



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN MENGGUNAKAN
SASARAN TETAP DAN BERUBAH TERHADAP AKURASI
TENDANGAN PENALTI PADA ATLET PUTRA USIA 7-10
TAHUN SSB BATURAN UNITED COLOMADU
KARANGANYAR TAHUN 2023**

SKRIPSI

Oleh:

Nur Azmi Izzulhaq

D0219043

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

2023

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN MENGGUNAKAN
SASARAN TETAP DAN BERUBAH TERHADAP AKURASI
TENDANGAN PENALTI PADA ATLET PUTRA USIA 7-10
TAHUN SSB BATURAN UNITED COLOMADU
KARANGANYAR TAHUN 2023**

Oleh:

Nur Azmi Izzulhaq

D0219043

SKRIPSI

Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

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

2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul” Perbedaan pengaruh latihan tendangan menggunakan sasaran tetap dan berubah terhadap akurasi tendangan penalti pada atlet putra usia 7-10 tahun SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023“, karya

Nama : Nur Azmi Izzulhaq

NIM : D0219043


Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing I dan II fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta untuk di lanjutkan ke tahap berikutnya

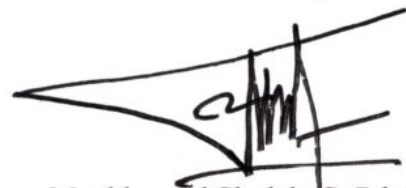
Surakarta, Juni 2023

Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I


Dr. Joko Sulistyono, M. Pd
NIDK. 8800201019

Pembimbing II


Muchhamad Sholeh, S. Pd. M. Or
NIDN. 0608048401

HALAMAN PENGESAHAN


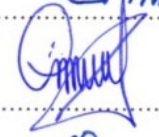


Skripsi dengan judul” Perbedaan pengaruh latihan tendangan menggunakan sasaran tetap dan berubah terhadap akurasi tendangan penalti pada atlet putra usia 7-10 tahun SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023“, karya

Nama : Nur Azmi Izzulhaq
NIM : D0219043
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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


Pada hari : Senin
Tanggal : 24 Juli 2023

Tim Penguji Skripsi:

	Nama Terang	Tanda Tangan
Ketua	: Danang Adhi Kusuma, S.Pd., M.Pd	
Sekretaris	: Yudi Karisma Sari, S.Si., M.Or	
Anggota I	: Dr. Joko Sulistyono, M. Pd	
Anggota II	: Muchhamad Sholeh, S. Pd. M. Or	

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan




Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK. 8800201019

MOTTO

"Orang yang hebat adalah orang yang memiliki kemampuan menyembunyikan kesusahan, sehingga orang lain mengira bahwa ia selalu senang."

(Imam Syafi'i)

"Teruslah berusaha dalam menggapapai suatu impian walaupun dalam perjalanan itu ada banyak cobaan yang harus kita lawan."

(Nur Azmi Izzulhaq)

"Orang kuat bukanlah orang yang hanya mempunyai otot dan badan yang besar melainkan orang yang mampu menghadapi cobaan dalam kehidupan."

(Nur Azmi Izzulhaq)

Bodoh itu pilihan, Pintar itu Anugerah

(Ustadz Adi Hidayat)

PERSEMBAHAN

Persembahan

Karya ini dipersembahkan kepada:

Bapak dan ibu tercinta

Saudara-saudaraku tersayang

Almamaterku tercinta FKIP POK 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 dan juga sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
2. Pipit Fitria Yulianto, S. Pd, M. Or sebagai Kaprodi Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Muchhammad Sholeh, S.Pd.,M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini
4. Para pengurus, pelatih dan siswa SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023 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 dibuat sebenar-benarnya karya sendiri, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, 20 Juni 2023

Nur Azmi Izzulhaq

ABSTRAK

Nur Azmi Izzulhaq. PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN MENGGUNAKAN SASARAN TETAP DAN BERUBAH TERHADAP AKURASI TENDANGAN PENALTI PADA ATLET PUTRA USIA 7-10 TAHUN SSB BATURAN UNITED COLOMADU KARANGANYAR TAHUN 2023. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2023.

Tujuan penelitian untuk mengetahui (1). Adakah Perbedaan Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Sasaran Tetap Dan Berubah Terhadap Akurasi Tendangan Penalti Pada Atlet Putra Usia 7-10 Tahun SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023? (2) Manakah yang lebih baik pengaruhnya antara Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap Dan Berubah Terhadap Akurasi Tendangan Penalti Pada Atlet Putra Usia 7-10 Tahun SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023

Populasi dalam penelitian adalah pada siswa SSB Baturan United Colomadu Karanganyar tahun 2023 yang berjumlah 30. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah pada siswa SSB Baturan United Colomadu Karanganyar tahun 2023. Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 20 siswa putra Variabel penelitian ini yaitu latihan *Akurasi tendangan pinalti* dengan Metode latihan Tetap dan Metode latihan berubah sebagai variabel bebas serta tendangan pinalti ke gawang variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan pretest-posttest design. Tes untuk mengetahui ketepatan pinalti ke gawang menggunakan “Tes Instrumen tes menembak bola kesasaran (Agus Maria Novianto, 2006:38).Metode analisis data penelitian menggunakan rumus t-test yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada pengaruh yang signifikan antara latihan tendangan penalti menggunakan sasaran tetap dan latihan tendangan penalti menggunakan sasaran berubah terhadap akurasi tendangan penalti pada atlet putra usia 7-10 tahun SSB Baturan United Colomadu Karanganyar Tahun 2023 di colomadu hal ini dibuktikan dari hasil latihan tendangan menggunakan sasaran tetap yang awalnya 11,40 menjadi 16,90 perbedaan *mean* sebesar 5,50. Dengan menggunakan uji t diperoleh $t_{hitung} = 8,73 \geq t_{tabel} = 2,262$ sehingga hasilnya adalah beda signifikan sedangkan pad hasil latihan menggunakan sasaran berubah yang awalnya 11,20 menjadi 13,70 perbedaan sebesar 2,50. Dengan menggunakan uji t diperoleh $t_{hitung} = 2,358 \geq t_{tabel} = 2,262$ sehingga hasilnya beda signifikan. (2) Pada kedua kelompok tersebut sama-sama ada pengaruh yang signifikan, namun kelompok eksperimen yang melakukan latihan tendangan penalti menggunakan sasaran tetap memiliki hasil yang lebih tinggi yaitu 16,90 dibandingkan kelompok kontrol yang melakukan latihan tendangan penalti menggunakan sasaran berubah yaitu 13,70 perbedaan 3,20. Dengan menggunakan uji t diperoleh $t_{hitung} = 2,54 \geq t_{tabel} = 2,262$ sehingga hasilnya beda signifikan.

Kata kunci : *Latihan Tendangan Sasaran Tetap, Berubah Terhadap Akurasi Tendangan Penalti*

ABSTRACT

Nur Azmi Izzulhaq. *THE DIFFERENCE IN THE EFFECT OF KICK TRAINING USING FIXED AND CHANGING TARGETS ON THE ACCURACY OF PENALTY KICKS IN MALE ATHLETES AGED 7-10 YEARS SSB BATURAN UNITED COLOMADU KARANGANYAR IN 2023.* Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Tunas Pembangunan in June 2023.

The purpose of the study is to find out (1). Is there a difference in the effect of kick training using fixed and changing targets on the accuracy of penalty kicks in male athletes aged 7-10 years old SSB Baturan United Colomadu Karanganyar in 2023? (2) Which is the better effect between penalty kick practice using fixed targets and changing on penalty kick accuracy in male athletes aged 7-10 years old SSB Baturan United Colomadu Karanganyar in 2023

The population in the study is 30 SSB Baturan United Colomadu Karanganyar students in 2023. The sampling technique used in this study was purposive sampling. The sample in this study is SSB Baturan United Colomadu Karanganyar students in 2023. The sample size used in this study was 20 male students. The variables of this study were the Penalty kick accuracy exercise with the Fixed training method and the training method changed as an independent variable and the penalty kick to the goal of the dependent variable. The research design used pretest-posttest design. The test to determine the accuracy of penalties on goal uses the "Instrument Test of the ssara ball shooting test (Agus Maria Novianto, 2006: 38). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using a short formula.

From the results of data analysis, the conclusions are obtained: (1) There is a significant effect between penalty kick practice using a fixed target and penalty kick practice using a changing target on the accuracy of penalty kicks in male athletes aged 7-10 years SSB Baturan United Colomadu Karanganyar in 2023 in Colomadu. By using the t test, it was obtained $t_{count} = 8.73 \geq t_{table} = 2.262$ so that the results were significantly different, while the results of the exercise using the target changed from 11.20 to 13.70, the difference was 2.50. By using the t test obtained $t_{count} = 2.358 \geq t_{table} = 2.262$ so that the results are significantly different. (2) Both groups had a significant effect, but the experimental group that practiced penalty kicks using a fixed target had a higher control result, namely 16.90 compared to the group that practiced penalty kicks using a changed target, namely 13.70, a difference of 3.20. By using the t test obtained $t_{count} = 2.54 \geq t_{table} = 2.262$ so that the results are significantly different.

Keywords: *Fixed Target Kick Practice, Change Against Penalty Kick Accuracy*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN 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	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Permainan Sepak Bola	7
2. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola.....	7
3. Gerakan-gerakan khusus untuk penjaga gawang	9
4. Teknik Dengan Bola.....	9
5. Macam-macam tendangan.....	17
6. Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap	21
7. Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Berubah	23

8. Akurasi	25
9. Tendangan Penalti	25
B. Kerangka Berfikir	26
C. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
B. Rancangan/Desain Penelitian	28
C. Populasi, Sampel Dan Teknik Sampling	29
D. Teknik Pengumpulan Data.....	30
E. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Uji Reliabilitas	34
C. Pengujian Persyaratan Analisis.....	35
D. Hasil Analisis data	36
E. Pembahasan	41
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	43
A. Simpulan	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tendangan menggunakan kura-kura kaki penuh	19
Gambar 2. Tendangan menggunakan ujung jari	19
Gambar 3. Tendangan menggunakan kura-kura kaki sebelah dalam	20
Gambar 4. Tendangan menggunakan tumit	20
Gambar 5. Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap	22
Gambar 6. Instrumen tes menembak bola kesasaran	31

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal	34
Tabel 2. Range Kategori Reliabilitas	35
Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	35
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	36
Tabel 5. Skor Hasil Tes Awal Kemampuan Tendangan Penalti Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	36
Tabel 6. Skor Hasil Tes Akhir Tendangan Penalti Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	37
Tabel 7. Uji Pengaruh Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap Terhadap Akurasi Tendangan Penalti	38
Tabel 8. Uji Pengaruh Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Berubah Terhadap Akurasi Tendangan Penalti	39
Tabel 9. uji perbedaan Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap dan Latihan tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Berubah Terhadap Akurasi Tendangan Penalti	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Daftar Nama Sampel Pemain SSB Baturan UNITED Tahun 2023	.47
Lampiran 2. Daftar Pre Test Tendangan Penalti Pemain Sekolah Sepak Bola Baturan United Tahun 2023 Diambil Dari 5 Kali Tendangan48
Lampiran 3. Daftar Rangka Tes Awal (Pre Test) Tendangan Penalti Pemain Sekolah Sepak Bola Baturan United Tahun 202349
Lampiran 4. Data Hasil Tes Awal (Pre Test) Tendangan Penalti Pemain Sekolah Sepak Bola Baturan United Tahun 202350
Lampiran 5. Data Hasil Tes Awal (Pre Test) Untuk Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol51
Lampiran 6. Hasil Tes Akhir (Post Test) Pada Kelompok Eksperimen Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaran Tetap52
Lampiran 7. Hasil Tes Akhir (Post Test) Pada Kelompok Kontrol Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Sasaranberubah53
Lampiran 8. Data Hasil Tes Akhir (Post Test) Untuk Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol54
Lampiran 9. Perhitungan Hasil Statistik Pre Test Dan Post Test Kelompok Eksperimen55
Lampiran 10. Perhitungan Hasil Statistik Pre Test Dan Post Test Kelompok Kontrol57
Lampiran 11. Uji Perbedaan Post Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol dengan menggunakan T-test59
Lampiran 12. Uji Perbedaan Post Test Kelompok Eksperimen Dan Kontrol Dengan Menggunakan T-Test60
Lampiran 13. Program Latihan Tendangan Penalti62
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian62