

**PENGARUH METODE LATIHAN *LEFT AND RIGHT*
COUNT TERHADAP HASIL *SHOOTING* PADA
EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP YASPIA CIBOGO
CIBARUSAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Penyusunan Skripsi Untuk
Memperoleh Gelar Strata Satu Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani
Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45 Bekasi



Oleh:

**M. RIZKY BAYU KURNIA
41182191200035**

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

2025

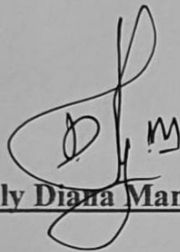
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi
PENGARUH METODE LATIHAN *LEFT AND RIGHT COUNT* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* PADA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP YASPIA CIBOGO CIBARUSAH

Oleh
M. RIZKY BAYU KURNIA
41182191200035

Telah Disetujui Oleh:

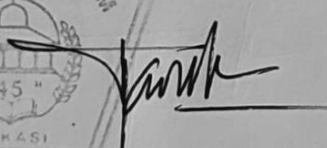
Pembimbing



Dr. Elly Diana Mamsah, M.Pd.

Tanggal, 27 Januari 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi

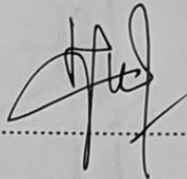
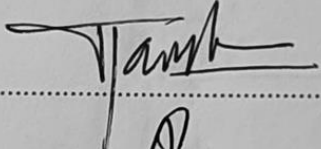
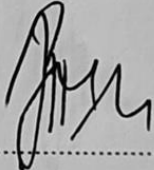
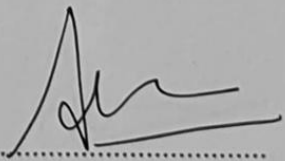


Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd., AIFO
NIK.45102072018005

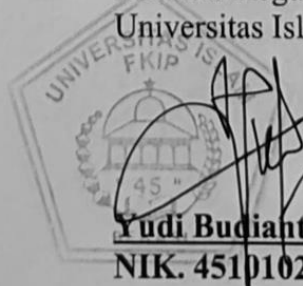
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi
PENGARUH METODE LATIHAN *LEFT AND RIGHT COUNT* TERHADAP
HASIL *SHOOTING* PADA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMP YASPIA CIBOGO CIBARUSAH

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 05 Februari 2025
Dan dinyatakan memenuhi syarat
Susunan Dewan Penguji

Ketua	: Yudi Budianti, M.Pd.	
Sekretaris	: Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd.	
Anggota	: Dr. Hj. Ekowati, S.Pd., M.Pd.	
Anggota	: Karisdha Pradityana, M.Pd.	
Anggota	: Andini Dwi Intani, M.Or	

Bekasi, 05 Februari 2025
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 : M. RIZKY BAYU KURNIA

NPM : 41182191200035

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Left And Right Count* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Ekstrakurikuler Futsal Smp Yaspia Cibogo Cibarusah”, 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, Januari 2025

Saya Yang Menyatakan



M. RIZKY BAYU KURNIA

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

"Setiap orang pasti mempunyai mimpi begitu juga saya, namun yang paling terpenting adalah bukan seberapa besar mimpi yang kamu punya, tapi adalah seberapa besar usaha kamu untuk mewujudkan mimpi itu"

Skripsi Ini Ku Persembahkan Untuk:

Skripsi ini saya persembahkan untuk Kedua orang tua saya yang selalu memberikan dukungan dan mensupport saya.

Untuk Kerabat dekat saya, sahabat, dan saudara Saya

Saya ucapkan terimakasih yang selalu memberikan support dan semangat kepada saya untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

ABSTRAK

M. RIZKY BAYU KURNIA, 41182191200035: Pengaruh Metode Latihan *Left And Right Count* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Ekstrakurikuler Futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah.

Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui apakah ada pengaruh latihan *left and right count* terhadap hasil *shooting* pada ekstrakurikuler futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode eksperimen. Penelitian ini dilakukan di SMP Yaspia Cibogo Cibarusah, adapun yang menjadi populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal yang berjumlah 30 orang. Untuk teknik pengambilan sampel dan jumlah sampel digunakan teknik *purposive sampling* dengan demikian jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 15 orang. Untuk analisis data penulis menggunakan uji normalitas, homogenitas dan uji signifikansi t.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa nilai signifikansi tes awal dan akhir sebesar 0.000, nilai tersebut lebih kecil dari 0.05. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata hasil shooting pada ekstrakurikuler futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *left and right count* terhadap hasil shooting pada ekstrakurikuler futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah

Kata Kunci: latihan *left and right count*, hasil shooting, futsal

ABSTRACT

M. RIZKY BAYU KURNIA, 41182191200035: *The Effect of Left And Right Count Training Method on Shooting Results at Futsal Extracurricular Junior High School Yaspia Cibogo Cibarusah.*

The purpose of this study was to determine whether there is an effect of left and right count training on shooting results in extracurricular futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah. The research method used in this research is to use the experimental method. This research was conducted at Yaspia Cibogo Cibarusah Junior High School, while the population of this study were 30 futsal extracurricular students. For sampling techniques and the number of samples used purposive sampling techniques, thus the number of samples used was 15 people. For data analysis the authors used the normality, homogeneity and significance t test. Based on the results of the study, it is known that the significance value of the initial and final tests is 0.000, the value is smaller than 0.05. So it can be concluded that there is an average difference in shooting results in extracurricular futsal at Yaspia Cibogo Cibarusah Junior High School. The conclusion of this study is that there is a significant effect of left and right count training on shooting results in extracurricular futsal SMP Yaspia Cibogo Cibarusah.

Keywords: *left and right count training, shooting results, 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 Latihan *Left and right count* Terhadap Hasil shooting Dalam Permainan Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMP Yaspia Cibogo Cibarusah” 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. Elly Diana Mamesah, M.Pd., 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 Yaspia Cibogo Cibarusah
7. Siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Yaspia Cibogo Cibarusah
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, Januari 2025
Penulis

M. RIZKY BAYU KURNIA

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Definisi Operasional	8
BAB II TINJAUAN TEORITIS	10
A. Kerangka Teori	10
B. Penelitian Yang Relevan.....	35
C. Kerangka Berpikir	37
D. Hipotesis Penelitian	38
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	40
A. Metode Penelitian	40
B. Populasi dan Sampel.....	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
D. Desain, Langkah-langkah, dan Instrumen Penelitian	41

E. Prosedur Analisis Data	45
BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Deskripsi Data	48
B. Pembahasan	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran-Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59
Lampiran 1 Program Latihan	59
Lampiran 2 Hasil Uji Deskriptif Statistik	73
Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas Data.....	74
Lampiran 4 Hasil Uji Homogenitas	75
Lampiran 5 Hasil Uji Paired Sample t Test	76
RIWAYAT HIDUP	86

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Hasil Tes Observasi Awal	4
Tabel 3.1. Norma Tes Ketepatan Menendang Bola Ke Gawang	45
Tabel 4.1. Data Penelitian	48
Tabel 4.2. Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 4.3. Hasil Uji Homogenitas	51
Tabel 4.4. Uji Paired Sample T Test	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Lapangan Futsal	12
Gambar 2.2. Teknik <i>Shooting</i> Dengan Punggung Kaki.....	22
Gambar 2.3. Bentuk Latihan <i>Shooting Left And Right Count</i>	30
Gambar 3.1. Desain Penelitian.....	42
Gambar 3.2. Langkah-langkah Penelitian.....	43
Gambar 3.3. Tes Ketepatan Menendang Ke Gawang Futsal	45
Gambar 4.1. Grafik Perbandingan Nilai Rata-rata Tes Awal dan Tes Akhir	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Program Latihan	49
Lampiran 2 Hasil Uji Deskriptif Statistik	73
Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas.....	74
Lampiran 4 Hasil Uji Homogenitas	75
Lampiran 5 Hasil Uji Paired Sample t Test	76

BUKTI BEBAS PLAGIARISME



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 : Perpur. PLG025/45-OF/E/V/2025

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

Nama M. Rizky Bayu Kurnia
NPM 91182191700035
Program Studi PJK

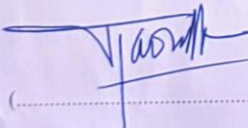
Judul Tugas Akhir/Skripsi :
Pengaruh Metode Latihan Left and Right Count terhadap
Hasil Shooting Pada ekstrakurikuler Futsal SMP
Naspra Cibogo

Dinyatakan lolos / ~~tidak lolos~~ (coret yang tidak perlu) plagiasi berdasarkan hasil uji turnitin dengan persentase 34% pada setiap subbab naskah tugas akhir/skripsi yang disusun. Surat Keterangan ini digunakan sebagai prasyarat untuk mengikuti ujian tugas akhir/skripsi.

Bekasi, 24 Jan 2025

Mengetahui,
Kepala Program Studi

Staf Perpustakaan FKIP



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