

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN  
KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI TERHADAP  
KELINCAHAN MENGGIRING BOLA DALAM  
PERMAIANAN SEPAK BOLA PADA SISWA  
PUTERA SMP NEGERI 1 TELAGA**

*Skripsi*

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program*

*Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga*

**OLEH**

**AGUS UNO**

**NIM : 832 412 060**



**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALAO  
FAKULTAS OLARHAGA KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLARHAGA**

**2016**

## SURAT KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Agus Uno  
Nim : 832 412 060  
Fakultas : Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Perbedaan Pengaruh latihan menggunakan kaki bagian dan punggung kaki terhadap kelincahan menggiring bola dalam permainan sepak bola Siswa Putera Kelas VIII SMP Negeri I Telaga", merupakan skripsi sendiri dan bukan merupakan karya orang lain sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan dan referensi yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila ternyata pernyataan ini tidak benar atau terbukti melakukan plagiat, saya bersedia menerima sanksi akademik.

Gorontalo, Oktober 2016



Agus Uno  
Nim. 832 412 043

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA  
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI  
TERHADAP KELINCAHAN MENGGIRING BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA PUTRA KELAS VIII SMP  
NEGERI 1 TELAGA**

Oleh

Agus Uno  
NIM. 832412060

Telah Dipriksa dan Disetujui Untuk Diuji

PEMBIMBING I



Drs. Ruskin, M.Pd  
NIP. 19571231 198603 1 026

PEMBIMBING II



Syarif Hidayat, S.Pd.kor M.or  
NIP. 1979040320051003

Mengetahui,

Ketua Jurusan - S1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Universitas Negeri Gorontalo



Syarif Hidayat, S.Pd.kor M.or  
NIP. 1979040320051003

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI

PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN MENGGIRING BOLA  
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DAN PUNGGUNG KAKI  
TERHADAP KELINCAHAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN  
SEPAK BOLA PADA SISWA PUTERA SMP NEGERI 1 TELAGA

Oleh:




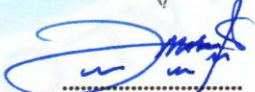
AGUS UNO

832 412 060

Telah dipertahankan di depan dewan penguji, pada:

Hari/Tanggal : Kamis, 27 Oktober 2016

Pukul : 08.00 WITA - Selesai

No.	Nama penguji	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Drs. Ruskin, M.pd</u> NIP. 19571231 198603 1 026		1/11 2016
2.	<u>Syarif Hidayat, S. Pdkor, M.Or</u> NIP. 19790403 200501 1 003		3/11 2016
3.	<u>Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M. Pd</u> NIP. 19570902 198203 2 001		3/11 2016
4.	<u>Marsa Lie Tumbal, S.pd, M.pd</u> NIP. 19760423 200501 1 015		7/11 2016

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Hj. Lantje Boekoesoe, M. Kes  
NIP. 1959010 198603 2 003

## **MOTO**

*Di persimpangan jalan banyak alur yang akan kita lalui. Setiap tahap ada jurang yang berusaha menarik ke bawah, ada saat putting beliung mengangkat ke atas. Artinya semua kehidupan pasti bertemu luka, deraian air mata, kepedihan, kebahagiaan, celaan. Namun, semua itu dapat terlewati jika kita hadapi dengan tabah dan penuh keikhlasan, karena dengan ketabahan dan keikhlasan akan memberikan kunci kenikmatan dari segala kenikmatan kehidupan dunia ini.*

## **PERSEMBAHAN**

Yang Utama Dari Segalanya...

Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.

“Skripsi ini saya persembahkan kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi”

“kupersembahkan karya ini sebagai dharma baktiku kepada kedua orang tuaku tercinta (Abdulah Uno dan hadijah Hulawa). Kepada ibuku yang telah bersusah payah mengandungku Sembilan bulan lamanya, merawatku dengan penuh kasih sayang, dan mendoakanku dalam setiap sujudnya. Terima kasih atas segalanya untuk papa yang telah menafkahi, dengan tabah membiayai studiku. Tiada hadiah terindah selain ucapan terima kasih atas karya ini. Semoga dengan karya ini, hati, dan penderitaan mama dan papa selama ini dapat terobati.

6

**ALMAMATERKU TERCINTA**

**TEMPATKU MENIMBA ILMU**

**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO**

## ABSTRAK

**Agus Uno , Nim 832 412 060, 2016** “Perbedaan Pengaruh Latihan menggiring bola menggunakan *kaki bagian dalam dan punggung kaki terhadap kelincahan menggiring bola* dalam permainan sepak bola pada siswa putera kelas VIII smp negeri 1 Telaga”. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Drs. Ruskin,M.Pd, dan pembimbing II Syarif Hidayat,S.Pdkor, M.Or

Adapun yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini yaitu Apakah terdapat Perbedaan latihan *menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam dan punggung kaki* terhadap *kelincahan* menggiring bola pada siswa putera kelas VIII SMP Negeri 1 Telaga.

Tujuan dari penelitian ini adalah unt Untuk Mengetahui latihan memgiring bola menggunakan kaki bagian dalam terhadap kelincahan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada Siswa Putra kelas VIII Smp Negeri 1 Telaga tahun 2016.Untuk Mengetahui pengaruh latihan menggiring bola menggunakan punggung kaki rterhadap kelincahan menggiring bola dalam sepak bola pada Siswa putra kelas VIII Smp Negeri 1 Telaga tahun 2016. Untuk Mengetahui mana yang lebih baik antara latihan menggunakan kaki Bagian dalam dengan latihan menggunakan punggung kaki terhadap Kelincahan menggiring bola dalam sepakbola pada siswa putra kelas VIII smp negeri 1 telaga tahun yang berjumlah 122 dengan semua berjenis kelamin laki-laki

Sadangkan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* dengan keseluruhan berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 20 orang siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen *two group pre tets -post test design*. Jika menggunakan penelitian eksperimen *two group* .Berdasarkan Hasil pengujian diperoleh  $t_{hitung} = 1.94$ . Nilai  $t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0.05$ ; dk  $n_1 + n_2 - 2 = 18$  diperoleh harga sebesar 1.83. dengan demikian  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $t_{hitung} = 1.94 > t_{tabel} = 1.83$ ). berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak  $H_0$  : jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , oleh karena itu hipotesis alternative atau  $H_a$  dapat diterima, sehingga dapat di nyatakan terdapat perbedaan pengaruh antara menggiring bola dengan punggung kaki dan latihan menggiring bola kaki bagian dalam terhadap kelincahan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa klasVII SMP Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

**Kata kunci :** Perbedaan pengaruh Latihan *menggiring bola dengan kaki dalam dan punggung kaki* terhadap *kelincahan menggiring bola*, penelitian eksperimen *two group pre tets -post test desiGN*

## ABSTRACT

differences in the effects of exercise on legs dribble inside and instep towards agility ushered in a football game on a student son class egiht smp state 1 Gorontalo sport coaching education courses, the faculty of sport and health state university Gorontalo.

mentor one Ruskin, M.Pd supervisor 2. Syarif Hidayat, S. Pdkor, M.or.

---

As for being problem this research is the ability of students Smp state 1 Telaga when dribbling is not good enough, especially agility at the time led to propose the issue of whether there is a difference dribble exercise using the foot inside and instep the agility leads to male student class eight Smp state 1 Telaga

The purpose of this study was to determine dribble exercise using the foot part in the agility dribble to determine the effect of exercise using the instep dribble against agility in football on a male student class eight Smp state 1 telaga.

to find out which one is better between the inner leg exercises using the exercise using the instep of the agility in football dribbling on student grade son egiht Smp satete 1 Telaga totaling 122 with all the male sex, whereas the sampling technique used random sampling techniques with the overall sex male of 20 people.

the method used in this study is penelit the method used in this study is an experimental research Two group Pree Test – Post test design if using experimental research based on research results obtained testing in t hitung = 1,94. Nilai t table on  $\alpha = 0,05$ ; dk  $n_1 + n_2 = 18$  obtained by 1,83. Thus t is greater than t hitiung > t table ( t hitung = 1,94 > t table= 1,83 of Based on testing criteria that tolah  $h_0 : t \text{ hitung} > t \text{ table}$  herefore alternatf hypothesis or  $h_a$  so it can be in

the state there is a difference between the effects of the dribble with his back legs and feet inside the agility ushered in a football game in class eight Smp state 1 Telaga district of Gorontalo.

keywords : differences influence training dribble foot instep inside with the agility of a dribble, experimental research



## KATA PENGANTAR

Puji syukur tak henti-hentinya penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang selalu memberikan hidayah dan inayah yang di kehendaki-Nya.

Berkat pertolongan serta petunjuknya pula sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, yang berjudul “Perbedaan Penaruh latihan Menggiring Menggunakan Kaki bagian dalam dan Punggung Kaki terhadap Kelincahan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola FOK-UNG”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan akademik guna menempuh ujian sarjana dalam menyelesaikan pendidikan program strata 1 pada Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga (PKO) Universitas Negeri Gorontalo.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan-hambatan yang dihadapi dan ditemui, namun berkat Ridho Allah SWT serta usaha dan bimbingan yang diperoleh baik secara langsung maupun tidak langsung dari berbagai pihak terutama dosen pembimbing maka Alhamdulillah segala hambatan dan kesulitan dapat teratasi dengan tepat waktu.

Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati serta keikhlasan yang tulus maka perkenankanlah penulis menyampaikan penghargaan serta ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Syamsu Qomar Badu, M.Pd selaku rektor Universitas Negeri Gorontalo, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melanjutkan studi di Universitas Negeri Gorontalo.
2. Prof. Dr. Ir. Mahludin H. Baruadi, Edward Wolok, ST, MT, Dr. Fence Wantu, SH, MH, Prof. Dr. H. Hasanudin Fatsah, M. Hum selaku wakil rektor I, II, III, IV Universitas Negeri Gorontalo.
3. Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes selaku Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan
4. Risna Podungge, S.Pd, M.Pd selaku Pembantu Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan
5. Dr. Zuhriana K Yusuf, M.Kes selaku Pembantu Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan
6. Ruslan, S.Pd, M.Pd selaku Pembantu Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan
7. Syarif Hidayat, S.Pdkor, M.Or selaku Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Olahraga dan Kesehatan
8. Pembimbing I ( Drs. Ruskin, M.Pd ) dan Pembimbing II (Syarif Hidayat, S.Pdkor, M.Or) yang telah memberikan petunjuk dan bimbingan dengan



tulus dan ikhlas dalam menyelesaikan skripsi ini

9. Seluruh staf dosen dan tata usaha Pendidikan Kepeleatihan Olahraga yang telah memberikan masukan selama penulis mengikuti perkuliahan
10. Kepala sekolah Smp negeri 1 Telaga ( Oca Polontalo S.pd ) yang telah mengijinkan kami melakukan penelitian di sekolah tersebut.
11. Guru pamong (Yunus Adam S.pd dan Ajwar adam S.pd ) yang telah membantu kami dalm melakukan penelitian ini.
12. Kedua orang tua saya ( Ayah Abdulah Uno & Ibu Hadijah Hulawa ) yang selalu membantu baik secara moril maupun materi, serta selalu memberikan motifasi, dorongan dan doa yang tiada habisnya untuk menyelesaikan studi saya.
13. Teman-teman KKS ( Relin, Dian, Cicin, nita, desi, lini, isna, kadek, sabran, alim, risfi, kordes, aris)
14. Sahabat-sahabat satu Jurusan Kepeleatihan Olahraga ( Sebhira Tahia, Herdiyanto Karim, Nanang, Melvin, Aan, Nazir, Amidin, dan Ni Kadek Sumarni ) yang senantiasa ikut membantu dalam menyelesaikan studiku
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutka satu persatu yang telah banyak membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan studiku

Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan dan peningkatan ilmu pengetahuan dan semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa tetap melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya. Amin.....

Gorontalo, oktober 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>Kata Pengantar</b> .....	i
<b>Abstrak</b> .....	ii
<b>Moto</b> .....	iv
<b>Daftar Isi</b> .....	v
<b>Daftar tabel</b> .....	vii
<b>Daftar gambar</b> .....	viii
<b>Daftar lampiran</b> .....	ix

### Lampiran

## BAB I

### PENDAHULUAAAN

1.1 Latar belakang penelitian.....	1
1.2 Identifikasi masalah .....	2
1.3 Rumusan masalah .....	3
1.4 Tujuan penelitian .....	3
1.5 Manfaat penelitian .....	4

## BAB II

### KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS

2.1 Kajian teori .....	5
2.1.1 Kajian teori .....	5
2.1.2 Keterampilan dasar menggiring.....	6
2.1.3 Keterampilan dasar menggiring bola dengan punggung kaki..	8
2.1.4 Keterampilan dasar menggiring bola dengan kaki dalam.....	9
2.1.5 Hakekat Latihan menggiring dengan kaki bagian dalam .....	10
2.1.6 Latihan menggiring dengan punggung kaki .....	10

2.1.7 Hakekat kelincahan.....	10
2.2 Kerangka Berfikir .....	11
2.3 Hipotesis .....	11

### **BAB III**

#### **METEDOLOGI PENELITIAN**

3.1 Tempat dan waktu penelitian.....	12
3.1.1 Tempat .....	12
3.1.2 Waktu.....	12
3.2 Desain penelitian .....	12
3.3 Variabel penelitian.....	13
3.4 Definisi operasional variabel .....	13
3.5 Populasi dan sampel .....	13
3.5.1 Populasi .....	13
3.5.2 Sampel .....	13
3.6 Tehnik pengumpulan data .....	14
3.7 Tehnik analisis data .....	16
3.8 Hipotesis statistik.....	19

### **BAB IV**

#### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Deskripsi hasil penelitian.....	20
4.1.1 Analisis dan uji statistik deskripsi kelompok menggiring bola dengan punggung kaki .....	20

4.1.2 Analisis dan uji statistik deskripsi kelompok menggiring bola dengan kaki bagian dalam .....	36
4.2 Pembahasan .....	57
<b>BAB V</b>	
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	60
5.2 Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>DOKUMENTASI .....</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1</b> Data kelincahan kelompok menggiring dengan punggung kaki latihan	21
<b>Tabel 2</b> Daftar Distribusi Frekuensi Variabel $X_{1.1}$ .....	22
<b>Tabel 3</b> Besaran statistik Data <i>PreTest</i> .....	24
<b>Tabel 4</b> Daftar perhitungan <i>Varians</i> dan <i>Standar deviasi</i> $X_{1.1}$ .....	25
<b>Tabel 5</b> Besaran statistik Data <i>Posttes</i> .....	27
<b>Tabel 5</b> Daftar perhitungan <i>Varians</i> dan <i>Standar deviasi</i> $X_{1.2}$ .....	28
<b>Tabel 6</b> Uji Normalitas Data <i>pretest menggiring dengan punggung kaki..</i> $X_{1.1}$ ..	30
<b>Tabel 7</b> Uji normalitas Data <i>posttes menggiring dengan punggung kaki ..</i> $X_{1.2}$ ..	32
<b>Tabel 8</b> Perhitungan Uji Statistik latihan menggiring dengan <i>punggung kaki</i> $X_{1.2}$ .....	35
<b>Tabel 9</b> Data kelincahan kelompok menggiring dengan kaki dalam $X_2$ ....	37
<b>Tabel 10</b> Daftar Distribusi frekuensi Variabel $X_1$ .....	38
<b>Tabel 11</b> Besaran Statistik Data <i>Pretest</i> .....	39
<b>Tabel 12</b> Daftar perhitungan <i>Varians</i> dan <i>Standar deviasi</i> $X_2$ .....	40
<b>Tabel 13</b> Besaran statistik Data <i>Posttest</i> .....	42
<b>Tabel 14</b> Daftar perhitungan <i>Varians</i> dan <i>Standar deviasi</i> $X_{2.2}$ .....	43
<b>Tabel 15</b> Uji Normalitas Data <i>pretest menggiring dengan kaki dalam</i> $X_2$ .....	45
<b>Tabel 16</b> Uji normalitas Data <i>posttes menggiring dengan kaki dalam</i> $X_{2.2}$ .....	47
<b>Tabel 17</b> Perhitungan Uji Statistik latihan menggiring dengan <i>kaki dalam</i> .....	50
<b>Tabel 17</b> Perhitungan Besaran Statistik dari kemampuan menggiring bola.....	53

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1</b>	Data hasil penelitian menggiring dengan punggung kaki.....	22
<b>Gambar 2</b>	penerimaan ho kelompok latihan dengan punggung kaki .....	36
<b>Gambar 3</b>	Data hasil penelitian menggiring dengan kaki dalam.....	38
<b>Gambar 4</b>	penerimaan ho kelompok latihan dengan punggung kaki .....	51
<b>Gambar 5</b>	Histogram Besaran Gain Skor latihan menggiring .....	53
<b>Gambar 6</b>	histgran gain skor punggung kaki.....	54
<b>Gambar7</b>	kurva penolakan kelompok latihan menggiring bola dengan kaki dalam	

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 .....  
Lampiran 2 .....  
Lampiran 3 .....