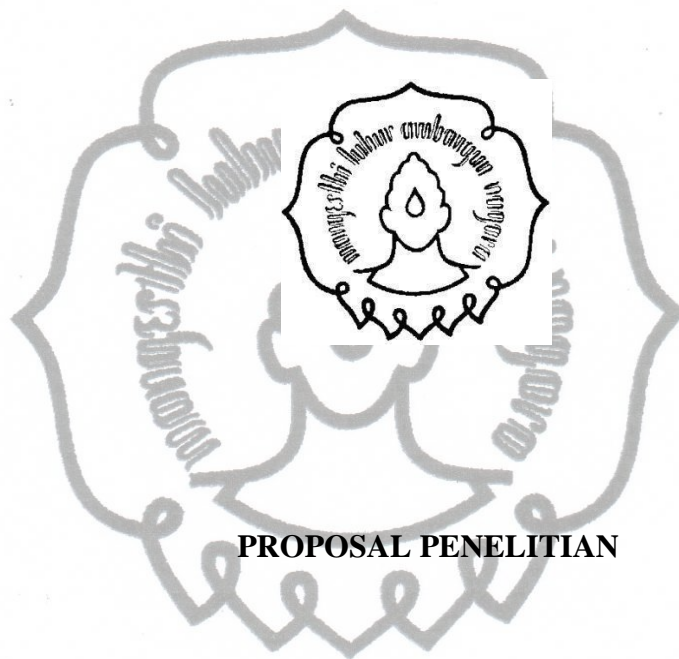


**PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN BOLA BERUKURAN 4 DAN
BOLA BERUKURAN 5 TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR**

***DRIBBLING* PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB HARIMAU
BEKONANG KELOMPOK USIA 10-12 TAHUN KABUPATEN
SUKOHARJO TAHUN 2018**



PROPOSAL PENELITIAN

Oleh:

HARUN DWI KUNCORO

K5614025

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
SEBELAS MARET SURAKARTA**

2018

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Harun Dwi Kuncoro
NIM : K5614025
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN BOLA BERUKURAN 4 DAN BOLA BERUKURAN 5 TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *DRIBBLING* PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA SSB HARIMAU BEKONANG KELOMPOK USIA 10-12 TAHUN KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN 2018”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Agustus 2018



Yang membuat pernyataan

Harun Dwi Kuncoro

**PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN BOLA BERUKURAN 4 DAN
BOLA BERUKURAN 5 TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR**

***DRIBBLING* PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SISWA SSB HARIMAU
BEKONANG KELOMPOK USIA 10-12 TAHUN KABUPATEN
SUKOHARJO TAHUN 2018**



PROPOSAL PENELITIAN

Oleh:

HARUN DWI KUNCORO

K5614025

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
SEBELAS MARET SURAKARTA**

2018

PERSETUJUAN

Nama : Harun Dwi Kuncoro

NIM : K5614025

Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Penggunaan Bola Berukuran 4 dan Bola Berukuran 5 Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Dribbling* Permainan Sepakbola pada Siswa SSB Harimau Bekonang Kelompok Usia 10-12 Tahun Kabupaten Sukoharjo Tahun 2018.

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Persetujuan Pembimbing

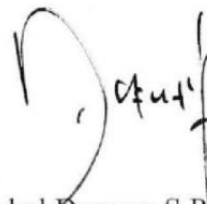
Pembimbing I



Drs. H. Agustiyanto, M. Pd.

NIP. 19680818 199403 1 001

Pembimbing II



Rumi Iqbal-Doewes S.Pd, M.Or


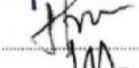


NIP. 19860305 201012 1 005

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Harun Dwi Kuncoro
NIM : K5614025
Judul Skripsi : Perbedaan Pengaruh Penggunaan Bola Berukuran 4 dan Bola Berukuran 5 Terhadap Kemampuan Teknik Dasar *Dribbling* Permainan Sepakbola pada Siswa SSB Harimau Bekonang Kelompok Usia 10-12 Tahun Kabupaten Sukoharjo Tahun 2018.

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari ,tanggal dengan hasil dan revisi maksimal 3 bulan. Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

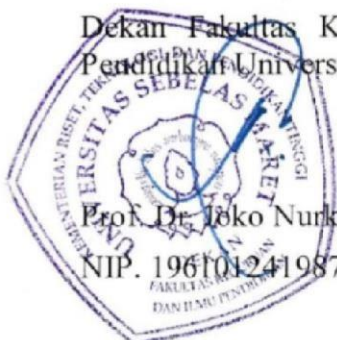
	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Dr. Fadillah Umar, S.Pd., M.Or		29/11-2018
Sekretaris	: Drs. Sugiyoto, M.Pd		30/11 2018
Anggota I	: Drs. Agustiyanta, M.Pd		30/11 2018
Anggota II	: Rumi Iqbal Doewes, S.Pd., M.Or		28/11 2018

Skripsi disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan Keolahragaan pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 30 November 2018


Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret,



Prof. Dr. Iko Nurkamto, M.Pd
NIP. 196101241987021001

Kepala Program Studi Pendidikan Keolahragaan,


Drs. Agustiyanta, M.Pd
NIP. 196808181994031001

ABSTRAK

Harun Dwi Kuncoro. PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN BOLA BERUKURAN 4 DAN BOLA BERUKURAN 5 TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *DRIBBLING* PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA SSB HARIMAU BEKONANG KELOMPOK USIA 10-12 TAHUN KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN 2018. Skripsi, Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Agustus 2018.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Ada tidaknya pengaruh penggunaan bola berukuran 4 dan bola berukuran 5 terhadap kemampuan teknik dasar *dribbling* permainan sepak bola pada siswa SSB Harimau Bekonang kelompok usia 10-12 tahun Kabupaten Sukoharjo tahun 2018; (2) Menganalisis adanya kebutuhan pengembangan variasi latihan terhadap keefektifan pengembangan teknik dasar sepakbola; (3) Selain itu, peneliti bertujuan untuk mengembangkan model-model latihan. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk membuat model latihan dasar dalam permainan sepakbola agar siswa lebih mudah serta tidak kesulitan dan siswa menjadi termotivasi untuk mengikuti latihan.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain "*pretest, posttest, group design*." Subjek penelitian adalah siswa SSB Bekonang, berusia 10-12 tahun yang berjumlah 30 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes *slalom dribble*. Uji analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji reliabilitas, uji normalitas, uji homogenitas, uji perbedaan (Uji t) jika data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi $> 0,05$

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut: Hasil analisis data uji reliabilitas diperoleh nilai r hitung dengan teknik *Cronbach Alpha*. Dalam menentukan sebuah data reliabel atau tidak dapat digunakan batas nilai alpha 0,6. Ketika nilai alpha kurang dari 0,6 maka reliabilitas kurang baik. Sedangkan ketika nilai alpha sebesar 0,736 atau lebih tetapi masih kurang dari 0,8 maka reliabilitas dapat diterima. Sementara nilai alpha di atas 0,8 adalah baik. Uji normalitas pretest sebesar 0,200 dan posttest sebesar 0,200 yang berarti data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil perhitungan (1) kemampuan *dribbling* sepak bola pada pretest kelompok 1 memiliki rata-rata sebesar 31,044 dan kelompok 2 memiliki rata-rata sebesar 31,06, pada posttest kelompok 1 memiliki rata-rata sebesar 28,97 dan kelompok 2 memiliki rata-rata sebesar 30,334 (2) Dengan peningkatan selisih rata-rata antara pretest dan posttest kelompok 1 sebesar 2,069% sedangkan kelompok 2 sebesar 0,729% berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa, kemampuan *dribbling* sepak bola kelompok 1 lebih baik dan lebih efektif dari pada kelompok 2. (3) latihan *dribbling* menggunakan bola berukuran 4 memiliki kelebihan diantaranya adalah siswa merasa senang karena ada unsur bermain, siswa tidak merasa bosan dan antusias siswa lebih baik saat menggunakan bola berukuran 4.

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Terdapat peningkatan signifikan kemampuan *dribbling* menggunakan bola berukuran 4 pada siswa SSB harimau bekonang kelompok umur 10-12 Tahun Kabupaten Sukoharjo Tahun 2018. (2) Besarnya peningkatan kemampuan latihan *dribbling* menggunakan bola berukuran 4 memiliki nilai presentase sebesar 2,069%. (3) Dengan demikian, latihan *dribbling* menggunakan bola berukuran 4 lebih baik pengaruhnya terhadap teknik dasar *dribbling*. Kata Kunci : *pretest, posttest, group design, slalom dribble*,

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk: *Ibu dan Bapak saya*, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, ucapan terimakasih saja tidak akan pernah cukup untuk membalas kebaikan orangtua, karena itu terimalah persembahan bakti dan cintaku untuk kalian, ibu bapakku.

Ibu Bapak beserta keluarga Tratas Sidomukti Kebumen, yang senantiasa memberikan do'a, semangat, dorongan untuk menguatkan proses pengerjaan skripsi ini. *Saudara saya (ketiga adik saya)*, yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, senyum, canda, tawa, dan do'a untuk keberhasilan ini, cinta kalian memberikan semangat yang menggebu, terimakasih dan sayangku untuk kalian. *Keluarga besar Penkepor 2014*, yang telah menemani semasa perkuliahan dari masa susah sampai masa senang, terimakasih telah menjadi bagian dari keluarga besar Penkepor 2014. *Keportal fc*, yang senantiasa memberikan banyak pengalaman diberbagai hal, banyak prestasi yang bisa dicapai bersama kalian, terimakasih atas kebersamaannya selama ini.

Coaching Staff Boccia Indonesia, yang senantiasa memberikan banyak pengalaman, kesempatan dan kepercayaan di tahun ini.

Coach Budi Narimo,

Yang senantiasa memberikan banyak pengalaman didunia sepakbola dan memberikan ijin untuk bergabung di staf pelatih SSB Harimau Bekonang

Bimasota, Wahyudi, Wahyu P, Irza, Ristavia, Mita, Shafira yang telah membantu dan memberi masukkan dalam pengerjaan skripsi

Tri Lestari Yuliasuti,

Terimakasih kepada kekasih hati yang telah memberikan do'a , mensuport dan menyemangati dalam mengerjakan skripsi.



MOTTO

Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhan-Mu lah kamu berharap (Q.S. Al-Insyirah: 6-8)

Yakinkanlah hati bahwa apapun yang telah ditetapkan Allah adalah yang paling tepat dan bermanfaat untuk kita (Imam Al Ghazali)

Perbaiki hatimu, dan hatimu akan memperbaiki pikiranmu, dan pikiranmu akan memperbaiki lidahmu, dan lidahmu akan memperbaiki hidupmu, dan hidupmu akan memperbaiki akhiratmu (muslimpro)

Jangan pernah menilai kehidupan hanya berdasarkan satu masa yang sulit,

Ketika anda tidak pernah melakukan kesalahan, itu artinya anda tidak pernah berani untuk mencoba,

Kita akan sukses jika belajar dari kesalahan,

Terus menggali ilmu dan pengetahuan baru,

Maka engkau akan bisa mengenali dan mengembangkan kemampuan diri

Bahagiakan orangtua dulu, baru lainnya dan jangan bilang bahagia kalau orangtua belum bahagia

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT. karena telah memberikan rahmat dan karunia-Nya berupa ilmu, inspirasi, kesehatan dan keselamatan. Atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul:

“PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN BOLA BERUKURAN 4 DAN BOLA BERUKURAN 5 TERHADAP KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *DRIBBLING* SEPAKBOLA PADA SISWA SSB HARIMAU BEKONANG KELOMPOK USIA 10-12 TAHUN KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN 2018”

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Joko Nurkamto, M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. Agustiyanta, M.Pd., Kepala Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Drs. Agustiyanta, M.Pd., selaku Pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Rumi Iqbal Doewes, S.Pd, M.Or., selaku Pembimbing II, yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Para peserta penelitian dari SSB Harimau Bekonang Kabupaten Sukoharjo Tahun 2018 yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.
6. Para orangtua peserta penelitian dan yang telah mengizinkan anak-anaknya untuk ikut dalam penelitian ini.

7. Tim penelitian yang telah menolong peneliti dalam melaksanakan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dalam hal ini antara lain karena keterbatasan peneliti. Meskipun demikian, peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi bagi pembaca dan pengembangan ilmu.

Surakarta, Agustus 2018



Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PERNYATAAN	ii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kajian Pustaka	10
1. Sepak Bola	10
2. Teknik Dasar Bermain Sepak Bola	12
a. Menendang (<i>Kicking</i>)	14
b. Mengontrol/Menghentikan Bola (<i>Stopping</i>)	14
c. Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	15
d. Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	15
e. Merebut Bola (<i>Tackling</i>)	16
f. Lemparan ke dalam (<i>Throw-in</i>)	16
g. Gerak Tipu	16
h. Teknik Penjaga Gawang (<i>Goal Keeping</i>)	17
3. Hakikat Latihan	18
4. Teknik Dasar <i>Dribbling</i> Bola	19
a. Macam-Macam Teknik <i>Dribbling</i> Bola	21
1) <i>Dribbling</i> Bola Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam	21

2) <i>Dribbling</i> Bola Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Luar	22
3) <i>Dribbling</i> Bola Menggunakan Kura-Kura Kaki Penuh	23
b. Latihan Melakukan <i>Dribble</i>	24
1) Latihan <i>Dribble 20 Yard Square</i>	24
2) Latihan <i>Dribble Z Pattern</i>	25
c. Unsur Kondisi Fisik Dalam <i>Dribbling</i> Bola	26
1) Daya Tahan (<i>Endurance</i>)	26
2) Kekuatan (<i>Strength</i>)	27
3) Kecepatan (<i>Speed</i>)	27
4) Daya Lentur (<i>Flexibility</i>)	28
5) Koordinasi (<i>Coordination</i>)	28
5. Pengertian Bola	28
a. Tujuan Penggunaan Bola	28
b. Ukuran Bola	29
1. Ukuran Bola Resmi FIFA	29
a) Bola Ukuran 5	29
b) Bola Ukuran 4	29
c) Bola Ukuran 3	30
d) Bola Ukuran 2	30
e) Bola Ukuran 1	30
c. Bahan Pembuatan Bola	30
d. Kondisi Bola	31
B. Kerangka Berpikir	33
C. Hipotesis	33
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	34
1. Tempat Penelitian	34
2. Waktu Penelitian	34
B. Desain Penelitian	35
1. Tes	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
D. Teknik Pengambilan Sampel	36
E. Teknik Pengumpulan Data	37
F. Teknik Analisis Data	37
1. Uji Persyaratan Analisis	37
a. Mencari Reliabilitas	37
b. Uji Normalitas	37
c. Uji Homogenitas	38

2. Uji Analisis Data	38
G. Prosedur Penelitian.....	40
1. Pengambilan Data	40
2. <i>Treatment</i>	40
3. <i>Post Test</i>	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBATASAN	
A. Hasil Penelitian	42
1. Deskripsi Data.....	42
2. Hasil Uji Persyaratan Analisis	43
3. Hasil Uji Hipotesis	49
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Simpulan	50
B. Implikasi.....	50
C. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rincian Kegiatan Waktu dan Kegiatan Penelitian	34
2. Deskripsi Data Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Dribbling</i> Bola pada Kelompok 1 dan Kelompok 2	42
3. Rangkuman Hasil Uji Tes Reliabilitas	44
4. Hasil Uji Normalitas Tes Awal <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	45
5. Hasil Uji Normalitas Tes Akhir <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	45
6. Hasil Uji Homogenitas	46
7. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal Antara Kelompok 1 dan Kelompok 2	47
8. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Akhir pada Kelompok 1	48
9. Rangkuman Uji Perbedaan Hasil Tes Awal dan Akhir pada Kelompok 2	48
10. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir antara Kelompok 1 dan Kelompok 2	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Petunjuk Pelaksanaan Tes	54
2. Program Latihan	56
3. Data Tes Awal Dribbling Menggunakan Bola Berukuran 4 Siswa SSB Harimau Bekonang Tahun 2018	61
4. Data Tes Awal Kelompok 1 dan Kelompok 2	62
5. Rekapitulasi Data Tes Awal, Tes Akhir Kelompok 1 dan Kelompok 2 pada Tes <i>Dribbling</i> Bola	63
6. Data Tes Akhir <i>Dribbling</i> Menggunakan Bola Berukuran 4 Siswa SSB Harimau Bekonang Tahun 2018	64
7. Dokumentasi	65