

**PENGARUH SPEED TRAINING TERHADAP KECEPATAN
MENGGIRING BOLA DENGAN PUNGGUNG KAKI KU14-15 DI SSB
SOCCER FOR FRIENDS SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh
Muhammad AinurRofiq
Nim : 195900089

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

**PENGARUH SPEED TRAINING TERHADAP KECEPATAN
MENGGIRING BOLA DENGAN PUNGGUNG KAKIKU14-15 DI
SSB SOCCER FOR FRIENDS SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi
Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan
jasmani

Nama

**Muhammad AinurRofiq
Nim : 195900089**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKANJASMANI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Muhammad AinurRofiq
195900089

Judul Skripsi : Pengaruh Speed Training Terhadap Kecepatan
Menggiring Bola dengan Punggung Kaki KU14-15
di Soccer For Friends Surabaya.

Surabaya, 10 Januari 2023

Pembimbing

Mengetahui,
Kaprodik Pendidikan Jasmani


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


Ahmad Nuryadi, S.Pd., MPd.
NIDN. 0724097301

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Muhammad AinurRofiq telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 10 Januari 2023

Dewan Penguji

1. Drs. Ismawandi Bripandika., M.Pd.

Ketua.....

2. Mulyono, S.Or., M.Kes.

Anggota.....

3. Dr. Luqmanul Hakim, S.Or., M.Pd.

Anggota.....

Mengesahkan
Dekan FRP



Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes.
NPP.196702091992021002.

Mengetahui

Ketua Prodi Pendidikan
Jasmani



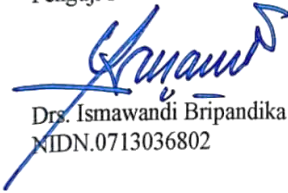
Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.
NIDN:0724097301

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari Selasa 10 Januari 2023
telah dilaksanakan ujian skripsi dari:

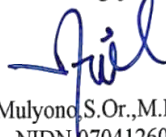
Nama Mahasiswa : Muhammad AinurRofiq
NIM : 195900089
Program Studi : Pendidikan Jasamani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Speed Training Terhadap
Kecepatan Menggiring Bola Dengan
Punggung Kaki KU 14-15 Di SSB Soccer For
Friends Surabaya

Penguji I



Drs. Ismawandi Bripandika Putra, M.Pd. NIDN.0713036802

Penguji II



Mulyono, S.Or., M.Kes. NIDN.0704126003

Penguji III



Dr. Luqmanul Hakim S.Or., M.Pd
NIDN.0706108203

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muahammad AinurRofiq
NIM : 195900089
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Fakultas Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa 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.

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, 10 Januari 2023
Yang membuat pernyataan,



Muhammad AinurRofiq

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

**“ UNTUK MENCAPAI SEBUAH IMPIAN DIBUTUHKAN
SEBUAH KERJA KERAS DAN PENGORBANAN”**

Skripsi ini saya dedikasikan kepada:

1. Kedua orang tua saya yang telah membimbing, mensupport dan mendoakan saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi inidengan tepat waktu.
2. Kepada saudara yang tak lupa untuk mendoakan saya sehingga di beri kemudahan dalam mengerjakan skripsi.
3. Kepada teman-teman mahasiswa pendidikan jasmani angkatan 2019 yang memberi semangat dan saling mendukung untuk mengerjakan skripsi saya

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Berita Acara Ujian Skripsi	iv
Pernyataan Keaslian Skripsi.....	v
Abstrak.....	vi
<i>Abstract</i>	vii
Kata pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel.....	x
Daftar Gambar.....	xi
Daftar Lampiran.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Ruang Lingkup Dan Perbatasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian	3
E. Variabel Penelitian.....	3
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II LANDASAN TEORI.....	5
A. Kajian Pustaka.....	5
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	18
C. Kerangka Konseptual.....	21
D. Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Rancangan Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel.....	24
C. Metode Pengumpulan Data.....	25
D. Teknik Analisis .Data.....	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil penelitian.....	37
B. Pembahasan.....	41
 BAB V PENUTUP.....	 43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran.....	43
 DAFTAR PUSTAKA.....	 45

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Desain Protest posttest subjek random.....	24
3.2 Program Latihan Sepak bola.....	26
3.3 Norma Tes Penilaian menggiring bola menurut Nurhasan 2001.....	34
3.4 Rumus Uji t.....	35
4.1 Hasil pretest kecepatan menggiring bola	37

4.2 Hasil posttest kecepatan menggiring bola	38
4.3 Uji Hipotesis 2 sampel berpasangan	39
4.4 Karakteristik Variabel.....	40
4.5 Uji Korelasi.....	40
4.6 Pired Differences.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Menendang bola menggunakan kaki bagian dalam.....	6
2.2 Menendang bola menggunakan kaki bagian luar.....	7
2.3 Menendang bola menggunakan punggung kaki.....	8
2.4 Menggiring bola dengan kaki dalam.....	10
2.5 Menggiring bola dengan kaki kura-kura penuh.....	11

2.6 Menggiring bola kaki bagian luar.....	12
2.7 Kerangka Konseptual.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	47
Format Revisi.....	48

Surat Izin Penelitian Penelitian.....	49
Surat Balasan Izin Penelitian Penelitian.....	50
Hasil SPSS.....	51
Program Latihan.....	53
Dokumentasi Penelitian.....	61