memberikan metode latihan yang tepat bagi anak didiknya dalam merancang program latihan yang baik dan benar.

Ada beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola diantaranya yaitu teknik *passing*. Teknik *passing* tidak hanya lagi hanya sebagai operan, akan tetapi sebagai serangan ke daerah lawan yang mampu menciptakan gol. Melakukan *passing* secara cepat dan tepat pada sasaran bagi pemula bukan merupakan hal yang mudah. Bagi pemain pemula sering kali

dalam melakukan *passing* tidak tepat pada sasaran yang diinginkan. Hal yang demikian akan merugikan timnya pada saat bermain, karena bola sangat mudah dikuasai oleh lawan.

Passing merupakan aspek atau teknik dasar yang sangat penting dalam sepakbola, karena dalam melakukannya membutuhkan kecepatan, kekuatan, dan ketepatan. *Passing* bola bertujuan untuk melakukan operan bola kepada teman satu tim yang kemudian dilanjutkan dengan memasukkan bola ke gawang lawan. Teknik *passing* terbagi menjadi beberapa bagian diantaranya *passing* menggunakan kaki bagian dalam, teknik *passing* menggunakan kaki bagian luar, dan teknik *passing* menggunakan punggung kaki.

STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung merupakan satu-satunya perguruan tinggi yang berada di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung yang memiliki program studi Pendidikan Olahraga. Berbagai macam bentuk pembinaan yang dilakukan kepada para mahasiswa untuk mengembangkan bakat dan minat dalam berolahraga salah satunya melalui unit kegiatan mahasiswa sepakbola. Selain dalam bentuk pembinaan, cabang olahraga sepakbola juga diajarkan kepada mahasiswa dalam bentuk perkuliahan.

Pada kenyataan di lapangan ketika proses perkuliahan sepakbola dilaksanakan masih terdapat berbagai macam kendala ataupun kekurangan bentuk variasi latihan sehingga kemampuan mahasiswa dalam menguasai teknik *passing* sepakbola masih kurang maksimal. Hal yang serupa juga masih sering terjadi baik pada saat latihan maupun pertandingan seperti pada saat melakukan *passing* yakni bola menyusur tanah yang sering tidak tepat pada sasaran temannya.

Melihat betapa pentingnya penguasaan teknik dasar *passing* sepakbola, maka bagi para pemain harus dilatih secara baik dan benar. Berbagai macam bentuk variasi latihan *passing* sepakbola perlu dikembangkan agar mahasiswa tidak cepat merasa bosan ketika proses perkuliahan

berlangsung. Oleh karena itu, perlu dilakukan suatu pengembangan model latihan *passing* sepakbola.

Penelitian dan pengembangan merupakan penelitian yang tidak digunakan untuk menguji teori. Apa yang dihasilkan diuji lapangan kemudian direvisi sampai hasilnya maksimal. Menurut Sugiyono (2009:227) mengemukakan penelitian dan pengembangan atau dalam bahasa Inggrisnya *Research and Development* adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut. Sedangkan Sukmadinata (2005:164) menjelaskan penelitian dan pengembangan adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada yang dapat dipertanggung jawabkan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian dan pengembangan merupakan suatu penelitian yang mendasarkan pada pembuatan suatu produk yang efektif, diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk, dan uji coba produk. Dalam hal ini penelitian yang akan dikembangkan adalah model latihan *passing* dalam permainan sepakbola pada mahasiswa STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung.

Terdapat berbagai definisi model yang dikemukakan oleh para ahli. Model merupakan pola umum perilaku pembelajaran untuk mencapai tujuan yang diharapkan. (Rusman, 2012: 133). Sebuah model menggambarkan keseluruhan konsep yang saling berkaitan. Dengan kata lain model juga dapat dipandang sebagai upaya dan untuk mengkonkretkan sebuah teori sekaligus juga merupakan sebuah analogi dan representasi dari variabel-variabel yang terdapat didalam teori tersebut.

Menurut Komarudin (2000: 100) model diartikan sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan kegiatan. Model dapat dipahami sebagai: 1) suatu tipe desain, 2) suatu deskripsi atau analogi yang dipergunakan untuk membantu proses

visualisasi sesuatu yang tidak dapat dengan langsung diamati, 3) suatu sistem asumsi-asumsi, data-data, dan inferensi-inferensi yang dipakai untuk menggambarkan secara matematis suatu obyek atau peristiwa, 4) suatu desain yang disederhanakan dari suatu sistem kerja, suatu terjemahan realitas yang disederhanakan, 5) deskripsi suatu sistem yang mungkin *imajiner*, 6) penyajian data yang diperkecil agar dapat menjelaskan dan menunjukkan sifat bentuk aslinya. Jadi dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa model adalah sebuah pola atau konsep yang dirancang secara sistematis untuk mencapai suatu tujuan tertentu sesuai dengan apa yang diharapkan.

Pengertian latihan yang berasal dari kata *practice* adalah aktivitas untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraga. Pengertian latihan yang berasal dari kata *training* adalah penerapan dari suatu perencanaan untuk meningkatkan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori dan praktek, metode, dan aturan pelaksanaan sesuai dengan tujuan dan sasaran yang akan dicapai. (Sukadiyanto, dll, 2011:6). Harsono (2006:2) melihat bahwa, latihan adalah suatu proses penyempurnaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan diberi beban fisik, teknik, taktik, dan mental yang harus teratur, meningkat, bertahap dan berulang-ulang.

Dalam istilah bahasa Indonesia kata-kata tersebut mempunyai arti yang sama yaitu latihan. Latihan merupakan proses pengembangan dan penyempurnaan keterampilan yang mengarah kepada kemampuan atau prestasi seorang atlet. Latihan sama halnya dengan belajar. Latihan merupakan suatu kegiatan yang disusun secara sistematis dan dilakukan secara berulang-ulang untuk memperoleh hasil suatu tujuan. Latihan hendaknya dilakukan secara terus menerus dan konsisten agar tujuan dari latihan yang ingin dicapai bisa maksimal.

Menurut Dietrich Martin dalam Nossek (1982:15) menyatakan bahwa latihan olahraga adalah suatu proses yang direncanakan yang mengembangkan penampilan olahraga yang kompleks dengan memakai isi latihan, tindakan-tindakan organisasional yang sesuai dengan maksud dan tujuan. Jadi yang disebut latihan adalah aktivitas fisik yang dilakukan dalam jangka waktu tertentu yang mempunyai maksud dan tujuan untuk mengembangkan serta memperbaiki penampilan seseorang baik atlet maupun bukan atlet.

Pada sebagian besar orang yang bukan atlet, tujuan utama melakukan latihan olahraga adalah untuk memelihara komponen-komponen kesegaran jasmani, seperti kekuatan otot, daya tahan kardiorespiratori, dan persentase tubuh. Latihan dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan tentunya memerlukan mekanisme latihan dengan prosedur yang baik pula, yaitu dimulai dengan latihan peregangan (*stretching*), latihan pemanasan (*warming up*), dilanjutkan dengan latihan inti, kemudian latihan penenangan (*cooling down*) dan diakhiri dengan latihan peregangan. (Fox et all,1993:288).

Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara menyepak bola ke segala arah untuk diperebutkan antar pemain dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik dan terampil, maka seorang pemain sepakbola hendaknya dituntut untuk menguasai teknik dasar sepakbola. Teknik dasar merupakan kunci dalam membangun keterampilan sepakbola. Terdapat tiga teknik dasar untuk mengoper bola dipermukaan datar menurut Joseph A. Luxbacher (2004: 12), 1) *inside of the foot* (dengan samping bagian dalam kaki), 2) *out side of the foot* (dengan bagian samping luar kaki, dan 3) *instep of the foot* (dengan kura-kura kaki).

Dalam menentukan titik mana yang akan dipergunakan dalam suatu permainan

ditentukan oleh situasi yang terjadi di lapangan. Biasanya untuk *passing* jarak pendek menggunakan teknik *passing* “*inside of the foot*” seperti yang dinyatakan oleh Adam W. & Trevor L (2004: 5), bahwa *passing* dengan sisi kaki bagian dalam atau mendorong bola akan lebih digunakan untuk *passing* jarak pendek dipermukaan tanah. Suatu tim yang memiliki kerjasama serta kemampuan *passing* yang baik dan akurat akan mampu menguasai jalannya pertandingan bahkan mampu memenangkan suatu pertandingan.

METODE

Penelitian pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Deelopment*) dari Borg and Gall (1983: 775) yang terdiri dari 10 langkah dalam penelitian yakni antara lain: (1) Studi pendahuluan yang terdiri dari analisis kebutuhan dan studi pustaka, studi literatur, riset skala kecil (2) Merencanakan penelitian (*planning*) (3) Pengembangan desain (*Develop Preliminary of Product*) (4) *Preliminary Field Testing* (5) Revisi hasil uji coba terbatas (*Main product revision*) (6) *Main Field Test* (7) Revisi hasil uji lapangan lebih luas (*Operational product revision*) (8) Uji Kelayakan (9) Revisi final hasil uji kelayakan (10) Desiminasi dan implementasi produk akhir. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, menggunakan kuesioner dan catatan lapangan (*field note*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Kebutuhan

a) Wawancara Pelatih

Dari wawancara satu orang pelatih atau dosen sepakbola diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Latihan yang dilakukan kurang banyak variasi model yang baru agar peserta merasa tidak bosan, (2) Pelatih atau dosen sepakbola sangat setuju dengan pengembangan bentuk model latihan *passing* ADE sepakbola, (3) Pemahaman mahasiswa tentang pentingnya *passing* masih kurang, (4) Pelatih memerlukan

referensi yang lain untuk melakukan bentuk latihan *passing* ADE sepakbola.

b) Penyebaran Angket

Dari hasil analisis kebutuhan dengan cara penyebaran angket 10 mahasiswa semester IV yang mengambil matakuliah sepakbola diperoleh hasil 80% setuju bila diadakannya bentuk pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola.

2. Pengolahan Data Validasi Ahli

Rekapitulasi data hasil evaluasi ahli sepakbola disajikan pada tabel berikut dibawah ini:

Tabel 1 Rekapitulasi Ahli atau Pelatih Sepakbola (n=3)

No	Ahli	Skor Min	Skor Maks	Skor Hasil	Persentase
1	Ahli Sepakbola 1	0	48	47	98%
2	Ahli Sepakbola 2	0	48	44	91,6%
3	Ahli Sepakbola 3	0	48	41	85,4%
Rata-rata					91,6%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil validasi ahli sepakbola sebanyak tiga orang sebesar 91,6% sehingga secara keseluruhan produk yang dikembangkan dalam kategori sangat layak.

3. Tahap Uji Coba

a) Uji Coba Kelompok Kecil

Tahap uji coba kelompok kecil dilakukan terhadap mahasiswa berjumlah 10 orang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2 Rekapitulasi Data Hasil Ujicoba Kelompok Kecil

No	Indikator	Skor Min	Skor Maks	Skor Hasil	Persentase
1	Kemudahan	12	480	405	84,3%
2	Kemenerikan	12	480	453	94,3%
3	Kebermanfaatan	12	480	451	94%
4	Keamanan	12	480	417	86,8%
Rata-rata					89,9%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil uji coba kelompok kecil dengan jumlah subyek 10 orang mahasiswa didapatkan hasil sebesar 89,9% sehingga secara keseluruhan produk yang dikembangkan dalam kategori layak.

b) Uji Coba Lapangan

Tahap uji coba Lapangan (kelompok besar) dilakukan terhadap mahasiswa berjumlah 30 orang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3 Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Lapangan (kelompok besar)

No	Indikator	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Kemudahan	12	1440	1190	82,6%
2	Kemenarikan	12	1440	1190	82,6%
3	Kebermanfaatan	12	1440	1207	83,8%
4	Keamanan	12	1440	1180	81,9%
Rata-rata					82,7%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata persentase hasil uji coba lapangan dengan jumlah subyek 30 orang mahasiswa didapatkan hasil sebesar 82,7% sehingga secara keseluruhan produk yang dikembangkan dalam kategori layak.

Pembahasan

Dari hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba lapangan dari masing-masing model yang telah dipaparkan, telah diketahui bahwa produk model latihan *passing* ADE sepakbola yang dikembangkan dalam penelitian ini dianggap efektif dan layak sehingga memenuhi syarat untuk diaplikasikan pada kegiatan perkuliahan khususnya mata kuliah sepakbola.

Berdasarkan data yang dapat dikumpulkan dari ahli sepakbola serta data pada saat uji coba kelompok kecil dan uji coba lapangan dari peserta mahasiswa semester IV kampus STKIP Muhammadiyah Bangka Belitung, maka ada beberapa bagian produk yang perlu direvisi. Hal ini dilakukan untuk lebih mengoptimalkan manfaat pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola bagi mahasiswa.

Berikut ini akan diuraikan hal-hal yang berkaitan dengan revisi tahap 1, revisi tahap 2, revisi tahap 3, faktor-faktor pendukung dan penghambat, serta kelebihan dan kelemahan produk pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola bagi mahasiswa.

1. Adapun produk pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola meliputi; a) *Passing* ADE I, b) *Passing* ADE II, c) *Passing* ADE III, d) *Passing* ADE IV, e) *Passing* ADE V, f) *Passing* ADE VI, g) *Passing* ADE VII, h) *Passing* ADE VIII, i) *Passing* ADE IX, j) *Passing* ADE X, k) *Passing* ADE XI, l) *Passing* ADE XII.

2. Revisi Tahap I

Revisi tahap I dilakukan setelah mendapatkan masukan dan saran dari ahli sepakbola. Data yang diperoleh digunakan sebagai landasan untuk melakukan revisi pada tahap selanjutnya yaitu uji coba kelompok kecil.

Berdasarkan hasil validasi dari 3 ahli sepakbola bahwa produk dinyatakan sudah memenuhi standar dan layak digunakan. Namun untuk lebih menyempurnakan produk ada beberapa saran diantaranya: a) Memperhatikan prinsip latihan dari yang sederhana ke kompleks, b) Pelaksanaan harus jelas dan rinci, c) Jarak masing-masing pemain harus jelas, d) Penggunaan *cone* sebagai tanda sangat penting.

3. Revisi Tahap 2

Revisi tahap II ini dilakukan setelah mendapat masukan dan saran dari mahasiswa yang mengikuti uji kelompok kecil. Data yang diperoleh digunakan sebagai landasan dalam melakukan revisi tahap III.

Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil ternyata produk pengembangan layak digunakan akan tetapi juga ada saran dari hasil catatan lapangan seperti: a) Memperbaiki durasi waktu pelaksanaan agar mahasiswa tidak bosan dan jenuh, b) Memperbaiki intensitas atau tingkat kecepatannya, dan c) Memperbaiki jarak antar pemain yang satu dengan yang lainnya.

4. Revisi Tahap III

Setelah mendapat masukan dan saran pada saat uji coba lapangan, maka dilakukan revisi tahap III atau revisi produk terakhir. Berdasarkan hasil uji coba lapangan, ternyata produk model latihan *passing* ADE tidak ada yang perlu direvisi, sehingga semua aspek sudah memenuhi standar dan sangat layak untuk digunakan.

5. Kelebihan dan Kekurangan Model Latihan *Passing* ADE Sepakbola

Kelebihan model latihan *passing* ADE yakni dapat dijadikan sebagai pedoman atau panduan dalam rangka meningkatkan efektivitas proses latihan *passing* sepakbola. Sedangkan kekurangan model latihan ini adalah karena model latihan teknik dasar yang dikembangkan hanya fokus pada teknik dasar *passing*. Padahal pada permainan sepakbola, ada beberapa teknik dasar yang lain seperti *dribbling*, *dhooting*, *heading* dan lain-lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Berdasarkan hasil evaluasi ahli dan uji coba yang telah dilakukan diperoleh model akhir atau final latihan *passing* sebanyak 12 model latihan.
2. Berdasarkan validasi ahli dan uji coba, telah dihasilkan suatu produk model latihan *passing* ADE sepakbola yang secara keseluruhan layak digunakan pada mahasiswa. Hal ini berdasarkan pada pembahasan hasil analisis uji coba produk yang meliputi faktor kemudahan, kemenarikan, kebermanfaatannya, dan keamanan untuk digunakan.

Saran

1. Produk pengembangan ini merupakan pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola untuk mahasiswa. Apabila model latihan yang dikembangkan ini digunakan pada proses perkuliahan maka sebaiknya pihak perguruan tinggi perlu membantu menyediakan fasilitas atau lapangan yang sesuai dengan kebutuhan dalam kegiatan tersebut.
2. Produk pengembangan model latihan *passing* ADE sepakbola masih memerlukan pengkajian dan uji coba secara intensif dan kontinyu, serta diberlakukan pada lingkup lebih luas yang memiliki karakteristik lebih beragam sebagai upaya untuk memperoleh umpan balik guna melakukan penyempurnaan produk.
3. Perlu dilakukan pengkajian dalam pengembangan selanjutnya pada tingkat variasi dan kesesuaian dengan tingkatan usia, dimana yang diharapkan adalah

bentuk model yang lebih variatif dan inovatif.

DAFTAR RUJUKAN

- Adam W.& Trevor L. 2004. *Junior Football*. London: Bounty Books.
- Borg. W R. dan Gall, Meredith D. 1983. *Educational Research; An Itroduction*. New York: Longman.
- Fox, EL., Bower RW., Foss ML. 1993. *The Physiological Basis for Exercise and Sport, fifth ed*. Iowa: WCB Brown & Benchmark.
- Harsono. 2006. *Teri dan Metodologi Pelatihan*. UPI: Bandung.
- Komarudin. 2000. *Kamus Istilah Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta: Bumi Aksara
- Luxbacher, Joseph A. 2004. *Sepakbola*, terjemahan Gusta Wibawa, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Nosseck, J. 1982. *General Theory of Training*. National Institute for Sport, Lagos: Pan African Press.
- Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sukmadinata. 2005. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya.