



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA KAKI BAGIAN
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KETRAMPILAN
MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA ATLET PUTRA USIA 11–15 TAHUN
SSB TUNAS MEKAR PURWODADI
TAHUN 2021**

SKRIPSI

OLEH:

FERRY DWI PRASETYO

NIM : D0216181

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

2022

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA KAKI BAGIAN
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KETRAMPILAN
MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA ATLET PUTRA USIA 11–15 TAHUN
SSB TUNAS MEKAR PURWODADI
TAHUN 2021**

**OLEH:
FERRY DWI PRASETYO
NIM : D0216181**

SKRIPSI

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

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021”, Karya

Nama : Ferry Dwi Prasetyo

NIM : DO216181

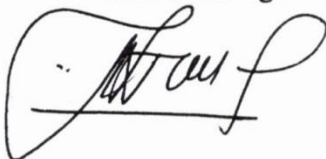
Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

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

Surakarta, Januari 2022

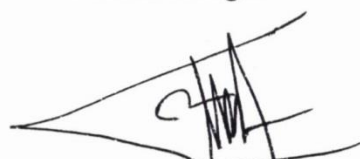
Disetujui :

Pembimbing I



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

Pembimbing II



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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021”, Karya

Nama : Ferry Dwi Prasetyo

NIM : DO216181

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 : Rabu

Tanggal : 09 Februari 2022

Dewan Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Nuruddin Priya BS, M.Or

Sekretaris : Teguh Andibowo, S.Pd., M.Or

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

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

*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. Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Muchhamad Sholeh, S.Pd, M.Or. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pelaitah dan Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi 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

F.D.P

ABSTRAK

Ferry Dwi Prasetyo. Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021. Skripsi, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta, Januari 2022. Pembimbing : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. Muchhamad Sholeh, S.Pd., M.Or.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021 dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil Kemampuan Menggiring Bola dengan Latihan Menggiring Bola 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 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 Menggiring Bola Metode *Kaki bagian dalam* Dan Kaki bagian luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 6.66$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan Metode Kaki bagian dalam lebih baik pengaruhnya dari pada metode Latihan Kaki bagian luar Terhadap Ketrampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 11–15 Tahun SSB Tunas Mekar Purwodadi Tahun 2021. Berdasarkan persentase peningkatan ketrampilan menggiring bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan Metode Kaki bagian dalam) adalah 18.328% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Latihan Kaki bagian luar) adalah 15.382%.

Kata Kunci : Kaki Bagian Dalam, Kaki Bagian Luar, Ketrampilan Menggiring Bola.

ABSTRACT

Ferry Dwi Prasetyo. *The Difference of the Influence of Inner Foot and Outer Foot Dribbling Training on Football Dribbling Skills in Male Athletes Ages 11-15 Years SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021. Thesis, Faculty of Teacher Training and Education, University of Tunas Pembangunan Surakarta, January 2022. Advisor : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. Muchhamad Sholeh, S.Pd., M.Or.*

The research objective was to determine the difference in the effect of inner and outer foot dribbling training on soccer dribbling skills in male athletes aged 11-15 years, SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021, and if there are differences, then to find out which one is better. Exercises for dribbling the inner and outer feet of dribbling skills in soccer games for male athletes aged 11-15 years SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021.

The sample of this research is the Men's Player male athletes aged 11-15 years SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021 with a total of 30 students. Sampling using Purposive Sampling technique. The variables of this research are the results of the ability to dribble with the dribbling exercise of the inner foot and the outer foot 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. Nurhasan, (2001: 160-161). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using a short formula.

The results of the data analysis, the conclusions were obtained: (1) There is a difference in the effect of dribbling training with the inner and outer legs method on dribbling skills in soccer games for male athletes aged 11-15 years SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021. This is evidenced by The result of the calculation of the final test for each group, namely $t_{count} = 6.66$ is smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The inner leg training method has a better effect than the outer leg training method on dribbling skills in soccer games for male athletes aged 11-15 years SSB Tunas Mekar Purwodadi in 2021. Based on the percentage increase in dribbling skills in soccer games shows that group 1 (the group that received the inner leg exercise method) was 18,328% > group 2 (the group that received the outer leg exercise) was 15,382%.

Keywords: *Inner Foot, Outer Foot, Ball Dribbling Skills*

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Landasan Teori	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola.....	8
a. Pengertian Permainan Sepakbola.....	8
b. Teknik Dasar Bermain Sepakbola.....	9
2. Hakikat Menggiring Bola Dalam Sepakbola.....	10
a. Pengertian Menggiring.....	10
b. Menggiring bola menggunakan Punggung Kaki.....	13
c. Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam	15

	Halaman
d. Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Luar..	16
3. Hakikat Latihan	17
a. Pengertian Latihan.....	17
b. Hukum Latihan.....	19
c. Prinsip Latihan	19
d. Sistematika Latihan	20
4. Keterampilan Menggiring Bola.....	21
a. Pengertian Keterampilan	21
b. Keterampilan Menggiring Bola.....	22
5. Anatomi Gerak Tubuh Menggiring Bola	23
6. Analisa Gerak Menggiring Bola.....	24
7. Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam .	25
8. Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Luar.....	26
B. Penelitian Yang Relevan	28
C. Kerangka Berpikir	29
D. Pengajuan Hipotesis	31
BAB III. METODE PENELITIAN	32
A. Tempat dan Waktu Penelitian	32
B. Populasi dan Sampel	32
C. Teknik Pengumpulan Data	34
D. Metode dan Rancangan Penelitian	35
E. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN	38
A. Deskripsi Data	38
B. Uji Reliabilitas	38
C. Pengujian Persyaratan Analisis	39
D. Hasil Analisis Data	40
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	42
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	45

	Halaman
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	47
A. Simpulan	47
B. Implikasi	47
C. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menggiring Bola Punggung Kaki	15
Gambar 2. Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam.....	16
Gambar 3. Menggiring kaki bagian luar	17
Gambar 4. Rancangan Penelitian	33

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	38
Tabel 2 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	39
Tabel 3 <i>Range</i> Reliabilitas	39
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data	39
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data	40
Tabel 6. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	40
Tabel 7. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	41
Tabel 8. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	41
Tabel 9 Ringkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	42

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Kemampuan Menggiring Bola.....	51
Lampiran 2. Program Latihan	53
Lampiran 3 Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir	57
Lampiran 4 Rekapitulasi Peningkatan Tes Awal, Tes Akhir	60
Lampiran 5 Menghitung Reliabilitas Dengan Anava.....	62
Lampiran 6 Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan	63
Lampiran 7 Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors	69
Lampiran 8 Uji Homogenitas.....	71
Lampiran 9 Menghitung Standar Deviasi Kuadrat	72
Lampiran 10 Menghitung Nilai Peningkatan Menggiring Bola Dalam Persen	75
Lampiran 11 Distribusi Nilai t table.....	76
Lampiran 12 Tabel Lilliefors	77
Lampiran 13 Tabel F.....	78
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian	81

