



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* KAKI BAGIAN  
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KEMAMPUAN  
*SHOOTING* KEGAWANG DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA  
PADA ATLET PUTRA USIA 10–12 TAHUN  
SSB TUNAS TIRTA SURAKARTA  
TAHUN 2021**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**WAHYU AJI WIBOWO**

**D0217121**

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

**2022**

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *SHOOTING* KAKI BAGIAN  
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KEMAMPUAN  
*SHOOTING* KEGAWANG DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA  
PADA ATLET PUTRA USIA 10–12 TAHUN  
SSB TUNAS TIRTA SURAKARTA  
TAHUN 2021**

**OLEH:  
WAHYU AJI WIBOWO  
D0217121**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

## PENGESAHAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta surakarta Tahun 2021”, karya:

Nama : Wahyu Aji Wibowo

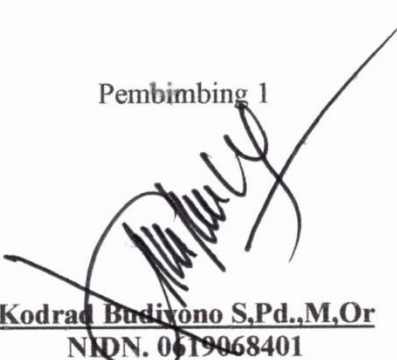
NIM : D0217121

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga


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

Disetujui:

Pembimbing 1

  
**Kodrad Budiyono S.Pd.,M.Or**  
NIDN. 0619068401

Pembimbing 2

  
**Bagus Kuncoro S.Pd.,M.Or**  
NIDN. 0623088702

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta surakarta Tahun 2021”, karya:

Nama : Wahyu Aji Wibowo

NIM : D0217121

Prodi : Pendidikan Kepelatihan 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 : Kamis

Tanggal : 10 Februari 2022

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Nuruddin Priya BS, M.Or.

Sekretaris : Wisnu Mahardika, S.Pd, M.Or

Anggota I : Kodrad Budiyo S,Pd.,M,Or

Anggota II : Bagus Kuncoro 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 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. Kodrad Budiyono S,Pd., M,Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Bagus Kuncoro S,Pd., M,Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Putra Usia 10-12 Tahun SSB Tunas tirta Surakarta 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, November 2022

**W.A.W**

## ABSTRAK

**Wahyu Aji Wibowo.** Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Ssb Tunas Tirta Surakarta Tahun 2021. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Januari 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta surakarta Tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta surakarta Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Putra Usia 10-12 Tahun SSB Tunas tirta Surakarta dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil Ketepatan *Shooting* dengan Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar sebagai variabel bebas serta hasil Kemampuan *Shooting* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui Peningkatan Kemampuan *Shooting* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Nur Hasan (2001: 157). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta Surakarta Tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 3.314$  lebih kecil dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam lebih baik pengaruhnya dari pada metode *Shooting* Kaki Bagian luar Terhadap Kemampuan *Shooting* Kegawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun SSB Tunas tirta Surakarta Tahun 2021. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan *Shooting* Kaki Bagian Dalam) adalah 35.714% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat *Shooting* Kaki Bagian Luar) adalah 22.321%.



## **ABSTRACT**

**Wahyu Aji Wibowo.** *Differences in Effects of Inner and Outer Foot Shooting Exercises on Kegawang Shooting Ability in Soccer Games in Male Athletes Age 10–12 Years Old Ssb Tunas Tirta Surakarta in 2021. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, January 2022.*

*The purpose of the study was to determine the difference in the effect of shooting training on the inside and outside of the foot on the ability to shoot kegawang in soccer games for male athletes aged 10-12 years at SSB Tunas tirta Surakarta in 2021, and if there is a difference, then to find out which is better between training Shooting of the Inner and Outer Legs on the Ability to Shoot Goals in Soccer Games for Male Athletes aged 10–12 Years SSB Tunas Tirta Surakarta in 2021.*

*The research sample was male athletes aged 10-12 years SSB Tunas tirta Surakarta with a total of 30 students. Sampling using the Random technique. The variables of this research are Shooting Accuracy Results with Shooting Exercises of the Inner and Outer Feet as the independent variable and the result of Shooting Ability is the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the increase in shooting ability uses the test implementation instructions from Nur Hasan (2001: 157). 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 are differences in the effect of the Inner and Outer Foot Shooting Training Method on Kegawang Shooting Ability in Soccer Games for Male Athletes Age 10-12 Years SSB Tunas Tirta Surakarta in 2021. This is evidenced from the results of the test calculation the end of each group is  $t_{count} = 3.314$  which is smaller than  $t_{table} = 2.145$  with a significance level of 5%. (2) The Inner Leg Shooting Exercise has a better effect than the Outer Leg Shooting method on Kegawang Shooting Ability in Football Games for Male Athletes Age 10–12 Years SSB Tunas Tirta Surakarta in 2021. 1 (the group that received the Inner Leg Shooting Exercise) was 35.714% > group 2 (the group that received the Outer Leg Shooting) was 22.321%.*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
JUDUL .....	
.....	i
PENGAJUAN .....	
.....	ii
PERSETUJUAN .....	
.....	iii
PENGESAHAN .....	
.....	iv
MOTTO .....	
.....	v
PERSEMBAHAN .....	
.....	vi
KATA PENGANTAR .....	
.....	vii
ABSTRAK .....	
.....	viii
ABSTRACT.....	
.....	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 .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. LANDASAN TEORI</b> .....	<b>8</b>
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola .....	8
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Shooting dalam Permainan Sepakbola .....	14
3. Hakikat Latihan .....	17
4. Latihan <i>Shooting</i> ke Gawang Kaki Bagian Dalam .....	21
5. Latihan <i>Shooting</i> ke Gawang Kaki Bagian Luar.....	24
B. Kerangka Berpikir .....	26
C. Pengajuan Hipotesis .....	27

BAB III. METODE PENELITIAN .....	28
.....	28
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
.....	28
B. Metode Rancangan Desain Penelitian.....	28
.....	28
C. Populasi Sampel.....	30
.....	30
D. Pengumpulan Data .....	31
.....	31
E. Analisis Data .....	31
.....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	34
A. Deskripsi Data .....	34
B. Uji Reliabilitas .....	35
C. Pengujian Persyaratan Analisis .....	35
D. Hasil Analisis Data .....	37
E. Pengujian Hipotesis.....	39
F. Pembahasan .....	41
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	44
A. Simpulan .....	44
B. Implikasi .....	44
C. Saran .....	45
DAFTAR PUSTAKA .....	46
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	48

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Menendang Bola Kaki Bagian Dalam.....	11
Gambar 2. Punggung Kaki Penuh.....	12
Gambar 3. Menendang Bola Dengan Ujung Kaki .....	13
Gambar 4. Kaki Bagian Luar .....	14
Gambar 5. Rancangan Penelitian .....	29
Gambar 6. <i>Ordinal Pairing</i> .....	30
Gambar 7. Lapangan <i>Shooting</i> ke Gawang Sepakbola .....	49

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Teskelompok 1 dan 2 .....	34
Tabel 2 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal.....	35
Tabel 3 <i>Range</i> Reliabilitas .....	35
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data .....	36
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data .....	36
Tabel 6. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	37
Tabel 7. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1 .....	37
Tabel 8. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2 .....	38
Tabel 9 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2 .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola .....	48
Lampiran 2. Program Latihan <i>Shooting</i> Sepakbola .....	50
Lampiran 3. Hasil Tes Awal dan Tes Akhir .....	54
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	56
Lampiran 5. Menghitung Reliabilitas Dengan Anava.....	62
Lampiran 6. Tabel Kerja .....	68
Lampiran 7. Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors .....	69
Lampiran 8. Uji Homogenitas.....	71
Lampiran 9. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok .....	72
Lampiran 10. Menghitung Nilai Peningkatan <i>Passing</i> Dalam Dalam Persen Pada Kelompok 1 Dan Kelompok 2. ....	75
Lampiran 11. Distribusi Nilai t tabel.....	76
Lampiran 12. Tabel Lilliefors .....	77
Lampiran 13. Tabel F.....	78
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	81
Lampiran 15. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 16. Surat Keterangan Penelitian	

