



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN
RINTANGAN ZIG-ZAG DAN RINTANGAN BERPENCAR TERHADAP
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN PUTRA
SSB SATRIO PANDAWA KLATEN TAHUN 2022**

SKRIPSI

OLEH:

AHMAD FAUZI

NIM : D0218082

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

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN
RINTANGAN ZIG-ZAG DAN RINTANGAN BERPENCAR TERHADAP
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PADA PEMAIN PUTRA
SSB SATRIO PANDAWA KLATEN TAHUN 2022**

OLEH:

AHMAD FAUZI

NIM : D0218082

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga

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

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Rintangan Zig-Zag Dan Rintangan Berpencar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022”. Karya:

Nama : Ahmad Fauzi

NIM : D0218082

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, Maret 2023

Pembimbing Pertama



Dr. H. Nuruddin Priya Budi Santoso M.Or
NIDN.0603126021

Pembimbing Kedua



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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Rintangan Zig-Zag Dan Rintangan Berpencar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022”. Karya:

Nama : AHMAD FAUZI

NIM : D0218082

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan 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 : 6 Juni 2023

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Ronny Suryo Narbito, S.Pd. M. Or

Sekretaris : Drs. Widagdo, M.Pd

Anggota I : Drs. Nuruddin Priya Budi Santosa, 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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhannya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, Maret 2023

Yang membuat pernyataan



Ahmad Fauzi

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Urup Kui Urup (Hidup Itu Menyala), Sebaik baiknya Hidup Adalah yang Dapat Bermanfaat Untuk Orang Lain.

(Sunan Kalijaga)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

1. Kedua Orang Tua tercinta, Bapak Muhtadi dan Ibu Muzairotun yang selalu mendoakan, memberi dukungan baik materi maupun non materi.
2. Kakak saya, Muhammad Syamsul Hadi, Sugiarti, Vita Nur Hidayati, serta Dwi Ferdianto yang selalu memberiku nasihat dan semangat.
3. Para Dosen, Staff, dan Karyawan Universitas Tunas Pembangunan yang telah memberi semangat dan motivasi selama dibangku perkuliahan.
4. Sahabat dan Teman spesial saya yang selalu memberiku dukungan, semangat dalam menjalani hidup ini.
5. Untuk almamaterku, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan 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 yang terhormat:

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 Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Dr. H. Nuruddin Priya Budi Santoso M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pelatih dan Pemain SSB Satrio Pandawa Klaten 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, Maret 2023

AF

ABSTRAK

Ahmad Fauzi. 2022. Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Rintangan Zig-Zag Dan Rintangan Berpencar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan. Pembimbing I : Dr. H. Nuruddin Priya Budi Santoso, M.Or. Pembimbing II : Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or.

Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan rintangan zig-zag dan latihan rintangan berpencar terhadap keterampilan menggiring bola pada pemain putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022. (2) Untuk mengetahui manakah metode latihan yang lebih baik pengaruhnya antara metode latihan rintangan zig-zag dan metode latihan rintangan berpencar terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada pemain putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Sampel penelitian adalah Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022 dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Variabel penelitian ini yaitu menggiring bola sebagai variabel bebas serta keterampilan menggiring bola sebagai variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui keterampilan menggiring bola menggunakan petunjuk pelaksanaan tes menurut Subagyo Irianto, dkk. (2010: 4-5). 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 metode latihan rintangan zig-zag dan metode latihan rintangan berpencar terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 8,778$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode latihan rintangan zig-zag lebih baik pengaruhnya dari pada metode latihan rintangan berpencar terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Pemain Putra SSB Satrio Pandawa Klaten Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan dapat diketahui bahwa kelompok 1 (metode latihan rintangan zig-zag) memiliki persentase terhadap keterampilan menggiring bola sebesar 10,120%, sedangkan kelompok 2 (metode latihan rintangan berpencar) memiliki persentase terhadap keterampilan menggiring bola sebesar 4,591%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 (metode latihan rintangan zig-zag) memiliki persentase terhadap keterampilan menggiring bola yang lebih besar dari pada kelompok 2 (metode latihan rintangan berpencar).

Kata Kunci : Menggiring bola, latihan rintangan zig-zag, latihan rintangan berpencar, sepakbola

ABSTRACT

Ahmad Fauzi, 2022. *Differences in the Effect of Dribbling Training Using Zig-Zag Obstacles and Scattering Obstacles on Dribbling Skills in SSB Satrio Pandawa Klaten Men's Players in 2022*. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan. Advisor I : Dr. H. Nuruddin Priya Budi Santoso, M.Or. Advisor II : Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or.

The purpose of this study were (1) to find out the difference in the effect of zig-zag obstacle course and scatter obstacle course on dribbling skills of men's players at SSB Satrio Pandawa Klaten in 2022. (2) to find out which training method had a better effect between the obstacle training methods zig-zag and scattering obstacle training methods for dribbling for SSB Satrio Pandawa Klaten Men's Players in 2022.

The research method used is the experimental method. The research sample was Satrio Pandawa Klaten SSB Men's Players in 2022 with a total of 30 students. Sampling using random sampling technique. The variables of this study are dribbling as the independent variable and dribbling skills as the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to find out dribbling skills uses instructions for carrying out the test according to Subagyo Irianto, et al. (2010: 4-5). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using the short formula.

From the results of data analysis, the following conclusions are obtained: (1) There is a significant difference in the effect of the zig-zag obstacle training method and the scatter obstacle training method on dribbling skills in soccer games for SSB Satrio Pandawa Klaten players in 2022. This is evidenced from the results of the test calculations at the end of each group, namely $t_{count} = 8.778$ greater than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The zig-zag obstacle training method has a better effect than the scatter obstacle training method on Dribbling Skills in Football Games for SSB Satrio Pandawa Klaten Men's Players in 2022. Based on the percentage increase, it can be seen that group 1 (zig-zag obstacle training method) has a percentage of dribbling skills of 10.120%, while group 2 (spread obstacle training method) has a percentage of dribbling skills of 4.591%. Thus it can be concluded that group 1 (zig-zag obstacle course method) has a greater percentage of dribbling skills than group 2 (spread obstacle course method).

Keywords: *dribbling the ball, zig-zag obstacle course, scatter obstacle training, football*

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
PENGAJUAN.....	ii
PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
MOTTO dan 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.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II. LANDASAN TEORI.....	9
A. Tinjauan Pustaka.....	9
1. Pengertian Sepakbola.....	9
2. Hakikat Permainan Sepakbola.....	10
3. Teknik-Teknik Dasar Sepakbola.....	12
4. Hakikat Teknik Dasar Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola.....	16
5. Sarana Dan Prasarana Permainan Sepakbola.....	17
6. Komponen Fisik Permainan Sepakbola.....	19
7. Hakikat Latihan.....	20
8. Kemampuan Menggiring Bola.....	25
9. Teknik Menggiring Bola.....	30

10. Latihan Zig-Zag	33
11. Latihan Berpencar	34
B. Peneliti Yang Relevan	37
C. Kerangka Pemikiran	38
D. Hipotesis Penelitian	40
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian	41
B. Metode Penelitian	41
C. Variabel Penelitian	42
D. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling	42
E. Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data	44
F. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN	50
A. Deskripsi Data	50
B. Uji Reliabilitas	51
C. Pengujian Persyaratan Analisis	52
D. Hasil Analisis Data	53
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	56
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	58
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	61
A. Simpulan	61
B. Implikasi	61
C. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN-LAMPIRAN	67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Sepakbola	18
Gambar 2. Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam.....	31
Gambar 3. Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Luar.....	32
Gambar 4. Menggiring Bola Menggunakan Punggung Kaki	33
Gambar 5. Latihan Menggiring Bola Rintangan Berpencar	35
Gambar 6. Instrumen Menggiring Bola	44

DAFTAR TABEL

	Halaman
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	53
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	54
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	55
Tabel 10 Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	56

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Untuk Penelitian	67
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian.....	68
Lampiran 3. Petunjuk Tes Keterampilan Menggiring Bola.....	69
Lampiran 4. Program Latihan Menggiring Bola Menggunakan Rintangan Zig-Zag	71
Lampiran 5. Program Latihan Menggiring Bola Menggunakan Rintangan Berpencar.....	76
Lampiran 6. Hasil Tes Awal	80
Lampiran 7. Pembagian Ordinal Pairing	81
Lampiran 8. Hasil Tes Akhir	84
Lampiran 9. Olah Data.....	85
Lampiran 10. Tabel.....	91
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	92

