

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* PADA  
ATLET SEPAK BOLA U-12 SSB FIFA FARMEL HATTA**

**SKRIPSI**

Oleh:

**FITHRI ANA SARI**

**Nomor Induk Mahasiswa 06061282025036**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**TAHUN 2024**

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* PADA  
ATLET SEPAK BOLA U-12 SSB FIFA FARMEL HATTA**

**SKRIPSI**

Oleh:

**FITHRI ANA SARI**

Nomor Induk Mahasiswa 06061282025036

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi,  
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Pembimbing,



**Destriani, M.Pd**  
NIP. 198912012019032018



**Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes**  
NIP. 196105281987021003

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *DRIBBLING* PADA  
ATLET SEPAK BOLA U-12 SSB FIFA FARMEL HATTA**

**SKRIPSI**

Oleh:

**FITHRI ANA SARI**

Nomor Induk Mahasiswa 06061282025036

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari :

Tanggal :

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes
2. Anggota : Ahmad Richard Victorian, S.Pd, M.Pd



Palembang, Juli 2024  
Mengetahui,  
Koordinator Program Studi,



**Destriani, M.Pd**

**NIP. 198912012019032018**

## HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO

*Bismillahirrahmanirahim*

*Assalamualaikum Wr.Wb*

Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT, kupersembahkan penulisan skripsi ini kepada:

1. Ayahanda Kgs. Ahmad Fuad dan Ibunda Nursilawati, selaku orang tua saya yang telah mendukung dengan kesabaran dan mendoakan sampai saat ini.
2. Kakak Yeni Ekawati, Adi Saputra dan Nyayu Ria Agustina, selaku saudara yang sangat saya sayangi yang telah membantu, mendo'akan dan selalu mengharapkan hal yang terbaik "untukku".
3. Bapak Dr. Hartono, M.A selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Destriani, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes selaku dosen pembimbing saya yang telah membimbing saya dengan penuh kesabaran sampai dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Ahmad Richard Victorian, S.Pd, M.Pd selaku dosen penguji saya yang telah memberikan arahan dan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.
7. Kepada seluruh dosen dan staff Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan.
8. Kepada coach Chandra dan coach Meli serta seluruh atlet SSB Fifa Farmel Hatta yang telah membantu penulis dalam melakukan kegiatan penelitian.
9. Kepada teman seperjuanganku Amandayona, Ece Veronica, Della Dwi Septiany, Cut Tia Oktarina yang telah memberikan semangat, hiburan dan selalu mendoa'kan keberhasilan kita.

10. Teman-teman seperjuangan khususnya mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Angkatan 2020 Universitas Sriwijaya yang telah saling membantu selama masa perkuliahan dan Universitas Sriwijaya yang telah membantu serta mendukung selama masa perkuliahan serta menjadi bagian penting dalam perjalanan hebat saya ini semoga kita Bersama dapat meraih apa yang kita impikan.
11. Kepada teman-temanku Della, Bedot, Sadam, Faiz, Ninis, Putri, Salsa, Minten dan Marsel yang telah menghibur saya.
12. Kepada seseorang yang tidak bisa saya sebutkan namanya yang telah membantu skripsi dari bab 1-3 dan telah banyak berkontribusi dalam hidup saya pada masanya, saya ucapkan terima kasih banyak untuk seluruhnya semoga apa yang sedang diusahakan sekarang dimudahkan dan diperlancar.
13. Untuk Agamaku, Almamater kebanggaan dan Universitas Sriwijaya.
14. Dengan do'a serta harapan yang sangat besar saya panjatkan, semoga saya berhasil meraih cita-cita dan menjadi manusia yang bermanfaat bagi orang banyak. Skripsi ini saya persembahkan.

### **MOTTO**

Sebaik-baik manusia adalah manusia diantaramu adalah yang paling banyak manfaatnya bagi orang lain (H.R Bukhari).

Belajarliah mengucapkan syukur dari hal-hal baik di hidupmu, dan belajarliah menjadi pribadi yang kuat dengan hal-hal buruk di hidupmu (B.J. Habibie).

Universitas Sriwijaya

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fithri Ana Sari

Nim : 060612820225036

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Atlet Sepak Bola U-12 SSB FIFA Farmel Hatta" ini adalah benar karya saya sendiri dan tidak melakukan menjiplak atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini ada/tidak ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, Juli 2024  
Yang membuat pernyataan ini,

  
Fithri Ana Sari

NIM. 060612820225036

## PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pengembangan Model Latihan *Dribbling* Pada Atlet Sepak Bola U-12 SSB FIFA Farmel Hatta” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Terima kasih kepada Bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan kepada Bapak Dr. Hartono, M.A, Dekan FKIP Unsrri dan Ibu Destriani, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Bapak Ahmad Richard Victorian, S.Pd, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan sejumlah saran untuk perbaikan skripsi ini.

Terima kasih kepada seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan, terima kasih banyak kepada atlet sepak bola u-12 ssb farmel hatta yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

Palembang, Juli 2024

Penulis,



Fithri Ana Sari

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Pengembangan Model Latihan *Dribbling* Pada Atlet Sepak Bola U-12 SSB FIFA Farmel Hatta”.

Penulisan skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Palembang.

Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penulisan skripsi ini dapat selesai. Dalam menyusun skripsi ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis alami, namun berkat arahan, dukungan, inspirasi, dan doa dari orang terdekat, khususnya kepada orang tua, sehingga penulis mampu menyelesaikannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka.

Palembang, Juli 2024



Fithri Ana Sari



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR TELAH DIUJI DAN DILULUSKAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Permasalahan Penelitian.....	3
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	3
1.2.2 Batasan Masalah .....	3
1.2.3 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Spesifikasi Produk yang Dikembangkan.....	4
1.5 Manfaat Hasil Penelitian .....	4
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
2.1 Pengertian Pengembangan .....	6
2.2 Hakikat Latihan .....	7
2.3 Hakikat Model Latihan.....	8
2.4 Hakikat Sepak Bola .....	9

2.5 Teknik Dasar Bermain Sepak Bola .....	11
2.6 Hakikat <i>Dribbling</i> .....	13
2.6.1 Kegunaan Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ) .....	15
2.6.2 Macam-Macam Cara Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ).....	16
2.6.3 Analisa Gerak Permainan Sepak Bola .....	17
2.7 Kajian Penelitian Yang Relevan.....	19
2.8 Kerangka Berpikir .....	21
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	23
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
3.3 Populasi Penelitian .....	24
3.4 Sampel Penelitian .....	24
3.5 Prosedur Pengembangan .....	25
3.6 Instrumen Pengumpulan Data .....	26
3.6.1 Wawancara.....	26
3.6.2 Angket (Kuesioner).....	26
3.7 Teknik Analisa Data .....	28
3.7.1 Analisis Data Wawancara.....	28
3.7.2 Analisis Data Angket .....	28
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>31</b>
4.1 Hasil Penelitian Pengembangan Model.....	31
4.1.1 Potensi dan Masalah .....	31
4.1.2 Pengumpulan Data .....	31
4.1.3 Desain Produk.....	32
4.1.4 Validasi Desain .....	34
4.1.5 Revisi Desain .....	51
4.1.6 Uji Coba Produk .....	52
4.1.7 Revisi Produk.....	55
4.2 Pembahasan.....	55
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>58</b>
5.1 Kesimpulan.....	58

5.2 Saran.....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3. 1</b> Analisis Persentase Hasil Evaluasi Oleh Ahli.....	30
<b>Tabel 4. 1</b> Hasil Persentase Seluruh Ahli .....	50
<b>Tabel 4. 2</b> Analisis Persebtase Hasil Evaluasi Oleh Ahli.....	51
<b>Tabel 4. 3</b> Revisi Desain Produk .....	51
<b>Tabel 4. 4</b> Hasil Analisis Uji Coba Kepada Atlet.....	53
<b>Tabel 4. 5</b> Hasil Analisis Uji Coba Lapangan .....	54

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1</b> Kerangka Berpikir .....	22
<b>Gambar 3. 1</b> Prosedur Penelitian Menurut Sugiyono .....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Usulan Judul .....	64
<b>Lampiran 2.</b> Kartu Bimbingan Skripsi .....	65
<b>Lampiran 3.</b> Persetujuan Seminar Proposal Penelitian .....	66
<b>Lampiran 4.</b> Bukti Perbaikan Seminar Proposal .....	67
<b>Lampiran 5.</b> Surat Izin Penelitian.....	68
<b>Lampiran 6.</b> Surat Izin Penelitian di SSB Farmel Hatta .....	69
<b>Lampiran 7.</b> Angket Validasi Ahli Sepakbola.....	70
<b>Lampiran 8.</b> Angket Validasi Ahli Pembelajaran .....	71
<b>Lampiran 9.</b> Angket Validasi Ahli Bahasa.....	72
<b>Lampiran 10.</b> Persetujuan Seminar Hasil Penelitian .....	73
<b>Lampiran 11.</b> Bukti Perbaikan Seminar Hasil.....	74
<b>Lampiran 12.</b> Surat Bukti Perbaikan Skripsi.....	75
<b>Lampiran 13.</b> Surat Keterangan Pengecekan Similarity .....	76
<b>Lampiran 14.</b> SK Pembimbing Skripsi .....	77
<b>Lampiran 15.</b> Surat Keterangan Bebas Pustaka Ruang Baca.....	78
<b>Lampiran 16.</b> Surat Keterangan Bebas Pustaka UPT Perpustakaan .....	79
<b>Lampiran 17.</b> Surat Tugas Validator .....	80
<b>Lampiran 18.</b> Dokumentasi SSB Farmel Hatta.....	81

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul pengembangan model latihan *dribbling* pada atlet sepakbola U-12 SSB Fifa Farmel Hatta. Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat keterampilan *dribbling* atlet sepak bola U-12 SSB Fifa Farmel Hatta. Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk model latihan *dribbling* sepakbola. Penelitian ini menggunakan metode *Research & Development (R&D)*. Subyek dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola U-12 SSB Fifa Farmel Hatta. Uji efektifitas produk yaitu berdasarkan penilaian ahli sepakbola, pembelajaran, dan ahli bahasa. Nilai yang didapatkan adalah 83% yang dinyatakan cukup valid dan layak untuk digunakan. Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan : (1) Model latihan yang dikembangkan dapat diterapkan dalam proses latihan (2) Model latihan *dribbling* sepakbola ini dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* pada atlet, (3) Sebagai sumbangan bagi ilmu pendidikan khususnya bidang sepak bola.

**Kata Kunci:** *Dribbling*, Model, Latihan, Sepak Bola

## **ABSTRACT**

*This research is entitled developing a dribbling training model for U-12 SSB Fifa Farmel Hatta. The problem in this research is the low level of dribbling skills of U-12 SSB Fifa Farmel Hatta soccer athletes. The goal to be achieved in this research and development is to produce a soccer dribbling training model product. This research uses the Research & Development (R&D) method. The subjects in this research were U-12 SSB Fifa football athlete Farmel Hatta. The product effectiveness test is based on the assessment of football experts, learning experts and language experts. The value obtained was 83% which was declared quite valid and suitable for use. Based on the development results, it can be concluded: (1) The training model developed can be applied in the training process (2) This soccer dribbling training model can improve dribbling abilities in athletes, (3) As a contribution to educational science, especially in the field of soccer.*

**Keywords:** *Dribbling, Model, Training, Football*



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Penyebab yang paling dominan kurangnya keterampilan pemain dalam melakukan teknik dasar *dribbling* sepak bola yaitu dari pemain itu sendiri, disamping itu pelatih juga salah satu penyebab kurangnya keterampilan siswa dalam melakukan teknik dasar *dribbling* sepak bola bisa jadi metode latihan yang dilakukan pelatih kurang tepat atau sulit di pahami oleh pemain dan tidak adanya kreatifitas dalam latihan, dan juga saat peneliti melakukan pengamatan dalam pertandingan para pemain SSB Fifa Farmel Hatta selalu buru-buru melakukan *passing* padahal situasi tidak di ganggu atau di *pressing* lawan, seharusnya pemain bisa melakukan *dribbling* terlebih dahulu jika tidak ada gangguan dari lawan, dan juga saat *dribbling* melewati lawan kemampuannya masih kurang, sehingga terkadang masih bisa direbut oleh lawan. Hal ini sungguh memprihatinkan apabila terus berlanjut, karena seorang pelatih dituntut untuk kreatif dan menciptakan inovasi baru dalam latihan yang sesuai dengan karakteristik pemain dan lebih mengembangkan variasi latihan yang mencakup aspek fisik, teknik, dan mental sehingga tujuan dari latihan data tercapai dengan maksimal (Misbahuddin and Winarno 2022).

Permainan sepak bola adalah permainan yang sangat menarik karna kepiawaian pemain-pemainnya dalam memainkan bola di dalam lapangan, salah satunya keahlian pemain pada saat menggiring bola itu menjadi daya tarik tersendiri bagi orang-orang disekitar yang sedang menikmati permainan sang pemain dalam menggiring bola. Sepak bola merupakan permainan tim, oleh karena itu kerjasama tim merupakan kebutuhan permainan sepak bola yang harus dipenuhi oleh setiap kesebelasan yang menginginkan kemenangan. Kemenangan dalam permainan sepak bola hanya akan diraih dengan melalui kerjasama dari tim tersebut (Hartati, Solahuddin, and Irawan 2020).

Berdasarkan pengamatan peneliti saat latihan, penyebab yang paling dominan kurangnya keterampilan pemain dalam melakukan teknik dalam melakukan teknik dasar *dribbling* sepak bola yaitu dari pemain itu sendiri, disamping itu pelatih juga salah satu penyebab kurangnya keterampilan atlet dalam melakukan teknik dasar *dribbling* sepak bola bisa jadi metode latihan yang dilakukan pelatih kurang tepat atau sulit dipahami oleh pemain dan tidak adanya kreatifitas dalam latihan. Dan juga saat peneliti melakukan pengamatan dalam pertandingan para pemain SSB Fifa Farmel Hatta selalu terburu-buru melakukan *passing* disaat situasi tidak diganggu atau *pressing* dari lawan, seharusnya pemain bisa melakukan *dribbling* terlebih dahulu jika tidak ada gangguan dari lawan. Dan juga saat *dribbling* melewati lawan kemampuannya masing kurang, sehingga terkadang mudah untuk direbut oleh lawan. Keadaan ini sungguh memprihatinkan apabila terus berlanjut, karena seorang pelatih dituntut untuk kreatif dan menciptakan inovasi baru dalam latihan yang sesuai dengan karakteristik pemain dan lebih mengembangkan variasi latihan yang mencakup aspek fisik, teknik, dan mental sehingga tujuan dari latihan dapat tercapai dengan maksimal (Misbahuddin and Winarno 2022).

Dalam upaya meningkatkan *skill* bermain sepak bola, tidak cukup hanya dengan kegemaran dan kesenangan, akan tetapi banyak faktor yang harus dilatih dan diolah baik fisik maupun mental. Salah satu unsur yang perlu dilatih dalam permainan sepak bola adalah cara *dribbling* atau cara menggiring bola, jika seseorang mampu menggiring bola dengan baik maka disenyalir dapat melewati lawan dengan mudah (Susetyaningsih 2022).

SSB Fifa Farmel Hatta merupakan salah satu sekolah sepak bola (SSB) di kota Palembang yang berlatih setiap seminggu 2 kali yaitu di hari selasa dan kamis bertempat di Stadion Lapangan Hatta Kota Palembang. Pada saat berlatih masih terdapat beberapa pemain SSB Fifa Farmel Hatta yang masih kurang kemampuannya untuk melakukan teknik dasar *dribbling* pada permainan sepak bola terutama pada pemain U-12.

Berdasarkan uraian diatas serta beberapa pertimbangan tersebut maka dibutuhkan inovasi baru dalam latihan *dribbling* yang digunakan ke bentuk

permainan sehingga dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *dribbling* yang efektif dan mudah dipahami pemain SSB Fifa Farmel Hatta. Berdasarkan uraian tersebut peneliti ingin melakukan penelitian berjudul “Pengembangan Model Latihan *Dribbling* Pada Atlet Sepak Bola U-12 SSB Fifa Farmel Hatta”.

## **1.2 Permasalahan Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang Masalah di atas telah disampaikan dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Metode latihan yang dilakukan pelatih kurang tepat dan sulit untuk dipahami oleh atlet.
2. Kurangnya inovasi latihan baru yang diberikan oleh pelatih kepada atlet.
3. Atlet mengalami kesulitan untuk memahami model latihan yang diberikan oleh pelatih sehingga berdampak pada kualitas *dribbling*.

### **1.2.2 Batasan Masalah**

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah model latihan bagi atlet masih terbatas dan kurangnya inovasi baru dalam bentuk latihan *dribbling* yang diajarkan oleh pelatih.

### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kebutuhan pengembangan variasi latihan *dribbling* sepak bola untuk keperluan pengembangan pada atlet sepak bola U-12 SSB Fifa Farmel Hatta?
2. Bagaimana keberhasilan variasi pengembangan latihan *dribbling* sebagai pemanfaatan afektif pengembangan *dribbling* tersebut ?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti dapat menentukan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis adanya kebutuhan pengembangan variasi latihan *dribbling* terhadap keefektifan pengembangan *dribbling* sepak bola.
2. Untuk menganalisis keberhasilan variasi pengembangan latihan *dribbling* sebagai pemanfaatan afektif pengembangan *dribbling* sepak bola.

### 1.4 Spesifikasi Produk yang Dikembangkan

Adapun spesifikasi produk yang dikembangkan dalam penelitian ini yaitu :

1. Cover Buku Panduan
2. Buku Panduan berisi materi model latihan *dribbling*
3. Berbentuk media cetak dengan ukuran kertas A5
4. Bagian-bagian buku panduan , antara lain:
  - a. Cover
  - b. Kata Pengantar
  - c. Daftar Isi
  - d. Pendahuluan (Sarana dan prasarana model latihan *dribbling* , teknik dasar permainan sepak bola , dan *dribbling*)
  - e. Kegiatan (Langkah-langkah model latihan , model latihan *pyramid* dan model latihan ular tangga)
  - f. Daftar Pustaka

### 1.5 Manfaat Hasil Penelitian

#### 1. Bagi Pelatih dan Guru Penjaskes

Hasilnya dapat dimanfaatkan sebagai sumbangan pemikiran dalam penyempurnaan peningkatan prestasi serta variasi metode latihan dan pembelajaran sepak bola.

2. Bagi PSSI

Sebagai salah satu acuan dan pedoman dalam latihan sepak bola khususnya *dribbling* untuk perkembangan dan kemajuan sepak bola di Indonesia, khususnya tingkatan usia remaja.

3. Prodi Penjaskesrek

Sebagai bahan informasi bagi pihak yang berkepentingan di bidang tersebut terhadap pembinaan prestasi olahraga khususnya sepak bola dan sebagai salah satu bahan referensi untuk menentukan program latihan yang sesuai di tiap individu khususnya teknik dasar *dribbling*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung Wibowo. 2019. "Pengaruh Sirkuit Training Dan Interval Training Terhadap Peningkatan Vo2 Max Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di Smp N 1 Bukit Kemuning."
- Anggraini, Selvia, A Heryanto, and Efita Elvandari. 2023. "Pembelajaran Seni Teater Pada Ekstrakurikuler Teater Teriak." *Jurnal Sitakara* 8(1): 116–24.
- Atiq, Ahmad, and Mimi Hetami. 2018. "Pengembangan Model Latihan Tehnik Dasar Trapping Sepak Bola Berbasis Bermain Untuk Atlet Pemula Usia 8-12 Tahun." *Jurnal Pedagogik Olahraga* 04: 26–37.
- Dharma, Surya. 2012. "Pendekatan, Jenis, Dan Metode Penelitian Pendidikan." *Ditjen PMPTK* (September): 1–54.
- Fauzan, Mubaroq, and Widodo Achmad. 2022. "ANALISIS FAKTOR KETERAMPILAN BERMAIN SEPAK BOLA TIM NASIONAL INDONESIA PADA PERTANDINGAN FINAL AFF SUZUKI CUP 2020 ( PERTANDINGAN 29 DESEMBER 2021 DAN 1 JANUARI 2022 ) Fauzan Mubaroq Achmad Widodo." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 2020: 63– 72.
- Hartati, Hartati, Soleh Solahuddin, and Agung Irawan. 2020. "Latihan Kelincahan Dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Hasil Dribble Sepak Bola." *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan* 9(1): 38– 46.
- Haryati, Sri. 2012. "Research And Development( R & D ) Sebagai Salah Satu Model Penelitian Dalam." *Academia* 37(1): 13.
- Iqbal Ghulam Neizar. 2016. "Pengaruh Latihan Variasi Kelincahan Terhadap Dribbling Sepakbola Pemain Ssb Bina Taruna Pati." *Article*.

- Jasmani, S Pendidikan et al. “TERHADAP HASIL BELAJAR DRIBBLING SEPAKBOLA Ade Febrinanda Armanto Nanang Indriarsa.” : 207–12.
- Jumesam, Jumesam, and Nopi Hariadi. 2020. “Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Untuk Anak Sekolah Dasar.” *Jurnal Porkes* 3(2): 119–26.
- M.Or, Setiyawan. 2017. “Visi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga.” *Jurnal Ilmiah PENJAS* 3(1): 74–86.
- Maydiantoro, Albert. 2020. “Model Penelitian Pengembangan.” *Chemistry Education Review (CER)* 3(2): 185.
- Mirdad, J. 2020. “Model-Model Pembelajaran (Empat Rumpun Model Pembelajaran).” *Jurnal Sakinah* 2(1): 14–23.<https://www.jurnal.stitnu-sadhar.ac.id/index/index.php/JS/article/view/17>.
- Nosa, Agung Septian, and Mohammad Faruk. 2013. “Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang.” *Jurnal Prestasi Olahraga* 1(1): 1–8. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/1686>.
- Pakaya, Ririn, and Lun Irmawati Maliki , Franning Deisi Badu. 2020. “Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia.” *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia* 1(1): 136–42.
- Prasetio, B., Giartama, G., Victorian, A. R., & Bayu, W. I. (2022). Pengaruh Latihan Menggiring Bola Zig-Zag Terhadap Hasil Kelincahan Dribbling Pada Atlet Sepak Bola. *Jendela Olahraga*, 7(2), 62-68.
- Ramadhan, Ziko Fajar, Iman Sulaiman, Pascasarjana Universitas, and Negeri Jakarta. 2018. “Model Latihan Seranangan Taekwondo Untuk Atlet.” *Jurnal Penjaskesrek* 5(2): 128–34.  
<https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/811>.

- Riyoko, Endie, Soegiyanto, and Sulaiman. 2017. “Kebijakan Pemerintah, Minat Masyarakat Untuk Berolahraga.” : 1–12. Usman, Jamal, and Argantos. 2020. “Jurnal Performa Olahraga.” *Jurnal Performa Olahraga* 5(1): 18–25.
- Variasi, Pengaruh, Latihan Passing, and Yapora Pratama Pekanbaru. 2022. “Pengaruh Variasi Latihan Passing Terhadap Kemampuan Passing Dan Stopping Siswa U-15 Ssb Yapora Pratama Pekanbaru.”
- Veron, J., Usra, M., & Victorian, A. (2023). Pengaruh Latihan Dribbling Zig-Zag terhadap Hasil Kelincahan Dribbling. *Jurnal Olahraga Sriwijaya* , 2 (3), 154-163.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.55379/sjs.v2i3.761>