



**PENGARUH LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN KURA-KURA
KAKI PENUH DAN LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN
KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP
TENDANGAN PINALTI PADA PERMAINAN
SEPAK BOLA ATLET PUTRA USIA 12-13
TAHUN SSB BINA PRATAMA
SRAGEN TAHUN
2020**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan

Oleh:

IHSAN RIFAI NADZARUDDIN

NIM : D0215055

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

**PENGARUH LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN KURA-KURA
KAKI PENUH DAN LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN
KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP
TENDANGAN PINALTI PADA PERMAINAN
SEPAK BOLA ATLET PUTRA USIA 12-13
TAHUN SSB BINA PRATAMA
SRAGEN TAHUN
2020**

Oleh:

Ihsan Rifai Nadzaruddin

NIM : D0215055

Skripsi

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA
2021**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "Pengaruh Latihan Menendang Bola Dengan Kura-Kura Kaki Penuh Dan Latihan Menendang Bola Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Terhadap Tendangan Pinalti Pada Permainan Sepakbola Atlet Putra Usia 12-13 Tahun SSB Bina Pratama Sragen Tahun 2020", karya

Nama : Ihsan Rifai Nadzaruddin

NIM : D 0215055

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Skripsi ini telah di setujui untuk di pertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Surakarta, 05 September 2020


Pembimbing I



Drs. Herywansyah, M.Or.

NIDN : 0622105801

Pembimbing II



Muh. Ikhwan Iskandar, S.Pd. M.Or.

NIDN : 0617027704

PERSETUJUAN PENGUJI SKRIPSI





Skripsi dengan judul "Pengaruh Latihan Menendang Bola Dengan Kura-Kura Kaki Penuh Dan Latihan Menendang Bola Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Terhadap Tendangan Pinalti Pada Permainan Sepakbola Atlet Putra Usia 12-13 Tahun SSB Bina Pratama Sragen Tahun 2020", karya

Nama : Ihsan Rifai Nadzaruddin
NIM : D 0215055
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Skripsi ini telah di pertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan.


Pada hari : Rabu
Tanggal : 3 february 2021

Dewan penguji skripsi:

| | Nama Terang | Tanda Tangan |
|------------|--------------------------------------|---|
| Ketua | : Dr. Shodiq Hutomono, M.Kes |  |
| Sekretaris | : Pipit Fitria Yulianto, S.Pd, M.Or. |  |
| Anggota I | : Drs. Herywansyah, M.Or. |  |
| Anggota II | : Muh. Ikhwan Iskandar, S.Pd, M.Or. |  |

Disahkan oleh
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tunas Pembangunan
CT Dekan,




Dr. Ir. Sapto Priyadi.M.P.
NIDN. 0608016101

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 cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau 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/sangsi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelsepakhanaan terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 21 Desember 2020

Yang membuat pernyataan



Ihsan Rifai Nadzaruddin

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

”Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatanmu itu. “

(QS. Al-Hujurat : 6).

Persembahan

Dalam limpahan rahmat dari Allah SWT, segala usaha dan doa dengan bangga kupersembahkan karya sederhana ini untuk:

1. Ibuku tercinta yang selalu memberikan doa terbaiknya untukku.
2. Kakak-kakakku tersayang yang selalu memberikan bimbingan, motivasi, dan pengorbanan yang begitu besar untuk diriku.
3. Keponakan-keponakanku tercinta yang selalu memberikan senyum keceriaan.
4. Sahabat dan teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk diriku. Semoga kebersamaan yang sudah kita lalui tetap terjalin meski kita sudah tidak bersama lagi.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena hanya sifat Rahman-Nya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Ada perasaan lega yang menyusup di hati penulis ketika menulis bagian akhir dari skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa perjuangan penulis bukanlah perjuangan penulis sendiri, akan tetapi karena bantuan dan dukungan berbagai pihak penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Prof. Dr.Ir Tresna Priyana Soemardi, SE., MS., Selaku Rektor Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Dr. Ir. Spto Priyadi, MP., Selaku CT Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan yang telah memberikan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Kodrad Budiyono, S.Pd., M.Or., Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
4. Drs. Herywansyah, M.Or. , Selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan dorongan dan bimbingan, petunjuk dan saran hingga skripsi ini dapat penulis selesaikan.
5. Muh. Ikhwan Iskandar, S.Pd. M.Or. Selaku pembimbing II atas segala kritik dan saran pada penulis.
6. Jajaran Pimpinan dan Pelatih SSB Bina Pratama Sragen
7. Peserta didik SSB Bina Pratama Sragen yang bersedia menjadi sampel penelitian.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan hingga selesainya penyusunan skripsi ini.

Semoga amal baik Bapak/Ibu semua yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini akan mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT akhirnya penulis berharap semoga hasil penelitian bermanfaat dan

menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang permainan sepak bola.

Surakarta, 21 Desember 2020

Peneliti
Ihsan Rifai Nadzaruddin

ABSTRAK

Ihsan Rifai Nadzaruddin . D0215055. 2020. **PENGARUH LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN KURA-KURA KAKI PENUH DAN LATIHAN MENENDANG BOLA DENGAN KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP TENDANGAN PINALTI PADA PERMAINAN SEPAK BOLA ATLET PUTRA USIA 12-13 TAHUN SSB BINA PRATAMA SRAGEN TAHUN 2020. SKRIPSI. SURAKARTA** Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) pengaruh latihan menendang bola dengan kura-kura kaki penuh dan menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam terhadap tendangan pinalti pada permainan sepak bola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen Tahun 2020, (2) manakah yang lebih baik antara latihan menendang bola dengan kura-kura kaki penuh dan latihan menendang bola dengan kura-kura kaki bagian dalam terhadap tendangan pinalti pada permainan sepak bola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen Tahun 2020.

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan teknik t-tes. Teknik t-tes digunakan dalam penelitian eksperimen yang hanya terdiri dari dua kelompok.

Dalam penelitian ini menghasilkan kesimpulan sebagai berikut : (1)

Data uji paired sampel t-test diperoleh nilai t-hitung sebesar 9,7045 untuk peserta latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh dan nilai t-hitung sebesar 7,810 untuk peserta latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam. Tingkat signifikan kesalahan 5% dan derajat frekuensi (df) adalah 9 maka diperoleh nilai t tabel 2,131. Hasil uji hipotesis menunjukkan t-hitung > t-tabel maka terlihat ada perbedaan hasil tes awal dan akhir pada kedua kelompok tersebut. Dengan demikian dapat dikatakan hipotesis pertama dapat diterima. (2) Latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam lebih baik apabila dibandingkandengan latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh terhadap hasil

tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020.

Hal ini dibuktikan dengan rata-rata nilai peserta yang mengikuti latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh sebesar 13,1 dan rata-rata nilai awalnya adalah 9,5 atau ada peningkatan sebesar 38 %. Sedangkan rata-rata nilai peserta yang mengikuti latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam sebesar 15,3 dan nilai rata-rata awalnya 9,2 atau ada peningkatan sebesar 66 %.

Kata Kunci : Kura-kura kaki penuh, kura-kura kaki bagian dalam, tendangan pinalti.

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-----------|
| SAMPUL | i |
| HALAMAN JUDUL | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| PERNYATAAN | v |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| ABSTRAK | ix |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 2 |
| C. Tujuan Penelitian | 3 |
| D. Manfaat Penelitian | 3 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 5 |
| A. Kerangka Teori | 5 |
| 1. Permainan Sepak Bola | 5 |
| 2. Konsep Latihan | 10 |
| 3. Menendang Bola dengan Kura-Kura Kaki Penuh | 14 |
| 4. Menendang Bola dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam | 17 |
| 5. Tendangan Pinalti | 19 |
| 6. Teori dari Psikologi | 20 |
| B. Penelitian Relevan | 21 |
| C. Kerangka Pikir | 22 |
| D. Hipotesis | 22 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 24 |
| A. Jenis dan Desain Penelitian | 24 |
| B. Variabel Penelitian..... | 25 |

| | |
|--|-----------|
| 1. Variabel Bebas (X) | 25 |
| 2. Variabel Terikat (Y)..... | 25 |
| C. Populasi, Sampel dan Teknik Penarikan Sampel..... | 25 |
| 1. Populasi..... | 25 |
| 2. Sampel | 25 |
| 3. Teknik Penarikan Sampel | 26 |
| D. Teknik Pengumpulan Data | 26 |
| E. Instrumen Penelitian | 27 |
| F. Prosedur Penelitian..... | 28 |
| 1. Metode Pengumpulan Data..... | 28 |
| 2. Teknik Pengambilan Data..... | 29 |
| G. Teknik Analisis Data | 30 |
| 1. Uji Reliabilitas | 31 |
| 2. Uji Prasyarat Analisis | 31 |
| 3. Analisis Perbedaan..... | 32 |
| H. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian | 32 |
| 1. Faktor Semangat | 33 |
| 2. Faktor Penggunaan Alat..... | 33 |
| 3. Faktor Pemberian Materi | 34 |
| 4. Faktor Kemampuan Sampel..... | 34 |
| 5. Faktor Kegiatan Sampel di Luar Penelitian..... | 34 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | 35 |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian | 35 |
| B. Uji Reliabilitas | 36 |
| C. Pengujian Prasyarat Analisis | 37 |
| 1. Uji Normalitas Data | 37 |
| 2. Uji Homogenitas | 39 |
| D. Pengujian Hipotesis | 40 |
| E. Pembahasan..... | 44 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 47 |
| A. Kesimpulan | 47 |

| | |
|----------------------|----|
| B. Saran | 47 |
| DAFTAR PUSTAKA | 49 |
| LAMPIRAN..... | 52 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|----------------|
| Tabel 1. : Pengaruh latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh dan latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap hasil tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020..... | 35 |
| Tabel 2. Range Kategori Reliablilitas | 36 |
| Tabel 3. Ringkasan hasil uji reliabilitas hasil tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020..... | 37 |
| Tabel 4. Ringkasan hasil uji normalitas pengaruh latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh dan latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap hasil tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020..... | 38 |
| Tabel 5. Ringkasan hasil uji homogenitas pengaruh latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh dan latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap hasil tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020 | 40 |
| Tabel 6. Ringkasan hasil uji perbedaan nilai peserta yang mengikuti latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki penuh dan nilai peserta yang mengikuti latihan menendang bola dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap hasil tendangan pinalti pada permainan sepakbola atlet putra usia 12-13 tahun SSB Bina Pratama Sragen tahun 2020 | 43 |

