

**PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAK BOLA USIA 12 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA BABUSSALAM**

SKRIPSI



**OLEH:
AHMAD RIZKI
NIM. 1734002**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
KABUPATEN ROKAN HULU
2023**

**PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAK BOLA USIA 12 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA BABUSSALAM**

SKRIPSI



*Di Ajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*

**OLEH:
AHMAD RIZKI
NIM. 1734002**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
KABUPATEN ROKAN HULU
2023**

LEMBAR PENGESAHAN DEKAN

**Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Pasir Pengaraian
menyatakan bahwa**

AHMAD RIZKI
NIM. 1734002

Telah menyelesaikan ujian akhir untuk Pendidikan Strata 1 (S1)
Pada Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Pada tanggal 10 Juli 2023



Dr. PIPIT RAHAYU, M.Pd
NIP. 198601312009032002

LEMBAR PENGESAHAN TIM PEMBIMBING

**PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAK BOLA USIA 12 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA BABUSSALAM**

Skripsi

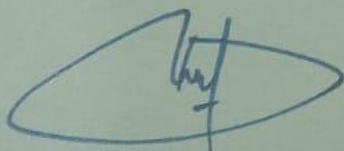
Disusun oleh :

NAMA : AHMAD RIZKI
NIM : 1734002
PROGRAM STUDI : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

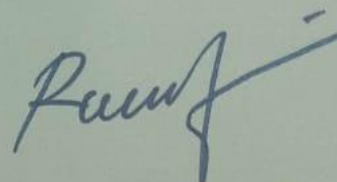
Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II



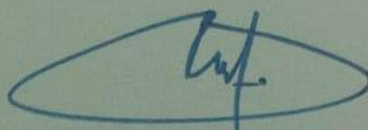
MUARIF ARHAS PUTRA, M.Pd
NIDN. 1009039101



RIDWAN SINURAT, S.Pd., M.Or
NIDN. 1003039301

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



MUARIF ARHAS PUTRA, M.Pd
NIDN. 1009039101

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dengan ini menyatakan bahwa

AHMAD RIZKI
NIM. 1734002

Telah dipertahankan di depan dewan penguji dari Program Studi Pendidikan

Olahraga dan Kesehatan FKIP UPP pada tanggal 10 Juli 2023 sebagai

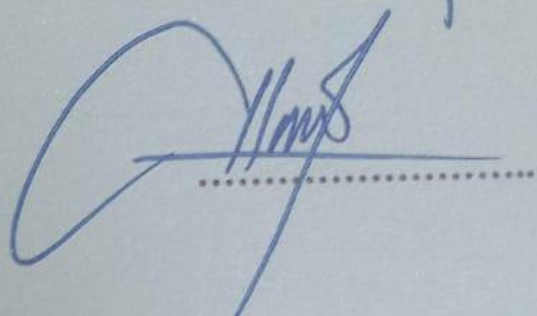
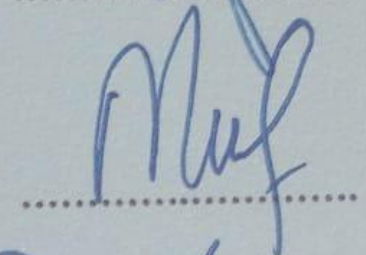
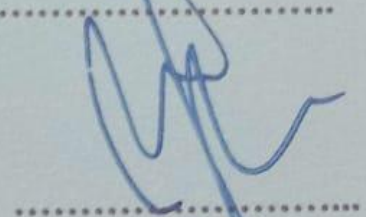
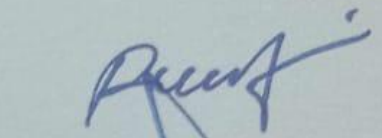
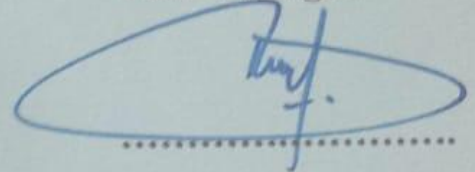
salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Dewan Penguji

1. Muarif Arhas Putra., M.Kes
NIDN. 1009039101
Ketua
2. Ridwan Sinurat, S.Pd., M.Or
NIDN. 1003039301
Sekretaris
3. Lolia Manurizal, M. Pd
NIDN.1002039001
Anggota
4. Masdi Janiarli, SST., M.Kes
NIDN. 1014019004
Anggota
5. Aluwis, S. Pd., M. Pd
NIDN. 1008018805
Anggota

Tanda Tangan



LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Ahmad Rizki
NIM : 1734002
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Universitas Pasir Pengaraian

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi saya dengan judul : **“Pengaruh Latihan *Ball Feeling* terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepak Bola Usia 12 Tahun Di Sekolah Sepak Bola Babussalam”**, adalah benar merupakan hasil karya saya dan bukan merupakan plagiat dari karya orang lain. Apabila suatu saat saya terbukti melakukan plagiat maka saya bersedia diproses dan menerima sanksi akademis maupun hukum sesuai dengan ketentuan yang berlaku, baik institusi Universitas Pasir Pengaraian maupun di masyarakat dan hukum negara.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan rasa tanggung jawab sebagai anggota masyarakat ilmiah.

Pasir Pengaraian, 10 Juli 2023
Yang menyatakan,



Ahmad Rizki
NIM. 1934002

**PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* TERHADAP KEMAMPUAN
DRIBBLING PEMAIN SEPAK BOLA USIA 12 TAHUN DI
SEKOLAH SEPAK BOLA BABUSSALAM**

AHMAD RIZKI
NIM. 1734002

Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Pasir Pengaraian
Kabupaten Rokan Hulu
2023

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah masih terlihat para pemain saat melakukan *dribbling* yang asal-asalan sehingga bola mudah terlepas dan mudah untuk direbut oleh lawan. hal ini disebabkan kurangnya pembinaan dan waktu latihan dan tidak ada program latihan untuk meningkatkan krmampuan *dribbling* para pemain. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Pengaruh Pengaruh Latihan *Ball Feeling* terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepak Bola Sekolah Sepak Bola (SSB) Babussalam U-12.

Penelitian ini merupakan penelitian metode Eksperimen Semu dilanjutkan dengan melihat kontribusi variabel X terhadap variabel Y. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain Sekolah Sepak Bola (SSB) Babussalam U-12 yang berjumlah 18 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Penelitian ini dilakukan di lapangan Fajar Babussalam dengan motode latihan *ball feeling* dan pengambilan tes *dribling*. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan yaitu analisis uji normalitas dengan metode *lilliefors*, homogenitas dan uji hipotesis dengan menggunakan uji t..

Dari hasil penelitian ini diperoleh pengujian Hipotesis dari kemampuan *dribbling* sepakbola yang dilakukan perhitungan statistik sesuai dengan formula yang digunakan (Uji t) diperoleh $t_{hitung} 5,656 > t_{tabel} 1,740$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil tersebut diartikan bahwa terdapat Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12.

kesimpulan dalam penelitian ini sebagai berikut Terdapat Pengaruh Latihan *Ball Feeling* terhadap Kemamapuan *Dribbling* Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12

Kata Kunci : Latihan *Ball Feeling*, Kemampuan *Dribbling*

**THE EFFECT OF BALL FEELING PRACTICE ON THE DRIVING
ABILITY OF SCHOOL FOOTBALL PLAYERS (SSB)
BABUSSALAM U-12**

**AHMAD RIZKI
NIM. 1734002**

*Sport and Health Education Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Pengaraian Sand University
Rokan Hulu Regency
2023*

ABSTRACT

The problem in this study is that the players can still see when they are doing careless dribbling so that the ball is easily released and is easy for the opponent to grab. this is due to a lack of coaching and practice time and there is no training program to improve the dribbling skills of the players. This study aims to see the effect of Ball Feeling Exercise on the Dribbling Ability of Babussalam U-12 School Soccer Players.

This research is a quasi-experimental research method followed by looking at the contribution of variable X to variable Y. The population in this study were Babussalam U-12 Football School (SSB) players, totaling 18 people using total sampling technique. This research was conducted in the Fajar Babussalam field with the method of ball feeling training and taking the dribbling test. In this study, the data analysis used was the normality test analysis using the Lilliefors method, homogeneity and hypothesis testing using the t test.

From the results of this study, it was obtained by testing the hypothesis of the ability to dribbling football by statistical calculations according to the formula used (t test) obtained $t_{count} 5.656 > t_{table} 1.740$ which means H_0 is rejected and H_a is accepted. These results mean that there is an influence of Ball Feeling Exercise on the Dribbling Ability of U-12 Babussalam Football School Players.

The conclusions in this study are as follows: There is an Influence of Ball Feeling Training on the Dribbling Ability of Babussalam U-12 Soccer School Players

Keywords: *Ball Feeling Exercise, Dribbling Ability*

KATA PENGANTAR

Puji beserta syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Latihan *Ball Feeling* terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepak Bola Usia 12 Tahun Di Sekolah Sepak Bola Babussalam”**. Penulisan proposal ini merupakan salah satu syarat untuk memenuhi Gelar Strata Satu (S1) pada Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Univeritas Pasir Pengaraian.

Peneliti menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan masukan-masukan yang bersifat membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan Skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan Proposal Penelitian ini, tentu banyak mendapat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Hardianto, S.Pd., M.Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti melaksanakan perkuliahan di Universitas Pasir Pengaraian.
2. Ibuk Dr. Pipit Rahayu, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan pelayanan optimal selama mengikuti proses Perkuliahan sehingga Peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini.

3. Bapak Muarif Arhas Putra. M.Pd selaku Pembimbing I dan Bapak Ridwan Sinurat, S.Pd., M.Or., AIFO selaku Pembimbing II, yang telah sabar dalam memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian Skripsi ini.
4. Ibuk Lolita Manurizal, M.Pd., AIFO selaku Penguji I, Ibuk Masdi Janiarli, SST., M.Kes selaku Penguji II, dan Bapak Aluwis, S.Pd., M.Pd selaku Penguji III yang telah memberikan kritikan, saran serta masukan dalam perbaikan Skripsi ini.
5. Kedua orang tua tercinta Ibuanda Harmayulis dan Ayahanda Bahtar Nasir, serta Kakakku Widia Guslita Sari dan Adekku Qurratu Aini dan beserta keluarga besar yang telah memberi do'a bimbingan serta dukungan moral dan materi sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan proposal ini.
6. Pemain SSB Babussalam U-12 yang telah ikut serta dalam penelitian ini dan bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
7. Sahabat-sahabat terbaik di Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Angkatan 2017/2018 dan sahabat-sahabat yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih semuanya semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan di ridhoi oleh Allah SWT, Amin.
8. Semua pihak yang tidak disebutkan satu persatu yang juga turut dan mendukung dan membantu terselesainya Skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa Skripsi ini masih mempunyai kekurangan. Oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna melengkapi segala kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan Skripsi ini.

Akhir kata semoga Skripsi ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Pasir Pengaraian, 10 Juli 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN DEKAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Batasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Teori.....	8
2.1.1. Hakikat Sepakbola.....	8
2.1.2. Hakikat <i>Dribbling</i>	13
2.1.3. Hakikat Latihan	14
2.1.4. Hakikat Latihan <i>Ball Feeling</i>	20
2.2 Penelitian yang Relevan	22
2.3 Kerangka Konseptual	23
2.4 Hipotesis Penelitian.....	24

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian dan Desain Penelitian.....	25
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.3 Populasi dan Sampel	26
3.4 Instrumen Penelitian.....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data	29
3.6 Teknik Analisis Data.....	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	31
4.2 Penyajian Persyaratan Analisis	34
4.3 Pengujian Hipotesis.....	35
4.4 Pembahasan.....	36

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	39
5.2 Saran.....	39

DAFTAR PUSTAKA	40
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	43
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Hasil <i>Pree-test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12.....	31
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Data Hasil <i>Post-test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12.....	33
Tabel 4.3 Rangkuman Analisis Uji Normalitas.....	34
Tabel 4.4 Rangkuman Analisis Uji Homogenitas <i>Varians</i>	35
Tabel 4.5 Rangkuman Analisis Pengujian Hipotesis.....	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	24
Gambar 3.1. <i>One-Group Pre-test & Post-test Design</i>	25
Gambar 3.2 Area Pelaksanaan <i>Dribbling Test</i>	29
Gambar 4.1 Histogram Data <i>Pree-Test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12	32
Gambar 4.2 Histogram Data <i>Post-test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Data Mentah <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12	43
Lampiran 2.	Data Mentah <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Dribbling</i> Sepak Bola Pemain Sekolah Sepakbola Babussalam U-12	44
Lampiran 3.	Uji Normalitas Data <i>Pre Test</i>	45
Lampiran 4.	Uji Normalitas Data <i>Post Test</i>	46
Lampiran 5.	Uji Homogenitas <i>Varsians</i>	47
Lampiran 6.	Data Uji Hipotesis	48
Lampiran 7.	Data Distribusi Frekuensi <i>Pre-test</i>	49
Lampiran 8.	Data Distribusi Frekuensi <i>Post-test</i>	50
Lampiran 9.	Tabel Daftar Luas di bawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke z	51
Lampiran 10.	Tabel Daftar Nilai Kritis L untuk Uji <i>Lilliefors</i>	52
Lampiran 11.	Nilai-Nilai Distribusi F	53
Lampiran 12.	Nilai Persentil untuk distribusi t	55
Lampiran 13.	Program Latihan <i>Ball Feeling</i> SSB Babussalam U-12	56
Lampiran 14.	Petugas Tes	63
Lampiran 15.	Dokumentasi Foto	64
Lampiran 16.	Surat Pengantar Penelitian dari Kampus	68
Lampiran 17.	Surat Balasan dari <i>Club</i>	69
Lampiran 18.	Motto	70
Lampiran 19.	Persembahan	71
Lampiran 20.	Daftar Riwayat Hidup	72