

PENGEMBANGAN VARIASI LATIHAN *DRIBBLING* KOMBINASI *SHOOTING* PADA OLAHRAGA FUTSAL

Wahyu Dimas Syahputra, M. Nustan Hasibuan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
wahyudimassy@gmail.com
085207182547

Abstrak: Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengembangkan bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Futsal Hero Academy, Indo Medan Sportivo dan Tibor FC. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 ahli, 1 pelatih bola futsal, 1 ahli dibidang olahraga dan 1 ahli dibidang bahasa, dimana persentase validitasnya adalah 75%-94% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/ R&D*). Hasil uji kelompok kecil melibatkan 18 orang atlet yang terdiri dari Indo Medan Sportivo, dan Tibor FC menunjukkan bahwa 20 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 75%-100% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Hasil uji kelompok besar terhadap 30 orang atlet yang terdiri dari Futsal Hero Academy, Indo Medan Sportivo dan Tibor FC menunjukkan bahwa 20 bentuk variasi latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 75-100% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Dapat disimpulkan 20 model variasi latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal serta latihan menjadi lebih menarik, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan buat para pelatih di klub futsal di seluruh Indonesia.

Kata Kunci : *Dribbling*, Olahraga Futsal, *Shooting*

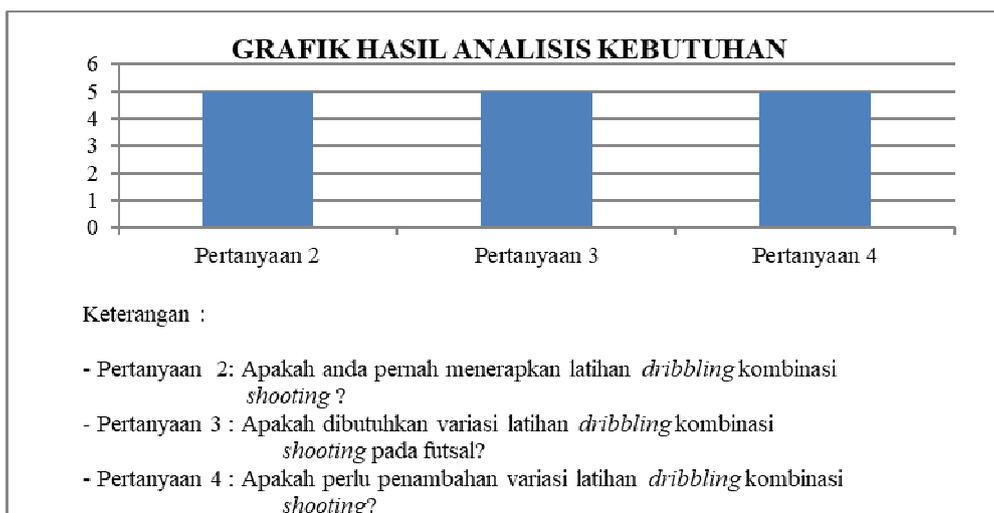
Abstract: This research aims to develop a variety of dribbling combination shooting exercises in futsal. The population in this study were all Futsal Hero Academy athletes, Indo Medan Sportivo and Tibor FC. The form that was made was first validated by 3 experts, 1 futsal soccer coach, 1 expert in sports and 1 expert in language, where the percentage of validity is 75% -94% taken from the smallest to the largest percentage of the overall results. The method used is a research and development (R&D) method. The results of a small group test involving 18 athletes consisting of Indo Medan Sportivo, and Tibor FC showed that the 20 forms of exercise variation had met the proper criteria. The percentage of validity of the questionnaire that has been distributed to the sample shows that 75% -100% is taken from the smallest to the largest percentage of the overall results. The results of a large group test of 30 athletes consisting of Futsal Hero Academy, Indo Medan Sportivo and Tibor FC showed that the 20 forms of exercise variation had met the criteria for proper use. The percentage of validity from the questionnaire that has been distributed to the sample shows that 75-100% is taken from the smallest to the largest percentage of the overall results. It can be concluded that the 20 variations of the training model are good for increasing the dribbling ability of the combination of shooting in futsal and the training becomes more interesting, because it is very important in training so that the training is not boring and becomes input for coaches in futsal clubs throughout Indonesia.

Key Words: *Dribbling*, Sport Futsal, *Shooting*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu bentuk gerakan tubuh atau aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan

ditujukan untuk dapat menjaga, meningkatkan, dan menyeimbangkan kesehatan jasmani, rohani dan meningkatkan rasa kebersamaan serta daya saing antar seseorang.



Gambar 1. Grafik Hasil Analisis Kebutuhan

Asmar (2008:1) menyatakan bahwa futsal adalah sepakbola outdoor, yang sering disebut dengan sepakbola, adalah olahraga terpopuler di kolong jagad. Hampir di setiap pelosok dunia orang mengenal sepakbola, yang di situs purbakala Yunani disebut sebagai *sphaira* atau *ollis* di zaman Romawi. Sejalan dengan perkembangan zaman, sepakbola tak melulu dimainkan di lapangan terbuka. Orang mulai melihat Sepakbola dimainkan dilapangan tertutup (*indoor*). Murhananto (2008:6) menyatakan bahwa futsal adalah kata yang digunakan secara Internasional untuk permainan sepakbola dalam ruangan. Kata itu berasal dari kata *Futbol* atau *Futebol* (dari bahasa Spanyol atau Portugal yang berarti permainan sepakbola) dan *Salon* atau *Sala* (dari bahasa Prancis atau Spanyol yang berarti dalam ruangan). Berdasarkan dari beberapa uraian pendapat di atas tersebut dapat disimpulkan bahwa futsal adalah permainan cepat dengan pergerakan yang cepat dengan relatif waktu yang pendek.

Menurut Nurkadri (2014) Olahraga adalah satu dari sekian banyak aktivitas yang dilakukan oleh manusia, motivasi manusia untuk melakukannya juga bervariasi. Ada yang bertujuan untuk kesehatan, prestasi atau hanya untuk sekedar mengisi waktu luang (rekreasi). Dari beberapa olahraga prestasi, olahraga yang sangat digemari diantaranya ialah futsal. Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani saat Piala Dunia di gelar di Uruguay. Olahraga baru itu dinamai *futebol de salao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang maknanya sama, yakni sepak bola ruangan. Dari kedua bahasa itu muncul singkatan yang lebih mendunia, yaitu futsal. Futsal adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan lima orang, dimana tujuannya adalah untuk memasukkan bola sebanyak” ke gawang lawan. Futsal merupakan cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat, baik laki-laki maupun perempuan, tua maupun muda. Ini terbukti dari kenyataan yang ada di masyarakat bahwa lebih

banyak masyarakat yang menyenangi olahraga futsal daripada olahraga yang lain seperti sepak bola. Olahraga futsal biasa dimainkan di ruangan tertutup dan di tempat yang rata. Peneliti melakukan observasi ke beberapa klub futsal di Kota Medan.

Klub futsal pertama yang diobservasi oleh penulis adalah Futsal Hero Academy yang dilakukan pada hari Kamis, tanggal 13 Desember 2018. Futsal Hero Academy adalah suatu wadah untuk berlatih bagi pemain futsal di Kota Medan. Pada saat melakukan observasi, penullis menemukan bahwa pelatih memberikan bentuk latihan *dribbling* dan *shooting* yang konvensional, yaitu dengan *dribbling* ke depan kemudian ke kiri/ke kanan kemudian langsung *Shooting* dan mereka tidak mengetahui dimana area kuat dan area lemah untuk melakukan *shooting* dan *timing* kapan harus melakukan *shooting* kapan harus melakukan *passing*, kapan harus *shooting* menggunakan kaki kiri dan kapan harus *shooting* menggunakan kaki kanan. Observasi yang kedua dilakukan di klub futsal Indo Medan Sportivo yang dilakukan pada hari Rabu, tanggal 19 Desember 2018. Indo Medan Sportivo merupakan suatu wadah untuk berlatih bagi pemain futsal di Kota Medan. Indo Medan Sportivo merupakan suatu klub yang berprestasi dalam olahraga futsal.

Pada saat melakukan observasi, penulis menemukan bahwa pelatih futsal Indo Medan Sportivo masih memberikan bentuk latihan *dribbling* kombinasi *shooting* yang monoton dan pada saat pemain melakukan *dribbling* mereka melewati lawan, pada saat mereka melewati lawan mereka melakukan *dribbling* tapi untuk *passing*. Seharusnya mereka dapat melakukan *dribbling* membuka ruang untuk *shooting* tetapi tidak melakukannya, sehingga peluang menjadi terbuang. Pada tanggal 24 Desember 2018 observasi yang ketiga dilakukan di Tasbih FC (Futsal Club). Tasbih FC merupakan suatu wadah untuk berlatih bagi pemain futsal di Kota Medan. Tasbih FC merupakan klub yang berprestasi dalam olahraga futsal. Pada saat melakukan

observasi peneliti menemukan bahwa pelatih futsal Tasbih FC juga memberikan bentuk latihan *dribbling* dan *shooting* yang monoton dan sedikit sekali bentuk latihan *dribbling* kombinasi *shooting* yang diberikan kepada atlet dan mereka tidak mengetahui *timing* setelah *dribbling* kapan harus *shooting* dan kapan setelah *dribbling* harus *passing*. Peneliti juga telah melakukan wawancara dengan pelatih-pelatih futsal dan mendapatkan informasi analisis kebutuhan seperti yang dapat dilihat pada grafik hasil analisis kebutuhan dengan pelatih.

METODE

Penelitian dan pengembangan merupakan penelitian yang bertujuan untuk menghasilkan produk yang berupa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga *futsal*. Sugiyono (2015:407) metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang di gunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut agar berfungsi di masyarakat luas. Menurut Sukmadinata (2012:164) “Suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang sudah ada dan dapat di pertanggungjawabkan”.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan di 2 klub untuk uji coba kelompok kecil dan 3 klub untuk uji coba

kelompok besar yang berada di Kota Medan. Pada bulan September-Oktober 2019.

Sampel Uji Coba

Penyusunan sampel uji coba pada penelitian ini dengan tahap uji coba tahap I (uji coba produk) dan uji tahap II (uji coba pemakaian) ditujukan pada atlet sebagai berikut:

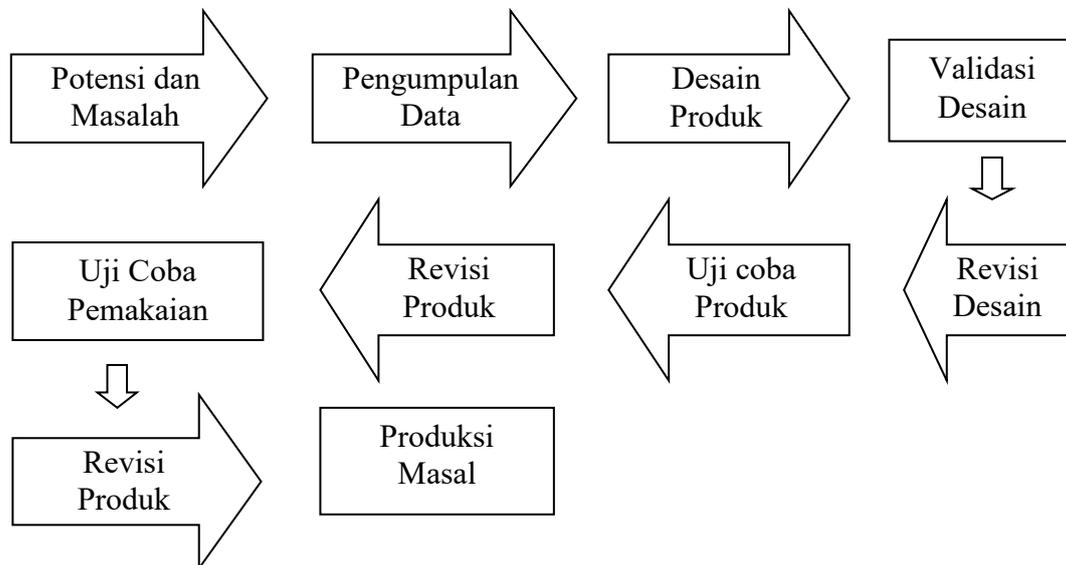
1. Pada uji coba tahap I (uji coba kelompok kecil) penelitian direncanakan melibatkan 10 subjek penelitian.
2. Pada uji coba tahap II (uji coba kelompok besar) penelitian direncanakan melibatkan 20 subjek penelitian.

Pendekatan dan Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan produk, menguji keefektifan produk yang mencapai tujuan yang diinginkan. Hasil akhir dari kegiatan penelitian dan pengembangan ini adalah pengembangan variasi *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal yang dapat membantu pelatih dan pemain futsal dalam latihan futsal khususnya untuk melakukan serangan.

Prosedur Penelitian

Langkah-langkah Pengembangan Model



Gambar 2. Rancangan Model Sumber: Sugiyono (2015:409)

Potensi dan masalah

Potensi adalah segala Sesuatu yang bila didayagunakan akan memiliki nilai tambah. Masalah adalah Penyimpangan antara yang seharusnya dengan apa yang sesungguhnya terjadi, antara teori dan praktek, antara aturan dengan pelaksanaan, antara rencana dengan pelaksanaan. Seperti yang dikemukakan oleh Stonner (dalam Sugiyono,

2015:52) bahwa, “Masalah-masalah dapat diketahui atau dicari apabila terdapat penyimpangan antara pengalaman dengan kenyataan, antara apa yang direncanakan dengan kenyataan, adanya pengaduan, dan kompetisi”.

Dari ungkapan di atas langkah-langkah yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan observasi

di beberapa club futsal yang ada di kota Medan untuk menemukan potensi dan masalah.

Pengumpulan Data

Dari hasil analisis kebutuhan yang dihimpun dari hasil *survey*, dan wawancara pada para atlet, dan pelatih. Maka diperoleh ide analisis kebutuhan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa ide dari penelitian pengembangan ini adalah penting adanya pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal sehingga dapat digunakan untuk mempermudah dan menambah pengetahuan pelatih melihat kemampuan *dribbling* dan *shooting* atau menambah variasi-variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal

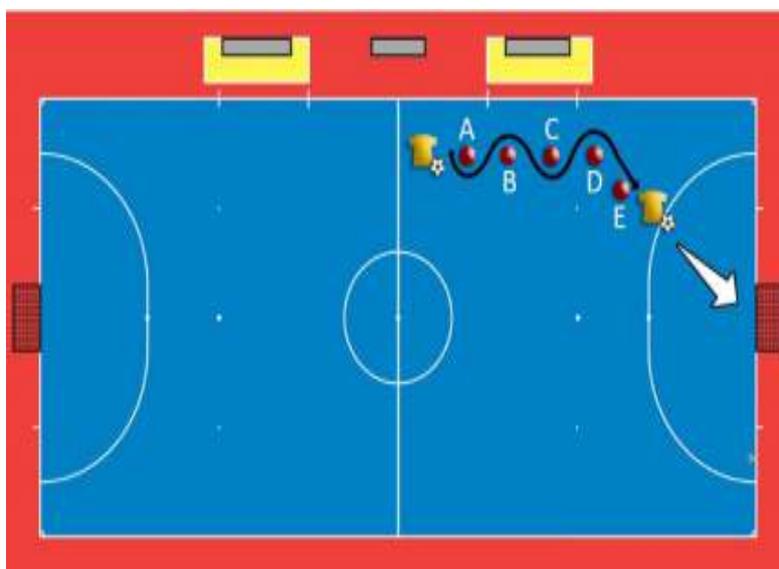
kepada pemainnya. Pelatih menginginkan adanya pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal untuk membantu para pelatih-pelatih futsal membuat program latihan yang lebih seru dan baik.

Desain Produk

Setelah mendapat ide, langkah selanjutnya yaitu membuat produk awal rangkaian pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal sehingga akan dapat membantu pelatih dalam merancang program latihan.

Desain Produk Draft Awal

Latihan *Dribbling* Kombinasi *Shooting* I



Gambar 3. Latihan *Dribbling Shooting* 1 Sumber: Desain penelitian, 2019

Cara Pelaksanaan :

Pemain berdiri dibelakang marker dengan posisi siap, setelah mendengar intruksi dari pelatih kemudian pemain melakukan *dribbling* melewati marker A, B, C, dan D. setelah sampai di marker D kemudian pemain melakukan *dribbling* kedepan atau sisi kiri dari marker E kemudian melakukan *shooting* menggunakan kaki kiri kearah gawang, kemudian pemain kembali ke posisi awal.

Validasi, Evaluasi dan Revisi Model

Pengembangan variasi *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal akan divalidasi oleh ahli yang sudah ditentukan yaitu Chairiyah, S.Pd, Muhammad Taqwa Pakpahan S.Pd, Rinaldi Aditya, S.Pd., M.Pd.

Telaah pakar (*Expert Judgement*)

Ahli yang terdiri dari tiga orang ahli, yaitu: Dua orang pelatih futsal, dan satu orang ahli olahraga. Dalam pengembangan ini ahli berperan memberikan masukan, penilaian dan revisi-revisi pengembangan variasi latihan menyerang pada olahraga futsal yang

nantinya akan terhimpun saran dari ketiga ahli dalam pengembangan produk yang dihasilkan.

Implementasi Model

Peneliti mengimplementasikan menyebarkan produk yang sudah mengalami revisi dan sudah final kepada pengguna seperti pelatih futsal yang melalui video pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal dan menuliskan dalam jurnal. Sebagai evaluasi sumatif maka produk akan dibagikan pada klub futsal Kota Medan, sehingga peneliti dapat melihat keefektifan dan keefesienan produk dalam proses latihan.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan pada pengembangan bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal adalah data kualitatif, karena data yang didapatkan dinyatakan dengan kalimat bukan dengan angka. Sedangkan data kualitatif diperoleh dengan cara mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif dengan jalan memberikan skor pada data kualitatif tersebut.

Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan pada penelitian pengembangan ini adalah dengan menggunakan angket untuk analisa kebutuhan, kuesioner dari evaluasi dari ahli dan pelatih futsal, serta dari hasil pendapat pemain (ujicoba tahap I dan ujicoba tahap II). Instrumen identifikasi kebutuhan dalam penelitian ini disusun dengan tujuan untuk mengumpulkan data pendapat pelatih terhadap bentuk latihan yang sudah dan yang sedang mereka gunakan dalam latihan, dan bentuk latihan seperti apa yang mereka inginkan. Instrumen ini juga didasarkan pada konsep tentang evaluasi bentuk latihan. Instrumen uji lapangan awal dan utama disusun melalui konsep evaluasi dari pemain. Sebelum evaluasi dari para ahli, responden mengisi angket untuk pengambilan data dan dijelaskan terlebih dahulu beberapa tata cara untuk mengisi angket, sebagai berikut:

- 1) Sebelum mengisi instrument ini diharapkan terlebih dahulu membaca petunjuk yang di sediakan.
 - 2) Mohon anda mengamati pengembangan bentuk variasi latihan menyerang pada olahraga futsal. Kemudian mengisi lembar instrumen evaluasi yang telah disediakan dengan memberikan tanda (x) pada huruf a, b, c dan d yang menurut anda sesuai.
 - 3) Pedoman penilaiannya adalah sebagai berikut ;
 - a. Jawaban (a) dengan nilai skor 4
 - b. Jawaban (b) dengan nilai atau skor 3
 - c. Jawaban (c) dengan nilai atau skor 2
 - d. Jawaban (d) dengan nilai atau skor 1
- 4) Saran-saran untuk perbaikan harap tuliskan pada lembar yang telah disediakan. Setelah didapatkan maka dilanjutkan dengan analisis data untuk setiap ahli, yang di liputi ahli olahraga Bapak Rinaldi Aditya, S.Pd, M.Pd, pelatih Muhammad Taqwa Pakpahan, S.Pd dan juga Chairiyah, S.Pd sebagai ahli bahasa.

Analisa Data

Penelitian pengembangan ini teknik analisa data digunakan dengan teknik analisa deskriptif kuantitatif dengan persentase. Teknik ini digunakan agar mendapat analisa data kuantitatif yang didapatkan dari penyebaran angket. Analisa data pada penelitian pengembangan ini teknik analisa data yang digunakan adalah teknik analisa deskriptif kuantitatif. Teknik ini digunakan dengan :

Rumus pengolahan data dari penyebaran angket dengan per subjek uji coba.

$$P = \frac{x}{xi} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase hasil evaluasi subjek uji coba

X = Jumlah jawaban skor oleh subjek uji coba

Xi = Jumlah jawaban maksimal dalam aspek penilaian oleh subjek uji coba

100% = Konstanta

Tabel 1. Analisis Persentase Hasil Validasi Terhadap Bentuk Latihan

PRESENTASE	KETERANGAN	MAKNA
80% - 100%	Valid	Digunakan
60% - 79%	Cukup Valid	Digunakan
50% - 59%	Kurang Valid	Diganti
< 50%	Tidak Valid	Diganti

HASIL DAN PEMBAHASAN

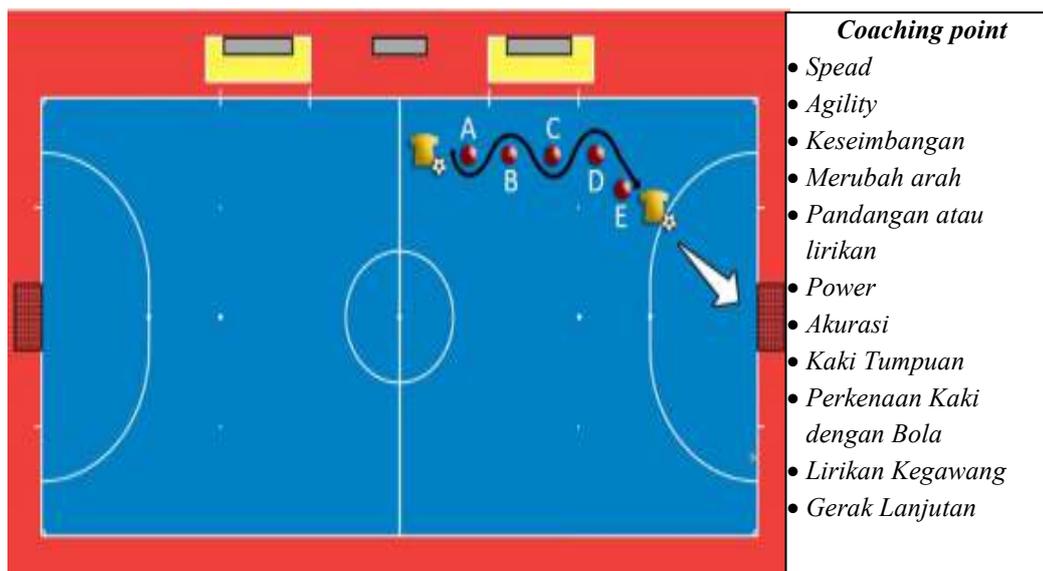
Analisis Data

Dari analisis kebutuhan yang telah dilakukan terhadap 30 orang atlet diperoleh bahwa 100% atlet mengatakan bahwa mereka menyukai olahraga futsal, 100% atlet pernah diberikan latihan *dribbling* kombinasi *shooting* oleh pelatih, 100% atlet ingin menambah variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* yang baru, 97% atlet ingin menguasai variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting*, 93% atlet ingin variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* dengan baik dan benar

Dari analisis kebutuhan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ide dari penelitian pengembangan ini adalah sangat perlu adanya pengembangan bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal untuk mempermudah pelatih memenangkan pertandingan dan juga menghilangkan kejenuhan para pemainnya pada saat latihan.

Desain Produk Awal

Latihan *Dribbling* Kombinasi *Shooting*



Gambar 4. Latihan *Dribbling Shooting* 1 Sumber: Desain penelitian, 2019

Keterangan :



Jarak tiap-tiap marker adalah 1 meter, kecuali dari marker D ke marker E adalah 2 meter.

Cara Pelaksanaan :

Pemain berdiri dibelakang marker dengan posisi siap, setelah mendengar intruksi dari pelatih kemudian pemain melakukan *dribbling* melewati marker A, B, C, dan D. setelah sampai di marker D kemudian pemain melakukan *dribbling* kedepan atau sisi kiri dari marker E kemudian melakukan *shooting* menggunakan kaki kiri kearah gawang, kemudian pemain kembali ke posisi awal.

Hasil Pengujian Tahap Pertama (Uji Pakar)

Pengujian pertama dilakukan setelah desain awal ataupun rancangan model latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal telah diamati, dikoreksi dan dinyatakan layak untuk diujicobakan oleh para ahli. Pengujian pertama terhadap model latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal oleh ahli yang terdiri dari 3 orang yaitu 1 orang pelatih 1 orang akademisi olahraga dan 1 orang akademisi bahasa. Adapun kompetensi dari ahli tersebut telah diakui dimana pelatih telah memiliki sertifikat pelatih minimal C dan akademisi telah memiliki pendidikan Magister. Hasil evaluasi yang dilakukan ahli mengacu terhadap indikator yang telah disusun sebelumnya dimana menjadi acuan untuk menguji apakah model tersebut layak untuk digunakan atau tidak.

Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Dari hasil uji kelompok kecil dilakukan setelah pakar mengevaluasi produk yang telah dibuat oleh peneliti. Uji kelompok kecil dilakukan terhadap atlet futsal Indo Medan Sportivo dan Tibor FC dengan jumlah atlet 18 orang diperoleh kesimpulan bahwa:

1. 100 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* I mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
2. 100 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* II mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
3. 100 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* III mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
4. 97 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* IV mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
5. 94 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* V mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.

6. 91% atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VI mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
7. 91% atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
8. 86% atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VIII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
9. 88 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* IX mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
10. 88 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* X mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
11. 88 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XI mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
12. 86 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
13. 86 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
14. 83 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIV mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
15. 77 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XV mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
16. 80% atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVI mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
17. 77% atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
18. 75 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVII mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
19. 77 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIX mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
20. 80 % atlet pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XX mudah dan menyenangkan untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.

Dari hasil uji kelompok kecil pada atlet dimana setelah melakukan setiap model *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal atlet diberikan angket untuk diisi sesuai dengan pemahaman dia sendiri. Dari hasil uji coba kelompok kecil terhadap 18 orang atlet disimpulkan bahwa model latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal dengan jumlah 20 sudah memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji kelompok kecil karena persentase dari setiap model antara 75%-100% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Dapat disimpulkan 20 model tersebut mudah untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga baik untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal dan agar latihan tidak membosankan.

Hasil Uji Kelompok Besar

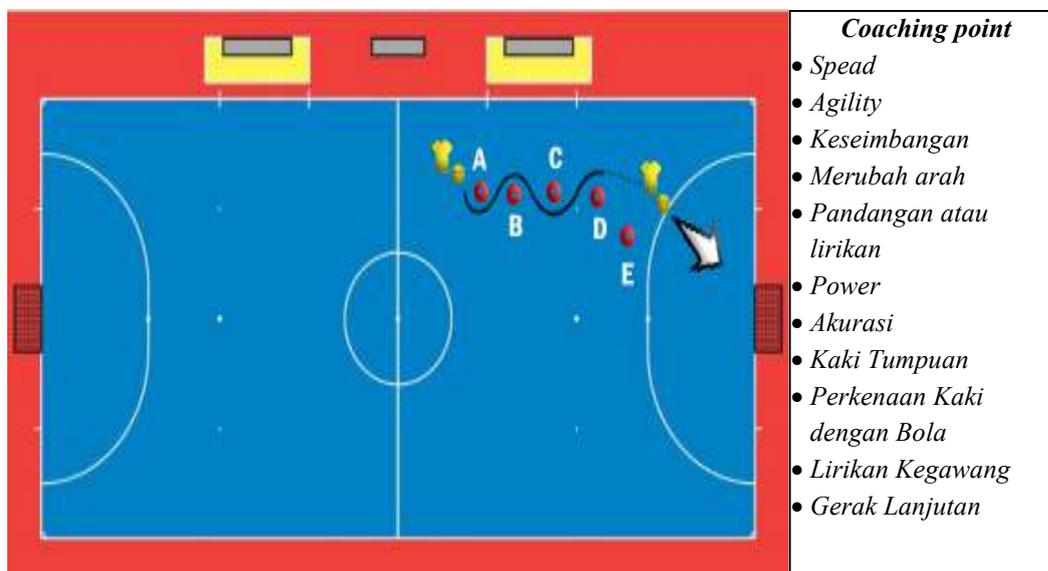
Setelah dilakukan uji kelompok kecil maka dilakukan uji kelompok besar terhadap atlet futsal Futsal Hero Academy, Indo Medan Sportivo, dan Tibor FC dengan jumlah atlet 30 orang diperoleh kesimpulan bahwa :

1. 100 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* I mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.

2. 98 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* II mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 3. 98 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* III mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 4. 98 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* IV mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 5. 96 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* V mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 6. 96% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VI mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 7. 93% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 8. 90% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* VIII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 9. 96 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* IX mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 10. 90% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* X mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 11. 90 % atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XI mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 12. 83% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 13. 88% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 14. 88% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIV mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 15. 78% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XV mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 16. 85% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVI mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 17. 85% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 18. 85% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XVIII mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 19. 83% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XIX mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
 20. 83% atlet pada uji kelompok besar mengatakan bahwa bahwa variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* XX mudah untuk dilakukan dan menyenangkan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting*.
- Model latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal memenuhi kriteria untuk di produksi secara massal karena persentase dari setiap model setelah dilakukan uji kelompok besar antara 75%-100% yang diambil dari nilai persentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Dapat

disimpulkan 20 model tersebut mudah untuk dilakukan dan dilaksanakan sehingga dapat meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal, dan agar latihan tidak membosankan.

Penyempurnaan Produk
Latihan *Dribbling* Kombinasi *Shooting*



Gambar 5. Latihan *Dribbling Shooting* 1 (Sumber: Desain penelitian, 2019)

Keterangan :

-  : Pemain  : Marker
 : *Shooting*  : Bola
 : Mendorong Bola  : *Dribling*
 Menggunakan sol kaki yang akan digunakan untuk *Shooting*/
 Menjauhi lawan

Jarak tiap-tiap marker adalah 1 meter, kecuali dari marker D ke marker E adalah 2 meter.

Cara Pelaksanaan :

Pemain berdiri dibelakang marker dengan posisi siap, setelah mendengar intruksi dari pelatih kemudian pemain melakukan *dribbling* melewati marker A, B, C, dan D. setelah sampai di marker D kemudian pemain melakukan *dribbling* kedepan atau sisi kiri dari merker E kemudian melakukan *shooting* menggunakan kaki kiri kearah gawang, kemudian pemain kembali ke posisi awal.

Tabel 2. Kelebihan dan Kekurangan Variasi

Kelebihan	Kekurangan
Variasi ini lebih diunggulkan ketika menggunakan kaki kiri karena dalam varisasi ini melakukan <i>shooting</i> menggunakan kaki kiri	Ketika atlit yang dominan melakukan <i>shooting</i> menggunakan kaki kanan akan kesulitan melakukan variasi ini
Menentukan kapan harus melakukan <i>shooting</i> menggunakan kaki kiri dan kanan	Pada variasi ini sangat sukar dilakukan ketika yang melakukannya adalah atlit pemula karena didalam variasi ini menggabungkan antara teknik <i>dribbling</i> dan teknik <i>shooting</i> , sementara atlit pemula harus mempelajari teknik <i>dribbling</i> saja ataupun teknik <i>shooting</i> saja

Menambah wawasan pemain dan membiasakan diri untuk memilih kaki untuk melakukan <i>Shooting</i> apakah menggunakan kaki kiri atau kaki kanan, Diharapkan dengan variasi ini juga pemain tidak hanya menggunakan kaki dominannya saja untuk <i>shooting</i> tetapi menggunakan kaki tidak dominan untuk melakukan <i>shooting</i>	
--	--

Pembahasan Produk

Model menjadi sebuah standar atau contoh yang digunakan dalam membuat sesuatu. Model dapat diartikan sebagai variasi atau contoh dari suatu hal yang akan dihasilkan. Model juga dapat diartikan sebagai acuan yang menjadi dasar atau rujukan dari hal tertentu. Model dapat berupa gambar, rumusan matematis, prototipe, market dan sebagainya. Model di desain untuk mewakili realitas sesungguhnya, walaupun model itu sendiri bukanlah realitas dari dunia yang sebenarnya, sehingga model latihan dapat diartikan sebagai kerangka konseptual yang mendeskripsikan dan melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman dalam berlatih untuk mencapai tujuan tertentu dan berfungsi sebagai pedoman perencanaan bagi pelatih, fasilitator dan tutor dalam melaksanakan aktivitas dari latihan. Model menjadi sangat bermanfaat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Model yang dikembangkan oleh peneliti sebelumnya sudah divalidasi oleh ahli dibidangnya, peneliti menemukan berbagai macam kendala yang dihadapi ketika saat dalam proses penelitian. Pada saat atlet melakukan bentuk variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* kemampuan dalam melakukan *dribbling* kombinasi *shooting* mereka berbeda-beda, sebagian kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting* mereka kurang maksimal dan sebagian sudah maksimal. Penelitian yang dilakukan hanya dilakukan pada *Academy* Futsal Hero Academy, Indo Medan Sportivo, dan Tibor FC, maka umumnya penelitian hanya dapat di lakukan dengan populasi yang memiliki karakter yang sama dengan sampel yang diteliti

Model latihan yang akan dikembangkan adalah model latihan *dribbling* kombinasi *shooting* dimana dibuat dengan penalaran berpikir terhadap sampel yang akan dilatih, dikarenakan model latihan yang diterapkan oleh pelatih sebelumnya masih memiliki kelemahan dalam sisi perkembangan bentuk latihan. Sehingga peneliti mencoba mengembangkan berbagai bentuk latihan yang memiliki keunggulan, bentuk latihan yang dibuat di ambil dengan penalaran terhadap bentuk model huruf yang harus dibuat bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip latihan. Dengan mengikuti ketentuan tersebut sehingga model latihan berguna untuk digunakan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal. Sehingga peneliti dapat memberi

nama” Pengembangan Variasi Latihan *Dribbling* kombinasi *Shooting* pada Olahraga Futsal”.

Banyak model latihan yang dikembangkan oleh para ahli dibidangnya, masing-masing model memiliki karakteristik yang berbeda dan kegunaan yang berbeda pula. Pada dasarnya semua model latihan yang dikembangkan adalah bertujuan untuk peningkatan hasil dari latihan itu sendiri. Oleh sebab itu, dapat dijelaskan bahwa pengembangan keterampilan gerak yang meliputi : 1) Efektif artinya gerakan itu sesuai dengan produk yang dinginkannya atau dengan kata lain “*product oriented*”. 2) Efisien artinya gerakan itu sesuai dengan proses yang seharusnya dilakukan atau dengan kata lain “*process oriented*”. 3) Adatif artinya gerakan itu sesuai dengan situasi dan kondisi lingkungan dimana gerak tersebut dilakukan (Yoyo, 200:35).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini dapat disimpulkan bahwa pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal sangat dibutuhkan untuk menambah dan mengembangkan variasi-variasi latihan yang lebih baru untuk *club-club futsal*, Pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal yang diciptakan dapat mempermudah pelatih *futsal* untuk menambah memenangkan pertandingan dan juga menghilangkan kejenuhan para pemainnya pada saat latihan, dan Pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal sangat dibutuhkan sebagai acuan untuk lebih berfikir mengembangkan variasi-variasi latihan yang lebih baru dan bervariasi untuk seorang pelatih.

Adapun saran dari penelitian ini dimana hasil pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal ini diharapkan dapat berguna sebagai acuan para pelatih-pelatih *futsal*, untuk melihat sejauh mana perkembangan kemampuan pemainnya dan menambah pengetahuan variasi-variasi *dribbling* kombinasi *shooting pada pemainnya*, Mengingat hasil produk penelitian dan pengembangan variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal dapat memberikan manfaat untuk hasil pertandingan, maka disarankan untuk mencetak dan menyebar luaskan produk menjadi banyak, agar dapat dimanfaatkan secara lebih luas, dan Perlunya pengembangan lebih lanjut guna meningkatkan kualitas dari variasi latihan *dribbling* kombinasi *shooting* pada olahraga futsal,

disarankan pengembangan yang dilakukan disesuaikan dengan perkembangan variasi latihan yang lebih modern, guna mendapatkan hasil yang akurat dengan menggunakan variasi latihan yang lebih modern.

REFERENSI

- Akhmad, Imran, (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: Unimed Press.
- Bompa, T. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Dubuque, IOWA: Kendall/ Hunt Publishing Company.
- Dewi, Rahma (2018). *Pengembangan Instrumen Tes Dribbling Pada Olahraga Futsal*. Jurnal Prestasi. Vol. 2 (1)
- Murhananto. (2008). *Dasar-Dasar Permainan Futsal*. Kawan Pustaka, Jakarta
- Mylsidayu, Apta & Kurniawan, Febi. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta Pusat: Direktorat Jendral Olahraga.
- Nurkadri. (2014). *Kesinambungan Energi Dan Aktifitas Olahraga*. Jurnal Pengabdian Masyarakat. Vol. 20 (1)
- Robert, Koger. (2007). *Latihan Dasar Andar Sepakbola Remaja*. Klaten: Saka Mitra Kompetensi
- Setyosari, Punaji. (2010). *Metode Penelitian Penelitian dan Pengembangan*. Jakarta: Kencana.
- Siregar, Irwansyah. (2016). *Pengembangan Model Latihan Dribbling Bola Dengan Pendekatan bermain*. Jurnal Generasi Kampus. Vol. 9 (1)
- Sugiyono (2015). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan RD*. Bandung: Alfabeta.