

**PENGARUH PENERAPAN LATIHAN DRIBBLING BOLA  
DENGAN BOLA SPONS DALAM MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN MENYUNDUL BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA**

**SKRIPSI**



**Bayu Nukik Andrian  
NIM 165900015**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2020**

**PENGARUH PENERAPAN LATIHAN DRIBBLING BOLA  
DENGAN BOLA SPONS DALAM MENINGKATKAN  
KETERAMPILAN MENYUNDUL BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**Bayu Nukik Andrian  
NIM 165900015**

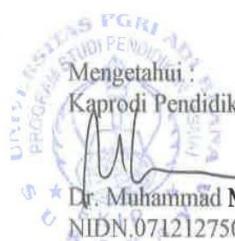
**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2020**

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

Prposal skripsi : Bayu Nukik Andrian  
NIM 165900015

Judul Skripsi : Pengaruh Penerapan Latihan Dribbling Bola Dengan Bola Spons Dalam Meningkatkan Keterampilan Menyundul Bola Dalam Permainan Sepak Bola

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.



Mengetahui :  
Kaprodi Pendidikan Jasmani,  
Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd  
NIDN.0712127502.

Surabaya, 16 Januari 2020  
Pembimbing  
Dr. Ejang Rohman, M.Kes.  
NIDN. 0029076402



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I: Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031)5053127, 5041097 Fax. (031)5662804 Surabaya 60234  
Kampus II: Jl. Dakuh Merunggal XII Telp. (031)8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

<http://fkip.unipasby.ac.id/>

---

## PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Bayu Nukik Andrian

NIM : 165900015

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Skripsi : Pengaruh Penerapan Latihan Dribbling Bola Dengan Bola Spons Dalam Meningkatkan Keterampilan Menyundul Bola Dalam Permainan Sepak Bola

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya:

Pada hari : Rabu

Tanggal : 22 Januari

Tahun : 2020

Panitia Ujian Skripsi:

1. Ketua

Dr. Suhari, S.H.I, M.Si

2. Sekretaris

Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd

3. Anggota

Dr. Harwanto, M.Pd.

4. Anggota

Dr. Ujang Rohman, M.Kes.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya kepada kita, sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sesuai dengan waktu yang telah direncanakan dengan judul “Pengaruh Pembelajaran Permainan Kucing Bola Terhadap Peningkatkan Kecepatan Menggiring Bola”. Adapun maksud dan tujuan penulis menyusun skripsi ini adalah untuk menyelesaikan tugas-tugas guna memenuhi persyaratan memeroleh gelar Sarjana Pendidikan program studi Pendidikan Jasmani pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini tidak mungkin seslai tanpa doa, kebaikan, dan dukungan dari berbagai pihak yang membantu. Pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis sampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Marianus Subandowot, M.S., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Suhari, S.H., M.Si., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Ujang Rohman, M.Kes., selaku dosen pembimbing skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
5. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang bermanfaat kepada penulis.
6. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
7. Teman-teman Mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya angakatan 2016.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan atau jauh dari

kesempurnaan, hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang kita miliki.

Oleh karena itu, besar harapan penulis untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca untuk menuju yang lebih baik dan lebih sempurna. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan menjadi referensi bagi penelitian sejenis yang selanjutnya.

Surabaya, 03 Januari 2020

Bayu Nukik Andrian

## **MOTTO DAN PERSEMPAHAN**

### **MOTTO**

1. Usaha dan doa adalah kunci dari kesuksesan
2. Dibalik suatu kesusahan pasti ada kemudahan
3. Usaha tidak akan pernah mengkhianati hasil

### **PERSEMPAHAN**

Karya kecil yang telah dibuat ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, ayah dan ibu yang telah sepenuhnya mendukung saya untuk menyelesaikan skripsi dan tugas perkuliahan lainnya. Dan yang selalu menuntun langkahku dengan irungan doa sehingga aku dapat berhasil sampai sejauh ini dengan baik dan lancar.
2. Bapak ibu dosen yang senantiasa membimbing saya dengan baik dan sabar dalam memberikan ilmu kepada saya dan umumnya kepada teman-teman mahasiswa lainnya.
3. Orang terkasih saya, Sekarwuni Permani S.Ak yang selalu memberikan saya semangat untuk cepat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.
4. Semua teman-teman angkatan 2016 yang senantiasa mendukung dan memberikan motivasi kepada saya sehingga terselesaiannya skripsi ini dan kebersamaan kita semua tidak mungkin akan aku lupakan. Terima kasih.

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

**Saya yang bertanda tangan di bawah ini:**

Nama : Bayu Nukik Andrian  
NIM : 165900015  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 16 Januari 2020  
Yang membuat pernyataan,



Bayu Nukik Andrian

## **DAFTAR ISI**

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan .....	.ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian.....	iv
Abstrak .....	v
Abstract .....	vii
Persembahan/Moto.....	viii
Kata Pengantar.....	ix
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran .....	xv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Batasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Dasar Teori.....	5
1 . Pengertian Sepak Bola.....	5
2 . Lapangan Ukuran Sepak Bola Internasional .....	7
3 . Perlengkapan pemain.....	7
4 . Pengertian Menggiring Bola.....	7
5 . Teknik menyundul Bola .....	9
6 . Metode Munyundul Bola.....	10
7 . Hakikat Media .....	11
8 . Media Bola Spons.....	12
 B. Tinjauan penelitian yang Relevan.....	13
C. Kerangka Konseptual .....	13
D. Hipotesis .....	15

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	16
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	17
C. Variabel Penelitian.....	17
D. Instrumen Penelitian.....	18
E. Teknik Pengumpulan data.....	22
F. Teknik Analisis Data .....	23

#### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data penelitian .....	25
B. Deskripsi Analisis Data .....	25
C. Uji Prasarat .....	27
1. Uji Normalitas .....	27
2. Uji Homogenitas.....	28
3. Uji Hipotesis .....	28
D. Uji Hipotesis.....	28
E. Pembahasan.....	30

#### BAB V PENUTUP

A. Simpulan .....	32
B. Saran .....	32

DAFTAR PUSTAKA .....34

LAMPIRAN .....

#### **DAFTAR TABEL**

Tabel

Hal

Hasil Data Pretest .....	28
Analisis Deskriptif .....	30
Uji Normalitas Data.....	31
Uji Homogenitas .....	31
Hasil Uji Paired Sample Test (Uji T) .....	32

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Hal
--------	-----

Gambar Menggiring Bola.....
Gambar mengoper bola .....
Gambar menendang bola.....
Gambar menghentikan bola.....
Gambar Menyundul Bola .....

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran

Hal

Lampiran 1 Format Revisi Skripsi .....
Lampiran 2 Berita Acara Bimbingan Skripsi .....
Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Penelitian .....
Lampiran 4 Surat Keterangan Penelitian .....
Lampiran 5 Tabel Pelaksanaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....
Lampiran 6 Program Latihan .....
Lampiran 7 Foto Pelaksanaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....