



**PENGARUH METODE LATIHAN *SHOOTING* MENGGUNAKAN SASARAN
PADA GAWANG DAN *PASSING SHOOTING* TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET
PUTRA SSB R2 SOLO TAHUN 2021**

SKRIPSI

OLEH:

DIMAS AS ASE NUGROHO

D0217193

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

**PENGARUH METODE LATIHAN *SHOOTING* MENGGUNAKAN SASARAN
PADA GAWANG DAN *PASSING SHOOTING* TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET
PUTRA SSB R2 SOLO TAHUN 2021**

**OLEH:
DIMAS AS ASE NUGROHO
D0217193**

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**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Metode Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021”, karya:

Nama : Dimas As Ase Nugroho

NIM : D0217193

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 1



Agus supriyoko, S.Pd, M.Or
NIDN. 6160088003

Pembimbing 2



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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Metode Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021”, karya:

Nama : Dimas As Ase Nugroho

NIM : D0217193

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 : Kamis

Tanggal : 10 Februari 2022

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Drs. Herywansyah, M.Or

Sekretaris : Ronny Suryo Narbito, S.Pd,M.Or

Anggota I : Agus supriyoko, 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

Buatlah tujuan untuk hidup, kemudian gunakan segenap kekuatan untuk mencapainya, kamu akan berhasil.

(Ustman Bin Affan)

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:

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 Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Agus Supriyoko, 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 SSB R2 Solo 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

DAAN

ABSTRAK

Dimas As Ase Nugroho. **PENGARUH METODE LATIHAN SHOOTING MENGGUNAKAN SASARAN PADA GAWANG DAN PASSING SHOOTING TERHADAP KEMAMPUAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA ATLET PUTRA SSB R2 SOLO TAHUN 2021.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Desember 2021.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Pengaruh Metode Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Putra SSB R2 Solo dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Porpusive Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil keterampilan *shooting* dengan Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* sebagai variabel bebas serta hasil keterampilan *shooting* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui keterampilan *shooting* menggunakan tes keterampilan *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 Ada Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting* Menggunakan Sasaran Pada Gawang Dan *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.6653$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan *Shooting* menggunakan Sasaran Pada Gawang lebih baik pengaruhnya dari pada metode *Passing Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra SSB R2 Solo Tahun 2021. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *shooting* dalam bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan Menggunakan Sasaran Pada Gawang) adalah 31.250% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat *Passing Shooting*) adalah 30.000%.

Kata kunci : *SHOOTING*, GAWANG, *PASSING SHOOTING*, KEMAMPUAN, ATLET,PUTRA,SSB,R2

ABSTRACT

Dimas As Ase Nugroho. **THE INFLUENCE OF SHOOTING EXERCISE METHODS USING TARGETS ON OBJECTIVES AND PASSING SHOOTINGS ON SHOOTING ABILITY IN FOOTBALL GAMES IN SSB R2 SOLO PUTRA ATHLETES IN 2021.** Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Universitas Tunas Pembangunan, December 2021.

The purpose of the study was to determine the effect of the shooting practice method using goals on goal and passing shooting on shooting ability in soccer games for male athletes of SSB R2 Solo in 2021, and if there is a difference, then to find out which is better between shooting practice using targets on goal and passing. Shooting on Shooting Ability in Football Games for SSB R2 Solo Male Athletes in 2021.

The research sample is the Male Athletes of SSB R2 Solo with a total of 30 students. Sampling using the Purposive Sampling technique. The variables of this research are the results of shooting skills with shooting exercises using targets on the goal and passing shooting as the independent variable and the results of shooting skills are the dependent variable. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine shooting skills uses a shooting skills test using 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 difference in the effect of shooting practice using targets on goal and passing shooting on shooting ability in soccer games for SSB R2 Solo male athletes in 2021. This is evidenced by the results of the calculation of each final test. group, namely $t_{count} = 0.6653$ smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) Shooting practice using Target on the Goal has a better effect than the Passing Shooting method on Shooting Ability in Soccer Games for SSB R2 Solo Male Athletes in 2021. Based on the percentage increase in shooting ability on the ball in soccer games, group 1 (the group that receiving treatment with Training Using Goals on the Goal) is 31.250% > group 2 (the group that gets Passing Shooting) is 30.000%.

Key words : SHOOTING, OBJECTIVE, PASSING SHOOTING, ABILITY,

ATHLETE, MEN, SSB, R2

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
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	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Hakikat Permainan Sepakbola	8
2. Hakikat <i>Shooting</i> dalam Permainan Sepakbola	12
3. Hakikat Kemampuan <i>Shooting</i> Dalam Permainan Sepakbola	21
4. Hakikat Latihan <i>Shooting</i> Menggunakan Sasaran Pada Gawang	21
5. Hakikat Latihan <i>Passing Shooting</i>	24
6. Hakikat Latihan	26
7. Hakikat Kondisi Fisik	30

B. Penelitian Yang Relevan	33
C. Kerangka Berpikir	35
D. Pengajuan Hipotesis	37
BAB III. METODE PENELITIAN	39
A. Tempat dan Waktu Penelitian	39
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	39
C. Populasi Sampel	41
D. Pengumpulan Data	42
E. Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN	45
A. Deskripsi Data	45
B. Uji Reliabilitas	46
C. Pengujian Persyaratan Analisis	46
D. Hasil Analisis Data	48
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	50
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	56
A. Simpulan	56
B. Implikasi	56
C. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 1. Menendang Bola Kaki Bagian Dalam.....	14
2. Gambar 2. Punggung Kaki Penuh.....	15
3. Gambar 3. Menendang Bola Dengan Ujung Kaki	16
4. Gambar 4. Kaki Bagian Luar	17
5. Gambar 5. Latihan <i>Shooting</i> Menggunakan Sasaran Pada Gawang	24
6. Gambar.6 Ilustrasi Latihan <i>Shooting</i> ke Gawang dengan <i>Passing Shooting</i>	25
7. Gambar.7 Rancangan Penelitian	39
8. Gambar 8. Lapangan <i>Shooting</i> ke Gawang Sepakbola.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Deskripsi Data Hasil Tes kemampuan <i>shooting</i> dalam sepak bola pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	45
Tabel 2	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	46
Tabel 3	<i>Range</i> Kategori Reliabilitas	46
Tabel 4.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	47
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	47
Tabel 6.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	48
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	49
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	49
Tabel 9	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Ketepatan <i>shooting</i> dalam Permainan Sepakbola.....	53
Lampiran 2. Program Latihan <i>Shooting</i> dalam Permainan Sepakbola	55
Lampiran 3 Data Hasil Tes Shooting Bola	65
Lampiran 4 Rekapitulasi data hasil tes Kemampuan <i>Shooting</i>	72
Lampiran 5 Menghitung Reliabilitas dengan Anava	75
Lampiran 6 Tabel kerja untuk menghitung perbedaan Kemampuan <i>Shooting</i> ...	79
Lampiran 7 Uji Normalitas Data dengan Metode Lilliefors	80
Lampiran 8 Uji Homogenitas.....	82
Lampiran 9 Menghitung standar deviasi kuadrat pada tiap kelompok	83
Lampiran 10 Menghitung nilai peningkatan Kemampuan <i>Shooting</i> dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2.....	86
Lampiran 11 Tabel Nilai <i>r Product Moment</i>	87
Lampiran 12 Tabel Nilai-Nilai <i>Chi-Kwadrat</i>	88
Lampiran 13 Tabel F.....	89
Lampiran 14 Dokumentasi.....	92
Lampiran 15 Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian	

