

**PENGARUH LATIHAN *TACTICAL ATTACKING OPTIONS FOR  
TWO PLAYERS* TERHADAP MENYERANG TIM FUTSAL  
PUTRA UNJ**



**Mahesa Abirezi**

**1604620068**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
JULI, 2024**

## **PENGARUH LATIHAN *TACTICAL ATTACKING OPTIONS FOR TWO PLAYERS* TERHADAP MENYERANG TIM FUTSAL PUTRA UNJ**

### **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh Latihan *tactical attacking options for two players (vertical pairs, paralela, backdoor)* terhadap menyerang tim Futsal Putra UNJ. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dari penelitian ini adalah anggota KOP Futsal Putra UNJ yang berjumlah 80 orang, sampelnya adalah atlet yang bertanding berjumlah 17 orang dengan menggunakan *purposive sampling*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre-etest post-test design*. Dari hasil tes *tactical attacking options*, diperoleh rata – rata tes awal sebesar 3,57 dan simpangan baku sebesar 0,56. Rata – rata tes akhir sebesar 7,29 dan simpangan baku sebesar 1,55. Dari hasil rata – rata dan simpangan baku tersebut maka diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 9.57 sedangkan  $t_{tabel}$  dengan taraf signifikan 0,05 dengan  $df (n - 1) = 13$  adalah 2,16. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, dapat dilihat bahwa  $t_{hitung} (9.57) > t_{tabel} 2.16$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Ini berarti bahwa latihan *tactical attacking options for two players* berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan menyerang futsal Putra UNJ.

**Kata kunci:** *Latihan tactical attacking options, menyerang, futsal*



## ***THE EFFECT OF TACTICAL ATTACKING OPTIONS FOR TWO PLAYERS TRAINING ON ATTACKING THE UNJ FUTSAL TEAM***



### ***ABSTRACT***

*The aim of this research is to find out how much influence the tactical attacking options training for two players (vertical pairs, parallela, and backdoor) has on attacking the UNJ men's futsal team. The method used in this research is the experimental method. The population of this study were members of the UNJ Men's Futsal KOP, totaling 64 people. The sample consisted of 17 athletes who competed with proportional sampling. The design used in this research is a one-group pre- and post-test design. From the results of the tactical attacking options test, the initial test average was 3.57 and the standard deviation was 0.56. The final test average was 7.29, and the standard deviation was 1.55. From the results of the average and standard deviation, the thitung is 9.57, while the ttable with a significance level of 0.05 with  $df (n - 1) = 13$  is 2.16. Based on the results of these calculations, it can be seen that  $t_{count} (9.57) > t_{table} 2.16$ , so  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. This means that the tactical attacking options for the two-player exercise have an effect on improving UNJ men's futsal attacking ability.*

***Keywords:*** *training of the tactical attacking options, attacking, futsal*



**LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
Andri Irawan, M. Pd NIP. 19800909200604100	.....	18/7/2024
Pembimbing II		
Dr. Uzizatun Maslikah, M.Pd NIP. 198505042019032015	.....	19/7/2024

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Dr. Mansur Jauhari, M.Si NIP. 197408152005011003	Ketua		18/7/2024
2. Heru Miftakhudin, S.Or, M.Pd NIP. 19921112202311022	Sekretaris		22/7/2024
3. Andri Irawan, M. Pd NIP. 19800909200604100	Anggota		18/7/2024
4. Dr. Uzizatun Maslikah, M.Pd NIP. 198505042019032015	Anggota		19/7/2024
5. Ferry Yohannes Wattimena, S.Pd., M.Pd NIP. 198202022010121003	Anggota		23/7/2024

Tanggal Lulus :

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan dari pihak manapun kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Mahesa Abirezi

1604620068



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mahesa Abirezi  
NIM : 1604620068  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/Kepelatihan Kecabangan Olahraga  
Alamat email : [mahesabirezi@gmail.com](mailto:mahesabirezi@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

"PENGARUH LATIHAN TACTICAL ATTACKING OPTIONS FOR TWO PLAYERS  
TERHADAP MENYERANG TIM FUTSAL PUTRA UNJ"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Juli 2024

Penulis,

( Mahesa Abirezi )

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat Rahmat Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Hernawan, S.E., M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Bapak **Ferry Yohannes Wattimena, S.Pd., M.Pd.** selaku Koordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga sekaligus selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah menyediakan waktu, tenaga dukungan dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini; Bapak **Andri Irawan, M. Pd** selaku Dosen Pembimbing 1 dan Ibu **Dr. Uzizatun Maslikah, S.Pd., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing 2, teman-teman **KOP Sepak Bola dan Futsal Universitas Negeri Jakarta** yang telah menyediakan waktu, kedua orang tua yang telah memberikan dukungan material dan moral, Bapak **Hadi Ashari** dan Ibu **Dwi Agustina**. Rasa hormat dan bangga bisa menjadi mahasiswa bimbingan bapak dan ibu. Terima kasih atas segalanya semoga Bapak senantiasa diberikan Kesehatan dan dalam lindungan Allah Swt.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 8 Juli 2024

MA



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Kegunaan Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>8</b>
A. Deskripsi Konseptual .....	8
1. Hakikat Menyerang .....	8
2. Hakikat Futsal .....	13
3. Hakikat <i>Tactical Attacking Options</i> .....	26
4. Hakikat Latihan .....	30
B. Kerangka Berpikir .....	34
C. Hipotesis Penelitian .....	36
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>37</b>
A. Tujuan Penelitian .....	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Metode Penelitian.....	38
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	39
E. Instrumen Penelitian .....	40



F. Teknik Pengumpulan Data .....	42
G. Teknik Pengolahan Data .....	43
H. Hipotesis Statistika .....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>47</b>
A. Deskripsi Data .....	47
B. Pengujian Hipotesis .....	50
C. Pembahasan Hasil .....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>54</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>57</b>



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Lapangan Futsal .....	16
2. Teknik <i>passing</i> .....	18
3. Teknik dasar <i>control</i> .....	19
4. Teknik dasar <i>dribbling</i> .....	21
5. Teknik dasar <i>shooting</i> .....	22
6. Teknik dasar <i>heading</i> .....	23
7. <i>Back-door</i> .....	28
8. <i>Vertical pairs</i> .....	29
9. <i>Parallela</i> .....	29
10. Desain penelitian.....	38
12. Diagram Histogram Hasil Tes Awal <i>Tactical Attacking Options For Two Players</i> .....	48
13. Diagram Histogram Hasil Tes Akhir <i>Tactical Attacking Options For Two Players</i> .....	49



## DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Blangko Penelitian Pengaruh <i>Latihan Tactical Options For Two Players</i> Terhadap Menyerang Tim Futsal Putra UNJ.....	41
2. Kriteria Keberhasilan dan Kegagalan <i>tactical attacking options</i> Futsal Putra UNJ .....	43
3. Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir <i>Tactical Attacking Options</i> .....	47
4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal <i>Tactical Attacking Options</i> .....	48
5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Akhir <i>Tactical Attacking Options</i> .....	49



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1 Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir .....	57
2 Hasil Tes Awal Individu <i>Tactical Attacking Options For Two Players</i> .....	64
3 Hasil Post-test Individu <i>Tactical Attacking Options For Two Players</i> .....	65
4 Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi .....	66
5 Menghitung Rata-rata dan Simpangan Baku .....	67
6 Mencari Pengaruh <i>Tactical Attacking Options</i> Tim Futsal UNJ .....	68
7 Instrumen penelitian .....	69
8 Program latihan .....	70
9 Dokumentasi penelitian .....	86
10 Surat menyurat .....	88

