

**PENGARUH *GAME-LIKE SITUATION TRAINING* TERHADAP
KETERAMPILAN *SHOOTING* SISWA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL DI SMP NEGERI 8 BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S1)

Pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam 45



Oleh:

MUHAMMAD IMAM AL FARABI

41182191190037

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM 45

2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

PENGARUH *GAME-LIKE SITUATION TRAINING* TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING* SISWA EKTRAKURIKULER FUTSAL DI SMP NEGERI 8 BEKASI

Oleh:

MUHAMMAD IMAM AL FARABI

41182191190037

Telah disetujui oleh:

Pembimbing



Mia Kusumawati, M.Pd

Bekasi, 29 Januari 2026

Mengetahui
Ketua Program Studi
PJKR FKIP UNISMA



Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd
NIK: 45102072018005

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

**PENGARUH *GAME-LIKE SITUATION TRAINING* TERHADAP
KETERAMPILAN *SHOOTING* SISWA EKTRAKURIKULER FUTSAL DI
SMP NEGERI 8 BEKASI**

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

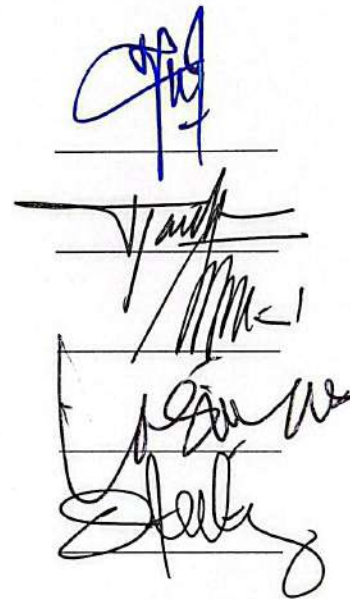
MUHAMMAD IMAM AL FARABI

41182191190037

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 29 Januari 2026
Dan telah memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

- Ketua : Yudi Budianti, M.Pd
- Sekretaris : Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd
- Anggota : 1. Prof. Dr. Dindin Abidin, M.Si
- : 2. Dr. Yunita Lasma, M.Pd
- : 3. Dr. Tatang Iskandar, M.Pd



Handwritten signatures of the examiners, including the Chairman, Secretary, and three members of the exam board.

Bekasi, 29 Januari 2026
Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam 45



Official stamp of Universitas Islam 45, Bekasi, FKIP, with a handwritten signature over it.

Yudi Budianti, M.Pd
NIK: 45101022012015

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang tertandatangan di bawah ini:

Nama : MUHAMMAD IMAM AL FARABI
NPM : 41182191190037
Fakultas/Prodi : FKIP/PJKR
Judul Skripsi : PENGARUH *GAME-LIKE SITUATION TRAINING*
TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING* SISWA
EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SMP NEGERI 8
BEKASI

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya asli saya sendiri dan bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakikatnya bukan merupakan karya tulis skripsi saya secara orisinal 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.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak mana pun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Hormat saya,



Muhammad Imam Al Farabi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Game-Like Situation Training* terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 8 Bekasi. Fokus penelitian diarahkan pada peningkatan keterampilan *shooting* siswa melalui penerapan bentuk latihan yang menyerupai situasi permainan sebenarnya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuasi eksperimen dengan desain *pretest–posttest control group design*. Sampel penelitian berjumlah 20 siswa yang diambil menggunakan teknik sampel jenuh, kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa *Game-Like Situation Training*, sedangkan kelompok kontrol diberikan latihan konvensional. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan *shooting* adalah *Modified Target Shooting Test* (MTST).

Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *t* dengan taraf signifikansi 0,05, serta perhitungan *effect size* menggunakan Cohen's *d*. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $< 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari *Game-Like Situation Training* terhadap keterampilan *shooting* siswa. Selain itu, hasil perhitungan *effect size* berada pada kategori sangat besar, sehingga dapat disimpulkan bahwa *Game-Like Situation Training* berpengaruh secara signifikan dan efektif dalam meningkatkan keterampilan *shooting* dalam permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 8 Bekasi.

Kata kunci: *Game-Like Situation Training*, keterampilan *shooting*, futsal, MTST

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of Game-Like Situation Training on shooting skills in futsal among extracurricular students at SMP Negeri 8 Bekasi. The research focuses on improving students' shooting skills through the application of training methods that simulate real game situations.

This study employed a quasi-experimental method using a pretest–posttest control group design. The sample consisted of 20 students selected through a saturated sampling technique and divided into an experimental group and a control group. The experimental group received Game-Like Situation Training, while the control group was given conventional training. Shooting skills were measured using the Modified Target Shooting Test (MTST).

*Data analysis included normality testing, homogeneity testing, and t-testing with a significance level of 0.05, as well as effect size calculation using Cohen's *d*. The results showed a significance value of < 0.05 , indicating a significant effect of Game-Like Situation Training on students' shooting skills. Furthermore, the effect size was categorized as very large, leading to the conclusion that Game-Like Situation Training is significantly effective in improving futsal shooting skills among extracurricular students at SMP Negeri 8 Bekasi.*

Keywords: Game-Like Situation Training, shooting skills, futsal, MTST

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat melaksanakan kegiatan penelitian dan menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul **“Pengaruh *Game-Like Situation Training* Terhadap Keterampilan *Shooting* Siswa Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 8 Bekasi”** yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45 Bekasi. Tak lupa shalawat serta salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga-Nya, sahabat- Nya, hingga kita pengikut-Nya.

Penulis sangat menyadari akan berbagai kekurangan atau ketidak sempurnaan dari skripsi, yang disebabkan keterbatasan pengetahuan penulis, untuk itu berbagai kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini akan sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Maka dari itu, penulis ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu penulis dalam proses penelitian ini, yaitu:

1. Bapak Prof. Dr. Nazaruddin Malik, S.E., M.Si. selaku Rektor Universitas Islam 45.
2. Ibu Budi Yudianti, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam 45.

3. Ibu Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd. selaku Ketua Program Studi S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam 45.
4. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd . selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan ilmu, motivasi, bimbingan, dan pengarahan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik.
5. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45”.
6. Kepala Sekolah, Pelatih dan Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 8 Bekasi yang telah memberikan kesempatan dan bantuan selama melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
7. Orang tua penulis tercinta. Bapak Kamlin dan Ibu St. Marsinah yang telah menjadi orang tua yang baik dan selalu mendukung impian serta cita-cita penulis.
8. Untuk Kakak dan Adikku tercinta Nurul Khumairah dan Sultan Hasanudin Rakawali yang selalu mendo’akan, mendukung dan memberi semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Untuk teman-teman kuliah yang tidak mengenal lelah dalam memberikan support dalam memberikan dukungan langsung maupun tidak langsung hingga selesai skripsi ini.
10. Dan terakhir, penulis mengucapkan terima kasih kepada band musik Slipknot, Avenged Sevenfold, My Chemical Romance, System Of A Down dan masih banyak band lain atas karya-karyanya yang telah

menghibur dan menemani selama masa perkuliahan, termasuk saat mengerjakan skripsi ini.

Dengan kerendahan hati, saya mengucapkan banyak terima kasih pada semua yang telah memberikan dukungan kepada saya, dan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu saya mohon maaf. Tiada kata yang lebih indah dan bermakna selain ucapan terima kasih yang tulus.

Akhir kata, saya masih memiliki kekurangan dan jauh dari kata sempurna, oleh karena itu saya memohon untuk saran dan kritikan untuk membangun agar ke depannya lebih baik lagi, saya berharap dikemudian hari skripsi dapat bermanfaat bagi pihak lain.

Bekasi, 29 Januari 2026

Penulis,

Muhammad Imam Al Farabi
NPM. 41182191190037

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	3
1. Batasan Masalah	3
2. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis :.....	5
2. Manfaat Praktis :.....	5
E. Definisi Operasional	6
1. Pengaruh	6
2. Latihan	6
3. <i>Shooting</i>	7
4. <i>Game-Like Situation Training</i>	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS	9
A. Hakikat Futsal.....	9
1. Pengertian Futsal.....	9
2. Karakteristik Futsal.....	11

3. Perbedaan Futsal dan Sepak Bola.....	13
4. Peraturan Futsal	14
5. Teknik Dasar Futsal	23
B. Hakikat Latihan	30
1. Pengertian Latihan	30
2. Prinsip Latihan Efektif.....	30
3. Latihan Berbasis <i>Small-Sided Games</i>	31
4. Latihan <i>Shooting</i> dalam Kondisi <i>Game-Like</i>	32
5. Aspek Fisiologis dan Psikologis dalam Latihan	33
C. Hakikat <i>Shooting</i>	34
1. Jenis-Jenis <i>Shooting</i>	35
2. Aspek Fisik dan Fisiologis dalam <i>Shooting</i>	36
3. Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas <i>Shooting</i>	36
4. <i>Shooting</i> dalam Kondisi Tekanan Permainan	37
5. Relevansi <i>Shooting</i> dalam Permainan Futsal.....	38
D. Hakikat Akurasi	39
E. Penelitian Yang Relevan	41
F. Kerangka Berpikir	47
1. Peningkatan kemampuan teknis <i>shooting</i> ,.....	48
2. Adaptasi fisik terhadap beban intensitas tinggi,.....	48
3. Pengembangan kemampuan pengambilan keputusan cepat,	48
4. Peningkatan kepercayaan diri menghadapi situasi pertandingan.	48
G. Hipotesis	49
H. Profil SMP Negeri 8 Bekasi	51
1. Nama Sekolah	51
2. Sejarah dan Akreditasi	51
3. Populasi Murid & Tenaga Pendidik	51
4. Fasilitas Sekolah	52
5. Kurikulum dan Ekstrakurikuler	52
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	53
A. Metode Penelitian.....	53

B. Populasi dan Sampel.....	54
1. Populasi.....	54
2. Sampel	54
C. Waktu dan Tempat Penelitian	56
1. Waktu Penelitian	56
2. Tempat Penelitian.....	57
D. Desain dan Langkah-langkah Penelitian	57
1. Desain Penelitian	57
2. Langkah-langkah Penelitian	58
E. Instrumen Penelitian	59
1. Tujuan :	60
2. Alat/fasilitas :	60
3. Pembagian zona dan skor:	60
4. Petunjuk Pelaksanaan :	61
5. Cara Penskoran :	61
F. Prosedur Analisis Data	62
1. Statistik Deskriptif	63
2. Uji Prasyarat	64
3. Uji Hipotesis	67
4. Perhitungan <i>Effect Size</i> (Cohen's d).....	69
BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	72
A. Deskripsi Data	72
B. Uji Prasyarat Analisis	75
1. Uji Normalitas.....	76
2. Uji Homogenitas	77
C. Uji Hipotesis	78
1. Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	78
2. Uji <i>Independent Sample T-Test</i>	79
D. <i>Effect Size</i> (Cohen's d).....	80
E. Diskusi Penemuan.....	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	83

A. Kesimpulan.....	83
B. Implikasi Penelitian	84
C. Keterbatasan Penelitian	84
D. Saran	85
1. Bagi Pelatih atau Guru Pembina Ekstrakurikuler	85
2. Bagi Siswa	85
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bola Futsal.....	15
Gambar 2. 2 Lapangan Futsal	17
Gambar 2. 3 Gawang Futsal.....	18
Gambar 2. 4 Teknik Dasar <i>Passing</i>	25
Gambar 2. 5 Teknik Dasar <i>Shooting</i>	26
Gambar 2. 6 Teknik Dasar <i>Control</i>	27
Gambar 2. 7 Teknik Dasar <i>Heading</i>	28
Gambar 2. 8 <i>Defending</i> Futsal	29
Gambar 2. 9 <i>Game-Like Situation Training</i>	33
Gambar 2. 10 Kerangka Berpikir	49
Gambar 3. 1 Langkah-Langkah Penelitian.....	59
Gambar 3. 2 <i>Modified Target Shooting Test</i> (MTST)	62
Gambar 4. 1 Grafik <i>Pre-Test, Post-Test</i> dan Peningkatan	74

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perbedaan Futsal dan Sepak Bola	13
Tabel 2. 2 Penelitian Yang Relevan.....	44
Tabel 3. 1 Teknik <i>Ordinal Pairing</i>	55
Tabel 3. 2 Desain Penelitian.....	58
Tabel 3. 3 Zona dan Skor	60
Tabel 3. 4 Interpretasi <i>Effect Size</i>	70
Tabel 4. 1 Hasil Penelitian Rata-rata dan Simpang Baku	73
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas (Shapiro–Wilk).....	76
Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas Varians	77
Tabel 4. 4 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	78
Tabel 4. 5 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i>	79

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.PLG050/AK.05/E/1/2026

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

Nama : Muhammad Imom Al-Farabi
NPM : 41182191190037
Program Studi : PIKP


Judul Tugas Akhir/Skripsi :

Pengaruh Game-like Situation Training Terhadap Keterampilan Shooting
Siwa Ekstrakurikuler Futsal di SMP Negeri 8 Bekasi

Dinyatakan lolos / tidak lolos (~~coret yang tidak perlu~~) plagiasi berdasarkan hasil uji turnitin dengan persentase 26% pada setiap subbab naskah tugas akhir/skripsi yang disusun. Surat Keterangan ini digunakan sebagai prasyarat untuk mengikuti ujian tugas akhir/skripsi.

Bekasi, 21 Jan 2026

Mengetahui,
Kepala Program Studi


(.....)

Staf Perpustakaan FKIP


(.....)

Note : Syarat hasil uji turnitin \leq 35 %