

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN REAKSI TUBUH
DAN KELINCAHAN OTOT KAKI TERHADAP
KETEPATAN KIPER MENANGKAP BOLA
TENDANGAN PINALTI DI SSB PARIKESIT
TENARU GRESIK**

SKRIPSI



Unipa Surabaya

Oleh:

DIDIK ERIANTO

NIM. 165900219

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

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN REAKSI TUBUH
DAN KELINCAHAN OTOT KAKI TERHADAP
KETEPATAN KIPER MENANGKAP BOLA
TENDANGAN PINALTI DI SSB PARIKESIT
TENARU GRESIK**

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

Oleh:

DIDIK ERIANTO
NIM. 165900219

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Didik Erianto
NIM 165900219

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Kecepatan Reaksi Tubuh
Dan Kelincahan Otot Kaki Terhadap
Ketepatan Menangkap Bola Pada
Tendangan Pinalti Di Ssb Tenaru Gresik

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.



Dr. Muhammad Muhyi Faruq, M.Pd
NIP/NPP. 1002560/DY

Surabaya, 9 Januari 2020

Dosen Pembimbing II

Dr. Harwanto, ST., M.Pd
NIDN. 8902248/DY



Uniba Surabaya

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I - Jl. Ngagel Dadi III- B/37 Telp. (031) 5053127, 5011097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II - Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.
<http://fkip.unipasby.ac.id/>

PENGESAHAN

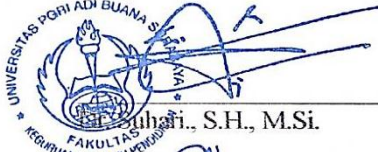
Nama : Didik Erianto
NIM : 165900219
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Kecepatan Reaksi Tubuh Dan Kelincahan Otot Kaki Terhadap Ketepatan Kiper Menangkap Bola Pada Tendangan Pinalti Di SSB Parikesit Tenaru Gresik

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



Suhari., S.H., M.Si.

2. Sekretaris



Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd.

3. Anggota



Drs. Ujang Rohman. M.Kes.

4. Anggota



Dr. Harwanto,ST., M.Pd

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Didik Erianto
NIM : 165900219
Program Studi : Pendidikan Jasmani Olahraga
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar – benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa 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, 13 Januari 2020
Yang membuat pernyataan,



Didik Erianto

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

”Cukuplah allah menjadi penolong kami dan allah
adalah sebaik-baik pelindung”

Ali 'Imran ayat 173

Believe in yourself

Skripsi ini saya dedikasikan kepada :

1. Kedua orang tua tercinta saya, yang telah memberikan do'a dan dukungan secara moril maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kepada semua keluarga yang telah memberikan do'a dan dukugannya kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada teman-teman Mahasiswa Pendidikan Jasmani angkatan 2016 , terima kasih sudah memberi semangat agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kepada teman-teman Mahasisiwa D4 kelistrikan kapal 2015, terima kasih sudah memberi semangat agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah atas kehadiran Allah SWT. Yang telah memberi rahmat serta hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul ” Pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincahan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada tendangan pinalti di SSB Parikesit Gresik ” penulis mengajukan ini sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyusun skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

- a. Dr. M. Subandowo, MS., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- b. Dr. Suhari, S.H., M.Si., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- c. Dr. Muhammad Muhyi M.Pd., Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga Universitas Adi Buana Surabaya
- d. Dr. Harwanto, ST., M.Pd., Dosen Pembimbing dalam Penyusunan Proposal
- e. Bapak/Ibu Dosen, Mata Kuliah di jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- f. Seluruh pengurus di SSB Parikest Tenaru Gresik
- g. Teman-teman Penjas Angkan 2016 dan rekan-rekan semua yang tidak memungkinkan disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam rangka menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Dengan ini dapat menikmati dan memperoleh manfaat dari karya ini. Amin.

Surabaya, 13 Januari 2020
Penulis,

DIDIK ERIANTO
NIM 165900219

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Skripsi	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Halaman Persembahan Dan Motto	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah.....	2
C. Rumusan Masalah	2
D. Variabel Dan Definisi Oprasional Variabel	3
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	4

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Dasar Teori.....	6
B. Penelitian yang Relevan	17
C. Kerangka Konseptual	19
D. Hipotesis.....	20

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	21
C. Teknik Pengumpulan Data	22
D. Instrumen Peneliti.....	23
E. Prosedur Pengumpulan Data	26
F. Teknik Analisis Data	27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	30
B. Pembahasan.....	34
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	36
B. Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA.....	37
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Hasil Hasil Tes Ketepatan Kiper dalam Menangkap Bola ..	30
4.2 Deskripsi Data	31
4.3 Histrogram <i>Prestes</i> dan <i>Posttes</i> Ketepatan Kiper Menangkap Bola	31
4.6 Uji Normalitas	32
4.7 Uji Homogenitas	32
4.8 Paired Samples Test.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Rancangan Penelitian	21
3.2 Instrumen tes kemampuan kiper menepis bola.....	24
3.3 Lintasan <i>Shadow Training</i>	25
3.4 Lintasan Lari Zig-Zag.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 : Format Revisi Skripsi	39
Lampiran 2 : Berita Acara Bimbingan Skripsi	40
Lampiran 3 : Surat Permohonan Ijin Penelitian	41
Lampiran 4 : Surat Balasan Penelitian	42
Lampiran 5 : Surat Keterangan Penelitian	43
Lampiran 6 : Hasil Uji Analisa Data Menggunakan SPSS 22.0...	44
Lampiran 7 : Pelaksanaan Penelitian Pretest Dan Posttest.....	46
Lampiran 8 : Program Penelitian.....	47
Lampiran 9 : Table Taraf Signifikasi	56
Lampiran 10 : Dokumentasi	62