

**PENGARUH METODE LATIHAN *BALL MASTERY* TERHADAP
KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA PEMAIN FUTSAL
DI *ROMANTIS ACADEMY***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Pendidikan Program Studi Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh

ARIEL BONARDO HAMONANGAN LIMBONG
41182191190036

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“PENGARUH METODE LATIHAN *BALL MASTERY* TERHADAP
KETERAMPILAN *DRIBBLING* PADA PEMAIN FUTSAL
DI *ROMANTIS ACADEMY*”

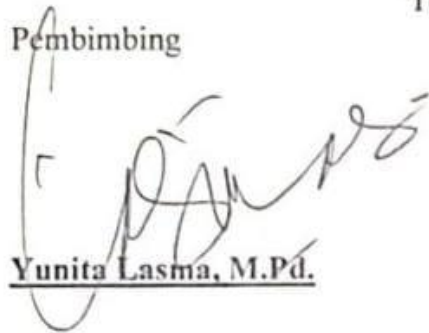
Oleh

Ariel Bonardo Hamonangan Limbong

41182191190036

Telah disetujui Oleh:

Pembimbing



Yunita Lasma, M.Pd.

Tanggal 22 November 2023

Mengetahui,
Ketua Program Studi PJKR
FKIP UNISMA Bekasi



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or.

NIK : 45101122011035

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

"PENGARUH METODE LATIHAN *BALL MASTERY* TERHADAP KETERAMPILAN
DRIBBLING PADA PEMAIN FUTSAL DI *ROMANTIS ACADEMY*"

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

Ariel Bonardo Hamonangan Limbong

41182191190036

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji

Pada Tanggal 22 November 2023

dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd

Sekretaris : Dr. Apta Mylsidayu, M.Or

Anggota : Dr. Giri Prayogo, M.Pd

Anggota : Amir Maulana, M.Pd

Anggota : Andini Dwi Intani, M.Or

(.....)
(.....)
(.....)
(.....)
(.....)

Bekasi, 22 November 2023

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam "45" Bekasi

Yudi Budianti M.Pd
NIK : 45101022012015



HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ariel Bonardo Hamonangan Limbong
Nomor Pokok Mahasiswa : 41182191190036
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh metode latihan *ball mastery* terhadap keterampilan *dribbling* pada pemain futsal di Romantis Academy” ini benar-benar saya kerjakan sendiri.

Skripsi ini bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, ataupun segala kemungkinan lain yang pada hakekatnya bukan merupakan karya saya secara orisinal dan otentik. Bila kemudian hari diduga kuat ada ketidaksesuaian antara fakta dan kenyataan ini, saya bersedia diproses oleh tim fakultas yang dibentuk untuk melakukan verifikasi, dengan sanksi terberat berupa pembatalan kelulusan/kesarjanaan.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakan integritas akademik dan institusi ini.

Bekasi, 22 November 2023
Saya yang menyatakan



Ariel Bonardo Hamonangan Limbong

Motto dan persembahan

Motto

Semua orang bisa menjadi guru, Semua tempat bisa menjadi sekolah

Persembahan

Skripsi ini

Saya persembahkan pada

Kedua Orang tua tercinta dan Abang saya

Serta keluarga besar dan teman-teman seperjuanganku

ABSTRAK

Ariel Bonardo Hamonangan, 41182191190036: Pengaruh Metode Latihan *Ball Mastery* Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Pemain Futsal Di *Romantis Academy*.

Tujuan penelitian ini yakni untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pada keterampilan *dribbling* pada pemain futsal di *Romantis Academy* setelah diberikannya metode latihan *ball mastery*.

Metodologi penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan *One Group Pre-test and Post-test Design*. Jumlah populasi pada penelitian ini berjumlah 30 orang dan sampel yang digunakan berjumlah 10 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Hasil dari penelitian ini didapat rata-rata dari tes awal yaitu; 14,36 detik, rata-rata dari tes akhir 13,57 detik, dan rata-rata hasil peningkatan yaitu; 0,795 detik. Hasil uji normalitas tes awal: t hitung (0,24), uji normalitas tes akhir: t hitung (0,19) dan uji normalitas peningkatan: t hitung (0,23), dimana masing-masing uji normalitas tersebut lebih kecil dari t tabel (0,258) dan berdistribusi normal pada $(\alpha) = 0,05$. Hasil uji homogenitas yang berdistribusi homogen dengan nilai f hitung (0,82) < f tabel (3,18) pada $(\alpha) = 0,05$.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu; ”terdapat pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *dribbling* pada pemain di *Romantis Academy* dengan *treatment* metode *latihan ball mastery*”. Hal tersebut terbukti dari uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji- t dengan hasil nilai t hitung (6,17) > t tabel (2,26) pada $(\alpha) = 0,05$.

Kata kunci: Futsal, *dribbling*, *ball mastery*

ABSTRACT

Ariel Bonardo Hamonangan, 41182191190036: Pengaruh Metode Latihan Ball Mastery Terhadap Keterampilan Dribbling Pada Pemain Futsal Di Romantis Academy.

The purpose of this study was to find out whether there was an improvement in dribbling skills in futsal players at the Romantis Academy after being given the ball mastery training method.

The methodology of this study uses experimental research with One Group Pre-test and Post-test Design. The total population in this study amounted to 30 people and the sample used amounted to 10 people with sampling techniques using purposive sampling

The results of this study were obtained on average from the initial test; 14.36 seconds, the average of the final test was 13.57 seconds, and the average improvement result was; 0.795 seconds. The results of the initial test normality test: l count (0.24), the final test normality test: l count (0.19), and the increase normality test: l count (0.23), where each normalicity test is smaller than l table (0.258) and normally distributed at $(\alpha) = 0.05$. The homogeneity test results are homogeneously distributed with a calculated f value $(0.82) < f$ table (3.18) at $(\alpha) = 0.05$.

The conclusion of this study is; "There is a significant influence on dribbling skills in players at Romantis Academy with ball mastery training method treatment". This is evident from the hypothesis test conducted using the t-test with the results of the calculated t value $(6.17) > t$ table (2.26) at $(\alpha) = 0.05$.

Keywords: Futsal, dribbling, ball mastery

KATA PENGANTAR

Puji tuhan saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode Latihan *Ball Mastery* Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Pemain Futsal Di *Romantis Academy*” dengan baik.

Penulis menyadari penulisan ini masih jauh dari kata sempurna, namun berkat bantuan, bimbingan, dan kerja sama dari berbagai pihak sehingga kendala-kendala yang dihadapi dapat diatasi. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada Yunita Lasma, M.Pd. selaku pembimbing, dengan sabar, tulus, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi. Selanjutnya penulis sampaikan ucapan terima kasih juga kepada:

1. Bapak Dr. Amin, S.Pd., M.Si., selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Yudi Budianti S.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Ibu Dr. Apta Mylsidayu, M.Or sebagai Ketua Jurusan Penjasokesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program studi Penjasokesrek FKIP UNISMA Bekasi yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan menyelesaikan skripsi ini.

5. Kepada Ibu, Ayah, dan Kakak yang sangat banyak memberikan bantuan moril, material, arahan, dan selalu mendoakan keberhasilan dan keselamatan selama menempuh pendidikan
6. Mohammad Lily Alfi Syahrin dan Herlambang Himawan selaku mentor dan yang telah membantu penulis dan memberi masukan demi kelancaran penulisan skripsi ini.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Penjaskesrek yang memberikan semangat kepada penulis baik selama dalam mengikuti perkuliahan maupun dalam penulisan skripsi ini.
8. Teman-teman rumah Danu dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan-kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan penulisan ini.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Batasan dan Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Definisi Operasional	5
BAB II.....	8
LANDASAN TEORI	8
A. Kajian Teori	8
B. Penelitian yang Relevan.....	38
C. Kerangka Berpikir.....	43
D. Hipotesis	43
BAB III	45
PROSEDUR PENELITIAN.....	45
A. Metode Penelitian	45
B. Populasi dan Sampel.....	46
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	47
D. Desain dan Instrumen Penelitian	47
E. Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data	51

BAB IV	53
ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN	53
A. Deskripsi data	53
B. Hasil penelitian	55
C. Pembahasan	58
D. Diskusi Penemuan.....	59
Bab V	61
KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
DAFTAR LAMPIRAN.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 <i>Control</i>	13
Gambar 2. 2 <i>Passing</i> dengan kaki bagian dalam	14
Gambar 2. 3 <i>Passing</i> dengan kaki bagian luar	15
Gambar 2. 4 <i>Dribbling</i>	17
Gambar 2. 5 <i>Shooting</i>	18
Gambar 2. 6 <i>Sole Taps</i>	25
Gambar 2. 7 <i>Shuffles</i>	25
Gambar 2. 8 <i>Slides</i>	26
Gambar 2. 9 <i>Take Stop</i>	27
Gambar 2. 10 <i>Sole Roll Stop</i>	28
Gambar 2. 11 <i>Shuffle Stop-Take</i>	29
Gambar 2. 12 <i>Slide Box</i>	30
Gambar 2. 13 <i>Single Foot Dribble Cuts Switch Feet</i>	31
Gambar 2. 14 <i>Dribble Cuts Both Feet</i>	32
Gambar 2. 15 <i>Inside Outside Stop</i>	33
Gambar 2. 16 <i>Pull Push Laces</i>	34
Gambar 2. 17 <i>Pull Push Inside</i>	35
Gambar 2. 18 <i>Pull V With Outside of Same Foot</i>	36
Gambar 2. 19 <i>Pull V With Inside of Same Fott</i>	37
Gambar 2. 20 <i>Slides Inside Sole Roll Stop Take</i>	38
Gambar 3. 1 <i>Desain Penelitian</i>	48
Gambar 3. 2 <i>Langkah-langkah Penelitian</i>	48
Gambar 3. 3 <i>Tes Menggiring Bola (Dribbling)</i>	50
Gambar 4. 1 <i>Diagram Hasil Tes</i>	54

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan.....	41
Tabel 4. 1 Hasil Tes	54
Tabel 4. 2 Hasil Tes Awal.....	55
Tabel 4. 3 Hasil Tes Akhir	55
Tabel 4. 4 Hasil Peningkatan	56
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas Data.....	56
Tabel 4. 6 Hasil Uji Homogenitas Data	57
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis menggunakan Uji - T.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kalender Program Latihan.....	65
Lampiran 2 Program Latihan	66
Lampiran 3 Hasil Tes Menggiring Bola (<i>dribbling</i>).....	94
Lampiran 4 Tes Awal.....	95
Lampiran 5 Tes Akhir	96
Lampiran 6 Hasil Peningkatan	97
Lampiran 7 Uji Normalitas Tes Awal.....	98
Lampiran 8 Uji Normalitas Tes Akhir	99
Lampiran 9 Uji Normalitas Hasil Peningkatan	100
Lampiran 10 Uji Homogenitas dengan Uji F.....	101
Lampiran 11 Uji Hipotesis dengan Uji T.....	102
Lampiran 12 Nilai Kritis Untuk Uji <i>Liliefors</i>	103
Lampiran 13 Tabel Sebaran <i>Fisher</i> / Distribusi F.....	104
Lampiran 14 Tabel Distribusi T.....	105
Lampiran 15 Dokumentasi.....	106
Lampiran 16 Sk Pembimbing	108
Lampiran 17 Surat Izin Penelitian.....	109
Lampiran 18 Surat Balasan Izin Penelitian.....	110
Lampiran 19 Surat Pernyataan Jumlah Siswa.....	111
Lampiran 20 Surat Persetujuan Responden Mengikuti Penelitian.....	112
Lampiran 21 Frekuensi Bimbingan.....	113
Lampiran 22 Biodata.....	115