‘‘ PENGARUH PELATIHAN LARI ZIG-ZAG TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA SISWA KELAS VII SMPN 36 SURABAYA ”

SKRIPSI

Rizal Second Biranto
165900062

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

‘‘ PENGARUH PELATIHAN LARI ZIG-ZAG TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA SISWA KELAS VII SMPN 36 SURABAYA ’’

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

Rizal Second Biranto
Nim 165900062

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Rizal Second Biranto
Nim : 165900062

Judul Skripsi :. PENGARUH PELATIHAN LARI ZIG-ZAG TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN FUTSAL PADA SISWA KELAS VII SMPN 36 SURABAYA.

Mengetahui :
Kaprodi Pendidikan Jasmani,

Dr. Muh. Muhyi, M.Pd.
(NIP/NPP. 1003500/DY)

Surabaya, 8 Januari 2020
Pembimbing,

14/1 2020

Dr. Sumardi, M.Kes
(NIDN 0723035701)

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5062804 Surabaya 60234
Kampus II : Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234
http://fkip.unipasby.ac.id/

PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Rizal Second Biranto
NIM : 165900062
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Lari Zig-Zag Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa Kelas VII SMPN 36 Surabaya.

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

Pada hari : Kamis
Tanggal : 23 Januari
Tahun : 2020

Panitia Ujian Skripsi:

1. Ketua : Dr. Suhari, S.Pd., M.Si.
2. Sekretaris : Dr. Endang Masturi Rahayu, M.Pd.
3. Penguji 1 : Riga Mardhika, S.Pd., M.Or.
4. Penguji 2 : Dr. Sumardi, M.Kes.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Rizal Second Biranto
NIM	: 165900062
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 pengambil alihan 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, 8 Januari 2020

Yang membuat pernyataan,

METERAI TEMPEL
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Rizal Second Biranto
NIM 165900062

MOTTO

“ Selalu ada harapan bagi mereka yang sering berdoa ”.
“ Selalu ada jalan bagi mereka yang sering berusaha ”.

Skripsi ini saya dedikasikan kepada :

1. Kedua orang tuaku (Bpk. Bambang Yulianto, dan Ibu. Titik Irawati), yang selama ini sudah membimbing saya dari kecil hingga besar seperti ini.
2. Keluarga besar saya, dan sahabat terdekat saya yang selalu mendukung dan menghibur saya.
3. Buat teman seperjuangan Pendidikan Jasmani Kelas C angkatan 2016, terima kasih atas waktu yang sangat berkesan, dan selalu memberi motivasi kepada saya selama ini.
4. Buat Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Jasmani yang selama ini sudah memberikan ilmu yang bermanfaat.
5. Buat kekasih tersayang, dan calon mertua kedepannya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan segala rahmatnya, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Pelatihan Lari Zig-Zag Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal Pada Siswa Kelas VII SMPN 36 Surabaya." tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak bantuan dari berbagai pihak, baik material maupun spiritual. Oleh kerena itu dalam kesempatan ini perkenankan penulis berteri makasih kepada :

1. Dr Marianus Subandowo MS., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari, S.H, M.Si., Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya,
3. Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd., Ketua program studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adibuana Surabaya.
4. Dr. Sumardi, M.Kes., Dosen pembimbing saya yang selalu sabar dan senantiasa membimbing saya
5. Bapak/ibu Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang sudah memimbing saya selama saya studi di Universitas PGRI Adibuana Surabaya.
6. Kepala sekolah SMPN 36 Surabaya yang telah mengijinkan saya melaksanakan penelitian.
7. Keluarga besar saya, dan Kedua orang tua saya. Terima kasih segala doa dan dukungan dan motivasi sehingga saya bisa meraih cita-cita.
8. Sahabat terdekat, dan Teman kuliah Pendidikan Jasmani kelas C 2016 selama bimbingan (yang selalu menyemangati dan selalu memberi motivasi) yang telah menemani dan saling mendukung untuk mengerjakan skripsi.
9. Anak-anak SMPN 36 Surabaya yang selalu memberikan semangat..

   Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum mencapai kesempurnaan, maka dari itu penulis berharap kritik dan saran

untuk membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis juga berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis-penulis skripsi selanjutnya serta dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

Surabaya, 8 Januari 2020

Penulis

Rizal Second Biranto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN iv
ABSTRACT v
ABSTRACT vi
PERSEMBAHAN/MOTTO vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv

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
B. Tinjauan Penelitian Yang Relevan 12
C. Kerangka Konseptual 14
D. Hipotesis 14

BAB III METODE PENELITIAN
A. Desain Penelitian 15
B. Populasi Dan Sample Penelitian 15
C. Variabel Penelitian 15
D. Instrumen Penelitian 16
E. Teknik Pengumpulan Data 17
F. Teknik Analisis Data 18

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 19

B. Pembahasan 25

BAB V KESIMPULAN, DAN SARAN
A. Kesimpulan..... 26
B. Saran 26

DAFTAR PUSTAKA 27
Lampiran 29

DAFTAR TABEL

4.1 Hasil Tabel Kelompok Eksperimen…… 20
4.2 Hasil Tabel Kelompok *Control* …….. 21

DAFTAR GAMBAR

2.1 Gambar Lapangan Futsal …… 9
2.2 Gambar Ukuran bola …….. 9
2.3 Gambar Ukuran Gawang ……... 10
2.4 Gambar Kerangka Konseptual ……. .. 14
3.1 Prosedur Penilaian Tes …… . 17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Format Revisi Skripsi……. 30
Lampiran 2 Berita Acara Bimbingan Skripsi……. 31
Lampiran 3 Surat Balasan Sekolahan……. 32
Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Penelitian…… 33
Lampiran 5 Program Latihan…….. 34
Lampiran 6 Dokumentasi…… 58