

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN MENGGUNAKAN KAKI DALAM  
DAN PUNGGUNG KAKI PENUH TERHADAP KETEPATAN *SHOOTING* KE  
GAWANG PADA SSB JATI KENONGO**

SKRIPSI



Nur Muhammad Hafid  
NIM 175900167

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2021**

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN MENGGUNAKAN KAKI  
DALAM DAN PUNGGUNG KAKI PENUH TERHADAP  
KETEPATAN *SHOOTING* KE GAWANG PADA SSB JATI  
KENONGO**

SKRIPSI

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

Nur Muhammad Hafid  
NIM 175900167

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2021**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Nur Muhammad Hafid  
NIM : 175900167

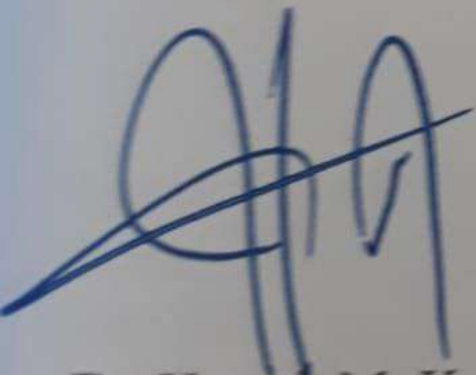
Judul Skripsi : "PENGARUH LATIHAN TENDANGAN KAKI DALAM DAN PUNGGUNG KAKI PENUH TERHADAP KETEPATAN SHOOTING KE GAWANG PADA SSB JATI KENONGO"

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 05 Januari 2021

Dosen Pembimbing

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani



Dr. Hayati, M. Kes.



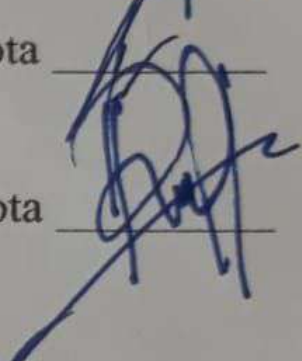


Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd.

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Nur Muhammad Hafid dengan judul “Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam Dan Punggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan Shooting ke Gawang Pada SSB Jati Kenongo” telah di pertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 09 Februari 2021

Dewan Penguji:

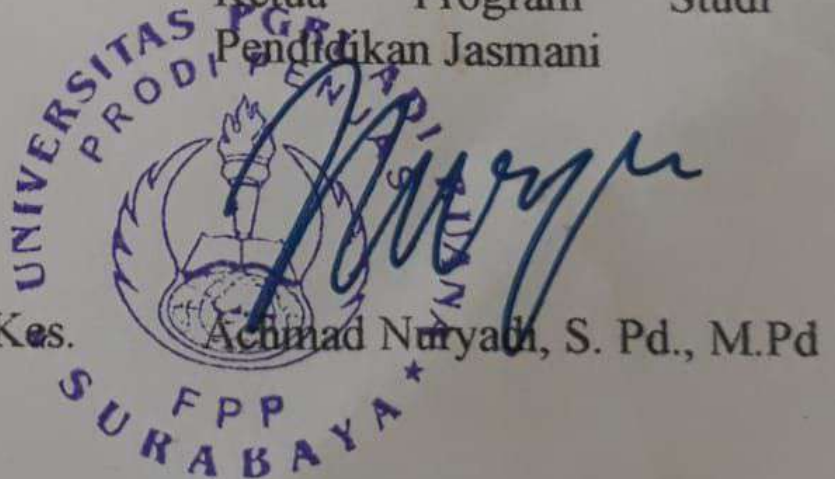
1. Dr. Hayati,dr., M.Kes Anggota 
2. Dr. Drs. Abd.Cholid, S.Pd., M.Pd Anggota 
3. Ramadhany Hananto Puriana, S.Pd.,M.Pd Anggota 

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Pedagogi  
Dan Psikologi



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

Mengetahui  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani



Achmad Nuryadi, S. Pd., M.Pd

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Muhammad Hafid  
NIM : 175900167  
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 pengambil alihan 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, 05 Januari 2021

Yang membuat pernyataan,



**Nur Muhammad Hafid**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur saya haturkan kepada kehadiran Allah SWT, karena ridho-nya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini sayah persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Hari Subagio dan Ibu Etin Winarti yang telah memberikan doa, dukungan dan semangat, maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Kepada semua keluarga tanpa terkecuali yang telah memberikan do'a dan dukungan kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada teman-teman Mahasiswa Pendidikan Jasmani (Penjas) angkatan 2017, terimakasih sudah memberikan semangat agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kepada teman dekat saya Novia Jayanti Pratiwi, yang sudah memberikan semangat dan membantu hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik dan tepat waktu
5. Kepada Afandi, Iqbal, Didin yang sudah menjadi teman awal masuk kuliah yang selalu bersama dan saling memberikan semangat kepada saya hingga terselesaikannya skripsi ini dengan baik.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam Dan Punggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan *Shooting* Ke Gawang Pada SSB Jati Kenongo” dapat diselesaikan dengan baik dan lancar.

Penulis menyadari bahwa selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes selaku Dekan Fakultas Pedagogik Dan Psikologi
2. Achmad Nuryadi, S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
3. Dr. Hayati,dr., M.Kes selaku Dosen Pembimbing skripsi
4. Dr. Abdul Cholid, M.Pd selaku Dosen Penguji skripsi
5. Ramadhani, S.Pd.,M.Pd Dosen Penguji skripsi

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini.

Penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan skripsi ini dapat menjadi salah satu bahan referensi untuk acuan pembuatan skripsi bagi peneliti yang akan datang.

Surabaya, 05 Desember 2020

Penulis,

Nur Muhammad Hafid

175900167

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar .....	xii
Daftar Lampiran .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup Dan Pembatasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah .....	3
D. Tujuan Penelitian.....	3
E. Variabel Penelitian .....	3
F. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II.....	5
LANDASAN TEORI .....	5
A. KAJIAN PUSTAKA .....	5
1. Hakikat <i>Shooting</i> Dalam Sepakbola .....	5
2. Macam-Macam Teknik Tendangan.....	5
3. Prinsip-Prinsip Latihan .....	8
B. Penelitian yang Relevan .....	9
C. Kerangka Konseptual .....	11
D. Hipotesis Penelitian .....	12
BAB III.....	13
METODE PENELITIAN .....	13
A. Rancangan Penelitian .....	13
B. Populasi Dan Sampel.....	13
C. Metode Pengumpulan Data .....	14
D. Teknik Analisis Data .....	16
E. Jadwal Penelitian .....	17
BAB IV.....	18
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	18
A. Hasil Penelitian.....	18
BAB V.....	29



KESIMPULAN DAN SARAN .....	29
A. Kesimpulan.....	29
B. Saran.....	29
DAFTAR PUSTAKA.....	30

**Daftar Tabel**

Tabel 3.1 Pembagian Kelompok Penelitian .....	14
Tabel 3.2 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	16
Tabel 4.3 Uji Normalitas Data Pre-Test pada Eksperimen I dan Eksperimen II.....	20
Tabel 4.4 Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata Pre-Test Eksperimen I dan Eksperimen II.....	21
Tabel 4.5 Deskripsi Hasil Data Post-Test Ketepatan Tembakan Ke Gawang pada Eksperimen I dan Eksperimen II.....	22
Tabel 4.6 Uji Normalitas Data Post-Test pada Eksperimen I dan Eksperimen II .....	23
Tabel 4.7 Uji Homogenitas Data Post-Test pada Eksperimen I dan Eksperimen II.....	24
Tabel 4.8 Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata Post-Test Eksperimen I dan Eksperimen II .....	25
Tabel 4.9 Uji Pairred Sampel T-Test Eksperimen I .....	25
Tabel 4.10 Uji Pairred Sampel T-Test Eksperimen II .....	26

**Daftar Gambar**

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual..... 11  
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian..... 13

### Daftar Lampiran

<b>Lampiran 1</b> Surat Ijin Penelitian.....	31
<b>Lampiran 2</b> Data Pre-Test Ketepatan <i>Shooting</i> SSB JATI KENONGO U-16 .....	32
<b>Lampiran 3</b> DAFTAR HASIL RANKING.....	33
<b>Lampiran 4</b> Daftar Rangking Pre Test Akurasi Shooting Dari Hasil Tertinggi Sampai Hasil Terendah Untuk Di Matchkan.....	34
<b>Lampiran 5</b> Daftar Hasil Matching Untuk Kelompok Eksperimen I Dan Eksperimen II .....	35
<b>Lampiran 6</b> Hasil Post-Test Ketepatan <i>Shooting</i> Ke Gawang Kelompok Eksperimen I.....	36
<b>Lampiran 7</b> Hasil Post-Test Ketepatan <i>Shooting</i> Ke Gawang Kelompok Eksperimen II.....	37
<b>Lampiran 8</b> Dokumentasi Penelitian.....	38
<b>Lampiran 9</b> Program Latihan.....	40