

**PENGARUH LATIHAN *SHUTTLE RUN* TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA PADA SISWA SMK GOTONG ROYONG
KABUPATEN GORONTALO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam mengikuti Ujian Skripsi Pada
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan

OLEH:

**RAFIK TADJO
NIM :832 409 040**



**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

2016

**PENGARUH LATIHAN SHUTTLE RUN TERHADAP KEMAMPUAN
MENGGIRING BOLA PADA SISWA SMK GOTONG ROYONG
KABUPATEN GORONTALO**

SKRIPSI

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan dan Keolahragaan

OLEH:

**RAFIK TADJO
NIM :832 409 040**



**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN DAN KEOLAHHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
2016**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rafik Tadjo
NIM : 832 409 040
Prodi/Jurusan : S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Olahraga Dan Kesehatan
Judul Skripsi : "Pengaruh Latihan Suttle Run Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo"

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya, tidak berisi materi yang dipublikasikan atau tertulis oleh orang lain atau telah digunakan sebagai persyaratan penyelesaian studi di Perguruan Tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan. Apabila ternyata terbukti pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Gorontalo, Agustus 2016



NIM. 832 409 040

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

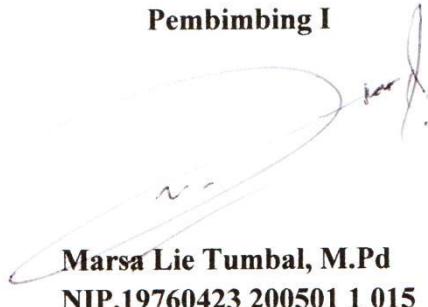
Skripsi yang berjudul "*Pengaruh Latihan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo*"

Oleh

**RAFIK TADJO
NIM. 832409040**

Telah diperiksa dan disetujui untuk di uji

Pembimbing I


Marsa Lie Tumbal, M.Pd
NIP.19760423 200501 1 015

Pembimbing II


Edy Dharma Putra Duhe, M.Pd
NIP.19810615 200812 1 001

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan kepelatihan Olahraga



Syarif Hidayat M. Or
NIP.197904032005011003

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "*Pengaruh Latihan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo*"

Oleh

RAFIK TADJO
NIM. 832409040

Telah diperiksa dan disetujui untuk di uji

Hari/tanggal : Jumat, 19 Agustus
Waktu : Pukul 14.00-15.00

PENGUJI

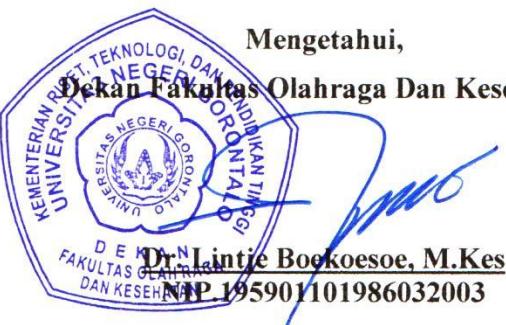
1. Drs. Ruskin, M.Pd
NIP.195712311986031026
2. Dra. Nurhayati Liputo, M.Pd
NIP.195709021982032001
3. Marsa Lie Tumbal, M.Pd
NIP.197604232005011015
4. Edy Dharma Putra Duhe, M.Pd
NIP.19810615 2008121001

(.....)
(.....)
(.....)
(.....)

Gorontalo, Agustus 2016

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan



ABSTRAK

Rafik Tadjo. 2016. Pengaruh Latihan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Teknik Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola pada siswa putra SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo. Skripsi, Jurusan Pendidikan Kependidikan Olahraga, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Marsa Lie Tumbal, S.Pd.M.Pd dan Pembimbing II Edy Darma Putra Duhe, S.Pd.M.Pd.

Tujuan penelitian untuk mengetahui apakah dengan menggunakan metode latihan *Shuttle Run* terdapat peningkatan teknik menggiring bola padasiswa SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo.

Untuk mengetahui data yang dibutuhkan sesuai kebutuhan peneliti, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data melalui *pre-test* dan *Pos-test*. Analisis data untuk mengetahui pengaruh metode latihan *Shuttle Run* diukur dengan pengujian normalitas, pengujian homogenitas data, uji statistik T, dan hipotesis statistik dengan menggunakan metode eksperimen.

Dalam penelitian ini didapatkan selisih rata-rata *pre-test* dan *post-test* adalah 13,45. Dari hasil tes variabel X_1 diperoleh skor rata-rata sebesar 8,75 median sebesar 4,66 modus sebesar 8,5 dan standar deviasi sebesar 2,88. Variabel X_2 diperoleh skor rata-rata sebesar 22,2 median sebesar 22 modus sebesar 21,9 dan standar deviasi sebesar 2,12. Uji normalitas data X_1 dan X_2 diperoleh χ^2_{hitung} lebih kecil dari χ^2_{daftar} atau ($0,771 < 5,99$) serta ($0,878 < 5,99$). Uji homogenitas data diperoleh χ^2_{hitung} lebih kecil dari χ^2_{daftar} atau ($1,84 < 3,84$). Uji hipotesis dengan menggunakan uji varians dua rata-rata dengan rumus (uji t) diperoleh harga t_{hitung} sebesar 21,05 t_{daftar} diperoleh harga sebesar 2,02.

Kata kunci : *Shuttle Run, Menggiring Bola*

ABSTRACT

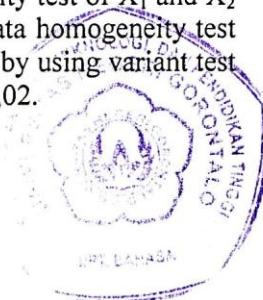
Rafik Tadjo. 2016. The Effect of Shuttle Run Exercise toward Dribbling Technique Skill in Soccer on Male Student of SMK Gotong Royong, Gorontalo District. Skripsi. Department of Sport and Physical Education, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Principal supervisor is Marsa Lie Tumbal, S.Pd, M.Pd and Co-supervisor is Edy Darma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd.

The research aims at discovering the use of shuttle run exercise method can either enhance the dribbling technique of SMK Gotong Royong students at Gorontalo District or not.

In order to find out the needed data, researcher applied pre-test and post-test as technique of data collection. Data analysis which is aimed at understanding the effect of shuttle run exercise method is measured by normality test, data homogeneity test, T statistical test and statistical hypothesis through experimental method.

The findings show that the average difference between pre-test and post-test is 13,45. From the result of X_1 variable test, it is obtained the mean is 8,75, median is 4,66, modus is 8,5 and deviation standard is 2,88. The result of X_2 variable, it is obtained the mean is 22,2, median is 22, modus is 21,9 and deviation standard is 2,12. Data normality test of X_1 and X_2 is X^2_{count} is smaller than X^2_{table} or ($0,771 < 5,99$) and ($0,878 < 5,99$). Data homogeneity test shows that X^2_{count} is smaller than X^2_{table} or ($1,84 < 3,84$). Hypothesis test by using variant test of two mean scores and t test pattern show that t_{count} is 21,05 and t_{table} is 2,02.

Keywords: *Shuttle Run, Dribbling*



MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Hidup ini tidak mudah, tapi tidak ada kesulitan yang tidak memiliki jalan keluar. Janganlah kita berfokus pada yang sulit, tapi pada yang harus kita lakukan dengan lebih baik dan segera.

(Mario Teguh)

**Jangan pernah mengeluh dengan kerasnya hidup,
hidup ini pilihan, tantangan dan cobaan takkan luput dari setiap
hari-hari yang kita lalui dalam mengejar setiap impian kita.
Kita harus bangkit walau berdiripun sudah susah karena setiap
rencana Tuhan selalu berakhiran baik.**

(R. Tadjo)

Rasa Kasih Sayang dan wujud baktiku kepada Mama Papaku “Emy Abe & Subardi Tadjo” yang dengan ikhlas bekerja keras, membimbing dan mendoakan keberhasilan studiku walau dengan segala kekurangan dan keterbatasan yang mereka miliki, sehingga aku mampu mengukir kehidupan ini dengan kesabaran, ketegaran dan keikhlasan. Semoga Allah SWT selalu melindungi Mereka dengan ridho, Rahmat dan hidayah nya Amiin YaRabb…

Adik-adiku tercinta : Riska Tadjo, Fajril Tadjo, dan Refan Tadjo

Ucapan terimakasih yang tak terhingga besarnya Buat Om dan Tante ku “ Hi. Irwan Mayang, SH & Hj. Siti Min Tadjo” yang selalu mendo’akan serta memberikan kontribusi moril maupun materil demi keberhasilan studiku. Semoga semua hal tersebut mendapatkan balasan yang tak terhingga pula dari Allah SWT..Aamiin

**ALMAMATERKU TERCINTA
UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO
TEMPATKU MENIMBAH ILMU**

KATA PENGANTAR

سُبْحَانَ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Segala puji dan syukur kepada sumber dari suara-suara hati yang bersifat mulia. Sumber ilmu pengetahuan, Sumber segala kebenaran, Sang maha cahaya, Penabur Cahaya Ilham, Pila nalar kebenaran, dan kebaikan yang terindah, Sang kekasih tercinta yang takterbatas pencahayaan cinta-Nya bagaimat Allah Azza wajala. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam yang telah memberikan serta menyampaikan ajaran Islam yang kini telah membawa cahaya bagi umat dan alam semesta.

Skripsi tentang **“Pengaruh Latihan Suttle Run terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa SMK Gotong Royong Kabupaten Gorontalo”** ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menempuh ujian sarjana di Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.

Dengan kemauan besar dan keteguhan hati, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Bimbingan, dukungan, dan motivasi dari orang tua, dosen, teman-teman, dan semua pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kesalahan, kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat dibutuhkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Dalam penelitian dan penyusunan skripsi, penulis banyak diperhadapkan dengan berbagai macam tantangan, kesulitan serta cobaan, namun berkat kesabaran, keikhlasan, ketulusan jiwa, kesabaran hati dan semangat perjuangan penulis serta bantuan dan bimbingan dari semua pihak terutama dosen pembimbing I Marsa Lie Tumbal, S.Pd.M.Pd, dan Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd selaku pembimbing II kesulitan dan berbagai macam persoalan dapat terselesaikan.

Oleh karena itu, berangkat dari ketulusan dengan hati yang merunduk maka pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ayah dan Ibu tercinta (Subardi Tadjo dan Emi Abe) dengan segala do'a, dukungan, dan keikhlasan yang tak henti-hentinya memberikan bantuan moril maupun materi pada penulis sehingga dapat menyelesaikan studi.
2. Bapak Marsa Lie Tumbal, S.Pd. M.Pd,dan Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd, M.Pd selaku pembimbing I dan II yang selalu memberikan bimbingan dan petunjuk sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. H. Syamsu Qamar Badu, M.Pd Selaku Rektor Universitas Negeri Gorontalo.
4. Ibu Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes selaku Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.
5. Bapak Syarif Hidayat, S.Pd.Kor. M.Or, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo dan Bapak Edy Dharma Putra Duhe, S.Pd. M.Pd selaku Sekretaris

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Universitas Negeri Gorontalo.

6. Seluruh Staf Pengajar dan Dosen Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan masukan selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Adik-adiku Riska Tadjo, Fajril Tadjo dan Refan Tadjoyang senantiasa memberikan motivasi dan dukungan.
8. Teman-teman Angkatan 2009 Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Negeri Gorontalo Nurdi, Hasrianto, Sofyan Ali, Tarson, Yahya, Hamsa, Sartika, Rizal, Sawal, Jesman. Saya ucapkan terima kasih atas bantuan serta kebersamaan selama ini.
9. Seluruh Aparat Desa, masyarakat, dan rekan-rekan mahasiswa KKS UNG Desa Mengkang Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow Induk, Maryam, Jul Kipli, Irma, Falun, dan Uyan. yang telah memberikan dukungan.
10. Rekan-rekan Mahasiswa PPL-2 UNG di sekolah SMA Negeri 1 Kwandang, Riski Lasandre, Hasrianto, Meli, dan Marwan.
11. Teman-teman KPMI-BANGKEP 09' Ilham Apiye, Galis, Algan, Risno, Ruslin, Iman, Akbal, Pihir, Iswanto D Amis, Ikla, Yuyun, Nunung, Kelfi, dan Masna dll yang tidak bisa disebutkan satupersatu.
12. Pengurus dan adik-adik paguyuan KPMI-BANGKEP Moh. Alwan Paras, Saryono Sahril, Hakim, Ivan Pindjaling, dll yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

13. Sepupuku Sri Wahyuni Mayang S.Pd, Hanoko, dan Rifandi, Dan Teman teman kontrakan Kamil, Moh.Zikri, Pandi, Dela, Intan, Mudin, Nopry, Ilda, Dan temanku Alfin Laisak Dan Yadi yang selalu memerikan motifasi dan bantuan dalam menyelesaikan studiku.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Demikian pengantar kata yang dapat kusampaikan semoga semuanya selalu dalam lindungan Allah SWT, serta besar harapanku semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin...

Gorontalo, Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
ABSTRAK	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian	5
BAB II : KAJIAN TEORITIS	6
2.1 Kajian Teoritis.....	6
2.1.1 Hakikat Latihan	6
2.1.2 Hakikat Suttle Run	7
2.1.3 Hakikat Latihan Teknik	8
2.1.4 Hakikat Sepak Bola.....	8
2.1.5 Hakikat Teknik Dasar Sepak Bola	10
2.1.6 Hakikat Kemampuan Menggiring Bola	11
2.2 Kerangka Berpikir	12
2.3 Hipotesis Penelitian.....	13
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN.....	14
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	14
3.2 Populasi dan Sampel	14
3.2.1 Populasi	14
3.2.2 Sampel.....	15
3.3 Metode Penelitian.....	15
3.4 Desain Penelitian.....	15
3.5 Variabel Penelitian	16
3.6 Depinisi Operasional	16
3.7 Instrumen Penelitian.....	17
3.8 Teknik Pengumpulan Data.....	19
3.9 Teknik Analisis Data.....	19
3.9.1 Pengujian Normalitas	19
3.9.2 Pengujian Homogenitas Data	20
3.9.3 Uji Statistik T	20

3.10 Hipotesis Statistik	21
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	22
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	22
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian Variabel X ₁	24
4.1.2 Deskripsi Hasil Penelitian Variabel X ₂	24
4.1.3 Pengujian Persyaratan Analisis	25
4.1.3.1 Pengujian Normalitas Data	25
4.1.3.2 Pengujian Homogenita Data	26
4.2 Pengujian Hipotesis.....	27
4.3 Pembahasan.....	28
4.4 Keterbatasan Penelitian	30
BAB V : PENUTUP	31
5.1 Kesimpulan	31
5.2 Saran.....	31

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

CURICULUM VITAE