

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN DRIBBLING  
PADA ATLET USIA 8-13 TAHUN**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



**Disusun Oleh**

Muhammad Fadhilatullah

41182191170040

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASIFAKULTAS  
KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI**

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diterima oleh Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi. Dengan judul "Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Atlet Usia 8-13 Tahun".

Pembimbing



Domi Bustomi, M.Pd

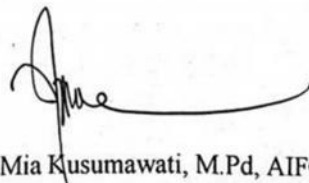
Mengetahui:

Dekan FKIP Unisma "45" Bekasi

Ketua Jurusan Penjaskesrek



Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd



Mia Kusumawati, M.Pd, AIFO

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi ini yang berjudul "PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN DRIBBLING PADA ATLET USIA 8-13 TAHUN". Telah diterima dan disahkan oleh dewan penguji skripsi Pendidikan JasmaniKesehatan dan Rekreasi Universitas Islam "45" Bekasi


Di Persiapkan dan di tulis oleh :

**Muhammad Fadhilatullah**

4182191170040

Tanggal: 29 Maret 2023

Panitia penguji terdiri dari :

1. Ketua : Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd (.....) 
2. Sekretaris : Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO (.....) 
3. Penguji  
Penguji I : Dr. Bujang., M.Si (.....) 
- Penguji II : Azi Faiz Ridlo, M.Pd (.....) 
- Penguji III : Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO (.....) 

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Fadhilatulloh  
NPM : 41182191170040  
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Perguruan Tinggi : Universitas Islam "45" Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul "Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Atlet Usia 8-13 Tahun" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain.

Saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam hasil karya saya sendiri atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi yang saya buat.

Bekasi, 29 Maret .....2023

Yang membuat pernyataan,



Muhammad Fadhilatulloh

## ABSTRAK

Muhammad Fadhilatullah 2023. 41182191170040. **“Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Atlet Usia 8-13 Tahun”**. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Islam “45” Bekasi.

Tujuan penelitian ini menggunakan metode penelitian R&D (*Research and Development*) yang bertujuan untuk mengembangkan model latihan kelincahan pada cabang olahraga futsal berbasis olahraga tradisional agar dapat dikembangkan dan memberikan kemudahan dalam menyampaikan materi. Menurut Sugiyono penelitian ini menggunakan 10 langkah penelitian. Namun karena status pandemi *covid-19* di Indonesia, maka penelitian ini hanya dapat menggunakan 5 langkah penelitian yaitu potensi masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi dan revisi yang di validasi oleh 3 ahli.

Hasil dari penelitian “Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Cabang Olahraga Futsal Untuk Atlet Usia 8-13 Tahun” dikategorikan layak untuk digunakan sebagai variasi Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Cabang Olahraga Futsal Berbasis Multilateral. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian para expert judgment yang dinilai oleh, ahli pelatih futsal 73,33%, ahli motorik 64% dan dosen ahli futsal 73,33%. Sehingga jika ditotal keseluruhan mendapatkan hasil kelayakan sebesar 70,22%.

Kata Kunci : *penelitian pengembangan, model latihan dribbling pada atlet usia 8-13 tahun*

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kehadirat Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmatNya yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Latihan Dribbling Pada Atlet Usia 8-13 Tahun”.

Penyusun skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan pada Universitas Islam “45” Bekasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Penyusunannya dapat terlaksana dengan baik berkat dukungan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas “45” Bekasi.
3. Dewan penguji.
4. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan, doa dan restu.
5. Untuk teman-teman seangkatan dan, senior dan semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kami menyadari proposal skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan dan kesalahan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan Proposal Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Bekasi, 29 Maret .....2023



Muhammad Fadhilatullah

## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI</b> .....	<b>vi</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Batasan dan Rumusan Masalah</b> .....	<b>4</b>
1. Batasan Masalah .....	4
2. Rumusan Masalah .....	4
3. Tujuan Penelitian.....	5
4. Manfaat Penelitian.....	5
5. Spesifikasi Produk.....	6
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS</b> .....	<b>7</b>
<b>A. Hakikat Kepeleatihan</b> .....	<b>7</b>
1. Hakikat Latihan.....	7
<b>B. Hakikat Futsal</b> .....	<b>9</b>
1. Pengertian Futsal .....	9
2. Teknik Dasar Futsal.....	14
a. Teknik Dasar Menahan Bola (Control).....	14
b. Teknik Dasar Mengumpan Lambung (Chipping) .....	15
c. Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling).....	15
d. Teknik Dasar Menembak (Shooting) .....	16
e. Teknik Dasar Mengumpan (Passing) .....	16
<b>C. Hakekat Dribbling</b> .....	<b>20</b>
1. Pengertian Dribbling.....	20
2. Tiga jenis menggiring bola .....	22
3. Petunjuk saat melakukan dribbling.....	22
D. Penelitian Yang Relevan .....	23
E. Kerangka Berfikir.....	26
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN</b> .....	<b>28</b>



A. Metode Penelitian.....	28
B. Prosedur Penelitian.....	29
a) Waktu dan Tempat Penelitian .....	29
b) Instrumen Penelitian.....	30
c) Simpulan Uji Ahli. ....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>33</b>
<b>A. Hasil Pengembangan Produk.....</b>	<b>33</b>
1. Analisis Kebutuhan .....	33
2. Pembuatan Pruduk Awal .....	34
3. Validasi Desain Pruduk.....	44
<b>B. Pembahasan.....</b>	<b>50</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>52</b>
<b>A. Kesimpulan.....</b>	<b>52</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>52</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 3. 1</i> .....	39
<i>Gambar 3. 2</i> .....	41

**DAFTAR TABEL**

*Tabel 4. 1*.....50