

**PENGARUH PENDEKATAN TAKTIS TERHADAP KETERAMPILAN  
MENGGIKIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

**(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 1  
Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**JENI RAMDAN NUGRAHA  
152191087**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
2019**

**PENGARUH PENDEKATAN TAKTIS TERHADAP KETERAMPILAN  
MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

**(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 1  
Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)**

**JENI RAMDAN NUGRAHA  
152191087**

Disahkan oleh

Pembimbing I



**Nuriska Subekti, S.Pd., M.Pd.  
NIDN 0408038201**

Pembimbing II



**Melya Nur Herlina, S.Pd., M.Pd.  
NIDN 0004128902**

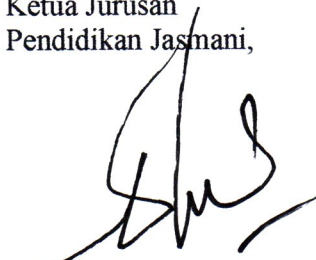
Disetujui oleh

Dekan FKIP  
Universitas Siliwangi,



**Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd.  
NIP 19630409 198911 1 001**

Ketua Jurusan  
Pendidikan Jasmani,



**Drs. H. Abdul Narlan, M.Pd.  
NIDN 0415116301**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh Pendekatan Taktis terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola** (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 1 Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)”, beserta seluruh isinya adalah sepenuhnya karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung konsekuensi atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.

Tasikmalaya, Juni 2019  
Yang Membuat Pernyataan,



**JENI RAMDAN NUGRAHA**  
**NPM. 152191087**

## **PENGARUH PENDEKATAN TAKTIS TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA**

**Jeni Ramdan Nugraha<sup>1)</sup>, Nuriska Subekti<sup>2)</sup>, Melya Nur Herlina<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> **Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Siliwangi Tasikmalaya**

<sup>2)</sup> **Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Siliwangi Tasikmalaya**

<sup>3)</sup> **Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Siliwangi Tasikmalaya**

**nugrahajeniramdan@gmail.com <sup>1)</sup>, [subekti323@gmail.com](mailto:subekti323@gmail.com) <sup>2)</sup> [melya.nh22@unsil.ac.id](mailto:melya.nh22@unsil.ac.id) <sup>3)</sup>**

### **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh latihan menggiring bola dengan pendekatan taktis terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dan instrumen dalam penelitian ini adalah tes menggiring bola dalam permainan sepak bola. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistik, ternyata secara empirik latihan menggiring bola dengan pendekatan taktis berpengaruh secara berarti terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya tahun ajaran 2018/2019.

***Kata Kunci : latihan, menggiring bola, pendekatan taktis, sepak bola***

---

### **ABSTRACT**

The purpose of this research is to obtain information about the influence of exercise led the ball with the approach tactical against the skills led the ball in a game of football on the students ekstrakurikuler football junior high school of 1 Sukaraja District Tasikmalaya academic year 2018/2019. The research method used is experiment method and instrument in this research is a test of dribbling in a soccer game. Based on the results of processing data with a statistical test, it turns out that empirically the dribble drills with a tactical approach influence means against the skill of dribbling in a soccer game on the students ekstrakurikuler football junior high school of 1 Sukaraja District Tasikmalaya in the academic year 2018/2019.

***Keywords : exercise, dribble, tactical approach, football***

## KATA PENGANTAR



Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pendekatan Taktis terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola** (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 1 Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik materi maupun cara penyajiannya. Namun demikian, semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan pikiran serta manfaat khususnya bagi penulis, umumnya bagi semua pembaca.

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari berbagai bantuan baik moril maupun materi karena itu pada kesempatan ini dengan rasa tulus dan kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya, terutama kepada:

1. Bapak Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi beserta stafnya, yang telah banyak memberikan kemudahan penyelesaian berbagai administrasi untuk kelancaran pelaksanaan penelitian.

2. Bapak Drs. H. Abdul Narlan, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya, sekaligus sebagai dosen pembimbing II yang selalu memotivasi, membimbing, dan memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan studi dengan sebaik-baiknya.
3. Bapak Nuriska Subekti, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing I dan Ibu Melya Nur Herlina, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing penulis sejak awal hingga akhir penulis skripsi, hasil koreksi dan saran untuk memperbaiki sangat berarti bagi penulis.
4. Dosen di lingkungan Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan olahraga, wawasan, kepedulian, komitmen dan ketulusannya.
5. Ibu Hj. Dida Nurhayati, S.Pd., M.M., selaku Kepala SMP Negeri 1 Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya yang telah memberi izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
6. Ayahanda Anang Suryana dan Ibunda Nanih Napisah tercinta yang tiada henti mencurahkan kasih sayang, memberikan dorongan doa, semangat dan bantuan moril maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa angkatan 2015 Jurusan Pendidikan Jasmani, yang selalu ada pada saat susah senang bersama, dan selalu berikan yang terindah untuk persahabatan! Kalian adalah yang terbaik.

8. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah berjasa membantu penulis dalam proses menyelesaikan skripsi ini.

Hanya kepada Allah penulis memohon semoga segala kebaikan, petunjuk, bantuan, serta bimbingan yang diberikan semua pihak kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT yang berlipat ganda. Penulis sangat berharap, mudah-mudahan skripsi ini dapat berguna bagi penulis khususnya, dan semua pihak yang memerlukannya. Amin.

Tasikmalaya, Juni 2019

Penulis,

**J R N**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Definisi Operasional.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Kegunaan Penelitian.....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORETIS</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Konsep Latihan .....	9
a. Pengertian Latihan .....	9
b. Tujuan Latihan.....	10
c. Prinsip-prinsip Latihan .....	11
1) Prinsip Beban Latihan ( <i>Overload Principle</i> ).....	12



	Halaman
2) Prinsip Individualisasi .....	14
3) Kualitas Latihan .....	15
4) Intensitas Latihan .....	16
2. Konsep Permainan Sepak Bola .....	17
a. Pengertian Permainan Sepak Bola .....	17
b. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola .....	20
c. Teknik Dasar Menggiring Bola ( <i>Dribbling</i> ) .....	21
1) Cara Melakukan dan Melatih Teknik Menggiring Bola .....	23
(a) Teknik Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam .....	23
(b) Teknik Menggiring Bola dengan Sisi Kaki Bagian Luar .....	24
(c) Menggiring Bola menggunakan Kura-kura Kaki (Punggung Kaki) .....	25
3. Pendekatan Taktis .....	29
a. Pengertian Pendekatan Taktis .....	29
b. Pendekatan Taktis dalam Keterampilan Menggiring Bola pada Permainan Sepak Bola .....	31
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	35
C. Anggapan Dasar .....	36
D. Hipotesis.....	37

**BAB III PROSEDUR PENELITIAN**

A. Metode Penelitian.....	38
B. Variabel Penelitian .....	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	39
1. Populasi Penelitian .....	39
2. Sampel Penelitian .....	40
D. Desain Penelitian.....	41
E. Langkah-langkah Penelitian.....	41
F. Teknik Pengumpulan Data .....	42
G. Instrumen Penelitian.....	43
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	45
I. Waktu dan Tempat Penelitian .....	48

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	49
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	50
1. Hasil Pengujian Normalitas Data .....	50
2. Hasil Penghitungan Homogenitas .....	50
C. Pengujian Hipotesis .....	51
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	52

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	54
B. Saran .....	54

	Halaman
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	56
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	58

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Tangga .....	13
Gambar 2.2 Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Dalam .....	24
Gambar 2.3 Menggiring Bola Menggunakan Kaki Bagian Luar .....	25
Gambar 2.4 Menggiring Bola dengan Menggunakan Punggung Kaki ..	26
Gambar 2.5 Latihan Pendekatan Taktis Menggiring Bola .....	34
Gambar 3.1 Diagram Variabel .....	39
Gambar 3.2 Desain Penelitian .....	41
Gambar 3.3 Diagram Tes Menggiring Bola .....	44
Gambar 3.4 Tes Keterampilan Menggiring Bola .....	45

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Intensitas Latihan untuk Latihan Kekuatan dan Kecepatan .....	17
Tabel 4.1 Deskripsi Hasil Tes Awal dan Akhir (Tes Menggiring Bola)...	49
Tabel 4.2 Hasil Penghitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi dan Varians dari Setiap Tes .....	50
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Normalitas Data dari Masing-masing Tes .....	50
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas Data dari Setiap Tes .....	51
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Hipotesis .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir (Tes Menggiring Bola)	59
Lampiran 2. Program Latihan .....	60
Lampiran 3. Penghitungan Skor rata-rata, Standar Deviasi dan Variasi Tes Awal .....	62
Lampiran 4. Penghitungan Skor rata-rata, Standar Deviasi dan Variasi Tes Akhir .....	63
Lampiran 5. Uji Homogenitas Data dan Uji Hipotesis .....	64
Lampiran 6. Tabel Distribusi Normal .....	65
Lampiran 7. Tabel Uji Homogenitas .....	66
Lampiran 8. Tabel Distribusi F .....	67
Lampiran 9. Tabel Distribusi t .....	69
Lampiran 10. SK Bimbingan .....	70
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian .....	71
Lampiran 12. Pernyataan Melaksanakan Penelitian .....	72
Lampiran 13. Dokumentasi Sampel.....	73
Lampiran 14. Riwayat Hidup Penulis.....	76