

**PENGARUH *COERVERS METHODS* TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN FUTSAL SISWA TIFOSI FUTSAL ACADEMY
YOGYAKARTA USIA 15-21 TAHUN**

SKRIPSI

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



Oleh:
Trianggono
NIM 14602241080

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

**PENGARUH *COERVER METHODS* TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN FUTSAL SISWA TIFOSI FUTSAL *ACADEMY* YOGYAKARTA
USIA 15-21 TAHUN**

Oleh:

Trianggono
14602241080

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa tifosi futsal *academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun.

Metode dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment design* atau eksperimen semu dengan *one group pretest and posttest design*. Populasi dalam penelitian yang berjumlah 20 orang. Sampel penelitian berjumlah 14 orang usia 15-21 tahun. Instrumen yang digunakan adalah tes futsal FIK Jogja. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan uji t (*paired sample t-test*).

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa tifosi futsal *academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun, dengan $t_{hitung} 4,052 > t_{tabel} 2,160$, dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, dengan kenaikan persentase sebesar 5,32%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa tifosi futsal *academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun.

Kata Kunci: latihan, *coerver methods*, keterampilan bermain futsal.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Trianggono
NIM : 14602241080
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Judul TAS : Pengaruh *Coerver Methods* Terhadap Keterampilan Bermain di Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri *). Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta 22 Juli 2019
Yang Menyatakan,



Trianggono
NIM. 14602241080

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGARUH *COERVER METHODS* TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN FUTSAL DI TIFOSI FUTSAL *ACADEMY* YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:
Trianggono
NIM. 14602241080

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 22 Juli 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 197112292000032001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Nawan Primasoni, S.Pd. KOR., M.Or.
NIP. 198405212008121001

PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PENGARUH COERVER METHODS TERHADAP KETERAMPILAN
BERMAIN FUTSAL DI TIFOSI FUTSAL ACADEMY YOGYAKARTA
USIA 15-21 TAHUN**

Disusun Oleh:
Trianggono
NIM. 14602241080

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 30 Juli 2019


TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nawan Primasoni, S.Pd.Kor., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		22 - 08 - 2019
Danardono, S.Pd, M.Or. Sekretaris		20/08/2019
Herwin, M.Pd. Penguji		19 - 08 - 2019

Yogyakarta, 26 Agustus 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Prof. Dr. H. S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Berikan yang terbaik, biarkan hasilnya Allah yang menentukan.
2. Berdoa sebelum melakukan, Percaya bahwa yakin bisa, Lakukan dan Menunggu hasilnya.
3. Umur bukanlah sekedar rentang waktu. Tapi umur adalah ketika kau datang menangis dan orang tersenyum dengan kedatanganmu, hingga kau pergi dengan tersenyum dan orang menngisi kepergianmu.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, Engkau berikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Saiman & Sudarni yang sangat saya sayangi, yang selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah saya dalam melakukan semuanya.
2. Kaka kandung dan Kaka Ipar, yang selalu mendoakan, memotivasi serta mendoakan saya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini terselesaikan.
3. Teman teman rumah yang mensupport saya hingga tugas akhir ini terselesaikan.
4. Teman teman FIK selama saya kuliah, yang selalu menjadi teman setia menemani, hingga saya dapat menyelesaikan kuliah ini.
5. Teman teman “Kontrakan LasVegas” yang sudah menemani hingga tugas akhir ini terselesaikan.
6. Teman teman ”Futsal UNY” yang selalu ada dalam segala kondisi memotivasi saya hingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi ini

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengaruh Latihan *Coerver Methods* Terhadap Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta Usia 15-1 Tahun”. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Nawan Primasoni, S.Pd. Kor. M. Or, selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberi semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ch. Fajar Sriwahyuniati, M.Or. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan dan Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. (Kepala Pelatih Futsal Tifosi). selaku Pelatih Kepala Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

5. Kevin Ramadhan, S.Pd., AIFO, yang telah memberikan motivasi dan bantuannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga angkatan 2014 khususnya kelas A Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan motivasi pada penulis untuk selalu berusaha sebaik-baiknya dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapat balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 30 Juli 2019

Penulis,



Trianggono
NIM 14602241080

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	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.....	5

BAB II. KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....	7
1. Hakikat Coerver.....	7
2. Hakikat Keterampilan.....	14
3. Hakikat Permainan Futsal.....	17
B. Penelitian yang Relevan	29
C. Kerangka Berpikir	31
D. Hipotesis Penelitian.....	31

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian	33
D. Definisi Operasional Variabel penelitian	34

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	35
F. Petunjuk Pelaksanaan Tes	38
G. Validitas, Reliabilitas & Objektifitas	39
H. Teknik Analisis Data	40
I. Uji Prasyarat Analisis.....	42

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan	48
C. Keterbatasan Penelitian	50

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	51
B. Implikasi.....	51
C. Saran	51

DAFTAR PUSTAKA	53
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	55
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Desain Penelitian	32
Tabel 2. Hasil Perhitungan Validitas, Reliabilitas dan Objektivitas	36
Tabel 3. Kategori Tes Keterampilan Futsal FIK Jogja	41
Tabel 4. Norma Pengkategorian Kemampuan Teknik Dasar Futsal.....	41
Tabel 5. Hasil <i>Pretest & Posttest</i> Keterampilan Bermain Futsal	45
Tabel 6. Deskriptif Statistik <i>Pretest & Posttest</i> Keterampilan Bermain Futsal ..	45
Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	47
Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas	47
Tabel 9. Uji-t Hasil <i>Pretest & Posttest</i> Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta Usia 15-1 Tahun	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teknik Dasar Mengumpan	10
Gambar 2. Teknik Dasar Menahan	11
Gambar 3. Teknik Dasar Mengumpan Bola	11
Gambar 4. Teknik Dasar Menggiring Bola.....	12
Gambar 5. Teknik Dasar Menembak	13
Gambar 6. Teknik Dasar Menyundul.....	14
Gambar 7. Lapangan Futsal	16
Gambar 8 Gawang Futsal.....	17
Gambar 9 Bola Futsal.....	18
Gambar 10 Latihan Penguasaan Gerak Tubuh dan Bola.	23
Gambar 11 Mengendalikan Lawan.	24
Gambar 12 Menerobos Cegatan Lawan.....	25
Gambar 13 Menciptakan Peluang Serta Penyelesaiannya.	26
Gambar 14. Mutu Kondisi	26
Gambar 15 Kemampuan Bertahan.	27
Gambar 16 Lari Dengan Bola dan Tanpa Bola.....	28
Gambar 17. Tes Keterampilan Futsal FIK Jogja	39
Gambar 18. Diagram Batang Pretest & Posttest Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta Usia 15-21 Tahun	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Permohonan Izin Peneelitan	56
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian	57
Lampiran 3. Sesi Latihan Coerver Methods	58
Lampiran 4. Lampiran Pretest & Posttest	74
Lampiran 5. Lampiran Dekriptif Statistik	75
Lampiran 6. Lampiran Uji Normalitas dan Homogenitas	77
Lampiran 7. Lampiran Uji-t	78
Lampiran 8. Lampiran Tabel-t	79
Lampiran 9. Foto Penelitian	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Futsal adalah permainan bola (seperti sepakbola) yang terlahir dari keterbatasan lahan dalam membuat lapangan sepakbola. Menurut Kurniawan (2011: 104) futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing tim beranggotakan lima orang dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan manipulasi bola dan kaki. Menurut pernyataan Lukman Yudianto (2009: 56), kata futsal sendiri berarti sepakbola dalam ruangan. Kata futsal berasal dari kata “fut” yang diambil dari kata *futbol* atau *futebol*, yang dalam bahasa Spanyol dan Portugal berarti sepakbola, dan “sala” yang diambil dari kata *sala* atau *salao* yang berarti di dalam ruangan. Kata ini diperkenalkan oleh FIFA ketika mengambil alih futsal pada tahun 1989. Sebelumnya ada beberapa nama untuk sebutan olahraga ini, antara lain *five-a-side-game*, *mini soccer* ataupun *indoor soccer*. Dalam permainan ini tidak harus menggunakan lapangan yang luas, permainan ini dapat dilakukan di lapangan basket, lapangan voli. Tetapi permainan futsal ini sangat mirip dengan permainan sepakbola, meskipun dapat dimainkan dalam ruangan.

Permainan futsal ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai oleh pemain futsal untuk bermain futsal. Teknik dasar futsal tersebut yaitu mengumpan bola, mengontrol bola, menggiring bola, dan menembak bola (*shooting*). Mengumpan bola dalam permainan futsal dilakukan dengan menggunakan beragam sisi kaki, yaitu menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, ujung kaki, tumit, atau sisi

bawah. Namun yang paling baik adalah menggunakan kaki bagian dalam dengan arah mendatar atau umpanan panjang yang menyusur tanah, karena umpan akan memiliki akurasi paling baik jika dibandingkan dengan lainnya. Mengontrol bola dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan telapak kaki sebelah depan dengan memanfaatkan sol sepatu. Teknik mengontrol bola dengan sol sepatu dalam futsal sangat penting sehingga harus dikuasai oleh setiap pemain. Menggiring bola dilakukan untuk mengecoh pemain lawan dalam sebuah permainan futsal, seorang pemain futsal harus memiliki kemampuan 3 dalam menggiring bola. Menembak bola (*shooting*) yang efektif dalam permainan futsal adalah menendang bola dengan menggunakan ujung kaki/sepatu, karena dengan teknik ini bola akan melesat cukup kencang dan bola juga akan tetap bergerak lurus.

Olahraga futsal sangat digemari oleh orang banyak dari berbagai lapisan masyarakat, baik anak-anak, remaja dan bahkan orang tua menyukai olahraga futsal apabila melihat banyaknya berdiri komunitas futsal atau klub-klub futsal di saat ini. Olahraga ini bisa menjadi tempat kumpul untuk bertemu teman-teman atau untuk menyegarkan badan. Permainan olahraga futsal mudah dimainkan oleh siapa saja, permainan ini bisa dilakukan di dalam dan di luar ruangan dengan membutuhkan ukuran lapangan tidak terlalu lebar dan besar. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki. Pengetahuan akan futsal sangat berpengaruh dalam mengembangkan bakat yang dimilikinya, dari sinilah watak, sifat, dan karakter bermain seseorang saat permainan berlangsung. Permainan futsal sangat membantu dalam membentuk karakter seseorang, dengan demikian olahraga futsal mempunyai nilai positif yang dapat diambil oleh setiap

pemain. Futsal tidak hanya sebagai permainan rekreasi, tetapi juga sebagai permainan prestasi. Hal ini yang menjadi pembeda permainan olahraga sepakbola dengan permainan olahraga yang lain. Untuk mencapai prestasi optimal tentu diperlukan banyak komponen meliputi penguasaan teknik, taktik, fisik dan mental. Menurut Sowarno K.R (2001: 1) untuk dapat menguasai dan melakukan suatu macam teknik yang baik memerlukan waktu yang lama, sehingga diperlihatkan juga unsur fisik yang baik. Selain unsur fisik, teknik juga memiliki peranan besar dalam rangka mencapai prestasi yang optimal.

Coerver adalah salah satu metode latihan sepakbola yang menuntut pemain harus sebanyak mungkin bertemu dengan bola dan harus fokus untuk diajarkan satu bentuk latihan teknik terlebih dahulu baru setelah bisa, beranjak ke teknik selanjutnya *Coerver*, Wiel. (1985: 1). Adapun metode latihan yang lainnya adalah seperti metode drill, metode bermain Agus Susanto T A & Yuli Hartati S C (2015: 444). Pada penelitian ini menggunakan metode latihan *Coerver* adapun prosesnya adalah pertama mengajarkan teknik bola berupa sentuhan bola, kedua memanfaatkan teknik tersebut untuk mengatasi lawan dengan mempertahankan bola, ketiga belajar melewati lawan, keempat menembak atau menendang setelah melakukan teknik, kelima diberikan kondisi fisik dalam permainan, keenam setelah teknik menyerang dikuasai, maka belajar teknik bertahan. Terakhir adalah belajar pergerakan tanpa bola untuk kerjasama tim. Semua itu harus dilakukan dengan banyak bersentuhan dengan bola, dengan pemain banyak bertemu bola, maka keterampilannya untuk memainkan bola akan meningkat. Dengan di terapkan

coerver methods diharapkan ada peningkatan kemampuan menggiring bola pada siswa *academy* Tifosi.

Salah satu bentuk latihan yang dapat dilakukan adalah *coerver methods*, *coerver methods* itu sendiri merupakan salah satu metode latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* dalam bermain futsal. Menurut Wirawan (2017: 26) menjelaskan bahwa untuk mendefinisikan remaja seharusnya disesuaikan dengan budaya setempat, sehingga untuk di Indonesia digunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah. Dengan demikian latihan menggunakan metode *coerver methods* yang diharapkan mampu meningkatkan kemampuan *dribbling* yang akan berpengaruh terhadap keterampilan bermain futsal.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti bermaksud mengadakan penelitian untuk mengetahui apakah berlatih menggunakan metode *coerver* dapat meningkatkan kemampuan bermain futsalnya siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta 15-21 tahun, dengan melihat latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh *Coerver Methods* Terhadap Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta Usia 15-21 Tahun”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurang terprogramnya pelatih dalam merancang metode latihan yang digunakan untuk Siswa Tifosi Futsal *Academy* kelompok usia 15-21 tahun

2. Kurangnya keterampilan dalam bermain futsal pada Siswa Tifosi Futsal *Academy* kelompok usia 15-21 tahun
3. Belum pernah di terapkan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun.

C. Batasan Masalah

Dari masalah yang telah diidentifikasi, penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini yaitu “Pengaruh *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas maka dapat ditarik rumusan masalah “Adakah Pengaruh *Coerver Methods* Terhadap Ketrampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta Usia 15-21 Tahun”.

E. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh *Coerver Methods* Terhadap Ketrampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta Usia 15-21 Tahun.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat bagi pemain khususnya berupa peningkatan kemampuan teknik dasar melalui latihan *coerver methods* yang telah dilakukan. Bagi pelatih bisa menjadi informasi bahwa dengan latihan *coerver methods* dapat meningkatkan kemampuan keterampilan bermain futsal. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memberikan informasi pada pihak

terkait tentang peran latihan *coerver methods* terhadap kemampuan keterampilan bermain futsal.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Bagi pelatih
 - a. Pelatih dapat mengetahui keterampilan bermain futsal dengan metode *coerver methods*.
 - b. Bahan pertimbangan pelatih dalam merancang program latihan.
 - c. Mengetahui latihan yang efektif.
2. Bagi atlet
 - a. Atlet dapat meningkatkan kemampuan dalam bermain futsal.
 - b. Atlet bisa mengeluarkan semua potensi yang dimilikinya.
3. Bagi klub
 - a. Mengidentifikasi dan memudahkan mengoptimalkan atlet yang berbakat untuk dilakukan pembinaan.
 - b. Dapat menjadi bahan pertimbangan penyusunan program latihan di klub.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Permainan Futsal

a. Pengertian Futsal

Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani saat Piala Dunia digelar di Uruguay. Olahraga baru itu dinamai *futebol de salao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang maknanya sama, yakni sepakbola ruangan. Dari kedua bahasa itu muncullah singkatan yang lebih mendunia, yaitu futsal.

Permainan ini sekarang dimainkan dibawah perlindungan *Federation Internationale de Football Association* (FIFA) di seluruh dunia, dari Eropa hingga Amerika Tengah dan Amerika Utara serta Afrika, Asia, dan Oseania. Pertandingan Internasional pertama diadakan pada tahun 1965 dan Paraguay menjuarai piala Amerika Selatan pertama. Enam perebutan piala Amerika Selatan berikutnya diselenggarakan hingga tahun 1979 dan semua gelar juara disapu bersih oleh Brazil. Kejuaraan Dunia Futsal pertama diadakan atas bantuan FIFUSA (sebelum anggotanya bergabung dengan FIFA pada tahun 1989) di Sao Paulo, Brazil, tahun 1982, berakhirnya dengan Berazil diposisi pertama. Tahun ke dua Berazil berhasil menjuarai lagi di Spanyol tahun 1985, dan tahun ketiga Brazil harus kalah dengan Paraguay di Australia tahun 1988.

Futsal merupakan salah satu olahraga yang cukup populer di Indonesia. Susworo, Saryono, & Yudanto (2009: 49) menyatakan bahwa “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”.

Tenang (2008: 25) menyatakan futsal adalah “jenis permainan sepakbola dengan setiap regu terdiri dari lima orang”. Senada dengan hal tersebut, Halim (2009: 78) menyatakan bahwa:

Futsal adalah permainan yang membutuhkan kecepatan. Semakin cepat permainan tim anda, akan semakin memperbesar peluang untuk menang. Gunakan sentuhan *one-two* dengan rekan anda. Jangan terlalu sering membawa bola, karena hanya akan menguras tenaga anda. Anda hanya perlu mengoper dan berlari mengisi ruang kosong. Jangan pernah menunggu bola, bergeraklah aktif.

Kompetisi futsal resmi tingkat nasional di Indonesia mulai diadakan pada tahun 2008 oleh Badan Futsal Nasional (BFN), lembaga yang khusus didirikan oleh PSSI untuk mengelola Futsal di Indonesia. Indonesia Futsal League (IFL) diikuti tujuh klub futsal seluruh indonesia, yaitu Elektronik Futsal PLN, Biangbola Futsal Club, Pelindo II FC, My Futsal, SWAP, Mastrans, dan Dupian fakfak.

b. Fase Pengembangan

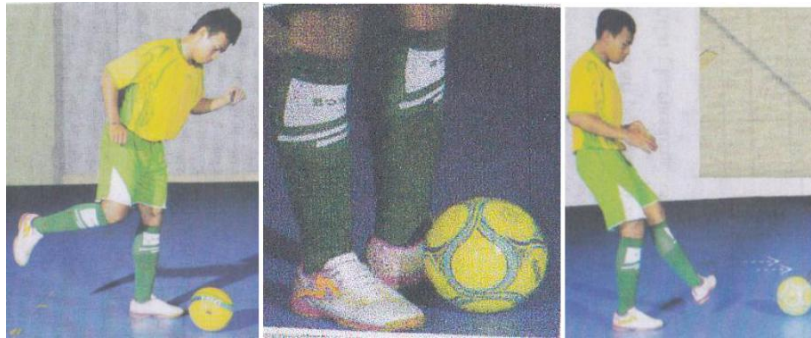
Fase Pengembangan ini dibagi dari beberapa usia dan diberikan sesi latihan yang berbeda. Usia grassroots yaitu U6-U10 dan U11-U13. Usia youth U14-U16 dan U17-U20. Bentuk latihan usia grassroots hanya diberikan kesenangan bermain dan teknik yang benar. Bentuk latihan usia youth diberikan tekanan dalam pertandingan dan diberikan kemampuan fisik yang lebih.

c. Teknik Dasar Futsal

Keterampilan bermain futsal dengan baik seorang pemain harus dibekali *skill* atau teknik dasar yang baik, tidak hanya sekedar bisa menendang bola tapi juga diperlukan keahlian dalam menguasai atau mengontrol bola. Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 29) , modern futsal adalah permainan futsal yang para pemainnya diajarkan bermain dengan sirkulasi bola yang sangat cepat, menyerang dan bertahan, dan juga sirkulasi pemain tanpa bola ataupun timing yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan menguasai teknik dasar bermain futsal yang meliputi:

a) Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)

Menurut John D. Tenang, (2008: 83) *passing* adalah operan-operan pendek atau istilah kerennya passing game. Karenanya, seorang pemain harus menguasai teknik mengumpan atau mengoper bola dengan benar. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 30) *Passing* merupakan salah satu teknik dasar permainan futsal yang sangat dibutuhkan oleh pemain. Di lapangan yang rata dan ukuran lapangan yang kecil dibutuhkan *passing* yang keras dan akurat karena bola yang meluncur sejajar dengan tumit pemain. Ini di sebabkan hampir sepanjang permainan futsal menggunakan *passing*. Untuk menguasai passing diperlukan penguasaan gerakan sehingga sasaran yang diinginkan tercapai.



Gambar 1. Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)
Justinus Lhaksana, (2011: 30)

Keterangan:

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, buka kaki yang melakukan *passing*.
- 2) Gunakan kaki bagian dalam untuk *passing*. Kunci atau kuatkan tumit agar saat bersentuhan dengan bola lebih kuat. Kaki dalam dari atas diarahkan ketengah bola (jantung) dan ditekan kebawah agar bola tidak melambung.
- 3) Teruskan dengan gerakan lanjutan, yaitu setelah sentuhan dengan bola saat melakukan *passing*, ayunkan kaki jangan dihentikan.

b) Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*)

Menurut John D. Tenang, (2008: 69) melakukan sentuhan pertama yang sempurna memerlukan skill yang vital bagi pemain dalam mengontrol bola ketika menerima operan dari rekannya. Ada beberapa cara mengontrol bola, yakni dengan kaki, dada dan paha. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 31) teknik dasar dalam keterampilan *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.



Gambar 2. Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*)
Justinus Lhaksana, (2011: 31)

Keterangan:

- 1) Selalu lihat dan jaga keseimbangan pada saat datangnya bola.
- 2) Sentuh atau tahan dengan menggunakan telapak kaki (*sole*), agar bolanya diam tidak bergerak dan mudah dikuasai.

c) Teknik Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*)

Menurut John D. Tenang (2007: 70) menyatakan bahwa ketika bola dicungkil dengan kaki memutar kebelakang sehingga bola memutar maka disebut dengan *chip*. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 32) keterampilan *chipping* ini sering di lakukan dalam permainan futsal untuk mengumpan bola di belakang lawan atau dalam situasi lawan bertahan satu lawan satu. Teknik in hampir sama dengan teknik *passing*.



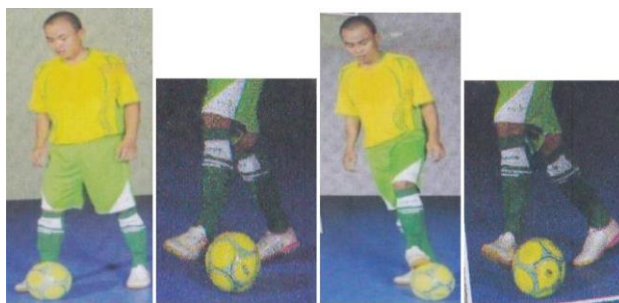
Gambar 3. Teknik Dasar Mengumpan Lambung (*Chipping*).
Justinus Lhaksana, (2011: 32)

Keterangan:

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola, buka 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 John D. Tenang (2007: 75) menggiring artinya melakukan beberapa sentuhan pada bola. Biasanya kaki dibenturkan pada bagian pinggir bola. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 33) teknik *dribbling* merupakan keterampilan penting dan mutlak harus dikuasai oleh setiap pemain futsal. *Dribbling* merupakan kemampuan yang dimiliki setiap pemain dalam menguasai bola sebelum diberikan kepada temannya untuk menciptakan peluang dalam mencetak gol. Teknik menggiring bola (*Dribbling*) dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 4. Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*).
Justinus Lhaksana, (2011: 33)

Keterangan:

- 1) Kuasai bola serta jaga jarak dengan lawan.
- 2) Jaga keseimbangan badan saat melakukan *dribbling*.

- 3) Fokus pandangan setiap kali bersentuhan dengan bola.
- 4) Sentuhan bola harus menggunakan telapak kaki secara berkesinambungan.

e) **Teknik Dasar Menembak (*Shooting*)**

Menurut John D. Tenang (2008: 84) *Shooting* adalah menendang bola dengan keras, guna mencetak gol. Ini juga merupakan bagian tersulit karena perlu kematangan dan kecerdikan pemain dalam menendang bola agar tidak bisa dijangkau atau ditangkap kiper. Sedangkan Menurut Justinus Lhaksana, (2011: 34) *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. *Shooting* dapat dibagi menjadi dua teknik, yaitu *shooting* menggunakan punggung kaki dan ujung sepatu atau ujung kaki.



Gambar 5. Teknik Dasar Menembak (*Shooting*),
Justinus Lhaksana, (2011: 34)

Keterangan:

- 1) Tempatkan kaki tumpu di samping bola dengan jari –jari kaki lurus menghadap gawang, bukan kaki yang untuk menendang.

- 2) Gunakan bagian punggung kaki untuk melakukan *shooting*. Konsentrasikan pandangan kearah bola tepat di tengah-tengah bola pada saat punggung kaki menyentuh bola.
- 3) Kunci atau kuatkan tumit agar saat sentuhan dengan bola lebih kuat.

f) Teknik Menyundul Bola (*Heading*)

Menurut John D. Tenang, (2008: 85-86) Teknik menyundul bola (*Heading*) adalah, tidak begitu sulit untuk mengontrol bola dengan kaki atau menahan bola dengan paha. Namun, tidak mudah untuk mengontrol bola dengan kepala. Mereka yang tahu tentang sepakbola, tentu mengetahui bahwa sundulan merupakan salah satu skill paling penting dalam suatu permainan. Teknik menyundul bola pada permainan futsal sama dengan teknik yang dilakukan dalam permainan sepakbola, namun dalam permainan futsal teknik menyundul bola (*heading*) jarang diterapkan. Ada satu istilah dalam menyundul, yakni driving header teknik ini memerlukan latihan yang rutin karna tidak mudah melakukannya. Pemain harus menjaga keseimbangan, ketepatan waktu dan kecermatan dalam membaca arah sehingga bola bisa disundul dengan baik dan sempurna kearah gawang. Teknik menyundul bola dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 6. Teknik Menyundul Bola (*Heading*)

John D. Tenang, (2008: 85-86)

Keterangan:

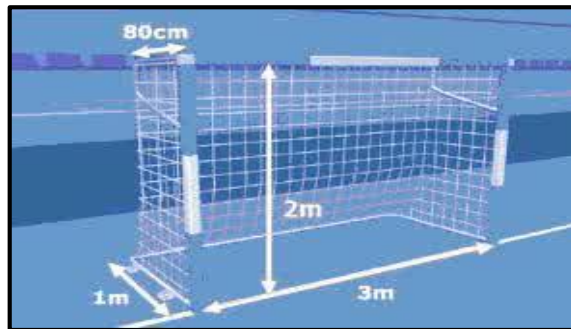
- 1) Pemain harus menyadari bahwa akan menyundul bola bukan bola menabrak mereka.
- 2) Pemain harus diajarkan cara yang benar dalam menyundul bola, dengan menggunakan dahi, bukan ubun-ubun kepala.
- 3) Satu-satunya cara untuk memastikan bola disundul dengan menggunakan dahi adalah tetap membuka mata. Itu yang penting dalam melakukan sundulan.
- 4) Pemain harus merapatkan gigi (hindari menggigit lidah), mengencangkan otot leher dengan menempatkan posisi kepala dengan benar. Ini akan membantu sundulan lebih akurat dan tajam.

d. Peraturan Futsal

Berikut adalah informasi mengenai ukuran lapangan futsal dan peraturan resmi permainan futsal berdasarkan aturan FIFA:

1. Lapangan Futsal

- a) Ukuran: panjang 25-42 m x lebar 15-25 m.
- b) Garis batas: garis selebar 8 cm, yakni garis sentuh di sisi, garis gawang di ujung-ujung, dan garis melintang tengah lapangan.
- c) Lingkaran tengah: berdiameter 6 m.
- d) Daerah penalti: busur berukuran 6 m dari setiap pos.
- e) Garis penalti: 6 m dari titik tengah garis gawang.
- f) Garis penalti kedua: 12 m dari titik tengah garis gawang.
- g) Zona pergantian: daerah 6 m (3 m pada setiap sisi garis tengah lapangan) pada sisi tribun dari pelemparan.
- h) Gawang: tinggi 2 m x lebar 3 m.



Gambar 8. Gawang Futsal
 Sumber : John D. Tenang (2008:30)

3. Jumlah permainan dalam tim
 - a) Jumlah pemain untuk memulai pertandingan maksimal 5 pemain dengan salah satu penjaga gawang.
 - b) Jumlah pemain minimal untuk mengakhiri pertandingan adalah dua pemain dengan salah satu penjaga gawang.
 - c) Jumlah pemain cadangan maksimal 7 orang.
 - d) Jumlah wasit 2 orang.
 - e) Batas pergantian pemain: tidak terbatas.
 - f) Metode pergantian: “pergantian melayang” (semua pemain kecuali penjaga gawang boleh memasuki dan meninggalkan lapangan kapan saja; pergantian penjaga gawang hanya dapat dilakukan jika bola tidak sedang dimainkan dan dengan persetujuan wasit).
4. Bola
 - a) Ukuran: Nomor 4.
 - b) Keliling: 62-64 cm.
 - c) Berat: 390-430 gram.
 - d) Lambungan: 55-65 cm pada pantulan pertama.
 - e) Bahan: kulit atau bahan yang cocok lainnya (yang tidak berbahaya).



Gambar 9. Bola Futsal

(Sumber: Taktik dan Strategi Futsal Modern, Justinus Lhaksana 2011)

5. Lama permainan
 - g) Lama normal: 2 x 20 menit.
 - h) Lama istirahat: 10 menit.
 - i) Lama perpanjangan waktu: 2 x 5 menit.
 - j) Ada dua penalti jika jumlah gol kedua timimbang saat perpanjangan waktu selesai.
 - k) Time-out: 1 kali per tim per babak, tidak ada dalam waktu tambahan.
 - l) Waktu pergantian babak: maksimal 10 menit.

6. Perlengkapan pemain
 - a) Kaos bernomor.
 - b) Celana pendek.
 - c) Kaos kaki.
 - d) Pelindung lutut.
 - e) Alas kaki bersolkan karet.

2. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Meskipun istilah ini memiliki banyak pengertian, yang dimaksud keterampilan adalah kemampuan gerak dengan tingkat

tertentu. Ma'mun & Saputra, (2000: 57), menyatakan keterampilan adalah “derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif dan efisien. Semakin tinggi kemampuan orang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut”.

Kiram (1992: 11) menyatakan keterampilan adalah tindakan yang memerlukan aktivitas yang harus dipelajari supaya mendapatkan bentuk gerakan yang benar. Seseorang dikatakan terampil apabila dapat beraktifitas sesuai dengan gerakan yang benar. Pendapat lain dikemukakan oleh Sugiyanto (1998: 289) “keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melaksanakan tugas-tugas gerak tertentu dengan baik, semakin baik penguasaan gerak keterampilan, maka pelaksanaannya akan semakin efisien”. Dengan kata lain efisiensi pelaksanaan diperlukan untuk melaksanakan gerakan keterampilan. Efisiensi pelaksanaan bisa dicapai apabila secara mekanis gerakan dilakukan dengan benar, apabila gerakan keterampilan benar bisa dikuasai, maka yang menguasai dikatakan terampil.

Senada dengan hal tersebut, Ma'mun & Saputra, (2000: 57-58) mengidentifikasin keterampilan adalah:

keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Penggolongan keterampilan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan (1) stabilitas lingkungan, (2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (3) ketepatan gerakan yang dimaksud.”uasai, maka yang menguasai dikatakan terampil.

Nugroho (2007: 2), menyatakan “keterampilan dapat diartikan sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh”. Keterampilan dapat menunjuk pada aksi khusus yang ditampilkan. Banyak

kegiatan yang dianggap sebagai suatu keterampilan dan derajat penguasaan yang dicapai menggambarkan tingkat keterampilannya, atau dengan kata lain satu atau beberapa pola gerak/perilaku yang diperkuat dapat disebut dengan keterampilan.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan merupakan kecapakan/kemahiran yang diperoleh dari adanya koordinasi gerak yang teliti dan kesadaran yang tinggi untuk melakukan suatu kegiatan dengan cepat dan benar. Keterampilan dapat digunakan untuk menunjukkan suatu tingkat keberhasilan dalam melakukan suatu tugas.

a. Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan

Ada beberapa hal yang mempengaruhi keterampilan seseorang. Ma'mun & Saputra (2000: 70) berpendapat "bahwa pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi 3 (tiga) hal utama, yaitu faktor proses belajar mengajar, faktor pribadi, dan faktor situasional (lingkungan)". Ketiga faktor inilah yang diyakini telah menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan.

1) Faktor proses belajar mengajar

Proses belajar mengajar (*learning proses*), pembelajaran gerak proses yang harus diciptakan dan dilakukan berdasarkan tahapantahapan yang digariskan oleh teori belajar yang telah diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai-nilai manfaatnya, dan yang menjadi inti dari adanya kegiatan pembelajaran adalah terjadinya perubahan dalam pengetahuan dan perilaku individu peserta pembelajaran.

2) Faktor pribadi

Faktor pribadi (*personal factor*), setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda, baik fisik, mental emosional, maupun kemampuannya. Ada ungkapan yang sering didengar dalam kehidupan sehari-hari bahwa si A berbakat besar dalam tennis, Si B berbakat dalam olahraga-olahraga individu, dsb. Demikian juga jika kita mendengar bahwa seorang anak lebih cepat menguasai suatu keterampilan, sedangkan anak yang lain memerlukan waktu yang lebih lama. Kesemua itu tidak lain merupakan pertanda bahwa kita merupakan individu-individu yang memiliki ciri, kemampuan, minat, kecenderungan, serta bakat yang berbeda-beda. Oleh karena itu, maka kesuksesan seseorang dalam menguasai sebuah keterampilan tergantung dari kemampuan dan bakat individu tersebut. Semakin baik kemampuan dan bakat, maka akan semakin mudah pula dalam menguasai sebuah keterampilan.

3) Faktor Situasional (lingkungan)

Sesungguhnya faktor situasional (*situasional factor*) yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran adalah lebih tertuju pada keadaan lingkungan, yang termasuk dalam faktor situasional tersebut antara lain: tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran tersebut dilaksanakan.

3. Hakikat Coerver

Wiel Coerver adalah seorang ahli sepakbola yang sempat melatih tim-tim besar. Pemikiran-pemikirannya tentang sepakbola banyak mengilhami pelatih-pelatih lain dalam proses melatih. Pikiran dasarnya sederhana, bahwa diusia pembinaan pemain

haruslah dilatih dengan banyak melibatkan sentuhan terhadap bola. Hal inilah yang diterjemahkan oleh Wiel Coerver ke dalam metode kepelatihan yang diciptakan dan diberi nama *coerver methods*. *Coerver methods* yang dikembangkan oleh Wiel Coerver adalah sebuah metode yang pada dasarnya membagi latihan menjadi beberapa bagian. Dalam bukunya yang berjudul sepakbola program pembinaan pemain ideal, Wiel Coerver membagi tahapan dasar latihan menjadi 7 bagian (Wiel Coerver, 1985: 13).

Fase pertama, orang harus latihan dengan bola sebanyak-banyaknya sehingga menjamin kemampuan penguasaan bola dan badannya. Dalam fase pelajaran kedua, latihan dilanjutkan dengan memanfaatkan teknik bola yang sudah didapatkan dari latihan fase pertama. Dalam fase pelajaran ketiga, belajar seorang diri dan dengan bantuan seorang rekan melewati seorang lawan. Dalam fase pelajaran keempat, dilatih menembak, menyundul bola, dan melepas tembakan sesudah menyelesaikan suatu aksi perseorangan. Dalam fase pelajaran kelima menjadi jelas, bahwa sementara memahirkan berbagai teknik seorang pelajar otomatis mencapai kondisi optimal untuk suatu pertandingan. Dalam fase pelajaran keenam, setelah teknik menyerang dikuasai, baru dilatih cara bertahan. Dalam fase pelajaran ketujuh, tekanan terletak pada lari tanpa bola dan dengan bola, agar selama pertandingan pada saat yang tepat dapat berada di tempat yang tepat. Adapun 7 bagian tersebut adalah (Wiel Coerver, 1985: 13).

a. Tahap pembinaan pertama penguasaan gerak tubuh dan bola.

Dalam latihan bagian pertama ini fokus utama adalah membentuk kemampuan dasar pemain dengan bola. menggulirkan bola dengan

berbagai perenaan kaki sehingga *ball feeling* pemain bagus, memberikan berbagai variasi gerakan untuk menambah keterampilan.



Gambar 10. Penguasaan Gerak Tubuh dan Bola
Sumber : Coerver Wiel 1985 :19

Dalam fase latihan pertama ini pun Wiel Coerver membaginya menjadi tujuh bagian lagi. Pertama teknik dasar, kelenturan dan kelincahan mengendalikan bola, olah gerak cepat dengan bola, membawa bola tanpa memandang ke arahnya, gerak tipu dengan bola, kreativitas dan improvisasi, dan teknik menendang dan menerima bola.

b. Tahap pembinaan kedua mengendalikan lawan.

Setelah pemain berhasil menguasai gerak tubuhnya dan memiliki kemampuan mengendalikan bola dengan baik, maka dibagian kedua ini pemain diajarkan untuk memanfaatkan teknik yang didapatkan dari pelajaran bagian pertama untuk mengendalikan lawan. Setelah dialami keberhasilan dalam tahap pembinaan pertama, semangat dan rangsangan semakin mengembangkan

kemampuan bermain sepakbola kini akan bertambah besar. Rasa yakin pada diri sendiri serta moril pemain sudah begitu besar, sehingga ingin sekali rasanya mendapat kesempatan untuk mengendalikan lawan dengan menerapkan teknik-teknik yang sudah dikuasai. Dan memang itulah yang diutamakan dalam tahap pembinaan kedua ini (Wiel Coerver, 1985: 93).

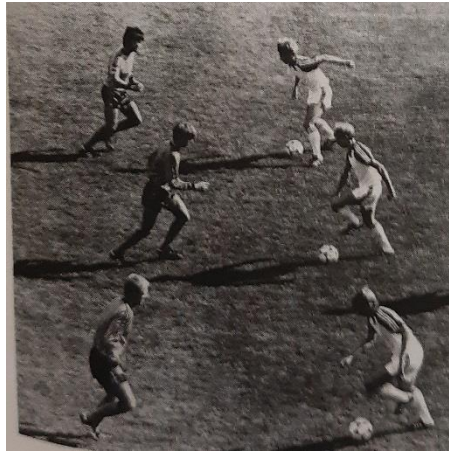


Gambar 11. Mengendalikan lawan
Sumber: Coerver Wiel 1985 :93

Untuk bagian kedua ini pun Wiel Coerver masih membagi menjadi empat bagian. Pertama menerima dan membawa bola, melindungi bola (*screening*), menggiring bola ke tempat bebas, dan permainan.

c. Tahap pembinaan ketiga menerobos cegatan lawan.

Bagian ketiga, latihan difokuskan untuk berani memunculkan gerakan-gerakan yang telah dipelajari dan dilatihkan di bagian pertama dan kedua untuk bisa melewati lawan bukan hanya mengendalikan lawan lagi. Oleh karenanya, selain mengajarkan teknik dalam 1 vs 1 *attacking*, pelatih juga harus memberikan semangat agar pemain mempunyai kepercayaan diri untuk melewati lawan saat terjadi situasi 1 vs 1.



Gambar 12. Latihan Menerobos Cegatan Lawan
Sumber: Coerver Wiel 1985: 117

Untuk bagian pelajaran ketiga, Wiel Coerver membagi menjadi lima bagian lagi. Gerakan-gerakan untuk melewati, melewati lawan, kombinasi “satu-dua”, penerobosan dari belakang atau lewat samping, permainan.

d. Tahap keempat menciptakan peluang serta penyelesaiannya

Setelah teknik individu matang, maka pelajaran dilanjutkan untuk bagaimana cara menembak bola sehingga menjadi gol atau menyelesaikan peluang yang sudah berhasil dibuat. Menurut Wiel Coerver (1985: 151), penciptaan peluang terutama harus terjadi di daerah pinalti lawan, karena disitulah ditentukan hasil pertandingan. Dalam bagian ini, Wiel Coerver membagi menjadi empat bagian lagi yaitu menembak ke gawang, menyundul ke gawang, aksi perseorangan, dan permainan.



Gambar 4. Latihan Penyelesaian atau *Finishing*
Sumber: Coerver Wiel 1985:151

e. Bagian kelima mutu kondisi

Bagian kelima ini adalah bagian dimana pelatih harus fokus untuk meningkatkan kemampuan jasmani dari pemain. Namun karena tujuannya akan mencetak pemain sepakbola yang handal, maka latihan-latihan yang dibuat haruslah realistis dan sesuai dengan keadaan saat pertandingan. Menurut Coerver (1985: 173), pelatih harus mengetahui materi latihan realistik yang diperlukan untuk meningkatkan daya koordinasi, kecepatan, tenaga eksplosif, dan stamina atau daya tahan pemain.



Gambar 5. Mutu Kondisi
Sumber: Coerver Wiel 1985: 173

Sama seperti bagian-bagian sebelumnya, dibagian kelima ini pun Wiel Coerver membagi metode latihannya menjadi lima. Pertama kelincahan dan kecekatan, dasar stamina, kecepatan, daya tahan dan kemampuan bermain cepat, tenaga eksplosif.

f. Bagian keenam kemampuan bertahan

Bagian keenam, setelah semua teknik menyerang dikuasai saatnya membentuk kemampuan bertahan. Pada dasarnya, pemain yang sudah memiliki pengendalian gerak tubuh baik maka akan mudah untuk mempelajari teknik bertahan. Karena dalam bertahan pemain hanya harus memiliki koordinasi tubuh serta pengendalian tubuh saat lawan sedang berusaha melakukan gerakan-gerakan untuk melewati pemain bertahan. Menurut Wiel Coerver (1985: 185), pemain berbakat dari segi teknik mampu mengendalikan tubuhnya dengan begitu rupa, sehingga sikapnya dalam melakukan pertahanan akan jauh lebih besar.



Gambar 6. Kemampuan Bertahan
Sumber: Coerver Wiel 1985: 185

g. Bagian ketujuh pergerakan dengan bola dan tanpa bola

Tahap terakhir dalam metode latihan ini adalah tentang pergerakan tanpa bola pemain. Tujuan dari latihan terakhir ini tentu untuk membentuk *team-work*. Menurut Wiel Coerver (1985: 191), sampai saat ini belum pernah disinggung istilah *team-work* yang begitu populer, karena pemain yang belum memiliki kemampuan teknik takkan dapat melakukannya dengan baik. Sebelum bermain dengan sistem *team-work*, terlebih dulu masing-masing pemain harus dikembangkan ketangguhannya.



Gambar 7. Latihan Pergerakan Dengan Bola dan Tanpa Bola

Sumber: Coerver Wiel 1985: 191

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian dilakukan Nanang Ristanto (2016) yang berjudul: Penelitian ini terlarat belakangi oleh penemuan masalah dilapangan secara individual yaitu seringnya kegagalan para pemain menguasai bola ataupun melewati lawan dan demikian muncul permasalahan yang ditemukan adalah kurangnya kemampuan koordinasi dan belum menguasainya teknik *coerver*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi latihan koordinasi dan latihan *coerver* terhadap kemampuan menggiring bola siswa SSO Real Madrid UNY.

Penelitian merupakan penelitian eksperimen. Populasi yang digunakan adalah semua siswa SSO Real Madrid UNY berjumlah 140 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 23 siswa KU-10 tahun SSO Real Madrid UNY dengan teknik *purposive sampling*, adapun syarat *purposive sampling* dalam penelitian ini adalah anak usia 10 tahun, anak yang bersedia mengikuti *treatment* sebanyak 16 kali pertemuan, anak yang aktif berlatih. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Short Dribbling Test* (Jens Bangsbo, 1994: 99). Teknik analisis data menggunakan *uji-t before-after* (sebelum-sesudah).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kombinasi latihan koordinasi dan latihan *coerver* terhadap kemampuan

menggiring bola siswa SSO Real Madrid UNY Usia 10 Tahun. Apabila dilihat dari rerata *pretest* sebesar 15,91 dan rerata *posttest* sebesar 13,90 maka diperoleh angka *Mean Difference* sebesar 2,01, hal ini menunjukkan bahwa kombinasi latihan koordinasi dan latihan *coerver* terhadap kemampuan menggiring bola siswa SSO Real Madrid UNY Usia 10 Tahun memberikan perubahan yaitu lebih baik 12,63% dibandingkan sebelum diberikan latihan.

2. Penelitian dilakukan Kevin Ramadhan (2018) yang berjudul: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *speed ladder* terhadap prestasi lari *sprint* 100 meter pada *sprinter* UKM atletik Universitas Negeri Yogyakarta.

Metode dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment design* atau eksperimen semu dengan *one group pretest and posttest design*. Populasi dan sampel penelitian ini adalah atlet *sprinter* yang terdaftar di dalam UKM atletik Universitas Negeri Yogyakarta yang berjumlah 10 orang yang terdiri dari 5 putra dan 5 putri, serta atlet *sprinter* yang sudah memulai latihan minimal 6 bulan. Instrumen yang digunakan adalah tes lari 100 meter. Teknik analisis data penelitian ini menggunakan uji t (*paired sample t-test*).

Hasil analisis data menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan latihan variasi *speed ladder* terhadap prestasi lari *sprint* 100 meter pada *sprinter* UKM atletik Universitas Negeri Yogyakarta. Hasil uji-t diperoleh nilai thitung (11.073) > ttabel (2.262) dan $P (0.000) < \alpha (0.05)$, maka terdapat peningkatan yang signifikan pada prestasi lari *sprint* 100 meter. Persentase peningkatan tersebut sebesar 1.18%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh yang signifikan latihan variasi variasi *speed ladder* terhadap prestasi lari *sprint* 100 meter pada *sprinter* UKM atletik Universitas Negeri Yogyakarta.

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan kajian teori yang telah dikemukakan di atas maka kerangka berfikir dari pengaruh *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal. Siswa dapat mengetahui cara bermain dengan teknik yang benar. Siswa dapat mengerti bagaimana cara melakukan teknik dasar yang benar, berani melewati lawan, dan dapat terampil dalam bermain futsal.

Futsal juga harus mempunyai kemampuan individu yang baik, oleh karena itu saya harapkan kemampuan individu siswa academy Tifosi dengan menggunakan *coerver methods* menjadi lebih baik dan mempunyai kepercayaan diri. Mengoper bola (*passing*) dan menendang bola (*shooting*) lebih tepat sasaran dan berani mengambil keputusan saat 1 lawan 1 dengan lawan.

Memberikan latihan kepada siswa-siswa dibutuhkan kreativitas yang tinggi, banyak cara meningkatkan kemampuan keterampilan bermain futsal, salah satunya dengan menggunakan *coervers methods*. Latihan ini banyak unsur didalamnya yang terlibat sentuhan dengan bola dan meningkatkan kreativitas siswa.

Mengetahui jenis latihan yang dapat dimodifikasi maka pelatih dapat mengembangkan dan memodifikasi sesuai kebutuhan pemain, latihan keterampilan bermain futsal dengan *coerver methods* diberikan kepada subjek selama 16 kali dan *pretest* diawal pertemuan dan *posttest* diakhir pertemuan.

D. Hipotesis

Berdasarkan dari berbagai permasalahan dalam penelitian perlu dibuat hipotesis sementara. Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berfikir yang telah dibahas maka hipotesis yang dirumuskan adalah

- a. Ha: Ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal pada Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun.
- b. Ho: Tidak ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal pada Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperiment design* atau eksperimen semu. Penelitian eksperimental tujuannya adalah untuk memperoleh informasi yang merupakan perkiraan bagi informasi yang dapat diperoleh dengan eksperimen yang sebenarnya dalam keadaan yang tidak memungkinkan untuk mengontrol dan memanipulasikan semua variabel yang relevan (Sumadi Suryabrata, 1988: 36). Menurut Suharsimi Arikunto (1990: 272) penelitian eksperimental merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya akibat yang diperoleh dari suatu obyek yang diteliti. Dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah pengaruh *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy usia 15-21 tahun. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*One group pretest posttest design*”, yaitu satu kelompok eksperimen diukur variabel dependennya (*pretest*), kemudian diberikan stimulus dan diukur kembali variabel dependennya (*posttest*), tanpa ada kelompok pembandingan. Adapun desain penelitian dituangkan dalam bentuk gambar sebagai berikut:

Tabel 1. Desain penelitian (Arikunto, 2006:85)

Kelompok	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	T 1	X	T2

Keterangan:

T1 : *Pretest* awal menggiring bola

X : *Coerver*

T2 : *Post-test* akhir menggiring bola

Dalam penelitian ini tes dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan (treatment). Perbedaan antara pretest dan posttest ini diamsusikan merupakan efek dari treatment atau perlakuan. Sehingga hasil dari perlakuan diharapkan dapat diketahui lebih akurat, karena terdapat perbandingan antara keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

B. Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di lapangan Tifosi Futsal yang beralamat Jl. Sukonandi 11B Semaki kulon Yogyakarta.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah seluruh objek penelitian (Suharsimi Arikunto, 1997: 115). Apabila seseorang akan meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun yang berjumlah 20 orang siswa.

2. Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang termasuk dalam *probability sampling*. Menurut Sugiyono (2006: 85), *purposive sampling* adalah teknik pengumpulan sampel dengan syarat-syarat tertentu. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 14 orang. Beberapa syarat yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini antara lain:

- a. Sampel adalah pemain futsal siswa dari Tifosi Futsal *Academy*

- b. Sampel yang digunakan berusia 15-21 tahun.
- c. Bersedia mengikuti latihan atau treatment sebanyak 16 kali.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel adalah gejala yang bervariasi yang menjadi objek penelitian (Suharsimi Arikunto, 1997:99). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variable bebas (*variable independent*) dan variable terikat (*variable dependen*). Variabel bebas penelitian ini yaitu latihan *coerver methods* dan variabel terikatnya keterampilan bermain futsal. Definisi operasionalnya seperti dibawah ini:

- a. Latihan *coerver methods* yaitu, metode latihan futsal yang menuntut pemain harus sebanyak mungkin bertemu dengan bola dan harus fokus untuk diajarkan satu bentuk latihan teknik terlebih dahulu baru setelah bisa, beranjak ke teknik selanjutnya Coerver, Wiel. (1985 :1).
- b. Keterampilan bermain futsal, yaitu mengerti bagaimana caranya bermain futsal dengan teknik yang benar yang dilakukan oleh siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta.

2. Definisi Operasional

Menurut Suharsimi Arikunto (1996: 101) menyebutkan bahwa variabel yang mempengaruhi disebut variabel bebas sedangkan variabel akibat disebut variabel terkait. Variabel penelitian ini adalah tingkat keterampilan bermain futsal. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra, (2000: 57-58) keterampilan merupakan derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Tes ini didefinisikan sebagai skor atau

waktu tempuh yang didapatkan oleh siswa dalam melakukan rangkaian gerak dalam tes yang meliputi :

1. Teknik Dasar Mengumpan (*Passing*)
2. Teknik Dasar Menahan Bola (*Control*),
3. Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribbling*)
4. Teknik Dasar Menembak (*Shooting*).

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen yang sudah ada, instrumen yang dimaksud adalah Tes Futsal FIK Jogja yang dikutip dari test Keterampilan Bermain Futsal milik (Agus susworo, Saryono dan Yudanto 2009 :155). Tes tersebut memiliki validitas sebesar 0.67 reliabilitas 0.69 dan objektivitas 0.54. Tes ini memiliki *concurrent validity* dengan menggunakan *criterionrelated validity*. Sebagai kriteria *subjective rating* dari tiga penilai pada saat bermain. Besar validitas diasumsikan dengan koefisien korelasi antara hasil pengukuran tes terhadap kriteria dengan menggunakan *Spearman's rank correlation coefficient*. Tes ini memiliki reliabilitas dengan menggunakan *stability coefficient* menggunakan metode *test retest* melalui perhitungan *Pearson product moment coefficient of correlation* Tes ini memiliki objektivitas dengan menggunakan *consistency coefficient* menggunakan metode *internal consistency* melalui perhitungan *Cronbach's alpha formula*. Adapun hasil dari perhitungan tersebut dapat dirangkum pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Rangkuman Hasil perhitungan Validitas, reliabilitas dan Objektivitas

Koef. Korelasi <i>P</i> hitung	<i>P</i> tabel (dk:16)		Kesimpulan
	Taraf 5%	Taraf 1%	
0,67	0,51	0,61	Valid
0,69	0,51	0,67	Reliable
0,54	0,51	0,67	Objek pada taraf 5%

Sumber: Agus susworo, Saryono dan Yudanto 2009 :155

2. Teknik Pengumpulan Data

Agar pengumpulan data sesuai dengan rencana maka perlu disusun langkah-langkah yang urut dan jelas. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah dengan tes dan pengukuran. Dalam hal ini yang diteliti adalah keterampilan dasar bermain futsal yang terdiri dari : (a) *Passing*, (b) *Control*, (c) *Chipping*, (d) *Dribbling*, (e) *Shooting*, milik Agus Susworo dan Saryono dan Yudanto.

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara testi melakukan “Tes Futsal FIK Jogja” yaitu *dribbling* lurus sejauh 6 m, *passing without controlling* sebanyak 10 kali dengan jarak 2 m, *dribbling* memutar pada 2 *cone* (satu *cone* memutar ke kiri, satu *cone* memutar ke kanan), *passing with controlling* 10 kali dengan jarak 2,5 m (bergantian kaki kanan dan kiri dengan melakukan *controlling*), *shooting* ke target gawang dengan 1 dengan kaki kanan dan 1 dengan kaki kiri atau 5 bola yang disediakan, dan *dribbling* lurus sejauh 5,5 m.

Penelitian ini diawali dengan pengambilan biodata pemain Tifosi Futsal *Academy* kemudian dengan tes awal dilanjutkan dengan perlakuan, setelah melakukan perlakuan selama 16 pertemuan latihan, maka di lakukan tes kembali untuk mengetahui perubahan setelah diberi perlakuan.

a. Tujuan

Dalam keterampilan bermain futsal salah satu bisa dengan metode *coerver methods*, instrumennya yaitu Tes Futsal FIK Jogja yang dikutip dari test Keterampilan Bermain Futsal milik (Agus susworo, Saryono dan Yudanto 2009: 144). Tes ini bertujuan mengukur potensi bermain futsal bagi peserta Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta tahun 2019.

b. Perlengkapan Tes

Perlengkapan yang dibutuhkan untuk melakukan pengukuran tes meliputi fasilitas dan alat. Fasilitas berupa lantai yang rata, karena menyesuaikan lapangan (area) sehingga dalam penelitian berukuran 8 x 17 meter, dengan 2 sisi tembok. Untuk melengkapinya dibutuhkan plester atau lakban untuk batas kotak, tanda letak bola dan tanda petunjuk jalur pergerakan *testee*. Sedangkan alat berupa gawang futsal dengan ukuran lebar 3 meter dan tinggi 2 meter, bola futsal sebanyak 7 buah, *cone* sebanyak 2 buah, dan *stopwatch*.

c. Petunjuk Umum

1) Peserta

- a) Dalam kondisi sehat dan siap untuk melaksanakan tes.
- b) Memakai sepatu dan pakaian olahraga.
- c) Melakukan penguluran dan pemanasan (warming up).
- d) Memahami tata cara pelaksanaan tes.
- e) Jika tidak dapat melaksanakan salah satu/lebih dari tes maka tidak mendapatkan nilai/gagal.

2) Petugas

- a) Membariskan, berhitung, presensi dan berdoa.
- b) Mengarahkan peserta untuk melakukan penguluran dan pemanasan (warming up).
- c) Memberikan pengarahan tentang petunjuk pelaksanaan tes dan mengizinkan untuk mereka mencoba sebelum penilaian.
- d) Mencatat hasil tes pada lembar formulir sesuai dengan presensi yang berurutan dan satuan waktu.

F. Petunjuk Pelaksanaan Tes

1. Pada aba-aba “siap”, *testee* berdiri diluar kotak nomor 1 (pos 1) dengan bola diletakkan pada kotak tersebut. Pada aba-aba 'ya", waktu dijalankan, *testee* mulai melakukan *dribbling* bola lurus secepat mungkin menuju kotak nomor 2 (pos 2).
2. Sampai pos 2, *testee* melakukan *passing without controlling* (*passing* tanpa *control*) ke tembok sebanyak 10 kali dengan jarak 2 meter dari tembok.
3. Setelah selesai, dari pos 2 menuju pos 3 dengan melakukan *dribbling* memutar, yaitu memutar ke kiri dan memutar ke kanan pada cone yang telah disediakan. Atau *dribbling* seolah-olah membuat angka 8.
4. Sampai pos 3, *testee* melakukan *passing with controlling* sebanyak 10 kali dengan kaki kanan dan kiri secara bergantian pada 2 sisi tembok dengan jarak 2,5 meter. Kaki kanan ketembok sisi kiri dan kaki kiri ke tembok sisi kanan. Setelah 10 kali nomor 3 (pos 3), dilanjutkan dengan shooting ke gawang harus dilakukan dengan 1 kaki kiri dan 1 kaki kanan dan bola masuk ke gawang dari kesempatan sebanyak 5 bola. Apabila 2 bola sudah masuk dengan 1 kaki kanan

kesempatan kedua. Objektivitas tes sebesar 0.5444 (Agus Susworo, Saryono dan Yudanto 2009: 155).

H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat keterampilan bermain futsal peserta Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan persentase. Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan yang diajukan dengan mengacu pada standar tingkat keterampilan teknik dasar bermain futsal yang telah ditentukan yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali.

Dalam tes keterampilan futsal FIK Jogja yang di buat oleh Agus Susworo Dwi Marhaendro, dkk tidak disajikan dalam kategori. Hal ini peneliti menggunakan kategori yang dimiliki oleh Anas Sudijono. Menurut Anas Sudijono (2006: 61) pengkategorian berdasarkan mean dan standar deviasi. Hasil penelitian dituangkan dalam 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Pengkategorian tersebut dapat di jabarkan sebagai berikut:

Tabel 3. Kategori Tes Keterampilan Futsal FIK Jogja

Mean + 1.5 SD	Sangat Rendah
Mean + 0.5 SD	Rendah
Mean - 0.5 SD	Sedang
Mean - 1.5 SD	Tinggi
	Sangat Tinggi

Tabel 4. Norma Pengkategori Kemampuan Teknik Dasar Bermain Futsal

No	Rumus	Kategori
1	$M - 1,5 SD \leq X$	Baik Sekali
2	$M-1,5 SD < X \leq M-0,5 SD$	Baik
3	$M-0,5 SD < X \leq M+0,5 SD$	Cukup
4	$M+0,5 SD < X \leq M+1,5 SD$	Kurang
5	$M+1,5 SD < X$	Kurang Sekali

Keterangan:

1. X = Skor
2. M = Mean (rata-rata)
3. SD = Standar Deviasi

Setelah diketahui Pengaruh Coerver Methods Terhadap Ketrampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta Usia 15-21 Tahun, yang termasuk kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, kurang sekali, maka akan dapat ditemukan berapa besar persentase. Untuk menentukan persentase menggunakan rumus (Anas Sudjono 2007: 43).

$$\text{Persentase hasil (\%) P: } \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

f : Frekuensi

N : Jumlah frekuensi atau banyaknya individu

P : Persentase

Sumber : (Anas Sudjono 2007: 43).

I. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Asymp. Sig* dengan 0.05. Kriterianya Menerima hipotesis apabila *Asymp. Sig* > 0.05, sebaliknya jika nilai *Asymp. Sig* < 0.05 maka hipotesis ditolak (Nisfiannoor, 2009:93).

b. Uji Homogenitas

Uji homo genenitas adalah uji perbedaan antara dua atau lebih populasi yang digunakan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil memiliki varian yang seragam atau tidak (Nisfiannoor, 2009:92). Uji homogenitas .dalam uji ini menggunakan *One Way ANOVA* dengan bantuan program aplikasi *IBM SPSS Statistics 16 for Windows*. ANOVA (*Analysis of Variance*) atau sering disebut uji F merupakan cara yang digunakan untuk menganalisa variansi dari dua sample atau lebih (Suharsaputra, 2012: 170). Kriterianya adalah jika nilai $p > 0.05$ maka data dikatakan homogeny, sebaliknya jika nilai $p < 0.05$ maka data dikatakan tidak homogeny.

1. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengambil keputusan. Data yang diuji yaitu skor *pretest* dan *posttest*. Uji hipotesis ini menggunakan uji-t yaitu dengan syarat data berdistribusi ormal dan homogen (Nurjanah, 2015:64). Teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan model *pretest-posttest* design adalah dengan menggunakan uji-t (t-test). Penelitian ini menggunakan rumus uji-t

menggunakan *one- sample T-Test* menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 16 for Windows*. Langkah yang dilakukan yaitu dengan memilih menu *Analyze, Compare Means* kemudian *One Sample T-Test* (Nisfiannoor, 2009: 112). Apabila dalam perhitungan diperoleh nilai *Sig. (2-tailed)* atau $p < 0.05$, maka terdapat Pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal pada Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun. Akan tetapi, apabila dalam perhitungan diperoleh nilai *Sig. (2-tailed)* atau $p > 0.05$, maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal dasar *dribbling* pada Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun (Nisfiannoor, 2009:114).

2. Perhitungan Persentase Peningkatan

Setelah diberi perlakuan perlu dilakukan perhitungan persentase peningkatan menurut Sutrisno Hadi (1991:34) dengan rumus berikut ini:

$$\text{Persentase Peningkatan} = \frac{\text{Mean Different} - \text{mean pretest}}{\text{mean pretest}} \times 100\%$$
$$\text{Mean Different} = \text{mean posttest} - \text{mean pretest}$$

Keterangan:

Mean different = perbedaan
rata-rata *Mean pretest* =
rata-rata *pretest Mean*
posttest = rata-rata *posttest*

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Hasil *pretest* dan *posttest* keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Bermain Futsal

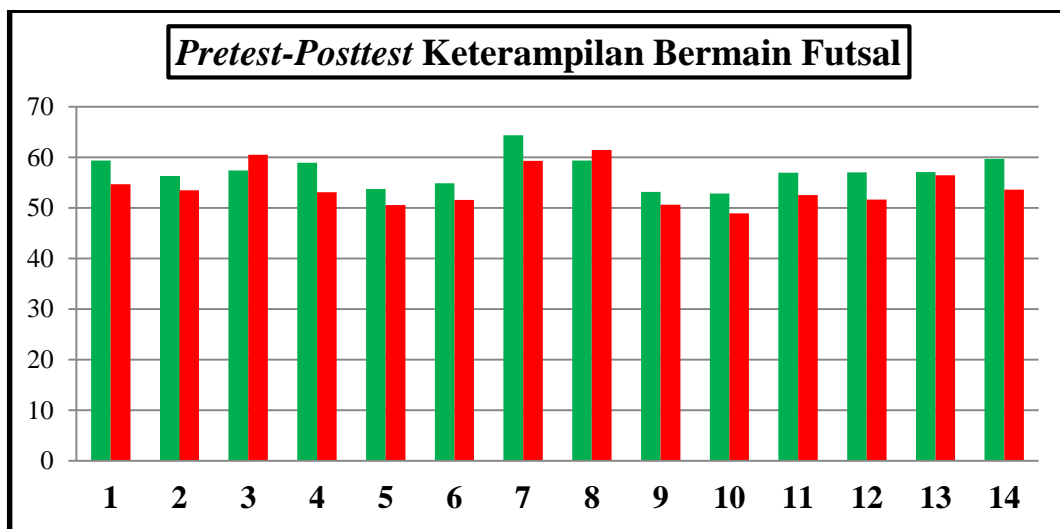
No Subjek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Selisih
1	59.38	54.67	4.71
2	56.19	53.44	2.75
3	57.38	60.50	-3.12
4	58.88	53.07	5.81
5	53.75	50.56	3.19
6	54.83	51.55	3.28
7	64.38	59.31	5.07
8	59.38	61.47	-2.09
9	53.13	50.62	2.51
10	52.81	48.88	3.93
11	56.93	52.49	4.44
12	57.00	51.62	5.38
13	57.07	56.43	0.64
14	59.67	53.57	6.1

Hasil analisis deskriptif statistik *pretest* dan *posttest* keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun sebagai berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Bermain Futsal

Statistik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
<i>N</i>	14	14
<i>Mean</i>	57.1986	54.1557
<i>Media</i>	57.0350	53.2550
<i>Mode</i>	59.38	48.88 ^a
<i>Std. Deviation</i>	3.09490	3.89323
<i>Minimum</i>	52.81	48.88
<i>Maximum</i>	64.38	61.47
<i>Sum</i>	800.78	758.18

Berdasarkan data pada tabel 3 tersebut di atas, *pretest* dan *posttest* keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 18. Diagram Batang *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta Usia 15-21 Tahun

Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun pada saat *pretest* mempunyai rata-rata sebesar 57,20 detik, dan meningkat sebesar 54,16 detik setelah diberikan latihan *coerver methods* selama 16 kali pertemuan.

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Penghitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov Z*. dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program *SPSS 16*. Hasilnya disajikan pada tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Kelompok	<i>p</i>	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,944	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,613	0,05	Normal

Dari hasil tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa data *pretest* memiliki nilai p 0,944 > 0.05, sedangkan data *posttest* memiliki nilai p 0,613 > 0.05, maka variabel berdistribusi normal. Karena semua data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran 6 halaman 77.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika $p > 0.05$. maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0.05$. maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	df1	df2	Sig.	Keterangan
<i>Pretest-Posttest</i>	1	26	0,316	Homogen

Dari tabel 5 di atas dapat dilihat nilai *pretest-posttest* sig. 0,316 > 0,05 sehingga data bersifat homogen. Oleh karena data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran 6 halaman 77.

3. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis yang pertama berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun”, Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika

nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan nilai sig lebih kecil dari 0.05 ($Sig < 0.05$). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 9. Uji-t Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Bermain Futsal Siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta Usia 15-21 Tahun

Kelompok	Rata-rata	<i>t-test for Equality of means</i>				
		t ht	t tb	Sig.	Selisih	%
<i>Pretest</i>	57,1986	4,052	2,160	0,001	3,043	5,32%
<i>Posttest</i>	54,1557					

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t_{hitung} 4,052 dan $t_{table (df 13)}$ 2,160 dengan nilai signifikansi p sebesar 0,001. Oleh karena t_{hitung} 4,052 $>$ t_{tabel} 2,160, dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Persentase peningkatan keterampilan bermain futsal yaitu sebesar 5,32%. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun”, diterima.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji t yang dilakukan, maka dapat diketahui bahwa latihan *coerver methods* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun. Persentase peningkatan keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun sebelum dan sesudah diberikan latihan *coerver methods* yaitu sebesar 5,32%. *Coerver methods* yang dikembangkan oleh Wiel Coerver adalah sebuah metode yang pada dasarnya membagi latihan menjadi

beberapa bagian. Dalam bukunya yang berjudul sepakbola, Wiel Coerver membagi tahapan dasar latihan menjadi 7 bagian.

Coerver methods yang menggabungkan antara teknik, fisik dan taktik juga dirasa cocok untuk diterapkan di futsal. Ada 7 prinsip dalam *coerver methods* yang saling berkaitan satu sama lain. Prinsip pertama banyak bersentuhan dengan bola. Ini akan membentuk kemampuan dasar dari setiap pemain. Futsal yang terkenal dengan pressing tinggi tentu menuntut para pemainnya untuk punya kemampuan dasar yang baik. Prinsip kedua dan ketiga adalah mengontrol lawan serta kemampuan 1 vs 1. Setelah sentuhan bola baik, kemampuan untuk mengontrol lawan, melindungi bola serta kemampuan 1 vs 1. Dengan jumlah pemain yang sedikit, tentu jika seorang pemain memiliki 2 kemampuan itu tentu akan bisa menjadi pembeda dalam tim. Prinsip 4 adalah menendang ke gawang atau *finishing*. Jika kemampuan bermain sudah terasah, selanjutnya kemampuan mencetak gol yang harus diasah. Selanjutnya kondisi fisik pertandingan untuk meningkatkan kemampuan fisiknya, menyiapkan untuk pertandingan adalah prinsip ke 5. Serta prinsip ke 6 dan 7 adalah prinsip yang bersifat taktik. Prinsip ke 6 taktik bertahan serta prinsip ke 7 adalah prinsip menyerang. Dengan 7 prinsip yang saling berkaitan, serta mencakup 3 unsur penting dalam futsal yaitu teknik, taktik serta fisik metode ini dirasa sangat baik untuk diterapkan di futsal.

Hal tersebut di atas sesuai dengan pendapat dari Bompa & Haff (2009: 51), bahwa pelatihan yang diberikan secara teratur selama 6-8 minggu akan mendapatkan hasil tertentu dimana tubuh teradaptasi dengan pelatihan yang diberikan. Selanjutnya Nala (2011: 37), menyatakan bahwa pelatihan yang

diberikan secara sistematis, progresif dan berulang-ulang akan memperbaiki sistem organ tubuh sehingga penampilan fisik akan optimal. Pelatihan yang dilakukan dengan frekuensi tiga kali seminggu, sesuai untuk para pemula akan menghasilkan peningkatan yang berarti. Gerakan yang dilakukan saat latihan dengan cara berulang-ulang akan menyebabkan terjadinya pembentukan refleks bersyarat, belajar bergerak, dan proses penghafalan gerak (Nala, 2011: 39).

Peningkatan kemampuan yang terjadi dikarenakan adanya asosiasi pengetahuan yang diperoleh anak pada pertemuan sebelumnya dengan pengetahuan yang baru dan asosiasi tersebut semakin kuat ketika dilakukan secara berulang. Hal ini berdasarkan pada teori belajar *law of exercise* yang dikemukakan oleh Rahyubi (2012: 164) yang menyatakan bahwa “prinsip hukum latihan menunjukkan bahwa prinsip utama dalam belajar adalah pengulangan, semakin sering diulangi materi pelajaran akan semakin dikuasai”.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang ada, yaitu:

1. Sampel tidak di asramakan, sehingga kemungkinan ada yang berlatih sendiri di luar *treatment*.
2. Dalam penelitian ini subjek yang diteliti masih sangat sedikit, sebatas pada siswa Tifosi Futsal *Academy* Yogyakarta usia 15-21 tahun yang berjumlah 14 orang.
3. Penelitian ini tidak ada variabel pembanding.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu ada pengaruh yang signifikan latihan *coerver methods* terhadap keterampilan bermain futsal siswa Tifosi Futsal Academy Yogyakarta usia 15-21 tahun, dengan $t_{hitung} 4,052 > t_{tabel} 2,160$, dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, dengan kenaikan persentase sebesar 5,32%.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, implikasi dari hasil penelitian yaitu: hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi pelatih futsal dalam membuat program latihan yang sesuai untuk meningkatkan keterampilan bermain futsal. Dengan demikian latihan akan efektif dan akan mendapatkan hasil sesuai dengan apa yang diharapkan oleh pelatih.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka kepada pelatih dan para peneliti lain, diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan karantina, sehingga dapat mengontrol aktivitas yang dilakukan sampel di luar latihan secara penuh.
2. Bagi para peneliti yang bermaksud melanjutkan atau mereplikasi penelitian ini disarankan untuk melakukan kontrol lebih ketat dalam seluruh rangkaian eksperimen.

3. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan dapat meneliti dengan jumlah populasi serta sampel yang lebih banyak dan berbeda.


DAFTAR PUSTAKA

- Agus Susanto T A & Yuli Hartati S C (2015). *Perbedaan Metode Latihan (Drill) dan Metode Bermain Terhadap Hasil Belajar Passing Dalam Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler di SMK NEGERI 1 LAMONGAN dan SMK NEGERI 2 LAMONGAN*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Volume 3, Nomer 2). Hlm.443-449.
- Agus Susworo Dwi Marhaendro, Saryono, Yudanto. (2009). *Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal*. *Jurnal IPTEK Olahraga*, Vol.11, No.2, Mei 2009: 144-156.
- Anas Sudijono. 2006. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, Suharsimi. 1990. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, O.T. & Haff, G.G (2009) *Periodization theory and methodology of training*. United States: Human Kinetics.
- Coerver, Wiel. 1985. *Sepakbola Dan Program Pembinaan Pemain Ideal*. Jakarta PT. Gramedia.
- Halim, S. 2009. *1 Hari Pintar Main Futsal*. Bandung : Media Prasindo.
- Justinus Lhaksana 2011. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Kiram, Yanuar. Phil. 1992. *Belajar motorik*. Jakarta: Departemen pendidikan dan Kebudayaan.
- Kurniawan, Feri. 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Lukman, Yudianto. 2009. *Teknik Bermain Sepak Bola dan Futsal*. Bandung: Visi7.
- Ma'mun, A. & Saputra, Y.M. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Nala. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Universitas Udayana.

- Nisfiannoor, Muhammad. (2009). *Pendekatan Statistika Modern Untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nugroho, W. 2007. *Belajar Mengatasi Hambatan Belajar*. Surabaya: Prestasi Pustaka.
- Sugiyanto. 1998. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiyono.2006. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsaputra, Uhar. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Sumadi Suryabrata. 1988. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali. IV. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Suwarno K. R. 2001. *Gerak Dasar dan Teknik Dasar*. Yogyakarta: FPO FIK UNY.
- Tenang. 2008. *Mahir Bermain Futsal*. Bandung: Mizan.
- Wirawan, 2007. *Budaya dan Iklim Organisasi*. Jakarta : Salemba Empat

LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Izin Penelitian

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

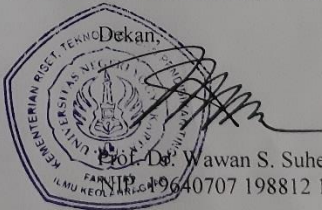
Nomor: 03.21/UN.34.16/PP/2019. 11 Maret 2019.
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Kepada Yth.
Ketua Pelatih Tiposi Futsal
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka uji coba penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Tri Anggono
NIM : 14602241080
Program Studi : PKO.
Dosen Pembimbing : Nawar Primasoni, M.Or.
NIP : 198405212008121001
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Maret s/d Mei 2019
Tempat : **Tiposi Futsal, Jln. Sukonandi B Semaki kulon, Yogyakarta**
Judul Skripsi : Pengaruh Coever Methods Terhadap Keterampilan Bermain Futsal.


Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.


Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PKO.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian

 <i>futsale wong jogja</i>	TIFOSI FUTSAL JOGJA Alamat: Jalan Sukonandi 11B Semaki Kulon, Jogjakarta Narahubung: 087 8888 99108 Instagram: @tifosifutsal
--	--

No. : 002/B/TIFOSI.FUTSAL/IV/2019
Perihal : **Surat Keterangan Penelitian**

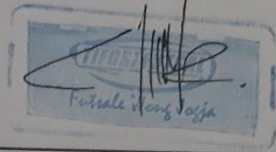
Bersama surat ini kami selaku manajemen dari Tifosi Futsal Jogja, menyatakan bahwa:

Nama : Tri Anggono
NIM : 14602241080
Prodi : PKO
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah selesai melaksanakan penelitian di Tifosi Futsal Jogja, Jalan Sukonandi 11B Semaki Kulon, Yogyakarta pada tanggal 15 Maret – 24 April sebagai syarat untuk menyelesaikan studi S-1 dengan skripsi berjudul "*Pengaruh Coever Methods Terhadap Keterampilan Bermain Futsal*".

Demikianlah surat keterangan ini kami sampaikan untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 24 April 2019

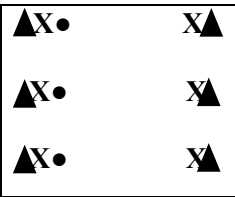
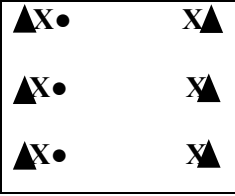


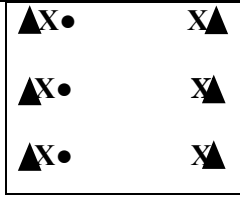
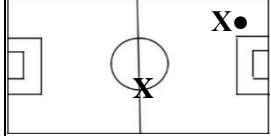
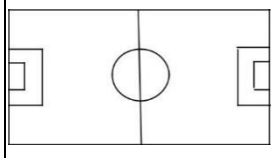
TIFOSI FUTSAL JOGJA

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 1 & 2

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Rendah
 Volume : Tinggi
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

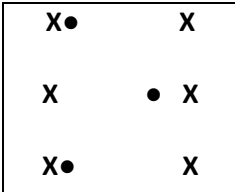
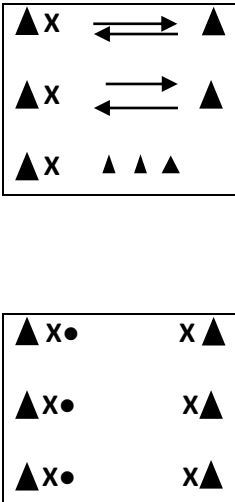
No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Lari 4x lapangan 2. Statis & dinamis		P XXXXX XXXXX	Lari 4 kali keliling lapangan Dan membuat lingkaran untuk pemanasan statis dan dinamis. 8x hitungan
3.	Latihan Inti 1. Latihan <i>ball feeling</i> 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 5 Set : 4 Interval : 2' Recovery : 1'	Panjang cone 8m  	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan <i>toe tap</i> 1.2 Melakukan <i>tap inside</i> 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole) 3.1 Siswa membawa bola dengan sepatu bagian bawah

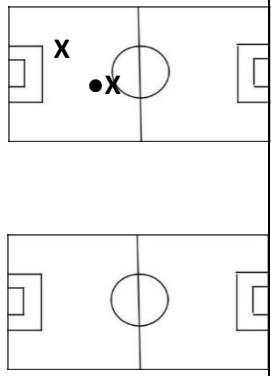
3. <i>Dribbling</i> (Menggiring bola)		3.2 Siswa membawa bola dengan kaki bagian luar
4. <i>Shooting</i> (Menendang bola)		4 Siswa melakukan menendang langsung ke arah gawang
5. <i>Game</i>		5 Bermain 5v5

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 3 & 4

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Medium
 Volume : Medium
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

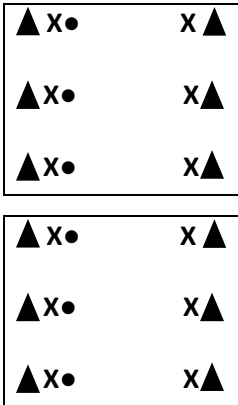
No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Menggiring dan passing bola 2. Seluruh lapangan dan di kombinasi pemanasan statis & dinamis			Dilakukan seluruh siswa dengan menggunakan 3 bola menggiring bebas dan passing bergerak. Dan berhenti untuk melakukan pemanasan statis & dinamis.
3.	Latihan Inti 1. Koordinasi dan Kelincahan 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 4 Set : 3 Interval : 3' Recovery : 2'	Panjang cone 8m 	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan lari bolak balik tanpa bola 1.2 Melewati cone dengan variasi gerakan 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

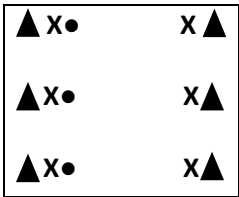
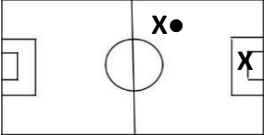
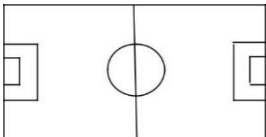
	<p>3. <i>1v1</i></p> <p>4. <i>Game</i></p>			<p>3.1 Siswa Melakukan 1 lawan 1 secara bergantian menyerang dan bertahan</p> <p>4 Bermain 5v5</p>
4.	Penutup	20 menit	<p>P</p> <p>XXXXX</p> <p>XXXXX</p>	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 5 & 6

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Tinggi
 Volume : Rendah
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Lari 4x lapangan 2. Statis & dinamis		P XXXXX XXXXX	Lari 4 kali keliling lapangan Dan membuat lingkaran untuk pemanasan statis dan dinamis. 8x hitungan
3.	Latihan Inti 1. Latihan <i>ball feeling</i> 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 3 Set : 2 Interval : 4' Recovery : 3'	Panjang cone 8m 	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan <i>toe tap</i> 1.2 Melakukan <i>tap inside</i> 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

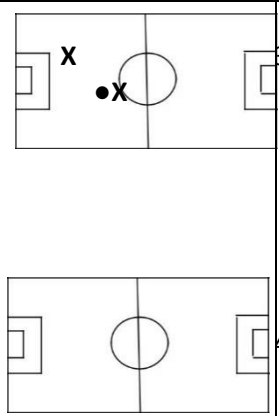
	<p>3. <i>Dribbling</i> (Menggiring bola)</p> <p>4. <i>Shooting</i> (Menendang bola)</p> <p>5. <i>Game</i></p>		  	<p>3.1 Siswa membawa bola dengan sepatu bagian bawah</p> <p>3.2 Siswa membawa bola dengan kaki bagian luar</p> <p>4 Siswa melakukan menendang langsung ke arah gawang</p> <p>5 Bermain 5v5</p>
4.	Penutup	20 menit	<p>P</p> <p>XXXXX</p> <p>XXXXX</p>	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 7 & 8

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Medium
 Volume : Medium
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

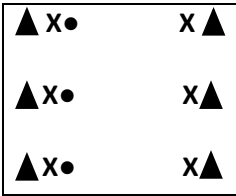
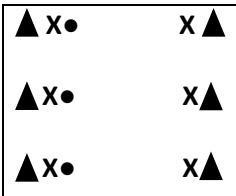
No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Menggiring dan passing bola 2. Seluruh lapangan dan di kombinasi pemanasan statis & dinamis			Dilakukan seluruh siswa dengan menggunakan 3 bola menggiring bebas dan passing bergerak. Dan berhenti untuk melakukan pemanasan statis & dinamis.
3.	Latihan Inti 1. Koordinasi dan Kelincahan 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 4 Set : 3 Interval : 3' Recovery : 2'	Panjang cone 8m 	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan lari bolak balik tanpa bola 1.2 Melewati cone dengan variasi gerakan 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

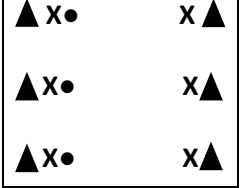
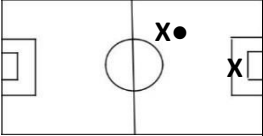
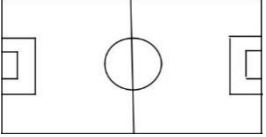
	<p>3. <i>1v1</i></p> <p>4. <i>Game</i></p>		 <p>3. Siswa Melakukan 1 lawan 1 secara bergantian menyerang dan bertahan</p> <p>4. Bermain 5v5</p>	
4.	Penutup	20 menit	<p>P</p> <p>XXXXX</p> <p>XXXXX</p>	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 9 & 10

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Rendah
 Volume : Tinggi
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Lari 4x lapangan 2. Statis & dinamis		P XXXXX XXXXX	Lari 4 kali keliling lapangan Dan membuat lingkaran untuk pemanasan statis dan dinamis. 8x hitungan
3.	Latihan Inti 1. Latihan <i>ball feeling</i> 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 4 Set : 4 Interval : 2' Recovery : 1'	Panjang cone 8m  	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan <i>toe tap</i> 1.2 Melakukan <i>tap inside</i> 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

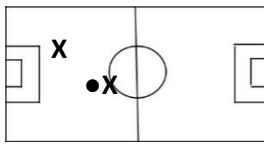
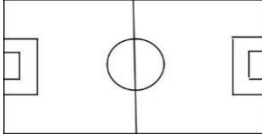
	<p>3. <i>Dribbling</i> (Menggiring bola)</p> <p>4. <i>Shooting</i> (Menendang bola)</p> <p>5. <i>Game</i></p>		  	<p>3.1 Siswa membawa bola dengan sepatu bagian bawah</p> <p>3.2 Siswa membawa bola dengan kaki bagian luar</p> <p>4 Siswa melakukan menendang langsung ke arah gawang</p> <p>5 Bermain 5v5</p>
4.	Penutup	20 menit	<p>P</p> <p>XXXXXX</p> <p>XXXXXX</p>	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 11 & 12

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Medium
 Volume : Medium
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

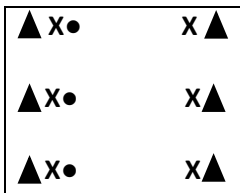
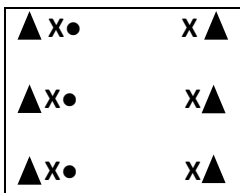
No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Menggiring dan passing bola 2. Seluruh lapangan dan di kombinasi pemanasan statis & dinamis			Dilakukan seluruh siswa dengan menggunakan 3 bola menggiring bebas dan passing bergerak. Dan berhenti untuk melakukan pemanasan statis & dinamis.
3.	Latihan Inti 1. Koordinasi dan Kelincahan 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 3 Set : 3 Interval : 4" Recovery : 3'	Panjang cone 8m 	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan lari bolak balik tanpa bola 1.2 Melewati cone dengan variasi gerakan 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

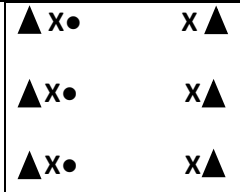
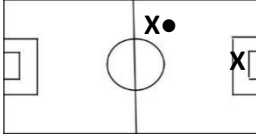
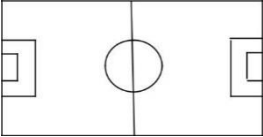
	3. <i>1v1</i>			3. Siswa Melakukan 1 lawan 1 secara bergantian menyerang dan bertahan
	4. <i>Game</i>			4. Bermain 5v5
4.	Penutup	20 menit	P XXXXX XXXXX	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 13 & 14

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Tinggi
 Volume : Rendah
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Lari 4x lapangan 2. Statis & dinamis		P XXXXX XXXXX	Lari 4 kali keliling lapangan Dan membuat lingkaran untuk pemanasan statis dan dinamis. 8x hitungan
3.	Latihan Inti 1. Latihan <i>ball feeling</i> 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 2 Set : 2 Interval : 5' Recovery : 4'	Panjang cone 8m  	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan <i>toe tap</i> 1.2 Melakukan <i>tap inside</i> 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

	<p>3. <i>Dribbling</i> (Menggiring bola)</p> <p>4. <i>Shooting</i> (Menendang bola)</p> <p>5. <i>Game</i></p>		  	<p>3.1 Siswa membawa bola dengan sepatu bagian bawah</p> <p>3.2 Siswa membawa bola dengan kaki bagian luar</p> <p>4 Siswa melakukan menendang langsung ke arah gawang</p> <p>5 Bermain 5v5</p>
4.	Penutup	20 menit	<p>P</p> <p>XXXXX</p> <p>XXXXX</p>	Pendinginan, evaluasi dan do'a selesai latihan

SESI LATIHAN COERVER METHODS

PERTEMUAN 15 & 16

Cabor : Futsal
 Jumlah Siswa : 14 siswa
 Waktu : 120 menit
 Tanggal dan Hari :
 Intesitas : Rendah
 Volume : Tinggi
 Alat : bola, cone, peluit, *stopwatch*

No	Materi Latihan	Waktu	Formasi	Keterangan
1.	Pengantar	20 menit	P XXXXX XXXXX	Do'a dan pemberian arahan laithan
2.	Pemanasan 1. Menggiring dan passing bola 2. Seluruh lapangan dan di kombinasi pemanasan statis & dinamis			Dilakukan seluruh siswa dengan menggunakan 3 bola menggiring bebas dan passing bergerak. Dan berhenti untuk melakukan pemanasan statis & dinamis.
3.	Latihan Inti 1. Koordinasi dan Kelincahan 2. <i>Passing & Control</i> (Mengoper dan Menahan bola)	80 menit Repitisi : 2 Set : 3 Interval : 3' Recovery : 2'	Panjang cone 8m 	Latihan Inti 1.1 Siswa melakukan lari bolak balik tanpa bola 1.2 Melewati cone dengan variasi gerakan 2.1 Siswa melakukan operan dengan kaki bagian dalam 2.2 Siswa menahan bola dengan sepatu bagian bawah (sole)

Lampiran 4. Hasil *Pretest*

DATA PRETTEST

No	Nama	Tes 1 (detik)	Tes 2 (detik)	Terbaik (detik)
1	Reza	61.21	59.38	59.38
2	Panjer	58.01	56.19	56.19
3	Sultan	57.38	57.43	57.38
4	Iqbal	60.23	58.88	58.88
5	Anggi	55.31	53.75	53.75
6	Rahman	56.02	54.88	54.83
7	Gagas	65.11	64.38	64.38
8	Taufik	59.98	59.38	59.38
9	William	54.15	53.13	53.13
10	Novan	55.19	52.81	52.81
11	Jose	56.93	58.75	56.93
12	Haqie	59.09	57.00	57.00
13	Dino	57.07	59.44	57.07
14	Faisal	59.67	62.44	59.67

DATA POSTEST (dalam detik)

No	Nama	Tes 1 (detik)	Tes 2 (detik)	Terbaik (detik)
1	Reza	54.67	57.19	54.67
2	Panjer	53.44	55.05	53.44
3	Sultan	62.50	60.50	60.50
4	Iqbal	54.67	53.07	53.07
5	Anggi	54.12	50.56	50.56
6	Rahman	51.55	53.23	51.55
7	Gagas	60.15	59.31	59.31
8	Taufik	63.14	61.47	61.47
9	William	51.06	50.62	50.62
10	Novan	48.88	50.11	48.88
11	Jose	53.76	52.49	52.49
12	Haqie	51.62	52.01	51.62
13	Dino	57.13	56.43	56.43
14	Faisal	53.57	54.31	53.57

Lampiran 5. Deskriptif Statistik

Statistics

		Pretest	Posttest
N	Valid	14	14
	Missing	0	0
Mean		57.1986	54.1557
Median		57.0350	53.2550
Mode		59.38	48.88 ^a
Std. Deviation		3.09490	3.89323
Minimum		52.81	48.88
Maximum		64.38	61.47
Sum		800.78	758.18

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	52.81	1	7.1	7.1	7.1
	53.13	1	7.1	7.1	14.3
	53.75	1	7.1	7.1	21.4
	54.83	1	7.1	7.1	28.6
	56.19	1	7.1	7.1	35.7
	56.93	1	7.1	7.1	42.9
	57	1	7.1	7.1	50.0
	57.07	1	7.1	7.1	57.1
	57.38	1	7.1	7.1	64.3
	58.88	1	7.1	7.1	71.4
	59.38	2	14.3	14.3	85.7
	59.67	1	7.1	7.1	92.9
	64.38	1	7.1	7.1	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	48.88	1	7.1	7.1	7.1
	50.56	1	7.1	7.1	14.3
	50.62	1	7.1	7.1	21.4
	51.55	1	7.1	7.1	28.6
	51.62	1	7.1	7.1	35.7
	52.49	1	7.1	7.1	42.9
	53.07	1	7.1	7.1	50.0
	53.44	1	7.1	7.1	57.1
	53.57	1	7.1	7.1	64.3
	54.67	1	7.1	7.1	71.4
	56.43	1	7.1	7.1	78.6
	59.31	1	7.1	7.1	85.7
	60.5	1	7.1	7.1	92.9
	61.47	1	7.1	7.1	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Lampiran 6. Uji Normalitas dan Homogenitas

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		14	14
Normal Parameters ^a	Mean	57.1986	54.1557
	Std. Deviation	3.09490	3.89323
Most Extreme Differences	Absolute	.141	.203
	Positive	.141	.203
	Negative	-.108	-.122
Kolmogorov-Smirnov Z		.527	.758
Asymp. Sig. (2-tailed)		.944	.613
a. Test distribution is Normal.			

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Pretest-Posttest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.047	1	26	.316

Lampiran 7. Hasil Analisis Uji t

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pretest	57.1986	14	3.09490	.82715
Posttest	54.1557	14	3.89323	1.04051

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest & Posttest	14	.699	.005

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 - Posttest	3.04286	2.80989	.75098	1.42047	4.66524	4.052	13	.001

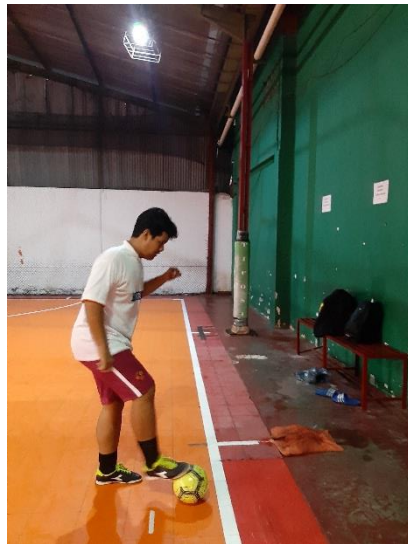
Lampiran 8. Tabel t

Tabel IV
Tabel Nilai-nilai t

d. b.	Tarf Signifikansi							
	50%	40%	20%	10%	5%	2%	1%	0,1%
1	1,000	1,376	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657	636,691
2	0,816	1,061	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925	31,598
3	0,765	0,978	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841	12,941
4	0,741	0,941	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604	8,610
5	0,727	0,920	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032	6,859
6	0,718	0,906	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707	5,959
7	0,711	0,896	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499	5,405
8	0,706	0,889	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355	5,041
9	0,703	0,883	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250	4,781
10	0,700	0,879	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169	4,587
11	0,697	0,876	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106	4,437
12	0,695	0,873	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055	4,318
13	0,694	0,870	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012	4,221
14	0,692	0,868	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977	4,140
15	0,691	0,866	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947	4,073
16	0,690	0,865	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921	4,015
17	0,689	0,863	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898	3,965
18	0,688	0,862	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878	3,922
19	0,688	0,861	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861	3,883
20	0,687	0,860	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845	3,850
21	0,686	0,859	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831	3,819
22	0,686	0,858	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819	3,792
23	0,685	0,858	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807	3,767
24	0,685	0,857	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797	3,745
25	0,684	0,856	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787	3,725
26	0,684	0,856	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779	3,707
27	0,684	0,855	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771	3,690
28	0,683	0,855	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763	3,674
29	0,683	0,854	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756	3,658
30	0,683	0,854	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750	3,644
40	0,681	0,851	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704	3,551
60	0,679	0,848	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660	3,480
120	0,677	0,845	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617	3,373
∞	0,674	0,842	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576	3,290

Lampiran 9. Foto Penelitian

Contoh Pretest



Contoh Perlakuan



Contoh Post test

