

**PENGARUHLATIHAN *TRIANGLE PASS* TERHADAP KETEPATAN  
*PASSING* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL  
DISMPN2 CITEUREUP**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam memperoleh SKRIPSI Pada  
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Keguruan Dan  
Ilmu Pengetahuan Universitas Islam "45"  
Bekasi



**Oleh :**

**SULAEMAN**

**41182191190109**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
ISLAM "45" BEKASI**

**2023**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah diterima oleh Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi. Dengan Judul: "PENGARUH LATIHAN *TRIANGLE PASS* TERHADAP KETEPATAN *PASSING* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMPN 2 CITEUREUP".

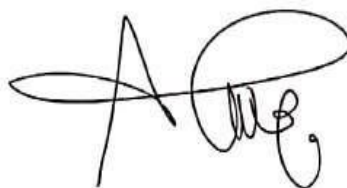
Pembimbing



Yunita Lasma, M. Pd

Bekasi, 07 Agustus 2023

Mengetahui,  
Program Studi PJKR



Dr. Apta Mylsdahayu, M.or

**LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI**  
**“PENGARUH LATIHAN *TRIANGLE PASS***  
**TERHADAP KETEPATAN *PASSING* PADA SISWA EKSTRAKURIKULER**  
**FUTSAL DI SMPN 2 CITEUREUP”**

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

**Sulaeman**

41182191190109

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Pada Tanggal 31 Juli 2023

Dan telah memenuhi syarat

**Susunan Dewan Penguji**

Ketua : Yudi Budianti, S. Pd, M. Pd

Sekretaris : Dr. Apta Mylsidayu, M.or

Penguji 1 : Dr.Hj.Ekowati, S.Pd, M.Pd

Penguji 2 : Habibie, S.Os, M.Pd

Penguji 3 : Domi Bustomi, M.Pd

()  
()  
()  
()  
()

Bekasi, 07 Agustus 2023

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam “45” Bekasi



**Yudi Budianti, S. Pd, M.Pd**

NIDN : 04/240171/02

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sulaeman

NPM : 41182191190109

Program studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh Latihan *Triangle Pass* Terhadap ketepatan *Passing* Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMPN 2 Citeureup**” ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan *plagiarisme*, pencurian karya milik oranglain, hasil kerja keras orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan materialmaupun non-material, ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakikatnya bukan merupakan karya saya secara *orsinil* maupun *otentik*. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan *verifikasi*.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri dan tidak ada tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun.

Bogor, 07 Agustus 2023



## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO:**

**“PERHATIKAN KEBIASAANMU KARENA ITU MENENTUKAN KARAKTERMU BANGUN KARAKTERMU KARENA ITU MENENTUKAN MASA DEPANMU”**

### **PERSEMBAHAN:**

1. Ibu Yudi Budianti, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu dr.Apta Mylsdahayu, M.or. selaku ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Yunita Lasma, M. Pd. Selaku dosen pembimbing Skripsi.
4. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
5. Kedua orang tua penulis (Bapak H.Elah dan Ibu Hj.Cacih) yang sudah mendidik sampai seperti ini dan selalu mensupport segala kegiatan serta mendoakan penulis agar berhasil menempuh cita-cita.
6. Ramadika,Wahyudin,Ikhsan,Andika sebagai Sahabat yang selalu mendukung dan memotivasi penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Indira sebagai orang tersayang yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan-rekan Mahasiswa FKIP Jurusan Pendidikan Jasmani Universitas Islam “45” Bekasi kelas D dan seluruh angkakatan 2019 yang telah memberi saran dan semangat.

## ABSTRAK

**Sulaeman, 41182191190109** : Skripsi ini berjudul “Pengaruh Latihan *Triangle Pass* Terhadap Ketepatan *Passing* Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Di SMPN 2 Citeureup”. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Islam “45” Bekasi.

Pembimbing : Yunita lasma, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *triangle pass* terhadap ketepatan *passing* siswa.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan menggunakan instrument tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota siswa ekstrakurikuler futsal di SMPN 2 Citeureup sebanyak 44 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 19 orang dengan menggunakan *sampling purposive*. Persyaratan analisis data yang digunakan adalah uji normalitas dan homogenitas. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji- t.

Dari hasil analisis data, Metode latihan *Triangle pass* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan *passing* pada siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMPN 2 Citeureup. Dengan rata-rata nilai tes awal 3,32 dan rata-rata nilai tes akhir 7,32 dan selisih hasil tes sebesar 4,00.

Penelitian ini memiliki kesimpulan yaitu berdasarkan analisis pengolahan data, maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh latihan *Triangle pass* yang signifikan terhadap ketepatan *Passing* siswa Ekstrakurikuler futsal di SMPN 2 Citeureup.

**Kata Kunci:** Pengaruh, *Triangle Pass*, Ketepatan, Ekstrakurikuler, Bola, Futsal, Latihan, *Passing*

## KATA PENGANTAR

Segala puji atas rahmat dan hidayah yang dilimpahkan oleh Allah SWT kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu. Penyusunan skripsi ini disajikan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi sarjana satu pada jurusan Pendidikan Jasmani pada Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan, Universitas Islam "45" Bekasi.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung yang berupa tenaga dan pikiran, sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu perkenankanlah saya memberikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Ibu Yudi Budianti, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.
2. Ibu Dr.Apta Mylsidayu, M.Or. selaku ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi.
3. Ibu Yunita Lasma, M. Pd. Selaku dosen pembimbing Skripsi.
4. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45".Bekasi.
5. Kedua orang tua penulis (Bapak H.Elah dan Ibu Hj.Cacih) yang sudah mendidik sampai seperti ini dan selalu mensupport segala kegiatan serta mendoakan penulis agar berhasil menempuh cita-cita.

6. Ramadika, Wahyudin, Ikhsan, Andika sebagai Sahabat yang selalu mendukung dan memotivasi penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan Mahasiswa FKIP Jurusan Pendidikan Jasmani Universitas Islam “45” Bekasi kelas D dan seluruh angkakatan 2019 yang telah memberi saran dan semangat.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kitasemua dan menjadi bahan masukan dalam dunia pendidikan.

Bekasi, 14 Juli 2023

**Sulaeman**



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI .....	iii
PERNYATAAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah .....	5
1. Batasan Masalah.....	5
2. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6

1.	Manfaat teoritis,.....	6
2.	Manfaat praktis,.....	6
E.	Definisi Operasional.....	6
1.	Pengaruh.....	6
2.	Latihan .....	7
3.	<i>Accuracy</i> (Ketepatan).....	7
F.	Anggapan Dasar.....	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS.....		9
A.	Hakikat Bola Futsal.....	9
1.	Pengertian Bola Futsal .....	9
2.	Teknik Dasar Bola Futsal.....	13
B.	Hakikat Latihan.....	19
1.	Pengertian Latihan .....	19
C.	Hakikat Ketepatan.....	22
1.	Pengertian Ketepatan .....	22
D.	Hakikat <i>Triangle Pass</i> .....	23
E.	Profil SMPN 2 Citeureup .....	28
F.	Penelitian yang Relevan .....	28
G.	Kerangka Berpikir.....	31
H.	Hipotesis .....	31
BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....		33

A.	Metode Penelitian .....	33
B.	Populasi dan sample .....	33
1.	Populasi .....	33
2.	<i>Sample</i> .....	34
3.	Waktu Penelitian .....	35
4.	Tempat Penelitian .....	35
5.	Desain .....	35
6.	Langkah-langkah Penelitian .....	36
C.	Instrumen Penelitian .....	37
D.	Prosedur Analisis Data .....	39
1.	Mencari Nilai Rata-rata di skor .....	39
2.	Mencari simpangan Baku .....	40
3.	Uji Normalitas .....	40
4.	Menguji Hipotesis .....	41
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DATA DAN ANALISIS DATA .....		42
A.	Deskripsi Data .....	42
B.	Pengujian Hipotesis .....	45
C.	Diskusi Penemuan .....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....		48
A.	Kesimpulan .....	48

B. Saran-saran .....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	50
LAMPIRAN .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ukuran Lapangan Futsal .....	13
Gambar 2.2 Teknik Dasar <i>Passing</i> .....	14
Gambar 2.3 Teknik Dasar <i>Shooting</i> .....	15
Gambar 2.4 Teknik Dasar Mengontrol Bola .....	17
Gambar 2.5 Teknik Dasar Tendangan <i>Chipping</i> .....	18
Gambar 2.6 Teknik Dasar <i>Heading</i> .....	19
Gambar 2.7 <i>Triangle Pass</i> .....	23
Gambar 2.8 Formasi <i>Triangle Pass</i> .....	25
Gambar 2.9 Strategi <i>Triangle Pass</i> .....	26
Gambar 2.10 Variasi Latihan <i>Passing</i> .....	28
Gambar 2.11 Model Latihan <i>Triangle Pass</i> .....	28
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian.....	35
Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian .....	36
Gambar 3.3 Variabel.....	37
Gambar 3.4 Gawang <i>Cones (Test)</i> .....	38

## DAFTAR TABEL

Table 3.1 Form Penilaian .....	39
Table 4.1 Nilai Rata-rata, Simpangan Baku, dan Varians .....	43
Table 4.2 Nilai Uji Normalitas ( <i>Liliefors</i> ).....	44
Table 4.3 Uji Homogenitas .....	44
Table 4.4 Uji Distribusi t Peningkatan.....	45

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Grafik <i>Pre-Test</i> , <i>Post-Test</i> , dan Peningkatan .....	43
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Mean, SB, Varian .....	53
Lampiran 2 Uji Normalitas <i>Liliefors</i> .....	56
Lampiran 3 Uji Homogenitas .....	59
Lampiran 4 Uji Hipotesis .....	61
Lampiran 5 Sesi Latihan 1 .....	63
Lampiran 6 Sesi Latihan 2 .....	65
Lampiran 7 Sesi Latihan 3 .....	66
Lampiran 8 Sesi Latihan 4 .....	67
Lampiran 9 Sesi Latihan 5 .....	68
Lampiran 10 Sesi Latihan 6.....	69
Lampiran 11 Sesi Latihan 7.....	70
Lampiran 12 Sesi Latihan 8.....	72
Lampiran 13 Sesi Latihan 9.....	74
Lampiran 14 Sesi Latihan 10.....	75
Lampiran 15 Sesi Latihan 11.....	76
Lampiran 16 Sesi Latihan 12.....	78
Lampiran 17 Sesi Latihan 13.....	80
Lampiran 18 Program Latihan.....	84
Lampiran 19 Program Latihan.....	84
Lampiran 20 Program Latihan.....	84



Lampiran 21 Program Latihan.....	85
Lampiran 22 Program Latihan.....	85
Lampiran 23 Pelaksanaan <i>Pre Test</i> .....	85
Lampiran 24 Pelaksanaan <i>Pre Test</i> .....	86
Lampiran 25 Pelaksanaan <i>Pre Test</i> .....	86
Lampiran 26 Pelaksanaan <i>Post Test</i> .....	86
Lampiran 27 Pelaksanaan <i>Post Test</i> .....	87
Lampiran 28 Pelaksanaan <i>Post Test</i> .....	87
Lampiran 29 Pelaksanaan <i>Post Test</i> .....	87
Lampiran 30 Daftar Riwayat Hidup .....	88