

**PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING PADA
PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DI SMAN 1 MAOSPATI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
DICA FEBRI WARDANA
NIM 11601244005

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

**PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING PADA
PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DI SMAN 1 MAOSPATI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
DICA FEBRI WARDANA
NIM 11601244005

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan *Passing* Dan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN 1 Maospati” yang disusun oleh Dica Febri Wardana, NIM. 11601244005 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 12 Juni 2015

Pembimbing



Yudianto, M. Pd

NIP. 19810702 200501 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan *Passing* Dan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN 1 Maospati” ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 12 Juni 2015

Yang Menyatakan,



Dica Febri Wardana

NIM. 11601244005


PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan *Passing* Dan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN 1 Maospati” yang disusun oleh Dica Febri Wardana, NIM. 11601244005 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, pada tanggal 6 Juli 2015 dan dinyatakan lulus.

Dewan Penguji			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Yudanto, M.Pd	Ketua Penguji		8/7/2015
Nurhadi Santoso, M.Pd	Sekretaris Penguji		7/7/2015
Nur Rohmah M, M.Pd	Penguji I (Utama)		8/7/2015
Sismadiyanto, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		7/7/2015

Yogyakarta, Juli 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta




Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

“Man Jadda Wajada”

“Kehidupan dunia dijadikan indah dalam pandangan orang-orang kafir, dan mereka memandang hina orang-orang yang beriman. Padahal orang-orang yang bertakwa itu lebih mulia dari pada mereka di hari kiamat. Dan Allah memberi rezki kepada orang-orang yang dikehendaki-Nya tanpa batas “.

(QS. Al-Baqarah: 212)

“Aku adalah manusia biasa dan aku bukanlah manusia yang terbaik diantara kamu. Apabila kalian lihat perbuatanku benar, maka ikutilah aku. Tapi bila kalian lihat perbuatanku salah, maka betulkanlah.”

(Abu bakar ash-shiddiq)

“Banyak teman banyak rezeki dan hidup ini sementara, tidak ada yang sempurna karena kita hanyalah wayang.”

(Dica Febri Wardana)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Ya Allah atas segala kemudahan yang Engkau berikan kepada hambamu dalam penyusunan skripsi ini. Karya ini dipersembahkan kepada orang-orang yang bermakna dalam hati penulis.

1. Kedua orangtua saya, Bapak Latip Sudariyanto yang selalu menjadi inspirasiku untuk berjuang memaknai segala lika-liku kehidupan dan Ibu Sulastri yang begitu luar biasa dalam memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan setiap waktu.
2. Saudara-saudara saya yang selalu memberi dorongan, semangat dan doa.

**PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP
KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING PADA
PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DI SMAN 1 MAOSPATI**

Oleh
DICA FEBRI WARDANA
NIM 11601244005

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh belum maksimalnya metode latihan yang mengombinasikan kemampuan teknik dasar dan taktik bermain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Populasi yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati yang berjumlah 35 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah modifikasi tes mengoperkan bola rendah dan tes menggiring bola dari Subagyo Irianto. Teknik analisis data menggunakan *uji-t*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 6,35 dan rerata *posttest* sebesar 7,7 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 1,35, hal ini menunjukkan perubahan yang lebih baik yaitu 21,25% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik. Sedangkan pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati dinyatakan terdapat pengaruh yang signifikan. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 21,06 dan rerata *posttest* sebesar 20,14 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 0,92, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* memberikan perubahan yang lebih baik yaitu 4,36% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

Kata Kunci : *pendekatan taktik, passing, dribbling*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan nikmat dan rahmat-Nya, sehingga penyusun dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan *Passing* Dan *Dribbling* Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMAN 1 Maospati”.

Terselesainya skripsi ini tidak lepas berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menempuh studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta yang telah menyetujui penelitian ini.
4. Bapak Yudanto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan motivasi, bimbingan, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Dimiyati, M.Si. selaku Dosen Penasehat Akademik terima kasih atas bantuan yang telah diberikan.
6. Semua keluargaku yang selalu mendoakan, membimbing dan memberi semangat di setiap langkahku.

7. Sahabat dan teman-temanku serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan bagi penulis dalam menyelesaikan karya ini.

Mungkin tidak cukup sekedar rangkaian kalimat terima kasih untuk membalas kebaikan dan bantuan yang telah diberikan. Harapan dan doa semoga amal baik kita mendapatkan balasan yang lebih baik lagi dari Tuhan Yang Maha Esa. Karya ini masih jauh dari kesempurnaan, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga karya ini bermanfaat.

Yogyakarta, 12 Juni 2015
Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori.....	7
1. Hakikat Futsal	7
2. Hakikat <i>Passing</i> Dalam Permainan Futsal	11
3. Hakikat <i>Dribbling</i> Dalam Permainan Futsal	14
4. Hakikat Pendekatan Taktik	16
5. Hakikat Latihan	17
6. Karakteristik Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Maospati	20
7. Karakteristik Anak Usia Remaja	23
B. Penelitian yang Relevan.....	25
C. Kerangka Berfikir	26

D. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Definisi Variabel Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
D. Instrumen Penelitian	32
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	39
1. Deskripsi Hasil <i>Pretest Passing</i>	39
2. Deskripsi Hasil <i>Postest Passing</i>	40
3. Deskripsi Hasil <i>Pretest Dribbling</i>	41
4. Diskripsi Hasil <i>Postest Dribbling</i>	42
B. Hasil Uji Prasyarat	43
1. Uji Normalitas.....	43
2. Uji Homogenitas	44
C. Analisis Data	45
D. Pembahasan.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Implikasi Hasil Penelitian	51
C. Keterbatasan	52
D. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kelas Interval <i>Pretest Passing</i>	39
Tabel 2. Kelas Interval <i>Posttest Passing</i>	40
Tabel 3. Kelas Interval <i>Pretest Dribbling</i>	41
Tabel 4. Kelas Interval <i>Posttest Dribbling</i>	42
Tabel 5. Hasil Perhitungan Uji Normalitas	44
Tabel 6. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas	44
Tabel 7. Uji T <i>Passing</i>	45
Tabel 8. Uji T <i>Dribbling</i>	46

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Desain Penelitian.....	29
Gambar 2. Lapangan Tes Mengoper Bola Rendah	33
Gambar 3. Lapangan Tes Menggiring Bola	34
Gambar 4. Diagram Hasil <i>Pretest Passing</i>	40
Gambar 5. Diagram Hasil <i>Posttest Passing</i>	41
Gambar 6. Diagram Hasil <i>Pretest Dribbling</i>	42
Gambar 7. Diagram hasil <i>Posttest Dribbling</i>	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian	56
Lampiran 2. Surat Keterangan Izin Penelitian	57
Lampiran 3. Surat Keterangan Izin Penelitian Badan KESBANGLINMAS Daerah Istimewa Yogyakarta	58
Lampiran 4. Surat Keterangan Izin Penelitian Badan KESBANGPOL Provinsi Jawa Timur	59
Lampiran 5. Surat Keterangan Izin Penelitian Badan KESBANGPOL Kabupaten Magetan	60
Lampiran 6. Surat Keterangan SMAN 1 Maospati	62
Lampiran 7. Sertifikat Kalibrasi Balai Metrologi DIY	63
Lampiran 8. Surat Uji Coba Penelitian	64
Lampiran 9. Surat Pengantar <i>Exspert Judgement</i>	65
Lampiran 10. Surat <i>Exspert Judgement</i> Pertama Program Latihan	66
Lampiran 11. Surat <i>Exspert Judgement</i> Kedua Program Latihan	67
Lampiran 12. Daftar Hadir Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMAN 1 Maospati Kabupaten Magetan	68
Lampiran 13. Data Mentah Hasil <i>Pretest Passing</i>	69
Lampiran 14. Data Mentah Hasil <i>Posttest Passing</i>	70
Lampiran 15. Data Mentah Hasil <i>Pretest Dribbling</i>	71
Lampiran 16. Data Mentah Hasil <i>Posttest Dribbling</i>	72
Lampiran 17. Analisis Data	73
Lampiran 18. Program Latihan	80
Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian	96

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Futsal merupakan permainan beregu yang dimainkan oleh 5 orang dalam satu regu. Permainan futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang populer saat ini. Hal ini terbukti dengan banyaknya kegiatan olahraga futsal yang dilakukan oleh semua kalangan baik anak-anak maupun dewasa. Sering kali diadakannya kejuaraan futsal baik umum maupun tingkat pelajar dari instansi dan lembaga-lembaga untuk memeriahkan hari jadinya.

Saat ini olahraga futsal mengalami perkembangan pesat, khususnya di kalangan tingkat SMA. Hal ini terlihat dari semakin banyak jasa yang menawarkan fasilitas futsal untuk mengadakan kejuaraan-kejuaraan futsal antar Sekolah Menengah Atas. Kejuaraan futsal tingkat Sekolah Menengah Atas di magetan sering diadakan tiap tahun, salah satunya yaitu Bupati Cup.

Kemenangan ditentukan oleh banyaknya gol yang dicetak ke gawang lawan. Dalam melakukan sebuah pertandingan tentunya tidak bisa langsung memenangkan pertandingan. Usaha memenangkan pertandingan tentu memerlukan sebuah proses untuk meraihnya. Untuk mendapatkan prestasi yang optimal dalam permainan futsal, selain setiap pemain harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, ketepatan, daya tahan juga harus menguasai keterampilan dasar bermainnya. Penguasaan keterampilan dasar adalah salah satu usaha untuk meningkatkan menuju prestasi yang lebih tinggi. Tingkat keterampilan yang dimiliki para pemain akan menentukan penampilannya dalam bermain futsal.

Dalam permainan futsal terdapat beberapa teknik yang dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain futsal. Adapun teknik dasar yang dimaksud, meliputi: menendang bola, mengontrol bola, menyundul bola, menggiring bola, dan sebagainya. Maka dari itu, setiap pemain harus menguasai teknik-teknik dasar bermain futsal tersebut. Pemain yang menguasai teknik-teknik bermain lebih baik, maka pemain tersebut akan terlihat matang jika dibandingkan dengan pemain yang penguasaan tekniknya masih rendah. Dengan demikian, penguasaan keterampilan teknik dasar harus dikuasai oleh setiap pemain futsal untuk menuju prestasi yang maksimal.

Seorang pemain futsal harus memiliki teknik individu yang baik dan kondisi fisik yang prima untuk bekerjasama antar pemain untuk menghasilkan kemenangan. Sekarang ini permainan futsal sudah mengarah pada cara bermain yang efektif untuk menghasilkan kemenangan. Pemain tidak harus menguasai bola terlalu lama cukup *passing* pada teman, *dribbling* dan *shooting* untuk mencapai kemenangan. Hal ini disebabkan karena pada dasarnya permainan futsal merupakan usaha untuk memasukan bola ke gawang lawan dan menjaga gawang regu sendiri untuk tidak kemasukan bola.

Di SMAN 1 Maospati Magetan minat dan bakat peserta didik terhadap olahraga futsal juga dibina melalui ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler yang dilaksanakan tiga kali dalam seminggu yaitu hari Selasa pukul 15.00-17.00 WIB, hari Jumat pukul 15.00-17.00 WIB dan Minggu pukul 15.00-17.00 WIB. Peserta yang mengikuti ekstrakurikuler futsal sebanyak 35 orang. Sekolah ini memiliki gelar juara 1 Futsal Bupati Cup 2008 . Kemudian juara

1 dan 2 Futsal Bupati Cup 2009, juara 3 IKIP PGRI Madiun Cup 2011, juara 2 SMADA Cup 2012. Namun prestasi itu secara perlahan hilang dari genggamannya seiring gagalnya SMAN 1 Maospati dalam kompetisi akhir-akhir tahun ini.

Penulis juga melakukan pengamatan pada jalannya latihan futsal di lapangan. Siswa sering melakukan kesalahan-kesalahan mendasar pada saat melakukan teknik *passing* dan *dribbling*. Saat *passing* mereka sering salah *passing* pada pihak lawan, terlambat melakukan *passing* sehingga bola tersebut oleh lawan, *passing* tidak tepat pada kawan dan setelah *passing* tidak mencari ruang yang kosong mengakibatkan penguasaan bola yang rendah. Begitu juga saat melakukan teknik *dribbling*. Mereka masih sering melakukan *dribbling* panjang sehingga bola sangat mudah di rebut oleh pihak lawan.

Pelatih juga sangat berperan dalam pencapaian prestasi futsal siswanya. Melalui program-program latihan yang terprogram akan meningkatkan prestasi secara tim maupun secara individu. Namun pelatih di ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Maospati belum maksimal. Pada setiap pelaksanaan kegiatan atau latihan guru hanya memfokuskan pada pemanasan dan permainan sesungguhnya. Tidak ada latihan-latihan yang mengarah pada peningkatan teknik dasar bermain futsal. Pengenalan dan pelatihan teknik dasar tentunya akan membantu siswa dalam bermain futsal. Selain itu guru juga harus melakukan mengevaluasi keterampilan futsal siswanya. Sebagai

acuan untuk membentuk tim futsal SMAN 1 Maospati yang tangguh dalam mengikuti kejuaraan futsal.

Dalam pelaksanaan proses latihan, pelatih seharusnya mempunyai inisiatif dalam menggunakan metode latihan. Sehingga latihan yang dilakukan memiliki permasalahan yang sama saat mereka melakukan permainan sesungguhnya. Pendekatan taktik menawarkan latihan yang terpusat pada siswa dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan permainan dengan di dukung teknik dasar. Dengan mengombinasikan pemahaman taktik bermain dan teknik dasar, siswa akan belajar mengenal permainan secara utuh dengan tujuan memiliki pemahaman taktik untuk menjawab apa yang harus dilakukan dan memiliki kemampuan teknik bagaimana cara melakukannya. Jika seseorang tidak memahami apa yang harus dilakukan, maka kemampuan teknik yang benar dalam situasi permainan akan terganggu.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangnya akurasi *passing* mendatar siswa yang mengikuti ekstrakurikuler masih rendah

2. Kurangnya penguasaan bola dalam permainan yang masih rendah dikarenakan tingkat akurasi *passing* yang masih rendah
3. Kurangnya kemampuan *dribbling* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler masih rendah
4. Latihan yang dilakukan peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati hanya melakukan permainan sesungguhnya tidak ada intruksi dari pelatih pada siswa sehingga siswa merasa jenuh dan bosan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, perlu adanya pembatasan-pembatasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas dan lebih fokus. Belum diketahuinya latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dibahas pada latar belakang masalah, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah : “Adakah pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati ? “

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang telah dikemukakan, diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi pengajar atau pelatih pada saat menangani ekstrakurikuler futsal khususnya dalam mempelajari *passing* dan *dribbling* pada saat latihan futsal

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi sekolah yang bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler futsal.
- b. Bagi pelatih dan guru pendidikan jasmani, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program yang akan diberikan.
- c. Bagi atlet atau siswa, agar menegerti pentingnya latihan yang baik dalam pencapaian prestasi puncak.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Futsal

a. Pengertian Futsal

Futsal merupakan cabang olahraga yang banyak diminati saat ini. Menurut Saryono dan Agus Susworo (2012: 49) futsal merupakan aktivitas permainan invasi (*invasion games*) beregu yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan pada lapangan, gawang dan bola yang relatif lebih kecil dari permainan sepakbola yang mensyaratkan kecepatan gerak, menyenangkan dan aman dimainkan serta kemenangan regu ditentukan oleh jumlah terbanyak mencetak gol ke gawang lawannya.

Menurut Tim PPM FIK UNY dalam Agustinus Doni Prasetyo (2011: 6) futsal adalah permainan yang hampir sama dengan sepakbola dimana dua tim memainkan dan memperebutkan bola diantara para pemain dengan tujuan dapat memasukkan bola ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kemasukan bola. Pemenang adalah tim yang paling banyak memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Futsal memiliki *law of the game* tersendiri yang tidak ada dalam permainan sepakbola pada umumnya, mulai dari ukuran lapangan, jenis lapangan, garis lapangan, ukuran yang berbeda sampai pada peraturan permainan.

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 7) futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Melihat dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan.

Sedangkan menurut Mikanda Rahmani (2014: 157) futsal merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berlawanan. Hanya saja, dalam futsal setiap tim terdiri atas lima orang. Selain itu, futsal umumnya dimainkan di lapangan indoor atau ruangan.

Bedasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa futsal adalah aktivitas permainan invasi beregu yang dimainkan pada lapangan, gawang, dan bola yang lebih kecil dengan peserta lima lawan lima orang.

b. Teknik Dasar Futsal

Teknik dasar dalam permainan futsal sangat diperlukan saat melakukan permainan futsal. Menurut Asmara Jaya (2008: 62) Untuk dapat bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali dengan *skill/teknik* dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola. Teknik dasar futsal antara lain:

a. Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 30) *passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Dilapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur

sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai ketrampilan *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Tahap-tahap melakukan *passing* menurut Justinus Lhaksana (2012: 30) sebagai berikut:

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*.
- 2) Gunaka kaki bagian dalam untuk melakkukan *passing*.
- 3) Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat.
- 4) Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) da ditekan ke bawah agar bola tidak melambung.
- 5) Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitusetelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing*, ayunan kaki jangan dihentikan.

b. Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*)

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 31), teknik dasar dalam ketrampilan *control* (menahan bola) haruslah menggunakan telapak kaki (*sole*). Dengan permukaan lapangan yang rata, bola akan bergulir cepat sehingga para pemain harus dapat mengontrol dengan baik. Apabila menahan bola jauh dari kaki, lawan akan mudah merebut bola. Hal yang harus diperhatikan saat menahan bola: 1) Selalu lihat dan jaga keseimbangan pada saat datangnya bola, 2) Sentuh atau tahan dengan menggunakan tellapak kaki (*sole*), agar bolanya diam tidak bergerak dan mudah dikuasai.

c. Teknik Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*)

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 32), keterampilan *chipping* ini sering dilakukan dalam permainan futsal untuk mengumpan bola di

belakang lawan atau dalam situasi lawan bertahan satu lawan satu. Teknik ini hampir sama dengan teknik *passing*. Perbedaannya terletak pada saat *chipping* menggunakan bagian atas ujung sepatu dan perkenaannya tepat di bawah bola. Tahap-tahap melakukan *chipping* menurut Justinus Lhaksana (2012: 32) sebagai berikut:

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*.
- 2) Gunakan ujung sepatu yang diarahkan ke bagian bawah bola agar bola melambung.
- 3) Teruskan dengan gerakan lanjutan, setelah sentuhan dengan bola dalam melakukan *passing*, ayunan kaki jangan dihentikan.

d. Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*)

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 33), teknik *dribbling* merupakan ketrampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum dibebankan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Yang perlu diketahui dalam melakukan teknik *dribbling* menurut Justinus Lhaksana (2012: 33) yaitu :

- 1) Kuasai bola serta jaga jarak dengan lawan.
- 2) Jaga keseimbangan badan pada saat *dribbling*.
- 3) Fokuskan pandangan setiap kali bersentuhan dengan bola.
- 4) Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan.

e. Teknik Dasar Menembak (*Shooting*)

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 34-35), *shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain.

Teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol. Ini disebabkan seluruh pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol dan memenangkan pertandingan atau permainan. Menurut Justinus Lhaksana (2012: 34-55) *shooting* dapat dibagi menjadi dua teknik, yaitu :

- 1) Teknik menendang dengan menggunakan punggung kaki :
 - a) Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari-jari kaki lurus menghadap arah gawang, bukan kaki yang untuk menendang.
 - b) Gunakan bagian punggung kaki untuk melakukan *shooting*.
 - c) Konsentrasikan pandangan ke arah bola tepat di tengah-tengah bola pada saat punggung kaki menyentuh bola.
 - d) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat.
- 2) Teknik menendang dengan ujung kaki :
 - a) Posisi badan agak dicondongkan ke depan.
 - b) Apabila badan tidak dicondongkan kemungkinan besar perkenaan bola bagian bawah dan bola akan melambung tinggi.
 - c) Teknik *shooting* dengan menggunakan ujung sepatu atau ujung kaki sama halnya dengan *shooting* menggunakan punggung kaki, hanya bedanya pada saat melakukan *shooting* perkenaan kaki tepat di ujung sepatu atau ujung kaki.
 - d) Teruskan dengan gerakan lanjutan, setelah sentuhan dengan bola dalam melakukan *shooting*, ayunan kaki jangan dihentikan.

2. Hakikat *Passing* dalam Permainan Futsal

a. Pengertian *Passing* dalam Permainan Futsal

Teknik passing salah satu teknik yang mendukung pemain dalam permainan. Menurut Mikanda Rahmani (2014: 158) *Passing* merupakan teknik mengoper bola dari satu pemain kepada pemain lain dalam satu tim. Mengoper bola dalam futsal harus dengan kecepatan tinggi karena lapangan futsal tidak terlalu luas sehingga seluruh gerakan yang lambat

dapat dipotong lawan. Bagian kaki yang digunakan untuk *passing* adalah kaki bagian dalam.

Muhammad Asriady Mulyono (2014: 53) Dalam permainan futsal maupaun sepakbola, *passing* umumnya dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam. Selain itu, *passing* juga dilakukan dengan menggunakan kaki bagian luar, tumit, serta ujung kaki.

Sedangkan menurut Justinus Lhaksana (2012: 30) *passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Dilapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai ketrampilan *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa *passing* merupakan salah satu teknik dalam permainan futsal yang digunakan untuk mengoper bola pada teman satu tim secara akurat dan cepat dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, tumit, dan ujung kaki.

b. Teknik Pelaksanaan *Passing* dalam Permainan Futsal

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 30) *passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan setiap pemain. Dilapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan

passing yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini disebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai ketrampilan *passing*, diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai. Menurut Justinus Lhaksana (2012: 30), tahap-tahap melakukan *passing* :

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, bukan kaki yang melakukan *passing*.
- 2) Gunaka kaki bagian dalam untuk melakukan *passing*.
- 3) Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat.
- 4) Kaki dalam dari atas diarahkan ke tengah bola (jantung) dan ditekan ke bawah agar bola tidak melambung.
- 5) Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing*, ayunan kaki jangan dihentikan.

Menurut Asmar Jaya (2008: 62), analisa gerakannya adalah sebagai berikut:

- 1) Badan menghadap sasaran di belakang bola.
- 2) Kaki tumpuan berada di samping bola, lutut sedikit ditekuk.
- 3) Kaki tendang ditarik kebelakang dan ayunkan ke depan sehingga mengenai bola.
- 4) Perkenaan kaki pada bola tepat pada mata kaki dan tepat di tengah-tengah bola.
- 5) Setelah menendang kaki tetap mengayun ke depan mengikuti arah bola.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik pelaksanaan *passing* sebagai berikut: 1) badan menghadap bola, 2) kaki tumpu berada di samping bola, 3) kaki tarik kebelakang dan ayunkan sehingga perkenaan bola tepat pada tengah bola.

3. Hakikat *Dribbling* dalam Permainan Futsal

a. Pengertian *Dribbling* dalam Permainan Futsal

Menurut Asmar Jaya (2008: 66) Menggiring bola adalah menendang bola terputus-putus atau pelan-pelan. Menggiring bola bertujuan untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Mikanda Rahmani (2014: 158) *Dribbling* adalah teknik menggiring bola agar tidak diambil oleh lawan dan tepat tujuan. Bagian kaki yang digunakan adalah kaki bagian dalam atau punggung kaki, baik kaki kiri maupun kaki kanan.

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 33) teknik *dribbling* merupakan ketrampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum dibebankan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol.

Sedangkan menurut Muhammad Asriady Mulyono (2014: 54) teknik menggiring bola disebut juga dengan kemampuan *dribbling*. Teknik *dribbling* ini harus dikuasai oleh para pemain agar si pemain mampu menguasai bola dengan baik saat bola berada di kakinya. Dalam permainan futsal, penggunaan kaki bagian dalam dan kaki bagian luar sering dipakai untuk teknik yang satu ini. Penggunaan bagian punggung kaki juga sering diterapkan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *dribbling* adalah salah satu teknik dalam permainan futsal yang digunakan pemain untuk melewati lawan

b. Teknik Pelaksanaan *Dribbling* dalam Permainan Futsal

Menurut Justinus Lhaksana (2012: 33), teknik *dribbling* merupakan ketrampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum dibebankan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Menurut Justinus Lhaksana (2012: 33), yang perlu diketahui dalam melakukan teknik *dribbling* yaitu :

- 1) Kuasai bola serta jaga jarak dengan lawan.
- 2) Jaga keseimbangan badan pada saat *dribbling*.
- 3) Fokuskan pandangan setiap kali bersentuhan dengan bola.
- 4) Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan.

Menurut Asmar Jaya (2008 : 66) Kaki yang digunakan dalam menggiring bola sama dengan kaki yang digunakan untuk menendang bola, antara lain: 1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam, 2)Menggiring bola dengan kaki bagian luar, 3) Menggiring bola dengan punggung kaki

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan menggiring bola dapat menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, punggung kaki, dan harus memperhatikan keseimbangan dan jaga jarak dengan lawan.

4. Hakikat Pendekatan Taktik

Menurut Soni Nopembri dan Saryono (2011: 78) (*Model Teaching Games for Understanding*) Pembelajaran Pendekatan Taktik adalah suatu pendekatan pengajaran yang membantu perkembangan pemahaman taktik bersama dengan pengembangan ketrampilan untuk memfasilitasi dengan lebih baik permainan, pemahaman, dan kesenangan pemain terhadap permainan.

Linda L. Griffin dalam Nur Sita dan Soni Nopembri (2011: 50) menyatakan bahwa model pembelajaran Teaching Game for Understanding (TGFU) adalah pembelajaran yang berpusat pada permainan dan siswa untuk mempelajari permainan yang berkaitan dengan olahraga dengan menggunakan pendekatan konstruktif.

Menurut para ahli seperti Griffin, Mitchell, dan Osilin dalam Nur Sita dan Soni Nopembri (2011: 5) berpendapat bahwa suatu pembelajaran yang menggunakan model pendekatan taktik dalam pembelajaran akan membantu siswa untuk mengembangkan kemampuan dan ketrampilan menyelesaikan masalah dalam permainan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendekatan taktik adalah model latihan yang mengembangkan siswa dengan memfokuskan penyelesaian masalah taktik pada permainan yang dilakukan agar siswa dapat berfikir secara cepat untuk mengambil keputusan.

5. Hakikat Latihan

a. Pengertian Latihan

Menurut Sukadiyanto dan Dangsina (2011: 5) Istilah latihan berasal dari kata dalam bahasa Inggris yang dapat mengandung beberapa makna seperti : *practice*, *exercises*, dan *training*. Dalam istilah bahasa Indonesia kata-kata tersebut semuanya mempunyai arti yang sama yaitu latihan. Namun, dalam bahasa Inggris kenyataannya setiap kata tersebut memiliki maksud yang berbeda-beda. Dari beberapa istilah tersebut, setelah diaplikasikan di lapangan memang nampak sama kegiatannya, yaitu aktivitas fisik.

Menurut Y. S. Santoso Giriwijoyo, dkk. (2005: 43) Latihan atau *training* adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah.

Sedangkan menurut Suharno H. P (1981: 1) Latihan adalah suatu proses mempersiapkan fisik dan mental anak latih secara sistematis untuk mencapai mutu prestasi optimal dengan diberikan beban latihan yang teratur, terarah, meningkat, dan berulang-ulang waktunya.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu aktivitas fisik yang berisikan metode dan praktek yang dilakukan secara berulang ulang dengan beban latihan yang bertambah sesuai dengan tujuan yang akan dicapai.

b. Tujuan Latihan

Latihan sangat diperlukan dalam dunia olahraga. Menurut Sukadiyanto dan Dangsinia (2011: 8) Tujuan latihan secara umum adalah untuk membantu para pembina, pelatih, guru olahraga agar dapat menerapkan dan memiliki kemampuan secara konseptual serta keterampilan dalam membantu mengungkapkan potensi.

Menurut Sukadiyanto dan Dangsinia (2011: 8) Sasaran dan tujuan secara garis besar, antara lain untuk:

1. Meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh
2. Mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus
3. Menambah dan menyempurnakan keterampilan teknik
4. Mengembangkan dan menyempurnakan strategi, taktik, dan pola bermain
5. Meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis olahragawan dalam bertanding.

Menurut Y. S. Santoso Giriwijoyo, dkk. (2005: 41-42) Tujuan utama pelatihan prestasi olahraga adalah untuk meningkatkan keterampilan atau prestasi semaksimal mungkin. Untuk mencapai tujuan itu ada empat aspek latihan yang perlu dilatih secara seksama, yaitu:

1. Latihan Fisik

Latihan fisik bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisik, yaitu faktor yang amat penting bagi setiap atlet. Tanpa kondisi fisik yang baik atlet tidak akan dapat mengikuti latihan-latihan, apalagi bertanding dengan sempurna. Beberapa unsur kemampuan fisik dasar yang perlu dikembangkan antara lain ialah kekuatan, daya tahan, kelentukan, kelincahan dan kecepatan.

2. Latihan Teknik

Latihan teknik bertujuan untuk mempermahirkan penguasaan ketrampilan gerak dalam suatu cabang olahraga, seperti misalnya teknik menendang, melempar, menangkap, menggiring bola.

3. Latihan Taktik

Latihan taktik bertujuan untuk mengembangkan dan menunmbuhkan daya tafsir pada atlet ketika melaksanakan kegiatan olahraga yang bersangkutan. Yang dilatih adalah pola-pola permainan, strategi dan taktik pertahanan dan penyerangan.

4. Latihan Mental

Latihan mental adalah latihan yang lebih banyak menekankan pada perkembangan kedewasaan (maturitas) serta emosional atlet, seperti semangat bertanding, sikap pantang menyerah, keseimbangan emosi terutama bila berada dalam situasi stres, fair play, percaya diri, kejujuran, kerjasama serta sifat-sifat positif lainnya.

Berdasarkan beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa tujuan dari latihan adalah untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam cabang olahraga tertentu dengan memperhatikan aspek fisik, teknik, taktik, dan mental.

c. Prinsip-Prinsip Latihan

Prinsip-prinsip latihan sangat diperlukan dalam membuat program latihan. Menurut Sukadiyanto dan Dangsina (2011: 13) Prinsip-prinsip latihan merupakan hal-hal yang harus ditaati, dilakukan atau dihindari

agar tujuan latihan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan . prinsip-prinsip latihan memiliki peranan penting terhadap aspek fisiologis dan psikologis olahragawan. Dengan memahami prinsip-prinsip latihan, akan mendukung upaya dalam meningkatkan kualitas latihan. Selain itu, akan dapat menghindarkan olahragawan dari rasa sakit dan timbulnya cedera selama dalam proses latihan. Prinsip-prinsip latihan yang perlu diperhatikan menurut Sukadiyanto dan Dangsina (2011: 14) sebagai berikut: 1) prinsip kesiapan (*readiness*), 2) prinsip individual, 3) prinsip adaptasi, 4) prinsip beban lebih (*Overload*), 5) prinsip progresif (peningkatan), 6) prinsip spesifikasi (kekhususan), 7) prinsip variasi, 8)prinsip pemanasan dan pendinginan, 9) prinsip latihan jangka panjang, 10) prinsip berkebalikan, 11) prinsip tidak berlebihan, 12) prinsip sistematis.

Menurut Suharno H. P (1981: 4-5) Prinsip latihan yaitu: 1) prinsip kontinuitas latihan, 2) kenaikan beban latihan dari sedikit demi sedikit dan teratur, 3) prinsip interval, 4) prinsip individual, 5) prinsip stress (penekanan), 6) prinsip spesialisasi (spesifik)

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip latihan adalah prosedur yang harus diperhatikan agar tujuan latihan tercapai dan menghindarkan atlet dari cedera atau rasa sakit.

6. Karakterisrik Ekstrakurikuler Futsal di SMAN 1 Maospati

Ekstrakurikuler dapat menjadi kegiatan yang bermanfaat bagi siswa di luar jam pelajaran. Menurut Rohinah M. Noor (2012: 75) Kegiatan

Ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah/madrasah.

Selain itu menurut Depdiknas dalam Tri Ani Hastuti (2008: 63) dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Kemudian dijelaskan pula bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, berupa kegiatan, pengayaan dan perbaikan yang berkaitan program kurikuler (Depdiknas 2004: 4).

Sedangkan menurut Suryosubroto (2002: 271) Kegiatan Ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan di luar struktur program dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa agar memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan siswa. Tri Ani Hastuti (2008: 64) Menyatakan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam kurikuler untuk pengayaan dan perbaikan sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler memiliki beberapa tujuan. Menurut Suryosubroto (2002: 272) Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler disekolah adalah:

- a. Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif, afektif, dan psikomotor,
- b. Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya yang positif; dan
- c. Dapat mengetahui, mengenal serta membedakan antara hubungan satu pelajaran dengan pelajaran yang lain.

Sedangkan menurut Rohinah M. Noor (2012: 75-76) Fungsi dari pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler disekolah adalah:

- a. Pengembangan, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan kreativitas peserta didik sesuai dengan potensi, bakat, dan minat mereka.
- b. Sosial, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan kemampuan dan rasa tanggung jawab sosial peserta didik.
- c. Rekreatif, yaitu fungsi kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan suasana rileks, menggembarakan, dan menyenangkan bagi peserta didik yang menunjang proses perkembangan.
- d. Persiapan karier, yaitu fungsi kegiatan ekstraakurikuler untuk mengembangkan kesiapan karier peserta didik.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam sekolah yang bertujuan untuk mengembakan kepribadian diri, bakat, dan kemampuan diluar bidang akademi serta memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, dan mengenal hubungan antara berbagai mata pelajaran.

Kegiatan ekstrakurikuler futsal diprogramkan oleh sekolah dilaksanakan di luar jam pelajaran SMAN 1 Maospati Magetan. Kegiatan ekstrakurikuler dalam bidang olahraga meliputi sepakbola, bola voli, bola

basket, futsal, karate, dan silat. Program kegiatan tersebut untuk seluruh siswa SMAN 1 Maospati Magetan.

Ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Maospati mempunyai dua pelatih yaitu Bapak Suyanto dan Bapak Fendy. Jadwal latihan ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Maospati Magetan sebanyak 3 kali dalam seminggu, yaitu Hari Selasa pukul 15.00-17.00, Hari Jumat pukul 15.00-17.00, Hari Minggu pukul 15.00-17.00 yang dilaksanakan di lapangan SMAN 1 Maospati Magetan.

7. Karakteristik Anak Usia Remaja (SMA)

Usia remaja pada umumnya adalah masa peralihan. Menurut Desmita (2012: 37) Masa remaja (12-21 tahun) merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Masa remaja sering dikenal dengan masa pencarian jati diri (*ego identity*). Menurut Desmita (2012: 37) Masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting, yaitu:

1. Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya.
2. Dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.
3. Menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif.
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Memilih dan mempersiapkan karier di masa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya.
6. Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga dan memiliki anak.
7. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara.
8. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial.
9. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku

10. Mengembangkan wawasan keagamaan dan meningkatkan religiusitas

Menurut Hurlock dalam Rita Eka Izzaty, dkk. (2008: 124) menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari 16 atau 17 tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia mata secara hukum. Menurut Hurlock dalam Rita Eka Izzaty, dkk. (2008: 124) Masa remaja memiliki ciri-ciri khusus yang membedakan masa sebelum dan sesudahnya yaitu:

1. Masa remaja sebagai periode penting, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku dan akibat jangka panjangnya, juga akibat fisik dan akibat psikologis.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa
3. Masa remaja sebagai periode perubahan, selama masa remaja terjadi perubahan fisik yang sangat pesat, juga perubahan perilaku dan sikap yang berlangsung pesat.
4. Masa remaja sebagai masa mencari identitas, pada masa ini mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal.
5. Usia bermasalah, karena pada masa remaja pemecahan masalah sudah tidak seperti pada masa sebelumnya yang dibantu oleh orang tua dan gurunya.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan atau kesulitan, karena pada masa remaja sering timbul pandangan yang kurang baik atau bersifat negatif.
7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis, pada masa ini remaja cenderung dirinya dan orang lain sebagaimana yang diinginkan bukan sebagaimana adanya, lebih-lebih cita-citanya.
8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa, menjelang menginjak masa dewasa, mereka merasa gelisah untuk meninggalkan masa belasan tahunnya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat di simpulkan masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa untuk mencari jati diri.

B. Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi dan mempersiapkan penelitian ini maka peneliti mencari bahan acuan yang relevan dalam mendukung penelitian yang dilakukan. Penelitian yang mempunyai relevansi dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian Nugroho Prasetotomo (2014) yang berjudul “Pengaruh Latihan *Small Sided Games* Terhadap Keterampilan Menggiring bola (*Dribbling*) dan Mengumpan Bola (*Passing*) Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga Di SMA Negeri 1 Tanjungsari Tahun Ajaran 2013/2014”. Metode yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Populasinya adalah siswa kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri Tanjungsari tahun ajaran 2013/2014 dengan jumlah 20 orang. Teknik analisis data menggunakan *Uji t*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh postif latihan *small sided games* terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* siswa kelas bakat istimewa olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari.
2. Penelitian Domy Stupa Rebuntamaya (2014) yang berjudul “Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 8 Yogyakarta”. Metode yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Populasinya adalah peserta ekstrakurikuler futsal SMP N 8 Yogyakarta yang berjumlah 13 siswa. Teknik analisis data menggunakan *Uji t*. Hasil penelitian menunjukkan nilai *Uji t* antara pretest dan posttest latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan passing futsal memiliki nilai t hitung 8.832, $p = 1,782$, karena $p < 0.05$ maka ada peningkatan yang signifikan.

C. Kerangka Berpikir

Futsal adalah permainan tim yang memainkan dan memperebutkan bola diantara para pemain dengan tujuan dapat memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kemasukan bola. Pemenang adalah tim regu yang memasukan bola ke gawang lawan lebih banyak dari kemasukkan bola di gawang sendiri.

Untuk dapat memenangkan pertandingan pemain harus memiliki teknik, taktik, dan kerja sama yang baik. Dalam permainan futsal, ketiga unsur tersebut tidak dapat dipisahkan. Teknik akan mendukung permainan individu yang baik. Sedangkan taktik dan kerjasama akan menyolidkan tim, baik bertahan maupun menyerang.

Penguasaan teknik dasar yang baik mampu meningkatkan penampilan pemain pada saat latihan maupun saat bertanding. Pemberian latihan teknik dasar sangat penting bagi setiap pemain futsal dalam pengembangan taktik dalam permainan.

Kemampuan teknik tidak dapat langsung dikuasai dengan sempurna dalam waktu yang singkat tetapi membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menjadi sempurna. Gerakan teknik dasar khususnya *passing* dan *dribbling* sangat penting dikuasai oleh setiap pemain futsal. Dengan memiliki kemampuan *passing* dan *dribbling* yang efektif dan efisien, seorang pemain dapat mengembangkan pola permainan dengan baik.

Metode latihan yang diberikan harus disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai dalam proses latihan tersebut. Pemberian metode latihan yang

disesuaikan dengan tujuan latihan tersebut diharapkan mampu mengembangkan teknik maupun taktik permainan dalam sebuah tim. Peningkatan teknik dan taktik dapat dikembangkan melalui latihan teratur, terukur, dan kontinyu.

Metode latihan pendekatan taktik diharapkan mampu meningkatkan keterampilan *passing* dan *dribbling*, karena metode ini menekankan pada sebuah bentuk permainan modifikasi yang hampir sama dengan permainan futsal sesungguhnya dengan lapangan yang lebih kecil dan jumlah pemain yang lebih sedikit dari permainan futsal yang sesungguhnya. Semakin kecil ukuran area yang digunakan dan semakin sedikit jumlah pemain yang terlibat, maka setiap pemain dituntut untuk selalu bergerak dengan cepat baik itu gerakan dengan bola maupun tanpa bola. Selain itu, dengan latihan pendekatan taktik dalam pelaksanaannya menekankan pada teknik *dribbling* dan *passing*. Setiap pemain yang terlibat akan mempunyai kesempatan untuk melakukan *passing* maupun *dribbling*, sehingga semua pemain yang terlibat akan mendapat kesempatan untuk bersentuhan dengan bola lebih banyak.

D. Hipotesis Penelitian

Dari berbagai permasalahan dalam penelitian perlu dibuat hipotesis sementara. Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang telah dibahas maka dapat dirumuskan hipotesis yaitu :

1. Ada pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati.

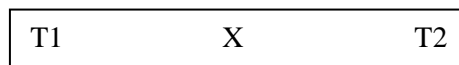
2. Ada pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap ketrampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Suharsimi Arikunto (2010: 9) mengatakan bahwa eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2007: 110). Kelompok dalam penelitian ini diberi *pretest* dan *posttest*. Kelompok diberi perlakuan (*treatment*) latihan pendekatan taktik. Adapun desain penelitian dituangkan dalam bentuk gambar sebagai berikut :



Gambar 1. Desain penelitian

Keterangan :

- T1 : Tes awal yang dilakukan sebelum subyek mendapatkan perlakuan (*treatment*)
- X : Perlakuan (*treatment*) pertama menggunakan metode latihan pendekatan taktik
- T2 : Tes terakhir yang dilakukan setelah subyek mendapat perlakuan eksperimen (*treatment*).

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian, yang ditatap (dijenggleng-Jawa) dalam suatu kegiatan penelitian (points to be noticed), yang menunjukkan variasi, baik secara kuantitatif maupun kualitatif (Suharsimi Arikunto, 2010: 17). Untuk mempermudah dalam melakukan identifikasi dan pengukuran terhadap variabel penelitian perlu dilakukan definisi operasional variabel.

Penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu latihan pendekatan taktik. Sedangkan variabel terikatnya adalah keterampilan *passing* dan *dribbling*. Adapun definisi operasionalnya sebagai berikut :

1. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah latihan pendekatan taktik. Latihan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah latihan yang memfokuskan pada penyelesaian masalah taktik melalui permainan yang dilakukan oleh peserta didik seperti 2 lawan 2 dan 4 lawan 4 sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 16 kali pertemuan.
2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variabel dalam penelitian ini adalah keterampilan *passing* dan *dribbling*. Keterampilan *passing* dalam penelitian ini adalah mengoper bola pada sasaran dengan tes mengoper oleh Subagyo Irianto (1995: 9) yang telah dimodifikasi dengan cara menghitung jumlah tendangan peserta didik yang sah dari 10 kali kesempatan tendangan. Sedangkan keterampilan *dribbling* dalam penelitian ini adalah menggiring bola melewati 8 pancang dengan

tes menggiring bola oleh Subagyo Irianto yang telah dimodifikasi dengan cara menghitung waktu peserta didik dalam melakukan *dribbling* melewati 8 pancang.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2007: 117) Populasi dapat diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu. Populasi yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati yang berjumlah 35 siswa.

2. Sampel Penelitian

Jika peneliti akan meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel. Menurut Sugiyono (2007: 118) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi tersebut. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa. Siswa kelas X sebanyak 12 siswa dan kelas XI sebanyak 8 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang termasuk dalam *non probability sampling*. Menurut Sugiyono (2007: 124), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan

petimbangan tertentu. Beberapa persyaratan yang digunakan untuk menentukan sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Terdaftar sebagai peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati.
2. Sampel yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler futsal kelas X dan XI.
3. Bersedia mengikuti latihan atau *treatment* sebanyak 16 kali.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

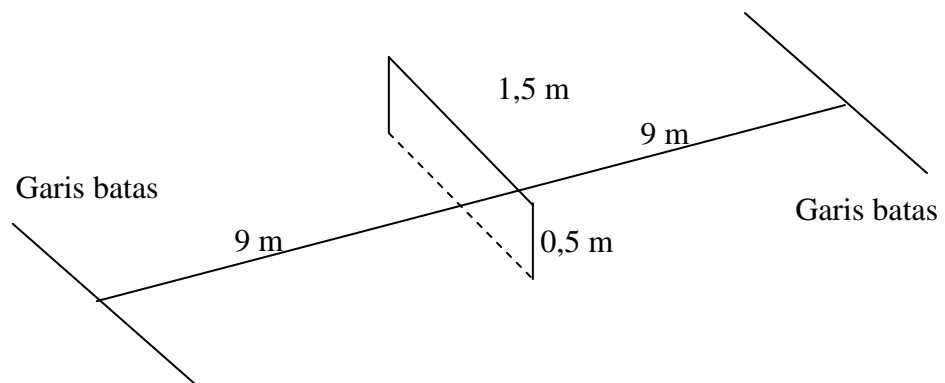
1. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 203) instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Dalam memperoleh data yang diperlukan untuk penelitian ini diadakan tes dan pengukuran.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini untuk tingkat keterampilan *passing* adalah modifikasi dari tes mengoperkan bola rendah olahraga sepakbola oleh Subagyo Irianto (1995). Sedangkan instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data *dribbling* adalah modifikasi dari tes menggiring bola olahraga sepakbola oleh Subagyo Irianto (1995) yang telah dimodifikasi.

a. Gambar dan Petunjuk Pelaksanaan Tes Mengumpan Bola Rendah

- 1) Gambar dan arena tes menendang bola rendah



Gambar 2. Lapangan Tes Mengoper Bola Rendah.
(Sumber: Subagyo Irianto, 1995)

Alat-alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan

menggiring bola:

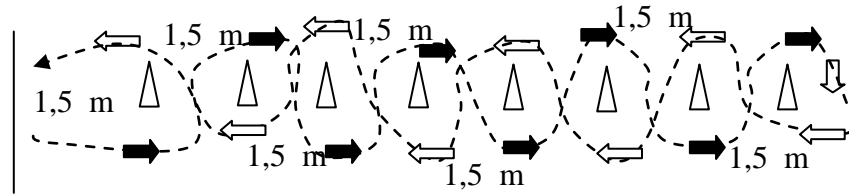
- a) Gawang dari pipa
- b) Bola Futsal
- c) Solasi

2) Pelaksanaan:

- a) Bola diletakan dibelakang garis batas, testi berdiri di belakang bola, boleh mengambil awalan.
- b) Tendangan dianggap sah dan dihitung masuk apabila
 - (1) Masuk bidang sasaran
 - (2) Mengenai pipa atas (batas atas) atau pipa samping (batas samping).
 - (3) Kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah berseberangan (jarak 18 m).
- c) Penilaian adalah jumlah tendangan yang masuk sah dari sepuluh kali tendangan.

b. Gambar dan Petunjuk Pelaksanaan Tes Menggiring Bola

1) Gambar dan arena tes menggiring bola



Gambar 3. Lapangan Tes Menggiring Bola

(Sumber: Subagyo Irianto, 1995)

Alat-alat yang digunakan untuk mengukur keterampilan

menggiring bola:

- a) Meteran
- b) Solasi
- c) 8 pancang yang dimodifikasi
- d) Bola Futsal
- e) *Stopwatch*

2) Pelaksanaan:

- a) Bola diletakan 1,5 meter dari pancang pertama (*garis start*).
- b) Pemain bersiap diposisi start
- c) Setelah mendengarkan aba-aba dari testor “ya”. Siswa menggiring bola dari *garis start* melewati 8 pancang, jarak antara pancang 1,5 meter setelah melewati pancang kedelapan kembali lagi ke *garis finish*.
- d) Diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau kedua kaki secara bergantian.

e) *Stopwatch* dihidupkan saat aba-aba “ya” dan dimatikan saat testi dan bola melewati garis finish.

c. Validitas Tes

Validitas instrumen berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid, valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2007: 173). Uji coba dilaksanakan di SMAN 1 Barat dengan siswa yang berjumlah 10 siswa. Tes *passing* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang dibuat oleh Subagyo Irianto (1995) dengan modifikasi dan sudah di uji tingkat validitas sebesar 0,710. Sedangkan tes yang digunakan dalam mengukur *dribbling* adalah instrumen yang dibuat oleh Subagyo Irianto (1995) dengan modifikasi dan uji tingkat validitas sebesar 0,655.

d. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas instrumen berarti instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Uji coba dilaksanakan di SMAN 1 Barat dengan siswa yang berjumlah 10 siswa. Tes *passing* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang dibuat oleh Subagyo Irianto (1995) dengan modifikasi memiliki uji reliabilitas sebesar 0,703. Sedangkan tes *dribbling* yang digunakan untuk mengukur adalah instrumen yang dibuat oleh Subagyo Irianto (1995) dengan modifikasi memiliki uji tingkat reliabilitas sebesar 0,755.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, peneliti menyiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan tes terlebih dahulu. Kemudian peserta didik dibariskan untuk berdoa dan presensi. Selanjutnya peserta didik melakukan pemanasan. Setelah itu peserta didik diberi petunjuk oleh peneliti tentang pelaksanaan tes yang akan dilaksanakan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes mengoperkan bola rendah dan tes menggiring bola yang disusun oleh Subagyo Irianto (1985) dengan memodifikasi tekstur lapangan dan bola futsal. Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data *pretest dribbling* dan *passing* bola, melakukan tes mengoperkan bola rendah dan tes menggiring bola sebelum sampel diberikan perlakuan/*treatment*, dan mengumpulkan data *posttest* setelah sampel diberikan perlakuan/*treatment* dengan menggunakan metode latihan pendekatan taktik.

Prinsip utama pelaksanaan tes mengumpan bola rendah adalah dengan menyediakan gawang dengan lebar 1,5 m dan tinggi 0,5 m dengan jarak 9 m dari gawang dan 9 m untuk batas belakang gawang dan garis batas sepanjang 1,5 m. pelaksanannya bola diletakkan di belakang garis batas, boleh mengambil awalan lalu bola ditendang masuk bidang sasaran gawang, mengenai pipa gawang samping (batas samping) atau pipa atas (batas atas), kerasnya tendangan harus sampai pada garis batas dari arah bersebarangan (jarak 18 m), maka tendangan itu masuk dengan sah dan tendangan dilakukan sebanyak 10 kali. Sedangkan pelaksanaan tes

menggiring bola prinsip utamanya adalah menggiring bola melewati pancang sebanyak 8 buah dengan jarak 1,5 meter.

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah latihan pendekatan taktik sebagai variabel bebas, sedangkan mengumpan bola (*passing*) dan keterampilan menggiring bola (*dribbling*) sebagai variabel terikat. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan teknik tes.

Teknik atau cara pengambilan data penelitian dilakukan sebanyak 16 kali perlakuan (*treatment*). Hal ini sesuai yang dikemukakan oleh Tjaliek Sugiardo (1991: 25) bahwa proses latihan selama 16 kali sudah dapat dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan menetap.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu cara yang digunakan untuk memecahkan masalah dari hasil penelitian.

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mengadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variabel yang akan diolah. Pengujian normalitas menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 22 IBM. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika $p > 0,005$ maka normal, sebaliknya jika $p < 0,005$ sebaran dikatakan tidak normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan varians populasi penelitian. Pengujian homogenitas dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 22 IBM. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila $p \text{ sign} > 0,005$ atau $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$, berarti sampel tersebut homogen.

2. Uji Hipotesis

Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji-t, dengan hipotesis nihil (H_o) menyatakan bahwa tidak ada pengaruh positif dari latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan menggiring bola dan mengumpan bola peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Hipotesis alternative (H_a) menyatakan bahwa ada pengaruh positif dari latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan menggiring bola dan mengumpan bola peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka H_a ditolak dan jika t hitung lebih besar dibandingkan dengan t tabel, maka H_a diterima. Penghitungan uji hipotesis menggunakan rumus uji-t. Teknik analisis data dalam pengujian hipotesis menurut Anas Sudijono (2009: 305-307) bahwa uji hipotesis komparatif rata-rata dua sampel menggunakan rumus t-test:

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{M_D}}$$

M_D : selisih antara skor variables I dan skor variabel II.

SE_{M_D} : *Standard Error (standard kesesatan) dari Mean of Difference*

(sumber: Anas Sudijono, 2009: 305)

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi Hasil *Pretest Passing*

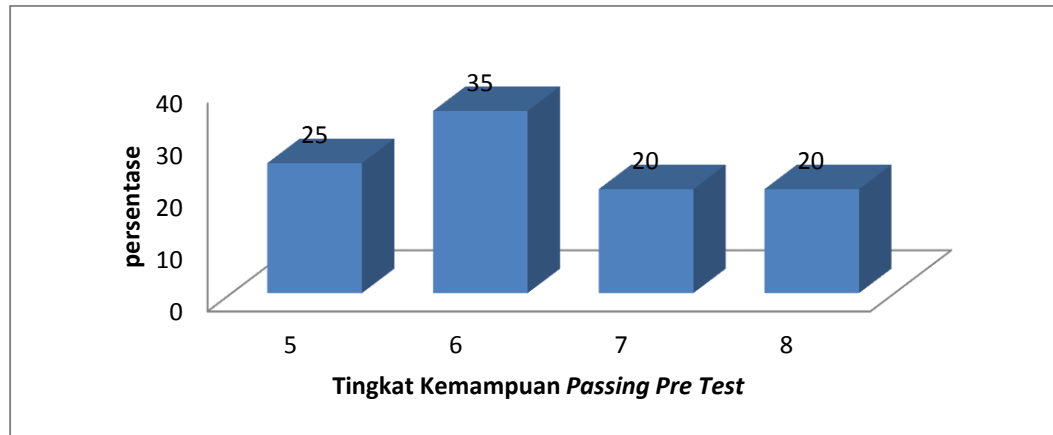
Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis data statistik deskriptif sebagai berikut, rerata (*mean*) = 6,35, nilai tengah (*median*) = 6, nilai sering muncul (*modus*) = 6, simpangan baku (*Std. Deviation*) = , 1,08, *range* = 3, nilai minimal = 5 dan nilai maksimal 8.

Berdasarkan hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat kemampuan *passing pretest*. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Kelas Interval *Pretest Passing*

NO	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
1	5	5	25.0
2	6	7	35.0
3	7	4	20.0
4	8	4	20.0
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan *passing pretest* apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 4. Diagram hasil tingkat kemampuan *passing pretest*

2. Deskripsi Hasil *Posttest Passing*

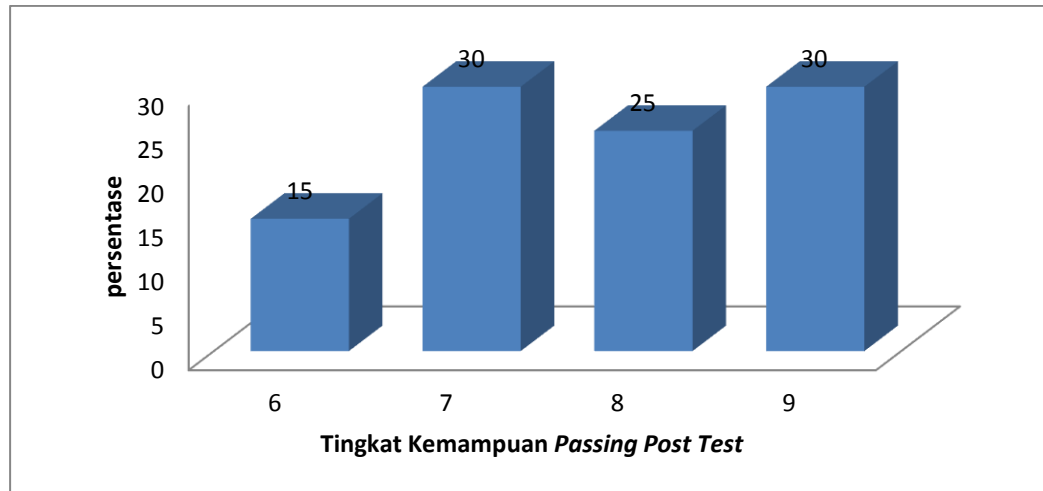
Hasil penelitian dapat dideskripsikan menggunakan analisis data statistik deskriptif sebagai berikut, rerata (*mean*) = 7,7, nilai tengah (*median*) = 8, nilai sering muncul (*modus*) = 7, simpangan baku (*Std. Deviation*) = , 1,08, *range* = 3, nilai minimal = 6 dan nilai maksimal 9.

Berdasarkan hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat kemampuan *passing posttest*. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Kelas Interval *Posttest Passing*

NO	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
1	6	3	15.0
2	7	6	30.0
3	8	5	25.0
4	9	6	30.0
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan *passing posttest* apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 5. Diagram Hasil *Posttest Passing*

3. Deskripsi Hasil *Pretest Dribbling*

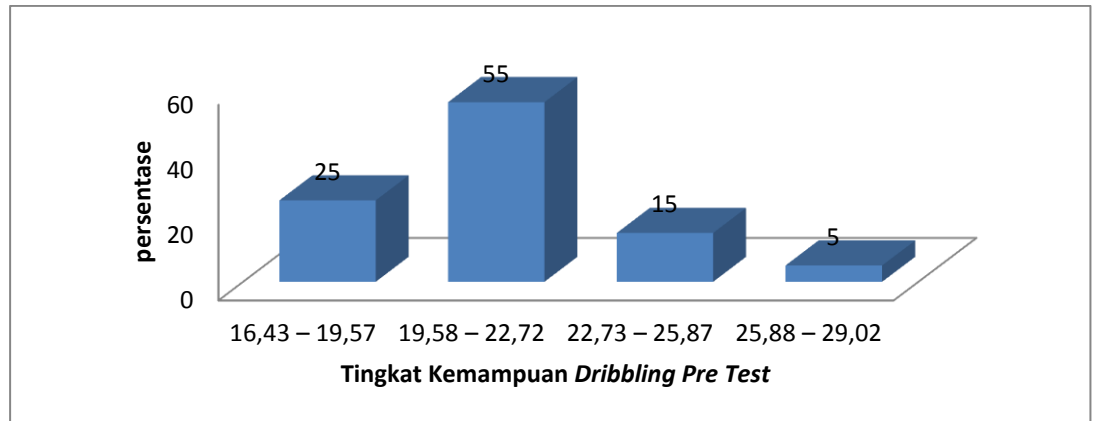
Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis data statistik deskriptif sebagai berikut, rerata (*mean*) = 21,06, nilai tengah (*median*) = 21, nilai sering muncul (*modus*) = 21, simpangan baku (*Std. Deviation*) = , 2,82, *range* = 12,55, nilai minimal = 16,45 dan nilai maksimal 29.

Berdasarkan hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat kemampuan *dribbling pretest*. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Kelas Interval *Pretest Dribbling*

NO	Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
1	16,43 – 19,57	5	25
2	19,58 – 22,72	11	55
3	22,73 – 25,87	3	15
4	25,88 – 29,02	1	5
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan *dribbling pretest* apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 6. Diagram Hasil *Pretest Dribbling*

4. Deskripsi Hasil *Posttest Dribbling*

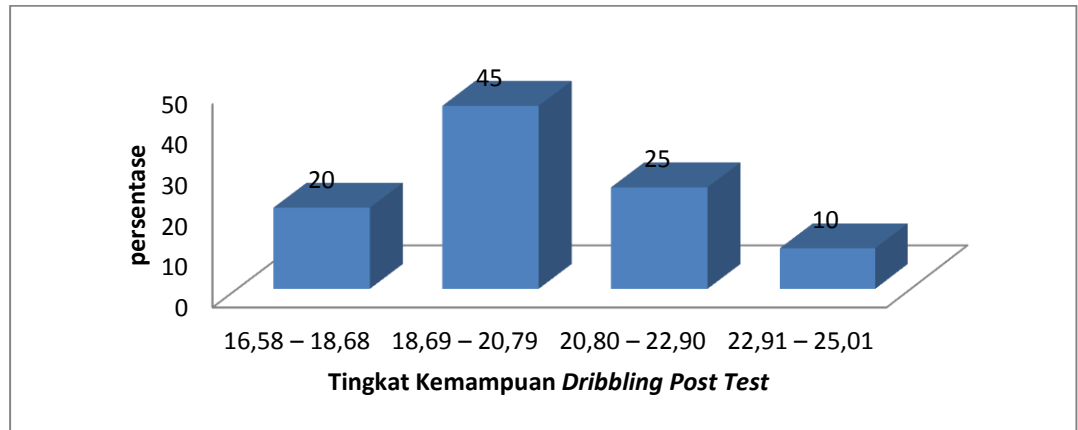
Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis data statistik deskriptif sebagai berikut, rerata (*mean*) = 20,13, nilai tengah (*median*) = 20,18, nilai sering muncul (*modus*) = 16,60, simpangan baku (*Std. Deviation*) = 2,17, *range* = 8,40, nilai minimal = 16,60 dan nilai maksimal 25.

Berdasarkan hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat kemampuan *dribbling posttest*. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Kelas Interval *Posttest Dribbling*

NO	Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
1	16,58 – 18,68	4	20
2	18,69 – 20,79	9	45
3	20,80 – 22,90	5	25
4	22,91 – 25,01	2	10
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan *dribbling posttest* apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 7. Diagram hasil *Posttest Dribbling*

B. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Kolmogorof - Smirnov*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis sampel berasal dari populasi berdistribusi normal, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Asymp. Sig* dengan 0,05. Kriterianya Menerima hipotesis apabila

Asymp. Sig lebih besar dari 0,05, apabila tidak memenuhi kriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

Tabel 5. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

No	Variabel	<i>Asymp.Sig</i>	Kesimpulan
1	Pre test Kemampuan Passing	0,259	Normal
2	Post test Kemampuan Passing	0,456	Normal
3	Pre test Kemampuan dribbling	0,948	Normal
4	Post test Kemampuan dribbling	0,841	Normal

Dari table di atas harga *Asymp. Sig* dari variabel semuanya lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan sampel berdasarkan dari populasi yang berdistribusi normal diterima. Dari keterangan tersebut, maka data variabel dalam penelitian ini dapat dianalisis menggunakan pendekatan statistik parametrik.

2. Uji Homogenitas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan nilai signifikan lebih dari 0,05. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Taraf Signifikansi	Kesimpulan
Kemampuan Passing	0,952	0,05	Homogen
Kemampuan Dribbling	0,495		

Dari perhitungan diperoleh signifikansi $> 0,05$, berarti varians sampel tersebut homogen, maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama atau diterima. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa varians populasi homogen.

C. Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menjawab hipotesis yang diajukan yaitu ada tidaknya pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati sebagai berikut:

1. Pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati.

Untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati, maka dilakukan uji t. Hasil uji t terangkum dalam tabel berikut:

Tabel 7. Uji T

	<i>t-test for equality of Means</i>			
	T hitung	T-tabel	<i>Sig. (2-tailed)</i>	<i>Mean Difference</i>
<i>Kemampuan Passing</i>	10,283	2,09	0,000	1,35

Berdasarkan hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar 10.283 > 2,09 (t-tabel) dan besar nilai signifikansi *probability* 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 6,35 dan rerata *posttest* sebesar 7,7 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 1,35, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* memberikan perubahan lebih baik yaitu 21,25% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

2. Pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap ketrampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati.

Untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati, maka dilakukan uji t. Hasil uji t terangkum dalam tabel berikut:

Tabel 8. Uji T

	<i>t-test for equality of Means</i>			
	T hitung	T-tabel	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
<i>Kemampuan Dribbling</i>	5,012	2,09	0,000	0,92

Berdasarkan hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar 5,012 > 2,09 (t-tabel) dan besar nilai signifikansi *probability* 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 21,06 dan rerata *posttest* sebesar 20,14 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 0,92, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* memberikan perubahan lebih baik yaitu 4,36% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa latihan futsal dengan pendekatan taktik dapat memberikan kontribusi yang positif terhadap peningkatan kemampuan passing dan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal di

SMAN 1 Maospati. Hasil latihan pendekatan taktik memberikan peningkatan kemampuan *passing* dan *dribbling*. Hal ini menjadi tolok ukur seberapa besar keberhasilan program latihan yang diberikan oleh pelatih kepada siswa peserta ekstrakurikuler futsal.

Latihan merupakan sarana untuk meningkatkan dan memperbaiki tingkat kemampuan bermain futsal bagi peserta ekstrakurikuler. Dengan melakukan latihan yang terprogram dan teratur maka siswa akan mampu mengetahui kebutuhan dan kekurangan masing-masing sehingga latihan sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuannya. Proses latihan dapat dilakukan dengan bimbingan pelatih maupun berlatih sendiri. Akan tetapi, dengan intruksi pelatih maka siswa akan mengetahui kebutuhan yang harus dipenuhi sehingga latihan dapat terprogram dengan baik.

Kesuksesan kegiatan ekstrakurikuler tidak lepas dari peran serta pelatih atau guru dalam memimpin siswanya untuk dapat mengikuti kegiatan latihan dengan baik. Perbedaan kebutuhan masing-masing siswa dan kesamaan tujuan bersama menjadi alasan bagi pelatih untuk dapat menyeimbangkan kemampuan bermain secara kolektif. Dengan adanya perbedaan kebutuhan tersebut menuntut pelatih untuk dapat memberikan latihan yang mampu memfasilitasi siswa dalam meningkatkan kemampuannya tanpa mengorbankan siswa lain.

Kegiatan latihan yang monoton akan membuat siswa merasa jenuh sehingga perlu adanya pengemasan latihan menjadi suasana yang menyenangkan yang berorientasi pada tercapainya tujuan bersama. Beberapa

bentuk latihan yang digemari oleh pelatih untuk menyampaikan materi ajarnya. Akan tetapi, penyampaian tersebut belum tentu dapat memberikan suasana yang menyenangkan yang mampu mendorong siswa untuk meningkatkan kemampuan teknik dasarnya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ini menunjukkan bahwa pendekatan taktik dapat meningkatkan kemampuan dasar yaitu kemampuan passing dan kemampuan dribbling.

Menurut Soni Nopembri dan Saryono (2011: 78) *Model Teaching Games for Understanding* (Pembelajaran Pendekatan Taktik) adalah suatu pendekatan pengajaran dan pengajaran yang membantu perkembangan pemahaman taktik bersama dengan pengembangan ketrampilan untuk memfasilitasi dengan lebih baik permainan, pemahaman, dan kesenangan pemain terhadap permainan. Secara khusus pembelajaran dengan pendekatan taktik ini akan membantu siswa secara menyeluruh untuk dapat meningkatkan kemampuan dalam bermain. Pola permainan atau pembelajaran yang diberikan ini diorientasikan agar siswa dapat mengembangkan pola berpikirnya saat permainan berlangsung. Dengan adanya taktik bermain maka siswa harus mampu memiliki pola pikir yang cepat dalam mengambil keputusan dan harus memiliki teknik dasar yang baik untuk mendukung taktik yang dipraktikan. Hal ini dikarenakan taktik bermain akan berjalan dengan baik bila disertai dengan praktik kemampuan dasar yang baik pula.

Seiring berlangsungnya latihan dengan pendekatan taktik ini siswa dituntut untuk dapat mengembangkan kemampuan dasarnya dan mampu melakukan pergerakan-pergerakan yang sulit ditebak oleh lawan sehingga

proses mencetak gol pun dapat dilakukan dengan lebih mudah. Di sisi lain, dengan latihan pendekatan taktik ini siswa harus mampu melakukan *passing* dan *dribbling* yang baik agar mampu melakukan taktik penyerangan yang baik. Dengan tidak disadari siswa telah diarahkan dan diberikan latihan yang menghilangkan kejenuhan tetapi tidak mengurangi esensi tujuan pembelajaran.

Melalui latihan pendekatan taktik ini siswa akan latihan yang sistematis dengan beban yang lebih berat. Hal ini sejalan dengan pendapat Y. S. Santoso Giriwijoyo, dkk (2005: 43) Latihan atau *training* adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Dengan melakukan latihan pendekatan taktik ini siswa tidak lagi berlatih dengan sistem bermain sesungguhnya tetapi telah dilakukan dengan langsung pada aplikasi permainan yang memfokuskan pada taktik permainan. Sehingga jenis *passing* dan *dribbling* yang seperti apa yang dilakukan harus disesuaikan dengan kebutuhan. Sehingga tidak hanya melakukan *passing* dan *dribbling* yang tidak ada lawan atau rintangan. Dengan adanya rintangan ini membuat siswa harus mampu berpikir permainan seperti apa yang akan dipraktikan.

Pola permainan yang diperagakan oleh siswa ini akan menuntut siswa untuk dapat melakukan variasi pergerakan dan teknik dasar yang disesuaikan dengan kebutuhan. Sehingga dengan pendekatan taktik siswa akan mampu menerapkan kemampuannya untuk melakukan penyerangan dengan baik. Menurut Sukadiyanto dan Dangsina (2011: 8) Tujuan latihan secara umum adalah untuk membantu para pembina, pelatih, guru olahraga agar dapat

menerapkan dan memiliki kemampuan secara konseptual serta keterampilan dalam membantu mengungkapkan potensi. Melalui latihan pendekatan taktik ini akan membantu siswa dalam aplikasi kemampuan teknik dasar yang dimiliki. Selain perkembangan siswa yang menjadi tujuan bersama maka guru atau pelatih dapat menerapkan pendekatan pembelajaran yang memiliki efektifitas yang baik. Sehingga tingkat kejenuhan dan kekurangan yang tidak disukai oleh siswa dapat diminimalisir. Hal ini akan berpengaruh pada peningkatan penguasaan teknik dasar yang dimiliki.

Hasil dari tingkat kemampuan *passing* yang lebih baik dari hasil kemampuan *dribbling* disebabkan karena saat melakukan latihan selama 16 kali pertemuan lebih sering melakukan teknik *passing* dari pada *dribbling*. Hal tersebut dapat dilihat dari program latihan pendekatan taktik selama 16 kali pertemuan. Dengan memiliki peningkatan teknik dasar yang signifikan maka siswa akan memiliki tingkat keterampilan bermain futsal yang lebih baik. Selain itu, mampu bermain dengan menerapkan strategi dan taktik bermain yang maksimal. Hal ini dikarenakan bermain dengan penguasaan teknik dasar hanya tidak cukup untuk mengatasi permainan lawan yang sama-sama memiliki teknik dasar yang sama. Akan tetapi, strategi dan taktik bermain akan lebih efektif untuk menang.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 6,35 dan rerata *posttest* sebesar 7,7 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 1,35, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *passing* memberikan perubahan lebih baik yaitu 21,25% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik. Sedangkan pengaruh latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *dribbling* dinyatakan terdapat pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri 1 Maospati. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 21,06 dan rerata *posttest* sebesar 20,14 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 0,92, hal ini menunjukkan bahwa latihan pendekatan taktik terhadap keterampilan *dribbling* memberikan perubahan lebih baik yaitu 4,36% dibandingkan sebelum diberikan latihan pendekatan taktik.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Dengan diketahuinya pengaruh yang signifikan latihan pendekatan taktik terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati, hasil penelitian ini mempunyai

implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait utamanya bagi pelaku olahraga futsal, yaitu pelatih dan pemain:

1. Bagi guru dalam melatih *passing* dan *dribbling* menggunakan pendekatan taktik untuk mencapai hasil yang maksimal maka guru harus menggunakan model latihan pendekatan taktik pada siswa atau pemain pemula. Selain itu sebagai acuan bahwa model latihan pendekatan taktik memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* siswa ekstrakurikuler futsal di SMAN 1 Maospati.
2. Bagi siswa atau pemain agar terus meningkatkan kemampuan *passing* dan *dribbling* dengan latihan pendekatan taktik yang terprogram sesuai instruksi pelatih, karena latihan pendekatan taktik memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan *passing* dan *dribbling* yang dibuktikan dengan penelitian ini.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan disini antara lain:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor -faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes, seperti waktu istirahat, kondisi tubuh, faktor psikologis, dan sebagainya.
2. Peneliti sudah berusaha mengontrol kesungguhan tiap-tiap siswa dalam berlatih namun masih ada siswa yang tidak serius.

3. Lapangan *outdoor*, sehingga faktor cuaca sangat mempengaruhi.
4. Sampel tidak diasramakan, sehingga kemungkinan ada yang berlatih sendiri di luar *treatment*.
5. Penelitian ini lebih tepat untuk mengukur kemampuan bermain futsal

D. Saran-saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi guru, harus mampu menjadi fasilitator bagi siswa agar siswa dapat meningkatkan kemampuan bermainnya.
2. Bagi sekolah, harus mampu memberkan fasilitas dan mendukung kegiatan latihan ekstrakurikuler agar siswa dapat meningkatkan kemampuan bermain.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *passing* dan *dribbling* seperti kondisi tubuh, faktor psikologis, dan keadaan tempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustinus Doni Prasetyo. (2011). *Perbedaan Ketepatan Shooting dengan Punggung Kaki dan Ujung Kaki Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA BOPKRI 2 Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Anas Sudijono. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Depdiknas. (2004). *Kurikulum berbasis Kompetensi Pendidikan PraSekolah Dasar dan Menengah*. Jakarta.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Asmar Jaya. (2008). *Futsal Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta. Pustaka Timur.
- Justinus Lhaksana. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Mikanda Rahmani. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Muhammad Asriady Mulyono. (2014). *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Nur Sita dan Soni Nopembri. (2011). *Pandangan Guru Pendidikan Jasmani SMA terhadap Penerapan Model Pembelajaran Teaching Games for Understanding*. Jurnal FIK (Nomor 8 tahun 2011). Hlm. 48-53.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Rohinah M. Noor. (2012). *The Hidden Curriculum Membangun Karakter Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Saryono dan Agus Susworo. (2012). *Tes Futsal FIK Yogyakarta*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Soni Nopembri dan Saryono. (2011). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Fokus pada Pendekatan Taktik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Subagyo Irianto. (1995). *Penyusunan Tes Keterampilan Bermain Sepak Bola Bagi Siswa Sekolah Sepakbola Puspor IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

- Suharno H. P. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Y0gyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryosubroto. (2002). *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sukadiyanto dan Dangsina. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Tjaliek Sugiardo. (1991). *Fisiologi Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Voleme 4, Nomer 1). Hlm. 63-69.
- Y. S. Santoso Giriwijoyo, dkk. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.

Lampiran 1. Lembar Permohonan Ijin Penelitian

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada :
Yth. Dekan FIK-Universitas Negeri Yogyakarta
Jalan Kolombo No. 1
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak Dekan berkenan membuat surat ijin penelitian bagi :

Nama Mahasiswa : DICA FEBRI WARDANA
Nomor Mahasiswa : 11601244005
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik
Terhadap Kemampuan Passing dan Dribbling pada
Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Maospati

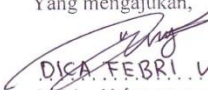
Pelaksanaan pengambilan data :

Bulan : Maret, April s/d Mei
Tempat / objek : SMA Negeri 1 Maospati

Atas perhatian, bantuan dan terkabulnya permohonan ini, diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 16 Maret 2015

Yang mengajukan,


DICA FEBRI WARDANA
NIM. 11601244005

Mengetahui :

Kaprodi PJKR,



Drs. Amat Komari, M.Si.
NIP. 19620422 199001 1 001

Dosen Pembimbing,



Yudanto, M.Pd
NIP. 19810702 200501 1 001



Lampiran 2. Lembar Keterangan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 202/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

18 Maret 2015

Yth. : Ka. Badan Kesbanglinmas
Jl. Jenderal Sudirman No. 5
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Dica Febri Wardana
NIM : 11601244005
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s.d Mei 2015
Tempat/obyek : SMA Negeri I Maospati
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan Passing dan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri I Maospati

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Ds. Kunjis Agus Sudarko, M.S.
0600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kepala Sekolah SMA N I Maospati
2. Kaprodi. PJKR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 3. Lembar Izin Penelitian Badan KESBANGLINMAS DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
BADAN KESATUAN BANGSA DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT
(BADAN KESBANGLINMAS)
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta - 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275 Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 19 Maret 2015

Nomor : 074/850/Kesbang/2015
Perihal : Rekomendasi Perijinan

Kepada Yth. :
Gubernur Jawa Timur
Up. Kepala Kesbangpol
Provinsi Jawa Timur
di
SURABAYA

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta
Nomor : 202/UN.34.46/PP/2015
Tanggal : 18 Maret 2015
Perihal : Rakomendasi Penelitian

Setelah mempelajari surat pemberitahuan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka tugas akhir penyusunan skripsi dengan judul proposal : "**Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan Passing dan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri I Maospati**", kepada :

Nama : Dica Febri Wardana
NIM : 11601244005
No. HP/Identitas : 085730619228 / No. KTP 3520111902930001
Prodi/Program : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Lokasi Penelitian : SMA Negeri I Maospati ,Kabupaten Magetan, Jawa Timur
Waktu Penelitian : 30 Maret s/d 30 Mei 2015

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan/fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan :

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/ penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud.
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbanglinmas DIY.
4. Surat Rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.



Tembusan disampaikan Kepada Yth :

1. Gubernur DIY (sebagai laporan);
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 4. Lembar Keterangan Badan KESBANGPOL Provinsi Jawa Timur



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
JALAN PUTAT INDAH NO.1 TELP. (031) - 5677935, 5681297, 5675493
SURABAYA - (60189)

REKOMENDASI PENELITIAN/SURVEY/KEGIATAN

Nomor : 070 /2784 /203.3/2015

- Dasar** : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian, sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 ;
2. Peraturan Gubernur Jawa Timur Nomor 101 Tahun 2008 tentang Uraian Tugas Sekretariat, Bidang, Sub Bagian dan Sub Bidang Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur.
- Menimbang** : Surat Kepala Bakesbang dan Linmas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta tanggal 19 Maret 2015 Nomor : 074/850/Kesbang/2015 perihal Rekomendasi Perijinan atas nama Dica Febri Wardana

Gubernur Jawa Timur, memberikan rekomendasi kepada :

- a. Nama : Dica Febri Wardana
b. Alamat : Jl. Kenanga RT 3 RW 1 Ds. Malang, Kec. Maospati Magetan
c. Pekerjaan/Jabatan : Mahasiswa
d. Instansi/Organisasi : Universitas Negeri Yogyakarta
e. Kebangsaan : Indonesia

Untuk melakukan penelitian/survey/kegiatan dengan :

- a. Judul Proposal : "Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik terhadap kemampuan Passing dan Dribbling pada peserta ekstrakurikuler futsal di SMA Negeri I Maospati"
b. Tujuan : Pengumpulan data
c. Bidang Penelitian : Olahraga
d. Dosen Pembimbing : Yudanto, M.Pd.
e. Anggota/Peserta : -
f. Waktu Penelitian : 3 bulan
g. Lokasi Penelitian : SMAN I Maospati Kab. Magetan

- Dengan ketentuan**
1. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib di daerah setempat / lokasi penelitian/survey/kegiatan;
 2. Pelaksanaan penelitian agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah/lokasi setempat ;
 3. Wajib melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Gubernur Jawa Timur melalui Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur dalam kesempatan pertama.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Surabaya, 26 Maret 2015

an. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
PROVINSI JAWA TIMUR
Kepala Bidang Budaya Politik



Tembusan :

- Yth. 1. Gubernur Jawa Timur (sebagai laporan);
2. Kepala Bakesbang dan Linmas Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta di Yogyakarta.
3. Yang Bersangkutan

Lampiran 5. Lembar Keterangan Badan KESBANGPOL Kabupaten Magetan



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Basuki Rachmat Barat Nomor 1 Magetan Kode Pos 63314
Telepon (0351) 8198137 Fax. (0351) 8198137
E-mail: bakesbangpol.magetan@mail.com

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN / SURVEY

Nomor : 072 / 79 / 403.204 / 2015

- Membaca : - Surat dari Universitas Negeri Yogyakarta.
- Surat Rekomendasi dari Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Propinsi Jawa Timur Nomor : 070/2784/203.3/2015 tgl. 26 Maret 2015 perihal Rekomendasi Penelitian / Survey / Kegiatan.
- Mengingat : 1. Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 1972.
2. Surat Gubernur Jawa Timur tanggal 17 Juli 1972 Nomor : Gub./187/1972.
3. Radiogram Gubernur Jatim, tgl 30 Desember 1999 No.300/1885/303/1999 perihal proses perijinan Survey KKN, PKL dan sejenisnya.

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Izin Penelitian / Survey yang diajukan oleh :

Nama : **DICA FEBRI WARDANA**
Tujuan : Pengumpulan Data
Bidang Penelitian : Olahraga
Dosen Pembimbing : Yudanto, M.Pd
Tema / Judul : " Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Kemampuan Passing dan Dribbling pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Negeri 1 Maospati "

Nama Penanggung Jawab : Drs. Susanto, M.Si
Jabatan : Kepala Bidang Budaya Politik Kesbangpol Propinsi Jatim
Alamat : Jl. Putat Indah No. 1 Surabaya
Lokasi : SMAN 1 Maospati Kab. Magetan
Waktu pelaksanaan : Bulan April s/d Juni 2015

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lesan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain sebelum meninggalkan tempat survey / research dan lain – lain.

6. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 1 (satu) eksemplar hasil penelitian **kepada Bakesbangpol dan BAPPEDA Kabupaten Magetan.**
7. Surat keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak memenuhi ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Magetan, 31 Maret 2015
KEPALA BAKESBANGPOL
KABUPATEN MAGETAN



Drs. EHUD ALLAWY, M.Si, M.MKes
Pembina Tingkat I
NIP. 19610708 198301 1 002

Tembusan Yth :

1. Sdr. Kepala Bappeda Kabupaten Magetan
2. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Magetan
3. Sdr. Kepala SMAN 1 Maospati Kabupaten Magetan

Lampiran 6. Surat Keterangan SMAN 1 Maospati



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 MAOSPATI

Jln. Raya Maospati Magetan No. 999 Telp/Fax. (0351) 869048 Maospati Magetan 63392
Email : smanegeri1maospati@yahoo.com Website : www.smanti.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 421.71301/403.101.65/2015

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dra. SITI RUPI'AH, M.Pd
NIP : 19601211 198603 2 009
Pangkat/ Gol.Ruang : Pembina Utama Muda / IVc
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMA Negeri 1 Maospati

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : DICA FEBRI WARDANA
NIM : 11601244005
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Universitas : Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Maospati mulai tanggal 1 April sampai dengan 13 Mei 2015 dengan judul Penelitian " PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBLING PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMAN 1 MAOSPATI "


Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Maospati, 13 Mei 2015

Kepala Sekolah,


Dra. SITI RUPI'AH, M.Pd
NIP. 19601211 198603 2 009


Lampiran 7. Sertifikat Kalibrasi Balai Metrologi DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
 DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
 CALIBRATION CERTIFICATE
 Nomor : 421 / SW - 7 / 1 / 2015
 Number

<p>A L A T <i>Equipment</i> Nama : Stopwatch Kapasitas : 9 jam Daya Baca : 0,01 detik</p> <p>P E M I L I K <i>Owner</i> Nama : Wahyu Tri Laksono Alamat : Kidulan, Salam Rejo, Sentolo Kulon Progo</p> <p>METODE, STANDAR, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i> Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument Standar : Casio HS-80TW.IDF Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN</p> <p>TANGGAL DIKALIBRASI <i>Date of calibrated</i> : 27 Januari 2015</p> <p>LOKASI KALIBRASI <i>Location of calibration</i> : Balai Metrologi Yogyakarta</p> <p>KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI <i>Environment condition of calibration</i> : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%</p> <p>HASIL <i>Result</i> : Lihat sebaliknya</p>	<p>No. Order : 006742 Diterima tgl : 27 Januari 2015</p>
---	---



27 Januari 2015
 Kepala
 Balai Metrologi Yogyakarta
 NIP. 19507141979031006

Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

Lampiran 8. Surat Uji Coba Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 BARAT
Jln. Pasar Legi Barat Magetan Telp/Fax. (0351) 869380

SURAT KETERANGAN

Nomor. 301.6/201/231.104.45/2015

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. H. Widodo, M.Pd
NIP : 19591015 198703 1 014
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Dica Febri Wardana
NIM : 11601244005
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Universitas : Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan uji coba instrumen di SMA Negeri 1 Barat pada tanggal 28 Maret 2015 dengan judul penelitian “ PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN TAKTIK TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN DRIBBLING PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMAN 1 MAOSPATI”

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Barat, 30 Maret 2015
Kepala Sekolah



Lampiran 9. Lembar Pengantar *Exspert Judgement*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Hal : Permohonan masukan program latihan

Yth. : Bapak Fathan Nurcahyo, M.Or

di tempat

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, Saya mohon berkenaan Bapak untuk memberikan masukan dalam program latihan passing dan dribbling melalui pendekatan taktik yang disusun oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : Dica Febri Wardana

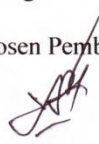
NIM : 11601244005

Prodi : PJKR

Demikian surat pengantar ini saya buat agar dijadikan maklum.

Mengetahui

Dosen Pembimbing


Yudanto, M. Pd

NIP.19810702 200501 1 001

Yogyakarta, 02 Maret 2015

Mahasiswa


Dica Febri Wardana

NIM. 11601244005

Lampiran 10. Lembar *Exspert Judgement* Pertama Program Latihan

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yudanto, M. Pd

Pekerjaan : Dosen

Instansi : FIK UNY

Menyatakan bahwa saya telah memeberikan masukan dan penilaian pada lembar program latihan passing dan drbbling melalui pendekatan taktik yang disusun oleh:

Nama : Dica Febri Wardana

NIM : 11601244005

Prodi : PJKR

Harapan saya, masukan yang saya berikan dapat digunakan untuk menyempurnakan laporan tugas akhir mahasiswa yang bersangkutan.

Yogyakarta, 02 Maret 2015

Validator



Yudanto, M. Pd

NIP.19810702 200501 1 001

Lampiran 11. Lembar *Exspert Judgement* Kedua Program Latihan

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fathan Nurcahyo, M.Or

Pekerjaan : Dosen

Instansi : FIK UNY

Menyatakan bahwa saya telah memeberikan masukan dan penilaian pada lembar program latihan passing dan drbbling melalui pendekatan taktik yang disusun oleh:

Nama : Dica Febri Wardana

NIM : 11601244005

Prodi : PJKR

Harapan saya, masukan yang saya berikan dapat digunakan untuk menyempurnakan laporan tugas akhir mahasiswa yang bersangkutan

Yogyakarta, 02 Maret 2015

Validator



Fathan Nurcahyo, M.Or

NIP. 198207112008121003

Lampiran 12. Daftar Hadir Siswa

DAFTAR HADIR SAMPEL PENELITIAN SMAN 1 MAOSPATI

No	Nama	Pre Test	JUMLAH KEDATANGAN																Post Test
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
1	Adam	I
2	Aditya
3	Ahmad Surdan
4	Alam
5	Andre
6	Bayu	I
7	Dinar
8	Elang
9	Enggar Galih
10	Erwin	S
11	Farhan
12	Galih
13	Hendrik
14	Ilman
15	Manunggal
16	Raditya
17	Revo
18	Roni	S
19	Rori
20	Yoga	A	.	.	.

Keterangan : I : Ijin S : Sakit A : Tanpa Keterangan

Lampiran 13. Data Mentah *Pretest Passing*.

NO	Nama	Jumlah
1	Elang	6
2	Ahmad Surdan	6
3	Raditya	6
4	Rori	6
5	Andre	7
6	Alam	8
7	Erwin	8
8	Manunggal	6
9	Adam	5
10	Ilman	6
11	Enggar Galih	5
12	Yoga	5
13	Roni	5
14	Bayu	6
15	Hendrik	8
16	Revo	7
17	Farhan	7
18	Aditya	5
19	Dinar	7
20	Galih	8

Lampiran 14. Data Mentah *Posttest Passing*

NO	Nama	Jumlah
1	Elang	7
2	Ahmad Surdan	8
3	Raditya	7
4	Rori	9
5	Andre	8
6	Alam	9
7	Erwin	9
8	Manunggal	7
9	Adam	6
10	Ilman	7
11	Enggar Galih	6
12	Yoga	6
13	Roni	7
14	Bayu	8
15	Hendrik	9
16	Revo	8
17	Farhan	9
18	Aditya	7
19	Dinar	8
20	Galih	9

Lampiran 15. Data Mentah *Pretest Dribbling*

NO	Nama	Hasil
1	Elang	21.00
2	Ahmad Surdan	20.62
3	Raditya	22.70
4	Rori	29.00
5	Andre	17.69
6	Alam	19.40
7	Erwin	17.80
8	Manunggal	20.10
9	Adam	23.50
10	Ilman	21.63
11	Enggar Galih	20.30
12	Yoga	16.45
13	Roni	21.00
14	Bayu	23.80
15	Hendrik	20.25
16	Revo	22.00
17	Farhan	22.27
18	Aditya	21.00
19	Dinar	17.19
20	Galih	23.50

Lampiran 16. Data Mentah *Posttest Dribbling*

No	Nama	Hasil
1	Elang	20.15
2	Ahmad Surdan	19.80
3	Raditya	21.25
4	Rori	25.00
5	Andre	17.00
6	Alam	19.20
7	Erwin	17.23
8	Manunggal	19.25
9	Adam	22.45
10	Ilman	20.35
11	Enggar Galih	19.45
12	Yoga	16.60
13	Roni	20.21
14	Bayu	23.20
15	Hendrik	19.40
16	Revo	21.00
17	Farhan	21.15
18	Aditya	20.50
19	Dinar	17.10
20	Galih	22.50

Lampiran 17. Analisis Data

Statistics

		PRETEST_PA	POSTTEST_P	PRETEST_DRI	POSTTEST_D
		SSINNG	ASSING	BBLING	RIBBLING
N	Valid	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0
Mean		6.3500	7.7000	21.0600	20.1395
Median		6.0000	8.0000	21.0000	20.1800
Mode		6.00	7.00 ^a	21.00	16.60 ^a
Std. Deviation		1.08942	1.08094	2.82050	2.17613
Range		3.00	3.00	12.55	8.40
Minimum		5.00	6.00	16.45	16.60
Maximum		8.00	9.00	29.00	25.00

PRETEST_PASSING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	5	25.0	25.0	25.0
	6	7	35.0	35.0	60.0
	7	4	20.0	20.0	80.0
	8	4	20.0	20.0	100.0
Total		20	100.0	100.0	

POSTTEST_PASSING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	3	15.0	15.0	15.0
	7	6	30.0	30.0	45.0
	8	5	25.0	25.0	70.0
	9	6	30.0	30.0	100.0
Total		20	100.0	100.0	

PRETEST_DRIBBLING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.45	1	5.0	5.0	5.0
	17.19	1	5.0	5.0	10.0
	17.69	1	5.0	5.0	15.0
	17.8	1	5.0	5.0	20.0
	19.4	1	5.0	5.0	25.0
	20.1	1	5.0	5.0	30.0
	20.25	1	5.0	5.0	35.0
	20.3	1	5.0	5.0	40.0
	20.62	1	5.0	5.0	45.0
	21	3	15.0	15.0	60.0
	21.63	1	5.0	5.0	65.0
	22	1	5.0	5.0	70.0
	22.27	1	5.0	5.0	75.0
	22.7	1	5.0	5.0	80.0
	23.5	2	10.0	10.0	90.0
	23.8	1	5.0	5.0	95.0
	29	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

POSTTEST_DRIBBLING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.6	1	5.0	5.0	5.0
	17	1	5.0	5.0	10.0
	17.1	1	5.0	5.0	15.0
	17.23	1	5.0	5.0	20.0
	19.2	1	5.0	5.0	25.0
	19.25	1	5.0	5.0	30.0
	19.4	1	5.0	5.0	35.0
	19.45	1	5.0	5.0	40.0
	19.8	1	5.0	5.0	45.0
	20.15	1	5.0	5.0	50.0
	20.21	1	5.0	5.0	55.0
	20.35	1	5.0	5.0	60.0
	20.5	1	5.0	5.0	65.0
	21	1	5.0	5.0	70.0
	21.15	1	5.0	5.0	75.0
	21.25	1	5.0	5.0	80.0
	22.45	1	5.0	5.0	85.0
	22.5	1	5.0	5.0	90.0
	23.2	1	5.0	5.0	95.0
	25	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PRETEST PASSINNG	POSTTEST PASSING	PRETEST DRIBBLING	POSTTEST DRIBBLING
N		20	20	20	20
Normal Parameters ^a	Mean	6.3500	7.7000	21.0600	20.1395
	Std. Deviation	1.08942	1.08094	2.82050	2.17613
	Most Extreme Differences				
	Absolute	.226	.191	.117	.133
	Positive	.226	.191	.116	.109
	Negative	-.135	-.185	-.117	-.133
Kolmogorov-Smirnov Z		1.011	.856	.522	.595
Asymp. Sig. (2-tailed)		.259	.456	.948	.871

a. Test distribution is Normal.

Test of Homogeneity of Variances

PASSINNG

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.004	1	38	.952

Test of Homogeneity of Variances

_DRIBBLING

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.475	1	38	.495

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 PRETEST_PASSINNG POSTTEST_PASSING	-1.35000	.58714	.13129	-1.62479	-1.07521	-10.283	19	.000

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRETEST_PASSINNG	6.3500	20	1.08942	.24360
POSTTEST_PASSING	7.7000	20	1.08094	.24170

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRETEST_PASSINNG & POSTTEST_PASSING	20	.854	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRETEST_DRIBBLING	21.0600	20	2.82050	.63068
	POSTTEST_DRIBBLING	20.1395	20	2.17613	.48660

Paired Samples Correlations

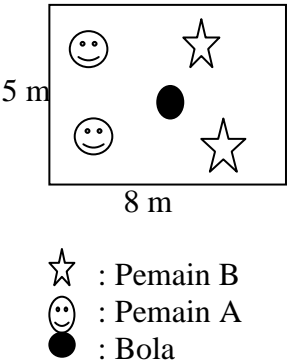
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRETEST_DRIBBLING & POSTTEST_DRIBBLING	20	.979	.000

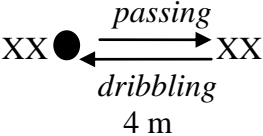
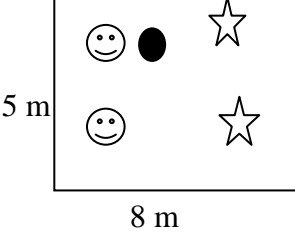
Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST_DRIBBLING POSTTEST_DRIBBLING	.92050	.82141	.18367	.53607	1.30493	5.012	19	.000

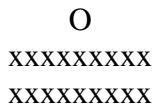
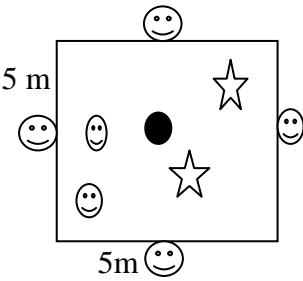
Lampiran 18. Program Latihan

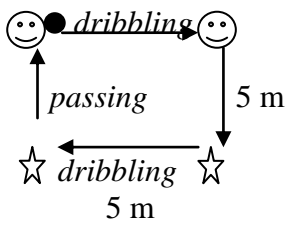
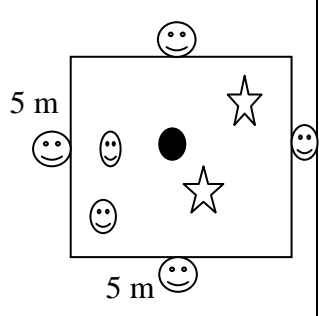
Sesi : 1-2	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal : Selasa dan Jumat	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu : 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa : 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p>	60 menit 8 menit 3 set 2 menit/set Recovery 1 menit	<p>Latihan 1</p>  <p>☆ : Pemain B 😊 : Pemain A ● : Bola</p>	<p>Latihan 1</p> <p>Permainan 2 vs 2 tanpa menggunakan gawang, setiap tim berusaha mempertahankan penguasaan bola selama mungkin hanya boleh menggunakan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i>. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

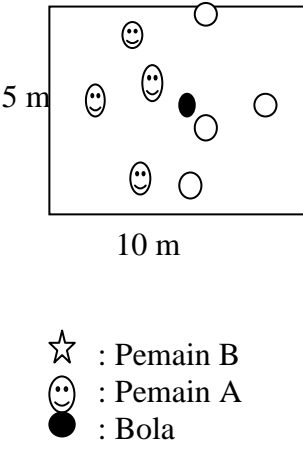
	<p>Permainan 2 vs 2</p> <p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> bawah dengan berpasangan pindah tempat</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 5 <i>passing</i> 5 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Melakukan <i>passing</i> bawah pada teman lalu berlari searah dengan bola. Teman yang mendapat bola <i>dribbling</i> dan bergerak searah dengan arah bola. Tiap Orang melakukan 5 kali <i>passing</i> dan 5 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>Permainan 2 vs 2 tanpa menggunakan gawang, setiap tim berusaha mempertahankan penguasaan bola selama mungkin hanya boleh menggunakan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i>. tim yang dapat melakukan 4 kali <i>passing</i> mendapat 1 poin. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

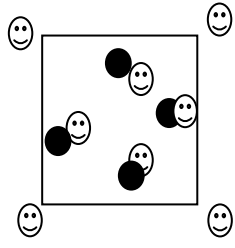
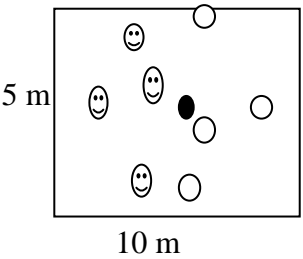
Sesi	: 3- 4	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Minggu dan Selasa	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	Pendahuluan a. Pengantar <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi b. Pemanasan	15 menit		a. Pemanasan statis dan dinamis b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek
2.	Latihan inti a. Masalah taktik: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek Permainan 4 vs 4	60 menit 8 menit 3 set 2 menit/set Recovery 1 menit	Latihan 1  ☆ : Pemain B ☺ : Pemain A ● : Bola	Latihan 1 4 vs 4. Pemain yang di dalam berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i> . Pemain yang di luar garis sebagai tembok pemain yang memegang bola jika terjepit. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set

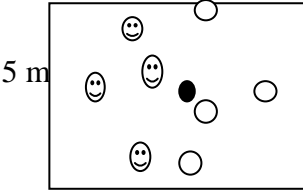
	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> bawah dengan berpasangan pindah tempat</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 5 <i>passing</i> 5 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Melakukan <i>passing</i> bawah ke orang depan kemudian <i>dribbling</i> bola dan <i>passing</i> lagi ke teman sebelumnya tadi kemudian kembali lagi <i>dribbling</i> ke tempat semula dan seterusnya. Tiap Orang melakukan 5 kali <i>passing</i> dan 5 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>4 vs 4. Pemain yang di dalam berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Pemain yang di luar garis sebagai tembok pemain yang memegang bola jika terjepit. Tim yang dapat melakukan 4 kali <i>passing</i> dapat 1 poin. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

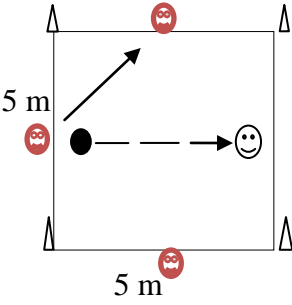
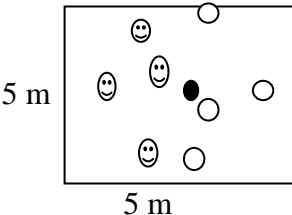
Sesi	: 5-6	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Jumat dan Minggu	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">○</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	<p>60 menit</p> <p>8 menit 3 set 2 menit/set Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 1</p>  <p>5 m</p> <p>10 m</p> <p>☆ : Pemain B ☺ : Pemain A ● : Bola</p>	<p>Latihan 1</p> <p>4 vs 4. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

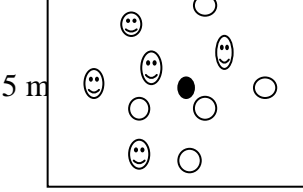
	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: Berlari meminta bola dan passing kembali pada teman.</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 6 <i>passing</i> 6 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Pemain dalam bebas <i>dribbling</i> bola tanpa tertabrak pemain dalam bebas <i>passing</i> pada pemain luar kemudian pemain luar <i>back pass</i> Tiap Orang melakukan 6 kali <i>passing</i> dan 6 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>4 vs 4. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Dilakukan selama 3 menit. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 5 kali mendapat satu pon. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

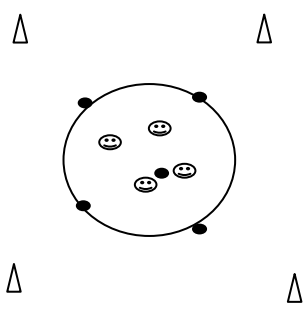
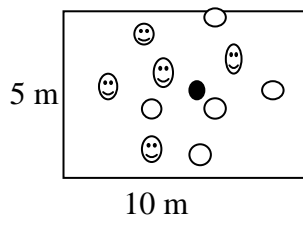
Sesi : 7-8	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal : Selasa dan Jumat	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu : 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa : 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	60 menit 8 menit 3 set 2 menit/set Recovery 1 menit	<p>Latihan 1</p>  <p style="text-align: center;">5 m 10 m</p> <p>☆ : Pemain B ☺ : Pemain A ● : Bola</p>	<p>Latihan 1</p> <p>4 vs 4. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Pemain yang berhasil <i>passing</i> 4 kali mendapat 1 point. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Dribbling</i> di sekitar garis kemudian <i>passing</i> pada teman lalu mencari tempat yang kosong</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 6 <i>passing</i> 6 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>3 sisi persegi terdapat 3 pemain dan menyisakan 1 sisi kosong tanpa pemain. Pemain pembawa bola bebas melakukan <i>passing</i> pada pemain lain yang sebelumnya melakukan <i>dribbling</i> di luar garis. Kemudian mencari sisi kosong yang tidak di huni pemain. Tiap Orang melakukan 6 kali <i>passing</i> dan 6 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>4 vs 4. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Pemain yang berhasil <i>passing</i> 5 kali mendapat 1 point. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3.</p>	<p>Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>

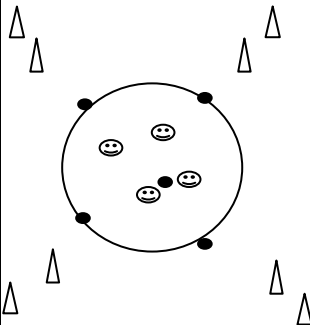
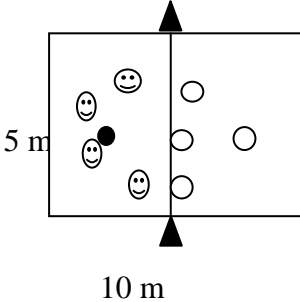
Sesi	: 9-10	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Minggu dan Selasa	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">○</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	60 menit	<p>Latihan 1</p>  <p style="text-align: center;">5 m</p> <p style="text-align: center;">10 m</p> <p>☆ : Pemain B 😊 : Pemain A ● : Bola</p>	<p>Latihan 1</p> <p>5 vs 5. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Pemain yang berhasil <i>passing</i> 5 kali mendapat 1 point. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> pada teman dan <i>dribbling</i> lewati <i>cone</i></p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 6 <i>passing</i> 6 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Pemain dalam lingkaran bebas <i>passing</i> pada teman dengan 1 bola. Setelah tiap orang melakukan <i>passing</i> 6 kali maka pemain menggunakan bola di garis untuk <i>dribbling</i> memutar <i>cone</i> dan kembali lagi ke garis tempat bola semula. Kemudian <i>passing</i> kembali di dalam lingkaran. Tiap Orang melakukan 6 kali <i>passing</i> dan 6 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>5 vs 5. Pemain berusaha mempertahankan bola selama mungkin jangan sampai direbut lawan boleh <i>dribbling</i> dan <i>passing</i>. Pemain yang berhasil <i>passing</i> 6 kali mendapat 1 point. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

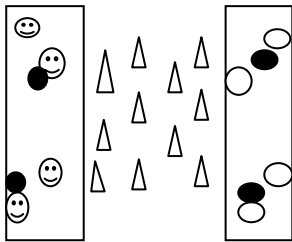
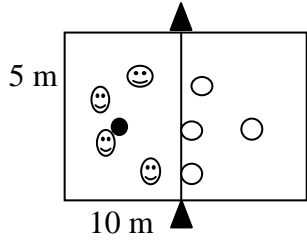
Sesi	: 11-12	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Jumat dan Minggu	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">O</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempetahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	60 menit	<p>Latihan 1</p> <p style="text-align: center;">5 m</p> <p style="text-align: center;">10 m</p> <p>○ : Peman B 😊 : Pemain A ● : Bola ▲ : <i>Cone</i></p>	<p>Latihan 1</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 3 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan <i>recovery</i> 1 menit setiap set</p>

	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> pada teman dan <i>dribbling</i> lewati 2 <i>cone</i></p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 6 <i>passing</i> 6 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Pemain dalam lingkaran bebas <i>passing</i> pada teman dengan 1 bola. Setelah tiap orang melakukan <i>passing</i> 6 kali maka pemain menggunakan bola di garis untuk <i>dribbling</i> memutar 2 <i>cone</i> dan kembali lagi ke garis tempat bola semula. Kemudian <i>passing</i> kembali di dalam lingkaran. Tiap orang melakukan 6 kali <i>passing</i> dan 6 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 4 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
	30 menit	Game	Game	
3.	<p>Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	15 menit	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>

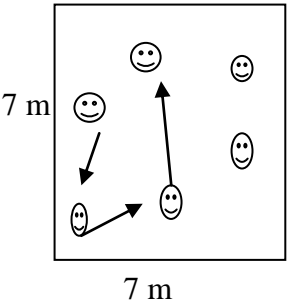
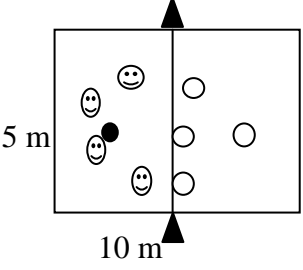
Sesi	: 13-14	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Selasa dan Jumat	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">O</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempetahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendatar dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	60 menit	<p>Latihan 1</p> <p>5 m</p> <p>10 m</p> <p>○ : Peman B 😊 : Pemain A ● : Bola ▲ : Cone</p>	<p>Latihan 1</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> tidak boleh kembali ke daerah bertahan lagi, setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 5 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> pada teman dalam kotak dan <i>dribbling</i> melewati <i>cone</i> dan berpindah tempat.</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 4 <i>passing</i> 4 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Pemain dalam kotak bebas <i>passing</i> pada teman. Setelah tiap orang melakukan <i>passing</i> 4 kali maka pemain menggunakan bola <i>dribbling</i> melewati <i>cone</i> untuk pindah tempat atau kotak. Tiap Orang melakukan 4 kali <i>passing</i> dan 4 kali <i>dribbling</i> di sebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> tidak boleh kembali ke daerah bertahan lagi, setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 6 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

Sesi	: 15-16	Fokus Pembelajaran: <i>Passing</i> dan <i>dribbling</i>
Hari/Tanggal	: Minggu dan Selasa	Siswa : Siswa ekstrakurikuler futsal
Waktu	: 15.00-17.00 & 15.00-17.00	Cabang OR : Futsal
Jumlah Siswa	: 20	Peralatan : Bola, <i>cone</i>

No	Materi Latihan	Dosis	Formasi	Catatan
1.	<p>Pendahuluan</p> <p>a. Pengantar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dibariskan • Berdo'a • Penjelasan materi <p>b. Pemanasan</p>	15 menit	<p style="text-align: center;">O</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Pemanasan statis dan dinamis</p> <p>b. gerakan <i>zig-zag</i> dan <i>sprint</i> pendek</p>
2.	<p>Latihan inti</p> <p>a. Masalah taktik: Mempetahankan kepemilikan bola dan melewati lawan</p> <p>Fokus pembelajaran: <i>Passing</i> mendarat dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Tujuan: Meningkatkan kemampuan <i>passing</i> mendarat dan <i>dribbling</i> pendek</p> <p>Permainan 4 vs 4</p>	60 menit	<p>Latihan 1</p> <p>5 m</p> <p>10 m</p> <p>○ : Peman B 😊 : Pemain A ● : Bola ▲ : Cone</p>	<p>Latihan 1</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> tidak boleh kembali ke daerah bertahan lagi, setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 7 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 2 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit setiap set</p>

	<p>Pertanyaan masalah: Q: Apa yang anda lakukan dalam permainan ini ? A: Mempertahankan kepemilikan bola dan melewati lawan Q: Bagaimana cara anda mempertahankan bola dan melewati lawan? A: <i>Passing</i> ke teman dan <i>dribbling</i> bola</p> <p>Tugas latihan: <i>Passing</i> pada teman dalam kotak dan <i>dribbling</i> melewati <i>cone</i> dan berpindah tempat.</p> <p>b.Game</p>	<p>10 menit 3 set Repetisi/set: 4 <i>passing</i> 4 <i>dribbling</i> Recovery 1 menit</p>	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> 	<p>Latihan 2 (tugas latihan)</p> <p>Permainan dilakukan dengan cara memberikan umpan kepada temannya sesuai dengan nomor urut (misal no 1 umpan ke no 2, dan seterusnya). Pemain yang tidak menguasai bola harus melakukan <i>jogging</i>. Tiap Orang melakukan 4 kali <i>passing</i> dan 4 kali <i>dribbling</i> disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1 menit tiap set</p>
		<p>12 menit 3 set 3 menit/set Recovery 1,5 menit</p>	<p>Latihan 3</p> 	<p>Latihan 3</p> <p>Permainan 4 vs 4 Sebelum melewati <i>cone</i> hanya menggunakan <i>passing</i>. Setelah melewati <i>cone</i> tidak boleh kembali ke daerah bertahan lagi, setelah melewati <i>cone</i> boleh menggunakan <i>passing</i> bawah dan <i>dribbling</i>. Tim yang dapat melakukan <i>passing</i> 8 kali di daerah lawan mendapat <i>point 1</i>. Dilakukan selama 3 menit. Ini disebut 1 set. Lakukan 3 set dengan recovery 1,5 menit setiap set</p>
		<p>30 menit</p>	<p>Game</p>	<p>Game</p>
<p>3. Penutup a. Pendinginan b. Berdoa</p>	<p>15 menit</p>	<p>O XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p>	<p>a. Lakukan pelepasan otot yang telah dikenai beban latihan b. Pendinginan berpasangan c. Beri motivasi untuk latihan selanjutnya</p>	

Lampiran 19. Dokumentasi Penelitian



Keterangan: siswa disiapkan dan perkenalan



Keterangan: siswa dipimpin pemanasan



Keterangan: siswa pemanasan keliling lapangan



Keterangan: siswa pemanasan keliling lapangan



Keterangan: pengambilan data *pretest*



Keterangan: pengambilan data *pretest*



Keterangan: pengambilan data *pretest*



Keterangan: siswa melakukan latihan pendekatan taktik



Keterangan: siswa melakukan latihan pendekatan taktik



Keterangan: siswa melakukan latihan pendekatan taktik



Keterangan: siswa melakukan *posttest*



Keterangan: Foto bersama dengan pelatih dan siswa