

**PENGARUH VIDEO TUTORIAL TERHADAP MOTIVASI
DAN PENINGKATAN TEKNIK DASAR *PASSING* DAN
SHOOTING PADA TIM FUTSAL SMA NEGERI 67 JAKARTA**



MAULANA MAUDUDI

1606824026

Tesis Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI PASCA SARJANA PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK SIDANG TESIS**

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Iwan Hernawan, M.Pd
NIP.197505142001121001

Tanggal:



Dr. Slamet Sukriadi, S.Pd., M.Pd
NIP.198210282015041002

Tanggal:

Mengetahui, .
Koordinator Program Studi
Magister Pendidikan Jasmani
FIKK Universitas Negeri Jakarta



Dr. Sujarwo, M.Pd
NIP.197604252003121001

Tanggal:

Nama : Maulana Maududi

No. Registrasi : 1606824026

Angkatan : 2024

PENGARUH VIDEO TUTORIAL TERHADAP MOTIVASI DAN PENINGKATAN TEKNIK DASAR *PASSING* DAN *SHOOTING* PADA TIM FUTSAL SMA NEGERI 67 JAKARTA

MAULANA MAUDUDI

Pendidikan Jasmani

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan video tutorial terhadap motivasi latihan serta peningkatan teknik dasar *passing* dan *shooting* pada anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih terbatasnya efektivitas metode latihan konvensional dalam meningkatkan motivasi dan penguasaan teknik dasar futsal passing dan shooting secara optimal. Video tutorial dipilih sebagai media pembelajaran berbasis audiovisual karena mampu menyajikan demonstrasi gerakan secara sistematis, menarik, dan dapat dipelajari secara berulang sehingga diharapkan dapat meningkatkan motivasi latihan serta kemampuan teknik dasar Passing dan shooting futsal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi experiment menggunakan desain one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 30 anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data penelitian diperoleh melalui angket motivasi latihan serta tes praktik kemampuan *passing* dan *shooting*. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro–Wilk dan Kolmogorov–Smirnov, uji Paired Sample t-Test, serta analisis Normalized Gain (N-Gain). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan video tutorial berpengaruh signifikan terhadap motivasi latihan dan kemampuan teknik dasar Passing dan shooting futsal. Pada variabel motivasi diperoleh nilai $t = -25,423$ dengan $p < 0,001$ dan nilai rata-rata N-Gain sebesar 0,4856 yang termasuk kategori sedang. Kemampuan *passing* mengalami peningkatan yang signifikan dengan nilai $t = -4,387$ dan $p < 0,001$, namun nilai rata-rata N-Gain sebesar 0,2514 termasuk kategori rendah. Sementara itu, kemampuan *shooting* mengalami peningkatan yang signifikan dengan nilai $t = -34,240$ dan $p < 0,001$ serta nilai rata-rata N-Gain sebesar 0,3105 yang berada pada kategori sedang. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada motivasi latihan, kemampuan *passing*, dan kemampuan *shooting* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan video tutorial. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan video tutorial efektif meningkatkan motivasi latihan serta kemampuan teknik dasar Passing dan shooting futsal pada anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta. Oleh karena itu, video tutorial dapat direkomendasikan sebagai media pembelajaran dan latihan yang inovatif untuk mendukung proses pembinaan futsal di lingkungan sekolah.

Kata kunci: video tutorial, motivasi latihan, passing, shooting, teknik dasar futsal, futsal sekolah.

THE INFLUENCE OF VIDEO TUTORIALS ON MOTIVATION AND THE IMPROVEMENT OF BASIC PASSING AND SHOOTING SKILLS AMONG MEMBERS OF THE SMA NEGERI 67 JAKARTA FUTSAL TEAM

MAULANA MAUDUDI

Pendidikan Jasmani

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of using video tutorials on training motivation and the improvement of basic passing and shooting skills among members of the Futsal Team at SMA Negeri 67 Jakarta. The study was motivated by the limited effectiveness of conventional training methods in optimally improving players' motivation and mastery of basic futsal techniques. Video tutorials were selected as an audiovisual learning medium because they provide systematic, engaging, and repeatable demonstrations of movement, thereby facilitating better understanding and enhancing both training motivation and technical skills. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental method with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 30 members of the SMA Negeri 67 Jakarta Futsal Team selected through purposive sampling. Data were collected using a training motivation questionnaire and practical tests assessing passing and shooting skills. Data analysis included descriptive statistics, the Shapiro-Wilk and Kolmogorov-Smirnov normality tests, the Paired Samples t-test, and Normalized Gain (N-Gain) analysis. The findings revealed that the use of video tutorials had a significant positive effect on both training motivation and basic futsal skills. For the motivation variable, the results showed a t-value of -25.423 with $p < 0.001$ and a mean N-Gain score of 0.4856, indicating a moderate level of improvement. Passing ability improved significantly ($t = -4.387$, $p < 0.001$), although the mean N-Gain score of 0.2514 was classified as low. Meanwhile, shooting ability also improved significantly ($t = -34.240$, $p < 0.001$) with a mean N-Gain score of 0.3105, which falls within the moderate category. Overall, the results demonstrated significant differences in training motivation, passing ability, and shooting ability before and after the implementation of video tutorial-based training. It can be concluded that the use of video tutorials is effective in improving training motivation as well as the basic futsal skills of passing and shooting among members of the SMA Negeri 67 Jakarta Futsal Team. Therefore, video tutorials are recommended as an innovative instructional and training medium to support futsal coaching and training programs in school settings.

Keywords: video tutorial, training motivation, passing, shooting, basic futsal skills, school futsal.

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Maulana Maududi
NIM : 1606824026
Tempat / Tanggal Lahir : Bekasi, 20 Juli 1986
Program : Magister
Program Studi : Magister Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Pengaruh Media Video Tutorial Terhadap Motivasi, Teknik dasar Passing dan Shooting pada Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta” merupakan karya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Magister Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 13 Juli 2026

Yang Menyatakan



Maulana Maududi
MM: 1606824026



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 : Maulana Maududi
NIM : 1606824026
Fakultas/Prodi : FIKK / S2 Pendidikan Jasmani
Alamat email : maulanamaududi07@guru.sma.belajar.id

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 :

**PENGARUH VIDEO TUTORIAL TERHADAP MOTIVASI DAN
PENINGKATAN TEKNIK DASAR PASSING DAN SHOOTING PADA TIM
FUTSAL SMA NEGERI 67 JAKARTA**

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, 26 Agustus 2026

Penulis

(Maulana Maududi)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengaruh Video Tutorial terhadap Motivasi dan Peningkatan Teknik Dasar Passing dan Shooting pada Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta.” Tesis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister pada Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya pengembangan metode latihan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan perkembangan teknologi pembelajaran olahraga. Futsal sebagai salah satu cabang olahraga yang banyak diminati di lingkungan sekolah menuntut penguasaan teknik dasar yang baik, terutama passing dan shooting. Namun, peningkatan keterampilan teknik dasar tersebut tidak hanya bergantung pada latihan fisik semata, tetapi juga dipengaruhi oleh motivasi, pemahaman gerak, serta media latihan yang digunakan.

Melalui penelitian ini, penulis berupaya mengkaji pengaruh penggunaan video tutorial terhadap motivasi dan peningkatan teknik dasar passing dan shooting pada tim futsal SMA Negeri 67 Jakarta. Penggunaan video tutorial diharapkan dapat menjadi alternatif media latihan yang lebih menarik, mudah dipahami, dan dapat membantu anggota tim dalam mempelajari gerakan passing dan shooting secara lebih sistematis. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan pembelajaran dan pelatihan olahraga, khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler futsal di sekolah.

Penyusunan tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si., selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Dedi Purwana E.S., M.Bus., selaku Direktur Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
3. Koordinator Program Studi Bapak Dr. Sujarwo M. Pd yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses studi.

4. Bapak Dr. Iwan Hermawan, M. Pd selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan tesis ini.
5. Bapak Dr. Slamet Sukriadi, M. Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan saran, koreksi, dan pendampingan selama proses penyusunan tesis.
6. Seluruh dosen Sekolah Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan wawasan akademik kepada penulis.
7. Kepala SMA Negeri 67 Jakarta yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
8. Orang tua, keluarga, dan orang-orang terdekat yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta semangat kepada penulis.
9. Rekan-rekan seperjuangan yang telah memberikan bantuan, motivasi, dan masukan selama proses penyusunan tesis ini.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih memiliki keterbatasan, baik dari segi isi, metode, maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani, kepelatihan olahraga, dan pembelajaran futsal di lingkungan sekolah.

Jakarta, 2026

Penulis,

Maulana Maududi

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Kegunaan Hasil Penelitian	10
1. Kegunaan Teoretis.....	10
2. Kegunaan Praktis.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Deskripsi Konseptual Variabel	12
1. Video Tutorial	12
2. Motivasi.....	15
3. Teknik Dasar Futsal.....	18
B. Hipotesis Penelitian	30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	32
A. Tujuan Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
1.Tempat Penelitian.....	32
2.Waktu Penelitian	33
C. Metode Penelitian.....	34
D. Populasi dan Sampel	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel.....	37
3. Teknik Pengambilan Sampel	38
4. Kriteria Sampel	38
E. Rancangan Perlakuan.....	39
F. Kontrol Validitas Internal dan Eksternal	42
1. Kontrol Validitas Internal	42
2. Kontrol Validitas Eksternal.....	45
G. Teknik Pengumpulan Data	47
1. Angket Motivasi.....	47
2. Tes Praktik Teknik Dasar Futsal.....	48
3. Pencatatan Hasil.....	51
4. Teknik Analisis Data.....	52
5. Observasi.....	53
6. Dokumentasi	54
H. Teknik Analisis Data	54
1. Analisis Deskriptif	55
2. Uji Normalitas.....	55

3. Uji Homogenitas.....	56
4. Uji Paired Sample T-Test.....	56
5. Uji Independent Sample T-Test	57
6. Uji Wilcoxon dan Mann-Whitney	58
7. Perhitungan N-Gain Score.....	58
8. Dasar Pengujian Hipotesis.....	59
I. Hipotesis Statistik	60
1. Hipotesis Statistik untuk Motivasi Latihan	60
2. Hipotesis Statistik untuk Teknik Dasar Passing Futsal	61
3. Hipotesis Statistik untuk Teknik Dasar Shooting Futsal.....	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Deskripsi Data	62
B. Pengujian prasyarat analisis data	65
C. Pengujian Hipotesis	67
D. Pembahasan Hasil penelitian	74
1. Pengaruh Video Tutorial terhadap Motivasi Latihan Anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta	74
2. Pengaruh Video Tutorial terhadap Peningkatan Teknik Dasar Passing Futsal Anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta	78
3. Pengaruh Video Tutorial terhadap Peningkatan Teknik Dasar Shooting Futsal Anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta	81
4. Perbedaan Motivasi dan Kemampuan Teknik Dasar <i>Passing</i> dan <i>Shooting</i> Futsal Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan Menggunakan Video Tutorial pada Anggota Tim Futsal SMA Negeri 67 Jakarta.....	85
E. Keterbatasan Penelitian.....	85

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	87
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN.....	95
RIWAYAT HIDUP	132



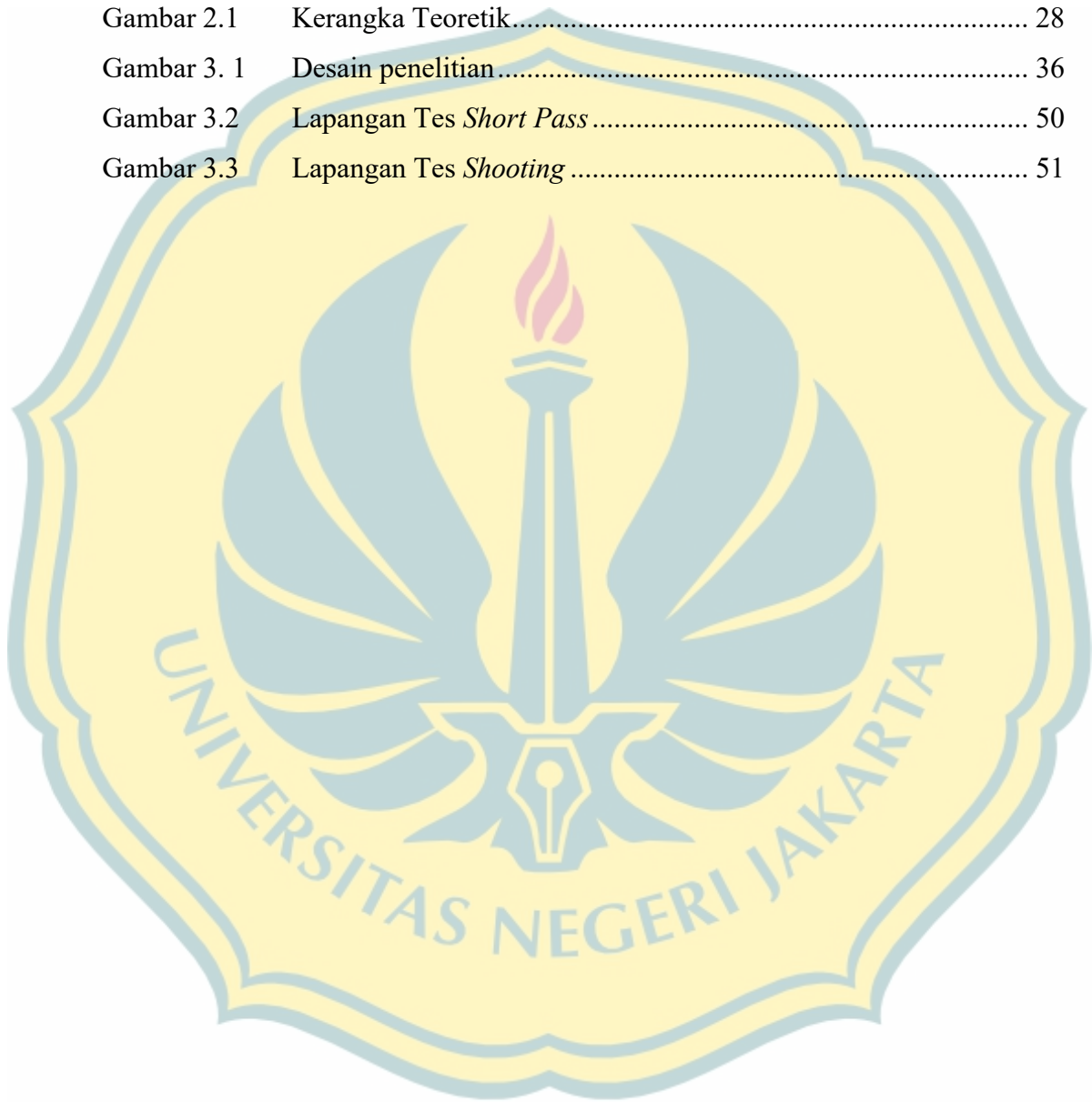
Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Data Pendukung	2
Tabel 2.1	Indikator Teknik Dasar Hasil Penelitian yang Relevan	21
Tabel 2.2	Penelitian Terdahulu Kerangka Teoretik	22
Tabel 3.1	Waktu Penelitian	34
Tabel 3.2	Rancangan Perlakuan Penelitian	40
Tabel 3.3	Kontrol Validitas Internal	44
Tabel 3.4	Kontrol Validitas Eksternal	46
Tabel 3.5	Skala Likert	48
Tabel 3.6	Validitas dan Reliabilitas Tes	49
Tabel 3.7	Norma Penilaian Tes <i>Short Pass</i>	51
Tabel 3.8	Norma Penilaian Tes <i>Shooting</i>	51
Tabel 3.9	Rancangan penilaian tes praktik teknik dasar futsal	53
Tabel 3.10	Aspek yang diamati dalam observasi	53
Tabel 3.11	Analisis deskriptif	55
Tabel 4. 1	Statistik Data Motivasi	62
Tabel 4. 2	Deskripsi Data Passing	63
Tabel 4. 3	Deskripsi Data Shooting	64
Tabel 4. 4	Uji Normalitas	65
Tabel 4. 5	Uji Normalitas Passing	66
Tabel 4. 6	Uji Normalitas Shooting	67
Tabel 4. 7	Uji Paired Sample T test	68
Tabel 4. 8	Uji N-Gain	69
Tabel 4. 9	Paired Samples Test	70
Tabel 4. 10	Uji N Gain	71
Tabel 4. 11	Uji Paired Sample Test	72
Tabel 4. 12	Uji N Gain	73

DAFTAR GAMBAR

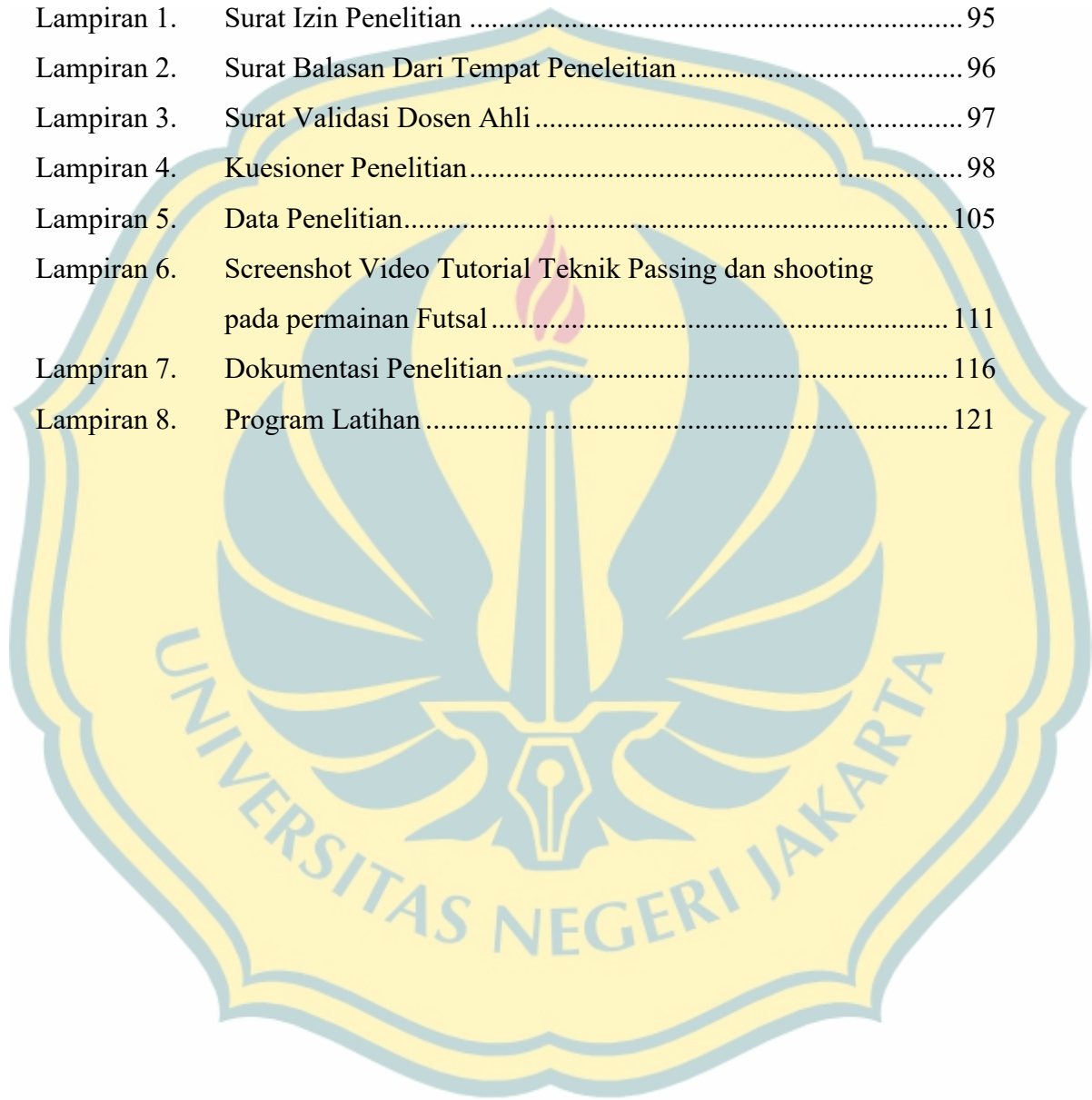
Gambar 2.1	Kerangka Teoretik.....	28
Gambar 3. 1	Desain penelitian.....	36
Gambar 3.2	Lapangan Tes <i>Short Pass</i>	50
Gambar 3.3	Lapangan Tes <i>Shooting</i>	51



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian	95
Lampiran 2.	Surat Balasan Dari Tempat Peneleitian	96
Lampiran 3.	Surat Validasi Dosen Ahli	97
Lampiran 4.	Kuesioner Penelitian.....	98
Lampiran 5.	Data Penelitian.....	105
Lampiran 6.	Screenshot Video Tutorial Teknik Passing dan shooting pada permainan Futsal	111
Lampiran 7.	Dokumentasi Penelitian.....	116
Lampiran 8.	Program Latihan	121



Intelligentia - Dignitas