

**EFEKTIVITAS METODE PENDEKATAN TAKTIS DAN
BLOCK PRACTICE TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING*
TIM FUTSAL PERGURUAN RAKYAT 3**



YANUAR WICAKSONO

1602620020

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

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

ABSTRAK

EFEKTIVITAS METODE PENDEKATAN TAKTIS DAN *BLOCK PRACTICE* TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* TIM FUTSAL PERGURUAN RAKYAT 3

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas metode pendekatan taktis dan *block practice* terhadap kemampuan *shooting* tim futsal Perguruan Rakyat 3. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain *two group pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh pemain tim futsal Perguruan Rakyat 3 yang berjumlah 20 atlet, dengan sampel diambil menggunakan teknik *total sampling* sehingga seluruh populasi dijadikan sampel. Instrumen yang digunakan adalah tes ketepatan *shooting* dari Maulana (2009) dengan validitas isi dan reliabilitas sebesar 0,940. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas *Shapiro-Wilk*, uji homogenitas *Levene*, serta uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) metode *block practice* efektif meningkatkan kemampuan *shooting* dengan peningkatan rata-rata sebesar 1,30 poin (5,18%); (2) metode taktis efektif meningkatkan kemampuan *shooting* dengan peningkatan rata-rata sebesar 1,80 poin (7,23%); dan (3) metode taktis lebih efektif dibandingkan metode *block practice* dalam meningkatkan kemampuan *shooting*, dengan peningkatan yang lebih besar secara deskriptif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kedua metode latihan dapat meningkatkan kemampuan *shooting*, namun metode taktis memberikan peningkatan yang lebih optimal dibandingkan metode *block practice* pada atlet futsal Perguruan Rakyat 3.

Kata kunci: Metode Taktis, *Block Practice*, Kemampuan *Shooting*, Futsal

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF TACTICAL APPROACH AND BLOCK PRACTICE METHODS ON SHOOTING ABILITY OF PERGURUAN RAKYAT 3 FUTSAL TEAM

This study aimed to determine the effectiveness of tactical approach and block practice methods on the shooting ability of the Perguruan Rakyat 3 futsal team. The research employed a quantitative approach with an experimental method and a two-group pretest-posttest design. The study population consisted of 20 athletes from the Perguruan Rakyat 3 futsal team, with the sample selected using total sampling technique, making the entire population the sample. The instrument used was the shooting accuracy test by Maulana (2009) with content validity and reliability of 0.940. Data analysis was conducted using descriptive statistics, Shapiro-Wilk normality test, Levene's homogeneity test, and hypothesis testing using paired sample t-test and independent sample t-test. The results showed that: (1) the block practice method effectively improved shooting ability with an average increase of 1.30 points (5.18%); (2) the tactical method effectively improved shooting ability with an average increase of 1.80 points (7.23%); and (3) the tactical method was more effective than the block practice method in improving shooting ability, with a descriptively greater improvement. This study concludes that both training methods can improve shooting ability, but the tactical method provides more optimal improvement compared to block practice method for Perguruan Rakyat 3 futsal athletes.

Keywords: Tactical Method, Block Practice, Shooting Ability, Futsal

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

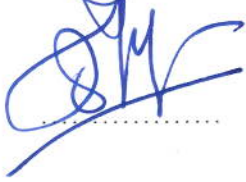
Nama

Tanda Tangan Tanggal

Pembimbing I

Dr. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198506182015041002

 31/7 26
 3/8 26

Pembimbing II

Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197205042005011002

Nama

Jabatan Tanda Tangan Tanggal

1. Hermanto, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197803102005011002

Ketua

 3/8 26

2. Okki Yonda, S.Or., M.Pd.

NIP. 199210252023211018

Sekretaris

 3/8 26

3. Dr. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198506182015041002

Anggota

 31/7 26

4. Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd.

NIP. 198112182010121002

Anggota

 3/8 26

5. Prof. Dr. Drs. Hidayat Humaid, M.Pd.

NIP. 196302101988031001

Anggota

 30/7 26

Tanggal Lulus : 22 Juli 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum 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 lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis 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 diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 15 juli 2026
Yang membuat pernyataan,



Yanuar Wicaksono

1602620020



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : YANUAR WICAKSONO
NIM : 1602620020
Fakultas/Prodi : FIKK/S1 - Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Alamat email : yanuarwuw1@gmail.com

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

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

yang berjudul :

EFEKTIVITAS METODE PENDEKATAN TAKTIS DAN
BLOCK PRACTICE TERHADAP KEMAMPUAN SHOOTING TIM
FUTSAL PERGURUAN RAKYAT 3

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 3 Agustus 2026

Penulis

(Yanuar Wicaksono)

KATA PENGANTAR

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

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar., M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Bapak **Dr. Bayu Nugraha., S.Pd, M.Pd**, selaku Kaprodi dan Dosen Pembimbing II. Peneliti berterima kasih kepada Bapak **Dr. Nur Fitranto, S.Pd., M.Pd**, Dosen Pembimbing 1 dan Bapak **Prof. Dr. Hidayat Humaid, M.Pd** selaku Dosen Pembimbing Akademik. Selaku Kepala Sekolah, pelatih dan para pemain Futsal Perguruan Rakyat 3 yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian, Serta kepada semua pihak yang telah banyak membantu dan mendukung dalam penelitian skripsi ini. Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan lebih baik lagi dalam penelitian maupun prosedural penelitian untuk kedepannya.

Jakarta, 15 Juli 2026

Y.W

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah	10
D. Perumusan Masalah	10
E. Kegunaan Hasil Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORITIK	12
A. Deskripsi Konseptual	12
B. Kerangka Berfikir	42
C. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Tujuan Penelitian	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian	47
C. Metode Penelitian	47
D. Populasi dan Sampel Penelitian	48

E. Instrumen Penelitian.....	49
F. Teknik Pengumpulan Data.....	51
G. Teknik Analisis Data	52
H. Hipotesis Statistika.....	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Deskripsi Data	55
B. Pengujian Hipotesis.....	68
C. Pembahasan	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	82

