



PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SHOOTING* KAKI BAGIAN DALAM BERBASIS *GAMES* PADA ATLET SSB (SEKOLAH SEPAK BOLA) KAMPAR JUNIOR

Kospan Dore

Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

*Corresponding author email: kospandore2401@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kemampuan Atlet SSB (Sekolah SepakBola) Kampar Junior belum menerapkan latihan tendangan yang baik, salah satunya yaitu *shooting*, sehingga tendangan atlet banyak yang tidak akurat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan model Latihan *shooting* kaki bagian dalam berbasis *games* pada atlet SSB (Sekolah Sepak Bola) Kampar Junior. Hasil penelitian tes akhir dalam penelitian ini setelah di berikan model latihan yang dikembangkan dengan jumlah subyek penelitian berjumlah 20 orang yaitu tidak ada mendapatkan skor 1, 5 orang mendapatkan nilai 3, 7 orang mendapatkan nilai 5 dan orang mendapatkan nilai 8. Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan dari hasil tes awal/pre-test terdapat peningkatan tes akhir/post-test yang sangat signifikan setelah diberikan perlakuan model latihan yang dikembangkan oleh peneliti.

Kata Kunci : latihan *shooting* kaki bagian dalam, berbasis *games*, sepak bola

ABSTRACT

This research is motivated by the ability of Kampar Junior SSB (Soccer School) athletes who have not implemented good kick training, one of which is shooting, so that many athletes' kicks are inaccurate. The purpose of this study was to develop a game-based inner leg shooting training model for Kampar Junior SSB (Football School) athletes. The results of the final test research in this study after being given a training model that was developed with the number of research subjects totaling 20 people, i.e. none got a score of 1, 5 people got a score of 3, 7 people got a score of 5 and people got a score of 8. Based on the results above it can be concluded from the results of the pre-test/pre-test there was a very significant increase in the post-test/post-test after being given the training model treatment developed by the researcher.

Keywords: inner leg shooting exercise, game-based, soccer

Copyright (c) 2022 Kospan Dore.

□ Corresponding author :

Email Address : email kospandore2401@gmail.com (alamat koresponden)

Accepted 20 April 2022, Published 30 Juni 2022



PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu aspek yang tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan manusia. Hal ini dikarenakan olahraga merupakan bagian dari hidup manusia yang dapat meningkatkan kondisi fisik manusia baik jasmani maupun rohani, dan memberikan kesenangan serta dapat memberikan kesehatan bagi manusia juga dapat sebagai sarana rekreasi. Menurut M. Sajoto (2016:2) bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan olahraga sekarang ini, yaitu : 1) untuk tujuan rekreasi, 2) untuk tujuan pendidikan, 3) untuk tujuan mencapai tingkat kesegaran jasmani, dan 4) untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu.

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia, permainan ini merupakan permainan masyarakat yang bukan hanya dimainkan oleh kalangan profesional saja namun juga dimainkan oleh kalangan masyarakat umum tidak terkecuali atlet sekolah (Sinatriyo,dkk, 2020). Tidak hanya kaum laki-laki saja yang gemar dengan olahraga ini, akan tetapi kaum hawa pun suka dengan olahraga yang satu ini. Sepak bola permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas orang, dan salah satunya penjaga gawang. Olahraga prestasi yang banyak orang gemari adalah sepakbola (Widodo, 2020). SSB- SSB sepak bola sekarang juga banyak bermunculan di berbagai daerah. Berbagai kejuaraan dan turnamen-turnamen yang bersifat daerah, wilayah atau nasional bahkan internasional pun sering diselenggarakan (Pujiyanto,dkk, 2020).

Dalam permainan sepakbola salah satu teknik dasar yang paling dominan yang digunakan adalah menendang (*shooting*). Menurut Soekatamsi (2015:44) menendang merupakan kegiatan yang paling banyak dilakukan dalam permainan sepakbola. Seorang pemain tidak menguasai menendang dengan baik, tidak akan menjadi pemain yang baik. Kesebelasan yang baik adalah kesebelasan yang semua pemainnya menguasai tendangan bola dengan baik. Mengingat menendang merupakan faktor terpenting dan utama dalam permainan sepakbola maka untuk menjadi pemain yang baik, perlulah pemain mengembangkan kemahiran dalam menendang. Menendang yang baik dalam permainan sepakbola memerlukan kemampuan memperkirakan jarak dan arah mana bola harus dihantarkan. Oleh karena itu, seorang pemain yang akan menendang bola hendaknya memperkirakan sejauh mana tendangannya dan kearah mana bola yang ditendang akan dituju. Sehingga seorang pemain di samping menguasai teknik dasar menendang juga harus mempunyai kaki yang kuat guna memperoleh hasil tendangan dengan jarak dan arah yang diinginkan.

Menurut Sucipto (2004:17) menyatakan bahwa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lemparan ke dalam (*throw-in*) dan penjaga gawang (*goal keeping*). Sedangkan menurut Mielke (2007:1), kemampuan dasar bermain sepakbola antara lain menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*), menembak (*shooting*), menyundul bola (*heading*), menimang bola (*juggling*), menghentikan bola (*trapping*), dan lemparan ke dalam (*throw-in*).

Pembinaan pemain sepakbola usia dini dilakukan melalui wadah yaitu Sekolah Sepakbola (SSB). Sekolah Sepakbola (SSB) merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepakbola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Menurut Pedoman Dasar PSSI Pasal 35 Ayat 1 dan 2, “pertumbuhan dan perkembangan anak tidak hanya tergantung pada sekolah saja, akan tetapi juga pada keluarga, masyarakat atau organisasi yang melakukan tugas pembinaan pertumbuhan dan perkembangan seperti:



organisasi pemuda, pelajar dan badan-badan pendidikan yang lain seperti Sekolah Sepakbola (SSB)”. Tujuan sekolah sepakbola (SSB) adalah untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing dengan SSB lainnya, dapat memuaskan masyarakat dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi (Soedjono,1999: 2).

Pengembangan model latihan merupakan hasil penelitian yang berorientasi pada hasil pengembangan produk (Sugiyono, 2017). Penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*) dapat menghasilkan produk yang dapat diuji keefektifitasan dari produk tersebut. Jadi penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*) harus dilakukan dengan berurutan sesuai prosedur penelitian untuk mendapatkan produk yang di inginkan dan produk yang bisa di pertanggung jawabkan keilmiahanya. Penelitian pengembangan merupakan suatu siklus yang diawali dari adanya suatu kebutuhan yang membutuhkan pemecahan masalah dengan menggunakan suatu produk tertentu untuk di uji tingkat ke efektifitasnya, dilanjutkan membuat produk pengembangan diuji produk pengembangan tersebut (Pujiyanto, dkk, 2020). Produk di evaluasi dan di revisi dari hasil uji coba. Dengan kata lain penelitian penelitian dan pengembangan (*research and development / R&D*) menitik beratkan pada pengembangan produk yang telah ada untuk di revisi untuk menjadi lebih menarik sehingga nilai kebermanfaatannya bertambah.

Hasil observasi yang dilakukan penelitian menunjukan bahwa atlet pada SSB Kampar Junior belum menerapkan latihan tendangan yang baik, salah satunya yaitu *shooting*, sehingga tendangan atlet banyak yang tidak akurat. Masalah ini muncul setelah peneliti melakukan observasi saat pelatih memberikan materi tendangan kaki bagian dalam. Bentuk latihan yang dilakukan terutama saat latihan tendangan jarang sekali diberikan oleh pelatih dan walaupun diberikan itu hanya menggunakan model latihan yang sederhana dengan sedikit variasi. Kemudian pelaksanaan metode latihan tendangan tidak dilakukan secara efektif dan kompleks, jarang sekali atlet SSB Kampar Junior baik secara individu atau tim diberi latihan khusus dari bentuk-bentuk latihan tendangan dan variasinya.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Research and Development (R&D)*. Metode pengembangan merupakan metode penelitian untuk menghasilkan produk yang efektif digunakan oleh masyarakat (Pujiyanto, d k k , 2020).

Penelitian pengembangan dalam latihan ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (*research and development*) ADDIE. Pendekatan yang di adopsi dari penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Artinya pendekatan ini memiliki tujuan untuk menemukan jawaban dari masalah melalui acuan rumusan masalah yang telah ditulis dalam bab I. Rumusan masalah tersebut mengacu pada pengembangan model latihan *shooting* kaki bagian dalam berbasis *games* dalam permainan sepak bola..

A. Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa cara meliputi lembar observasi, wawancara, angket serta pengamatan langsung.



B. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

(1) Lembar Observasi

Lembar Observasi yang dibuat oleh peneliti bertujuan untuk mendapatkan data tentang proses pelatihan, sebelum dan sesudah penggunaan model latihan tendangan kaki kanan berbasis games.

(2) Wawancara

Wawancara menggunakan kesesuaian untuk mengembangkan pertanyaan. Data yang terkumpul berdasarkan hasil wawancara selanjutnya ditulis dan diolah berdasarkan masalah yang akan dijawab untuk kemudian diambil kesimpulannya.

(3) Angket

Angket skala likert menjadi pedoman untuk melaksanakan analisis hasil yang dilaksanakan. Angket yang disebar kepada ahli juga disajikan dalam kuisioner tertutup untuk menghemat biaya dan mempersingkat waktu pelaksanaan (Roopa and Rany, 2012). Angket skala likert dengan kriteria; 1) Sangat Tidak Setuju (STS), 2) Tidak Setuju (TS), 3) Ragu-Ragu (RG), 4) Setuju (S), 5) Sangat Setuju (SS). Sedangkan data kuantitatif diperoleh dengan memberikan skor pada kualitatif berdasarkan skala *Likert* yang dikonversikan nilai skala 5.

(4) Tes/ *Shooting* Sepak Bola

Tujuan: Mengukur keterampilan menembak bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran Alat yang digunakan adalah Bola, Stop watch, Gawang, Nomor-nomor, Tali, Kun.

Petunjuk pelaksanaan:

- 1) Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan gawang/sasaran.
- 2) Pada saat kaki testi mulai menendang bola, maka stop watch dijalankan dan berhenti saat bola mengenai sasaran.
- 3) Testi diberi 3 (tiga) kali kesempatan.
- 4) Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila:
 - a) Bola keluar dari daerah sasaran
 - b) Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran Skor:
 1. Jumlah skor dan waktu yang ditempuh bola pada sasaran dalam tiga kali kesempatan.
 2. Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan jenis Research and Development (R&D) dengan produk yang dikembangkan berupa pengembangan model latihan *shooting* kaki bagian dalam berbasis *games* pada SSB (Sekolah Sepak Bola) Kampar Junior. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model ADDIE.

Pelatih sepak bola sebagai pelatih memiliki andil terbesar untuk memberikan analisa sebagai pelengkap kebutuhan sebagai data dalam penelitian. Sebagaimana hasil penilaian dan analisa yang dari 20 atlet sepak bola terkait hasil penelitian yang didapatkan lapangan, semua sepakat bahwasannya pengembangan model latihan sepak bola yang diterapkan sebelumnya hanya dengan menggunakan latihan seperti biasa belum ada variasi latihan



sehingga atlet merasa bosan dan kurang semangat untuk latihan. Untuk pengembangan model latihan sepak bola yang baru ini, Sekitar 2 atlet atau sekitar 21,72% berpendapat tidak perlu untuk dilakukan pengembangan model latihan sepak bola dan 17 atlet atau 78,28% berpendapat pengembangan model latihan sepak bola tersebut sangat perlu untuk dilatihkan kepada atlet. Hal tersebut dikarenakan belum pernah ada sebelumnya pengembangan model latihan sepak bola pada saat latihan sepak bola.

Pelatih belum memiliki media ataupun pengembangan dalam proses latihan sepak bola sebelumnya. Sebagian pelatih menyatakan belum pernah melakukan model latihan sepak bola, sehingga peneliti sangat termotivasi untuk mengembangkan model latihan sepak bola yang terbaru. Selain itu 14,66% dari jumlah atlet memilih sangat tidak setuju dan 17,06% tidak setuju serta 17,30% kurang setuju jika model latihan sepak bola lebih tepat dilakukan dengan konsep tanpa menggunakan *games*. Namun sebanyak 18,50% setuju dan 32,45% sangat setuju apabila model latihan sepak bola diterapkan terbaru berbasis *games*.

Sebanyak 17 atau 78,28% dari 20 total atlet yang ada berpendapat bahwa model latihan sepak bola sangat bagus diterapkan kepada atlet saat latihan, karena dengan model latihan tersebut atlet terlihat lebih antusias dan dapat meningkatkan keterampilannya secara bebas dalam melakukan intruksi dari pelatih. Sebagaimana data yang sudah dihimpun peneliti bahwa hanya 12 atau 21,72 % yang tidak setuju penerapan model latihan, selebihnya setuju dengan pengembangan model latihan sepak bola menggunakan *games*. Wawancara dan observasi secara langsung juga menjadi pelengkap dalam tahap analisa penelitian ini. Wawancara dilakukan secara langsung terhadap atlet dan pelatih yang akan menjadi subjek penelitian dengan menyertakan 5 pertanyaan inti.

Materi dan komponen yang sudah disiapkan pada tahap sebelumnya kemudian disusun dan diberi penjelasan dalam *Desain* yang dibuat. Tahap ini adalah kegiatan merancang model yang akan dikembangkan sesuai hasil analisis yang dilakukan sebelumnya, dalam hal ini adalah model latihan sepak bola memiliki tujuan untuk penentuan keputusan dan spesifikasi detail dari komponen item model produk berupa model latihan sesuai dengan analisis yang masih terdapat dalam acuan latihan sepak bola.

Produk yang telah didesain kemudian direalisasikan berupa beberapa item model yang telah dibuat. Tahap ini merinci pengembangan model latihan yang dilakukan sebagaimana yang ada pada tahap perancangan model. Pada tahap ini peneliti mengembangkan model latihan menjadi 18 model latihan yang didalamnya memuat tujuan, alat/ media yang digunakan, petunjuk pelaksanaan dan gambar.

Tahap *Implementation* (implementasi/eksekusi) adalah langkah nyata untuk menerapkan sistem pengembangan model latihan yang di buat. Jadi pada tahap ini peneliti mengimplementasikan dan menerapkan rancangan produk pengembangan model latihan sepak bola yang telah disusun berdasarkan fase/tahap ke-satu hingga tahap ke-tiga berdasarkan hasil validasi dan uji ahli pada atlet sepak bola yang berjumlah 20 orang. Jadi hasil implementasi model latihan sepak bola dapat disimpulkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.2. Kesimpulan implemetasi model sepak bola

No	Nama Model	Penerimaan Model		Hasil Implementasi
		Ya	Tidak	
1	Model Latihan lari mundur, shooting	Ya	-	Layak/Valid
2	Model Latihan dribbling, lewati, shooting	Ya	-	Layak /Valid



3	Model Latihan dribbling, Zig-zag, shooting	Ya	-	Layak/Valid
4	Model latihan 1 vs 1 shooting	Ya	-	Layak/Valid
5	Model latihan lompat, shooting	Ya	-	Layak/Valid
6	Model latihan dribbling, shooting	Ya	-	Layak/Valid
7	Model latihan lari,putar badan,shooting	Ya	-	Layak/Valid
8	Model latihan zigzag,passing backpass, shooting	Ya	-	Layak/Valid
9	Model latihan lompat kun, shooting	Ya	-	Layak/Valid
10	Model latihan model passing,control, shooting	Ya	-	Layak/Valid
11	Model latihan lari,maju mundur,lompat, shooting	Ya	-	Layak/Valid
12	Model latihan passing backpass,shooting	Ya	-	Layak/Valid
13	Model latihan passing,putar badan, shooting	Ya	-	Layak/Valid
14	Model latihan dribbling,passing backpass, shooting	Ya	-	Layak/Valid
15	Model latihan crossing,control,shooting	Ya	-	Layak/Valid
16	Model latihan lari persegi tiga, shooting	Ya	-	Layak/Valid
17	Model latihan crossing,kontrol dada,shooting	Ya	-	Layak/Valid
18	Model latihan passing,control,shooting	Ya	-	Layak/Valid
19	Model latihan lari,passing, shooting	Ya	-	Layak/Valid
20	Model latihan dribbling, lari, shooting	Ya	-	Layak /Valid
21	Model latihan dribbling,lari,backpass, shooting	Ya	-	Layak/Valid
22	Model latihan, lari, shooting	Ya	-	Layak/Valid
23	Model latihan passing,kontrol,shooting	Ya	-	Layak/Valid
24	Model latihan putar badan,lari, shooting	Ya	-	Layak/Valid
25	Model latihan passing,control,putar	Ya	-	Layak/Valid



	badan,lari,shooting			
26	Model latihan zigzag,passing,control,shooting	Ya	-	Layak/Valid
27	Model latihan zigzag,passing,shooting	Ya	-	Layak/Valid
28	Model latihan zigzag mundur, putar badan, shooting	Ya	-	Layak/Valid
29	Model latihan lari, zigzag,shooting	Ya	-	Layak/Valid
30	Model latihan lari bolak balik,shooting	Ya	-	Layak/Valid
31	Model latihan passing,lari, lompat, shooting	Ya	-	Layak/Valid
32	Model latihan passing,lari, shooting	Ya	-	Layak /Valid

Hasil evaluasi dalam penelitian ini berdasarkan tahap implementasi model latihan sepak bola adalah sebagai berikut :

- Model latihan sepak bola yang dikembangkan sangat sesuai karena sudah terbukti efektif untuk atlet.
- Model latihan sepak bola yang dikembangkan disusun dimulai dari tingkat yang mudah
- Model latihan sepak bola ini sudah tervalidasi oleh ahli sesuai dengan bidangnya.
- Model latihan sepak bola yang dikembangkan sangat efisien dan efektif
- Model latihan sepak bola yang dikembangkan dapat meningkatkan keterampilan atlet karena hasil meningkatkan tingkat akurasi shooting dalam permainan sepak bola.

Tahap validasi ini untuk melihat tingkat validasi pengembangan model latihan sepak bola yang telah di desain dan dirancang. Adapaun dari 32 item model yang di kembangkan terdapat keseluruhan model yang dirasa ketiga ahli layak untuk diterapkan, namun walau semuanya dianggap layak ataupun diterima tetap ada masukan dan evaluasi dari para ahli.

Uji reabilitas dalam penelitian ini untuk mengetahui tingkat kepercayaan skor yang didapat. Model latihan shooting kaki bagian dalam berbasis *games* dalam penelitian harus reliabel atau dapat dipecah sehingga menghasilkan skor yang relatif tidak berubah-ubah, meski tes diberikan pada situasi ataupun waktu tertentu yang berbeda. Kesemuannya dengan melihat dan membandingkan nilai signifikansi $r < 0.01$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Uji efektifitas dalam penelitian ini untuk melihat sejauh mana efektif dan efisiensi model yang dikembangkan berbasis *games* pada atlet SSB (Sekolah Sepak Bola) Kampar Junior dengan jumlah atlet 20 orang, maka perlu dilakukan Uji One-Sampel Tes/ Uji-T dengan kesimpulan nilai signifikansi $t < 0.05$, maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara satu variabel independen terhadap variabel dependen. Sebaliknya apabila nilai signifikansi $t > 0.05$, maka H_0 diterima, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara satu variabel independen terhadap variabel dependen.



One-Sample Statistics

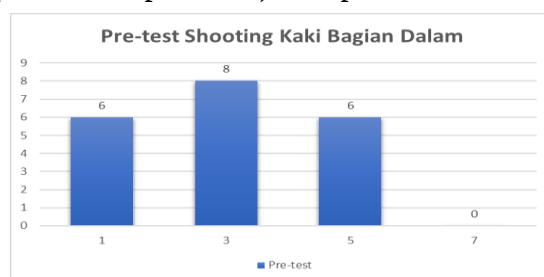
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pre_Test	20	3.50	1.277	.286
Post_Test	20	6.20	1.361	.304

One-Sample Test

Test Value = 0

	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pre_Test	12.254	19	.000	3.500	2.90	4.10
Post_Test	20.371	19	.000	6.200	5.56	6.84

Berdasarkan Nilai signifikansi $t < 0.05$, maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara satu variabel independen terhadap variabel dependen, maka hasil dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi dengan $0.000 < 0.005$, maka H_0 ditolak artinya pengembangan model Latihan shooting kaki bagian dalam berbasis *games* pada atlet SSB (Sekolah Sepak Bola) Kampar Junior efektif, efisien dan layak digunakan.



Histogram di atas dapat dijelaskan hasil penelitian tes awal dalam penelitian ini sebelum diberikan model latihan yang dikembangkan dengan jumlah subyek penelitian berjumlah 20 orang yaitu 6 orang mendapatkan skor 1, 8 orang mendapatkan nilai 3 dan 6 orang mendapatkan nilai 6 dan tidak ada mendapatkan nilai 7. Selanjutnya untuk melihat efektifitas model yang dikembangkan dapat dilihat dari peningkatan dari hasil histogram post tes berikut :



Histogram di atas dapat dijelaskan hasil penelitian tes akhir dalam penelitian ini setelah diberikan model latihan yang dikembangkan dengan jumlah subyek penelitian berjumlah 20 orang yaitu tidak ada mendapatkan skor 1, 5 orang mendapatkan nilai 3, 7 orang mendapatkan nilai 5 dan 8 orang mendapatkan nilai 8. Berdasarkan hasil di atas dapat disimpulkan dari hasil tes awal/pre-test terdapat peningkatan tes akhir/post-test yang sangat signifikan keterampilan shooting atlet SSB Kampar junior setelah diberikan model Latihan



yang dikembangkan. Maka model yang dikembangkan oleh peneliti efektif dan layak digunakan untuk latihan shooting bagi seorang atlet kedepannya.

Berdasarkan hasil uji efektifitas uji-t Nilai signifikansi $t < 0.05$, maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara satu variabel independen terhadap variabel dependen, maka hasil dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi dengan $0.000 < 0.005$, maka H_0 ditolak artinya pengembangan model Latihan shooting kaki bagian dalam berbasis *games* pada atlet SSB (Sekolah Sepak Bola) Kampar Junior efektif, efisien dan layak digunakan.

Hal ini mengandung makna bahwa model latihan sepak bola merupakan sebuah model yang didesain dan dikembangkan berdasarkan landasan teoritis yang kuat, dapat diimplementasikan secara praktis di lapangan, serta dapat meningkatkan hasil latihan sepak bola.

Berdasarkan hasil analisis, Desain, devoltemen, implementation and evaluation, uji efektifitas model latihan sepak bola telah memenuhi kriteria valid dan efektif. Keefektifan produk ditunjukkan dari hasil post test yang dilakukan kepada para atlet.

KESIMPULAN

Berdasarkan langkah pengembangan yang telah dilakukan, peneliti mengadopsi langkah-langkah ADDIE. Langkah tersebut terdiri dari analisis kebutuhan, merancang model dan instrumen yang akan dibuat, mengembangkan model sesuai *Desain* dengan validasi ahli, menerapkan model yang dikembangkan dengan uji empiris, uji keseluruhan, uji efektifitasnya serta melakukan evaluasi berupa validasi terakhir terhadap keterlaksanaan model yang dikembangkan dengan menyertakan hasil observasi dilapangan. Dari hasil yang didapat dapat disimpulkan bahwasannya.

1. Model latihan shooting kaki bagian dalam berbasis *games* sepak bola dapat dikembangkan dan diterapkan dalam melatih keterampilan sepak bola pada atlet sepak bola profesional.
2. Model latihan latihan shooting kaki bagian dalam berbasis *games* sepak bola efektif dapat meningkatkan keterampilan sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Adityatama, F. (2017). *Hubungan Power Otot Tungkai, Koordinasi Kaki Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Ketepatan Menembak Bola*. *Jurnal Olahraga*, 2(2), 82–92.
- Arifin, Zainal, (2012). *Penelitian Pendidikan Metode & Paradigma Baru*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dipiarsa, Yunus, & Andiana. (2020). *Analisis Gerak Pada Shooting Menggunakan Punggung Kaki Dalam Olahraga Sepak Bola (Studi Kasus Pada Sekolah Sepakbola Putra Arema U-15)*. *Journal of Sport Science and Health*, 2(2), 137–144.
- Emral. (2016). *Bahan Ajar Sepakbola Dasar*. Padang : Sukabina Press
- Ganesa, P. (2010). *Panduan Sepakbola Usia 6-14 Tahun*. Jakarta: PT. Visi Gala 2000
- Hadi, Rubianto. (2007). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Semarang : CV Cipta Prima Nusantara.



- Haryati, S. (2012). *Research And Development (R&D) Sebagai Salah Satu Model Penelitian Dalam Bidang Pendidikan*. FKIP-UTM 37 (01), 11–26.
- Istofian, R.S dan Amiq, F. (2019). *Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) Dalam Permainan Sepakbola*. Jurnal Kepelatihan Olahraga.
- Jufrianis. (2015). *Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dengan Kemampuan Sepak Sila Pada Atlet Persatuan Sepaktakraw Seluruh Indonesia (PSTI) Kabupaten Kampar*. ppjp.ulm.ac.id. Riau:FKIP Unri
- Kosasih, A; Ramadi, & Juita, A. (2016). *Hubungan Kelinchan Dengan Kemampuan Menggiring Bola Dalam Sepak Bola Pada Tim SMAN 3 Singingi Hilir Kabupaten Kuantan Singingi*. Error! Hyperlink reference not valid.:Unri
- Kriswanto, & Luthfie, A. W. (2016). *Pengaruh Latihan Metode Posisi Tetap Sasaran Berpindah Dan Metode Posisi Berpindah Sasaran Tetap Terhadap Ketepatan Pukulan Jarak Dekat Pada Atlet Ukm Woodball Unnes Tahun 2015*. Prosiding Seminar Nasional Fkip Utp Surakarta, 36(1). Retrieved from <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/PROPKO/article/view/604>
- M. Sajoto. (2016). *Pengaruh Latihan Pliometrik terhadap Hasil Tendangan Bola Atlet Sekolah Sepak Bola* Jurnal Ilmu Pendidikan, 2016 - journal.um.ac.id. Semarang : IKIP
- Mulyatiningsih, Endang. (2013). *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*, Bandung: Alfabeta,
- Pamungkas, T.S.A. (2009). *Kamus Pintar Sepak Bola*. Malang : Dioma.
- Pazriansyah, D., & Qohhar, W. (2019). *Pengaruh Umpan Balik Dan Motivasi Terhadap Shooting Dalam Permainan Sepakbola*. PhysicalActivity Journal, 1(1), 69. <https://doi.org/10.20884/1.PAJU.2019.1.1.2004>
- Perikles, E. Y., Mintarto, E., & Hasan, N. (2016). *Pengaruh Latihan Jump To Box, Front Box Jump, dan Depth Jump Terhadap Peningkatan Explosive Power Otot Tungkai dan Kecepatan*. Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 6(1), 8–14. <https://doi.org/10.15294/miki.v6i1.7128>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). *Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman*. Journal Coaching Education Sports, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., & Arwin, A. (2020). *Pengembangan Model Latihan Sasaran Berbasis Permainan Untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Sepakbola*. Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga, 19(1), 67–73. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8333>
- Putranto, D., & Andriadi, A. (2019). *Pengembangan Model Latihan Passing ADE Sepakbola*. SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation, 2(2), 73. <https://doi.org/10.26858/sportive.v2i2.9514>



- Raharjo, S. M. (2018). *Pengembangan Alat Target Tendangan Untuk Melatih Akurasi Shooting Pemain Sepakbola*. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(2), 164–177. <https://doi.org/10.21831/JORPRES.V14I2.23827>
- Rosdiani, D. (2012). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Saptiyanto. (2015). *Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam Dan Punggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang*. Semarang: FIK Unnes
- Sinatiryo, D., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Kusnandar, K., & Heza, F. N. (2020). *Keseimbangan dan Kelentukan Pergelangan Kaki: Bagaimanakah Korelasinya dengan Kemampuan Shooting Sepakbola? Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(1), 6–12. <https://doi.org/10.15294/miki.v10i1.23943>
- Soedjono. (1999). *Konsep Pembinaan Sepakbola Usia Dini*. Makalah. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta
- Soekatamsi. (2015). *Permainan Besar I (Sepak Bola)*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sucipto,dkk. (2005). *Sepakbola*. Jakarta: Direktorat TK dan SD, Dirjen Dikdasmen, Departemen Pendidikan Nasional
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N.S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sutrisno Hadi, (2009), *Metodelogi Penelitian*, Andi Offset, Yogyakarta
- Syam, Nadwi. (2012). *Pengaruh Latihan Tendangan Dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Latihan Tendangan Dengan Menggunakan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Shooting Finalti Pada Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa FIK UNM*. Makassar : UNM
- Widodo, A. W. (2020). *Analisis Variasi Latihan Pass Back Pass Shooting Dan Shooting After Dribble Terhadap Akurasi Shooting ke Arah Gawang Pada Pemain Sekolah Sepakbola TulungAgung Putra U-14 (Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia)*. Retrieved from <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
- Zubaidin, Syah, H., & Wibawa, E. (2021). *Pengaruh Permainan Target Terhadap Kemampuan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada SSB Kembang Putra Aikmel*. 1(1), 39–48.
- Zulwandi, (2019). *Metode Latihan Sirkuit Berpengaruh Terhadap Akurasi Shooting Sepakbola*. *Jurnal Patriot*, 1(3), 975–983. <https://doi.org/10.24036/PATRIOT.V1I3.423>