

**PENGARUH METODE LATIHAN DAN KOORDINASI  
TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA  
DALAM PERMAINAN FUTSAL**



**ARIE KHAIRUL FAJRI  
7216158114**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
untuk Memperoleh Gelar Magister Pendidikan

**PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2020**

# PENGARUH METODE LATIHAN DAN KOORDINASI TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL

ARIE KHAIRUL FAJRI

## ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan antara metode latihan *drill* dan metode bermain serta koordinasi terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal. Penelitian ini dilakukan pada peserta didik ekstrakurikuler futsal SMPN 5 Cilegon. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *treatment by level 2x2*. Sampel terdiri dari 36 peserta didik. Teknik analisis data adalah analisis varians dua jalur (ANOVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan uji Tuckey pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1). Nilai menggiring bola dalam permainan futsal pada perlakuan metode latihan *drill* ( $A_1$ ) lebih tinggi dari nilai metode latihan bermain ( $A_2$ ) peserta didik ekstrakurikuler futsal SMPN 5 Cilegon (2). terdapat interaksi antara metode latihan (A) dan koordinasi (B) terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal. (3). Nilai keterampilan menggiring bola pada permainan futsal pada perlakuan metode latihan *drill* koordinasi tinggi ( $A_1B_1$ ) lebih baik dari nilai metode latihan bermain koordinasi tinggi ( $A_2B_1$ ) di ekstrakurikuler ekstrakurikuler futsal SMPN 5 Cilegon. (4). Nilai keterampilan menggiring bola dalam permainan futsal pada perlakuan metode latihan *drill* koordinasi rendah ( $A_1B_2$ ) lebih rendah dari nilai metode latihan bermain koordinasi rendah ( $A_2B_2$ ) di ekstrakurikuler futsal SMPN 5 Cilegon.

**Kata Kunci :** metode latihan *drill*, metode latihan bermain dan koordinasi

# **THE INFLUENCE OF EXERCISE AND COORDINATION METHODS ON DRIBBLING SKILL IN FUTSAL GAME**

**ARIE KHAIRUL FAJRI**

## **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the differences between drill training methods and play methods as well as coordination of dribbling skills in futsal games. This research was conducted on futsal extracurricular students of SMPN 5 Cilegon. This study uses a 2x2 treatment by level research design. The sample consisted of 36 students. The data analysis technique is the analysis of two-way variance (ANAVA) and then followed by the Tuckey test at the significance level  $\alpha = 0.05$ . The results of this study indicate that (1). The value of dribbling in a futsal game on the treatment of the drill practice method (A1) is higher than the value of the play practice method (A2) futsal extracurricular students of SMPN 5 Cilegon (2). there is an interaction between the training methods (A) and coordination (B) on dribbling skills in futsal games. (3). The value of dribbling skills in the game of futsal on the treatment method of high coordination drill exercise (A1B1) is better than the value of the method of high coordination play training (A2B1) in futsal extracurricular extracurricular activities at SMPN 5 Cilegon. (4). The value of dribbling skills in futsal games on the treatment method of low coordination drill exercise (A1B2) is lower than the value of the low coordination play practice method (A2B2) in futsal extracurricular SMPN 5 Cilegon.*

**Keywords:** *drill training method, play training method and coordination*

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Jakarta, Februari 2020



  
Arie Khairul Fajri



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 : ARIE KHAIRUL FAJRI

NIM : 7216158114

Fakultas/Prodi : PASCA SARJANA PENDIDIKAN OLAHRAGA

Alamat email : [ariekhairulfajri@yahoo.co.id](mailto:ariekhairulfajri@yahoo.co.id)

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 METODE LATIHAN DAN KOORDINASI TERHADAP

KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN 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, APRIL 2020

Penulis

( ARIE KHAIRUL FAJRI )  
*nama dan tanda tangan*

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan ridho-Nya tesis ini dapat disusun dengan judul : “Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal”.

Tesis ini di tulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan Olahraga pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

Penulis menyadari bahwa tesis ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Secara khusus ucapan terimakasih kepada Dr. Hernawan SE M.Pd dan Dr. Yasep Setiakarnawijaya M Kes selaku pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan motivasi yang berharga bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan Tesis ini.

Pada kesempatan ini dengan penuh kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat : Dr. Komarudin. M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta beserta jajarannya. Prof. Dr. Nadiroh M.Pd, selaku Direktur Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta, Dr. Ramdan Pelana M.Or selaku Kepala Program Studi S2 Pendidikan Olahraga Univeristas Negeri Jakarta. Seluruh Dosen dan Staf Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta dan rekan rekan seangkatan yang telah memberikan bantuan ehingga dapat menyelesaikan tesis ini.

Ucapan terimakasih juga penulis sampaikan kepada Drs Juhi, MM, H. Suhendi S.Pd. MM dan Ratnawati Hasibuan S.Pd. MM.Pd selaku mantan Kepala Sekolah Kepala Sekolah SMP Negeri 5 Cilegon beserta seluruh rekan sejawat tenaga pendidik dan kependidikan yang telah memberikan dukungan untuk mengikuti sampai menyelesaikan pendidikan di Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta

Terimakasih juga disampaikan kepada kedua Orang Tua Ayahanda Darmadi dan Ibunda Faridah dan Kedua Mertua beserta seluruh keluarga besar. Untuk Istri Tercinta Fera Saktianingsih, Anakku tersayang Sheva Abizar Al Ghiffari dan Khayla Zahra Caesaria yang tak putus memberikan do'a dan dukungan dalam menyelesaikan pendidikan ini

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan berkat dan anugrah-Nya berlimpah bagi beliau-beliau yang tersebut di atas. Sangat disadari dalam tesis ini terdapat banyak kekurangan oleh karena itu semua saran dan kritik penulis terima dengan lapang dada demi kesempurnaan penulis tesis ini.

Akhirnya harapan penulis semoga tesis ini bermanfaat bagi kita semua.

Cilegon, Februari 2020

Arie Khairul Fajri



# DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERBAIKAN</b> .....	v
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK</b>	
A. Deskripsi Konseptual .....	7
1. Keterampilan Menggiring Bola Futsal .....	7
2. Metode .....	18
a. Metode Latihan ( <i>drill</i> ) .....	18
b. Metode Bermain .....	21
3. Koordinasi .....	27
B. Penelitian yang Relevan .....	30
C. Kerangka Teoretik .....	31
D. Hipotesis Penelitian .....	33



### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	35
C. Metode Penelitian .....	36
D. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi Penelitian .....	37
2. Teknik Pengambilan Sampel .....	37
E. Rancangan Perlakuan .....	38
F. Kontrol Validitas Internal dan Eksternal .....	39
G. Teknik Pengumpulan Data .....	42
1. Instrumen Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal .....	43
2. Instrumen Koordinasi .....	46
H. Teknik Analisis Data .....	49
1. Pengujian Prasyarat Analisis .....	49
2. Uji Hipotesis .....	50
I. Hipotesis Statistik .....	50

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Definisi data .....	53
B. Uji Persyaratan Analisis .....	60
1. Uji Normalitas .....	60
2. Uji Homogenitas .....	61
C. Pengujian Hipotesis .....	62
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	69

### **BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	73
B. Implikasi .....	73
C. Saran .....	78

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	81
-----------------------------	----

<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	
--------------------------------	--

<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	
----------------------------	--

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian .....	36
Tabel 3.2	Pembagian Kelompok Sampel .....	38
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen Tes Menggiring Bola .....	45
Tabel 3.4	Kisi-kisi Instrumen Tes Koordinasi Mata Kaki .....	49
Tabel 4.1	Rangkuman Hasil Perhitungan Data Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal .....	54
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik yang Berlatih dengan Metode <i>Drill</i> ( $A_1$ ) .....	55
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2$ ) .....	56
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Tinggi yang Berlatih dengan Metode Latihan <i>Drill</i> ( $A_1B_1$ ) .....	57
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Rendah yang Berlatih dengan Metode Latihan <i>Drill</i> ( $A_1B_2$ ) .....	58
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Tinggi yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2B_1$ ) .....	59
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Rendah yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2B_2$ ) .....	60
Tabel 4.8	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Setiap Kelompok .....	61
Tabel 4.9	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Dua Kelompok Metode Latihan .....	62
Tabel 4.10	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Empat Kelompok Metode Latihan .....	62

Tabel 4.11 Rangkuman Hasil Perhitungan ANAVA, Skor Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Taraf $\alpha = 0,05$ .....	63
Tabel 4.12 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Tukey .....	64
Tabel 4.13 Hasil Uji Tukey Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal antara Metode Latihan ( <i>Drill</i> ) dan Metode Bermain .....	65
Tabel 4.14 Hasil Uji Tukey Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Tinggi yang berlatih dengan Metode Latihan ( <i>Drill</i> ) dan Metode Bermain .....	67
Tabel 4.15 Hasil Uji Tukey Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Rendah yang berlatih dengan Metode Latihan ( <i>Drill</i> ) dan Metode Bermain .....	68



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Sketsa Lapangan Tes Menggiring Bola Widiastuti .....	45
Gambar 3.2	Test Koordinasi .....	38
Gambar 4.1	Histogram Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal Pada Kelompok Peserta Didik yang Berlatih dengan Metode <i>Drill</i> ( $A_1$ ) .....	55
Gambar 4.2	Histogram Data Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal Pada Kelompok Peserta Didik yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2$ ) .....	56
Gambar 4.3	Histogram Data Hasil Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Tinggi yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_1B_1$ ) .....	57
Gambar 4.4	Histogram Data Hasil Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Rendah yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_1B_2$ ) .....	58
Gambar 4.5	Histogram Data Hasil Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Tinggi yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2B_1$ ) .....	59
Gambar 4.6	Histogram Data Hasil Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal pada Kelompok Peserta Didik dengan Koordinasi Rendah yang Berlatih dengan Metode Bermain ( $A_2B_2$ ) .....	60
Gambar 4.7	Interaksi Antara Metode Latihan dan Koordinasi terhadap Keterampilan Menggiring Bola Permainan Futsal .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Program Latihan.....	85
Lampiran 2 Kegiatan.....	93
Lampiran 3 Instrumen Penelitian.....	95
Lampiran 4 Hasil Ujicoba Instrumen.....	103
Lampiran 5 Kisi-kisi Instrumen.....	111
Lampiran 6 Data Hasil Penelitian.....	115
Lampiran 7 Uji Homogenitas.....	129

