



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN PENALTI  
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG  
KAKI TERHADAP PENEMPATAN BOLA KE GAWANG  
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA  
USIA 15-16 TAHUN SSB PERSEMAN  
KARANGANYAR TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**MUHAMMAD DANANG RAMADHAN SAMNUR**

**D0218014**

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

**2022**

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN PENALTI  
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG  
KAKI TERHADAP PENEMPATAN BOLA KE GAWANG  
DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA  
USIA 15-16 TAHUN SSB PERSEMAN  
KARANGANYAR TAHUN 2022**

**OLEH:  
MUHAMMAD DANANG RAMADHAN SAMNUR  
D0218014**

**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**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Terhadap Penempatan Bola Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Danang Ramadhan Samnur

NIM : D0218014

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

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

Disetujui:

Pembimbing 1



**Dr. Joko Sulistyono, M.Pd**  
**NIDK. 8800201019**

Pembimbing 2



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

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Terhadap Penempatan Bola Ke Gawang Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022”, karya:

Nama : Muhammad Danang Ramadhan Samnur

NIM : D0218014

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 : Jumat

Tanggal : 22 Juli 2022

Dewan Penguji Skripsi:

	Nama Teranga	Tanda Tangan
Ketua	: Dr. Nuruddin Priya Budi S, M.Or	
Sekretaris	: Yudi Karisma Sari, S.Si, M.Or	
Anggota I	: Dr. Joko Sulistyono, M.Pd	
Anggota II	: Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or	

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan



## ABSTRAK

**Muhammad Danang Ramadhan Samnur.** PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN TENDANGAN PENALTI MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI TERHADAP PENEMPATAN BOLA KE GAWANG DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA USIA 15-16 TAHUN SSB PERSEMAN KARANGANYAR TAHUN 2022. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap penempatan bola ke gawang dalam permainan sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara latihan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap penempatan bola ke gawang dalam permainan sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet SSB Perseman Karanganyar dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil penempatan bola ke gawang dengan latihan kaki bagian dalam dan punggung kaki sebagai variabel bebas serta hasil penempatan bola ke gawang variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui penempatan bola ke gawang menggunakan tes penempatan bola ke gawang 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 yang signifikan antara latihan tendangan penalti menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap penempatan bola ke gawang dalam permainan sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu  $t_{hitung} = 3.036$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} = 2,145$  dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan penempatan bola ke gawang menggunakan kaki bagian dalam lebih baik pengaruhnya dari pada metode menggunakan punggung kaki terhadap penempatan bola ke gawang dalam permainan sepakbola Pada Siswa Usia 15-16 Tahun SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan penempatan bola ke gawang dalam permainan sepak bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan latihan menggunakan kaki bagian dalam) adalah 36.885% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat punggung kaki) adalah 25.191%.

*Kata kunci : Tendangan penalti, kaki bagian dalam, punggung kaki, penempatan bola, sepakbola.*

## **ABSTRACT**

**Muhammad Danang Ramadhan Samnur.** *DIFFERENT EFFECTS OF PENALTY KICK EXERCISE USING THE INSIDE OF THE FEET AND THE BACK OF THE FEET TOWARDS PLACING THE BALL INTO THE OBJECTIVE IN FOOTBALL GAMES IN STUDENTS AGED 15-16 YEARS OF SSB PERSEMAN KARANGANYAR, 2022. Thesis Pembangunan Pendidikan, Surakarta Pendidikan: 2022. Teacher Training Faculty.*

*The purpose of the study was to determine the difference in the effect of penalty kick training using the inside of the foot and the back of the foot on the placement of the ball into the goal in a soccer game for students aged 15-16 years at SSB Perseman Karanganyar in 2022, and if there is a difference, then to find out which is better between training and practice. penalty kicks using the inside of the foot and the back of the foot against the placement of the ball into the goal in a football game for students aged 15-16 years at SSB Perseman Karanganyar in 2022.*

*The research sample is the Athletes of SSB Perseman Karanganyar with a total of 30 students. Sampling using a purposive sampling technique. The variables of this study are the results of placing the ball into the goal with the inner leg and instep exercises as the independent variable and the results of placing the ball into the goal the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the placement of the ball into the goal uses a test of placing the ball into the goal using 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 is a significant difference in the effect of penalty kick training using the inside of the foot and the back of the foot on the placement of the ball into the goal in soccer games for students aged 15-16 years at SSB Perseman Karanganyar in 2022. This is proven from the results of the final test calculation for each group,  $t_{count} = 3,036$  is bigger than  $t_{table} = 2,145$  with a significance level of 5%. (2) The practice of placing the ball into the goal using the inside of the foot has a better effect than the method of using the back of the foot on the placement of the ball into the goal in a soccer game for students aged 15-16 years at SSB Perseman Karanganyar in 2022. Based on the percentage increase in placing the ball into the goal inside the soccer game showed that group 1 (the group that received the treatment with exercises using the inside of the foot) was 36.885% > group 2 the group that got the back of the foot) was 25.191%.*

**Keywords :** *Penalty kick, inside foot, instep foot, ball placement, soccer.*

## **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 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 Budiyo, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Keahlian Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd 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 SSB Perseman Karanganyar Tahun 2022 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, Juni 2022

M D R S

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
JUDUL .....	
.....	i
PENGAJUAN .....	
.....	ii
PERSETUJUAN .....	
.....	iii
PENGESAHAN .....	
.....	iv
ABSTRAK .....	
.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	
.....	v
MOTTO .....	
.....	vii
PERSEMBAHAN .....	
.....	viii
KATA PENGANTAR .....	
.....	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 .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. LANDASAN TEORI</b> .....	<b>10</b>
A. Tinjauan Pustaka.....	10
1. Hakikat Permainan Sepakbola .....	10
2. Hakikat Menendang Bola.....	14
3. Teknik Menendang.....	15
4. Macam-Macam Menendang.....	17
5. Tendangan Penalti dalam Sepakbola .....	22
6. Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam .....	22
7. Tendangan Penalti Menggunakan Punggung Kaki .....	25

B. Penelitian Yang Relevan .....	28
C. Kerangka Berpikir .....	31
D. Hipotesis.....	32
BAB III. METODE PENELITIAN .....	33
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	33
B. Metode Penelitian.....	33
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	35
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Teknik Analisis Data .....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	39
A. Deskripsi Data .....	39
B. Uji Reliabilitas .....	40
C. Pengujian Persyaratan Analisis .....	40
1. Uji Normalitas .....	41
2. Uji homogenitas.....	41
D. Hasil Analisis Data .....	42
1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan.....	42
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan .....	44
F. Pembahasan Hasil Analisis Data.....	47
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	50
A. Simpulan .....	50
B. Implikasi .....	50

C. Saran .....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	52
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	55

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Bagian Kaki Yang Digunakan Untuk Menendang.....	16
Gambar 2 Menendang Dengan Kaki Bagian Dalam.....	18
Gambar 3 Menendang Dengan Punggung Kaki .....	19
Gambar 4 Menendang Dengan Punggung Kaki Bagian Dalam .....	20
Gambar 5 Menendang Dengan Kaki Bagian Luar.....	21
Gambar 6 Letak Kaki Tumpu .....	23
Gambar 7 Kaki Yang Menendang Dengan Kaki Bagian Dalam .....	23
Gambar 8 Sikap Badan Saat Menendang Dengan Kaki Bagian Dalam .....	24
Gambar 9 Pandangan Mata Saat Menendang .....	24
Gambar 10 Bagian Bola Yang Ditendang Menggunakan Kaki Bagian Dalam .	25
Gambar 11 Letak Kaki Tumpu .....	26
Gambar 12 Bagian Kaki Yang Menendang Dengan Punggung Kaki.....	26
Gambar 13 Sikap Badan Saat Menendang Dengan Punggung Kaki .....	27
Gambar 14 Pandangan Mata Saat Menendang .....	27
Gambar 15 Bagian Bola Yang Ditendang Menggunakan Punggung Kaki.....	28
Gambar 16 Rancangan Penelitian .....	34

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1 Rincian jadwal penelitian .....	37
Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2 .....	39
Tabel 3 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal .....	40
Tabel 4 <i>Range</i> Reliabilitas .....	40
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data .....	41
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data .....	41
Tabel 7. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	42
Tabel 8. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1 .....	43
Tabel 9. Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2 .....	43
Tabel 10 Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2 .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Tes Penempatan Bola Ke Gawang dalam Permainan Sepakbola	55
Lampiran 2. Program Latihan Bola Ke Gawang dalam Permainan Sepakbola	57
Lampiran 3. Data Hasil Tes Penempatan Bola .....	72
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil Penempatan Bola .....	74
Lampiran 5. Pembagian Kelompok Treatment .....	75
Lampiran 6. Rekapitulasi Hasil Tes Pada Kelompok 1 dan 2.....	77
Lampiran 7. Menghitung Reliabilitas .....	80
Lampiran 8. Menghitung Perbedaan .....	86
Lampiran 9. Uji Normalitas Data.....	87
Lampiran 10. Uji Homogenitas .....	89
Lampiran 11. Menghitung Standart Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok ...	90
Lampiran 12. Menghitung Peningkatan Tes Kelompok 1 dan 2 .....	93
Lampiran 13. Tabel <i>Chi</i> -Kwadrat .....	94
Lampiran 14. Tabel Distribusi F .....	95
Lampiran 15. Tabel Nilai-Nilai T .....	100
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian.....	101



