

**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP
KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM SEPAK BOLA DI
SMK ANTARTIKA 1 SIDOARJO**

SKRIPSI



VIOLA AMARTYA PRASTYO

185900029

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2022**

**PENGARUH LATIHAN *SKIPPING* TERHADAP
KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM SEPAK BOLA DI
SMK ANTARTIKA 1 SIDOARJO**

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

VIOLA AMARTYA PRASTYO

185900029

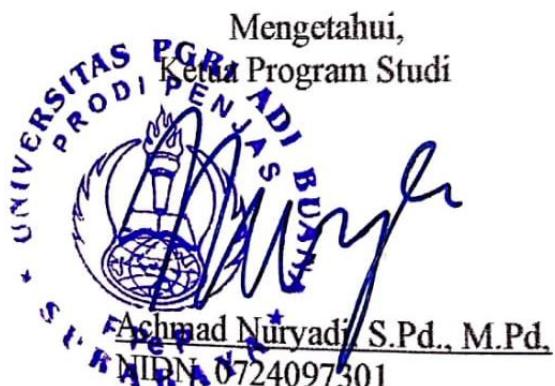
**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : Viola Amartya Prastyo
NIM : 185900029
Judul : Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan
Shooting Dalam Sepak Bola Di SMK Antartika 1
Sidoarjo.

Skripsi ini telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat
untuk diajukan dalam ujian skripsi.

Surabaya, 02 Januari 2022



Pembimbing

Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0720046203

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh Viola Amartya Prastyo dengan Judul " Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Sepak Bola Di SMK Antartika 1 Sidoarjo"

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Pada Hari Selasa, 25 Januari 2022.

Dewan penguji :

1. Dr. Drs.Abd. Cholid, S.Pd., M.Pd. Ketua..... 

2. Dr. Sumardi, M.Kes. Anggota..... 

3. Dr. Luqmanul Hakim, M.Pd. Anggota..... 

Mengesahkan
Dekan FPP,



Dr. Santika Renikha Hadi, M.Kes.
NIDN. 00690006702

Mengetahui
Ketua Program Studi,



Amed Nuryadi, S.Pd. M.Pd.
NIDN. 0720046203

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Viola Amartya Prastyo
NIM : 185900029
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Pendagogi Dan Psikologi

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 dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Surabaya, 02 Januari 2022
Yang membuat pernyataan



Viola Amartya Prastyo
NIM. 185900029

MOTTO

Ada banyak hal yang saya harap akan saya lakukan, daripada hanya duduk – duduk dan mengeluh tentang kehidupan yang membosankan.

(Kurt Cobain)

Harus ada yang dikerjakan agar kehidupan berjalan wajar, hidup hanya sekali kawan, aku tak mau terdiam dalam keraguan.

(Viola Amartya Prastyo)

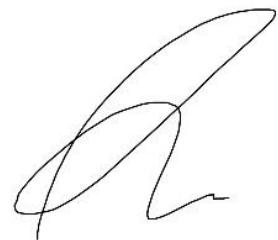
KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang mana atas rahmat dan karunianya kami dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Skipping* Terhadap Kemampuan *Shooting* Dalam Sepak Bola di SMK Antartika 1 Sidoarjo” Dalam penyusunan skripsi ini, tidak sedikit hambatan kami hadapi. Namun kami menyadari bahwa kelancaran dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan dorongan orang-orang di sekitar kami. Oleh karena itu kami mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. M. Subandowo, MS, Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Drs. Santika Rentika Hadi, M. Kes, Dekan FPEP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Ahmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd, Kaprodi Pendidikan Jasmani.
4. Dr. Drs. Abd. Cholid, S.Pd, M.Pd, Dosen Pembimbing yang selalu menyediakan waktu untuk memberikan saran, bimbingan, nasehat, dan ilmu pengetahuannya dengan sabar. Sahabat terbaik saya Hardi, Aldy, Tommy, Zidan, Fajar, Rio yang selalu menemani dan mendukung saya untuk membantu dalam menyelesaikan penyusunan Skripsi.
5. Dosen penguji yang memberikan ilmu pengetahuan dan masukannya dalam kesempurnaan penulisan ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Jasmani serta staf yang telah memberikan bekal dan motivasi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Trimakasih kepada Orang tua, teman, dan kerabat yang selalu memberikan semangat untuk segera menyelesaikan penyusunan Skripsi ini.
8. Seluruh guru dan staf SMK Antartika 1 Sidoarjo yang telah memberi izin saya untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

Peneliti berharap penelitian yang dilakukan dapat bermanfaat bagi peneliti maupun untuk pembaca. Pemberian kritik dan saran selalu diterima dengan tangan terbuka demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil dari skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi berkah bagi pembaca.

Sidoarjo, 02 Januari 2022
Penulis ,



Viola Amartya Prastyo
185900029

DAFAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Tulisan.....	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Motto	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Identifikasi Masalah.....	3
3. Rumusan Masalah.....	3
4. Tujuan Penelitian	3
5. Manfaat Penelitian	3

BAB II LANDASAN TEORI	4
A. Kajian Pustaka	4
1. Teknik Permainan Sepak Bola.....	4
2. Teknik Dasar Menendang Bola (Passing)	4
3. Teknik Dasar Mengontrol Bola (<i>Trapping</i>).....	5
4. Teknik Dasar Menggiring (<i>Dribbling</i>)	5
5. Teknik Dasar Menyundul Bola (<i>Heading</i>)	6
6. Teknik Dasar <i>Shooting</i>	6
7. Pengertian <i>Shooting</i>	7
8. Macam-macam teknik <i>shooting</i>	7
9. Tips <i>Shooting</i> Dalam Sepak Bola.....	11
10. Akurasi	12
11. <i>Skipping</i>	12
B. Pengertian Terdahulu Yang Relevan.....	13
C. Kerangka Konseptual	14
D. Hipotesis	15

BAB III METODE PENELITIAN.....	16
A. Rancangan Penelitian	16
B. Populasi Dan Sampel	17
C. Waktu Dan Tempat Pelaksaan	17
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	18
E. Langkah-langkah Penelitian	18
F. Metode Pengumpulan Data.....	19
G. Teknik Analisis Data	19
BAB IV HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN.....	21
A. Hasil Penelitian	21
B. Pembahasan.....	25
BAB V SIMPULAN dan SARAN	27
A. Simpulan.....	27
B. Saran	27
DAFTAR PUSTAKA.....	28
LAMPIRAN	30

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	21
Tabel 4.2. Frekuensi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	22
Tabel 4.3. Uji Normalitas	23
Tabel 4.4. Uji Homogenitas.....	24
Tabel 4.5. Uji <i>Paired Sampel Test</i>	25

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik Dasar Menendang Bola.....	4
Gambar 2.2 Teknik Dasar Mengontrol Bola.....	5
Gambar 2.3 Teknik Dasar Menggiring Bola.....	5
Gambar 2.4 Teknik Dasar Menyundul Bola	6
Gambar 2.5 Teknik Dasar <i>Shooting</i>	6
Gambar 3.1 Desain Penelitian	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian	30
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian	31
Lampiran 3. Tabel Uji t	32
Lampiran 4. Tabel T	36
Lampiran 5. Program Latihan.....	37
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	40