



Model Latihan Transisi Pada Permainan Futsal

Transition Training Models In Futsal

Octavia Abrianti¹, Nur Fitranto², Iman Sulaiman³, Andri Paranoan⁴, Anas Wahyudi⁵

^{1,2,3}Universitas Negeri Jakarta

^{4,5}Akademi Olahraga Prestasi Nasiona

octaviaasirait@gmail.com, nurfitranto@unj.ac.id, iman4zamzami@gmail.com,
andi.paranoan@akornas.ac.id, anas.wahyudi@akornas.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan model latihan transisi pada permainan futsal serta menambah wawasan dan menunjang kemampuan atlet mengenai latihan transisi pada permainan futsal. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (Research and Development). Pada penelitian ini peneliti dibantu oleh 3 (tiga) ahli dalam bidang olahraga Futsal. Uji validasi yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji justifikasi ahli, dimana model latihan yang telah dibuat dan dikembangkan kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam olahraga futsal. Melalui uji validasi yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli, penelitian ini menghasilkan produk berupa model latihan transisi pada permainan futsal sebanyak 14 (empat belas) item model. Model transisi pada permainan futsal ini dapat di kembangkan menjadi lebih variatif dan inovatif. Adapun tujuan pengembangan model ini adalah model transisi pada permainan futsal yang dapat dijadikan referensi oleh para pelatih dalam memberi model latihan futsal. Agar pelatih dapat dengan mudah dan dapat dengan baik mengaplikasikannya pada saat latihan.

Kata Kunci: Futsal, Model Latihan, Transisi

ABSTRACT

This study aims to produce a transitional training model in futsal games as well as add insight and support athletes' abilities regarding transition training in futsal games. The method used in this research is the method of research and development (Research and Development). In this study, researchers collaborated with 3 (three) experts in the field of Futsal. The validation test used in this study is to use the expert justification test, where the training model that has been created and developed is then consulted and assessed by experts in futsal. Through the validation test which was carried out using the expert justification test, this study produced a product in the form of a transition training model in the futsal game consisting of 14 (fourteen) item models. The transitional model in this futsal game can be developed to be more varied and innovative. The purpose of developing this model is a transitional model in the futsal game that can be used as a reference by coaches in providing futsal training models. So that the trainer can easily and well apply it during training.

Keywords: Futsal, Training Model, Transition

PENDAHULUAN

Permainan futsal tidak terlepas dari taktik dan strategi untuk meraih suatu kemenangan, pelatih yang memiliki pengetahuan luas serta mampu menerapkan taktik dan strategi yang tepat untuk pemain akan membawa dampak positif bagi prestasi timnya. Dalam permainan futsal, setiap pelatih pasti mempunyai taktik permainan futsal atau gaya bermain sendiri yang diharapkan bisa dijalankan oleh pemainnya pada saat pertandingan. Akan tetapi dari setiap taktik yang dimiliki oleh masing – masing pelatih pasti memiliki kelebihan dan kekurangan sehingga bisa menimbulkan sebuah masalah atau pertanyaan tentang taktik seperti apa yang lebih efektif untuk menciptakan gol dan meraih sebuah kemenangan.

Futsal melibatkan situasi menyerang (ketika seseorang memiliki penguasaan bola) dan situasi bertahan (ketika seseorang tidak memilikinya), dan peralihan dari satu ke yang lain mungkin dapat dianggap sebagai aspek terpenting dari permainan. (Fitrianto, 2023) Ini adalah bagian dari permainan dimana situasi paling berbahaya dan peluang mencetak gol muncul, akibat kurangnya organisasi *defensif* sesaat dan fakta bahwa pendudukan ruang yang rasional sering kali kurang sebagai akibat dari perubahan mendadak dalam tujuan bermain. Situasi ini dikenal sebagai *Transisi* (menyerang dan bertahan) (Ioan Lupescu, 2017, p. 12)

Penelitian (*research*) merupakan rangkaian ilmiah dalam rangka pemecahan suatu permasalahan. Fungsi penelitian adalah mencari penjelasan dan jawaban terhadap permasalahan serta memberikan alternatif bagi kemungkinan yang dapat digunakan untuk pemecahan masalah (Azwar, 2013, p. 1). Metode penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (RnD) adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut (Margono, 2010). Penelitian pengembangan akan mengacu pada pembuatan suatu produk baru yang digunakan untuk memecahkan suatu masalah yang ditemukan dengan cara yang berbeda dari sebelumnya.

Sintesis dalam konstruk dan konsep penelitian model yang dikembangkan dapat disimpulkan sebagai penelitian yang menghasilkan suatu produk yang telah dilakukan analisis terlebih dahulu tingkat keefektifannya. Dalam model latihan yang diawali dengan analisis kebutuhan yang ada di lapangan, kemudian pengembangan produk dan uji coba produk melalui uji ahli. Produk dievaluasi dan direvisi dari hasil uji coba. Dalam penelitian ini yang akan dikembangkan adalah produk berupa model latihan transisi pada permainan futsal yang didasari dari buku Futsal Coaching Manual halaman 17.



Model latihan adalah gambaran tentang suatu keadaan yang dapat memperjelas berbagai kaitan diantara unsur-unsur yang ada (Rosdiana Dini, 2012, p. 4). Model juga

diartikan sebagai sebuah pola, rencana, atau contoh dari sesuatu yang akan dibuat atau dilakukan (Wirawan, 2012, p. 79). Model dirancang untuk menjelaskan aspek-aspek suatu persoalan atau ruang lingkup persoalan dan dapat menjelaskan juga hubungan-hubungan yang penting. Pengertian lain bahwa model adalah perencanaan yang menggambarkan proses yang ditempuh pada proses kegiatan agar dicapai perubahan spesifik pada perilaku seseorang seperti yang diharapkan (Wahab, 2007, p. 52).

Menurut pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa model latihan merupakan suatu cara untuk mengorganisasikan suasana latihan yang menyerupai sebuah pertandingan dilakukan secara terus menerus sesuai dengan tujuan latihan agar memperoleh latihan yang efektif dan efisien.

Dalam membuat model latihan seorang pelatih wajib mengetahui prinsip-prinsip latihan agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan tujuannya. Pengetahuan dasar tentang prinsip-prinsip latihan adalah langkah awal dalam menyusun program latihan yang optimal, dimana prinsip-prinsip tersebut akan efektif jika dipaksakan. Prinsip-prinsip latihan sebagai berikut: multilateral, spesialisasi, individual, beban berlebih, memperhitungkan perbedaan gender, variasi latihan dan pengembangan model latihan. (Lubis, 2013, pp. 12-20)

Dalam siklus permainan, yang didasarkan pada periode serangan dan pertahanan dengan kata lain, kejadian ketika sebuah tim memiliki kepemilikan dan mereka yang tidak memilikinya. Peralihan dari serangan ke pertahanan dikenal sebagai *Transisi* bertahan, sedangkan peralihan dari pertahanan ke serangan disebut sebagai *Transisi* menyerang. Ini adalah proses siklus yang diulangi sepanjang pertandingan (Ioan Lupescu, 2017, p. 59) *Transisi Menyerang* adalah peralihan dari pertahanan ke serangan ketika penguasaan bola telah dipulihkan, dan sesuai dengan tiga fase: pembukaan, serangan balik, dan serangan cepat. *Transisi Bertahan* dimulai pada saat kepemilikan bola hilang dan mencakup beberapa fase berbeda: keseimbangan, mengulur waktu dan mundur.

Berdasarkan penelitian kecil yang saya lakukan pada tanggal 30 November 2019 dengan observasi langsung di lapangan pada saat Liga Mahasiswa Nasional Futsal Putri UNJ melawan Futsal Putri UNY babak penyisihan grup, UNJ kalah dengan skor 2-1. Dua gol yang terjadi ke gawang UNJ disebabkan gagalnya UNJ dalam melakukan transisi menyerang ke bertahan, dan satu gol yang diciptakan UNJ adalah hasil suksesnya transisi bertahan ke menyerang. Dari yang telah dipaparkan maka peneliti menyimpulkan taktik transisi pada permainan futsal sangat lah penting untuk menentukan hasil pertandingan. Sehingga melalui permasalahan tersebut, maka disusunlah rancangan produk pengembangan pola latihan transisi pada permainan futsal.

METODE

Penelitian pengembangan model latihan Transisi pada cabang olahraga futsal ini menggunakan model penelitian dan pengembangan (Research and Develoment) dari ADDIE, yang merupakan salah satu yang digunakan dalam pengembangan model latihan yang diperhatikan tahap – tahap dasar desain latihan yang sederhana, yang terdiri dari lima fase yaitu: (a) *Analisis*, (b) *Desain*, (c) *Development*, (d) *Implementation*, (e) *Evaluation*. Pada penelitian ini peneliti akan merancang model latihan transisi menyerang untuk cabang olahraga futsal. Agar rancangan model dapat berjalan dengan baik dan benar.

Langkah-langkah Pengembangan Model

Berdasarkan potensi yang akan dikembangkan dan masalah yang ada maka peneliti akan membuat pengembangan model latihan transisi untuk cabang olahraga futsal.

1. Analisis. Penelitian pendahuluan dibutuhkan untuk menganalisis kebutuhan yang terdapat di lapangan, hal ini dilakukan agar peneliti mendapat informasi yang dibutuhkan untuk mengembangkan model latihan.
2. Desain Produk. Berdasarkan potensi masalah dan pengumpulan data yang terkait dengan transisi pada permainan futsal, maka peneliti akan mendesain secara relevan dengan situasi pertandingan. Dalam tahap ini peneliti menemukan desain bentuk latihan awal sebanyak 20 model latihan.
3. Pengembangan. Setelah mendesain model latihan Transisi untuk cabang olahraga futsal, maka peneliti mendiskusikan dan mengkonsultasikan kepada 3 ahli atau pakar, dalam hal ini yaitu dosen dan pelatih cabang olahraga futsal.
4. Implementasi/eksekusi. Setelah mengembangkan model latihan Transisi untuk cabang olahraga futsal, seharusnya peneliti melakukan uji coba produk. Namun dikarenakan sedang adanya pandemic covid 19, maka peneliti tidak bisa melakukan uji coba langsung di lapangan.
5. Evaluasi. Setelah pengembangan model latihan di lakukan, maka model latihan Transisi untuk cabang olahraga futsal di evaluasi. Dalam tahap evaluasi bisa dilaksanakan pada empat tahapan diatas namun evaluasi yang terjadi pada setiap empat tahap di atas itu dinamakan evaluasi formatif, karena tujuannya untuk kebutuhan revisi.

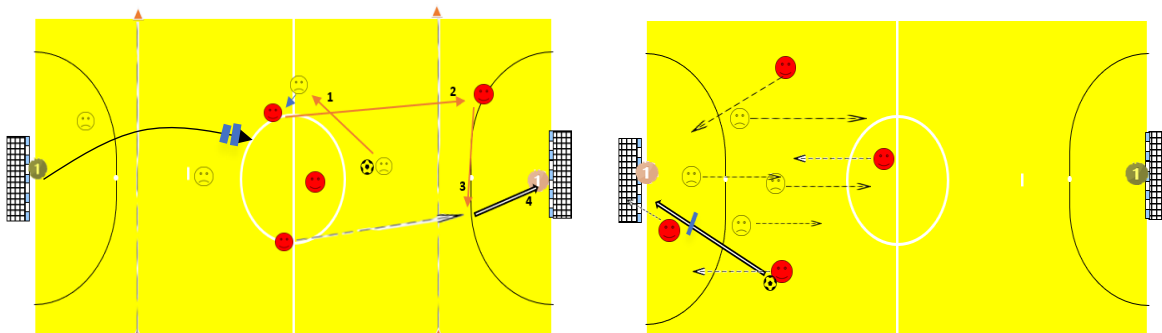
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengembangan Model

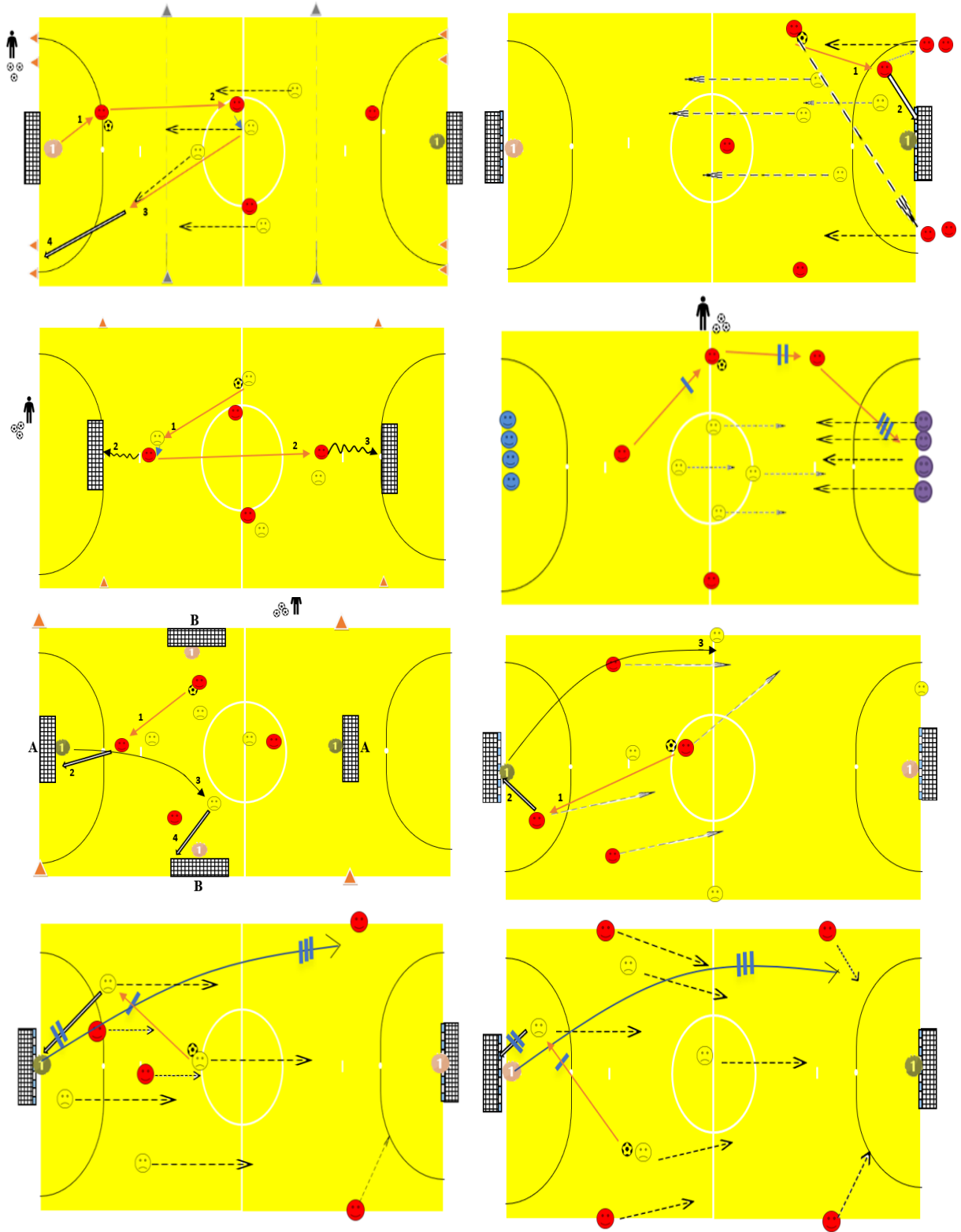
Hasil pengembangan bentuk dalam penelitian ini peneliti menghasilkan produk dalam bentuk naskah atau *storyboard script* yang menyajikan berbagai model-model latihan transisi pada permainan futsal. penelitian ini layak dan dapat di gunakan oleh pelatih futsal dengan menggunakan model latihan transisi pada permainan futsal yang telah di buat. Adapun tujuan dari latihan transisi bertahan ke meyerang dalam permainan futsal yang telah di kembangkan ini adalah untuk memiliki banyak variasi pada atlet saat melakukan latihan transisi.

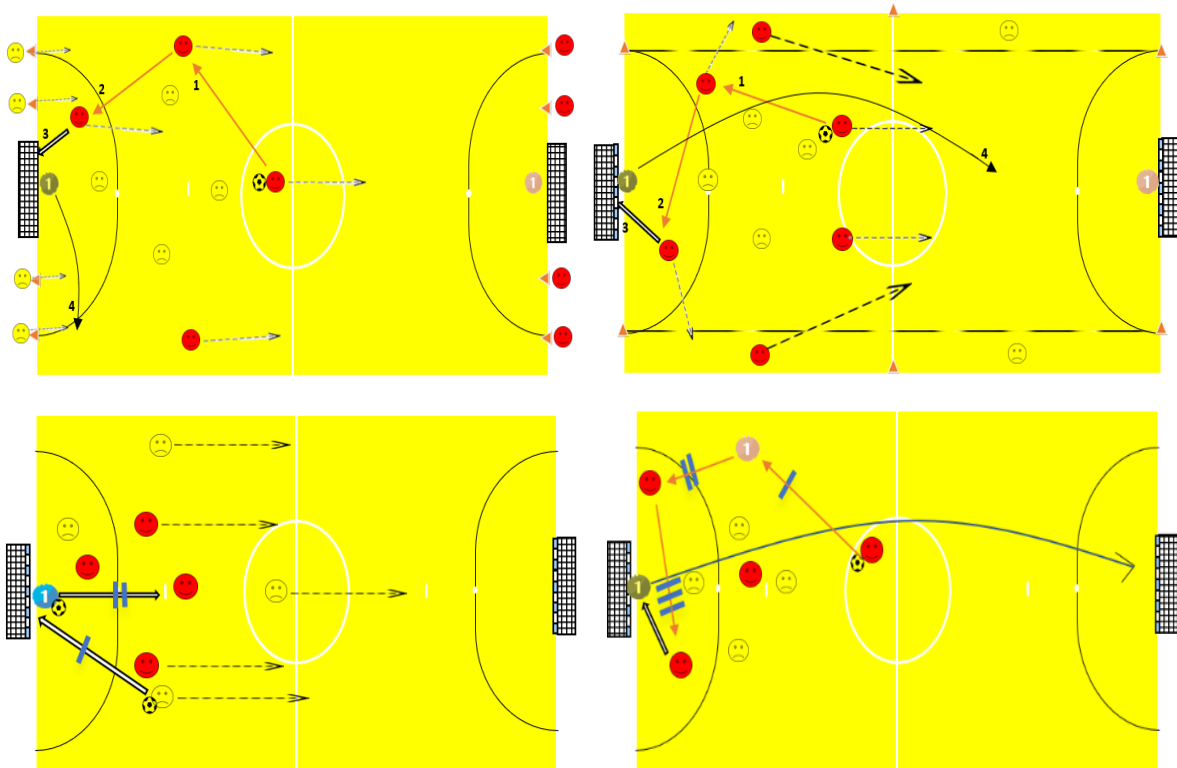
1. Model Final

Bentuk awal yang dibuat oleh peneliti sebanyak 20 model latihan transisi pada permainan futsal. Setelah di lakukan validasi oleh ahli dan di lakukan ujicoba, maka bentuk latihan transisi bertahan ke meyerang yang di anggap layak sebanyak 14 bentuk latihan. Bentuk yang sudah divalidasi di harapkan dapat digunakan untuk menunjang kemampuan transisi atlet-atlet futsal Ashi maupun di klub lain.



Model Latihan Transisi Pada Permainan Futsal





KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan 20 produk pengembangan model yang di buat menggunakan metode RnD (Research and development) dan hasil validasi penelitian bahwa penelitian ini berhasil menghasilkan 14 produk pengembangan model latihan transisi pada permainan futsal. Sebaiknya dapat memberikan latihan taktik transisi sama banyaknya dengan latihan taktik menyerang dan taktik bertahan dan diharapkan model latihan transisi pada permainan futsal ini dapat dijadikan referensi oleh para pelatih dalam menyusun program latihan guna menambah variasi latihan pada atlet dan juga dapat memperbaiki taktik transisi pada saat pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar. (2013) Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Azwar.
 Bayer, C. (1986). *La enseñanza en los juegos deportivos*. Barcelona: ed. Hispano Europea.
 Fitranto, N. H. (2023). Studi Korelasional Persepsi Kinestetik dengan kemampuan Passing Pemain Futsal Universitas Negeri Jakarta. *SEGAR*, 55-60
 Ioan Lupescu. (2017). *UEFA Futsal Coaching Manual*. Nyon: Union des Associations Européennes de Football (UEFA).
 Irawan, A. (2009). Teknik Dasar Modern Futsal. In *Journal of Chemical Information and Modeling*.
 Justinus Lhaksana. (2011). Taktik & Strategi Futsal Modern. In *Taktik dan Strategi Futsal*

Modern.

- Lubis, J. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: PT.Rajagrafindo Persada.
- Margono. (2010). Doc 21. In *Metodologi Penelitian Pendidikan*.
- Rosdiana Dini. (2012). Pengembangan model latihan passing dan receiving the ball pada permainan futsal. *Pengembangan Model Latihan Passing Dan Receiving the Ball Pada Permainan Futsal*.
- Wahab, A. A. (2007). *Metode dan Model-Model Mengajar Ilmu Pengetahuan sosial (IPSI)*. Bandung: Alfabeta CV.
- Wirawan. (2012). *Evaluasi, Model, Standar, Aplikasi dan Profesi*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.