

# SKRIPSI

## PENGARUH METODE LATIHAN TARGET DAN METODE LATIHAN DRILL TERHADAP KETEPATAN SHOOTING PADA ATLET KLUB TABE FC KOTA PALOPO

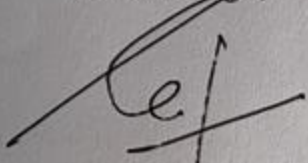
disusun dan diajukan oleh

Muh. Fahri Achmad  
1885201070

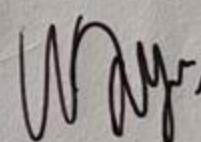
telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 7 September 2022

### Susunan Dewan Penguji

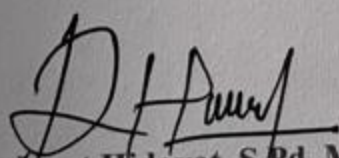
Pembimbing I,

  
Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0926048604

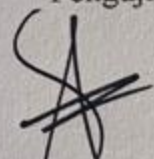
Pembimbing II

  
Nurwahidin Hakim, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0916089301


Penguji I

  
Rachmat Hidayat, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0914059201

Penguji II

  
Firmansyah Dahlan, S.Or., M.Kes.  
NIDN. 0904088803

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar sarjana  
Tanggal.....

  
Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
0905038505  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

# SKRIPSI

## PENGARUH METODE LATIHAN TARGET DAN METODE LATIHAN DRILL TERHADAP KETEPATAN SHOOTING PADA ATLET CLUB TABE FC KOTA PALOPO

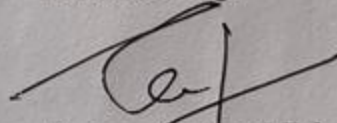
disusun dan diajukan oleh

Muh. Fahri Achmad  
1885201070

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 7 September 2022

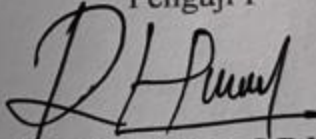
### Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang,



**Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd.**

Penguji I



**Rachmat Hidayat, S.Pd., M.Pd.**  
NIDN. 0914059201

Penguji II



**Firmansyah Daqlan, S.Or., M.Kes.**  
NIDN. 0904088803

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar sarjana  
Tanggal.....



**Ahmad, S.Pd., M.Pd.**  
0905038505

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



# SKRIPSI

## PENGARUH METODE LATIHAN TARGET DAN METODE LATIHAN DRILL TERHADAP KETEPATAN SHOOTING PADA ATLET KLUB TABE FC KOTA PALOPO

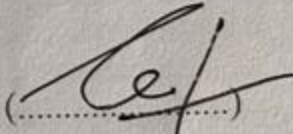
disusun dan diajukan oleh

Muh. Fahri Achmad  
1885201070


Telah dipertahankan dalam ujian Skripsi pada tanggal 7 September 2022 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo.

### Susunan Dewan Penguji

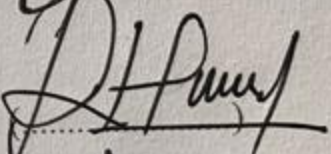
1. Pembimbing I : Irsan Kahar, S.Pd.,M.Pd.

()

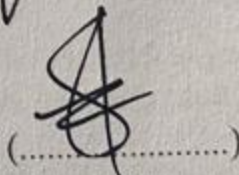
2. Pembimbing II : Nurwahidin Hakim, S.Pd.,M.Pd.

()

3. Penguji I : Rachmat Hidayat, S.Pd.,M.Pd.

()

4. Penguji II : Firmansyah Dahlan, S.Pd.,M.Pd.

()

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

()  
Ahmad, S.Pd.,M.Pd.



## PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis ini dengan judul "Pengaruh Metode Latihan Target dan Metode Latihan *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Pada Atlet Klub Tabe FC Kota Palopo". Penulisan Skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana S1 pada Universitas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian tulisan ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Sehingga dalam kesempatan ini penulis dengan ketulusan hati mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungannya. Semoga Allah SWT memudahkan segala urusan dan melimpahkan karunia-Nya kepada pihak-pihak tersebut implementasi wujud pengabdian kepada-Nya.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak kesulitan yang dijumpai namun karena pertolongan Allah SWT dan kerja keras penulis serta bantuan dari berbagai pihak akhirnya kesulitan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu, izinkan penulis menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya dan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

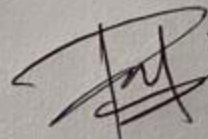
1. Bapak Dr. Salju, SE., MM sebagai Rektor Universitas Negeri Makassar.
2. Bapak Dr. Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd.I., selaku Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Palopo atas persetujuan judul dan izin yang diberikan untuk mengadakan penelitian.
3. Bapak Ahmad, S.Pd., M.Pd., selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani S1 yang telah memberikan izin penelitian dan masukkan serta kemudahan dalam menjalani prosedur penelitian.
4. Bapak Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd., selaku pembimbing pertama, atas segala minat, bimbingan dan petunjuknya dalam penelitian hingga penyusunan skripsi.
5. Bapak Nurwahidin Hakim, S.Pd., M.Pd., selaku pembimbing kedua atas segala minat, bimbingan dan petunjuknya dalam penyusunan skripsi.
6. Bapak Ketua Klub Tabe FC yang telah memberikan izin penelitian dalam pengumpulan data.
7. Segenap keluarga tercinta khususnya Ayahanda dan Ibunda serta saudara-saudara atas segala doa dan pengorbanannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan study pada program S1 Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Palopo



8. Semua pihak yang tidak sempat disebut namanya atas bantuannya, baik secara langsung baik maupun tidak langsung.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi terdapat kekurangan-kekurangan sehingga perlu untuk disempurnakan. Untuk itu segala saran dan kritikan yang bermaksud untuk memperbaiki sangat diharapkan. Tiada imbalan yang dapat diberikan oleh penulis, hanya kepada Allah SWT penulis memohon ganjaran pahala atas segala petunjuk dan bantuan yang telah diberikan. Wassalam.

Palopo, 7 September 2022



Muh. Fahri Achmad

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul :  
**PENGARUH METODE LATIHAN TARGET DAN METODE LATIHAN  
DRILL TERHADAP KETEPATAN SHOOTING PADA  
ATLET CLUB TABE FC KOTA PALOPO**

Dan diajukan untuk diuji pada tanggal 7 September 2022, adalah hasil karya saya.

Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam Skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau simbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dan atau tidak terdapat sebagian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau saya ambil dari tulisan orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada penulis aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik Skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Palopo, 7 September 2022  
Yang memberi pernyataan



Muh. Fauzi Achmad



## INTISARI

Tujuan Penelitian yaitu untuk mengetahui (1) Untuk mengetahui apakah ada pengaruh metode latihan target terhadap ketepatan *shooting* pada atlet Tabe FC Kota Palopo. (2) Untuk mengetahui apakah ada pengaruh metode latihan *Drill* terhadap ketepatan *shooting* pada atlet Tabe FC Kota Palopo. (3) Untuk mengetahui apakah ada perbedaan metode latihan target dan metode latihan *drill* secara bersama-sama terhadap atlet Tabe FC Kota Palopo. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen diartikan sebagai metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Klub Tabe FC Kota Palopo berjumlah 18 atlet. Sampel adalah seluruh atlet Tabe FC Kota Palopo. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan program aplikasi SPSS versi 22.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Ada pengaruh yang signifikan metode latihan target terhadap ketepatan shooting pada atlet klub Tabe FC Kota Palopo, dengan  $t_{hitung}$  sebesar  $12,702 > t_{tabel}$   $2,364$  dan hasil sig. (*2-tailed*) yaitu  $0,000 < 0,05$ . (2) Ada pengaruh yang signifikan metode latihan *drill* terhadap ketepatan shooting pada atlet klub Tabe FC Kota Palopo, dengan  $t_{hitung}$  sebesar  $15,556 > t_{tabel}$   $2,364$  dan hasil sig. (*2-tailed*) yaitu  $0,000 < 0,05$ . (3) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan metode latihan target dan metode latihan *drill* terhadap ketepatan *shooting* pada atlet klub Tabe FC Kota Palopo, nilai rata-rata sebesar  $16,11$  dan metode latihan *drill* dengan nilai rata-rata sebesar  $13,89$  dan nilai sig. (*2-tailed*) yaitu  $0,031 < 0,05$ .

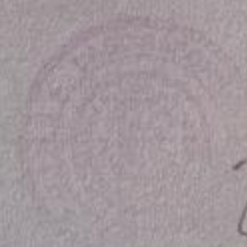
Kata Kunci : Metode Target, Metode Drill, Ketepatan Shooting, Futsal



## ABSTCRAT

The objectives of this study were (1) to find out whether there was an effect of target training method on shooting accuracy in Tabe FC athletes in Palopo City. (2) To find out whether there was an effect of the Drill training method on the shooting accuracy of Tabe FC athletes in Palopo City. (3) To find out whether there were differences in the target training method and the drill training method on Tabe FC athletes in Palopo City. This research was a quantitative research with an experimental method which is defined as a method used to find the effect of certain treatments on others under controlled conditions. The population in this study were all athletes of Tabe FC Club in Palopo City namely 18 people. The sample was all Tabe FC athletes in Palopo City. The sampling technique in this research was purposive sampling. The data analysis technique used the SPSS version 22 application program. The results show that (1) There is a significant effect of target training method on shooting accuracy in Tabe FC club athletes in Palopo City, with  $t = \text{count of } 12,702 > t = \text{table of } 2,364$  and sig. (2-tailed) that is  $0,000 < 0,05$ . (2) There is a significant effect of drill training method on shooting accuracy in Tabe FC club athletes in Palopo City, with  $t = \text{count of } 15,556 > t = \text{table of } 2,364$  and the result is sig. (2-tailed) that is  $0,000 < 0,05$ . (3) There is a significant difference in the effect of target training methods and drill training methods on the accuracy of shooting at Tabe FC club athletes in Palopo City. The average value is 16.11 and the drill training method with an average value of 13.89 and a sig value. . (2-tailed) that is  $0,031 < 0,05$ .

**Keywords:** Target Method, Drill Method, Shooting Accuracy, Futsal



13/09/2022



# DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>PRAKATA</b> .....	v
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	vii
<b>INTISARI</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Hakikat Futsal .....	6
2.1.1 Pengertian Futsal .....	6
2.1.2 Peraturan Olahraga Futsal .....	8
2.2 Teknik Dasar Menembak (Shooting) .....	14
2.3 Hakikat Latihan .....	18
2.4 Model Latihan Permainan Target .....	23
2.5 Model Latihan Drill .....	27
2.6 Penelitian Terdahulu .....	29
2.7 Kerangka Berpikir .....	31
2.8 Hipotesis Penelitian .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	34
3.2 Populasi dan Sampel .....	34
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
3.4 Definisi Operasional Variabel .....	36
3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	37
3.6 Teknik Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	53
4.2 Pembahasan .....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	62
5.2 Saran .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	64
<b>LAMPIRAN</b> .....	67

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Bola Futsal.....	8
Gambar 2.2 Lapangan Futsal.....	10
Gambar 2.3 Gawang Futsal.....	11
Gambar 2.4 Teknik <i>shooting</i> dengan menggunakan punggung kaki.....	13
Gambar 2.5 Teknik <i>shooting</i> dengan menggunakan ujung sepatu/ujung kaki.....	14
Gambar 2.6 Permainan Target <i>Goaling</i> .....	23
Gambar 2.7 Permainan Target <i>Grirshoot</i> .....	24
Gambar 2.8 Permainan Target <i>Zig Zag Goal</i> .....	25
Gambar 2.9 Permainan Target <i>Bolbal Shoot</i> .....	26
Gambar 2.10 Skema Kerangka Berpikir.....	32
Gambar 3.1 <i>One group pretest-posttest design</i> .....	34
Gambar 3.2 Pembagian Wilayah Skoring.....	36



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 4.1 Hasil Analisis Deskriptif <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> Ketepatan shooting.....	54
Tabel 4.2 Hasil Uji Normalitas Data <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> Ketepatan shooting.....	55
Tabel 4.3 Hasil uji homogenitas data <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> ketepatan shooting.....	56
Tabel 4.4 Uji T berpasangan Paired Sample T test.....	57
Tabel 4.5 Uji T tidak berpasangan <i>Independent Sample t-test</i> .....	57

# DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Data Penelitian.....	68
Lampiran 2 Analisis Deskriptif.....	69
Lampiran 3 Uji Normalitas.....	71
Lampiran 4 Uji Homogenitas.....	72
Lampiran 5 Uji T Berpasangan (Paired t-test).....	73
Lampiran 6 Uji t Tidak Berpasangan (Independet t-test).....	75
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian.....	76
Lampiran 8 Hasil Turnitin.....	94