

**PENGARUH LATIHAN *LADDER DRILL*
TERHADAP KELINCAHAN MENGGIRING BOLA
PEMAIN SEPAK BOLA**

SKRIPSI



**IRAWAN RIZKY ANGGORO WICAKSONO
NIM 165900002**

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

**PENGARUH LATIHAN LADDER DRILL TERHADAP
KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PEMAIN SEPAK BOLA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Adibuana Surabaya untuk memenuhi sebagian
persyaratan dalam Memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada
Program Studi Pendidikan Jasmani**

IRAWAN RIZKY ANGGORO WICAKSONO

NIM 165900002

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

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Irawan Rizky Anggoro Wicaksono
NIM 165900002

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *Ladder Drill* Terhadap
Kelincahan Menggiring Bola Pemain Sepak
Bola

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 28 Agustus 2019.
Pembimbing

Mengetahui:
Kaprodi Pendidikan Jasmani,



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

Dr. Ujang Rohman, M.Kes.
NIDN. 0029076402



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA

Kampus I : Jl. Ngagel Daro III-4037 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234
Kampus II : Jl. Duhah Mumpung XI Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

<http://kip.unpasby.ac.id/>

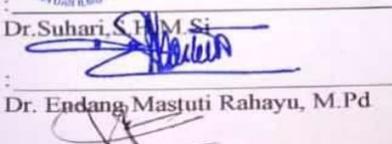
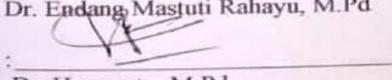
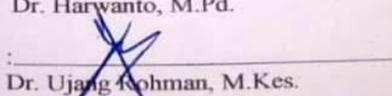
PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Irawan Rizky Anggoro Wicaksono
NIM : 165900002
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan *Ladder Drill* Terhadap
Kelincahan Menggiring Bola Pemain Sepak
Bola

Skripsi ini telah diuji 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 : 02 Januari
Tahun : 2020

Panitia Ujian Skripsi

1. Ketua : 
Dr. Suhari, S.H., M.Si
2. Sekretaris : 
Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd
3. Anggota : 
Dr. Harwanto, M.Pd.
4. Anggota : 
Dr. Ujang Rohman, M.Kes.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh model latihan *ladder drill* terhadap kelincahan menggiring bola pemain sepak bola”. Dalam proses penyusunan ini, saya banyak mendapatkan dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Dan saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan Bapak atau Ibu, saya tidak dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. M. Subandowo, MS., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari, S.H., M.Si., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dr. Ujang Rohman, M.Kes., selaku dosen pembimbing skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
5. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
6. Eko irianto., Pembina SSB BLIGO PUTRA SIDOARJOD
7. Segenap pelatih (dedik nuriansyah , alfian nurudin S, pd) SSB BLIGO PUTRA SIDOARJO
8. Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Jasmani atas bekal ilmu yang diberikan selama di perkuliahan.
9. Seluruh keluarga besar dan teman-teman yang telah memberikan semangat dan mendo’akan saya sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan tepat waktu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan atau jauh dari kesempurnaan, hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang kita miliki.

Oleh karena itu, besar harapan penulis untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca untuk menuju

yang lebih baik dan lebih sempurna. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan menjadi referensi bagi penelitian sejenis yang selanjutnya.

Surabaya, 03 Januari 2020
Penulis

Irawan Rizky Anggoro.W

PERSEMBAHAN/MOTO

MOTTO:

- * jika keadaanmu hari ini belum jadi lebih baik percayalah sedikit lagi hidupmu akan semakin baik , percaya proses !**
- * Kalaupun suatu saat kamu gagal ingatlah, kegagalan adalah hal yang biasa, orang sukses pun pernah merasakan kegagalan, kegagalan bukan berarti tuhan menghukummu namun kegagalan berarti tuhan sedang mengarahkanmu.**

Skripsi ini saya persembahkan:

1. Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya saya diberi kemudahan, kelancaran dan keikhlasan dalam pengerjaan skripsi ini.
2. Kedua orangtua tercinta. Terima kasih untuk semua kasih sayang yang diberikan dalam mendoakan dan memotivasi saya untuk meraih kesuksesan.
3. Seluruh keluarga besar yang selalu memberikan semangat sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu.
4. Keluarga besar SSB BLIGO PUTRA SIDOARJO.
5. Sahabat saya Widya, bunda Dewi, Tiara terima kasih telah mensupport dan selalu ada ketika saya jenuh butuh liburan.
6. Teman Saya Magang 3 Mira Putri Wijayanti terimakasih yang sebesar-besarnya yang selalu memberikan semangat dan membantu menyelesaikan semuanya.
7. Teman saya Dwi Nona yang selalu support dan saling mengingatkan.
8. Adik sepupu saya Novi ayu terima kasih sudah mensupport dan membantu.
9. Teman saya Diah Ayu yang baru kenal dari prodi Pkn terima kasih banyak sudah mau membantu.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Irawan Rizky Anggoro Wicaksono

NIM : 165900002

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 pengambilan 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 AdiBuana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 15 Januari 2020
Yang membuat pernyataan,



Irawan Rizky Anggoro Wicaksono

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian	iv
Abstrak	v
Abstrac	vi
Persembahan/motto	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar.....	xi
Daftar Lampiran	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang	1
B. Batasan Masalah	2
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian.....	3
E. Manfaat Penelitian.....	3

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Dasar Teori	4
1. Hakikat Permainan Sepak bola	4
2. Hakikat Latihan	5
3. Ladder Drill	6

4. Kelincahan.....	7
5. Dribbling	7
B. Tinjauan Penelitian yang Relevan.....	8
C. Kerangka Konseptual.....	8
D. Hipotesis.....	9

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	11
B. Populasi dan Sampel Penelitian	11
C. Variabel Penelitian	11
D. Instrumen Penelitian	12
E. Teknik Pengumpulan Data.....	13
F. Teknik Analisis Data	13

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	16
B. Pembahasan	22

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	24
B. Saran.....	24

DAFTAR PUSTAKA	26
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	28
----------------------	-----------