

**PENGARUH METODE LATIHAN MENENDANG BOLA MENGGUNAKAN  
KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KETEPATAN TENDANGAN  
PENALTI PADA TIM SEPAK BOLA SMA  
MUHAMMADIYAH BATUDAA**  
(Studi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa)

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan di Universitas Negeri Gorontalo*

**Oleh**

**AMIDIN H IBRAHIM  
NIM : 832 412044**



**UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
2017**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi yang disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Gorontalo, merupakan karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya dengan jelas sesuai norma, kaidah, etika penulisan ilmiah, dan buku penulisan karya ilmiah Universitas Negeri Gorontalo.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau bagian skripsi ini bukan hasil karya sendiri atau terdapat plagiat dalam bagian-bagian tertentu, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi lainnya sesuai peraturan undang-undang yang berlaku.

Gorontalo, Desember 2017

Ag Menyatakan

  
Idin Hi. Ibrahim  
Nim : 832 412044

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI**

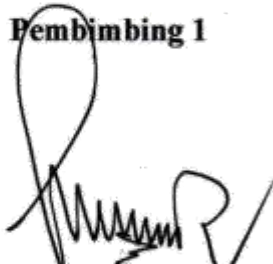
**PENGARUH METODE LATIHAN MENENDANG BOLA  
MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KETEPATAN  
TENDANGAN PENALTI PADA TIM SEPAK BOLA SMA  
MUHAMMADIYAH BATUDAA**  
(Studi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa)

Oleh

**NAMA : AMIDIN H. IBRAHIM**  
**NIM : 832 412044**

Telah di periksa dan di setujui ntuk diuji

Pembimbing 1



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

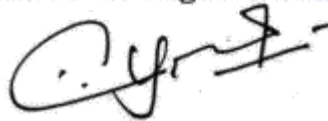
Pembimbing 2



Dra. Hj. Nurhayati Niputo, M.Pd  
NIP : 19570902 198203 2 001

Mengetahui:

**Ketua Jurusan Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Fakultas Olahraga Dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo**



Syarif Hidayat, S.Pd KOr, M.Or  
Nip: 19790403 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH METODE LATIHAN MENENDANG BOLA MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM TERHADAP KETEPATAN TENDANGAN PENALTI PADA TIM SEPAK BOLA SMA MUHAMMADIYAH BATUDAA (Studi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa)**

Oleh :

Nama : AMIDIN H. IBRAHIM  
Nim : 832 412044

Telah di pertahankan didepan penguji.

Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Edy Dharma Putra Duhe, M.Pd</u> Nip: 198106152008121001	1. 	Tgl. 26/12/17
2. <u>Dr. Hartono Hadjarati, M.Pd</u> Nip: 197408262003121002	2. 	Tgl. 27/12/17
3. <u>Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.Pd</u> NIP : 19570902 1982032001	3. 	Tgl. 25/12/17
4. <u>Drs. Ruskin, M.Pd</u> NIP : 195712311986031026	4. 	Tgl. 25/12/17

Terdapat di :  
Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo

  
Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes  
Nip: 195901101986032003

## **MOTO DAN PERSEMBAHAN**

*“Sesungguhnya dalam penciptanya langit dan bumi serta silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda – tanda kekuasaan Allah bagi orang – orang yang berfikir ( belajar )” (QS. Ali Imran: 190).*

*“Hai Saudara-saudaraku, sesungguhnya jika ada (sesuatu perbuatan) seberat biji sawi,*

*dan berada dalam batu atau di langit atau di dalam bumi, niscaya Allah akan*

*mendatangkannya(membalasinya). Sesungguhnya Allah Maha Pengasih lagi Maha*

*Mengetahui. (Luqman berkata)*

### **KUPERSEMBAHKAN UNTUK :**

**Allah SWT Yang telah memberikan rahmat kepadaku dan Rasulullah Saw yang telah membawa umat-Nya dari alam yang gelap menuju alam yang terang menderang seperi saat ini**

*Ayahanda Hi. Ibrahim & Ibu Hj. Siti Nuriha Tercinta yang telah mendidik dan membesarkan dengan kesabaran, kasih sayang, dan keikhlasan serta membantuku sehingga aku menjadi seperti ini., , Serta keluarga besar yang selalu memberikan nasehat dan motivasi sampai saat ini.*

*Almamaterku Tercinta Tempat Aku Meninmbah Ilmu*

*Universitas Negri Gorontalo*

*2017*

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikumWr. Wb.*

Alhamdulillah, 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 “*Pengaruh metode latihan menendang bola menggunakan kaki bagian dalam terhadap ketepatan tendangan penalti pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa ( Stdi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah )*”.

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 terimakasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Syamsu Qamar 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, M.P, Supardi Nani, SE, M.S.i Dr. Fence M Wantu, SH, MH, Prof. Dr. H. Hasanudin Fatsah, M. Hum selaku wakil rektor I, II, III, Dan 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, dr. Zuhriana K Yusuf, M.Kes selaku Wakil Dekan II Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Ruslan, S.Pd M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
5. Syarif Hidayat, S.PdKor M.Or selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan dan Edi Darma Putra Duhe, M.pd selaku Sekertaris Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Olahraga Dan Kesehatan.
6. Selaku Pembimbing I Drs.Ruskin,M.Pd dan Pembimbing II Dra. Hj. Nurhayati Liputo, M.pd yang telah memberikan petunjuk dan bimbingan dengan tulus dan ikhlas dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh staf dosen dan tata usaha Pendidikan Keperawatan Olahraga yang telah memberikan masukan selama penulis mengikuti perkuliahan
8. Kepala sekolah SMA Muhammadiyah Batudaa Titrun T.ASE,S.Pd M.Si dan guru mitra Muhammad Ali S.Pd serta adik-adik putera siswa SMA Muhammadiyah Batudaa Kab. Gorontalo yang turut membantu dalam menyelesaikan penelitian
9. Seluruh guru dan staf tata usaha yang ada dilingkungan SMA Muhammadiyah Batudaa Kab. Gorontalo, terimakasih atas bantuan sarana dan prasarana yang diberikan kepada peneliti selama proses penelitian
10. Kedua orang tua saya ( Ayah Hi. Ibrahim & Ibu Hj. Siti Nuriha ) yang selalu membantu baik secara moril maupun materil, serta selalu memberikan motifasi, dorongan dan Do'a yang tiada habisnya untuk menyelesaikan studi saya

11. Keluarga dan sahabat-sahabat saya (Kak Alfin, Rudin, Usman, Adik Fiany, Asril) dan teman-teman yang z tidak bisa sebutkan satu-persatu yang senantiasa ikut mendoakan, membantu dan memberi motivasi kepada saya dalam menyelesaikan studiku
12. Sahabat-sahabat seangkatan yaitu Rolan Ibrahim, Soni Harsono, Jakir, Aan, dan lain-lain yang senantiasa ikut membantu dalam menyelesaikan studiku
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan studikku

Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan dan peningkatan ilmu kita dan semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa tetap melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Amin.....

Gorontalo, Desember 2017

Penulis



## ABSTRAK

**AMIDIN H. IBRAHIM, Nim:832412044 Pengaruh Metode Latihan Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Terhadap Ketepatan Tendangan Penalti Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa (Studi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa)**

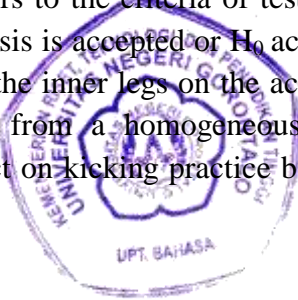
Penelitian ini merupakan studi Eksperimen di SMA Muhammadiyah Batudaa di Kab. Gorontalo, yang mengkaji tentang Pengaruh Latihan Metode Menendang Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam Terhadap Ketepatan Tendangan Penalti Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa (*Studi Eksperimen Pada Tim Sepak Bola SMA Muhammadiyah Batudaa*). Dalam penelitian ini objek penelitian Tim Sepak bola (Studi eksperimen tim sepak bola SMA Muhammadiyah Batudaa). Dengan desain penelitian yang digunakan *desain pre test* dan *post tes*. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 27 orang, dimana penentuan jumlah sampel menggunakan teknik *random sampling*. Hasil penelitian ini: setelah di hitung rata-rata kemampuan dalam ketepatan menendang penalti *pre test* diperoleh 50,93 dengan standar deviasi 11,45 sedangkan *post tes* diperoleh 54,07 dengan standar deviasi sebesar 10,19. Dan untuk pengujian normalitas data dengan  $\alpha=0,05$  menunjukkan  $L_{hitung}= 0,272$  sedangkan  $L_{tabel}= 0,322$  pada kriteria pengujian menyatakan bahwa  $L_{hitung} \leq L_{tabel}$ . Maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan melakukan tendangan penalti terdistribusi normal. Berdasarkan pengujian homogenitas diperoleh  $F_{hitung}=1,12$  sedangkan  $F_{tabel}=3,27$ . Selanjutnya mengacu pada kriteria pengujian menyatakan bahwa jika  $F_{hitung} \leq F_{tabel}$  data homogen maka Hipotesis di terima atau  $H_0$  diterima. Dengan demikian bahwa data pengaruh latihan menendang menggunakan kaki bagian dalam terhadap ketepatan tendangan penalti memiliki kesamaan varians atau berasal dari populasi yang homogen. Jadi dapat disimpulkan terdapat pengaruh terhadap latihan menendang menggunakan kaki bagian dalam terhadap ketepatan tendangan penalti.

**Kata Kunci :** Permainan sepak bola, tendangan penalti.

## ABSTRACT

**AMIDIN H. IBRAHIM, Nim: 832412044. The Effect of Kick Ball Training Method Using the Inner Legs on the Accuracy of Penalty Kick on the Football Team SMA Muhammadiyah Batudaa (Study Experiment on Football Team SMA Muhammadiyah Batudaa)**

This research is a study experiment in SMA Muhammadiyah Batudaa in the Regency of Gorontalo, to examine about the effect of kick ball training method using the inner legs on the accuracy of penalty kick on the football team SMA Muhammadiyah Batudaa (study experiment football team SMA Muhammadiyah Batudaa). The object of this research is the Football Team (study experiment football team SMA Muhammadiyah Batudaa). Design of research is used *pre test design* and *post test design*. Sample of this research is 27 people, the total determine of the sample is using *random sampling technique*. The result of this research: after the count average of ability in the accuracy of penalty kicking *pre test* is obtained 50, 93 with the standard deviation 11, 45 while the *post test* is obtained 54, 07 with standard deviation 10, 19. And for the testing normality of data with  $\alpha=0, 05$  shows  $L_{count}= 0,272$  while  $L_{table}= 0,322$  on the criteria of testing states that  $L_{count} \leq L_{table}$ . So it can be concluded that ability to do penalty kick is distributed normal. Based on the homogeneity test obtained  $F_{count}=1, 12$  while  $F_{table}=3, 27$ . Furthermore, refers to the criteria of testis states if  $F_{count} \leq F_{table}$  data homogeneity then the hypothesis is accepted or  $H_0$  accepted. Thus that data effect of kicking practice use using the inner legs on the accuracy of penalty kick has a common variance or comes from a homogeneous population. So it can be conclude that there is an effect on kicking practice by using the inner legs to the accuracy of the penalty kick.



***Keywords: football game, penalty kick.***

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN SAMPUL</b>	
<b>HALAMAN LOGO</b>	
<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENYATAAN</b> .....	i
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Rumusan Masalah .....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.4.1 Tujuan Umum .....	5
1.4.2 Tujuan Khusus .....	5
1.5 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORITIS DAN HIPOTESIS</b> .....	7
2.1 Kajian Teoritis.....	7
2.1.1 Hakekat Menendang .....	7
2.1.2 Hakikat Teknik Dasar Menendang Bola.....	8
2.1.3 Manipulasi Gerak Dasar Menendang Bola .....	9
2.1.4 Macam-macam Tendang di Dalam Teknik Menendang Bola.....	12
2.1.4.1 Bagian Kaki .....	12
2.1.4.2 Kegunaan Atau Fungsi Dari Tendangan .....	14
2.1.4.3 Arah Putaran Dan Jalanya Bola .....	14
2.1.5 Tendangan Penalti Dalam Sepak Bola.....	15
2.2 Kerangka Berpikir Ilmiah.....	15

2.3 Hipotesis.....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>17</b>
3.1 Metodologi Penelitian .....	17
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	17
3.3 Desain Penelitian.....	18
3.4 Variabel Penelitian.....	18
3.5 Definisi Operasional Variabel .....	19
3.6 Populasi dan Sampel .....	20
3.6.1 Populasi.....	18
3.6.2 Sampel dan Teknik Penarikan Sampel.....	19
3.7 Instrumen Penelitian Dan Validitas .....	20
3.8 Prosedur Penelitian.....	22
3.8.1 Metode Pengumpulan Data.....	22
3.8.2 Cara Mendapatkan Sampel .....	23
3.8.3 Alat Dan Perlengkapan Penelitian .....	24
3.8.4 Pelaksanaan Penelitian.....	24
3.9 Faktor Yang Mempengaruhi Penelitian.....	25
3.10 Teknik Analisis Data .....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>28</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	28
4.1.1 Deskriptif Hasil Penelitian .....	28
4.1.2 Pengujian Persyaratan Analisis.....	36
4.1.3 Analisis Dan Uji Statistik Deskriptif Latihan Menendang Dengan Kaki Bagian Dalam.....	39
4.2 Pembahasan.....	41
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>45</b>
5.1 Kesimpulan.....	45
5.2 Saran.....	45
<i>Daftar Pustaka.....</i>	<i>46</i>
<i>Lampiran</i>	
<i>Curriculum Vitae</i>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Hasil Kegiatan Tes Awal dan Tes Akhir .....	28
Tabel 2 : Sajian Data Menendang Menggunakan Kaki Bagian Dalam .....	30
Tabel 3 : Besaran Statistik Data Pre-test.....	31
Tabel 4 : Besaran Statistik Data Post-test .....	31
Tabel 5 : Daftar Perhitungan Variens dan Standar Deviasi data Pre-test .....	33
Tabel 6 : Daftar Perhitungan Variens dan Standar Deviasi data Pre-test .....	34
Tabel 7 : Uji Normalitas Data .....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Cara Menendang Dengan kaki bagian Dalam.....	13
Gambar 2: Menendang Bola Dengan Punggung kaki.....	14

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Jadwal Latihan

Lampiran 2 : Program Latihan

Lampiran 3 : Surat Keterangan Meneliti dari Sekolah

Lampiran 4 : Surat Rekomendasi dari Dinas Pendidikan

Lampiran 5 : SK Peneliti

Lampiran 6 : Dokumentasi

Lampiran 7 : Tabel Distribusi