

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK
MENENDANG SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI
ALAT BANTU (*GATE BALL*) PADA
EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SISWA SMP NEGERI 1
SUKOSARIBONDOWOSO**

SKRIPSI



**Ongki Airlangga
NIM : 165900211**

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

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK
MENENDANG SEPAK BOLA MELALUI MODIFIKASI
ALAT BANTU (*GATE BALL*) PADA
EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA SISWA SMP NEGERI 1
SUKOSARI BONDOWOSO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan dan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**Ongki Airlangga
NIM : 165900211**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Ongki Airlangga
NIM 165900211
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Menendang
Sepak Bola Melalui Modifikasi Alat Bantu (*Gate Ball*)
Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola Siswa Smp Negeri 1
Sukosari Bondowoso

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.



Mengetahui:
Kaprodik Pendidikan Jasmani,

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

Surabaya, 15 Januari 2020

Pembimbing,

Yandika Fefrian R, S.Pd.,M.Or
NIDN. 07300189001



Unipa Surabaya

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031)8053127, 5041097 Fax. (031)5662804 Surabaya 60234
Kampus II : Duhah/Meranggal XII Telp. (031)8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

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

PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Ongki Airlangga
NIM : 165900211
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Menendang Sepak Bola Melalui Modifikasi Alat Bantu Gate Ball Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola Siswa SMP Negeri 1 Sukosari Bondowoso

Skripsi ini telah di uji 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



Dr. Suhari, S.Pd., M.Si.

2. Sekretaris

Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd.

3. Anggota

Dr. Santika Rantika Hadi, M.Kes.

4. Anggota

Yandika Fefrian R, S.Pd., M.Or

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawahini:

Nama : OngkiAirlangga
NIM : 165900211
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan 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 AdiBuana Surabaya. Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 15 Januari 2020

Yang membuat pernyataan,



OngkiAirlangga

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“ Life is beautiful if we are always grateful and appreciate it”

Jadikan ejekan orang sebagai motivasi dan buktikan dengan kemampuan terbaik yang kita miliki, Tidak ada jaminan kesuksesan tanpa perjuangan dan Tidak ada kegagalan selagi kita berusaha dan mencobanya tanpa menyerah dan selalu berdoa

Skripsi ini saya dedikasikan kepada :

1. Kedua orang tua tercinta saya, Riyono dan Rukyani yang telah memberikan do'a dan dukungan secara moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi I ini dengan baik.
2. Kepada semua keluarga team Ojrt Racing Bendebeah yang telah memberikan doa, motivasi dan dukungannya kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada teman-teman Mahasiswa Pendidikan Jasmani (PENJAS) angkatan 2016, terimakasih sudah memberi semangat agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kepada yang tersayang Novisah yang selalu memberikan dukungan semangat dan arahan yang baik yang selalu mengikatkan untuk selalu focus kepada saya agar menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah hirobbila'alamin, segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya berupa fisik maupun mental, sehingga penyusunan dan penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan baik. Dan tidak lupa juga sholat serta salam tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya ke jalan yang terang benderang yaitu AD-Dinul Islam.

Penulisan skripsi dengan Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Menendang Sepak Bola Melalui Modifikasi Alat Bantu (*Gate Ball*) Pada Ekstrakurikuler Sepak Bola Siswa Smp Negeri 1 Sukosari Bondowoso. Ini merupakan karya penulisan yang dilakukan dengan semaksimal mungkin. Akan tetapi memerlukan dan yaperbaiki dan pengembangan pada kegiatan berikut. Dalam kegiatan ini banyak pihak yang terlibat didalamnya, untuk itu penulis ingin menghaturkan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Marianus Subandowo, MS selaku Rektor dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari, S.H.,M.Si selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi buana Surabaya yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Muhammad Muhyi, M.Pd selaku ketua dari Program Studi Pendidikan Jasman atas arahan dalam penyusunan skripsi.
4. Yandika Fefrian R, M.Or selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak meluangkan waktunya memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Kepala sekolah Smp Negeri 1 Sukosari Bondowoso dan pengurus Ekstrakurikuler yang telah memberikan ijin, waktu dan tempat bagi penulis untuk melakukan penelitian.
6. Bapak/ibu Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
7. Orang tua, saudara dan keluarga yang selalu ada memberikan dukungan, motivasi, saran dan Doa
8. Sahabat/teman dekat serta teman-teman dari Penjas kelas E 2016 yang selalu ada dalam proses penyelesaian skripsi ini dan selalu memberika dukungan.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih atas segala bantuan dan kerja sama yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Dan dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari masih banyak sekali kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna, baik dari penyusunan dan penyajiannya disebabkan oleh kurangnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh sebab itu segala ide, kritik dan saran yang bersifat membangun penulis harapkan untuk perbaikan dan kemajuan penulsi dimasa yang akan datang. Akhir kata semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya Studi Pendidikan Jasmani. Sebagai penutup, semoga Allah SWT memberi berkat dan anugerah-Nya kepada kita semua, Terimakasih.

Surabaya, 13 Januari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Keaslian Tulisan	iv
Abstrak.....	v
Persembahan/Moto.....	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A Latar belakang	1
B Batasan masalah	2
C Rumusan masalah.....	2
D Tujuan penelitian.....	3
E Manfaat penelitian.....	3

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A Dasar teori	4
1. Permainan sepak bola.....	4
2. Keterampilan gerak passing.....	5
3. Keterampilan sikap dasar menendang	6
4. Modifikasi alat bantu <i>gate ball</i> dalam sepak bola.....	8
5. Manfaat dari modifikasi alat bantu <i>gate ball</i>	10
6. Kekurangan dari modifikasi <i>gate ball</i>	10
7. Keunggulan dari modifikasi <i>gate ball</i>	10
8. Gambar <i>gate ball</i> dan ukuran gawang	11
B Tinjauan Penelitian Relevan	11
C Kerangka konseptual	12
D Hipotesis	13

BAB III METODE PENELITIAN

A Desain penelitian	16
B Populasi dan sampel penelitian.....	17
C Variabel penelitian	18
1. Identifikasi Variabel	19
2. Definisi Operasional Variabel	19
D Instrumen penelitian	20
1. Alat Perlengkapan yang Digunakan	20
2. Pelaksanaan Tes	23
E Teknik pengumpulan data	24
F Teknik analisis data	25

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian	27
1. Deskripsi Lokasi dan Waktu Penelitian	27
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	27
C. Deskripsi Analisa Data	29
D. Hasil Penelitian	31
E. Uji Prasyarat.....	33
1. Uji Normalitas	33
2. Uji Homogenitas	34
3. Uji Hepotesis	34
F. Pembahasan.....	37

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	40
B. Saran	40

DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Pembagian Kelompok Dengan <i>Ordina Pairing</i>	28
4.2 Statistik Deskriptif Data Menendang Bola	29
4.3 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	31
4.4 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	32
4.5 Hasil Perhitungan Uji Normalitas.....	33
4.6 Hasil Uji Homogenitas	34
4.7 Hasil Uji Hipotesis	35
4.8 Hasil Uji <i>Independent Sample Test</i>	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Teknik Passing dengan Kaki Bagian Dalam.....	5
2.2 Teknik Menendang Bola	7
2.3 Gawang Mini <i>Gate Ball</i>	9
2.4 Desain dan Ukuran Gawang <i>Gate Ball</i>	11
2.5 Kerangka Konseptual	14
2.6 Desain Penelitian	16
2.7 Ordinal Pairing	18
2.8 Bola Sepak	20
2.9 <i>Cones</i> Sepak Bola.....	21
2.10 Gambar Gawang Mini <i>Gate Ball</i>	21
2.11 Sepatu Sepak Bola.....	22
2.12 Peluit	22
2.13 Alat Tulis.....	23
2.14 Alur Tes.....	24
4.1 Histogram Pencapaian Rata-Rata Skor	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
Lampiran 1	Format Revisi Skripsi	44
Lampiran 2	Berita Acara Bimbingan Skripsi	45
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian	46
Lampiran 4	Surat Keterangan Penelitian	47
Lampiran 5	Hasil Pretest	48
Lampiran 6	Hasil Pretest Kelompok Eksperimen	50
Lampiran 7	Hasil Postest Kelompok Eksperimen.....	51
Lampiran 8	Hasil Pretest Kelompok Kontrol	52
Lampiran 9	Hasil Postest Kelompok Kontrol.....	53
Lampiran 10	Data Pembagian Kelompok.....	54
Lampiran 11	Hasil Uji Analisis Data SPSS 22.....	55
Lampiran 12	Uji Normalitas.....	56
Lampiran 13	Uji Homogenitas	57
Lampiran 14	Uji Hipotesis	58
Lampiran 15	Uji Independent Sample Test	59
Lampiran 16	Tabel t	60
Lampiran 17	Jadwal Penelitian.....	61
Lampiran 18	Dokumentasi	62