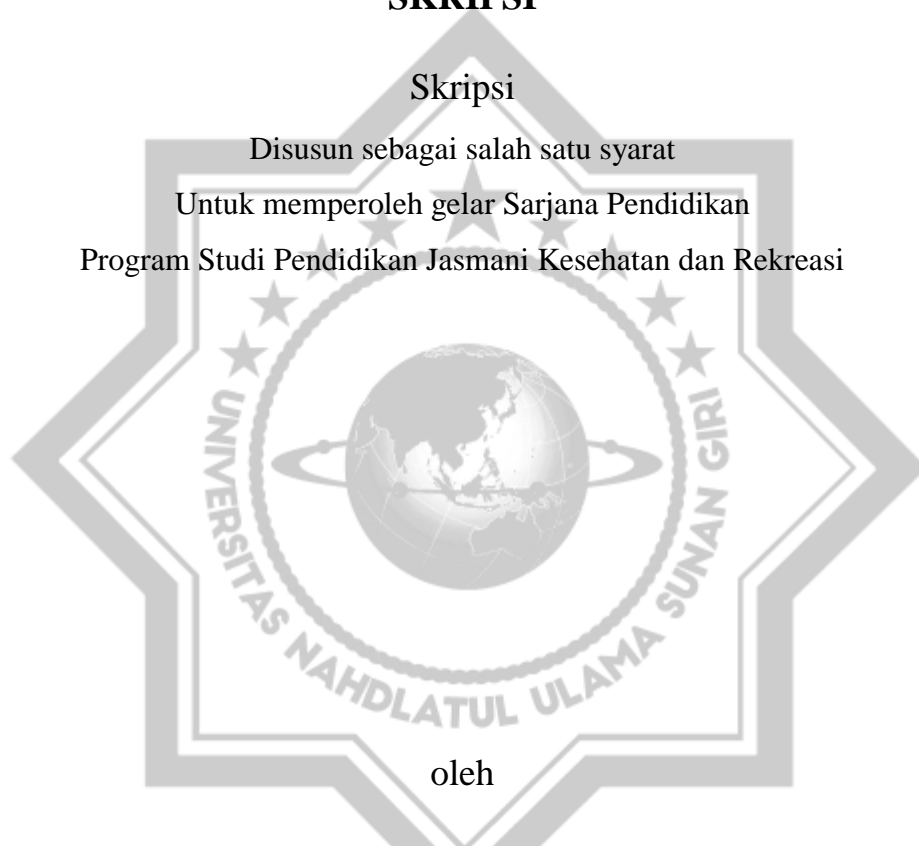


**ANALISIS TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR
DAN KONDISI FISIK PEMAIN FUTSAL DI *CLUB* PASSIS
SIMO KECAMATAN SOKO KABUPATEN TUBAN**

SKRIPSI

Skripsi

Disusun sebagai salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



oleh

A. Andi Sumaryono
3220180198

UNUGIRI

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI BOJONEGORO

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN PERTANGGUNG JAWAB PENULISAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : A. Andi Sumaryono

NIM : 3220180198

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Alamat : Desa Simo Kecamatan Soko Kabupaten Tuban

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar dan Kondisi Fisik Pemain Futsal di *Club Passis Simo* Kecamatan Soko Kabupaten Tuban" adalah hasil karya sendiri, apabila dikemudian hari terdapat plagiat dalam skripsi ini maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Bojonegoro, Agustus 2022



A. Andi Sumaryono

Nim 3220180198

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : A. Andi Sumaryono
NIM : 3220180198
Judul : Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar dan Kondisi Fisik
Pemain Futsal di Club Passis Simo Kecamatan Soko Kabupaten
Tuban

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian
skripsi

Bojonegoro, April 2022

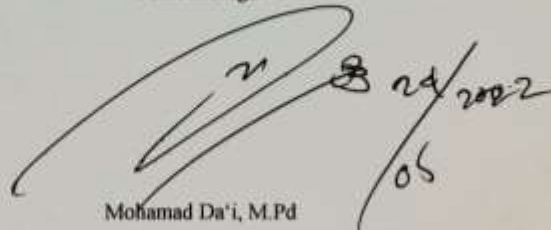
Pembimbing I



Rohmad Apriyanto, M.Pd

NIDN. 0704048703

Pembimbing II



Mohamad Da'i, M.Pd

NIDN. 0719089401

HALAMAN PENGESAHAN

PENGESAHAN

Nama : A. Andi Sumaryono
NIM : 3220180198
Judul : Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar dan Kondisi Fisik Pemain Futsal di *Club Passis Simo* Kecamatan Soko Kabupaten Tuban

Dewan Penguji
Penguji I



Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN : 0707048904

Tim Pembimbing
Pembimbing I



Rohmad Apriyanto, M.Pd
NIDN : 0704048703

Penguji II



Dr. H. M. Ridwan Hambali, Lc., M.A
NIDN : 2117056803

Pembimbing II



Mohamad Da'i, M.Pd
NIDN : 0719089401

Mengetahui
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan



Astri Chandra Sari, M.Pd
NIDN : 0721059101

Mengetahui
Ketua Program Studi



Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN : 0707048904

MOTTO

“Lakukan hal kecil dengan hati yang besar, agar memperoleh hasil yang maksimal.”

PERSEMBAHAN

Untuk Ibuku dan Bapak Tercinta, terimakasih untuk doa dan kasih sayang yang senantiasa mengiringi langkahku. Meski aku takkan pernah mampu membalas kasih sayang mu, aku akan berusaha sebaik mungkin agar aku tidak mengecewakanmu dan membuatmu bangga terhadapku.

Adik dan seluruh keluarga besarku yang aku sayangi, terimakasih dan dukungan yang selalu diberikan kepadaku.

Guru-guru ku, dosen-dosen ku terimakasih sudah membagikan ilmu dan pengalamannya selama ini, aku tidak akan pernah bisa membalas jasa-jasa kalian namun aku selalu mengharapkan ridho dan doa kalian, agar aku bisa menjadi orang yang bermanfaat seperti kalian.

Sahabat-sahabatku terimakasih atas kasih sayang kalian, terimakasih atas segala dukungan, doa dan kebersamaan kalian selama ini. Semoga persahabatan kita tetap terjalin sampai akhir nanti. Seluruh teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi angkatan 2018, terimakasih untuk dukungan dan kebersamaan yang indah selama ini serta perjuangan bersama yang tidak akan terlupakan.

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah sebagai ungkapan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “ANALISIS TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR DAN KONDISI FISIK PEMAIN FUTSAL DI CLUB PASSIS SIMO KECAMATAN SOKO KABUPATEN TUBAN”. Proposal skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyusun skripsi pada program Strata-1 di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama' Sunan Giri Bojonegoro.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak K. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Ibu Astrid Chandra Sari, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Bapak Hilmy Aliriad, M.Pd, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Bapak Rohmad Apriyanto, M. Pd, selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Bapak Mohamad Da'i, M. Pd, selaku Dosen Pembimbing 2 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Bapak Hasan Saifudin, S. Pd, M. Pd, selaku Dosen Pembimbing Akademik atas bimbingan saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Bapak Ibu Dosen Program Studi Pendidikan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.

7. Kedua orang tua dan adik tercinta atas do'a, dukungan, bimbingan, serta kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.
8. Teman-teman seperjuangan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Angkatan 2018 atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari proposal skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bojonegoro, 16 September 2022

Penulis

A. Andi

Sumaryono

UNUGIRI

Abstract

Sumaryono, A. Andi. Analysis of Basic Technical Skill Levels and Physical Conditions of Futsal Players at Club Passis Simo, Soko District, Tuban Regency. Thesis. Health and Recreation Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education. University of Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Supervisor (1) Rohmad Apriyanto, M.Pd. Supervisor (2) Mohamad Da'i, M.Pd.

Keywords: basic technical skills, physical condition, futsal

This research was motivated by the declining performance of the futsal club pass in Soko District, Tuban Regency. This study aims to determine the level of basic technical skills and physical condition of futsal players at the Passis Simo Club, Soko District, Tuban Regency.

This research is a quantitative descriptive research. The method used is a survey method. The variables of this research are basic technical skills and physical condition of futsal players. The subjects of this study were all players in the club passis simo, Soko District, Tuban Regency, totaling 15 players. This research took place in September 2022. The instrument used in this study was Agus Susworo dwi Mahendro, Yudanto's Futsal Skill Test FIK Yogyakarta in 2009. The analysis technique used was to pour frequency into a percentage.

The results of this study showed that as many as 11 players (73.33%) were declared Very Good, A total of 2 players or (13.33%) were declared Good, 1 player or (6.67%) were declared Moderate, 1 player or (6.67 %) is declared less, 0 students or (0.00%) is declared less.

Abstrak

Sumaryono, A. Andi. Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Dan Kondisi Fisik Pemain Futsal di *Club Passis Simo* Kecamatan Soko Kabupaten Tuban. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Pembimbing (1) Rohmad Apriyanto, M.Pd. Pembimbing (2) Mohamad Da'i, M.Pd.

Kata Kunci : keterampilan teknik dasar, kondisi fisik, futsal

Penelitian ini di latarbelakangi oleh menurunnya perstasi *club passis* futsal di Kecamatan Soko Kabupaten Tuban. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan teknik dasar dan kondisi fisik pemain futsal di *club passis simo* kecamatan soko kabupaten tuban.

Penelitian merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah metode *survei*. Variabel penelitian ini adalah keterampilan teknik dasar dan kondisi fisik pemain futsal. Subjek penelitian ini adalah seluruh pemain di *club passis simo* Kecamatan Soko Kabupaten Tuban yang berjumlah 15 pemain. Penelitian ini berlangsung di bulan September 2022 Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes keterampilan Futsal FIK jogja milik Agus susworo dwi mahendro, Saryono, Yudanto tahun 2009. Teknik analisis yang dilakukan adalah menuangkan frekuensi ke dalam bentuk presentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 11 pemain (73,33%) dinyatakan Baik Sekali, Sebanyak 2 pemain atau (13,33%) dinyatakan Baik, 1 pemain atau (6,67%) dinyatakan Sedang, 1 pemain atau (6,67%) dinyatakan kurang, 0 siswa atau (0,00%) dinyatakan kurang sekali.

DAFTAR ISI

Halaman

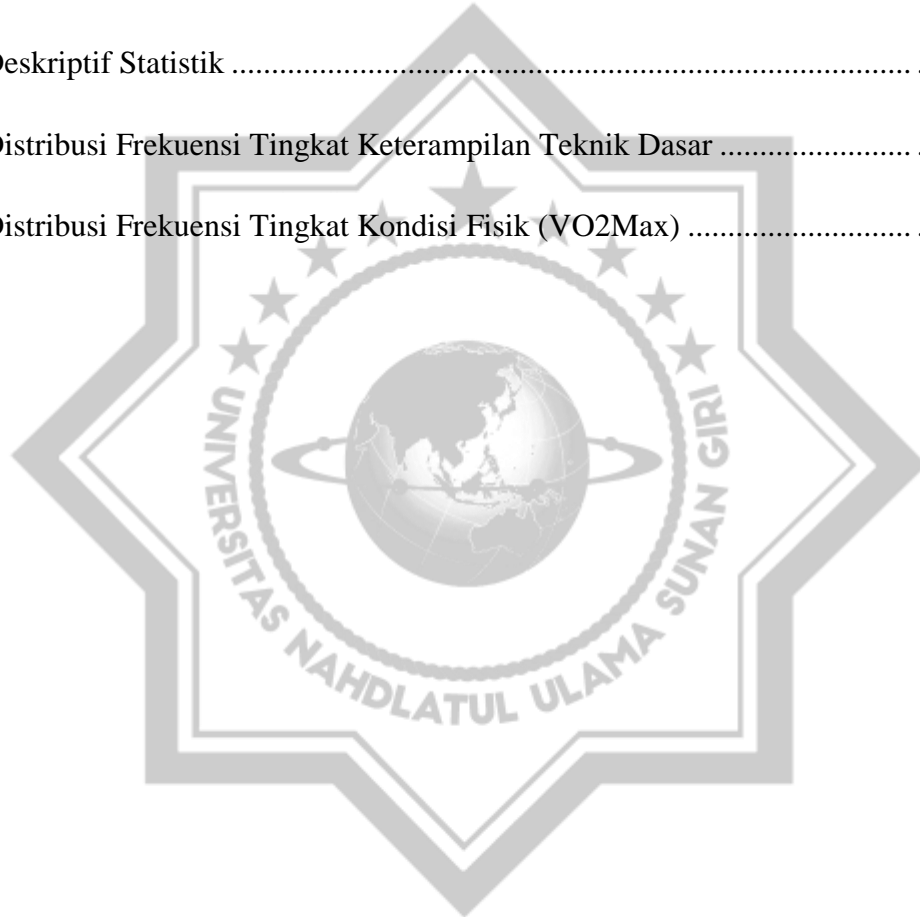
HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Rumusan Masalah.....	6
1.4 Batasan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
1.6.1 Bagi Pelatih.....	6
1.6.2 Bagi Pemain.....	6
1.6.3 Bagi Klub.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Tinjauan Pustaka.....	8
2.2 Dasar Teori.....	9
2.2.1 Hakikat Keterampilan.....	9
2.2.1.1 Pengertian Keterampilan.....	9
2.2.1.2 Macam Keterampilan Gerak.....	18
2.2.2 Hakikat Permainan Futsal.....	19
2.2.2.1 Pengertian Permainan Futsal.....	19

2.2.2.2 Teknik Dasar Futsal	29
2.2.2.3 Peraturan Permainan Futsal.....	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
3.1 Metode Penelitian	44
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	44
3.3 Populasi Penelitian.....	44
3.3.1 Populasi.....	44
3.3.2 Sampel.....	44
3.4 Instrumen Penelitian	45
3.5 Prosedur Penelitian	47
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	48
3.7 Teknik Analisis Data.....	49
BAB IV ASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
4.1 Hasil Penelitian	52
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian.....	52
4.2 Pembahasan	55
BAB V ESIMPULAN DAN SARAN.....	58
5.1 Kesimpulan	58
5.2 Implikasi Hasil Penelitian	58
5.3 Keterbatasan Hasil Penelitian.....	58
5.4 Saran-Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	62

UNUGIRI

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Norma penilaian keterampilan dasar bermain futsal.....	50
3.2 Norma penilaian kondisi fisik.....	51
4.1 Deskriptif Statistik	52
4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Teknik Dasar	53
4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kondisi Fisik (VO2Max)	53



UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Mengumpan dengan kaki bagian dalam.....	33
2.2 Teknik dasar menghentikan bola	34
2.3 Teknik dasar mengumpan lambung	35
2.4 Teknik dasar menggiring bola.....	36
2.5 Ukuran lapangan futsal	41
2.6 Bola futsal	41
2.7 Gawang futsal.....	43
3.1 Desain penelitian.....	44
3.2 Lapangan tes teknik dasar futsal	46
3.3 Lintasan MFT.....	47
4.1 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Teknik Dasar.....	54
4.2 Diagram Batang Tingkat Kondisi Fisik (VO2Max)	54

UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

Bagan

Halaman



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Izin Penelitian	62
2. Surat Balasan	63
3. Hasil Test Keterampilan Teknik Dasar Futsal.....	64
4. Hasil Test Kondisi Fisik (VO2Max).....	64
5. Hasil analisis data tingkat keterampilan teknik dasar futsal	65
6. Hasil analisis data tingkat kondisi fisik (VO2Max) pemain futsal.....	65
7. Foto-foto Kegiatan.....	66
8. Data awal hasil tes keterampilan teknik dasar futsal	71
9. Data awal hasil tes kondisi fisik (VO2Max) pemain futsal	72
10. Formulir Penilaian Tes MFT	87
11. Formulir Penilaian Tes Teknik Dasar Futsal	88



UNUGIRI