



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN
BALL FEELING TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET SSB PERSIG
PLUPUH TAHUN 2023**

SKRIPSI

OLEH:

VANDHA PRAMUDYA HARYADI

D0219058

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

2023

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN *BALL FEELING* TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET SSB PERSIG PLUPUH
TAHUN 2023**

**OLEH:
VANDHA PRAMUDYA HARYADI
D0219058**

SKRIPSI
Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Dodging Run* dan *Ball Feeling* Terhadap Kelincahan Dribble dalam Permainan Sepakbola pada Atlet SSB Persig Plupuh Tahun 2023”, karya:

Nama : Vandha Pramudya Haryadi

NIM : D0219058

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Disetujui:

Surakarta, 14 Juli 2023

Pembimbing 1



Pipit Fitria Yulianto, S.Pd., M.Or
NIDN. 0617078202

Pembimbing 2



Risa Agus Teguh Wibowo, S.Pd., M.Or
NIDN. 0606078702

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Dodging Run* dan *Ball Feeling* Terhadap Kelincahan Dribble dalam Permainan Sepakbola pada Atlet SSB Persig Plupuh Tahun 2023”, karya:

Nama : Vandha Pramudya Haryadi

NIM : D0219058

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 : 25 Juli 2023

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or

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

Anggota I : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd.,M.Or

Anggota II : Risa Agus Teguh W., S.Pd., M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

NIDK. 8800201019

MOTTO

Sistem pendidikan yang bijaksana setidaknya akan mengajarkan kita betapa sedikitnya yang belum diketahui oleh manusia, seberapa banyak yang masih harus ia pelajari.

(Sir John Lubbock).

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku tercinta

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. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or selaku Kaprodi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Sekaligus sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
3. Risa Agus Teguh Wibowo, S.Pd., M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Pada Atlet SSB Academy Mandala Karanganyar Tahun 2021 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
5. 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 2023

V.P.H.

ABSTRAK

Vandha Pramudya Haryadi. **PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *DODGING RUN* DAN *BALL FEELING* TERHADAP KELINCAHAN *DRIBBLE* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET SSB PERSIG PLUPUH TAHUN 2023.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juli 2023.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *dodging run* dan *Ball feeling* Terhadap Kelincahan *Dribble* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet SSB PERSIG Plupuh Tahun 2023, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan *dodging run* dan *Ball feeling* Terhadap Kelincahan *Dribble* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet SSB PERSIG Plupuh Tahun 2023.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet SSB PERSIG Plupuh Tahun 2023 dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil kemampuan *dribbling* dengan Latihan *dodging run* dan *Ball feeling* sebagai variabel bebas serta hasil kemampuan *dribbling* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan *dribbling* menggunakan tes kemampuan *dribbling* 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* Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet SSB PERSIG Plupuh Tahun 2023. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 1,14$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan Metode *Dodging run* lebih baik pengaruhnya dari pada metode Latihan *Ball feeling* Terhadap Kelincahan *Dribble* Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet SSB PERSIG Plupuh Tahun 2023. Berdasarkan persentase peningkatan Kelincahan *Dribble* bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan Metode *Dodging run*) adalah 11.20% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Latihan *Ball feeling*) adalah 6.31%.

ABSTRACT

Vandha Pramudya Haryadi. *DIFFERENCES IN THE EFFECT OF DODGING RUN AND BALL FEELING TRAINING METHODS ON DRIBBLE Agility IN FOOTBALL GAMES AT SSB PERSIG PLUPUH ATHLETES IN 2023.* Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan, July 2023.

The aim of this research is to find out the difference in the effect of dodging run and ball feeling training methods on dribble agility in soccer games for SSB PERSIG Plupuh athletes in 2023, and if there are differences then to find out which is better between dodging run and ball feeling exercises on dribble agility in games. Football in SSB PERSIG Plupuh Athletes in 2023.

The research sample was the PERSIG Plupuh SSB Athlete in 2023 with a total of 30 students. Sampling using purposive sampling technique. The variables of this study are the results of dribbling skills with dodging run and ball feeling exercises as independent variables and the results of dribbling abilities as the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine dribbling ability uses a dribbling ability test using instructions for carrying out the test from Nur Hasan (2001: 157). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using the short formula.

From the results of data analysis, the conclusions are obtained: (1) There is a significant difference in effect between the Dodging Run and Ball Feeling Method Exercises on Ball Dribble Agility in Football Games for SSB PERSIG Plupuh Athletes in 2023. This is evidenced from the results of the final test calculations for each group namely $t_{count} = 1.14$ smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The Dodging Run Method has a better effect than the Ball Feeling Exercise method on Ball Dribble Agility in Football Games for SSB PERSIG Plupuh Athletes in 2023. Based on the percentage increase in Ball Dribble Agility in Football games, it shows that group 1 (the group that received the treatment with the Dodging Run Exercise Method) was 11.20% > group 2 (the group that received the Ball Feeling Exercise) was 6.31%.

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	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola	8
2. Hakikat Kelincahan Dalam Sepakbola	17
3. Hakikat <i>Dribble</i> Dalam Permainan Sepakbola	20
4. Hakikat Latihan	27
5. Latihan <i>Dribble</i> Bola Dengan Metode <i>Dodging Run</i>	30
6. Latihan <i>Dribble</i> Bola Dengan Metode <i>Ball Feeling</i>	32

B. Penelitian Yang Relevan	36
C. Kerangka Berpikir	38
D. Pengajuan Hipotesis	39
BAB III. METODE PENELITIAN	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian	40
B. Rancangan/Desain Penelitian	40
C. Populasi dan Sampel	43
D. Pengumpulan Data	43
E. Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Deskripsi Data	38
B. Uji Reliabilitas	39
C. Pengujian Persyaratan Analisis	39
1. Uji Normalitas	40
2. Uji homogenitas	40
D. Hasil Analisis Data	41
1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan	41
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	43
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	45
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	48
A. Simpulan	48
B. Implikasi	48
C. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN-LAMPIRAN	52

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 1. <i>Dribbling</i> dalam Permainan Sepakbola	24

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Rincian jadwal penelitian	37
Tabel 2.	Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	48
Tabel 3	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	49
Tabel 4	<i>Range</i> Reliabilitas	49
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	50
Tabel 6.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	51
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	52
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	52
Tabel 9.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	53
Tabel 10	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	53

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Keterampilan <i>Dribbling</i> dalam Permainan Sepakbola	53
Lampiran 2. Program Latihan <i>Dribbling</i> dalam Permainan Sepakbola.....	55

