

**PERBANDINGAN LATIHAN *Y PASSING DRILLS* DAN
TRIANGLE PASSING DRILLS TERHADAP AKURASI *PASSING*
FUTSAL**



**YUDA
1604621006**

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

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI, 2025**

PERBANDINGAN LATIHAN *Y PASSING DRILLS* DAN *TRIANGLE PASSING DRILLS* TERHADAP AKURASI *PASSING* FUTSAL

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan latihan *y passing drills* dan *Triangle Passing Drills* terhadap akurasi *passing* futsal. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *two group pretest* dan *posttest design*. Sampel terdiri dari 30 pemain futsal yang dibagi secara *purposive sampling* ke dalam dua kelompok, masing-masing 15 pemain. Kelompok pertama diberikan perlakuan dengan metode *y passing drills*, dan kelompok kedua dengan metode *Triangle Passing Drills*. Perlakuan diberikan selama 16 sesi latihan. Instrumen yang digunakan adalah tes akurasi *passing* dengan validitas 0,963 dan reliabilitas 0,900. Hasil analisis menggunakan uji *paired t-test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada akurasi *passing* setelah diberikan perlakuan baik pada kelompok *y passing drills* ($t_{hitung} = 0,01 < t_{tabel} = 2,145$) maupun pada kelompok *Triangle Passing Drills* ($t_{hitung} = 2,76 > t_{tabel} = 2,145$). Namun, hasil uji *independent t-test* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua metode latihan terhadap peningkatan akurasi *passing* ($t_{hitung} = 0,82 < t_{tabel} = 2,048$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua metode latihan sama-sama efektif dalam meningkatkan akurasi *passing* pemain futsal smpn 228 jakarta, namun tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara keduanya.

Kata Kunci: *Y Passing Drills, Triangle Passing Drills, Akurasi Passing Futsal.*

COMPARISON OF Y PASSING DRILLS AND TRIANGLE PASSING DRILLS ON FUTSAL PASSING ACCURACY

ABSTRACT

This study aims to determine the comparison of y passing drills and Triangle Passing Drills on futsal passing accuracy. This study uses an experimental method with a two-group pretest and posttest design. The sample consisted of 30 futsal players who were divided by purposive sampling into two groups, 15 players each. The first group was treated with the y passing drills method, and the second group with the Triangle Passing Drills method. The treatment was given for 16 training sessions. The instrument used was a passing accuracy test with a validity of 0.963 and a reliability of 0.900. The results of the analysis using the paired t-test showed that there was a significant increase in passing accuracy after being given treatment both in the y passing drills group ($t_{count} = 0.01 > t_{table} = 2.145$) and in the Triangle Passing Drills group ($t_{count} = 2.76 > t_{table} = 2.145$). However, the results of the independent t-test showed that there was no significant difference between the two training methods on improving passing accuracy ($t_{count} = 0.82 < t_{table} = 2.048$). So it can be concluded that both training methods are equally effective in improving the passing accuracy of smpn 228 Jakarta futsal players, but there is no significant difference in influence between the two.

Keywords: Y Passing Drills, Triangle Passing Drills, Futsal Passing Accuracy.

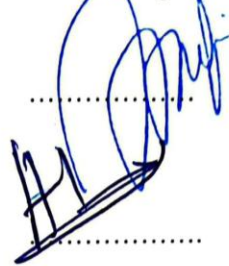


LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Nama Pembimbing I

Dr. Andri Irawan, M.Pd.
NIP. 198009092006041001

Tanda-Tangan



Tanggal

30-7-2025

Pembimbing II

Heru Miftakhudin S.Or, M.Pd
NIP. 1992111220223211022

30-7-2025

Nama

Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

1. Ferry Yohanes Wattimena, M.Pd
NIP. 198202022010121003

Ketua



30-7-2025

2. Raisa Ganeswara, S.Pd, M.Or
NIP. 199609072023212020

Sekretaris



30-7-2025

3. Dr. Andri Irawan, M.Pd
NIP. 198009092006041001

Anggota



30-7-2025

4. Heru Miftakhudin S.Or, M.Pd
NIP. 1992111220223211022

Anggota



30-7-2025

5. Fajar Arie Mangun, M.Pd
NIDN. 0015029204

Anggota

.....

Tanggal Lulus: 21 Juli 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat 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 lain, kecuali arahan 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 ketidakbenaran 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, 21 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Yuda

1604621006



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : YUDA
NIM : 1604621006
Fakultas/Prodi : FIKK/KKO
Alamat email : yudagame14@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 :

PERBANDINGAN LATIHAN Y PASSING DFRILLS DAN TRIANGLE PASSING
DRILLS TERHADAP AKURASI PASSING FUTSAL

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 1 Agustus 2025

Penulis

(YUDA)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan akhir. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Olahraga Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada masa penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini.

Oleh karena itu saya mengucapkan terimakasih kepada Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M. Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Abdul Ghani, M. Pd**, selaku Koordinator Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga, Bapak **Ricky Susiono, S.Pd., M. Pd**, selaku Pembimbing Akademik. Bapak **Andi Irawan, M. Pd**, selaku Dosen Pembimbing Pertama, dan Bapak **Heru Miftakhudin, S.Or., M. Pd**, selaku Dosen Pembimbing Kedua, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, **Raihan Trianda Rachman, M. Naufal Muhtarom, M. Daffa Alfarizqi, Aldi Surya Putra, Biadji Suhada** selaku sahabat penulis yang telah membantu dan memberikan support selama 4 tahun ini membersamai penulis dalam suka maupun duka, serta **Keluarga besar SMPN 228 Jakarta** yang telah memberikan pintu gerbang terbuka untuk proses penelitian skripsi penulis sehingga penulis bisa mengumpulkan sampel sebanyak 15 siswa.

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

Jakarta, 21 Juli 2025

Yuda

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Kegunaan Hasil Penelitian	4
 BAB II KAJIAN TEORETIK	 6
A. Deskripsi Konseptual	6
1. Hakikat Akurasi Passing (Y)	6
a) Pengertian Futsal	8
b) Teknik Dasar Futsal.....	10
c) Peraturan Dalam Olahraga Futsal	13
d) Hakikat <i>Drills</i>	16
e) Prinsip-prinsip dalam latihan	18
f) Teori Latihan	18
2. Metode Latihan Y Passing Drills (X1)	21
3. <i>Hakikat Triangle Passing Drills</i> (X2)	22
a. Hakikat <i>Triangle Passing Drills</i>	22

B. Kerangka Berpikir	23
C. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Tujuan Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
C. Metode Penelitian.....	28
D. Populasi dan Sampel	30
E. Teknik Pengumpulan Data	30
1. Instrumen Penelitian.....	30
F. Teknik Pengumpulan Data	32
G. Teknis Analisis Data	33
1. Uji Normalitas	33
2. Uji t.....	34
H. Hipotesis Statistika.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Deskripsi Data	38
B. Pengujian Hipotesis.....	42
C. Pembahasan Hasil Penelitian	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	51
RIWAYAT HIDUP	94

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Individual Error Passing	3
2. Data Instrument Penelitian	32
3. Tes Awal Y Passing Drills	39
4. Tes Akhir Y Passing Drills	40
5. Tes Awal <i>Triangle Passing Drills</i>	41
6. Tes Akhir <i>Triangle Passing Drills</i>	42



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Akurasi Passing.....	7
2. Passing.....	8
3. Bola.....	14
4. Lapangan Futsal.....	14
5. Latihan (Drills).....	17
6. Y Passing Drills.....	22
7. Latihan Triangle Passing Drills.....	23
8. Gambar 3.1 Desain penelitian.....	29
9. Gambar 3.2 Test Instrumen Penelitian.....	31
10. Histogram Tes Awal Y Passing Drills.....	39
11. Histogram Tes Akhir Y Passing Drills.....	40
12. Histogram Tes Awal <i>Triangle Passing Drills</i>	41
13. Histogram Tes Akhir <i>Triangle Passing Drills</i>	42



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Hasil Data Tes Penelitian X1 (Y Passing Drills)	52
2. Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Pre-test (X1)	53
3. Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Post-test (X1).....	54
4. Hasil Data Tes Penelitian X2 (Triangle Passing Drills)	55
5. Langkah-langkah Perhitungan Distribusi pre-test (X2)	56
6. Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Post-test (X2).....	57
7. Perhitungan t_{tabel} dan t_{hitung} (X1)	58
8. Perhitungan t_{tabel} dan t_{hitung} (X2)	60
9. Perhitungan t_{tabel} dan t_{hitung} pada variabel gabungan (X1, X2, dengan Y)	62
10. Hasil Pengujian Uji Normalitas Shapiro Wilk (X1).....	64
11. Uji Normalitas Shapiro Wilk (X2)	68
12. Hasil Pengujian Uji t Menggunakan SPSS 26.....	71
13. Hasil Pengujian Deskriptif variabel X1 dan X2 Menggunakan SPS.	73
14. <i>Output Plot Pre-test Y Passing Drills Menggunakan SPSS 26.</i>	75
15. <i>Output Plot Post-test Y Passing Drills Menggunakan SPSS 26.</i>	75
16. <i>Output Plot Pre-test Triangle Passing Drills Menggunakan SPSS 26.</i>	76
17. <i>Output Plot Post-test Triangle Passing Drills Menggunakan SPSS 26.</i>	77
18. Tabel Uji t.....	77
19. Tabel uji Shapiro-wilk	77
20. Dokumentasi Penelitian.....	78
21. Surat Izin Validasi.....	79
22. Program Latihan Pre-Test 11 Juni 2025	81
23. Program Latihan Post-test 9 Juli 2025	89
24. Surat Izin Penelitian	92
25. Surat Balasan Penelitian	93