



**PENGARUH LATIHAN *PASSING DIAMOND* DAN
PASSING TRIANGLE TERHADAP AKURASI
PASSING SISWA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL SMA N 2 DEMAK
TAHUN 2018**

SKRIPSI

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

**AULIA FUAD ADAM
148010010**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS WAHID HASYIM SEMARANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal skripsi dengan judul “**Pengaruh Latihan *Passing Diamond* dan *Passing Triangle* terhadap akurasi *passing* Siswa Ekstrakurikuler futsal SMA N 2 Demak tahun 2018**”

Yang disusun oleh :

Nama : Aulia Fuad Adam

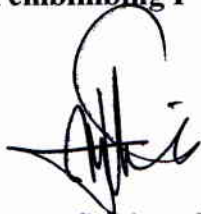
NIM : 148010010

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing I dan Pembimbing II untuk diajukan pada **Dewan Penguji Skripsi**.

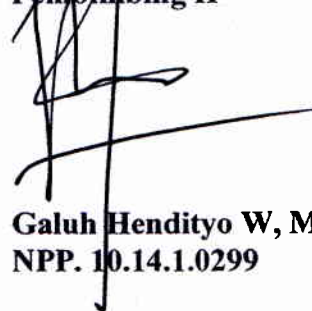
Semarang, 4 September 2018

Pembimbing I



**Liska Sukiyandari, M.Pd.
NPP. 10.11.1.0208**

Pembimbing II



**Galuh Hendityo W, M.Pd.
NPP. 10.14.1.0299**

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul **“Pengaruh Latihan *Passing Diamond* dan *Passing Triangle* Terhadap Akurasi *Passing* Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA N 2 Demak Tahun 2018”**

Yang disusun oleh :

Nama : Aulia Fuad Adam

NIM : 148010010

Telah dipertahankan dalam ujian skripsi di depan Dewan Penguji Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Wahid Hasyim Semarang pada 28 November 2018.

Dewan Penguji Skripsi



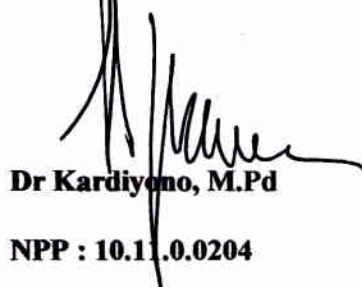
NPP : 10.11.0.0197

Penguji II


Liska Sukiyandari, M.Pd

NPP : 10.11.0.0208

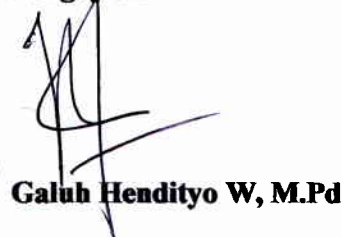
Penguji I



Dr Kardiyono, M.Pd

NPP : 10.11.0.0204

Penguji III



Galuh Hendityo W, M.Pd

NPP : 10.14.0.0299

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

- 1.) Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik Sarjana Pendidikan, baik di Universitas Wahid Hasyim maupun di perguruan tinggi lain.
- 2.) Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penguji.
- 3.) Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
- 4.) Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Wahid Hasyim.

Semarang, 4 September 2018

Yang membuat pernyataan


Aulia Fuad Adam)
NIM : 148010010

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Tidak ada proses yang mudah untuk mendapatkan sesuatu , yang terpenting tetap berusaha dan tidak mudah menyerah – Aulia Fuad Adam

Persembahan :

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT, yang selalu memberikan rahmat, hidayat dan kemudahan kepada hambaNya yang sabar. Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini saya persembahkan kepada :

- 1) Kedua orang tuaku tercinta Ibunda Sri Sumardijah dan Ayah terhebat Bapak Soewarto yang senantiasa memberikan kasih sayangnya, selalu memberikan doa tanpa henti, memberikan semangat, motivasi dan dukungan.
- 2) Kakakku Pratiwi dan Rofiq Sururi yang senantiasa memberikan motivasi.
- 3) Seluruh dosen dan staf prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
- 4) Rekan-rekan seperjuangan Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi khususnya PJKR 14 D.
- 5) Lilik Prasetiyanti, Bayu Wahyu Dewangga, Ibnu Adi Prasetyo, Noviantoro Dwi Nugroho, Rizky Fitroh Khakim, Lintang Alit Sumuniar, Muflihul Akbar, Indra dan teman-teman lain yang selalu penuh makna.
- 6) Almamaterku; Universitas Wahid Hasyim Semarang

ABSTRAK

Aulia Fuad Adam. 2018. Pengaruh Latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap akurasi *passing* siswa ekstrakurikuler futsal SMA N 2 Demak tahun 2018. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Wahid Hasyim Semarang, Pembimbing I Liska Sukiyandari, M.Pd. dan Pembimbing II Galuh Hendityo W, M.Pd.

Kata Kunci : Latihan, *Passing* Futsal, Akurasi *Passing*

Latar belakang dari penelitian ini adalah Lemahnya akurasi *passing* futsal siswa SMA N 2 Demak dan kurangnya pengetahuan siswa tentang teknik-teknik dasar futsal. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap hasil akurasi *passing* futsal dan Latihan mana yang lebih baik antara latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap hasil akurasi *passing* futsal.

Metode penelitian yang digunakan penulis adalah metode Deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMA N 2 Demak yang berjumlah 20 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan sistem A-B-B-A dengan rancangan *Pretest-Posttest Design*. Analisis data menggunakan Statistik Uji-t dengan $\alpha = 5\%$.

Hasil pengolahan data dan analisa $\alpha = 5\%$ didapatkan latihan *passing diamond* diperoleh skor rata-rata *pre-test* 4,20 poin dan *post-test* 6,20 poin dengan nilai probabilitas (p) = 0,008 berarti ada pengaruh latihan *passing diamond*. Sedangkan perhitungan data latihan *passing triangle* diperoleh skor rata-rata *pre-test* 4,40 poin dan *post-test* 6,60 poin dengan nilai probabilitas (p) = 0,001 berarti ada pengaruh latihan *passing triangle*. Perhitungan dari *post-test* dari kedua metode latihan diperoleh rata-rata 6,20 dan 6,60 berarti terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap hasil akurasi *passing* futsal dengan pengaruh latihan *passing triangle* lebih baik dengan presentase peningkatan 22% sedangkan latihan *passing diamond* hanya 20%.

Simpulan penelitian ini adalah Ada pengaruh latihan *passing diamond* dan *passing triangle* terhadap hasil akurasi *passing* futsal dan Latihan *passing triangle* lebih baik daripada latihan *passing diamond*. Pelatih futsal hendaknya lebih memahami dan memberikan latihan yang bervariasi agar siswa benar benar menguasai teknik dasar futsal yang baik dan benar.

ABSTRACT

AuliaFuad Adam. 2018. The effect of diamond passing and triangle passing training to the passing accuracy of futsal extracurricular students in SMA N 2 Demak 2018. Thesis. Study Program of Sport Education. Faculty of Teacher Training and Education, Wahid Hasyim University of Semarang, Adviser I Liska Sukiyandri, M.Pd. and Adviser II Galuh Hendiyato W, M.Pd.

Keywords: *Training, futsal passing, passing accuracy*

The background of the research is the lack of passing accuracy in futsal of SMA N 2 Demak students and the lack of students' knowledge about the basic techniques in futsal. The aim of the research is to find out Effect of *diamond passing* and *triangle passing* training to students' passing accuracy in futsal and Which better training between *diamond passing* and *triangle passing* training to students' passing accuracy in futsal.

The method of research used in the research is Descriptive method with quantitative approach. The research involving 20 students which is included in the futsal extracurricular SMA N 2 Demak as research's population and sample. The technique of collecting sample is using A-B-B-A system with Pre-test – Post-test Design. Data analysis using statistic t-test with $\alpha = 5\%$.

The result of the data processing and the analysis $\alpha = 5\%$ obtained in *diamond passing* training the average result of pre-test is 4,20 point and post-test is 6,20 point with probability point (p) = 0,008 which means there is impact in *diamond passing* training. While the calculation of *passing triangle* has average result point of pre-test 4,40 point and post-test 6,60 point with probability point (p) = 0,001 which means there is impact in *triangle passing* training. The calculation from post-test from both training method obtained average 6,20 and 6,60 which means there are significant impact between *diamond passing* training and *triangle passing* training to the passing accuracy in futsal with result that *triangle passing* training is more effective with 22% development while *diamond passing* training just 20% development.

The conclusion of the research is there is effect between *diamond passing* training and *triangle passing* training to students' passing accuracy in futsal, while *triangle passing* training is more effective than *diamond passing* training. futsal coaches should understand and provide varied training so that students really master the basic techniques of futsal that are good and right.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah serta inayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi dengan judul **“Pengaruh Latihan *Passing Diamond* dan *Passing Triangle* terhadap akurasi *passing* Siswa Ekstrakurikuler futsal SMA N 2 Demak tahun 2018.”**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jasmani pada Universitas Wahid Hasyim Semarang.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna, namun demikian dengan segenap kemampuan yang ada pada peneliti memberanikan diri untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.

Peneliti sangat menyadari bahwa ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari pihak – pihak yang terkait. Segala bentuk bantuan yang penulis terima baik dari studi maupun dari persiapan penulisan proposal skripsi, maka dari itu dalam kesempatan ini dengan rendah hati penulis menyampaikan rasa terima kasih yang setulus – tulusnya kepada :

- 1.) Prof. Dr. H. Mahmuhtarom HR, SH, MH Selaku Rektor Universitas Wahid Hasyim Semarang yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk menempuh studi FKIP PJKR Unwahas.
- 2.) Dr. Kardiyono, M.Pd selaku Dekan FKIP yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk menempuh studi di FKIP PJKR Unwahas.

- 3.) Liska Sukiyandari, M.Pd., selaku Wakil Dekan FKIP sekaligus Dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
- 4.) Galuh Hendityo W, M.Pd selaku Dosen pembimbing II yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk menempuh studi di FKIP PJKR Unwahas.
- 5.) Seluruh dosen dan staf jurusan yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
- 6.) Orang tua yang telah memberikan dukungan moril maupun finansial untuk bisa menyelesaikan proposal penelitian ini.
- 7.) Teman-teman PJKR 2014 yang telah memberikan semangat untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
- 8.) Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang sesuai dengan kebaikan yang telah mereka berikan selama ini. Peneliti menyadari bahwa dalam proposal skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, akan tetapi peneliti berharap semoga apa yang tertulis dalam proposal skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca semua.

Semarang, 4 September 2018



Peneliti

DAFTAR ISI

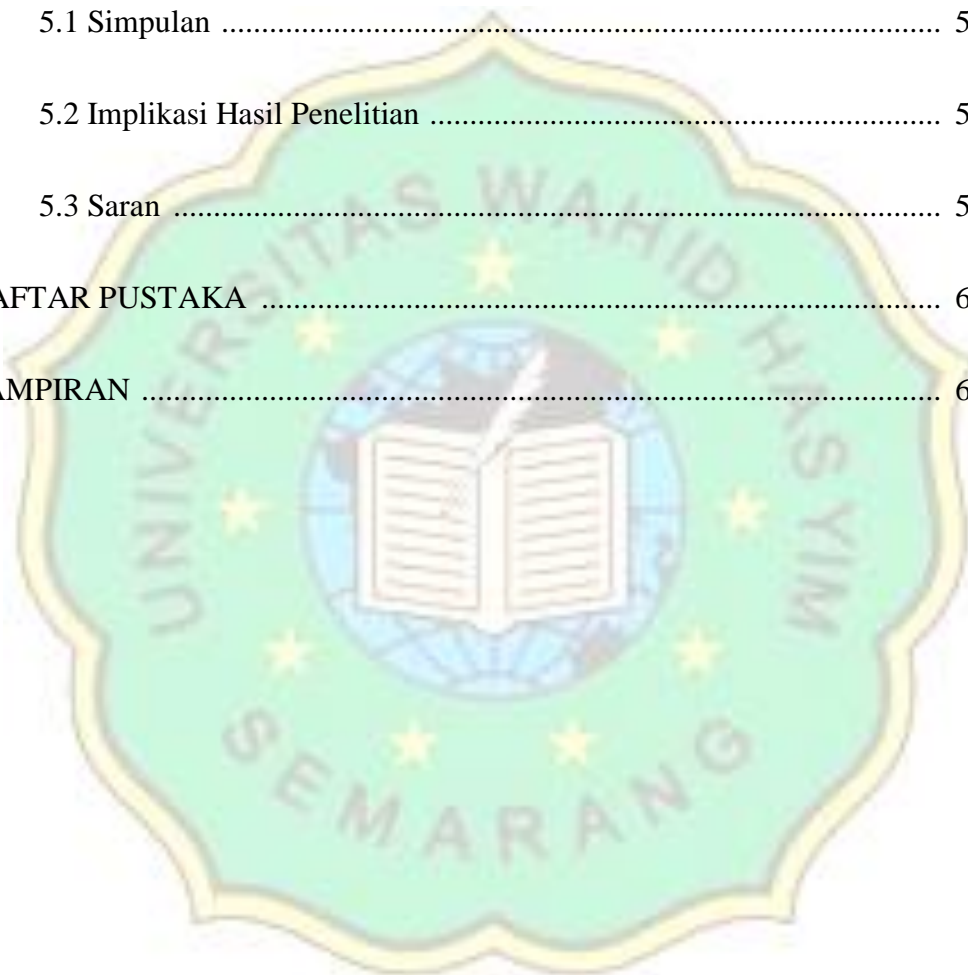
	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN KELULUSAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masaah	4

1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	6
2.1 Permainan Futsal	6
2.1.1 Sejarah	6
2.1.2 Akurasi Passing	8
2.1.3 Teknik Dasar Futsal	9
2.1.3.1 Mengoper (<i>Passing</i>)	9
2.1.3.2 Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	12
2.1.3.3 Menahan Bola (<i>Control</i>)	13
2.1.3.4 Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	14
2.1.3.5 Menendang Bola (<i>Shooting</i>)	15
2.1.4 Posisi Dalam Permainan Futsal	16
2.2 Sarana Prasarana Futsal	17
2.2.1 Lapangan Permainan	17
2.2.2. Bola	18
2.2.3 Gawang	19
2.3 Pengertian Latihan	20
2.3.1 Tujuan Latihan	20

2.3.2 Prinsip Latihan	21
2.3.3 Pengertian Latihan <i>Passing Diamond</i>	22
2.3.4 Pengertian Latihan <i>Passing Triangle</i>	23
2.4 Pengertian Ekstrakurikuler	25
2.4.1 Tujuan Ekstrakurikuler	25
2.4.2 Karakteristik Peserta Ekstrakurikuler	26
2.4.3 Karakteristik Anak Usia Remaja (SMA)	26
2.5 Penelitian yang Relevan	28
2.6 Kerangka Berfikir	29
2.7 Hipotesis Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Pendekatan Penelitian	32
3.1.1 Penelitian Kuantitatif	32
3.2 Populasi dan Sampel.....	32
3.2.1 Populasi	32
3.2.2 Sampel	33
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel	33
3.3 Variabel Penelitian	34
3.3.1 Variabel Bebas	34

3.3.2 Variabel Terikat	34
3.4 Desain Penelitian	34
3.5 Prosedur Penelitian	35
3.6 Instrumen Penelitian	37
3.7 Prosedur Penelitian	40
3.7.1 Tes <i>Short Passing</i>	40
3.8 Teknik Pengumpulan Data	42
3.9 Teknik Analisis Data	43
3.9.1 Uji Prasyarat Analisis Data	43
3.9.1.1 Uji Normalitas	43
3.9.1.2 Uji Homogenitas	43
3.9.2 Uji Hipotesis	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN	47
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	47
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian	47
4.1.2 Kelompok Latihan <i>Passing Diamond</i>	47
4.1.3 Kelompok Latihan <i>Passing Triangle</i>	48
4.2 Uji Prasyarat	50
4.2.1 Uji Normalitas	50

4.2.2 Uji Homogenitas	51
4.3 Uji Hipotesis	52
4.4 Pembahasan	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	58
5.1 Simpulan	58
5.2 Implikasi Hasil Penelitian	58
5.3 Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	62



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Penelitian Yang Relevan	28
Tabel 2.2 Kerangka Berpikir	30
Tabel 3.1 Pembagian Kelompok Penelitian	36
Tabel 3.2. Nilai Validitas Instrumen	39
Tabel 3.3 Kriteria Reliabilitas	40
Tabel 3.4 Nilai Koefisien Reliabilitas	41
Tabel 3.5. Tabel Penilaian <i>Test Short Passing</i>	42
Tabel 3.6. Tabel Untuk Mempersiapkan Perhitungan Statistik	42
Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian Pada Kelompok Latihan <i>Passing</i> <i>Diamond</i>	48
Tabel 4.2 Data Hasil Penelitian Kelompok Latihan <i>Passing Triangle</i>	49
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pada Latihan <i>Passing</i> Kelompok I dan Kelompok II	50
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 4.5 Hasil Tes Uji Homogenitas	51
Tabel 4.6 Rangkuman hasil perhitungan Paired Samples Statistics	52

Tabel 4.7 Rangkuman Paired Samples Test..... 54

Tabel 4.8 Rangkuman Hasil Perhitungan *Paired Samples Correlations*..... 55



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. <i>Passing</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam	10
Gambar 2.2 <i>Passing</i> Menggunakan Punggung Kaki	11
Gambar 2.3 <i>Passing</i> Menggunakan Kaki Bagian Luar	12
Gambar 2.4 <i>Dribbling</i> Futsal	13
Gambar 2.5 <i>Control</i> Futsal	14
Gambar 2.6 <i>Heading</i> Futsal	15
Gambar 2.7 <i>Shooting</i> Futsal	16
Gambar 2.8 Lapangan Futsal	18
Gambar 2.9 Bola Futsal	18
Gambar 2.10 Gawang Futsal	19
Gambar 2.11 Latihan <i>Passing Diamond</i>	22
Gambar 2.12 Latihan <i>Passing Triangle</i>	23
Gambar 3.1 Tes <i>short passing</i>	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing	63
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari FKIP Unwahas	64
Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SMA N 2 Demak	65
Lampiran 4. Program Latihan	66
Lampiran 5. Data Perangkingan	71
Lampiran 6. Data <i>Matching Pair</i>	72
Lampiran 7. Daftar Kehadiran	73
Lampiran 8. Tabel Hasil Penelitian Kelompok Latihan <i>Passing Diamond</i>	74
Lampiran 9. Tabel Hasil Penelitian Kelompok Latihan <i>Passing Triangle</i>	76
Lampiran 10. Olah data menggunakan SPSS	77
Lampiran 12. Dokumentasi	79