



**PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP
KETRAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA PADA ATLET PUTRA USIA 11–13 TAHUN
SEKOLAH SEPAK BOLA ZETTLE MEYER
KARANGANYAR TAHUN 2020**

SKRIPSI

Oleh:

ADIKA KURNIAWAN

D0216054

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

2021

**PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN KAKI
BAGIAN DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP
KETRAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA PADA ATLET PUTRA USIA 11–13 TAHUN
SEKOLAH SEPAK BOLA ZETTLE MEYER
KARANGANYAR TAHUN 2020**

Oleh:

Adika Kurniawan

D0216054

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olaharga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul “ Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 11-13 Tahun Sekolah Sepak Bola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020 ”, karya:

Nama : Adika Kurniawan

NIM : D0216054

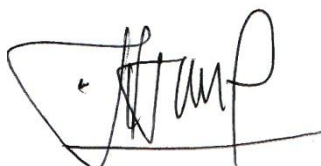
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Surakarta, 5 Januari 2021

Pembimbing I

Pembimbing II



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



Hartini, S.Pd., M.Or.
NIDN.0627047603

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul “ Pengaruh Latihan Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet Putra Usia 11-13 Tahun Sekolah Sepak Bola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020 ”, karya:

Nama : Adika Kurniawan

NIM : D0216054

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Pada hari : Senin

Tanggal : 12 Juli 2021

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

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

Sekretaris : Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or

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

Anggota II : Hartini, S.Pd, M. Or

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan

Dekan,



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd.
NIDK. 8800201019

MOTTO

*Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah,
dengan agama kehidupan menjadi lebih terarah dan bermakna.*

(Prof. Mukti Ali)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Almamaterku Pendidikan Keperawatan Olahraga
FKIP UTP Surakarta 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 yang terhormat:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Hartini, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pelatih dan Atlet Putra Usia 11-13 Tahun Sekolah Sepak Bola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020 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, Januari 2021

A.K

ABSTRAK

Adika Kurniawan. 2021. Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–13 Tahun Sekolah Sepakbola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020 Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. Pembimbing II. Hartini, S.Pd, M.Or.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–13 Tahun Sekolah Sepakbola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–13 Tahun Sekolah Sepakbola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020.

Sampel penelitian adalah pada Pemain Putra Club SSB Zettle Meyer Karanganyar dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil Kemampuan Menggiring Bola dengan Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar sebagai variabel bebas serta Hasil Kemampuan Menggiring Bola variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola menggunakan tes menggiring bola menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran kemampuan menggiring bola Suharsimi Arikunto, (2002 : 120). 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 Menggunakan kaki bagian dalam Dan Bermain Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–13 Tahun Sekolah Sepakbola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.5452$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan Menggunakan kaki bagian dalam lebih baik pengaruhnya dari pada metode Menggunakan kaki bagian luar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–13 Tahun Sekolah Sepakbola Zettle Meyer Karanganyar Tahun 2020. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan Menggunakan kaki bagian dalam) adalah 22.020% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Menggunakan kaki bagian luar) adalah 11.448%.

ABSTRACT

Adika Kurniawan. 2021. *The Influence of Inner Foot and Outer Foot Dribbling Exercises on Football Dribbling Skills for Male Athletes Aged 11-13 Years Old Zettle Meyer Karanganyar Football School in 2020* Advisor I. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. Advisor II. Hartini, S.Pd, M.Or.

The research objective was to determine the effect of inner and outer foot dribbling training on soccer dribbling skills in male athletes aged 11-13 years at Zettle Meyer Karanganyar Football School in 2020, and if there is a difference, then to find out which one is better between Exercises for dribbling the inner foot and the outer foot on the ability to dribble in soccer games for male athletes aged 11-13 years at Zettle Meyer Karanganyar Football School in 2020.

The research sample is the SSB Men's Player Club Zettle Meyer Karanganyar with a total of 30 students. Sampling using Random Sampling technique. The variables of this research are the results of the ability to dribble with the inner and outer foot dribbling exercise as the independent variable and the results of the ability to dribble the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the ability to dribble in soccer games uses a dribbling test using test instructions and measuring the ability to dribble. Suharsimi Arikunto, (2002 : 120). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using a short formula.

The results of data analysis, the conclusions are obtained: (1) There is a significant effect between exercise using the inner leg and playing on dribbling skills in soccer games for male athletes aged 11-13 years at Zettle Meyer Karanganyar Football School in 2020. This is evidenced by the results. the calculation of the final test for each group, namely $t_{count} = 0.5452$ is smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) Exercise using the inner foot has a better effect than the method of Using the outer foot on Dribbling Skills in Football Games for Male Athletes Ages 11-13 Years Old Zettle Meyer Karanganyar Football School, 2020. Based on the percentage increase in dribbling skills in soccer games The ball shows that group 1 (the group treated with the inner leg exercise) was 22.020% > group 2 (the group that received the outer leg) was 11.448%.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI	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.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola.....	8
a. Hakikat menggiring bola dalam permainan sepakbola.....	8
b. Kemampuan Menggiring Bola	11
c. Anatomi Gerak Tubuh Menggiring Bola.....	11
d. Analisa gerak Menggiring Bola	12
2. Latihan.....	14
a. Analisa gerak Menggiring Bola.....	14
b. Prinsip-Prinsip Latihan.....	15

3.	Teknik Dasar Menggiring Bola.....	17
a.	Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam	18
b.	Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki Bagian Luar ..	21
B.	Penelitian Yang Relevan	23
C.	Kerangka Berpikir	25
D.	Hipotesis... ..	26
BAB III.	METODE PENELITIAN.....	27
A.	Tempat dan Waktu Penelitian	27
B.	Rancangan/Design Penelitian.....	27
C.	Populasi dan Sampel.....	29
D.	Pengumpulan Data.....	30
E.	Analisis Data	30
BAB IV	HASIL PENELITIAN	33
A.	Deskripsi Data	33
B.	Uji Reliabilitas	33
C.	Pengujian Persyaratan Analisis	34
D.	Hasil Analisis Data	36
E.	Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	38
F.	Pembahasan Hasil Analisi Data.....	40
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	43
A.	Simpulan	43
B.	Implikasi	43
C.	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam.....	19
Gambar 2. Menggiring Bola Punggung Kaki	20
Gambar 3. Rancangan Penelitian	28

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	33
Tabel 2 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	34
Tabel 3 <i>Range</i> Reliabilitas	34
Tabel 4 Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data	354
Tabel 5 Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data	35
Tabel 6 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	36
Tabel 7 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	36
Tabel 8 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	37
Tabel 9 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Ketrampilan Menggiring Bola	47
Lampiran 2. Program Latihan Ketrampilan n Menggiring Bola.....	49
Lampiran 3 Data hasil tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	53
Lampiran 4 Rekapitulasi data hasil tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	55
Lampiran 5 Rekapitulasi T-score tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	56
Lampiran 6 Rekapitulasi hasil tes awal dan tes akhir pada tiap kelompok	60
Lampiran 7 Menghitung Reliabilitas dengan Anava	63
Lampiran 8 Tabel kerja untuk menghitung perbedaan peningkatan hasil Menggiring Bola	69
Lampiran 9 Uji Normalitas Data dengan Metode Lilliefors	70
Lampiran 10 Uji Homogenitas.....	72
Lampiran 11 Menghitung standar deviasi kuadrat pada tiap kelompok	73
Lampiran 12 Menghitung nilai peningkatan Menggiring Bola dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2.....	76
Lampiran 12 Tabel Nilai r <i>Product Moment</i>	77
Lampiran 13 Tabel Nilai-Nilai <i>Chi-Kwadrat</i>	78
Lampiran 14 Tabel F.....	79
Lampiran 15 Dokumentasi.....	82
Lampiran 16 Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 17 Surat Balasan Penelitian	