

**PENGARUH LATIHAN *LADDER DRILL FOOT IN EACH*
TERHADAP KECEPATAN PADA PEMAIN SEPAKBOLA
SSB PS PUTRA UJUNG PANGKAH
GRESIK**

SKRIPSI



Disusun Oleh :
MUHAMMAD FAHIM
195900164

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PENDIDIKAN JASMANI
2023**

**PENGARUH LATIHAN *LADDER DRILL FOOT IN EACH*
TERHADAP KECEPATAN PADA PEMAIN SEPAKBOLA
SSB PS PUTRA UJUNG PANGKAH
GRESIK**

SKRIPSI

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

Muhammad Fahim

195900164

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PENDIDIKAN JASMANI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Muhammad Fahim
Nim : 195900164
Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Ladder Drill Foot In Each Terhadap Kecepatan Pada Pemain Sepakbola SSB PS Putra Ujungpangkah Gresik

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk di uji.

Mengetahui
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani



Achmad Nuriyadi, S.Pd., M.Pd
NIDN : 0724097301

Surabaya, 25 Januari 2023
Dosen Pembimbing

Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd
NIDN : 0712127502

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Muhammad Fahim dengan judul Pengaruh Latihan Ladder Drill Foot In Each Terhadap Kecepatan Pada Pemain Ssepakbola Ssb Ps Putra Ujungpangkah Gresik.

Telah di ujikan di depan Dewan Penguji Pada Tanggal 10 Januari 2023

Dewan Penguji

1. Dr.Muhammad Muhyi, M.Pd.

2. Gatot Marsigal Utomo,S.Pd.,M.Pd.

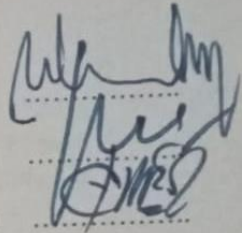
3. Brahmna Rangga Prastyana,S.Pd.,M.Pd

Jabatan

Ketua

Anggota

Anggota

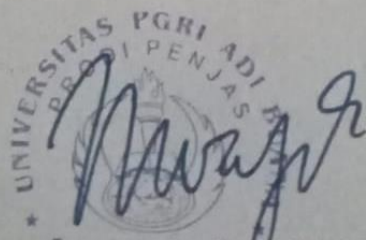


Mengesahkan Dekan FPP

Mengetahui Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Dr. Santika Renika Hadi, M. Kes
NIDN :0009026702



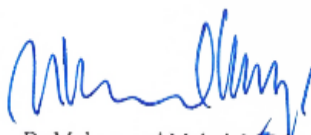
Achmad Nuriyadi, S.Pd., M.Pd
NIDN :0724097301

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini : Selasa tanggal 10 bulan Januari tahun 2023 telah dilaksanakan ujian skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Muhammad Fahim
Nim : 195900164
Program Studi : pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Ladder Drill Foot In Each Terhadap Kecepatan Pada Pemain Sepakbola SSB PS Putra Ujungpangkah Gresik

Dosen Penguji I



Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd
NIDN : 0712127502

Dosen Penguji II



Gatot Marsigal Utomo, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0708108805

Dosen Penguji III



Brahmana Ranga Prastyana, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0718108801

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Fahim
Nim : 195900164
Jurusan : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Fakultas Pedagogi dan Psikologi

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia di batalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 10 Januari 2023
Yang membuat pernyataan,

Muhammad Fahim
(195900164)

HALAMAN MOTTO

“If you feel like you are losing everything, remember that trees lose their leaves every year and still they stand tall and wait for better days to come.”

“Never get too attached to someone, because attachments lead to expectations and expectations lead to disappointment.”

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang merupakan rangkaian kegiatan yang harus dilakukan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan dalam program studi pendidikan jasmani.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan dan motivasi dari berbagai pihak, baik secara langsung atau tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. M. Subandowo, MS. selaku rektor universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes. selaku dekan fakultas pedagogi dan psikologi universitas PGRI Adi Buana Surabaya. yang memberi persetujuan pelaksanaan tugas akhir skripsi.
3. Bapak Achmad Nuryadi, S.Pd, M.Pd. selaku ketua program studi pendidikan jasmani universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd. selaku dosen pembimbing tugas akhir skripsi serta bapak dan ibu dosen program studi pendidikan jasmani universitas PGRI Adi Buana Surabaya. yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.
5. Kedua orang tua saya Ali Fauzi Aries dan Ibu Wahibah, yang sangat berjasa dalam hidup saya serta yang selalu memberikan dukungan, semangat dan motivasi yang sangat berharga bagi saya.
6. Coach Feby Kaza yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Sahabat saya Mohammad Fikri Annafis, Riky Hidayatulloh, Brilliant EGY, Rio Satya Kristanto yang sudah membantu dan teruntuk yang selalu mengingatkanku, memberiku semangat, motivasi, dan dukungan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
8. Farisa Rahma Yulita yang telah kebersamaian penulis pada hari ini yang tidak mudah selama proses pengerjaan tugas akhir.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
HALAMAN MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	4
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Kajian Teori	6
B. Penelitian yang Relevan	16
C. Kerangka Konseptual	17
D. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian	19
B. Populasi Dan Sampel Penelitian	19
D. Instrumen Penelitian	20

E. Teknik Pengumpulan Data	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	23
A. Hasil Penelitian.....	23
B. Pembahasan	27
BAB V PENUTUP.....	29
A. Kesimpulan.....	29
B. Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Data Pretest	24
Tabel 4. 2 Hasil Data Posttest.....	25
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Data	26
Tabel 4. 4 Hasil Uji T-Test.....	27

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teknik Menendang Bola.....	7
Gambar 2. 2 Teknik Menghentikan Bola	8
Gambar 2. 3 Teknik menggiring Bola	9
Gambar 2. 4 Teknik Menyundul Bola	10
Gambar 2. 5 Teknik Merampas Bola.....	11
Gambar 2. 6 Teknik Mengoper Bola	11
Gambar 2. 7 Latihan Ladder Drill Foot In Each.....	15
Gambar 2. 8 Kerangka Konseptual.....	18
Gambar 3. 1 Desain Penelitian	19
Gambar 3. 2 Lari Sprint 60 Meter	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan izin Penelitian	34
Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian.....	35
Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian	36
Lampiran 4 Alat Ladder Drills	38
Lampiran 5 Progam Latihan	39

