



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* METODE *SIRKUIT* DAN
DRILL TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* KE GAWANG DALAM
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA USIA
11–15 TAHUN PSB GARUDA SERENAN
KLATEN TAHUN 2021**

SKRIPSI

Oleh:

CRISVIAN HARI PURNOMO AJI

D0216178

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

2022

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* METODE *SIRKUIT* DAN
DRILL TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* KE GAWANG DALAM
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA USIA
11–15 TAHUN PSB GARUDA SERENAN
KLATEN TAHUN 2021**

**Oleh:
CRISVIAN HARI PURNOMO AJI
D0216178**

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**

PENGESAHAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* Dan *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021”, Karya

Nama : Crisvian Hari Purnomo Aji

NIM : D0216178

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Surakarta, Januari 2022

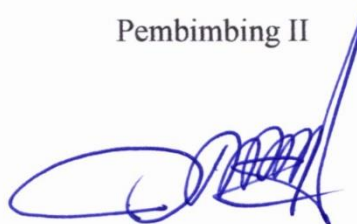
Disetujui:

Pembimbing I



Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M. Or
NIDN. 0619068401

Pembimbing II



Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M. Or
NIDN. 0612038301

HALAMAN PENGESAHAN

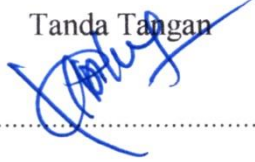


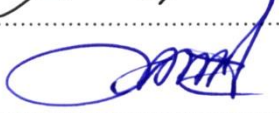
Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* Dan *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021”, Karya

Nama : Crisvian Hari Purnomo Aji
NIM : D0216178
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 : Rabu
Tanggal : 9 Februari 2022

Tim Penguji Skripsi:

	(Nama Terang)	Tanda Tangan
Ketua	: Kodrad Budiyo. S.Pd., M.Or	
Sekretaris	: Fatkhul Imron, S.Pd., M.Or	
Anggota I	: Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M. Or	
Anggota II	: Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M. Or	

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd
NIDK: 8800201019

MOTTO

Segala perkara dapat ditanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku.

(Filipi 4 : ayat 13)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

Bapak dan ibu tercinta
Saudara-saudaraku tersayang
Teman teman yang selalu mendukung
Almamaterku PKO FKIP UTP 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. 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. Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M. Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021 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 2022

C. H. P. A

ABSTRAK

Crisvian Hari Purnomo Aji. Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* dan *Drill* terhadap Ketepatan *Shooting* Kegawang dalam Permainan Sepakbola pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Januari 2021.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* dan *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* dan *Drill* Terhadap Ketepatan *Shooting* Kegawang dalam Permainan Sepakbola pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah pada Pemain Putra Club PSB Garuda Serenan Klaten dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil Kemampuan *Shooting* Bola dengan Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* dan *Drill* sebagai variabel bebas serta Hasil Kemampuan *Shooting* Bola variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui Kemampuan *Shooting* Bola Dalam Permainan Sepakbola menggunakan tes Kemampuan *Shooting* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran kemampuan Kemampuan *Shooting* bola Nurhasan, (2001 : 160-161). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Metode *Sirkuit* dan *Drill* terhadap Ketepatan *Shooting* Kegawang dalam Permainan Sepakbola pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.588$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan *Shooting Drill* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *Sirkuit* Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun PSB Garuda Serenan Klaten Tahun 2021. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *Shooting* dalam bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan *Sirkuit*) adalah 26.316% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat *Drill*) adalah 42.045%.

Kata kunci : *Shooting*, Metode *Sirkuit*, Metode *Drill* dan Sepakbola

ABSTRACT

Crisvian Hari Purnomo Aji. *Differences in the Effect of Circuit and Drill Shooting Exercises on the Accuracy of Kegawang Shooting in Soccer Games for Boy Athletes Age 11–15 Years Old PSB Garuda Serenan Klaten 2020. Thesis, Surakarta: Surakarta: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, January 2021.*

The purpose of the study was to determine the difference in the effect of circuit and drill shooting exercises on the accuracy of shooting kegawang in soccer games for male athletes aged 11–15 years PSB Garuda Serenan Klaten in 2020, and if there is a difference, then to find out which is better between circuit shooting exercises And Drills on the Accuracy of Shooting Kegawang in Soccer Games for Male Athletes Age 11–15 Years Old PSB Garuda Serenan Klaten in 2020.

The research sample was the Men's Players Club PSB Garuda Serenan Klaten with a total of 30 students. Sampling using the Purposive Sampling technique. The variables of this research are the results of the shooting ability of the ball with the practice of shooting the circuit and drill methods as the independent variable and the results of the shooting ability of the ball are the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the ability of shooting balls in soccer games uses the shooting ability test using test implementation instructions and measuring ball shooting abilities, Nurhasan, (2001: 160-161). The research data analysis method used the t-test formula which was calculated using a short formula.

The results of data analysis, the conclusions obtained are: (1) There is a difference in the effect of circuit and drill shooting exercises on the accuracy of shooting Kegawang in soccer games for male athletes aged 11–15 years PSB Garuda Serenan Klaten in 2020. This is evidenced from the results of the calculation of the final test for each -each group that is $t_{count} = 3.588$ is smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) Shooting Drill training has a better effect than the Circuit method on Kegawang Shooting Ability in Soccer Games for Boy Athletes Age 11–15 Years Old PSB Garuda Serenan Klaten 2020. Based on the percentage increase in shooting ability on the ball in soccer games, it shows that group 1 (the group that received the circuit training) was 26.316% > group 2 (the group that received the drill) was 42.045%.

Keywords: Shooting, Circuit Method, Drill Method and Soccer

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. LatarBelakangMasalah	1
B. IdentifikasiMasalah	4
C. PembatasanMasalah	5
D. PerumusanMasalah.....	5
E. TujuanPenelitian.....	5
F. ManfaatPenelitian.....	6
BAB II. LANDASAN TEORI	7
A. Landasan Teori	7
1. Hakikat <i>Shooting</i> Permainan Sepakbola	7
2. Hakekat <i>Shooting</i> Sepakbola.....	11
3. Hakikat Ketepatan	20
4. Hakikat Latihan	22
5. Pelaksanaan Latihan <i>Shooting</i> Dengan Metode <i>Sirkuit</i>	26
6. Pengaruh Latihan <i>Shooting</i> dengan metode drills	31
B. Penelitian Yang Relevan	33

C. Kerangka Berpikir	35
D. Pengajuan Hipotesis	37
BAB III. METODE PENELITIAN	38
A. Tempat dan Waktu Penelitian	38
B. Rancangan/Desain Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Pengumpulan Data.....	41
E. Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	44
A. Deskripsi Data	44
B. Uji Reliabilitas	44
C. Pengujian Persyaratan Analisis	45
D. Hasil Analisis Data	47
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	49
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	51
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	54
A. Simpulan	54
B. Implikasi	54
C. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menendang Bola Kaki Bagian Dalam.....	13
Gambar 2. Punggung Kaki Penuh.....	15
Gambar 3. Menendang Bola Dengan Ujung Kaki	16
Gambar 4. Kaki Bagian Luar	17
Gambar 5. Latihan <i>Shooting</i> Metode <i>Sirkuit</i>	30
Gambar 6. Rancangan Penelitian	39

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kemampuan <i>Shooting</i> dalam bola sepak bola pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	44
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	45
Tabel 3. <i>Range</i> Reliabilitas	45
Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	46
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	46
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1)	47
Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2 (K_2)	47
Tabel 8. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2).....	48
Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2).....	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Tes Ketepatan <i>Shooting</i>	58
Lampiran 2 Program Latihan	60
Lampiran 3 Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir <i>Shooting</i> Bola.....	72
Lampiran 4 Menghitung Reliabilitas dengan Anava.....	78
Lampiran 5 Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil <i>Shooting</i> Bola.....	84
Lampiran 6 Uji Normalitas Data dengan Metode Lilliefors	85
Lampiran 7 Uji Homogenitas	87
Lampiran 8 Menghitung standar deviasi kuadrat pada tiap kelompok	88
Lampiran 9 Menghitung nilai peningkatan Menggiring Bola dalam persen.....	91
Lampiran 10 Tabel Distribusi Nilai t tabel.....	92
Lampiran 11 Tabel <i>Lilliefors</i>	93
Lampiran 12 Tabel F	94
Lampiran 13 Dokumentasi	97
Lampiran 14 Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 15 Surat Balasan Penelitian	

