

DAFTAR PUSTAKA

- Alwy Pasca Romadhon. 2017. Metode Drill untuk Meningkatkan Kemampuan Akurasi Shooting Bola dalam Permainan Futsal Pada Tim Putri Kabupaten Magetan.
- Baharudin Wirdan. 2015. Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Futsal Peserta Ekstrakurikuler SD Muhammadiyah Surotan Kota Yogyakarta. Skripsi. UNY Yogyakarta.
- Didit Setiyowantono. 2015. Perbandingan Sportivitas Antara Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli Dengan Ekstrakurikuler Futsal di SMK Sunan Giri Menganti.
- Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. 2019. Pedoman Penulisan Proposal, Skripsi, Artikel Ilmiah. FKIP UNIPA.
- Jupri Edho Imastra Wardana. Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal SFC Planet Sleman.
- Khoiril Anam. 2013. Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepak Bola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun.
- Maskum Ali. 2012. *Metodologi penelitian.*, Surabaya. Unes University Perss.
- Muhamad Mustakim 'Roesdiyanto'. 2018. Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Dasar Heading Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Sekolah Sepak Bola Putra Arema Kota Malang Usia 13-15 Tahun.

Pekik, Djoko. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi

Sangkot Nasution. 2017. Variabel Penelitian.

Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Bandung. Alfabeta.

Sugiyono. 2017. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta, Bandung

<https://4.bp.blogspot.com/fQbYKCN6ew/WoOnjggUCGI/AAAAAAACjw/cBzTIUOIsK4w4l1dEUf7HRQ4Wolhc4zhOCLcBGAs/s1600/Gambar%2Billustrasi%2BTeknik%2Bmenendang%2Bbola%2Bdengan%2Bpunggung%2Bkaki.png>

https://1.bp.blogspot.com/fjk4AuSSckY/XQueCob9DJI/AAAAAAACN8/tkBl_9_gOwCP0mqYUqvng64sguboc6DwCLcBGAs/s400/Menendang%2Bbola%2Bfutsal%2Bdengan%2Bujung%2Bkaki.jpg

http://1.bp.blogspot.com/yHt6ODxn_7o/Ugzh8QqDh3I/AAAAAAAAAw/wmfK5WHc4C0/s1600/bola+kaki-soccer-alfi.jpeg

<https://img2.pngdownload.id/20180808/zke/kisspng-fox-40-classic-whistle-fox-40-classic-cmg-whistle-whistles-fox-40-classic-official-fingergrip-whis-5b6a9172a69545.4959028915337107066823.jpg>

<https://1.bp.blogspot.com/BGLNU5YKAGc/XQxFjS2IZEI/AAAAAAACPI/tV6icHSL2fYKxaBZOMqX0ft3kJzJpBMACLcBGAs/s400/ukuran%2Bgawang%2Bfutsal.jpg>

https://ecs7.tokopedia.net/img/cache/700/product1/2019/2/26/44745276/44745276_3693c2c5-c8a9-4931-a8ef-a4cb4f14c31e_2048_2028

Lampiran 1



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax: (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
<http://kip.unipasby.ac.id/>

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Moch Affan Al Rasyid
NIM : 165900168
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 30 Januari 2020
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan *Drill Shoot* dan Pelatihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia Terhadap *Accuracy Shooting* Pada Permainan Futsal Ekstra Kurikuler MAN Sidoarjo
Penguji I : Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd.
Penguji II : Ramadhany H.P. M.Pd.

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II
1	Penulisan		
2	Keterangan Gambar		
3	Bab II dan Bab III		
4	Program Latihan		
5	Dokumentasi		

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji I,

Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0706108203

Dosen Penguji II,

Ramadhany H.P. M.Pd.
NIDN. 0701058802

Lampiran 2



Unipa Surabaya

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

<http://fkip.unipasby.ac.id/>

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Moch Affan Al Rasyid
NIM : 165900168
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Drill Shoot dan Pelatihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia Terhadap Accuracy Shooting Pada Permainan Futsal Ekstra kurikuler MAN Sidoarjo

NO	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	06-08-2019	Merumuskan masalah penelitian	[Signature]
2	08-08-2019	Matrik dan pengajuan judul	[Signature]
3	14-08-2019	Revisi judul	[Signature]
4	21-08-2019	Bimbingan Bab I	[Signature]
5	26-08-2019	Revisi Bab I	[Signature]
6	02-09-2019	Bimbingan Bab II dan III	[Signature]
7	10-12-2019	Revisi Bab II dan III	[Signature]
8	09-01-2020	Bimbingan Bab IV dan V	[Signature]
9	12-01-2020	Revisi Bab IV dan V	[Signature]
10	23-01-2020	Acc Skripsi	[Signature]

Selesai bimbingan skripsi tanggal 23 Januari 2020

Mengetahui
Dekan FKIP,



D. Subari, S.H., M.Si.
NIP. 196801031992031003

Dosen Pembimbing,

Ramadhany H P. M.Pd.
NIDN. 0701058802



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA**

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5041097 Fax. (031) 5042804 Surabaya 60245
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281182, 8281183 Surabaya 60234.
Website : <http://kip.unpasby.ac.id>

Unipa Surabaya

Nomor : 774/Ak.2/FKIP/XII/2019
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

02 Desember 2019

Yang Terhormat,
Kepala MAN
di Sidoarjo

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala MAN Sidoarjo berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa :

Nama : Moch Affan Al Rasyid
NIM : 165900168
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Drill Shoot dan Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia Terhadap Accuracy Shooting Pada Permainan Futsal Ekstrakurikuler MAN Sidoarjo
Waktu penelitian : 5 Desember 2019 s/d 31 Desember 2019

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Dekan,

Dr. Suhardjono, S.H., M.Si
NIP. 196801031992031003

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN SIDOARJO
MADRASAH ALIYAH NEGERI

Jalan Stadion Nomor 2 Sidoarjo 61252

Website : www.mansidoarjo.sch.id Email : mansidoarjo@gmail.com

Nomor : B.-013 /Ma. 13.10.01/PP.00.6/01/2020
Sifat : -
Lampiran : -
Perihal : Persetujuan Izin Penelitian

9 Januari 2020

Yth. DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Menunjuk surat saudara Nomor : 774/Ak.2/FKIP/XII/2019 tanggal 02 Desember 2019
perihal sebagaimana pokok surat, maka kami tidak keberatan mahasiswa saudara yaitu :

Nama : MOCH AFFAN AL RASYID
NIM : 165900168
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul : **Pengaruh Latihan Drill Shoot dan Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia Terhadap Accuracy Shooting Pada Permainan Futsal Ekstrakurikuler MAN Sidoarjo**

Untuk melaksanakan kegiatan pengambilan data penelitian skripsi pada bulan
Januari 2020

Demikian atas perhatiannya disampaikan terima kasih dan untuk dipergunakan
sebagaimana mestinya

Kepala

Drs. ABD. JALIL, M.Pd.I
NIP. 19660407 200003 10015

Lampiran 5

Uji Normalitas Drill Shoot

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
Pretest	.237	12	.061	.891	12	.123
Posttest	.184	12	.200*	.919	12	.280

Uji Normalitas Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statisti c	df	Sig.	Statisti c	df	Sig.
Pretest	.200	12	.200*	.877	12	.080
Posttest	.177	12	.200*	.917	12	.262

Ujihomogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest	.058	1	22	.812
Posttest	.149	1	22	.704

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Pretest	Between Groups	4.167	1	4.167	.045	.835
	Within Groups	2058.333	22	93.561		
	Total	2062.500	23			
Posttest	Between Groups	66.667	1	66.667	.361	.554

Within Groups	4066.667	22	184.848		
Total	4133.333	23			

Uji hipotesis Drill Shoot

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	12	.248	.437

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower
Pair 1	Pretest - Posttest	11.667	14.035	4.051	-20.584

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		95% Confidence Interval of the Difference			
		Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest - Posttest	2.750	2.880	11	.015

Uji hipotesis Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	10.83	12	9.962	2.876
	Posttest	20.00	12	14.142	4.082

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
<hr/>				

Pair 1	Pretest & Posttest	12	.129	.689
--------	--------------------	----	------	------

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference Lower
Pair 1	Pretest - Posttest	9.167	16.214	4.680	-19.468

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		95% Confidence Interval of the Difference	T	df	Sig. (2-tailed)
		Upper			
Pair 1	Pretest - Posttest	1.135	1.959	11	.076

Lampiran 6

Tabel Program Latihan

Minggu	Hari	Tanggal	Program Latihan
Minggu 1	KAMIS	5 Desember 2019	1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)
			2. Latihan drill shoot
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
			4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)
	SABTU	7 Desember 2019	1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)
			2. Latihan Drill Shoot
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
			4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)
Minggu 2	SELASA	10 Desember 2019	1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)
			2. Latihan Drill Shoot

			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia	
			4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)	
			1. Berbaris, berdo'a, pemanasan (<i>Jogging</i>)	
			2. Latihan Drill Shoot	
	KAMIS	12 Desember 2019		3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
				4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)
				1. Berbaris, berdo'a, pemanasan (<i>Jogging</i>)
				2. Latihan Drill Shoot
	SABTU	14 Desember 2019		3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
				4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)
				1. Berbaris, berdo'a, pemanasan (<i>Jogging</i>)
				2. Latihan Drill Shoot
Minggu 3	SELASA	17 Desember 2019	1. Berbaris, berdo'a, pemanasan (<i>Jogging</i>)	
			2. Latihan Drill Shoot	
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia	

Minggu 4	KAMIS	19 Desember 2019	4. Pendinginan (cooling down)
			1. Berbaris, berdoa, pemanasan (Jogging)
			2. Latihan Drill Shoot
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
	SABTU	21 Desember 2019	4. Pendinginan (cooling down)
			1. Berbaris, berdoa, pemanasan (Jogging)
			2. Latihan Drill Shoot
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
	SELASA	24 Desember 2019	4. Pendinginan (cooling down)
			1. Berbaris, berdoa, pemanasan (Jogging)
			2. Latihan Drill Shoot
			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
KAMIS	26 Desember 2019	4. Pendinginan (cooling down)	
		1. Berbaris, berdoa, pemanasan (Jogging)	
			2. Latihan Drill Shoot

			3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia	
			4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)	
			1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)	
			2. Latihan Drill Shoot	
	Minggu 5	SABTU	28 Desember 2019	3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia
				4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)
				1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)
				2. Latihan Drill Shoot
	SELASA	31 Desember 2019	3. Latihan Sasaran Menggunakan Tali Rafia	
			4. Pendinginan (<i>cooling down</i>)	
			1. Berbaris, berdoa, pemanasan (<i>Jogging</i>)	
			2. Latihan Drill Shoot	

Lampiran 7

1. Hasil diberlakukan (treatment) *Drill shoot* peningkatan 40%

Tabel Treatment *Drill Shoot* 40 %

No	Nama	DNM 220- Usia	Tes Kekuatan <i>Drill shoot</i>	Low	set	rest
				40%		
1	Abimanyu Aditya B	203	66	27	3	1,5 m
2	A. Ismasuraj	204	64	26	3	1,5 m
3	Andrian Yusfi A	203	66	27	3	1,5 m
4	David Triasaputra	204	60	24	3	1,5 m
5	Farhan Fitra R	204	60	24	3	1,5 m
6	M. Nurul Taufid	203	70	28	3	1,5 m
7	Moch Misbakhul W	203	58	23	3	1,5 m
8	M. Rusdi Basham	203	66	27	3	1,5 m
9	Moch Misbakhul W	204	54	21	3	1,5 m
10	Syedna Ahmad A	203	66	27	3	1,5 m
11	Wildan Adyatma	204	52	20	3	1,5 m
12	Yulio Very V	203	48	19	3	1,5 m

2. Hasil diperlakukan (treatment)
latihan sasaran menggunakan tali rafia 40%

Tabel Treatment Latihan Sasaran Tali Rafia 40%

No	Nama	DN M 220- Usia	Tes Kekuatan latihan sasaran tali rafia	Low	set	rest
				40 %		
1	Achmad Teguh P	204	54	21	3	1,5 m
2	Amak Nasrul	204	58	23	3	1,5 m
3	Fikri Ramadhani	203	58	23	3	1,5 m
4	M. Ainin Cahaya	203	60	24	3	1,5 m
5	M. Afifudin	203	54	21	3	1,5 m
6	M faizul	204	52	20	3	1,5 m
7	M. Fanani	204	50	20	3	1,5 m
8	M. Mastegar O	203	60	24	3	1,5 m
9	Moch. Aldiyansyah	203	50	20	3	1,5 m
10	M. Yogi A	204	62	24	3	1,5 m
11	Mufid Dwi Rosi A	203	56	22	3	1,5 m
12	Setyo Abi H	203	58	23	3	1,5 m

3. Hasil di beri perlakuan (treatment) *Drill shoot* peningkatan 50%
Tabel Treatment *Drill shoot* 50 %

No	Nama	DNM 220- Usia	Tes Kekuatan <i>Drill shoot</i>	Low	set	rest
				50%		
1	Abimanyu Aditya B	203	66	33	3	1,5 m
2	A. Ismasuraj	204	64	32	3	1,5 m
3	Andrian Yusfi A	203	66	33	3	1,5 m
4	David Triasaputra	204	60	30	3	1,5 m
5	Farhan Fitra R	204	60	30	3	1,5 m
6	M. Nurul Taufid	203	70	35	3	1,5 m
7	Moch Misbakhul W	203	58	29	3	1,5 m
8	M. Rusdi Basham	203	66	33	3	1,5 m
9	Moch Misbakhul W	204	54	27	3	1,5 m
10	Syedna Ahmad A	203	66	33	3	1,5 m
11	Wildan Adyatma	204	52	26	3	1,5 m
12	Yulio Very V	203	48	24	3	1,5 m

4. Hasil diperlakukan (treatment)
latihan sasaran menggunakan tali rafia 50%

Tabel Treatment Latihan Sasaran Tali Rafia 50%

No	Nama	DN M 220- Usia	Tes Kekuatan latihan sasaran tali rafia	Low	set	rest
				50 %		
1	Achmad Teguh P	204	54	27	3	1,5 m
2	Amak Nasrul	204	58	24	3	1,5 m
3	Fikri Ramadhani	203	58	24	3	1,5 m
4	M. Ainin Cahaya	203	60	30	3	1,5 m
5	M. Afifudin	203	54	27	3	1,5 m
6	M faizul	204	52	26	3	1,5 m
7	M. Fanani	204	50	25	3	1,5 m
8	M. Mastegar O	203	60	30	3	1,5 m
9	Moch. Aldiyansyah	203	50	25	3	1,5 m
10	M. Yogi A	204	62	31	3	1,5 m
11	Mufid Dwi Rosi A	203	56	28	3	1,5 m
12	Setyo Abi H	203	58	29	3	1,5 m

5. Hasil di beri perlakuan (treatment) *Drill shoot* peningkatan 60%
Tabel Treatment *Drill shoot* 60 %

No	Nama	DNM 220- Usia	Tes Kekuatan <i>Drill shoot</i>	Low	set	rest
				60%		
1	Abimanyu Aditya B	203	66	39	3	1,5 m
2	A. Ismasuraj	204	64	38	3	1,5 m
3	Andrian Yusfi A	203	66	39	3	1,5 m
4	David Triasaputra	204	60	36	3	1,5 m
5	Farhan Fitra R	204	60	36	3	1,5 m
6	M. Nurul Taufid	203	70	42	3	1,5 m
7	Moch Misbakhul W	203	58	34	3	1,5 m
8	M. Rusdi Basham	203	66	39	3	1,5 m
9	Moch Misbakhul W	204	54	32	3	1,5 m
10	Syedna Ahmad A	203	66	39	3	1,5 m
11	Wildan Adyatma	204	52	31	3	1,5 m
12	Yulio Very V	203	48	28	3	1,5 m

6. Hasil diperlakukan (treatment)
latihan sasaran menggunakan tali rafia 60%

Tabel Treatment Latihan Sasaran Tali Rafia 60%

No	Nama	DN M 220-Usia	Tes Kekuatan latihan sasaran tali rafia	Low	set	rest
				60%		
1	Achmad Teguh P	204	54	32	3	1,5 m
2	Amak Nasrul	204	58	34	3	1,5 m
3	Fikri Ramadhani	203	58	34	3	1,5 m
4	M. Ainin Cahaya	203	60	36	3	1,5 m
5	M. Afifudin	203	54	32	3	1,5 m
6	M faizul	204	52	31	3	1,5 m
7	M. Fanani	204	50	30	3	1,5 m
8	M. Mastegar O	203	60	36	3	1,5 m
9	Moch. Aldiyansyah	203	50	30	3	1,5 m
10	M. Yogi A	204	62	37	3	1,5 m
11	Mufid Dwi Rosi A	203	56	33	3	1,5 m
12	Setyo Abi H	203	58	34	3	1,5 m

Lampiran 8



Saat melakukan *pre test* dan *post test*



Saat melakukan *drill shoot*



Saat melakukan latihan *drill shoot*



Saat melakukan latihan sasaran