

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sugiyono. 2013. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Renika Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur penelitian Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Renika Cipta.
- A. Sarumpaet, dkk. (2002). *Olahraga Bola Besar*. Jakarta
- Bompa, O, Tudor. (1994) *Terjemahan Buku Theory And Methodology Of Training*. Bandung: Program Pasca Sarjana Universitas Padjadjaran.
- Baley, James A, (1986). *Pedoman Atlet Teknik Peningkatan Ketangkasan Dan Stamina*. Semarang: Dahara Prize.
- Devi Tirtawirya. *Intensitas dan Volume Latihan dalam Olahraga*. Jurnal ISSA (Jurnal Ilmiah Keolahragaan). Februari 2012. ISSN:2252-3375

- Emzir. (2014). Metodologi Penelitian Pendidikan Kualitatif Dan Kuantitatif. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Harsono. (1988). Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta: Akademi Persindo.
- Harsono. (2004). Perencanaan Program Latihan. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Joseph A. Luxbaher. (2004). Sepak Bola. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kurniawan Feri. (2011). Keterampilan Menggiring Bola. Saka Mitra, Kompetensi.
- Luxbacher, Joseph A, (2004). Sepakbola (Terjemahan). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. (2004). Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktik. Jakarta: Erlangga.
- Sangadji, Etta Mamang, Sopiah. (2010). Metodologi Pendidikan. Yogyakarta: C.V Andi.
- Soekamto. (1984). Model-Model Pembelajaran. Depdikbud. Jakarta.
- Sudjana. (2005). Metode Statistika. Tarsito Bandung
- Sugiyono. (2008). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Tarsito
- Sugiyono.(2011). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Dan R&D. Bandung

- Sugiyono. (2013). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono.(2015). Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.Bandung
- Sukadiyanto. (2005). Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2005). Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukardi. (2003). Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi Dan Praktiknya. Yogyakarta; Bumi Aksara



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5041097 Fax. (031) 5042804 Surabaya 60245
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281182, 8281183 Surabaya 60234.
Website : <http://kip.unpasby.ac.id>

Unipa Surabaya

Nomor : 686/Ak.2/FKIP/XI/2019
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

13 November 2019

Yang Terhormat,
Kepala SMA GIKI 3 SURABAYA
di Surabaya

Sesuai dengan kurikulum Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, untuk penyelesaian akhir masa studi, mahasiswa diwajibkan menulis skripsi. Berkaitan dengan ini, mohon dengan hormat Bapak/Ibu Kepala SMA GIKI 3 SURABAYA Surabaya berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa :

Nama : Muchamad Fikri Assegaff
NIM : 165900116
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Kaki Dalam dan Kaki Luar Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola SMA Giki 3 Surabaya
Waktu penelitian : 14 Nopember 2019 s/d 05 Desember 2019

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi



YAYASAN GITA KIRTI SURABAYA
AKTA NOTARIS ARIYANI, SH NO. 34 TANGGAL 24 AGUSTUS 2004
SMA GIKI 3 TERAKREDITASI "A"
NDS : 3005301307 NSS : 304056016274 NPSN : 20532404
Jl. Klampis Jaya No.11 Sby Telp./Fax : (031) 5996405
SURABAYA

SURAT KETERANGAN

Nomor : 1954/S.4/MAGK3/I/2020

Yang bertanda tangan dibawah :

Nama : Drs. W.A. Nenoharan, MMPd
Jabatan : Kepala SMA GIKI 3 Surabaya
Alamat : Jl. Klampis Jaya No. 11 Surabaya

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Muchamad Fikri Assegaff
NIM : 165900116
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Instansi : Universitas Negeri Surabaya

Yang bersangkutan telah selesai melakukan penelitian guna penyusunan skripsi dengan judul
"Latihan kaki dalam dan kaki luar terhadap kecepatan menggiring bola dalam permainan
sepakbola" di SMA GIKI 3 Surabaya

Demikian Surat Keterangan ini untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya, atas perhatian dan
kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Surabaya, 10 Januari 2020
Kepala SMA GIKI 3

Drs. W.A. Nenoharan, MMPd



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. NgigelDadi III-B/37 Telp. (031)5053127, 50410977 Fax. (031)5662804 Surabaya 60234
Kampus II: Jl. DukuhMeranggal XII Telp. (031)8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

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

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI


Nama Mahasiswa : Muchamad Fikri Assegaff
NIM : 165900116
Program Studi : Pendidikan Jasmani
JudulSkripsi : Pengaruh Latihan Kaki Dalam dan Kaki Luar Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Ekstrakurikuler SMA Giki 3 Surabaya.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Pembimbing
1	22 Juli 2019	Pengajuan judul skripsi	f
2	29 Juli 2019	Bab I (Revisi)	f
3	4 Agustus 2019	Bab I ACC	f
4	12 Agustus 2019	Bab II (Revisi)	f
5	27 Agustus 2019	Bab II ACC	f
6	1 September 2019	Bab III (Revisi)	f
7	5 September 2019	Bab III ACC	f
8	30 November 2019	Bab IV (Revisi)	f
9	19 Desember 2019	Bab IV ACC	f
10	3 Januari 2019	Bab V (Revisi)	f
11	7 Januari 2019	Bab V ACC	f

Selesai bimbingan skripsi tanggal 22 Januari 2020

Mengetahui
Dekan FKIP,

Drs. Suhadi, S.H., M.Si.
NIP. 196801031992031003

Dosen Pembimbing,

Drs. Ismawandi B P, M.Pd. AIFO.
NIDN. 0713036802



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-8/57 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

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

FORMAT REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Muchamad Fikri Assegaff
NIM : 165900116
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Tanggal Ujian Skripsi : 30 Januari 2020
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Kaki Dalam dan Kaki Luar Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Ekstrakurikuler SMA Giki 3 Surabaya.
Penguji I : Dr. Suharti, M.Si., M.Pd., AIFO-FIT
Penguji II : Drs. Ismawandi B P., M.Pd. AIFO

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II
1	Tata tata tulis		
2	Bab III		
3	Daftar pustaka		
4	Bab V		
5	Dokumentasi		
	dst.		

Batas waktu revisi skripsi: 2 (dua) minggu terhitung dari waktu ujian skripsi.

Dosen Penguji I,

Dr. Suharti, M.Si M.Pd., AIFO-FIT
NIDN.07120640

Dosen Penguji II,

Drs. Ismawandi B P., M.Pd. AIFO
NDIN.0713036802

Lampiran 1
Hasil Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minim	Max	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	60	87	1530	76,50	7,715	59,526
Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	62	89	1561	78,05	7,584	57,524
Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	60	88	1550	77,50	7,501	56,263
Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	62	89	1599	79,95	6,669	44,471
Valid N (listwise)	20						

Lampiran 2
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar
N		20	20	20	20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	76,50	78,05	79,95	79,95
	Std. Deviation	7,715	7,584	6,669	6,669
Most Extreme Differences	Absolute	,275	,251	,213	,213
	Positive	,088	,107	,124	,124
	Negative	-,275	-,251	-,213	-,213
Kolmogorov-Smirnov Z		1,230	1,124	1,027	,951
Asymp. Sig. (2-tailed)		,097	,160	,242	,327

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 3
Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Pre-Test Kecepatan Menggiring Bola	,006	1	38	,936
Hasil Post-Test Kecepatan Menggiring Bola	,921	1	38	,343

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
HasilPree Test KecepatanMenggir ing Bola	Between Groups	10,000	1	10,000	,173	,680
	Within Groups	2200,000	38	57,895		
	Total	2210,000	39			
Hasil Post Test KecepatanMenggir ing Bola	Between Groups	36,100	1	36,100	,708	,405
	Within Groups	1937,900	38	50,997		
	Total	1974,000	39			

Lampiran 4 Hasil Uji T

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pree Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	76,50	20	7,715	1,725
	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	78,05	20	7,584	1,696
Pair 2	Pree Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	77,50	20	7,501	1,677
	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	79,95	20	6,669	1,491

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
--	---	-------------	------

Pair 1	Pre-Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam & Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	,994	,000
Pair 2	Pre-Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar & Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	,943	,000

Paired Samples Test

Paired Differences						
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	t	df	Sig. (2-tailed)

				Lower	Upper				
Pair 1	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam - Post Test	-1,550	,826	,185	-1,936	-1,164	-8,396	19	,000
Pair 2	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar - Post Test	-2,450	2,523	,564	-3,631	-1,269	-4,343	19	,000

Lampiran 1
Hasil Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minim	Max	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	60	87	1530	76,50	7,715	59,526
Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	62	89	1561	78,05	7,584	57,524
Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	60	88	1550	77,50	7,501	56,263
Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	62	89	1599	79,95	6,669	44,471
Valid N (listwise)	20						

Lampiran 2
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar
N		20	20	20	20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	76,50	78,05	79,95	79,95
	Std. Deviation	7,715	7,584	6,669	6,669
Most Extreme Differences	Absolute	,275	,251	,213	,213
	Positive	,088	,107	,124	,124
	Negative	-,275	-,251	-,213	-,213
Kolmogorov-Smirnov Z		1,230	1,124	1,027	,951
Asymp. Sig. (2-tailed)		,097	,160	,242	,327

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 3
Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Pre-Test Kecepatan Menggiring Bola	,006	1	38	,936
Hasil Post-Test Kecepatan Menggiring Bola	,921	1	38	,343

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
HasilPree Test KecepatanMenggir ing Bola	Between Groups	10,000	1	10,000	,173	,680
	Within Groups	2200,000	38	57,895		
	Total	2210,000	39			
Hasil Post Test KecepatanMenggir ing Bola	Between Groups	36,100	1	36,100	,708	,405
	Within Groups	1937,900	38	50,997		
	Total	1974,000	39			

Lampiran 4
Hasil Uji T

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pree Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	76,50	20	7,715	1,725
	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	78,05	20	7,584	1,696
Pair 2	Pree Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	77,50	20	7,501	1,677
	Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	79,95	20	6,669	1,491

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre-Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam & Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	20	,994	,000
Pair 2	Pre-Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar & Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	20	,943	,000

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam - Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Dalam	-1,550	,826	,185	-1,936	-1,164	-8,396	19	,000
Pair 2	Pre Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar - Post Test Latihan Dribbling Menggunakan Kaki Bagian Luar	-2,450	2,523	,564	-3,631	-1,269	-4,343	19	,000

Lampiran6 :Jadwal Penelitian

Rencana penelitian ini di lakukan mulai 14 November sampai 5 Desember 2019. Latihan dilakukan sebanyak 10 kali dalam 1 bulan dan setiap minggu latihan 2 kali.

Hari/Tanggal	JenisLatihan	Repetisi	Set
Selasa, 14-11-2019	Pengambilan data pertama (<i>pre-test</i>) kaki dalam dan kaki luar	3	1
Kamis, 20-11-2019	Pengambilan data pertama (<i>pre-test</i>) kaki dalam dan kaki luar.	3	1
Selasa, 25-11-2019	- Pemanasan - lari zig zag tanpa bola	5	3
Kamis, 28-11-2019	- Pemanasan - <i>Push Up</i>	5	3
Selasa, 30-11-2019	- Pemanasan - zig zag run tanpa bola	10	3
Kamis, 01-12-2019	- Pemanasan - <i>back up</i>	10	3
Jumat, 02-12-2019	- Pemanasan - lari zig zag dengan bola	10	5
Sabtu 03-12-2019	- Pemanasan - <i>jogging</i> 5 kali putaran	1 menit	3
Senin, 05-11-2019	- Pemanasan - <i>jogging</i> 5 kali putaran	1 menit	5