

**PENGARUH LATIHAN TARGET SASARAN TERHADAP KETEPATAN
SHOOTING PERMAINAN FUTSAL PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL DI SMP NEGERI 12 TAMBUN SELATAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menulis Skripsi Untuk Memperoleh
Gelar Strata Satu Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan
Rekreasi



Oleh:

AMMAR MUHAMMAD

41182191200077

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

2024

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN TARGET SASARAN TERHADAP KETEPATAN
SHOOTING PERMAINAN FUTSAL PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI
SMP NEGERI 12 TAMBUN SELATAN

Oleh:

Ammar Muhammad

41182191200077

Telah Disetujui Oleh:

Pembimbing



Hasan Basri, M.Pd

Bekasi 9 Juli 2024

Mengetahui,
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or
NIK: 45101122011035

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI






PENGARUH LATIHAN TARGET SASARAN TERHADAP KETEPATAN
SHOOTING PERMAINAN FUTSAL PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI
SMP NEGERI 12 TAMBUN SELATAN

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Ammar Muhammad
41182191200077

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 17 Juli 2024
dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti M.Pd	()
Sekretaris	: Dr. Apta Mylsidayu, M.Or	()
Anggota	: Dr. Bujang, Drs., M.Si	()
Anggota	: Dr. Hj. Ekowati, S.Pd., M.Pd	()
Anggota	: Mia Kusumawati, M.Pd	()

Bekasi, 17 Juli 2024
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Bekasi


Yudi Budianti, M.Pd

SK PEMBIMBING



UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia no.83 Bekasi 17113

Telp : (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax : (021) 8801192

SURAT KEPUTUSAN DEKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
NOMOR : 095 /SK.01/E-DK / IV / 2024

TENTANG
PENETAPAN PEMBIMBING PENULISAN SKRIPSI
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

- Menimbang : 1. Bahwa penyelesaian akhir program mahasiswa jenjang pendidikan S1 untuk Jurusan Pendidikan Jasmani dilakukan penulisan skripsi.
2. Bahwa untuk kelancaran penulisan, perlu untuk menetapkan pembimbing penulisan
- Mengingat : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang Pendidikan Tinggi.
3. Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 066/V/1994, tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi dan penilaian hasil belajar.
4. Kurikulum Jurusan Pendidikan Jasmani Program Studi Pendidikan Jasmani
- Memperhatikan : a. Rapat Koordinasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
b. Rekomendasi Seminar Proposal Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Mengangkat Saudara : **Hasan Basri, M.Pd**
- Pertama : Sebagai Dosen Pembimbing Skripsi
Nama : **Ammar Muhammad**
NPM : 41182191200077
Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan Shooting Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan
- Kedua : Surat Keputusan berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan akhir semester Ganjil T.A. 2024/2025
- Ketiga : Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi sampai dengan batas akhir tanggal tersebut di atas, maka keputusan ini tidak berlaku lagi dan biaya bimbingan dinyatakan habis terpakai.
- Keempat : Mahasiswa yang akan melanjutkan skripsi diharuskan membayar bimbingan sebesar ketentuan yang berlaku.
- Kelima : Apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini akan diadakan perbaikan sebagaimana

DITETAPKAN DI : Bekasi
TANGGAL : 04 April 2024

Endang Budianti, M.Pd
Dekan

Tembusan : Yth.

1. Direktur DAPA UNISMA Bekasi
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip

FREKUENSI BIMBINGAN




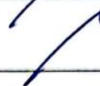
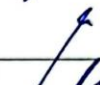


KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

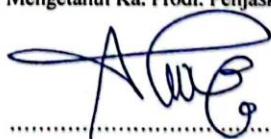
Nama Mahasiswa : Ammar Muhammad
NPM : 41182191200077
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul : Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal
Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan
Pembimbing : Hasan Basri, M.Pd.

KEGIATAN BIMBINGAN

NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
1	Selasa 7 Mei 2024	Persiapan dan Perancangan bab 1	
2	Senin 13 Mei 2024	Perancangan dan Persiapan bab 2	
3	Kamis 16 Mei 2024	Pengusunan kerangka naskah	
4	Rabu 22 Mei 2024	Perancangan bab 3	
5	Jumat 24 Mei 2024	Revisi bab 3 dan Telaah instrumen	
6	Senin 27 Mei 2024	Pengusunan Program Penelitian	
7	Rabu 29 Mei 2024	Pemantauan Program Penelitian	
8	Senin 1 Juli 2024	Pembahasan data mentan penelitian	

KEGIATAN BIMBINGAN

NO	Tanggal Bimbingan	Uraian Kegiatan	Paraf Pembimbing
9	Kamis 4 Juli 2024	Pengolahan uji Normalitas	
10	Jumat 5 Juli 2024	Pengolahan uji homogenitas	
11	Senin 8 Juli 2024	Pengolahan uji hipotesis	
12	Selasa 9 Juli 2024	ACC Sidang Skripsi	
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			

Bekasi, 10/7/24
 Mengetahui Ka. Prodi. Penjaskesrek


LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ammar Muhammad

Nomor Pokok Mahasiswa : 4118219120007

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan” adalah hasil karya saya sendiri. Tidak ada bagian dari skripsi ini yang diambil dari karya orang lain tanpa pengakuan yang semestinya. Apabila di kemudian hari ada dugaan kuat adanya ketidaksesuaian antara fakta dan kenyataan tersebut, saya bersedia dibentuk tim untuk melakukan pemeriksaan dan saya siap menghadapi sanksi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri dan tidak ada tekanan dari pihak manapun.

Bekasi, 17 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



Ammar Muhammad

ABSTRAK

Ammar Muhammad 41182191200077: “Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan” Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam “45” Bekasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *one-group pretest-posttest*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini yaitu peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 12 Tambun Selatan dengan metode *Purposive Sampling*, diperoleh hasil dengan jumlah 20 siswa pada ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 12 Tambun Selatan. Berdasarkan nilai hasil data yang diperoleh menunjukkan hasil rata-rata *pretest* 13,25 dan hasil *posttest* 15,7 dan untuk selisih hasil tes yaitu sebesar 2,45. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP Negeri 12 Tambun Selatan.

Kata Kunci: Latihan Target Sasaran, Ketepatan *Shooting*, Futsal

ABSTRACT

Ammar Muhammad 41182191200077: “*The Effect of Target Target Training on Shooting Accuracy of Futsal Games for Futsal Extracurricular Participants at SMP Negeri 12 Tambun Selatan*” Thesis Physical Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Islamic University ‘45’ Bekasi. This study aims to determine the effect of target practice on the shooting accuracy of futsal games for futsal extracurricular participants at SMP Negeri 12 Tambun Selatan. The research method used in this study was an experiment with a *one-group pretest-posttest* design. The population used in this study were futsal extracurricular participants of SMP Negeri 12 Tambun Selatan with the *Purposive Sampling* method, obtained results with a total of 20 students in the futsal extracurricular of SMP Negeri 12 Tambun Selatan. Based on the value of the data obtained, it shows the average *pretest* result of 13.25 and the *posttest* result of 15.7 and for the difference in test results which is 2.45. The results of this study indicate that there is a significant effect of Target Target Training on the Accuracy of Shooting Futsal Games on Futsal Extracurricular Participants at SMP Negeri 12 Tambun Selatan.

Keywords: Target Practice, Shooting Accuracy, Futsal

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengaruh Latihan Target Sasaran Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 12 Tambun Selatan” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Amin, S.Pd, M.Si. Selaku Rektor Universitas Islam 45 Bekasi
2. Ibu Yudi Budiyanti, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi
3. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or. Selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi
4. Bapak Hasan Basri, M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam 45 Bekasi
6. Ibu Enung Nurjanah dan Bapak Damiri selaku kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan baik moril, material, maupun motivasi.

7. Kepala sekolah serta bapak ibu guru SMP Negeri 12 Tambun Selatan yang selalu membimbing saya mulai dari pelaksanaan magang sampai memberikan izin penelitian skripsi saya.
8. Teman-teman seperjuangan dari PJKR angkatan 2020 yang senantiasa membantu serta memberikan masukan serta arahan.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan-kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
SK PEMBIMBING	iii
FREKUENSI BIMBINGAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
LEMBAR BEBAS PLAGIASI.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6

E. Definisi Operasional.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kerangka Teori.....	9
B. Penelitian yang Relevan.....	35
C. Kerangka Berpikir	37
D. Hipotesis.....	38
E. Profil Sekolah.....	39
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	42
A. Metode Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel	43
C. Tempat dan Waktu Penelitian	44
D. Desain dan Instrumen Penelitian.....	44
E. Prosedur Analisis Data.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Deskripsi Data.....	51
B. Hasil Penelitian	52
C. Pembahasan.....	55
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	56

A. Simpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lapangan Futsal	15
Gambar 2. 2 Bola Futsal.....	16
Gambar 2. 3 Gawang Futsal	17
Gambar 2. 4 Teknik Dasar Passing	18
Gambar 2. 5 Teknik Dasar Control.....	19
Gambar 2. 6 Teknik Dasar Dribbling.....	20
Gambar 2. 7 Teknik Dasar Shooting.....	21
Gambar 2. 8 Teknik Dasar Heading Sumber:	22
Gambar 2. 9 Teknik Tendangan Dengan Punggung Kaki	28
Gambar 2. 10 Teknik Tendangan Dengan Kaki Bagian Dalam.....	29
Gambar 2. 11 Teknik Shooting Dengan Ujung Kaki/Sepatu	30
Gambar 2. 12 Latihan Target Goaling	32
Gambar 2. 13 Latihan Target Girshoot	33
Gambar 2. 14 Latihan Target Zig Zag Goal.....	34
Gambar 2. 15 Latihan Target Bolbal Shoot	35
Gambar 3. 1 Pembagian Wilayah Skoring Tes Shooting.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Desain Eksperimen One Group Pre-Test Post-Test Design.....	45
Table 4. 1 Hasil Penelitian, Rata-Rata, Simpangan Baku, Varians	51
Table 4. 2 Uji Normalitas Menggunakan Liliefors	52
Table 4. 3 Uji Homogenitas	53
Table 4. 4 Uji Hipotesis	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Jumlah, Mean, Standar Deviasi, Varian	60
Lampiran 1. 2 Uji Nromalitas Dengan Liliefors	64
Lampiran 1. 3 Uji Homogenitas.....	67
Lampiran 1. 4 Uji Hipotesis	68
Lampiran 1. 5 Tabel Uji Normalitas Liliefors	69
Lampiran 1. 6 Tabel Distribusi T	70
Lampiran 1. 7 Tabel Distribusi F	71
Lampiran 1. 8 Program Latihan	74
Lampiran 1. 9 SK Pembimbing.....	80
Lampiran 1. 10 Surat Permohonan Izin Penelitian	81
Lampiran 1. 11 Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian	82
Lampiran 1. 12 Frekuensi Bimbingan.....	83
Lampiran 1. 13 Dokumentasi Penelitian.....	85
Lampiran 1. 14 Data Peserta Penelitian	91
Lampiran 1. 15 Riwayat Hidup.....	92

LEMBAR BEBAS PLAGIASI



UNIVERSITAS ISLAM "45" FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Cut Meutia No. 83 Bekasi 17113
Telp. (021) 8820383, 8801027, 8802015, 8808851 Ext. 146-147 Fax. (021) 8801192

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME

Nomor : /Perpus-PLG025/Ar.05/E/VI/2024

Staf Perpustakaan FKIP Unisma Bekasi menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas tersebut :

Nama : Ammar Muhammad
NPM : 1182191200077
Program Studi : PSKR

Judul Tugas Akhir/Skripsi :

Pengaruh latihan Target Sasaran terhadap Kecepatan Shooting Permainan Futsal Pada Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 12 Tambora Selatan

Dinyatakan lolos / tidak lolos (coret yang tidak perlu) plagiasi berdasarkan hasil uji turnitin dengan persentase 7,9%... pada setiap subbab naskah tugas akhir/skripsi yang disusun. Surat Keterangan ini digunakan sebagai prasyarat untuk mengikuti ujian tugas akhir/skripsi.

Bekasi, 12 Juli 2024

Mengetahui,
Kepala Program Studi


(.....)

Staf Perpustakaan FKIP


(.....)

Note : Syarat hasil uji turnitin $\leq 35\%$