

**PENGARUH METODE LATIHAN *PASSING DRILL* TERHADAP  
KEMAMPUAN *PASSING* PADA PESERTA LATIH  
EKSTRAKURIKULER FUTSAL  
SMP NEGERI 42 JAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Meraih Gelar Sarjana  
Pendidikan (S1) Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam 45 Bekasi



**Oleh:**

**REGILANG CIPTA SAGARA  
41182191200038**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI  
2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

Pengaruh Metode Latihan *Passing Drill* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 42 Jakarta

Oleh

**Regilang Cipta Sagara**  
41182191200038

Telah Disetujui Oleh:

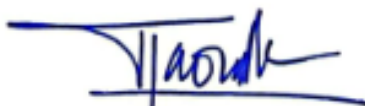
Pembimbing



**Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.**

Tanggal 19 November 2024

Mengetahui,  
Ketua Program Studi PJKR  
FKIP UNISMA Bekasi



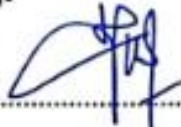
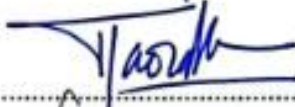
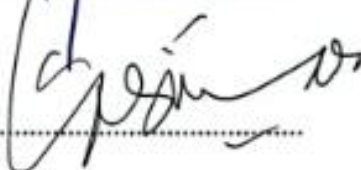


**Dr. Aridhotul Haqiyah, S.Pd., M.Pd.**  
NIK. 45102072018005

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi

**Pengaruh Metode Latihan *Passing Drill* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 42 Jakarta**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada Tanggal 28 November 2024  
Dan dinyatakan memenuhi syarat  
**Susunan Dewan Penguji**

Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd.	 .....
Sekretaris	: Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd.	 .....
Anggota	: Yunita Lasma Siregar, M.Pd.	 .....
Anggota	: Dr. Aisyah Kemala, M.Pd.	 4/12/2024 .....
Anggota	: Muflikhul Fajri, M.Pd.	 .....

Bekasi, 28 November 2024  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Islam 45 Bekasi

  
**Yudi Budianti, M.Pd.**  
**NIK. 45101022012015**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : REGILANG CIPTA SAGARA

NPM : 41182191200038

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Passing Drill* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 42 Jakarta”, ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinil dan otentik. Bila dikemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dengan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh tim Fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi, dengan sanksi terberat berupa pembatalan kelulusan/kesarjanaan.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak maupun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bekasi, November 2024

Saya Yang Menyatakan

REGILANG CIPTA SAGARA

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

**“Ciptakan kesempatanmu sendiri, sukses datang kepada mereka yang berani mengambil tindakan.”**

**"Bangkitlah setiap kali jatuh, karena kegagalan hanyalah batu loncatan menuju keberhasilan."**

Persembahan :

Skripsi ini saya persembahkan untuk Istri, anak dan kedua orang tuaku yang selalu memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a dan motivasi untuk anak mu ini.

Untuk istriku Siti Mutmainah, terimakasih telah memberikan kasih sayang, cinta dan do'a yang tiada henti men support untuk kesuksesan dan cita-cita ini, terimakasih untuk pengertian dan kesabaran mu selama ini.

Untuk teman, sahabat, mertua dan saudara Saya ucapkan terimakasih selalu memberikan support dan semangat kepada saya untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

## ABSTRAK

**REGILANG CIPTA SAGARA, 41182191200038:** Pengaruh Metode Latihan *Passing Drill* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 42 Jakarta.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode latihan *passing drill* terhadap kemampuan *passing* pada peserta latih ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 42 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode eksperimen. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 42 Jakarta, adapun yang menjadi populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 40 orang. Untuk teknik pengambilan sampel dan jumlah sampel digunakan teknik *purposive sampling* dengan demikian jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 20 orang. Untuk analisis data penulis menggunakan uji normalitas, homogenitas dan uji *paired sample t*.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi *paired sample t* test dari tes awal dan akhir sebesar 0.000, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata kemampuan *passing* peserta latih ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 42 Jakarta. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *passing drill* terhadap kemampuan *passing* pada peserta latih ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 42 Jakarta

**Kata Kunci:** latihan *passing drill*, kemampuan *passing*, futsal

## **ABSTRACT**

**REGILANG CIPTA SAGARA, 41182191200038:** *The Effect of Passing Drill Training Method on Passing Ability in Futsal Extracurricular Trainees of SMP Negeri 42 Jakarta.*

*The purpose of this study is to determine how much influence the passing drill training method has on the passing ability of futsal extracurricular trainees at SMP Negeri 42 Jakarta. The research method used in this research is to use the experimental method. This research was conducted at SMP Negeri 42 Jakarta, while the population of this study were extracurricular soccer students totaling 40 people. For sampling techniques and the number of samples used purposive sampling techniques, thus the number of samples used was 20 people. For data analysis the authors used normality, homogeneity and paired sample *t* tests. Based on the results of the study, it is known that the significance value of the paired sample *t* test from the initial and final tests is 0.000, this value is smaller than 0.05. So it can be concluded that there is an average difference in passing ability. So it can be concluded that there is a difference in the average passing ability of futsal extracurricular trainees of SMP Negeri 42 Jakarta. The conclusion of this study is that there is a significant effect of passing drill training on the passing ability of futsal extracurricular trainees of SMP Negeri 42 Jakarta.*

**Keywords:** *drill training, passing ability, futsal*

## KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur senantiasa terucap kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan HidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Shalawat serta Salam juga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta para Sahabat dan Keluarganya. Dengan segala daya dan upaya maksimal akhirnya penulis dapat menyusun skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studinya.

Adapun skripsi yang diberi judul “Pengaruh Metode Latihan *Passing Drill* Terhadap Kemampuan *Passing* Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 42 Jakarta” ini telah penulis susun berdasarkan kemampuan terbaik penulis demi menghasilkan sebuah karya yang bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan para insan olahraga khususnya.

Di dalam penyusunannya penulis tidak terlepas dari bantuan banyak pihak yang sangat penting untuk penyempurnaan skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Amin, S.Pd., M.Si., selaku Rektor Universitas Islam 45 Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti, M.Pd., selaku Dekan FKIP Unisma Bekasi.
3. Ibu Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd., AIFO., selaku Ketua program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP Unisma Bekasi.
4. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or., selaku Dosen Pembimbing Skripsi.



5. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP Unisma Bekasi yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah dan Guru SMP Negeri 42 Jakarta
7. Peserta latih ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 42 Jakarta
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

Penulis amat menyadari skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, dan terdapat banyak sekali kekurangan maupun kesalahan, maka kritik dan saran baik yang bersifat lisan maupun tulisan akan selalu penulis terima agar penulis dapat menghasilkan sebuah karya yang lebih baik lagi di masa-masa yang akan datang.

Bekasi, November 2024  
Penulis

Regilang Cipta Sagara

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan dan Batasan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Definisi Operasional .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>10</b>
A. Kerangka Teori .....	10
1. Hakikat Futsal .....	10
2. Hakikat Latihan.....	27
3. Hakikat <i>Passing</i> .....	31
4. Hakikat Metode Latihan <i>Drill</i> .....	33
5. Hakikat Ekstrakurikuler .....	36
B. Penelitian Yang Relevan.....	39
C. Kerangka Berpikir .....	42
D. Hipotesis .....	44

<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Metode Penelitian .....	45
B. Populasi dan Sampel.....	46
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
D. Desain Langkah-langkah dan Instrumen Penelitian .....	47
E. Prosedur Analisis Data .....	54
<b>BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>57</b>
A. Deskripsi Data .....	57
B. Hasil Penelitian.....	59
1. Uji Normalitas.....	59
2. Uji Homogenitas .....	60
3. Uji Paired Sample t Test .....	61
C. Diskusi Penemuan .....	62
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>63</b>
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran-Saran.....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1. Transformasi Waktu Tes Short Pass Ke Dalam T-Score .....	48
Tabel 3.2. Transformasi Jumlah Bola Masuk Tes Short Pass .....	49
Tabel 3.3. Norma Penilaian .....	49
Tabel 4.1. Data Hasil Penelitian .....	53
Tabel 4.2 Deskriptif Statistik .....	54
Tabel 4.3. Hasil Uji Normalitas .....	55
Tabel 4.4. Hasil Uji Homogenitas .....	56
Tabel 4.5. Uji Paired Sample T Test .....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Teknik Dasar <i>Passing</i> .....	16
Gambar 2.2. Teknik Kontrol Bola .....	17
Gambar 2.3. Teknik <i>Chipping</i> Bola .....	19
Gambar 2.4. Teknik <i>Heading</i> Bola .....	20
Gambar 2.5. Teknik <i>Dribbling</i> bola.....	21
Gambar 2.6. Teknik <i>Shooting</i> Bola.....	22
Gambar 2.7. Lapangan Futsal .....	23
Gambar 2.8. Bola Futsal.....	23
Gambar 2.9. Gawang Futsal.....	25
Gambar 2.10. Latihan <i>Passing Drill</i> Dalam Bentuk Persegi .....	32
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	44
Gambar 3.2. Langkah-langkah Penelitian.....	45
Gambar 3.3. Grid dan Lapangan Tes .....	46
Gambar 4.1. Grafik Perbandingan Nilai Rata-rata.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Program Latihan .....	63
Lampiran 2 Hasil Tes Awal dan Akhir Kemampuan Passing .....	77
Lampiran 3 Deskriptif Statistik.....	78
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas .....	79
Lampiran 5 Hasil Uji Homogenitas .....	80
Lampiran 6 Hasil Uji Paired Sample t Test .....	81
Lampiran 7 Foto-Foto Penelitian .....	82
Lampiran 8 SK Dosen Pembimbing .....	87
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian .....	88
Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian .....	89
Lampiran 11 Frekuensi Bimbingan .....	90
Lampiran 12 Daftar Hadir Peserta Latih Ekstrakurikuler Futsal .....	93
Lampiran 13 Surat Pernyataan Mengikuti Penelitian .....	94
Lampiran 14 Hasil Pengecekan Kesehatan Sampel Dalam Latihan .....	97