



## PENGEMBANGAN BENTUK VARIASI LATIHAN SHOOTING PADA PEMAIN SEPAK BOLA USIA 15-20 TAHUN KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2020

## DEVELOPMENT OF VARIATIONS OF SHOOTING TRAINING IN FOOTBALL PLAYERS AGED 15-20 YEARS OF LANGKAT DISTRICT IN 2020

Tri Randa Putra<sup>1</sup>, Yan Indra Siregar<sup>2</sup>

Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

trirandap@gmail.com

### ABSTRAK.

Penelitian ini adalah bertujuan untuk mengembangkan Bentuk Variasi Latihan *Shooting* Pada Pemain Sepak Bola Usia 15-20 Kabupaten Langkat Tahun 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah 12 orang atlet sepak bola SSB Bansar FC, 12 orang atlet sepak bola SSB PSSU Securai, 12 orang atlet sepak bola SSB Cakra FC, 12 orang atlet sepak bola SSB Brimo Langkat, 12 orang atlet sepak bola SSB PSBS Bom Sekoci tahun 2020. Bentuk variasi latihan *Shooting* yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 3 orang ahli, 1 pelatih, 1 ahli dibidang olahraga dan 1 ahli dibidang bahasa, dimana rata-rata nilai persentase validitasnya adalah 95%. dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli olahraga, pelatih, dan ahli bahasa mendapatkan kategori “Baik/Layak”. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development/R&D*). Hasil uji kelompok kecil melibatkan 12 orang atlet sepak bola SSB Bansar FC, 12 orang atlet sepak bola SSB PSSU Securai, menunjukkan bahwa bentuk variasi latihan *shooting* memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba kelompok besar dengan persentase 83%-100%. Hasil uji kelompok besar terhadap 12 orang atlet sepak bola SSB Cakra FC, 12 orang atlet sepak bola SSB Brimo Langkat, 12 orang atlet sepak bola SSB PSBS Bom Sekoci tahun 2020. bahwa bentuk variasi latihan *shooting* sudah memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam pembuatan produk massal dengan persentase 77%-100%. Dapat disimpulkan bahwa bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 kabupaten langkat tahun 2020 ini sangat diperlukan dalam latihan maupun pertandingan selain itu agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan buat para pelatih di klub sepak bola di seluruh Indonesia.

**Kata kunci :** Pengembangan, bentuk, variasi, latihan, shooting, pada, pemain, sepak, bola, usia, 15-20, kabupaten, langkat, tahun, 2020



## ABSTRACT

This study aims to develop various forms of shooting training for soccer players aged 15-20 in Langkat Regency in 2020. The population in this study were 12 soccer athletes SSB Bansar FC, 12 soccer athletes SSB PSSU Securai, 12 soccer athletes. ball SSB Cakra FC, 12 soccer athletes SSB Brimo Langkat, 12 soccer athletes SSB PSBS Lifeboat Bombs in 2020. Forms of shooting training variations that have been made in advance are validated by 3 experts, 1 coach, 1 expert in sports and 1 experts in the field of language, where the average percentage value of validity is 95%. thus it can be stated that according to sports experts, coaches, and linguists get the "Good / Worth" category. The method used is the method of development research. The results of the small group test involving 12 SSB Bansar FC soccer athletes, 12 SSB PSSU Securai soccer athletes, showed that the various forms of shooting practice met the criteria to be continued in large group trials with a percentage of 83% - 100%. The results of the large group test of 12 SSB Cakra FC soccer athletes, 12 SSB Brimo Langkat soccer athletes, 12 SSB PSBS soccer athletes Bom Sekoci in 2020. percentage 77% - 100%. It can be concluded that the various forms of shooting practice for soccer players aged 15-20 in Langkat district in 2020 are very much needed in training and in matches besides that the training is not boring and becomes input for coaches in soccer clubs throughout Indonesia.

**Keywords :** *Development, form, variation, training, shooting, on, player, football, ball, age, 15-20, district, langkat, year, 2020*

## PENDAHULUAN

Sepak bola adalah olahraga masyarakat yang sangat digemari di seluruh dunia bukan hanya anak muda, orang tua pun sangat mengidolakan permainan yang sudah mendunia ini. Salah satu jenis olahraga murah meriah yang sangat ‘merakyat’ di dunia ini. Olahraga mengajarkan akan kedisiplinan, jiwa sportivitas, tidak mudah menyerah, mempunyai jiwa kompetitif yang tinggi, semangat bekerja sama, mengerti akan adanya aturan, dan berani mengambil keputusan. Singkat kata, olahraga akan membentuk manusia dengan kepribadian yang sehat jasmani dan rohani.

Pada dasarnya sepak bola adalah permainan sederhana (Batty, 2003:1). Dan tujuannya adalah untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Harsono (1988:100), menjelaskan bahwa latihan bertujuan untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Untuk mencapai hal itu ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu:

a) Latihan Fisik

Latihan fisik adalah latihan yang ditujukan untuk mengembangkan kondisi fisik secara keseluruhan.

b) Latihan Teknik



Latihan teknik adalah latihan yang ditujukan untuk mengembangkan kemampuan dalam penguasaan gerakan – gerakan suatu cabang olahraga.

c) Latihan Taktik

Latihan taktik adalah latihan yang ditujukan untuk mengembangkan kemampuan dalam menyiasati keadaan atau kondisi yang ada baik di dalam maupun di luar diri *atlet*.

d) Latihan Mental

Latihan mental adalah latihan yang ditujukan untuk mengembangkan kematangan dan perkembangan emosional.

Latihan *shooting* dalam sebuah latihan bertujuan untuk lebih mengasah kemampuan pemain dalam hal mencetak gol. Hal ini juga akan melatih suatu kebiasaan untuk memanfaatkan peluang dalam mencetak gol dan menghasilkan kemenangan. Pada awal setiap latihan, alangkah baiknya bila diberikan kesempatan untuk berlatih menendang pada setiap pemain selama beberapa menit pada saat para pemain mengadakan pemanasan. Oleh karena itu peranan pelatih sangat penting dalam mewujudkan tujuan tersebut. Pelatih diharapkan lebih berwawasan dan berpengalaman dalam memberikan metode latihan agar nantinya suatu tim dalam permainan atau

pertandingan akan mencapai tujuan yang diinginkan.

Dalam sepak bola, mencetak gol dan meraih kemenangan adalah tujuan dari permainan ini. Untuk itu sebuah tim haruslah memiliki seorang pemain yang bertugas dalam mencetak gol atau disebut juga “*finisher*”. Tetapi tidak hanya itu, pemain-pemain yang lain setidaknya mempunyai kemampuan untuk menciptakan peluang bagi temannya atau bahkan mencetak gol juga bagi timnya. Untuk bisa mencetak gol dalam sebuah permainan sepak bola, dibutuhkan kemampuan menendang (*shooting*) dari pemain, khususnya penyerang. Seorang pemain harus mempunyai kemampuan menendang ke gawang lawan dengan mengkombinasikan unsur teknik-teknik *shooting* yang digunakan dan beberapa prinsip dasar *shooting*. Konsep dari *shooting* itu sendiri adalah teknik-teknik *shooting* dan pelaksanaannya seperti : persiapan dan penyesuaian kaki dengan bola, langkah kaki, ayunan saat akan *shooting*, dan pengoptimalan *shooting* (Scheunemann, 2005:58). Prinsip *shooting* yang harus dikuasai agar sebuah tendangan memiliki kualitas, ketepatan dan akurasi sehingga dapat menghasilkan sebuah gol adalah harus diperhatikannya prinsip dasar dan prinsip waktu oleh pemain (Scheunemann, 2005:59).



Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konsep dan prinsip *shooting* merupakan kombinasi dan pemahaman pemain saat melakukan *shooting* yang harus diperhatikan dan diberikan latihan, karena hal ini merupakan komponen penting bagi seorang pemain agar bisa mencetak gol dalam setiap situasi atau momentum pada permainan dan pertandingan dimana terdapat kesempatan atau peluang didalamnya. Selain itu dukungan saat melakukan *shooting* juga sedikit banyak mempengaruhi suatu proses terjadinya gol.

Bompa (1987:3), menjelaskan bahwa latihan bertujuan : (1) untuk mencapai dan meningkatkan perkembangan fisik secara multilateral, (2) untuk mengembangkan fisik khusus sesuai dengan kebutuhan olahraga yang ditekuni, (3) untuk penyempurnaan teknik dari cabang olahraganya, (4) untuk meningkatkan dan menyempurnakan teknik maupun strategi yang dibutuhkan, (5) untuk meningkatkan kepribadian, (6) untuk menjamin dan mengamankan persiapan individu maupun tim secara optimal, (7) untuk memperahankan kesehatan atlet, (8) untuk mencegah cedera, dan (9) untuk meningkatkan teori.

Latihan *shooting* dalam sebuah latihan bertujuan untuk lebih mengasah kemampuan pemain dalam hal mencetak

gol. Hal ini juga akan melatih suatu kebiasaan untuk memanfaatkan peluang dalam mencetak gol dan menghasilkan kemenangan. Latihan yang baik adalah latihan yang mendekati atau menyerupai permainan sesungguhnya (Scheunemann, 2005:133). Oleh karena itu peranan pelatih sangat penting dalam mewujudkan tujuan tersebut. Pelatih diharapkan lebih berwawasan dan berpengalaman dalam memberikan metode latihan agar nantinya suatu tim dalam permainan atau pertandingan akan mencapai tujuan yang diinginkan.

Pada saat peneliti melakukan observasi sekolah sepak bola yaitu SSB Cakra Fc pada Hari Kamis, Tanggal 20 Desember 2018, jam 16.00. peneliti menemukan dan melihat permasalahan dan kejanggalan di SSB Cakra tersebut yaitu pada saat bermain jarang sekali melakukan *shooting*, kemudian pelaksanaan metode latihan *shooting* tidak dilakukan secara efektif dan kompleks, selain itu atlet dinilai kurang antusias dan kurang tertarik dengan metode latihan yang diberikan pelatih selama ini hanya bentuk latihan *shooting* biasa saja yaitu dengan menendang bola ke gawang secara bergiliran, sehingga proses latihan tidak maksimal, belum adanya pengembangan bentuk latihan yang bisa membuat atlet antusias dalam mengikuti



latihan dan bisa meningkatkan kemampuan *shooting* atlet.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih pada tanggal 25 – Desember - 2019, Lukman Husen dan Nurmansyah (SSB Cakra FC), peneliti mendapatkan informasi bahwa pelatih yang saya wawancarai butuh penambahan bentuk variasi latihan *shooting* yang baru karena bentuk latihan selama ini lebih cenderung latihan *shooting* bola yang statis atau bola tidak bergerak yang digunakan oleh SSB Cakra Fc tanpa terpikir untuk menggunakan dan mengembangkan bentuk latihan yang mungkin bisa menambah minat dan semangat atlet untuk melatih kemampuan *shooting* atlet.

Selanjutnya dilakukan tes untuk mengetahui seberapa besar kebutuhan pemain sekolah sepak bola Cakra Fc terhadap *shooting* sepak bola. Dari analisis kebutuhan yang telah dilakukan terhadap 20 orang pemain diperoleh bahwa 90% pemain tersebut mengatakan bahwa bentuk variasi latihan *shooting* diperlukan. 75% mengatakan bahwa mereka mempunyai kemampuan *shooting* yang buruk. 100% mengatakan bahwa kemampuan *shooting* bola perlu untuk pertandingan sepak bola. 80% mengatakan bahwa latihan *shooting* selama ini membosankan. Dapat disimpulkan bahwa pemain pemain SSB Cakra Fc sangat membutuhkan bentuk

variasi latihan *shooting* dalam permainan sepak bola karena bentuk variasi latihan *shooting* tersebut dapat bermanfaat saat bermain maupun dalam pertandingan yang sesungguhnya.

Jadi kesimpulan yang peneliti peroleh dari hasil wawancara dengan pelatih SSB Cakra Fc adalah pelatih membutuhkan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting*. Hasil data dan hasil analisis kebutuhan yang dikemukakan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan bentuk latihan *shooting* yang baru untuk melatih kemampuan *shooting* dengan mengadakan sebuah penelitian yang berjudul ” Pengembangan Bentuk Variasi Latihan *Shooting* Pada Pemain Sepak bola Usia 15-20 Kabupaten Langkat Tahun 2020 ”

## 1. Penelitian Pendahuluan

Penelitian pendahuluan dilakukan untuk mendapatkan analisis kebutuhan, dan hasil wawancara dengan pelatih mengatakan memang bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020 sangat-sangat dibutuhkan dan jarang digunakan oleh pelatih yang ada di Kabupaten Langkat sehingga dapat digunakan untuk mempermudah dan menambah pengetahuan pelatih melihat kemampuan *shooting* atau menambah variasi-variasi



latihan *shooting* kepada pemainnya. Pelatih menginginkan adanya pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* untuk membantu para pelatih-pelatih SSB membuat program latihan yang lebih seru dan baik karena selama ini sebahagian pelatih masih banyak hanya melatih itu-itu saja. Maka dapat disimpulkan bahwa perlu adanya pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepakbola.

## 2. Perencanaan Pengembangan Model

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development*) dari Borg dan Gall, model ini dipilih karena menurut Ardhana dijelaskan bahwa prosedur yang dikembangkan Borg dan Gall lebih lengkap karena memiliki dua tujuan utama yaitu : (1) mengembangkan produk dan (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan yang akan dicapainya. Berdasarkan pendapat tersebut maka pada konteks penelitian ini, hanya diambil langkah tahap yang relevan untuk memberikan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* bagi setiap pelatih dan pemain. Adapun langkah – langkah dari desain penelitian pengembangan adalah sebagai berikut : (a) Pertama yang akan ditentukan adalah potensi dan masalah yang akan dikembangkan, (b) Mengumpulkan informasi/data sebagai

landasan pemikiran untuk membuat konsep, (c) Menentukan desain produk (rancangan produk) bentuk rancangan tersebut adalah pengembangan bentuk latihan dan pertandingan menggunakan *Timer* pada panahan, (d) Validasi desain, revisi yang dilakukan oleh ahli yang bersangkutan, (f) Perbaikan Desain, setelah direvisi oleh ahli maka peneliti memperbaiki desain produk yang akan dihasilkan, (g) Uji coba produk, uji coba tahap awal ini dilakukan untuk dapat mengumpulkan data sebagai dasar untuk menetapkan kelayakan produk, (h) Revisi produk, dilakukan untuk memperoleh hasil yang sempurna. (i) Uji coba pemakaian. Pemakaian produk yang lebih luas dan penyempurnaan produk. (j) Revisi Produk. Apabila dalam pemakaian produk dalam ujicoba yang lebih luas terdapat kelemahan revisi ini dilakukan sehingga produk lebih sempurna. (10) Pembuatan produk massal. Ini dilakukan apabila produk yang telah diujicoba dinyatakan efektif dan layak untuk diproduksi massal.

Pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada penain sepak bola usia 15 – 20 tahun Kabupaten Langkat Tahun 2020 dilakukan melalui beberapa tahap Prosedur pengembangan produk tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

### 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.

### **Pengumpulan Data**

Setelah potensi masalah dapat ditunjukkan secara jelas dan lengkap maka selanjutnya perlu dikumpulkan berbagai informasi seperti analisis kebutuhan yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk tertentu yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut.

### **Desain Produk**

Selanjutnya setelah mendapatkan analisis kebutuhan yang kuat peneliti membuat desain produk draft awal pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020.

### **Validasi Produk**

Selanjutnya pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020 yang telah peneliti buat akan divalidasi oleh ahli.

### **Revisi Desain**

Setelah ditunjukkan kepada ahli yang memvalidasi, diketahui kelemahannya selanjutnya dilakukan revisi pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020 yang dilakukan oleh ahli.

### **Uji Coba Produk**

Setelah desain produk selesai di revisi ahli, peneliti saatnya uji coba produk dilakukan untuk mengumpulkan data yang dijadikan sebagai dasar untuk menetapkan kelayakan produk yang akan dikembangkan peneliti. Pada tahap ini yang dilakukan ialah berupa uji coba kecil dilaksanakan oleh 12 subjek penelitian.

### **g.Revisi Produk**

Setelah diketahui kelemahannya, setelah ujicoba produk disini memperbaiki kekurangan pada pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun



2020 yang telah dibuat sebelumnya maka akan direvisi kembali oleh ahli.

### **Uji Coba Pemakaian**

Selanjutnya pada tahap ini dilakukan berupa uji coba kelompok besar yang dilakukan oleh 12 subjek penelitian.

### **Revisi Produk**

Setelah melakukan uji coba pemakaian selanjutnya dilakukan revisi produk kembali oleh ahli yang sudah ditentukan untuk menghasilkan produk final yang nantinya akan dibagikan atau disebarakan ke *club-club* yang ada di Kabupaten Langkat.

### **Produksi Masal**

Setelah mendapatkan produk akhir atau final nya dilakukan tahap akhir adalah produksi masal. Hasil penelitian pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020 yang peneliti buat yang menghasilkan produk berupa pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepakbola usia 15-20 Kabupaten Langkat tahun 2020 yang nantinya akan dibagikan atau disebarakan ke SSB yang ada di Kabupaten Langkat.

### **Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model**

Pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020 divalidasikan oleh ahli yang sudah dilaksanakan yaitu Argubi Silwan, M.Pd, Amrico, dan Diah Eka Sari M. Pd

### **Telaah Pakar (*Expert Judgement*)**

Ahli yang terdiri dari tiga orang ahli yaitu, satu orang ahli olahraga, satu orang ahli pelatih sepak bola, dan satu orang ahli bahasa. Dalam pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020 ini ahli berperan memberikan saran-saran masukan penilaian dan revisi-revisi pengembangan yang nantinya akan tersusun saran dari ketiga ahli dalam pengembangan produk yang dihasilkan.

### **b. . Uji Coba Kepada Kelompok Kecil**

Tujuannya peneliti saatnya ujicoba produk dilakukan untuk mengumpulkan data yang dijadikan sebagai dasar untuk menetapkan kelayakan produk yang akan dikembangkan peneliti. Pada tahap ini yang dilakukan ialah berupa uji coba kecil dilaksanakan oleh 24 subjek penelitian. Langkah-langkah uji coba kelompok kecil meliputi:

1. Memberikan penjelasan tentang produk pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola



usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020 kepada subjek penelitian agar pelatih dan pemain paham produk yang dibuat oleh peneliti.

2. Memberikan penjelasan tentang cara melakukan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020 kepada subjek penelitian agar pemain paham bentuk variasi saat melakukannya.

3. Meminta kepada subjek penelitian agar untuk mempraktekkan cara melakukan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020.

### **Uji Coba Kelompok Besar**

Selanjutnya pada tahap ini dilakukan berupa uji coba besar yang dilakukan oleh 36 subjek penelitian. Langkah-langkah uji coba kelompok besar meliputi:

1. Memberi penjelasan tentang pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 12 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020.

### **PEMBAHASAN**

Hasil wawancara yang diperoleh dari pelatih sepak bola bahwa mereka sangat membutuhkan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15 – 20 Kabupaten Langkat 2020

karena sampai saat ini untuk menambah kemampuan *shooting* dalam olahraga sepak bola masih menggunakan variasi yang masih lama. Berdasarkan analisis kebutuhan maka peneliti ingin mengembangkan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15 – 20 Kabupaten Langkat untuk mempermudah pelatih-pelatih menambah kemampuan *shooting* pada atletnya.

Untuk memperoleh nilai persentase dimana menjadi acuan apakah model digunakan atau tidak dilakukan dengan menjumlahkan nilai yang diberikan oleh validator dengan rentang 1 – 4. Nilai tersebut dijumlahkan lalu di bagi dengan jumlah total nilai dari setiap indikator, selanjutnya dikalikan dengan 100%.

### **Draft Final**

Setelah direvisi dan dinyatakan valid oleh ahli, maka hasil akhir didapatkan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* dalam olahraga sepak bola yang sudah final, yaitu sebagai berikut ;

### **Tujuan Uji Coba**

Ujicoba ini bertujuan untuk menambah dan mengembangkan variasi-variasi *shooting* dalam olahraga sepak bola.

### **Alat Dan Fasilitas**



Bola

Lapangan Sepak Bola

Cone/marker

HP/Camera

### Lapangan Uji Coba

Lapangan yang digunakan untuk mengukur ujicoba ini adalah lapangan sepak bola.

### Panduan Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum pelaksanaan tes dimulai, *testee* diberikan penjelasan dan arahan tentang tes yang akan dilaksanakan. Keterangannya adalah :

*Testee* harus menggunakan perlengkapan olahraga sepak bola.

*Testee* dibariskan dan diberikan penjelasan tentang model penelitian peneliti.

*Testee* diberikan gambaran bentuk produk variasi.

*Testee* diberikan kesempatan untuk melakukan contoh variasi yang akan dilakukan agar lebih paham.

Setelah diberikan penjelasan, arahan dan sudah melakukan contoh tentang tes yang akan dilaksanakan selanjutnya masuk ketahap pelaksanaan tes, yaitu :

Peserta terlebih dahulu dibariskan dan mengarah dengan kun yang akan di mulai.

Setelah aba-aba “siap” peserta dengan posisi masing-masing akan bersiap melakukan bentuk variasi, dan yang

mengambil video pun sudah memulai video nya.

Setelah aba-aba “Go” berbunyi, peserta langsung melakukan variasi latihan yang sudah dijelaskan tadi. Setelah variasi sudah dilakukan dengan benar, video pun langsung diberhentikan.

### Alasan Pengembangan Uji Coba

Peneliti melakukan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* dalam olahraga sepak bola dikarenakan sampai saat ini variasi untuk *shooting* sangat monoton dan sedikit. Oleh sebab itu pelatih sangat membutuhkan bentuk variasi latihan *shooting* dalam olahraga sepak bola. Pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* dalam sepak bola ini diharapkan dapat menambah pemikiran pelatih untuk lebih baik lagi menghasilkan variasi-variasi *shooting* yang lebih efektif dan bervariasi dalam proses pemberian program latihan guna meningkatkan kemampuan *shooting* kepada para pemainnya.

Uji kelayakan pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15 – 20 Kabupaten Langkat, meliputi.

#### 1. Analisis Kebutuhan

Peneliti telah melakukan penelitian awal atau analisis kebutuhan, dari hasil wawancara kepada pelatih-pelatih sepak



bola yang ada di Kabupaten Langkat. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan kemudian peneliti melanjutkan melakukan analisis kebutuhan. Setelah melakukan analisis kebutuhan penelitian mengetahui bahwa pelatih-pelatih sangat memerlukan bentuk variasi-variasi latihan *shooting* yang baru sebagai pendukung pencapaian prestasi team dan atletnya.

## 2. Pengembangan Produk

Hasil dari analisis kebutuhan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa diperlukan adanya pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola. Adanya pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola ini diharapkan dapat memperbaiki kualitas *shooting* pemain dan menambah variasi-variasi *shooting* bagi pelatih dan atlet sepak bola untuk menjadi lebih baik dan mempermudah pelatih untuk mengetahui sejauh mana kemampuan *shooting* atletnya dalam menerapkan variasi-variasi tehnik *shooting* pada pemain sepak bola. Setelah mendapatkan ide, langkah selanjutnya adalah membuat produk awal, yaitu rangkaian pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang nantinya diharapkan dapat menjadi masukan bagi pelatih-pelatih sepak bola di Indonesia.

Pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang dikembangkan telah disusun secara sistematis dan realistis, sehingga produk ini mempunyai keefektifan yang layak untuk dipublikasikan. Dalam pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola ini peneliti melibatkan ahli olahraga dan pelatih sepak bola.

Setelah pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola selesai, maka tahap berikutnya adalah mengevaluasi variasi latihan *shooting* tersebut. Evaluasi dilakukan untuk menyempurnakan variasi latihan *shooting* yang telah dibuat.

## 3. Uji Coba Produk

Uji coba produk dilakukan agar dapat mengumpulkan data yang digunakan sebagai dasar untuk menetapkan kelayakan produk yang akan dikembangkan oleh peneliti. Setelah produk divalidasi dan direvisi maka produk diuji cobakan menggunakan subyek 24 orang pemain (uji coba kelompok kecil).

Kegiatan selanjutnya yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah menguji cobakan variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang dikembangkan pada subyek ujicoba yang menjadi sasaran pada penelitian ini. Ujicoba lapangan dilakukan dilapangan



SSB CAKRA FC, SSB BANSAR FC, SSB PSSU SECURAI dan SSB PSBS dengan jumlah pemain 36 orang pemain ( uji coba kelompok besar ).

#### **4. Penyempurnaan Produk**

Setelah produk awal di uji cobakan, maka untuk mengetahui tingkat keefektifannya maka dilakukan revisi oleh 1 orang ahli pelatih sepak bola, ahli olahraga, ahli bahasa pada uji coba tahap I dan uji coba tahap II.

#### **5. Penyebaran Produk**

Peneliti mengimplementasikan dan menyebarkan produk yang sudah mengalami revisi dan sudah final kepada para pengguna seperti pelatih sepak bola melalui video atau bentuk lembaran print variasi latihan shooting pada pemain sepak bola dan menuliskan dalam jurnal. Sebagai evaluasi sumatif maka produk akan disebarkan pada klub-klub sepak bola Kabupaten Langkat, sehingga peneliti dapat melihat keefektifan produk dalam melakukan variasi latihan shooting pada pemain sepak bola.

### **C. Efektivitas Produk**

#### **1. Hasil Evaluasi Ahli**

Pengembangan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang telah dievaluasi ahli, pernyataan dan saran yang diperoleh akan digunakan sebagai landasan dalam melakukan tahapan uji coba tahap I. Setelah

produk direvisi maka selanjutnya dilakukan uji coba kelompok kecil kepada 24 pemain untuk melihat keefektifan produk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola dan diamati para ahli pelatih sepak bola, ahli olahraga, ahli bahasa.

#### **2. Hasil Pengujian Tahap Pertama (Uji Coba Kelompok Kecil)**

Variasi latihan shooting pada pemain sepak bola yang telah dievaluasi oleh ahli, kemudian akan mengalami revisi tahap I. saran yang diperoleh akan digunakan sebagai landasan dalam melakukan revisi untuk tahap berikutnya yaitu uji coba tahap II

#### **Hasil Pengujian Tahap Kedua (Uji Coba Kelompok Besar)**

Berdasarkan hasil pengembangan produk variasi latihan shooting yang dilakukan pada uji coba kelompok kecil 24 pemain dan telah direvisi maka selanjutnya akan dilakukan uji coba kelompok besar 36 orang pemain untuk melihat keefektifan produk bentuk variasi latihan shooting pada pemain sepak bola usia 15 – 20 Kabupaten Langkat Tahun 2020, diamati di evaluasi dan diberi saran oleh ahli dan sampel.

#### **D. Penyempurnaan Produk**

Proses penyempurnaan produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu dimulai dari pembuatan *draft* awal setelah



peneliti membuat *draft* awal lalu peneliti berkonsultasi kepada pelatih sepak bola, berikutnya dilakukan evaluasi dari ahli kemudian peneliti merevisi produk tersebut sehingga sudah siap untuk di uji cobakan pada tahap I yaitu uji coba kelompok kecil 24 pemain. Pada pelaksanaan uji coba tahap I uji coba kelompok kecil peneliti memperoleh data dari pernyataan dan saran ahli menghasilkan penyempurnaan produk bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola. Berdasarkan hasil dari kesimpulan peneliti memperbaiki kembali produk variasi latihan ini untuk tahap penyempurnaan sehingga produk variasi latihan ini layak untuk di uji cobakan pada tahap II uji coba kelompok besar. Setelah dilakukan uji coba tahap II diiringi proses revisi tahap II maka disimpulkan bahwa produk variasi latihan ini sudah layak untuk dijadikan pilihan variasi latihan penyerangan yang baik dengan harapan dapat menjadi variasi tambahan yang lebih bervariasi bagi setiap pelatih saat melatih *clubnya*.

### **Pembahasan Produk**

Pengembangan produk bentuk variasi latihan *shooting* ini bertujuan untuk mengembangkan variasi-variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang baru yang belum dikembangkan dengan

baik sampai saat ini. Produk yang dikembangkan ini didasari dengan adanya kebutuhan para pelatih *club-club* sepak bola dan pemain yang sampai saat ini belum pernah mendapatkan bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola yang baru seperti ini. Berdasarkan pembahasan pengembangan produk bentuk variasi latihan *shooting* pada pemain sepak bola usia 15 – 20 yang dilakukan memiliki keunggulan:

Pelatih lebih mudah untuk menambah variasi-variasi *shooting* pada pemain sepak bola.

Athlet lebih termotivasi untuk meningkatkan kemampuan *shooting* untuk menambah pengetahuan mereka.

### **Keterbatasan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan dan diupayakan semaksimal mungkin namun hampir setiap penelitian tidak terlepas dari yang namanya keterbatasan yang baik dalam perencanaan maupun proses selama ini. Adapun keterbatasan tersebut adalah adanya faktor – faktor psikologi yang dapat mempengaruhi hasil penelitian ini yang mana tidak dapat dikontrol yaitu: minat, percaya diri dan faktor psikologi lainnya

### **Kesimpulan**



Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini dapat disimpulkan bahwa:

1. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 1 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
2. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 2 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
3. 91% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 3 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
4. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 4 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
5. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 5 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
6. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 6 *shooting* mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
7. 91% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 7 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
8. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 8 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
9. 83% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 9 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
10. 77% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 10 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
11. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 11 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
12. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 12 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
13. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 13 *shooting* menyenangkan dilakukan dan



- dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
14. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 14 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
15. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 15 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
16. 87% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 16 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
17. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 17 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
18. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 18 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
19. 91% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 19 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.
20. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan 20 *shooting* menyenangkan dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga menarik dan tidak membosankan.

#### **REFRENSI**

- Ardi Nusri. 2018 . *Tes Keterampilan SepakBola Untuk SSB*.Cipta Prima Nusantara
- Arikunto Suharsimi. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Andi Offset
- Aristia. 2007. *Bimbingan Teknik dan Taktik Sepakbola*. Jakarta: PT Mutiara Sumber Widya.
- Harsono. 1988. **Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching**. Jakarta: Lembaga
- Herwin. 2004. *Keterampilan Sepak Bola Dasar*. Diktak. Yogyakarta: FIK UNY.
- Joko Purwanto. 2004. *Permainan Sepak Bola. Salatiga: Tiga Serangkai*
- Kartono. 1996. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Pioner Jaya.
- Mielka. 2004 *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Jakarta : Pakar raya
- Muchtar. 1992. *Olahraga Pilihan Sepak Bola*. Jakarta: Depdikbud.
- Nurhasan. 2001. *Tes Dan pengukuran Dalam Pendidikan jasmani:*



***Prinsip-Prinsip dan Penerapannya:***

Jakarta.

Pamungkas Agung T.S. 2009. ***Kampus***

***Pintar Sepak Bola*** : Malang.

Pate, R. R, McClenaghan, B & Rotella, R.

1993. **Dasar-Dasar Ilmiah**

**Kepelatihan. Pendidikan Tenaga**

**Kependidikan.**

Sagala, Syaiful. (2014). ***Konsep dan***

***Makna Pembelajaran.*** Bandung:

Alfabeta

Sajoto . 1995. ***Peningkatan Dan***

***Pembinaan Kekuatan Kondisi***

***Pisik Dalam***

Scheunemann, T. 2005. ***Dasar Sepakbola***

***Modern.*** Malang: Dioma. ***Sepak***

***Bola. Departemen Pendidikan dan***

***Kebudayaan.*** Jakarta.

Sucipto. 2000. Borg, W. R. & Gall, M.D.

1983. ***Educational Research An***

***Introduction.***

***New***

***York:***

**Longman.**