



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN
BALL FEELING TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA USIA
10-12 TAHUN SSB PERSEMAN KAHURIPAN
KARANGANYAR TAHUN 2022**

SKRIPSI

OLEH:

MUHAMMAD RIDWAN

D0218118

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA**

2022

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN
BALL FEELING TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA USIA
10-12 TAHUN SSB PERSEMAN KAHURIPAN
KARANGANYAR TAHUN 2022**

**OLEH:
MUHAMMAD RIDWAN
D0218118**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Dodging Run* Dan *Ball Feeling* Terhadap Kelincahan *Dribble* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Ridwan

NIM : D0218118

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

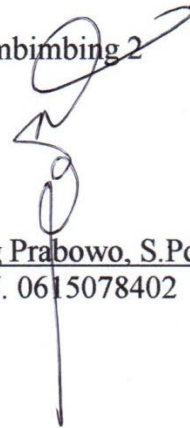
Disetujui:

Pembimbing 1



Agus Supriyoko, S.Pd, M.Or
NIDN. 0616088003

Pembimbing 2



Rendra Agung Prabowo, S.Pd, M.Or
NIDN. 0615078402

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Dodging Run* Dan *Ball Feeling* Terhadap Kelincahan *Dribble* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Ridwan

NIM : D0218118

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Selasa

Tanggal : 26 Juli 2022

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Ketua : Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or

Sekretaris : Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or

Anggota I : Agus Supriyoko, S.Pd, M.Or .

Anggota II : Rendra Agung Prabowo, S.Pd, M.Or

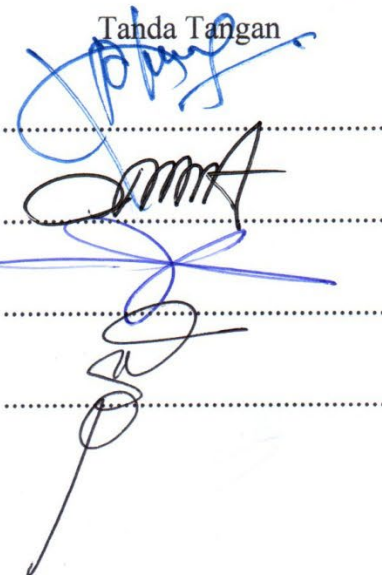
Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan

Tanda Tangan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

MOTTO

Jangan pernah putus asa saat merasa dalam kesulitan, sebab Allah menyertakan kemudahan setelah kesulitan.

--KH. Ahmad Bahaudin Nursalim--

Cinta adalah sebuah pupuk yang dapat menyuburkan segala rasa tandus pada hati

--KH. Ahmad Bahaudin Nursalim--

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

1. Kedua Orang Tua Bapak dan ibu tercinta
2. Saudara-saudaraku tersayang
3. Teman-teman Seperjuangan
4. Almamaterku FKIP PKO UTP Surakarta

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keahlian Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Agus Supriyoko, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Rendra Agung P, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Juli 2022

M.R

ABSTRAK

Muhammad Ridwan. PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN *BALL FEELING* TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA USIA 10-12 TAHUN SSB PERSEMAN KAHURIPAN KARANGANYAR TAHUN 2022. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juli 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *dodging run* dan *ball feeling* terhadap kelincahan *dribble* dalam permainan sepakbola pada atlet putra usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *dodging run* dan *ball feeling* terhadap kelincahan *dribble* dalam permainan sepakbola pada atlet putra usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet SSB Perseman Kahuripan Karanganyar dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil kelincahan *dribble* dengan latihan *dodging run* dan *ball feeling* sebagai variabel bebas serta hasil kelincahan *dribble* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kelincahan *dribble* menggunakan tes kelincahan *dribble* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Nur Hasan (2001: 157). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan metode *dodging run* dan *ball feeling* terhadap kelincahan *dribble* dalam permainan sepakbola pada atlet putra usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 2.900 >$ dari pada $t_{tabel5\%} = 2,145$. (2) Latihan metode *dodging run* lebih baik pengaruhnya dari pada metode latihan *ball feeling* terhadap kelincahan *dribble* dalam permainan sepakbola pada atlet putra usia 10-12 Tahun SSB Perseman Kahuripan Karanganyar Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *dribble* dalam permainan dalam sepak bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan latihan metode *dodging run*) adalah 10.757% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat latihan *ball feeling*) adalah 9.680%.

Kata Kunci : *Dodging Run, Ball Feeling, Kelincahan Dribble*

ABSTRACT

Muhammad Ridwan. *DIFFERENT EFFECTS OF DODGING RUN AND BALL FEELING TRAINING METHODS ON DRIBBLE AGILITY IN FOOTBALL GAMES ON BOY ATHLETES AGED 10-12 YEARS OF SSB PERSEMAN KAHURIPAN KARANGANYAR IN 2021.* Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, July 2022, Tunas University.

The purpose of the study was to determine the difference in the effect of the dodging run and ball feeling training methods on dribble agility in soccer games for male athletes aged 10-12 years SSB Perseman Kahuripan Karanganyar in 2021, and if there is a difference then to find out which is better between the dodging run training method. and ball feeling on dribble agility in football games for male athletes aged 10-12 years SSB Perseman Kahuripan Karanganyar in 2021.

The research sample is the Athletes of SSB Perseman Kahuripan Karanganyar with a total of 30 students. Sampling using a purposive sampling technique. The variables of this study are the results of dribble agility with dodging run and ball feeling exercises as the independent variable and the result of dribble agility is the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine dribble agility uses the dribble agility test using the test implementation instructions from Nur Hasan (2001: 157). The research data analysis method used the t-test formula which was calculated using a short formula.

The results of data analysis, the conclusions obtained are: (1) There is a significant difference in the effect of the dodging run and ball feeling methods on dribble agility in soccer games for male athletes aged 10-12 years at SSB Perseman Kahuripan Karanganyar in 2021. This is evidenced from the results of the calculation. The final test of each group is $t_{count} = 2.900 > t_{table5\%} = 2.145$. (2) The practice of the dodging run method has a better effect than the ball feeling training method on dribble agility in soccer games for male athletes aged 10-12 years SSB Perseman Kahuripan Karanganyar 2021. Based on the percentage increase in dribbling ability in soccer games, it shows that the group 1 (the group that received the dodging run training method) was 10.757% > group 2 (the group that received the ball feeling exercise) was 9.680%.

Keywords: *Dodging Run, Ball Feeling, Dribble Agility*

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II. TINJUAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan Teori	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	8
2. Hakikat Kelincahan Dalam Permainan Sepakbola.....	17
3. Hakikat <i>Dribble</i> Bola Dalam Permainan Sepakbola.....	21
4. Hakikat Latihan	29
5. Latihan <i>Dribble</i> Bola dengan Metode <i>Dodging Run</i>	32
6. Latihan <i>Dribble</i> Bola dengan Metode <i>Ball Feeling</i>	33
B. Penelitian Yang Relevan	39

C. Kerangka Berpikir	40
D. Pengajuan Hipotesis	42
BAB III. METODE PENELITIAN.....	43
A. Tempat dan Waktu Penelitian	43
B. Rancangan/Desain Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel.....	45
D. Pengumpulan Data.....	46
E. Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN	50
A. Deskripsi Data	50
B. Uji Reliabilitas.....	51
C. Pengujian Persyaratan Analisis	51
D. Hasil Analisis Data	53
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	55
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	57
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	60
A. Simpulan.....	60
B. Implikasi	60
C. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN-LAMPIRAN	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teknik Menendang Bola Menggunakan Punggung Kaki	11
Gambar 2. Teknik Menghentikan Bola dengan Kaki Bagian Dalam dan Paha	12
Gambar 3. Teknik Menggiring Bola dengan Menggunakan Punggung Kaki..	13
Gambar 4. Teknik Merampas Bola yaitu, sambil Meluncur	14
Gambar 5. Melempar bola ke dalam	15
Gambar 6. Teknik Menyundul Bola yaitu tanpa Loncat.....	16
Gambar 7. Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam.....	24
Gambar 8. Menggiring Bola Punggung Kaki	25
Gambar 9. Menggiring kaki bagian luar	26
Gambar 10. Latihan <i>Dodging Run</i>	33
Gambar 11. Kerangka berfikir	40
Gambar 12. Rancangan Penelitian	44
Gambar 13. Bagan pengelompokan dengan <i>ordinal pairing</i>	45
Gambar 14. Tes Kelincahan <i>Dribble</i>	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	50
Tabel 2	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal.....	51
Tabel 3	<i>Range</i> Reliabilitas	51
Tabel 4.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	52
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	52
Tabel 6.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2	53
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	53
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	54
Tabel 9	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Kelincahan <i>Dribble</i> dalam Permainan Sepakbola	64
Lampiran 2. Program Latihan Kelincahan <i>Dribble</i> dalam Permainan Sepakbola.....	66
Lampiran 3. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kelincahan <i>Dribble</i>	73
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir	75
Lampiran 5. Menghitung Reliabilitas Dengan Anava.....	81
Lampiran 6. Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil Kelincahan <i>Dribble</i>	87
Lampiran 7. Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors	88
Lampiran 8. Uji Homogenitas.....	90
Lampiran 9. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok	91
Lampiran 10. Menghitung Nilai Peningkatan Kelincahan <i>Dribble</i> Dalam Persen Pada Kelompok 1 Dan Kelompok 2.....	94
Lampiran 11. Distribusi Nilai t table	95
Lampiran 12. Tabel Lilliefors	96
Lampiran 13. Tabel F.....	97
Lampiran 14. Dokumentasi.....	100
Lampiran 15. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 16. Surat Balasan Penelitian	

