



PENGARUH LATIHAN *DRIBBLING OUTSIDE FEET* DAN *INSIDE FEET* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PESERTA SEKOLAH SEPAK BOLA PUTRA DI AT FARMASI KELOMPOK USIA 13-14 TAHUN

SKRIPSI

Disusun Oleh:

BRILLIAN RIZKY MURENDA PUTRA

NIM. D0219038

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

2024

PENGARUH LATIHAN *DRIBBLING OUTSIDE FEET* DAN *INISIDE FEET* TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA PESERTA SEKOLAH SEPAK BOLA PUTRA DI AT FARMASI KELOMPOK USIA 13-14 TAHUN

Disusun Oleh:
Brilliant Rizky Murenda Putra
NIM. D0219038

SKRIPSI

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

**FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Dribbling Outside Feet* dan *Iniside Feet* Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Peserta Sekolah Sepak Bola Putra di AT Farmasi Kelompok Usia 13-14 Tahun” yang disusun oleh:

Nama : Brillian Rizky Murenda Putra

NIM : D0219038

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dilanjutkan ke tahap penelitian di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2023.

Disetujui :

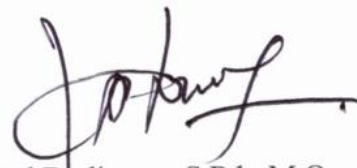
Surakarta, 2 Februari 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



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



Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or.
NIDN. 0619068401

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Dribbling Outside Feet* dan *Iniside Feet* Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Peserta Sekolah Sepak Bola Putra di AT Farmasi Kelompok Usia 13-14 Tahun” yang disusun oleh:

Nama : Brillian Rizky Murenda Putra
NIM : D0219038
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Selasa
Tanggal : 19 Maret 2024
Dewan Penguji Skripsi :

	Nama
Ketua	: Pipit Fitria Yulianto, S.Pd., M.Or.
Sekretaris	: Kodrad Budiyo, S.Pd., M.Or.
Penguji I	: Risa Agus Teguh W, S.Pd., M.Or.
Penguji II	: Bagus Kuncoro, S.Pd., M.Or.

Tanda Tangan



.....



.....




.....



.....

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan




Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK: 8800201019

SURAT PERYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Dribbling outside feet* dan *Iniside Feet* Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Peserta Sekolah Sepak Bola Putra di AT Farmasi Kelompok Usia 13-14 Tahun” ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan hasil karya tulis orang lain atau kutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau keseluruhan. 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, Juli 2023

Yang membuat pernyataan



Brilliant Rizky Murenda Putra

NIM. D0219038

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Lancar adalah kunci

(Penulis)

Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Keluargaku tercinta

Almamaterku Program Studi Pendidikan Keplatihan Olahraga

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat di atasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Dra. Winarti, M.Si, sebagai Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Pipit Fitria Yulianto. S.Pd, M.Or., Kaprodi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or., sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Keluarga tercinta yang selalu memberikan dorongan semangat, doa dan nasihat selama penulis kuliah.
6. Mahasiswa angkatan PKO 2019 teman seperjuangan dalam menuntut ilmu yang telah bersama-sama berjuang untuk memperoleh gelar sarjana
7. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Maret 2024
Brillian Rizky Murenda Putra

ABSTRAK

Brilliant Rizky Murenda Putra. Skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan *Dribbling Outside Feet* dan *Iniside Feet* Terhadap Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Peserta Sekolah Sepak Bola Putra di AT Farmasi Kelompok Usia 13-14 Tahun. Skripsi. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Penelitian ini bertujuan untuk; 1) mengetahui pengaruh metode latihan *dribbling outside feet* dan *dribbling iniside feet* terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola peserta sekolah sepak bola putra di AT Farmasi kelompok Usia 13-14 Tahun. 2) mengetahui manakah metode latihan yang lebih baik.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen menggunakan desain penelitian ini “*The Two Group Pretest Post-test Design*” yakni rancangan penelitian eksperimen yang dilakukan pada dua kelompok berbeda yang mendapatkan latihan atau *treatment* yang berbeda. Sampel penelitian berjumlah 30 orang. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah instrumen modifikasi yang dibuat Bobby Charlton dikembangkan untuk mengukur keterampilan menggiring bola. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif. Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 25 yaitu yaitu dengan membandingkan mean antara kelompok 1 (*pretest*) dan kelompok 2 (*post-test*). Uji normalitas *dribbling outside feet* menggunakan program SPSS *pretest* **0,407 > 0,05** dan *post-test* **0,086 > 0,05**. Sedangkan hasil uji normalitas *dribbling iniside feet* diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh dari perhitungan uji normalitas menggunakan program SPSS 25 adalah *pretest* **0,242 > 0,05** dan *post-test* **0,116 > 0,05**. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi *normal* Hasil uji homogenitas metode latihan *dribbling outside feet* dan *dribbling iniside feet* adalah $0,06 > 0,05$ maka distribusi data dari kedua kelompok dinyatakan **homogeny**.

Hasil uji hipotesis metode latihan *dribbling outside feet*, yaitu hasil t hitung $> t$ tabel = $5,97 > 2,144$ dengan presentase peningkatan 25,66%. Sedangkan, hasil uji hipotesis metode latihan *dribbling iniside feet* nilai t hitung $> t$ tabel = $43,56 > 2,144$ dengan presentase peningkatan 12,04%.

Maka, berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa metode latihan *dribbling outside feet* dan *dribbling iniside feet* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada pemain SSB Putra Dwipa Tawangmangu dan berdasarkan peningkatan presentase menunjukan bahwa latihan *dribbling outside feet* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada pemain SSB Putra Dwipa Tawangmangu.

Kata Kunci: Latihan, Menggiring Bola, Sepak Bola

ABSTRACT

Brilliant Rizky Murenda Putra. *thesis with the title " The Effect of Outside Foot and Inside Feet Dribbling Training on Improving Dribbling Skills in Men's Football School Participants at AT Pharmacy Age Group 13-14 Years". Thesis. Sports Coaching Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, Surakarta.*

Study This aim For ; 1) know influence method exercise dribbling outside feet And dribbling inside feet to enhancement Skills participant dribbling the ball school men's soccer at AT Pharmacy group Age 13-14 Years . 2) know where method more practice Good .

*Type research used in study This is experiment use design study this “ The Two Group Pretest Post-test Design ” ie design study experiments carried out on two group different who gets exercise or different treatments . Sample study totaling 30 people. Instruments used study This is instrument modifications made by Bobby Charlton were developed For measure Skills dribble . Technique deep data analysis study This use quantitative data analysis . Testing hypothesis use -t test with SPSS 25 program assistance , namely that is with compare the mean between group 1 (pretest) and group 2 (post-test). Test normality dribbling outside feet using the SPSS pretest program $0,407 > 0.05$ And post-test $0.086 > 0.05$. Whereas results test normality dribbling inside feet is known that mark significance obtained _ from calculation test normality using the SPSS 25 program is pretest $0,242 > 0.05$ And post-test $0.116 > 0.05$. So can concluded that distributed residual value **normal** test results homogeneity method exercise dribbling outside feet And dribbling inside feet is $0.06 > 0.05$ then distribution of data from second group stated **homogeneous** .*

Results test hypothesis method exercise dribbling outside feet , that is results $t \text{ count} > t \text{ table} = 5.97 > 2.144$ with a percentage increase of 25.66 % . Meanwhile , results Hypothesis testing of dribbling ininside training methods feet mark $t \text{ count} > t \text{ table} = 43.56 > 2.144$ with a percentage increase of 12.04 %.

So , based on results the can concluded that method exercise dribbling outside feet and dribbling inside feet own significant influence to enhancement Skills Dribbling the ball deep game football on SSB player Putra Dwipa Tawangmangu And based on enhancement percentage pointed out that exercise dribbling outside feet have significant influence to enhancement Skills Dribbling the ball deep game football on SSB player Putra Dwipa Tawangmangu .

Keywords : Training , Dribbling , Football

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERYATAAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. KAJIAN TEORI.....	6
1. Hakikat Sepak Bola	6
2. Hakikat Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	10
3. Hakikat Keterampilan Gerak	13
4. Hakikat Latihan	16
5. Latihan <i>Dribbling outside feet</i> dan <i>Dribbling iniside feet</i>	26
B. Penelitian yang Relevan	28
C. Kerangka Berpikir	29

D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Tempat dan Waktu Penelitian	31
1. Tempat Penelitian	31
2. Waktu Penelitian	31
B. Metode Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Teknik Pengumpulan Data	34
E. Instrumen Pengumpulan Data	34
F. Teknik Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	39
A. Deskripsi Data	39
B. Uji Reliabilitas.....	40
C. Pengujian Persyaratan Analisis	40
D. Hasil Analisis Data.....	41
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	44
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Implikasi.....	49
C. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kemampuan Kelincahan <i>Dribble</i> dalam Permainan sepak bola pada Kelompok 1 dan Kelompok 2.....	39
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal.....	40
Tabel 3. <i>Range</i> Kategori Reliabilitas	40
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data	40
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data.....	41
Tabel 6. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1)	42
Tabel 7. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2 (K_2)	42
Tabel 8. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)	43
Tabel 9. Ringkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Rancangan Penelitian	32
Gambar 2. Ordinal Pairing	34
Gambar 3 Modifikasi Instrumen Menggiring Bola Bobby Charlton	35

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	55
Lampiran 2. Program Latihan	56
Lampiran 3. Olah data.....	69
Lampiran 4. Uji Normalitas	73
Lampiran 5. Uji Homogenitas.....	75
Lampiran 6. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok	76
Lampiran 7. Menghitung Nilai Peningkatan <i>Dribble</i>	79