

**SURAT PERNYATAAN
REVISI LANJUTAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Abig Febriyan
NIM : 3220180201
Jenjang/Prodi/Fakultas : S1/PJKR/FKIP
Angkatan : 2018
Semester : 10

Menyatakan akan siap melanjutkan revisi draft skripsi dengan sebaik-baiknya, apabila di kemudian hari saya tidak sanggup melanjutkan revisi maka saya siap di sanksi menulis arab ISTIGHFAR sebanyak ~~500~~ kali. + Khatam Alquran 3 X + Doa ditunggu dunia + akhirat.
Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya dan saya bersedia mempertanggungjawabkan sanksi sesuai dengan sanksi yang saya tulis di atas.

Bojonegoro, 25 September 2023

Mengetahui,
Dosen Penguji I

Wahyu Setia Kusahyaning Putri, S.Pd., M.Kes

NIDN: 0719089401

Hormat Saya,

Abig Febriyan

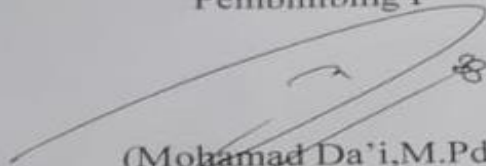
NIM.3220180201

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Abig Febriyan
NIM : 3220180201
Judul : Meningkatkan Ketepatan Tendangan Melalui Pembelajaran *Metode Drill* Pada Siswa SMPN 1 Balen Bojonegoro

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang sidang skripsi.

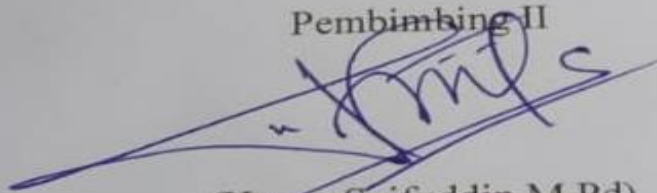
Pembimbing I



(Mohamad Da'i, M.Pd)

NIDN : 0719089401

Pembimbing II



(Hasan Saifuddin, M.Pd)

NIDN : 0716039801

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Abig Febriyan

NIM : 3220180201

Judul : Meningkatkan Ketepatan Tendangan Melalui Pembelajaran *Metode Drill* Pada Pada Siswa SMPN 1 Balen Bojonegoro

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 07 September 2023.

Dewan Penguji

Penguji I

Penguji III

Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd., M.Kes Mohammad Da'i, M.Pd

NIDN : 0710029103

NIDN : 00719089401

Penguji II

Penguji IV

Dr. Nurul Huda, M.H.I

NIDN : 2114067801

Hasan Saifuddin, M.Pd

NIDN : 0716039801

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Astrid Chandra Sari, M.Pd

NIDN : 0721059101

Hilmy Alriad, M.Pd

NIDN : 0707048904

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Setiap pekerjaan yang sulit akan lebih menjadi lebih sulit jika kita tidak mau memulainya, mulailah dari titik terendah apa yang kamu bisa lakukan setidaknya itu bisa mengurangi beban dalam pikiranmu dan tidak menuhankan sifat malas yang selama ini bersemayam di dalam dirimu

PERSEMBAHAN

Persembahan untuk ibuku dan bapakku tercinta terimakasih telah mengiringi Langkah kakiku hingga aku dewasa. Tanpa dorongan kasih sayang kalian mungkin aku tidak bisa sampai seperti sekarang ini.

Untuk bapak guruku terimakasih berkah kalian bimbingan kalian di luar dari ini kalian sangat berperan terhadap perkembangan pola pikir dalam hidup kami yang mungkin yidak bisa kami jumpai di tempat lain

Untuk sahabatku terimakasih dengan keindahan pertemanan selama kuliah bareng karena terlepas dari ini sosok kalian sangat berpengaruh terima kasih sekali untuk para sohib semua

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya kepada kita semua sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Meningkatkan Ketepatan Tendangan Melalui Latihan Metode Drill Pada Pada Siswa SMPN 1 Balen Bojonegoro.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program S-1 di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.

Dalam Penelitian ini penulis bermaksud untuk mengetahui bahwa latihan dengan metode drill dapat meningkatkan kualitas dan ketepatan tendangan pada atlet sepak bola SMPN 1 Balen Bojonegoro. Penelitian ini ditujukan untuk pelatih atlet SMPN 1 Balen sebagai bahan pertimbangan dan Evaluasi untuk variasi model latihan ke depannya.

Pada proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang tulus dan ikhlas memberikan bantuannya. Untuk segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terimakasih kepada para dosen pembimbing Bapak Mohamad Da,i M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Bapak Hasan Syaifudin, M.Pd sebagai dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan pengaruh sampai terselesaikannya penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan baik isi maupun susunannya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis, namun juga bagi pembaca.

Bojonegoro, 21 Januari 2023

Abig Febriyan

NIM: 3220180201

ABSTRACT

Abig Febriyan. Improving kick accuracy through drill method training for students at SMPN 1 Balen Bojonegoro. Thesis. Health and Recreation Physical Education Study Program. Teaching Faculty of Education Sciences. Nahdlatul Ulama University Sunan Giri Bojonegoro. Advisor (1) Mohamad Da'i, M.Pd. Supervisor (2) Hasan Saifudin, M.Pd.

Keywords: *Education, Accuracy, Drill Method*

During observations at SMPN 1 Balen Bojonegoro, right during the visit, the students were playing a soccer match on the field at SMPN 1 Balen Bojonegoro. During the match, the researchers saw that there were deficiencies when the ball approached the opponent's goal, and during the match no goals were scored until the match was over. This research aims to determine drill method training in boys' football games at SMPN 1 Balen Bojonegoro aged 13 to 15 years. The sample in this training was a soccer game for boys at SMPN 1 Balen Bojonegoro aged 13 to 15 years. The instrument used in this research was a ball kicking test (shooting) and measuring the initial test (pretest) then providing drill method treatment after taking the final test (posttest).) the results of this study show that there has been an increase in ball kicking technique in football games at SMPN 1 Balen Bojonegoro. These results can be seen in the average pre-test score of 9.91 and post-test score of 15.36. The magnitude of the influence of training using the drill method in kicking is based on the results of the paired sample test, the correlation significance value (two-sided) $0.309 > 0.005$ shows that there is a difference or there is no relationship between the pre-test and post-test value (two-sided) $0.003 < 0.005$ shows that there is a relationship between the variables X (Exercise using the drill method) with variable Y (accuracy in kicking at the goal). This means that it can be concluded that training using the drill method can improve the kicking accuracy of class VIII students at SMPN 1 Balen Bojonegoro.

UNUGIRI

ABSTRAK

Abig Febriyan. Meningkatkan ketepatan tendangan melalui latihan metode drill pada siswa SMPN 1 Balen Bojonegoro. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Pembimbing (1) Mohamad Da'i, M.Pd. Pembimbing (2) Hasan Saifudin, M.Pd.

Kata Kunci : Pendidikan, Ketepatan, Metode *Drill*

Dalam pengamatan selama observasi di SMPN 1 Balen Bojonegoro tepat saat berkunjung para siswa melakukan pertandingan sepak bola di lapangan SMPN 1 Balen Bojonegoro. Pada saat pertandingan peneliti melihat adanya kekurangan ketika bola sudah mendekati gawang lawan, dan selama pertandingan tidak adanya gol yang tercipta hingga pertandingan selesai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latihan metode drill dalam permainan sepakbola Putra SMPN 1 Balen Bojonegoro usia 13 sampai 15 tahun. Sampel dalam pelatihan ini adalah permainan sepakbola putra SMPN 1 Balen Bojonegoro usia 13 sampai 15 tahun instrument yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu tes menendang bola (shooting) dan mengukur tes awal (pretest) lalu memberikan *treatment* metode drill setelah itu mengambil tes akhir (postest) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan Teknik menendang bola pada permainan sepakbola SMPN 1 Balen Bojonegoro. Hasil ini dapat di lihat pada rata-rata nilai *pre-test* sebesar 9,91 dan nilai *post-test* sebesar 15,36. Besarnya pengaruh Latihan dengan menggunakan metode drill dalam menendang berdasarkan hasil paired sample test nilai signifikansi korelasi (*two-sided*) $0,309 > 0,005$ menunjukkan adanya perbedaan atay tidak ada hubungan antara pretest dan postest nilai (*two-sided*) $0,003 < 0,005$ menunjukkan adanya hubungan antara variable X (Latihan dengan metode drill) dengan variable Y (ketepatan dalam menendang ke gawang). Artinya dapat disimpulkan bahwa Latihan menggunakan metode drill ini dapat meningkatkan ketepatan menendang siswa kelas VIII SMPN 1 Balen Bojonegoro.



UNUGIRI

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTO DAN PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRACT	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian	6

1.5	Manfaat Penelitian	6
1.5.1	Secara Umum	6
1.5.2	Secara teoritis	7
1.6.1	Definisi Istilah	7
1.6.1	Pendidikan Jasmani	7
1.6.3	Sepak Bola	7
1.6.3	Metode Drill	8
1.6.4	Menendang Bola ke gawang (<i>Shooting</i>)	8
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA DAN KAJIAN TEORI	9
2.1	Tinjauan Pustaka	9
2.2.1	Prinsip Latihan	11
2.2.2	Komponen Latihan	12
2.2.3	Intensitas Latihan	12
2.2.4	Volume Latihan	13
2.2.5	Recovery	14
2.2.6	Hakikat Latihan Metode <i>Drill</i>	14
2.2.7	Keterampilan Sepak Bola	16
2.2.8	Sejarah Sepak Bola	17
2.2.8	Teknik Dasar Sepak Bola	20
2.2.9	PERATURAN PERMAINAN SEPAK BOLA	21
2.2.9.1	LAPANGAN	21

2.2.9.2 Bola.....	22
2.2.9.3 Daerah Pinalti	23
2.2.9.4 Busur Tendangan Sudut.....	24
2.2.9.5 Gawang.....	24
2.2.9.6 Kostum	25
2.2.9.7 Tiang Bendera.....	26
2.2.9 Hakikat Shooting dalam Sepak Bola.....	26
2.2.10 Pelaksanaan Menendang.....	27
2.2.11 Ketepatan Shooting ke Gawang	31
2.2.12 <i>Ball Feelling</i>	32
2.2.13 Karakteristik Anak Usia 13-15 Tahun.....	34
2.2.14 Hubungan Antara Latihan Drill dan kecepatan.....	35
2.3 Kerangka Berfikir	36
2.4 Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III.....	39
METODOLOGI PENELITIAN	39
3.1 Desain Penelitian	39
3.2 Populasi dan Sampel	40
3.2.1 Populasi.....	40
3.2.2 Sampel.....	40
3.4 Waktu Penelitian	41
3.5 Prosedur Penelitian.....-i-x.....	41

3.5.1 Pra Penelitian	41
3.5.2 Pretest	41
3.5.3 Tahap Perlakuan	41
3.5.4 Posttest.....	42
3.6 Instrumen dan Teknik Penelitian.....	42
3.6.1 Instrumen Penelitian	42
3.7 Teknik Analisis Data.....	44
3.7.1 Uji Normalitas	44
3.7.2 Uji Homogenitas.....	44
3.7.3 Uji Hipotesis.....	44
BAB IV	46
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Hasil Penelitian.....	46
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian.....	46
4.1.2 Teknik Analisis Data.....	49
4.2 Pembahasan.....	53
BAB V.....	55
KESIMPULAN DAN SARAN	55
5.1 Kesimpulan.....	55
5.2 Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan Sepak Bola	19
Gambar 2.2 Bola	23
Gambar 2.3 Tendangan Sudut.....	24
Gambar 2.4 Gawang.....	25
Gambar 2.5 Kostum Sepak Bola.....	25
Gambar 2.6 Menendang Bola.....	28
Gambar 2.7 Menendang Menggunakan Kaki Dalam.....	29
Gambar 2.8 Menendang Menggunakan Kaki Luar.....	30
Gambar 2.9 Menendang Menggunakan Punggung Kaki.....	31
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	39
Gambar 3.2 Langkah Tes Menendang.....	43

UNUGIRI

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Teknik Dasar Sepak Bola.....	20
Tabel 2.2 Prinsip-Prinsip Menembak Bola	27
Tabel 2.3 Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam	28
Tabel 2.4 Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Luar	29
Tabel 2.5 Menendang Bola Dengan Punggung Kaki.....	30
Tabel 4.1 Data Skor Penelitian	47
Tabel 4.2 Skor Pre-test.....	48
Tabel 4.3 Skor Total Pre-test	48
Tabel 4.4 Skor Post-test.....	48
Tabel 4.5 Skor Total Post-test.....	49
Tabel 4.6 Uji Normalitas.....	50
Tabel 4,7 Uji Homogenitas	51
Tabel 4.8 Uji Homogenitas ANOVA.....	51
Tabel 4.9 Paired Sample Statistic	52
Tabel 4.10 Paired Sample Correlation	52
Tabel 4.11 Paired Sample Test.....	53

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.....	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	62
Lampiran 2 Surat balasan.....	63
Lampiran 3 Siswa Kelas VIII A.....	64
Lampiran 4 Biodata Sampel.....	65
Lampiran 5 Data Pre-Test dan Post-Test	66
Lampiran 6 Dokumentasi.....	67

