

**ANALISIS JARAK TEMPUH PEMAIN SEPAKBOLA DAN FUTSAL  
PADA MAHASISWA UPI**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sains  
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh :

Rizki Maulana Barokah

1500664

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2019**

**ANALISIS JARAK TEMPUH PEMAIN SEPAKBOLA DAN FUTSAL  
PADA MAHASISWA UPI**

Oleh :

**RIZKI MAULANA BAROKAH**

NIM 1500664

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana pada  
Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Rizki Maulana Barokah

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**RIZKI MAULANA BAROKAH**

**ANALISIS JARAK TEMPUH PEMAIN SEPAKBOLA DAN  
FUTSAL PADA MAHASISWA UPI**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I



Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D.  
NIP. 197608122001121001

Pembimbing II



Drs. H. Badruzaman, M.Pd.  
NIP. 195911041986011001

Mengetahui

Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi



Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D.  
NIP. 196812201998022001

**ABSTRAK**  
**ANALISIS JARAK TEMPUH PEMAIN SEPAKBOLA DAN FUTSAL**  
**PADA MAHASISWA UPI**

Rizki Maulana Barokah

Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D.

Drs. H Badruzaman, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis perbandingan jarak tempuh pemain sepakbola dan futsal pada setiap posisi yang dihasilkan dalam satu pertandingan. Posisi tersebut dibagi menjadi tiga zona yaitu pemain depan, pemain tengah dan pemain belakang. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Ilmu Keolahragaan yang aktif kuliah. Teknik pengambilan data menggunakan purposive sampling dengan 10 orang sampel pada cabang olahraga sepakbola dan 8 orang sampel pada cabang olahraga futsal. Metode analisis data yang digunakan untuk menganalisis jarak tempuh pemain sepakbola dan futsal ialah berupa alat jam tangan Polar RC3-GPS. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif komparatif. Hasil perbandingan jarak tempuh sepakbola dan futsal yang diperoleh dari jam tangan Polar RC3-GPS menyatakan bahwa terdapat perbedaan jarak tempuh pada setiap posisi pemain sepakbola, pemain tengah merupakan urutan posisi jarak tempuh yang paling baik dibandingkan posisi pemain depan dan pemain belakang. Sedangkan pada olahraga Futsal pemain tengah juga memiliki urutan jarak tempuh paling baik diantara pemain belakang dan pemain depan. Data diolah menggunakan software IMB SPSS v.20. Hasil Penelitian mengemukakan bahwa nilai Sig  $0,001 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak yang artinya secara keseluruhan terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara jarak tempuh disetiap posisi pada cabang olahraga sepakbola dan futsal.

**Kata Kunci : jarak tempuh, posisi pemain, sepak bola, futsal**

**ABSTRACT**  
***DISTANCE ANALYSIS OF FOOTBALL AND FUTSAL PLAYERS IN UPI***  
***STUDENT***

Rizki Maulana Barokah

Agus Rusdiana, M.Sc., Ph.D.

Drs. H Badruzaman, M.Pd.

*This study aims to describe and analyze the comparison of the distance between football and futsal players in each position produced in one match. The position is divided into three zones, namely forwards, midfielders and defenders. The population and sample in this study were Sports Science students who were still actively studying. The data collection technique used purposive sampling with 10 people sampled in the football sports and 8 people sampled in the futsal sports branch. The data analysis method used to analyze the distance traveled by soccer and futsal players is in the form of a Polar RC3-GPS watch device. The method used in this study is descriptive comparative. The results of the comparison of football and futsal distances obtained from the Polar RC3-GPS watch state that there are differences in the distance of each soccer player's position, the midfielder is the position of the mileage position that is best compared to the position of the forward and defender. Whereas in Futsal sports midfielders also have the best order of distance between the defender and the forward. Data is processed using SPSS v.20 IMB software. The results of the study suggest that the Sig 0.001 <0.05 so that Ho is rejected, which means that overall there is a very significant difference between the distance traveled in each position in the soccer and futsal sports.*

*Keywords: distance, player position, soccer, futsal*

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ii
ABSTRAK .....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x

### **BAB I**

<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian .....	3
1.5 Struktur Organisasi Penelitian.....	4

### **BAB II**

<b>KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Analisis Permainan Sepakbola dan Futsal .....	6
2.2 Analisis Permainan Sepak Bola .....	6
2.2.1 Lama permainan.....	7
2.2.2 Posisi Pemain .....	8
2.2.3 Jarak Tempuh Sepakbola pada setiap posisi .....	9
2.2 Analisis Permainan Futsal.....	11
2.2.1 Lama permainan.....	12
2.2.2 Posisi Pemain .....	12
2.2.3 Jarak Tempuh Sepakbola pada setiap posisi .....	13
2.4 Penelitian Yang Relevan .....	14
2.5 Kerangka Berpikir .....	16
2.6 Hipotesis Penelitian.....	16

### **BAB III**

<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
3,1 Desain penelitian .....	17
3.2 Partisipan.....	17
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian .....	17
3.4 Populasi dan Sampel .....	18
3.5 Instumen Penelitian .....	18

3.6 Langkah-langkah/Prosedur Penelitian .....	20
3.7 Teknik Pengumpulan dan Analisis Data .....	21

#### **BAB IV**

<b>TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>23</b>
4.1 Temuan Penelitian.....	23
4.1.1 Deskripsi data Sepakbola .....	23
4.1.2 Deskripsi data Futsal .....	25
4.2 Analisis data .....	27
4.3 Pembahasan.....	31

#### **BAB V**

<b>KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>33</b>
5.1 Kesimpulan .....	33
5.2 Implikasi.....	33
5.3 Rekomendasi .....	33
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>34</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>52</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Profil data pemain Sepakbola .....	36
Lampiran. 2 Olah Data .....	37
Lampiran. 3 Surat Keputusan.....	40
Lampiran. 4 Surat Ijn Penelitian .....	41
Lampiran. 5 Persetujuan SampeL .....	42
Lampiran. 6 Kartu Bimbingan .....	43
Lampiran. 7 Surat izin Peminjaman Sarana dan Prasarana.....	46
Lampiran. 8 Dokumentasi .....	48

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Yang Relevan .....	15
Tabel 4. 1 Profil dan hasil test Sepakbola .....	23
Tabel 4. 2 Data Hasil dari setiap posisi Sepakbola .....	23
Tabel 4. 3 Kategori tingkatan mahasiswa .....	24
Tabel 4. 4 Profil data Pertandingan Futsal .....	25
Tabel 4. 5 Data Hasil dari setiap posisi Futsal .....	26
Tabel 4. 6 Kategori tingkatan mahasiswa .....	26
Tabel 4. 7 Uji Normalitas .....	28
Tabel 4. 8 Uji Homogenitas .....	28
Tabel 4. 9 Uji Independen T Test Jarak tempuh per Cabor .....	29
Tabel 4. 10 Uji Independen T Test .....	30

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Posisi Pemain Sepakbola.....	8
Gambar 2. 2 Posisi Pemain Futsal.....	13
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	17
Gambar 3. 2 POLAR RC3-GPS <i>With Heart Rate Sensor</i> .....	19
Gambar 3. 3 Prosedur Penelitian.....	20
Gambar 3. 2 Grafik Jarak Tempuh Sepakbola .....	24
Gambar 3. 2 Grafik Jarak Tempuh Futsal .....	27
Gambar 3. 2 Grafik Standar Deviasi Sepakbola dan Futsal.....	29



## DAFTAR RUJUKAN

### - **Buku dan Artikel Jurnal**

- Agus Salim. 2008. "Buku Pintar Sepakbola. Bandung": Nuansa
- Al., Blair et. 2019. "Wastewater Treatment Plants as a Source of Bioaerosols."  
Polish Journal of Environmental Studies 28(4): 2261–71.
- Amstrong. 2010. "Faktor Faktor Yang Mempengaruhi V02 Max." Jurnal terapan:  
1–12.
- Arikunto. 2010. "Metode Penelitian." : 22–41.
- Budi, Mohammad Faiz Setio, and Sugiharto. 2015. "Circuit Training Dengan  
Rasio 1:1 Dan Rasio 1:2 Terhadap Peningkatan VO2Max." Journal of Sport  
Sciences and Fitness 4(3).
- Deswita. 2016. "Permainan Tradisional." : 1–23.
- Eka, Gede, and Budi Darmawan. 2014. "Metode Pelatihan Taktis Passing  
Berpasangan Statis Dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan  
Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal." Artikel 1(2).
- Fauzan, Fajar Agni, Rusdiana Agus, and Yati Ruhyati. 2018. "Pengembangan  
Software Bleep Tes Tim Untuk Mengukur Vo2max." Jurnal Terapan Ilmu  
Keolahragaan 1(1): 1.
- Fraenkel, J. R., N. E. Wallen, and H.H. Hyun. 2013. 53 Climate Change 2013 -  
The Physical Science Basis Summary for Policymakers.
- John D. Tenang. 2008. Mahir Bermain Futsal Dilengkapi Teknik dan Strategi  
Bermain. Bandung : Mizan Media Utama
- José, Murilo et al. 2014. "Analysis of the Distance Covered by Brazilian  
Professional Futsal Players during Official Matches." Sports Biomechanics  
13(March 2015): 37–41.
- Komarudin. 2001. "Analisis Permainan." : 121.
- Nurhasan. 2010. "Buku Metode Statistika." handout Statistika Statistika.
- Prakoso, Drajat Bagus, Hadi Setyo Subiyono, and Setya Rahayu. 2013. "Minat  
Bermain Futsal Di Jenis Lapangan Vinyil, Paraquette, Rumput Sintetis Dan  
Semen Pada Pengguna Lapangan Di Semarang." Journal of Sport Sciences  
and Fitness 2(2): 14–18.

- Reilly, Thomas et al. 2007. "Coping with Jet-Lag: A Position Statement for the European College of Sport Science." *European Journal of Sport Science* 7(1): 1–7.
- Setiap, Lee. 2007. "Standardisasi Kecakapan Bermain Sepakbola Untuk Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) KU 14-15 Tahun Se-Daerah Istimewa Yogyakarta." Volume 7, : 44–50.
- Sidik, Sajoto dalam. 2013. "Agung Dwi Juniarsyah, 2013 Profil Kondisi Fisik Pemain Tim Futsal Kota Bandung Menuju Liga Futsal Indonesia 2013 (Studi Deskriptif Pada Pemain Tim Futsal Kota Bandung) Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu."
- Sucipto. 2007. "Teknik Dasar Sepakbola." teknik dasar sepakbola: 32.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung:PT Alfabet.
- Wardhani, MK. 2016. "Hakikat Sepakbola Pada Setiap Posisi." : 41–97. <http://e-journal.uajy.ac.id/10802/4/2TA13887.pdf>.

**- Sumber Online**

- Arya Wiratama. (2016). POSISI PEMAIN FUTSAL. Diakses dari <https://pemboronglapangan.wordpress.com/2016/10/11/posisi-pemain-futsal/>.
- Asep Nugraha. (2018). Jarak Tempuh Pemain Sepakbola. Diakses dari <https://sainspop.com/jarak-tempuh-pemain-sepakbola/>.
- Fandom. (2017). Peran Analisis Dalam Sepakbola. Diakses dari <https://fandom.id/artikel/analisis/taktik/peran-analis-dalam-tim-sepakbola/>
- KBBI, (2016). Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). [Online] Available at: <http://kbbi.web.id/di> [Diakses 21 Juni 2016].
- Sherly dessianti. (2015) Standar Lapangan Sepak Bola Beserta Gambar Dan Ukurannya Lengkap. Diakses dari <http://www.tutorialolahraga.com/2015/10/standar-lapangan-sepak-bola.html>.
- Sidjara Soccer. (2015, 2 April) . “Dream Team Pesepakbola Amerika Latin 2014/2015”. Diakses dari <https://sidjasoccer.blogspot.com/2015/02/beberapa-role-pemain-dalam-sepak-bola.html>.