



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA KAKI BAGIAN
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA ATLET PUTRA USIA 10–12 TAHUN SEKOLAH
SEPAKBOLA PANUNGGALAN GROBOGAN
TAHUN 2020**

SKRIPSI

OLEH:

FILDA ARISKA CAHYA NINGRUM

NIM : D.0216052

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

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA KAKI BAGIAN
DALAM DAN KAKI BAGIAN LUAR TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA ATLET PUTRA USIA 10–12 TAHUN SEKOLAH
SEPAKBOLA PANUNGGALAN GROBOGAN
TAHUN 2020**

**OLEH:
FILDA ARISKA CAHYA NINGRUM
NIM : D.0216052**

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**

2021

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020”

Nama : Filda Ariska Cahya Ningrum

NIM : D0216052

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Proposal ini telah disetujui Pembimbing Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta untuk dilanjutkan ketahap penelitian.

Surakarta, Oktober 2020

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Risa Agus Teguh W.S.Pd, M.Or
NIDN. 0606078702

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020”, karya :

Nama : Filda Ariska Cahya Ningrum

NIM : D0216052

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 : Kamis

Tanggal : 11 Februari 2021

Tim Penguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

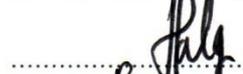
Ketua : Wisnu Mahardika, S.Pd, M.Or



Sekretaris : Eriek Satya Haprabu, S.Pd, M.Or



Anggota I : Bagus Kuncoro S.Pd, M.Or



Anggota II : Risa Agus Teguh W.S.Pd, M.Or



Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

CT Dekan,



MOTTO

Saat kamu merasa tidak ada orang di pihakmu, tenanglah. Masih ada Allah yang selalu bersamamu.

(Gus Baha)

Sehat itu mahal. Jadi syukuri terus ketika kamu sehat.

(Mukhlis)

Merendahlah serendah rendahnya, sampai tidak ada satu orangpun yang bisa merendahkanmu.

(Filda Ariska)

PERSEMBAHAN

Karya ini dipersembahkan kepada
Bapak Slamet R dan Ibu Casnurti tercinta
Saudara-saudaraku tercinta
Almamaterku PKO FKIP UTP 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 Ir. Sapto Priyadi, M.P Selaku CT 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. Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Risa Gus Teguh W, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020 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, Desember 2020

FAC

ABSTRAK

Filda Ariska Cahya Ningrum. 2020. Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta. Pembimbing I. Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or. Pembimbing II. Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Latihan Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam Dan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020.

Sampel penelitian adalah pada Pemain Putra Club SSB Panunggalan Grobogan dengan jumlah 30 Atlet. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Random Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil Kemampuan Menggiring Bola dengan Latihan 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 yang signifikan antara Latihan Menggunakan kaki bagian dalam dan Latihan Menggunakan kaki bagian luar Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0.5452$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan Menggunakan kaki bagian luar lebih baik pengaruhnya dari pada metode Menggunakan kaki bagian dalam Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola Pada Atlet Putra Usia 10–12 Tahun Sekolah Sepakbola Panunggalan Grobogan Tahun 2020. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan menggiring bola dalam permainan Sepak Bola menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Latihan Menggunakan kaki bagian luar) adalah 22.020% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat Menggunakan kaki bagian dalam) adalah 11.448%.

ABSTRACT

Filda Ariska Cahya Ningrum. 2020. *The Difference of the Influence of Training in Dribbling the Inner Foot and the Outer Foot on the Ability to Dribble in a Football Game for Male Athletes Aged 10-12 Years Old Grobogan Panunggalan Football School in 2020*. Thesis, Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University Surakarta. Advisor I. Bagus Kuncoro, S.Pd, M.Or. Advisor II. Risa Agus Teguh W, S.Pd, M.Or.

The research objective was to determine the difference in the effect of inner and outer foot dribbling training on the ability to dribble in soccer games for male athletes aged 10-12 years at the Grobogan Panunggalan Football School in 2020, and if there are differences, then to find out which one is better. Training of Inner Foot and Outer Foot Dribbling Against the Ability to Dribble in Football Games for Male Athletes Ages 10-12 Years Old Grobogan Panunggalan Football School in 2020.

The research sample was the male players Club SSB Panunggalan Grobogan with a total of 30 atlet. Sampling using Radom Sampling technique. The variables of this research are the results of the ability to dribble with the inner and outer foot dribbling exercise 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 data analysis, the conclusions are obtained: (1) There is a significant difference between exercise using the inner leg and exercise using the outer leg on the ability to dribble in soccer games for male athletes aged 10-12 years, Grobogan Panunggalan football school in 2020. Hal This is evidenced by the results of the calculation of the final test for each group, namely tcount = 0.5452 which is smaller than ttable = 2.145 with a significance level of 5%. (2) Exercise using the outer leg has a better effect than the method of using the inner foot on the ability to dribble in soccer games for male athletes aged 10-12 years, Panunggalan Grobogan Football School in 2020. Based on the percentage increase in the ability to dribble in soccer games shows that group 1 (the group treated with the exercise using the outer leg) was 22.020% > group 2 (the group that received the use of the inner leg) was 11.448%.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN PENGUJI SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	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	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. LANDASAN TEORI	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola.	8
a. Hakikat menggiring bola dalam permainan sepakbola.....	8
b. Kemampuan Menggiring Bola	11
c. Anatomi Gerak Tubuh Menggiring Bola.....	11
d. Analisa gerak Menggiring Bola	12
2. Latihan.....	14
a. Analisa gerak Menggiring Bola.....	14

b. Prinsip-Prinsip Latihan.....	15
3. Teknik Dasar Menggiring Bola.....	17
a. Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam	18
b. Menggiring Bola Dengan Punggung Kaki Bagian Luar ..	21
B. Penelitian Yang Relevan	23
C. Kerangka Berpikir	24
D. Hipotesis.....	26
BAB III. METODE PENELITIAN	27
A. Tempat dan Waktu Penelitian	27
B. Rancangan/Design Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel.....	29
D. Pengumpulan Data.....	30
E. Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN	33
A. Deskripsi Data	33
B. Uji Reliabilitas	34
C. Pengujian Persyaratan Analisis	34
D. Hasil Analisis Data	36
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	38
F. Pembahasan Hasil Analisi Data.....	40
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	43
A. Simpulan	43
B. Implikasi	43
C. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Menggiring Bola Kaki Bagian Dalam.....	21
Gambar 2. Menggiring Bola Punggung Kaki	22
Gambar 3. Rancangan Penelitian	28

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	33
Tabel 2	Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal	34
Tabel 3	<i>Range</i> Reliabilitas	34
Tabel 4.	Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data	35
Tabel 5.	Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data	35
Tabel 6.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2 ...	36
Tabel 7.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	36
Tabel 8.	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	37
Tabel 9	Rangkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Kemampuan Menggiring Bola.....	47
Lampiran 2. Program Latihan Kemampuan Menggiring Bola	49
Lampiran 3 Jabaran Program Latihan	53
Lampiran 4 Data hasil tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	64
Lampiran 5 Rekapitulasi data hasil tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	66
Lampiran 6 Rekapitulasi T-score tes awal dan tes akhir Menggiring Bola	67
Lampiran 7 Rekapitulasi hasil tes awal dan tes akhir pada tiap kelompok	71
Lampiran 8 Menghitung Reliabilitas dengan Anava	74
Lampiran 9 Tabel kerja untuk menghitung perbedaan peningkatan hasil Menggiring Bola	80
Lampiran 10 Uji Normalitas Data dengan Metode Lilliefors	81
Lampiran 11 Uji Homogenitas	83
Lampiran 12 Menghitung standar deviasi kuadrat pada tiap kelompok	84
Lampiran 13 Menghitung nilai peningkatan Menggiring Bola dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2.....	87

