



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN BOLA
MATI DAN BOLA HIDUP TERHADAP AKURASI
SHOOTING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA
PUTRA DI SSB (SEKOLAH SEPAK BOLA)
MATRA FC (*FOOTBALL CLUB*)
TAHUN 2021**

SKRIPSI

Oleh:

NARAJ MAHARDDIKA IRUTAMA

D0416043

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

2022

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN BOLA
MATI DAN BOLA HIDUP TERHADAP AKURASI
SHOOTING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA
PUTRA DI SSB (SEKOLAH SEPAK BOLA)
MATRA FC (*FOOTBALL CLUB*)
TAHUN 2021**

Oleh:

Naraj Maharddika Irutama

D0416043

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani

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

2022

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Bola Hidup dan Bola Mati Terhadap Akurasi Shooting pada Permainan Sepakbola Putra di SSB Matra FC Tahun 2021”. Karya :

Nama : Naraj Maharddika Irutama

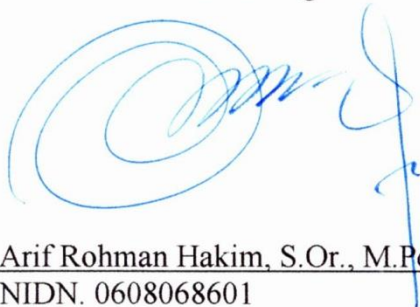
NIM : D0416043

Prodi : Pendidikan Jasmani

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

Surakarta, 26 Juli 2022

Pembimbing 1



Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd.
NIDN. 0608068601

Pembimbing 2



Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd
NIDN. 0604088702

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Bola Hidup dan Bola Mati Terhadap Akurasi Shooting pada Permainan Sepakbola Putra di SSB Matra FC Tahun 2021”, Karya :

Nama : Naraj Maharddika Irutama

NIM : D0416043

Prodi : Pendidikan Jasmani

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

Pada hari : Kamis

Tanggal : 04 Agustus 2022

Dewan Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Karlina Dwijayanti, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Untung Nugroho, S.Pd., K.Or., M.Or.

Anggota I : .Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd.

Anggota II : Agustanico Dwi Muryadi, S.Pd., M.Pd.

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

NIDK. 8800201019

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis didalam skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau kutipan dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau secara keseluruhannya. 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, 4 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



Naraj Maharddika Irutama

NIM. D0416043

MOTTO

Hidup ini bukan hanya tentang kamu sukses atau tidak, melainkan hidup ini harus juga bertujuan, bertujuan tentang apa kau hidup, bertujuan apa kau di kasih hidup

(Naraj Maharddika Irutama)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada

1. Ayah dan Ibu tercinta
2. Dosen PENJAS FKIP UTP
3. Rekan Seperjuangan
4. Almamaterku Pendidikan Jasmani 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 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. Winarti, M.Si. Selaku Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Dr. Joko Sulistyono. M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Arif Rohman Hakim, S.Or. M.Pd Selaku Kaprodi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Arif Rohman Hakim, S.Or. M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
5. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membimbing dan mengarahkan selama penyusunan skripsi ini.
6. Berbagai pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

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, Juli 2022

Naraj Maharddika Irutama

ABSTRAK

Naraj Maharddika Irutama. 2022. Perbedaan Pengaruh Latihan Bola Hidup dan Bola Mati Terhadap Akurasi *Shooting* pada Permainan Sepakbola Putra di SSB Matra FC Tahun 2021. Skripsi. Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan. Universitas Tunas Pembangunan. Pembimbing: I. Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd. II. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Pengaruh metode latihan tendangan bola mati terhadap akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola. (2) Pengaruh metode latihan tendangan bola hidup terhadap akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola. (3) Pengaruh yang lebih baik antara metode latihan tendangan bola mati dan tendangan bola hidup terhadap akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepak bola.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen sederhana dengan rancangan *two groups pretest-posttest design*. Lokasi penelitian berada di SSB Matra FC yang dilaksanakan pada tanggal 28 April sampai dengan tanggal 28 Juni 2021 sebanyak 16 kali pertemuan. Sampel pada penelitian ini adalah peserta didik di SSB Matra FC tahun 2021 dengan jumlah 30 atlet. Pengumpulan data dilakukan menggunakan petunjuk pelaksanaan tes kemampuan *shooting* bola dalam permainan sepakbola. Data yang telah didapatkan dianalisa menggunakan uji perbedaan dan uji t (*paired sample t test*) yang kemudian dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh antara latihan tendangan bola mati dan bola hidup terhadap akurasi tendangan ke gawang pada SSB Matra FC Tahun 2021 yang ditunjukkan dengan hasil uji t (*paired sample t test*) dengan kedua kelompok memiliki nilai $p\text{-value} < 0,05$ ($p\text{-value} = 0,000$). Pada tendangan bola mati diketahui memiliki peningkatan sebesar 52,14% dan pada metode tendangan bola hidup memiliki persentase peningkatan 32,62%. Diketahui bahwa tendangan bola mati memiliki pengaruh yang lebih baik dibandingkan tendangan bola hidup terhadap akurasi tendangan ke gawang yang ditunjukkan dari hasil uji t (*paired sample t test*) dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$.

Kata Kunci : Akurasi, *Shooting*, Sepakbola.

ABSTRACT

Naraj Maharddika Irutama, 2022. *Differences in the effect of Live and Dead Ball Exercises on shooting accuracy in men's Soccer Games at SSB MATRA FC in 2021. Thesis. Faculty Of Teacher Training and Education.*

Tunas Pembangunan University. Supervisor: I. Arif Rohman Hakim, S.Or., M.Pd. II. Agustanico Dwi Muryadi, M.Pd.

This study aims to determine: (1) The effect of the dead ball kick training method on the accuracy of kicks on goal in soccer games. (2) The effect of the live ball kick training method on the accuracy of kicks on goal in soccer games. (3) Better effect between dead ball kick and live ball kick training method on the accuracy of kicks on goal in soccer games.

This study uses a simple experimental research method was at SSB Matra FC which was held on April 28 to June 28, 2021 for 16 meetings. The sample in this study were students at SSB Matra FC in 2021 with a total of 30 athletes. Data collection was carried out using the instructions for implementing the ball shooting ability test in football game. The data that has been obtained were analyzed using the difference test and t test (paired sample t test) which was then poured in the form of a percentage.

The results showed that there was an influence between dead ball kick practice and live ball kicks on the accuracy of kicks on goal at SSB Matra FC in 2021 as indicated by the results of the t test (paired sample t test) with both groups having $p\text{-value} < 0.05$ ($p\text{-value} = 0.0000$). The dead ball kick is known to have an increase of 52.14% and the live ball kick method has an increase of 32.62%. It is known that dead ball kicks have a better effect than live ball kicks on the accuracy of kicks on goal as indicated by the results of the t test (paired sample t test) with $p\text{-value} = 0.000$.

Keywords : Accuracy, Shooting, Soccer

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGAJUAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO	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	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Teori	7
B. Penelitian Yang Relevan	30
C. Kerangka Pemikiran	30
D. Perumusan Hipotesis	32
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Tempat dan Waktu Penelitian	33
B. Rancangan Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel	34

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	35
E. Teknik Analisis Data	36
BAB IV. HASIL PENELITIAN.....	39
A. Deskripsi Data	39
B. Uji Persyaratan Analisis	41
C. Hasil Analisis Data	43
D. Pembahasan	45
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Implikasi	46
C. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Lapangan Sepakbola</i>	8
Gambar 2. <i>Bola</i>	9
Gambar 3. <i>Bendera Sudut</i>	9
Gambar 4. <i>Gawang</i>	10
Gambar 5. Skematis Kerangka Berfikir	30
Gambar 6. Desain Penelitian	33
Gambar 7. Pembagian Ordinal Pairing.....	34
Gambar 8. Diagram Lapangan Tes <i>Shooting</i> ke Gawang	36
Gambar 9. Histogram Data Tes Awal dan Akhir Kelompok Bola Mati dan Bola Hidup.....	40
Gambar 10. Penjelasan Penelitian yang akan Dilakukan	69
Gambar 11. Penjelasan Mengenai Tendangan Bola Mati dan Bola Hidup.....	69
Gambar 12. Tes Tendangan Bola Mati Dari Jarak 20 M	70
Gambar 13. Tes Tendangan Bola Hidup Dari Jarak 20 M.....	70
Gambar 14. Tes Tendangan Bola Mati Jarak 25m.....	71
Gambar 15. Tes Tendangan Bola Hidup Jarak 25m	71
Gambar 16. Pembuatan Sasaran <i>Shooting</i> Bola Mati dan Bola Hidup	72

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Tendangan Bola Mati	39
Tabel 2. Deskriptip Data Tendangan Bola Hidup	40
Tabel 3. Hasil Uji Normalitas.....	41
Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas	42
Tabel 5. Statistik Uji t pada <i>Pretest</i>	43
Tabel 6. Hasil Uji t Setelah Diberi <i>Post-test</i>	44
Table 7. Hasil Uji Perbedaan Presentase Peningkatan	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Penelitian Mahasiswa	50
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian	51
Lampiran 3 Petunjuk Pelaksanaan Tes Akurasi Ke Arah Gawang.....	52
Lampiran 4 Program Latihan Tendangan Bola Mati	54
Lampiran 5 Program Latihan Tendangan Bola Hidup.....	57
Lampiran 6 Hasil Pembagaian Kelompok	60
Lampiran 7 Hasil Tes Akhir.....	61
Lampiran 8 Hasil Tes Awal Tendangan Bola Mati	62
Lampiran 9 Hasil Tes Awal Tendangan Bola Hidup.....	63
Lampiran 10 Hasil Tes Awal Dan Akhir Tendangan Bola Mati	64
Lampiran 11 Hasil Tes Awal Dan Akhir Tendangan Bola Hidup.....	65
Lampiran 12 Uji Deskriptif Data	66
Lampiran 13 Dokumentasi Pelaksanaan Tes	69

