

DAFTAR PUSTAKA

- Budiwanto, 2012. *Physical Training Untuk Meningkatkan Kondisi Fisik dan Kemampuan Kerja Atlet*.
- Depdiknas, 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.
- , 2007, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Dungworth Richard. 2002. *Kemampuan Memainkan Bola Mati*. Terjemahan Sutjahyana. 2003. Jakarta : Gapurmitra Sejati.
- FS Hadi, E Hariyanto, F Amiq, 2016. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. Fakultas Pedagogi dan Psikologi, 2020. *Pedoman Penulisan Proposal Skripsi Mahasiswa Program Strata 1*, Surabaya : FPP UNIPA.
- Langga & Supriyadi, 2016. *Latihan Untuk Meningkatkan Daya Fungsional Fisik Dan Daya Tahan Latihan*.
- PUTRANTO, ADITYA DWI. *Pengaruh Latihan Tendangan Dengan Teknik Kura-Kura Kaki penuh Dan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Terhadap Kemampuan Tendangan Pinalti Pada Pemain PS PAPEL Banjarnegara tahun 2011*. Diss. Universitas Negeri Semarang, 2011.
- Poerwadarminta, 2005. *Pengertian-Pengaruh-Dalam-Kamus-Besar-Bahasa Indonesia*.
- Periodization : *Theory and Methodology of Training*. Tudor O. Bompia, PhD, Carlo A. Buzzichelli.
- PSSI. 2000. *Peraturan permainan FIFA*. Jakarta : Bidang Sumber Daya PSSI.
- Sucipto dkk, 2000. *Teknik Menendang Bola*
- Sukatamsi, 1984, *Instrumen menembakan bola ke gawang*.
- Sukatamsi. 2019. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo : Tiga Serangkai.
- Sutrisno Hadi. 2004. *Metodologi Reasarch*. Yogyakarta : Andi Offset.

- Sugiyono, 2013 *Metode Penelitian Pendidikan* (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung : Alfabeta. (ISBN: 979-8433-71-8)
- Sukadiyanto, 2011 *Peningkatan (Kemahiran) Dalam Berolahraga. Cara Melatih Tim Sepakbola*, (2017, juli 13). Diambil Kembali Dari <https://latianbola11.blogspot.com/>
- 4teknik shooting sepakbola. (2018, february 1).shooting Menggunakan PunggungKaki:<https://olahragapedia.com/?s=4+teknik+shooting+sepakbola>
- Cara menembak dalam sepakbola. (t.thn.).Pandangan mata saat melakukan shooting: <https://id.wikihow.com/Menembak-dalam-Sepak-Bola>
- Posisi badan saat melakukan shooting. (2021, february 25). Retrieved from <https://www.dailymail.co.uk/sport/football/article-6106783/Miralem-Pjanic-admits-Cristiano-Ronaldo-free-kick-taking-pecking-order-Juventus.html>



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Patrisius Pitu Bata Nida
NIM : 175900017
Prodi : Pendidikan Jasmani
Judul Penelitian : PENGARUH TENDANGAN DENGAN TEKNIK KURA-KURA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN *TENDANGAN PINALTI* PADA ATLET SSB JENGGALA FC

Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan Pembimbing	
		I	II
3 November 2020	ACC Judul Skripsi		
9 November 2020	Konsultasi BAB I		
15 November 2020	Revisi BAB I		
23 November 2020	Konsultasi BAB II dan III		
26 November 2020	Revisi BAB II dan III		
3 Desember 2020	Seminar Proposal		
14 Desember 2020	Revisi Proposal		
16 Januari 2021	Konsultasi Produk dan Angket		
4 Februari 2021	Konsultasi BAB IV dan V		
5 Februari 2021	Revisi BAB IV dan V		
8 Februari 2021	ACC Skripsi dan Persetujuan Sidang		

Selesai bimbingan skripsi pada tanggal 9 Februari 2021

Mengetahui,
Dosen Pembimbing I

Dr. Hayati, dr., M.Kes.
NIP. 197008302000122001

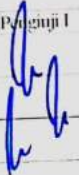

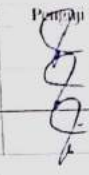






Dosen Pembimbing II

Shandy Pieter P, S.Pd., M.Pd.
NIP. 1512752


FAKULTAS PEDAGOGI DAN KEPELOPOKONAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I: Jl. Negeri Pabelan III No. 111, Pabelan, Kecamatan Pabelan, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57162
 Kampus II: Jl. Pahlawan Mangrove No. 10, Desa Sukoharjo, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57162


FORMAT REVISI SKRIPSI


Nama Mahasiswa : Patrisius Pitu Tata Nida
 NIM : 175900017
 Program Studi : Pendidikan Jasman
 Tanggal Ujian Skripsi : 10 Februari 2021
 Judul Skripsi : Pengaruh Tendangan Dengan Teknik Kura-Kura Pada Kemampuan Tendangan Pinah Pada Atlet SSB BENGALAYA
 Penguji I : Dr. Hayati, dr., M.Kes.
 Penguji II : Shandy Pieter P., S.Pd., M.Pd.
 Penguji III : Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.

No	Materi Revisi	Penguji I	Penguji II	Penguji III
1	Penomoran halaman			
2	Berita acara dilengkapi			
3	Simpulan			

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

Dosen Penguji I : 
 Dr. Hayati, dr., M.Kes.
 NIP. 197008302000122001

Dosen Penguji II : 
 Shandy Pieter P., S.Pd., M.Pd.
 NIP. 1512752

Dosen Penguji III : 
 Dr. Harwanto, S.T., M.Pd.
 NIDN. 0722106102

LAMPIRAN 1 SURAT IJIN PENELITIAN



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I: Jl. Ngagel Dadi III-B/07 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.

Nomor : 210/Ak.1/FPP/XII/2020
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala/Ketua
SSB JENGGALA FC
GEDANGAN
di SIDOARJO

Dengan hormat,

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/Ketua SSB JENGGALA FC berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa:

Nama : PATRISIUS PITU BATA NIDA
NIM : 175900017
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi
Judul Penelitian : PENGARUH LATIHAN TENDANGAN DENGAN TEKNIK KURA-KURA KAKI TERHADAP KEMAMPUAN TENDANGAN PINALITI PADA ATLET SSB JENGGALA FC

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terima kasih.

Surabaya, 15 Desember 2020




 Dekan,
 Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
 NIP. 196702091992031002

Tembusan :

1. Wakil Dekan I
2. Kaprodi

LAMPIRAN 2

SURAT KETERANGAN PENELITIAN



JENGGALA FC

GEDANGAN SIDOARJO

Sekretariat : Jl. Jenggala Gedangan - Sidoarjo Telp. 082 141 550 654

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Pelatih Kepala SSB JENGGALA FC, menerangkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pedagogi (FPP) Universitas PGRI ADI BUANA SURABAYA :

NAMA : Patrisius Pitu Bata Nida
NIM : 175900017
FAKULTAS : Fakultas Psikologi dan Pedagogi
PROGRAM STUDI : Pendidikan Jasmani

Benar-benar telah melakukan penelitian mulai tanggal 14 Desember 2020 – 31 Januari 2021 di lapangan sepak bola Jenggala Gedangan untuk menyusun skripsi dengan judul *Pengaruh Latihan Tendangan Dengan Teknik Kura-kura Kaki Terhadap Kemampuan Tendangan Penalti Pada Atlet SSB JENGGALA FC.*

Demikian surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sidoarjo, 1 Januari 2021

Pelatih Kepala SSB JENGGALA FC

FARIS ARISANDI

LAMPIRAN 3
Daftar Nama Atlet SSB JENGGALA FC

No	Nama	Kelompok
1.	Zaki	A
2.	Dendi	A
3.	Heri	A
4.	Zaenal	A
5.	Riski	A
6.	Imam	A
7.	Aula	A
8.	Altar	A
9.	Budi	A
10.	Ali	A
11.	Deffry	B
12.	Yose	B
13.	Rahman	B
14.	Arif	B
15.	Dedy	B
16.	Agus	B
17.	Nanang	B
18.	Kristian	B
19.	Andika	B
20.	Udin	B

Keterangan :

- a. Kelompok A (Kelompok Eksperimen)
- b. Kelompok B (Kelompok Kontrol)

LAMPIRAN 4
Tabel *Pre-Test* 20 Atlet SSB JENGGALA FC

No	Kode Test	Nama	Hasil Tendangan Pinalti					Jumlah
			1	2	3	4	5	
1	T-01	Zaki	10	20	0	20	0	50
2	T-02	Dendi	0	10	0	0	0	10
3	T-03	Heri	10	20	20	0	10	60
4	T-04	Zaenal	10	20	20	20	10	80
5	T-05	Riski	0	20	0	20	0	40
6	T-06	Imam	20	15	20	0	0	55
7	T-07	Aula	0	10	10	0	15	35
8	T-08	Altar	20	0	10	0	0	30
9	T-09	Budi	0	10	0	20	0	30
10	T-10	Ali	0	0	15	10	20	45
11	T-11	Deffry	10	20	5	10	10	55
12	T-12	Yose	15	20	20	10	15	80
13	T-13	Rahman	10	5	20	15	10	60
14	T-14	Arif	20	20	20	0	20	80
15	T-15	Dedy	10	20	0	0	10	40
16	T-16	Agus	10	15	0	0	15	40
17	T-17	Nanang	0	20	10	0	20	50
18	T-18	Kristian	5	10	5	5	10	35
19	T-19	Andika	5	5	5	0	5	20
20	T-20	Udin	5	20	20	5	5	55

Data Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test* tendangan pinalti (*shoot on target*) Kelompok Eksperimen

No	KodeTest	Nama	Kelompok Eksperimen		Beda (x)	x ²
			Pre-Test	Post-Test		
1	T-01	Zaki	50	65	15	225
2	T-02	Dendi	10	30	20	400
3	T-03	Heri	60	65	5	25
4	T-04	Zaenal	80	85	5	25
5	T-05	Riski	40	50	10	100
6	T-06	Imam	55	65	10	100
7	T-07	Aula	35	45	10	100
8	T-08	Altar	30	35	5	25
9	T-09	Budi	30	40	10	100
10	T-10	Ali	45	55	10	100
11	T-11	Deffry	55	60	5	25
12	T-12	Yose	80	85	5	25
13	T-13	Rahman	60	65	5	25
14	T-14	Arif	80	90	10	100
15	T-15	Dedy	40	45	5	25
16	T-16	Agus	40	55	15	225
17	T-17	Nanang	50	55	5	25
18	T-18	Kristian	35	40	5	25
19	T-19	Andika	20	30	10	100
20	T-20	Udin	55	65	10	100
Jumlah			945	1,125	175	1,875

Data Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test* tendangan pinalti (*shoot on target*) Kelompok Kontrol

No	KodeTest	Nama	Kelompok Kontrol		Beda (x)	x ²
			Pre-Test	Post-Test		
1	T-21	Yono	60	55	5	25
2	T-22	Heriawan	35	45	10	100
3	T-23	Taufik	50	55	5	25
4	T-24	Yusran	35	40	5	25
5	T-25	Gilang	25	30	5	25
6	T-26	Rifa'i	55	60	5	25
7	T-27	Rollan	80	85	5	25
8	T-28	El	65	70	5	25
9	T-29	Rinto	45	55	10	100
10	T-30	Irfanto	55	60	5	25
11	T-31	Wahyu	60	65	5	25
12	T-32	Fabian	50	55	5	25
13	T-33	Hidayat	70	75	5	25
14	T-34	Fuad	65	70	5	25
15	T-35	Nur	25	35	10	100
16	T-36	Kemal	40	45	5	25
17	T-37	Agung	45	50	5	25
18	T-38	Tri	40	45	5	25
19	T-39	Yunus	60	65	5	25
20	T-40	Daniel	55	50	-5	0,25
Jumlah			1,015	1,110	105	700,25

**Deskripsi Statistik Awal Tendangan Penalti Kelompok
Eksperimen**

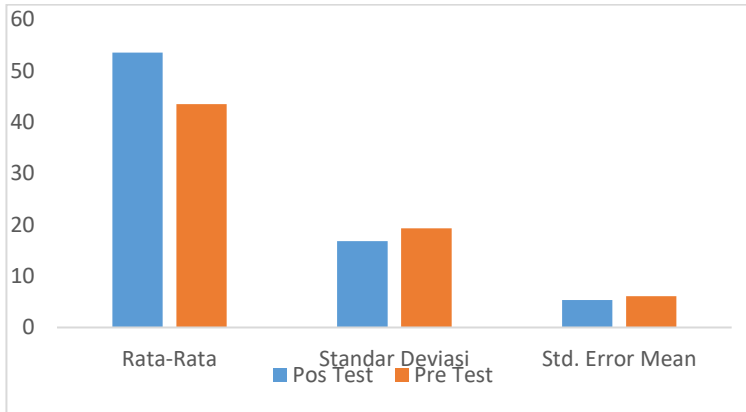
		Maximum	Minimum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	80	10	10	43,50	19,300	6,103
	Pos Test	85	30	10	53,50	16,841	5,326

**Deskripsi Statistik Awal Tendngan Penalti Kelompok
Kontrol**

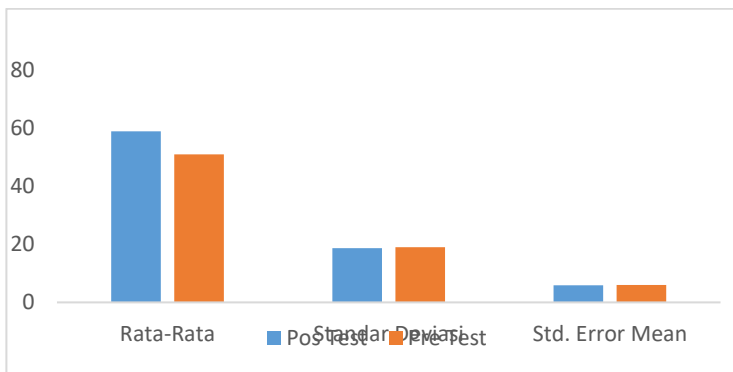
		Maximum	Minimum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	80	20	10	51,50	19,010	6,012
	Pos Test	90	35	10	59,00	18,679	5,907

LAMPIRAN 5

Grafik Histogram Kelompok Eksperimen & Kelompok Kontrol



Gambar 4.1 Histogram Kelompok Eksperimen



Gambar 4.2 Histogram Kelomok Kontrol

LAMPIRAN 6
Tabel Uji T Kelompok Eksperimen & Kelompok Kontrol

Table Uji T Kelompok Eksperimen

		Paired Differences					t	Df	Sig.
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test – Pos Test	-10,000	4,714	1,491	-13,372	-6,628	-6,708	9	,000

Tabel Uji T Kelompok Kontrol

		Paired Differences					t	Df	Sig.
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test – Pos Test	-7,500	3,536	1,118	-10,029	-4,971	-6,708	9	,000

LAMPIRAN 7 PROGRAM LATIHAN

Minggu 1

Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit
Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit

Minggu 2

Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit
Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	40%	1 menit

Minggu 3

Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit
Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit

Minggu 4

Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit
Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	50%	1 menit

Minggu 5

Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit

Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit
--------	------------------------	---	-----	---------

Minggu 6

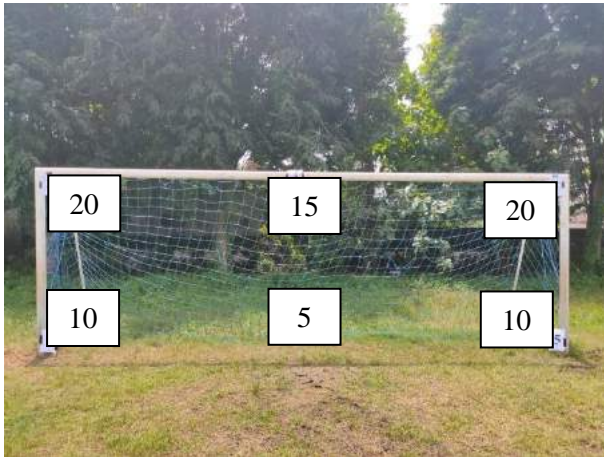
Hari	Jenis Latihan	Set	Rep	Rest
Rabu	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit
Jumat	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit
Minggu	<i>Shoot on target</i>	4	60%	1 menit

LAMPIRAN 8 DOKUMENTASI

Peralatan Latihan Tendangan Dengan Teknik Kura-Kura Kaki



Instrument Penelitian



Penjelasan Materi Latihan Tendangan Pinalti Menggunakan Kura-
Kura Kaki Pada Atlet SSB JENGGALA FC





Latihan Tendangan Pinalti Dengan Teknik Kura-Kura Kaki









Tendangan Pinalti Dengan Teknik Kura-Kura Kaki



Foto Bersama Atlet SSB JENGGALA FC

